



ISBN 978-83-61577-42-3



Publikacja wydana w ramach projektu
„Smaki pogranicza: Polsko - Słowacka wymiana doświadczeń
w dziedzinie turystyki kulinarno - krajoznawczej”
współfinansowanego przez Unię Europejską ze środków
Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego oraz budżetu państwa za pośrednictwem
Euroregionu Karpackiego w ramach Programu Współpracy Transgranicznej
Rzeczpospolita Polska – Republika Słowacka 2007-2013



JADŁO

przepisy kulinarne pogranicza
polsko - słowackiego



JADŁO - przepisy kulinarne pogranicza polsko - słowackiego



JADŁO

przepisy kulinarne pogranicza polsko - słowackiego

JEDLO

recepty polsko - slovenského pohraničia



Hreczanyki / Hrečaniky

SPIS TREŚCI

OBSAH

5

Wstęp

Úvod

7

Różnorodność kultury,
różnorodność kuchni

Rôznorodosť kultúr, rôznorodosť kuchýň

11

Alfabetyczny przegląd
podkarpackich przepisów kulinarnych

Slovník podkarpatských kuchárskych
receptov z oblasti pohraničia

83

O kuchni słowackiej słów kilka

O slovenskej kuchyni
niekoľkými slovami

87

Alfabetyczny przegląd
słowackich przepisów kulinarnych

Slovník slovenských
kuchárskych receptov



Pierogi z kaszą gryczaną, cebulą, pokrzywą i czosnkiem niedźwiedzim
/ Pirohy s pohánkou, cibul'ou, žih'avou a medvedím cesnakom

WSTĘP / ÚVOD

Francuski prawnik, polityk i pisarz Jean Anthelme Brillat-Savarin (1755–1826) nieśmiertelną sławę zdobył przede wszystkim jako gastronom, a kilka wygłoszonych przez niego sentencji rozpoczyna jako cytaty szereg książek kucharskich. Dla mnie szczególnie cenne jest jego stwierdzenie, że „losy narodów zależą od sposobów ich odżywiania”. Dla wielu znawców tradycji „duszą” narodów są język, literatura, dzieła sztuki, muzyka, myśl filozoficzna itp. Brillat-Savarin podkreśla, że to codzienność decyduje o dziejach i właśnie losach poszczególnych nacji. A jednym z najważniejszych elementów dnia jest posiłek. To on decyduje o byciu jednostki, rodziny, a w konsekwencji całej społeczności. Warto tu przypomnieć, że wędrówka ludów decydująca o losach Cesarstwa Rzymskiego rozpoczęła się po kilku latach suszy na azjatyckich stepach i w konsekwencji - pustki w garnku.

Sztuka kulinarna jest jednym z ważniejszych elementów każdej społeczności. W tej publikacji próbujemy wykazać, jak obszar pogranicza polsko-słowackiego (czyli południa województwa podkarpackiego i kraju preszowskiego) podzielony przez blisko tysiąc lat jedną z najtrwalszych w historii Polski granicą, miał wiele ze sobą wspólnego, o czym świadczy zestaw potraw na naszym stole. Są oczywiście różnice, które potwierdzają samodzielność rozwoju przygranicznego obszaru Polski i Słowacji. Najprostszy przykład: u nas nie znajdziesz zupy czosnkowej tak popularnej za południową granicą, z kolei tam próżno szukać tak u nas znanego żuru.

Prezentowana publikacja o kulinariach polsko-słowackiego pogranicza pełna jest przepisów przekazywanych z pokolenia na pokolenie, które z zapałem wykorzystywały jeszcze nasze babcie. Można znaleźć tu także pomysły na potrawy o rodowodzie krótszym niż 20-30 lat. Sztuka kulinarna pełna jest interesujących sprzeczności. Potrafi bowiem z uporem tkwić przy rozwiązaniach sięgających tradycją wieków, a jednocześnie co kilka lat zmieniać upodobania czy smaki. Pogranicze to nie tylko kuchnia polska i słowacka. Wpływy co najmniej kilkunastu nacji spowodowały, że jest ona swojska, różnorodna i jednocześnie prosta. Warto spróbować jej smaków, zapraszamy więc do kuchni...

Krzysztof Zieliński

Francúzsky právnik, politik a spisovateľ Jean Anthelme Brillat-Savarin (1755-1826) získal nesmrteľnú slávu predovšetkým ako gastronóm, ním vyhlásené sentencie slúžia ako úvodné citáty k mnohým kuchárskym knihám. Osobne a zvlášť si cením jeho tvrdenie, že „osud národov závisí od toho, ako a čím sa živia”. Podľa mnohých znalcov tradícií sú dušou národov jazyk, literatúra, umelecké diela, hudba, filozofická myseľ a podobne. Brillat-Savarin zdôrazňuje, že každodennosť rozhoduje o dejinách i osude jednotlivých národov. Jedným z najdôležitejších momentov dňa je jedlo. Práve ono rozhoduje o bytí jednotlivca, rodiny, v konečnom dôsledku o celej spoločnosti. Treba pripomenúť, že sťahovanie národov, ktoré rozhodlo o osude Rímskeho cisárstva, sa začalo po niekoľkoročnom období sucha v ázijských stepiach, a teda od prázdneho hrnca.

Kuchárske umenie je jedným z dôležitejších prvkov každej spoločnosti. V tejto publikácii sa pokúšame ukázať, koľko obe oblasti polsko-slovenského pohraničia (čiže juh Podkarpatského vojvodstva a Prešovský kraj), rozdelené takmer tisícročie jednou z najpevnejších hraníc v polskej histórii, majú v súčasnosti spoločné – o tom svedčia chody podávané na náš stôl. Sú, pravdaže, rozdiely, potvrdzujúce samostatný vývoj prihraničnej oblasti, ako Poľska, tak aj Slovenska. Najjednoduchší príklad: u nás nenájdeme cesnačku, takú populárnu u južných susedov, a tam budeme zbytočne hľadať nám známy žur, polievku na zákvase z ražnej múky.

Prezentovaná publikácia s kuchárskymi predpismi z polsko-slovenského pohraničia obsahuje množstvo receptov, ktoré boli odovzdávané z generácie na generáciu, a nadšene ich využívali ešte naše staré mamy. Môžeme tu nájsť aj nápady na jedlá, čo nie sú staršie ako 20-30 rokov. Kuchárske umenie má mnoho zaujímavých protikladov. Dokáže neústupčivo lipnúť na riešeniach podľa dobových tradícií, a zároveň po niekoľkých rokoch neustále meniť svoje sklony či chute. Pohraničie nepredstavuje iba poľskú a slovenskú kuchyňu. Vplyv viacerých národov spôsobil, že je svojská, rozmanitá, ale aj jednoduchá. Treba vyskúšať jej chute, pozývame vás teda do kuchyne...

Krzysztof Zieliński



Zupa grzybowa / Hubová polievka

RÓZNORODNOŚĆ KULTURY, RÓZNORODNOŚĆ KUCHNI

RÔZNORODOŠŤ KULTÚR, RÔZNORODOŠŤ KUCHÝŇ

Naturalne produkty, doskonałe smaki, synteza różnych tradycji kulinarnych - tak w skrócie można zdefiniować kuchnię podkarpacką. Tradycyjna kuchnia mieszkańców regionu to dania proste i sycące, oparte głównie na rodzimych produktach. Dużą rolę odegrały również zwyczaje kulinarne mieszkańców naszego regionu. Bowiem Podkarpacie zamieszkiwało wiele różnych kultur, które na przestrzeni wieków przenikały się wzajemnie. Znaleźć w niej można zarówno wpływy kuchni łemkowskiej, bojkowskiej, żydowskiej, niemieckiej, austriackiej, węgierskiej a nawet ormiańskiej.

Taka wielokulturowość sprawiła, że kuchnia podkarpacka nie ma jednego czy kilku głównych dań. Każdy region w naszym województwie ma swoje regionalne potrawy i sposoby ich przyrządzania. Jednym z bogatszych jest niewątpliwie obszar Beskidu czyli południowa część województwa podkarpackiego.

Legenda Bieszczadów i Beskidu Niskiego, jako jednego z najmniej zaludnionych i zagospodarowanych obszarów Polski, a jednocześnie pełnego dzikiej przyrody, jak i terenu o skomplikowanej historii ostatniego wieku - stała się archetypem dla kilku pokoleń turystów. Wprawdzie od dobrych dwóch dekad ziemię tę zmieniły się zasadniczo: jest już dobra sieć dróg, różnorodna baza noclegowa na każdą kieszeń, jak i ciekawe obiekty gastronomiczne, mimo tego legenda ta trwa nadal w świadomości społecznej. I od półwiecza jest motorem przyciągającym tysiące turystów w tę część Polski. Dawna mozaika narodów i etnosu obszaru pogranicza polsko-słowackiego i polsko-ukraińskiego nie jest na szczęście całkowicie zamkniętą kartą. Historia sprzed lat zmieniła relacje ludnościowe regionu i nie ma już tamtej skali żywienia bojkowskiego czy łemkowskiego. Jednak spuścizna tych nacji przetrwała, pozostała tradycja potraw i wyrobów przygotowywanych przez górali rusińskich, którzy żyli na tym pograniczu. Są to dania proste, tanie, sycące. Były one pochodną tradycji, dostępności produktów, zasobności spiżarni w różnych porach roku, położenia geograficznego, hodowli dominującej w danej części regionu.

Bieszczady i Beskid Niski to regiony, które nie rozpieszczały swoich mieszkańców obfitością płodów. Nienajlepsza ziemia i surowy, górski klimat, powodowały, że często pod strzechy chył zaglądał głód, zwłaszcza w czasie przednówku. Często szukano pożywienia w lesie i na łąkach, stąd w menu Łemków czy Bojków pojawiały się grzyby (kiszzone kapelusze z rydzów i opieńki), orzechy laskowe czy jagody, a nawet pokrzywa, szczaw, jagody czy lebiada, dzięki którym udawało się przetrwać najtrudniejsze okresy. W czasie nieurodzaju, aby zaoszczędzić, do mąki służącej do pieczenia dodawano zmieloną korę brzoźową lub dębową, często także zmielone kłącza perzu czy żołądzie.

Do podstawowych surowców, z których wykonywano potrawy należało mleko krowie, kozie i owcze. Robiono z nich sery, masło, maślanke, serwatke czy zentyce. Mięsa jadano mało i rzadko,

Prírodné produkty, dokonalé chute, syntéza rôznych kulinárnych tradícií - tak v skratke sa dá charakterizovať podkarpatská kuchyňa. Tradičná kuchyňa obyvateľov regiónu to sú jedlá jednoduché a sýte, založené hlavne na domácich produktoch. Veľkú rolu zohrali tiež kulinárne obyčaje obyvateľov nášho regiónu. Pretože podkarpatský región patrilo mnohým rôznym kultúram, ktoré sa v priebehu vekov vzájomne prelínali. Možno v ňom nájsť tak vplyvy lemkovskej, bojkovskej, židovskej, nemeckej, rakúskej, maďarskej a dokonca arménskej kuchyne.

Takáto mnohokultúrnosť spôsobila, že podkarpatská kuchyňa nemá jedno či niekoľko hlavných jedál. Každý región v našom vojvodstve má svoje regionálne jedlá a spôsoby ich prípravy. Jedným z bohatších je nepochybne oblasť Beskyd čiže južná časť Podkarpatského vojvodstva.

Povešť Bieszczad a Nízkyh Beskyd, ako jedného z najmenej zaľudnených a obhospodarovaných území Poľska, a zároveň plného divokej prírody, ako aj územia so zložitou históriou v poslednom storočí - stala sa výzvou k naplneniu prototypom pre niekoľko generácií turistov. Skutočne za dobré dve desaťročia sa táto krajina zásadne zmenila: je už dobrá cestná sieť, rozmanitá ubytovacia základňa pre každú peňaženku, ako aj zaujímavé gastronomické objekty, napriek tomu sa táto povesť naďalej udržiava v spoločenskom povedomí. Polstoročie je motorom, ktorý priťahuje tisíce turistov do tejto časti Poľska. Dávna mozaika národov a étosu oblasti poľsko-slovenského a poľsko-ukrajinského pohraničia nie je na šťastie úplne popísanou kartou. História nedávnych rokov zmenila vzťahy medzi obyvateľstvom regiónu a niet už dávnejšieho rozsahu bojkovského či lemkovského živlu. Ale i tak dedičstvo týchto národností pretrvalo, zostala tradícia potravín a výrobkov pripravovaných rusínskymi horalmi, ktorí žili v tomto pohraničí. Sú to jedlá jednoduché, lacné, sýte. Boli odvodené od tradícií, dostupnosti produktov, zásob v špajze v rôznych ročných obdobiach, zemepisnej polohy, pestovaných plodín dominantných v danej časti regiónu.

Bieszczady a Nízke Beskydy sú regióny, ktoré nerozmažňovali svojich obyvateľov hojnosťou plodín. Nie najlepšia zem a surové, horské podnebie spôsobovali, že často pod strechu chalúp zazrel hlad, zvlášť v čase nedostatku. Často sa hľadala požíveň v lese a na lúkach, preto sa v jedálnom lístku Lemkov či Bojkov objavovali hríby (nakladané klobúky z rýdzikov a podpňoviek), lieskové orechy či čučoriedky, ba dokonca žihlava, štaveľ, borievky či láskavec (mrlík biely), vďaka ktorým sa dalo prežiť najťažšie obdobia. V čase neúrody, aby usporiť, tak sa do múky slúžiacej na pečenie pridávala pomletá brezová alebo dubová kôra, často takisto pomleté výpestky pýru či žalude.

K základným surovinám, z ktorých sa chystali jedlá patrilo kravské, kozie a ovčie mlieko. Robili sa z nich tvaroh, maslo, cmar, srvatka či žinčica. Mäso sa jedlo málo a riedko, obvykle počas väčších sviatkov či na svadbách. Vo všedný deň sa na kuchyn-

zwykle na większe święta czy wesele. Na co dzień na blasze kuchni pieczono podplomyki czy proziaki - placki na zakwasie chlebowym, piwnym lub nie kwaszone. Istotnym elementem diety były ziemniaki, które wykorzystywano na różne sposoby. Popularny był cyr - starte na tarce ziemniaki formowano w małe kluseczki, które następnie wrzucano na wrzątek. Do gotującej się wody w garnku wrzucano resztę starych ziemniaków. Całość podawano z mlekiem lub skwarkami. Łewesz czyli kartoflanka gotowany był z kminkiem lub grochem i fasolą. Łemkowskie bandurjanki to proste placki ziemniaczane, pieczone w piecu chlebowym, na liściach ze świeżej kapusty lub klonu. Także w piecu pieczono stolniki - pierogi z tartych ziemniaków z farszem ziemniaczanym ze smażoną cebulką. Wcześniej kuchnia pogranicza zdominowana była przez różne kasze, pęczak otrzymywano z jęczmienia, a jagły z prosa. Kaszę jęczmienną łączono np. z fasolą lub suszonymi sliwkami, a pęczak z serwatką, kwaszoną kapustą albo z mlekiem gotując popularne pancaki. Chętnie sięgano po soczewicę, bób czy groch. Na stole pojawiały się wyrabiana z mąki kukurydzianej i mleka mamałyga. Jako omastę wykorzystywano oleje z lnu i konopi, powszechnie także używano słoniny.

Dary lasu, łąki oraz przydomowego ogrodu i sadu były ważnym elementem menu. W okresie zimowym królowała kiszona kapusta (duszona z kminkiem, gotowana z grochem lub fasolą) i ogórki kiszane, a na kwasie kapuścianym gotowano zupy np. zacierkę zwaną kwasówką. Często warzono barszcz i żur owsiany (kyselycja) jedzony z ziemniakami. Przygotowywano również polewki z wykorzystaniem lebiody, szczawiu, ale i pokrzywy. Chętnie jadano groch, kapustę, rzepę, cebulę, buraki, marchew, pietruszkę, bób i fasolę. Suszono też na zimę grzyby i owoce.

Region podkarpacki słynie z posiłków o bardzo oryginalnych nazwach, za którymi kryją się całkiem proste dania wywodzące się z kuchni rusińskich górali: hreczanyki (kotlety z kaszy zmieszanej z mielonym mięsem, jajkami, czosnkiem i przyprawami), knysze (smażone na głęboki tłuszczu pierogi z farszem z kaszy gryczanej, twarogu i cebuli), kugiel (babka ze startych ziemniaków, przekładana nadzieniem z kiszonej kapusty uduszonej z cebulą i skwarkami). Wymieniać można jeszcze krężałki, hałuszki, małdrzyki, szabankę czy krupniak. Te lokalne specjały można zamówić czasami - zdecydowanie za rzadko - w gospodarstwach agroturystycznych położonych na obszarze Bieszczadów i Beskidu Niskiego.

Obszar wokół Sanoka na południu aż po pasmo Bukowicy, w sąsiedztwie Mrzygłodu oraz na północ i wschód od Leska zamieszkiwała ludność mieszaną polsko-ruska, określana jako Dolinianie. Grupa wykształciła się z potomków XIV- i XV-wiecznych osadników polskich i niemieckich oraz ludności ruskiej. W ciągu wielu pokoleń grupy Rusinów i Polaków wzajemnie się przenikały, co powodowało przejmowanie wielu elementów, które widać np. w obrzędach, wyposażeniu domu, w stroju.

W codziennym pożywieniu Dolinian dominowały potrawy pochodzenia roślinnego. Wszystkich produktów do życia dostarczało gospodarstwo i las. Uprawiano podstawowe rośliny zbożowe. Z mąki żytniej, mielonej na żarnach w domu, pieczono chleb razowy. Pszenica mielona również na żarnach dawała mąkę na kluski i pierogi. Popularne były różne rodzaje kasz,

skiej platinie piekli podplomyki czy proziaki - placki na chlebowom, pivovom kvásku alebo nie kyslé. Podstatou výživy boli zemiaky, ktoré sa využívali na rôzne spôsoby. Populárny bol cyr - postrúhané na strúhadle zemiaky sa formovali na malé rezance, ktoré sa vhadzovali do vriacej vody. Do vriacej vody v hrnci sa vhadzovali zvyšné staré zemiaky. Celé sa to podávalo s mliekom alebo škvarkami. Ľewesz čiže kartoflanka sa varil s kmínom alebo hrachom a fazuľou. Ľemkowskie bandurjanki to sú jednoduché zemiakové placky, pečené v chlebovej peci, na listoch z čerstvej kapusty alebo z javora. Taktiež sa v peci piekli stolniki - pirohy zo strúhaných zemiakov so zemiakovou plnkou a so smaženou cibuľou. Dávnejšie v kuchyni pohraničia dominovali rôzne kaše, pęczak sa získaval z jačmeňa a jagły z prosa. Jačmenná kaša sa spájala napr. s fazuľou alebo sušenými slivkami a pęczak so srvátkou, kyslou kapustou alebo s mliekom a tak vznikali populárne pancaky. S chuťou sa siahalo po šošovici, bôbe či hrachu. Na stole sa objavovala vyrábaná z kukuričnej múky a mlieka mamałyga. Na pomastenie sa používali oleje z ľanu a konope, všeobecne sa takisto používala slanina.

Dary lesov, lúk, prídomej záhradky a sadu boli dôležitým prvkom v menu. V zimnom období vládla kyslá kapusta (dusená na kmíne, varená s hrachom alebo fazuľou) a kyslé uhorky, a na kapustovej juške sa varili polievky napr. zacierka zvaná kwasówka. Často sa varil boršč a ovsený žur (kyselycja), ktorý sa jedol so zemiakmi. Pripravovali sa takisto polievky s využitím láskavca, štavela, ale aj žihľavy. S chuťou sa jedol hrach, kapusta, cvikla, repa, cibuľa, mrkva, petržlen, bôb a fazuľa. Na zimu sa sušili tiež hríby a ovocie.

Podkarpacký región je známy jedlami s veľmi originálnymi pomenovaniami, za ktorými sú schované celkom jednoduché jedlá pochádzajúce z kuchyne rusiňských horalov: hreczanyki (kotlety z kaše zmiešanej s mletým mäsom, vajíčkami, cesnakom a koreninami), knysze (na veľkom množstve masti pečené pirohy s plnkou z pohánkovej kaše, tvarohu a cibule), kugiel (bábovka z postrúhaných zemiakov, plnená kyslou kapustou podusenou na cibuli a škvarkách). Dajú sa ešte spomenúť krężałky, hałušky, małdrzyky, szabanka či krupniak. Tieto miestne špeciality možno niekedy objednať - samozrejme, že nie často - v agroturistických hospodárstvach položených na území Bieszczad a Nízkyh Beskýd.

Oblasť okolo Sanoka na juhu až po pásmo Bukowicy, v susedstve Mrzygłodu a na sever a východ od Leska obývalo zmiešané poľsko-ruské obyvateľstvo, charakterizované ako Dolinania. Skupina sa sformovala z potomkov poľských a nemeckých osadníkov a ruského obyvateľstva zo XIV. a XV. storočia. Počas mnohých generácií sa skupiny Rusínov a Poliakov vzájomne prelínali, čo spôsobovalo, že sa preberalo veľa prvkov a ktoré vidieť napr. v obradoch, vybavení domu, v oblečení.

V každodennej strave Dolinianov dominovali potraviny rastlinného pôvodu. Všetky pre život potrebné produkty dávalo gazdovstvo a les. Pestovali sa základné obilniny. Zo žitnej múky, mletej na domácich mlynoch, sa piekol ražný chlieb. Pšenica mletá takisto v mlyne dávala múku na cestoviny a pirohy. Populárne boli rôzne druhy kaší, a tak napr. z jačmeňa drveného

i tak np. z jęczmienia tłuczonego w stębach otrzymywano pęczak. Często gotowano zupy: czosnkową i kminkową, a także ze świeżych lub suszonych owoców: z jabłek-jabczonka, z gruszek-gruszczonka, ze śliw-śliwionka, z dyni-dynianka, dodawano do nich kluseczki. Wykorzystywano owoce dziko rosnących czereśni, które dodawano do pierogów. Pierogi nadziewano również kaszą hreczaną, kapustą i ziemniakami. Ziemniaki spożywano pod różnymi postaciami: pieczone, gotowane, robiono ziemniaczane gołąbki. Zupę fasolową, grochową, kapuśniak, barszcz, żur i kwas beczkowy często spożywano jako pierwsze danie. Codzienną potrawą był czyr (mąka rzucana na gorącą wodę i mieszana mątewką do uzyskania jednolitej masy, czasami dodawano sól do smaku). Popularna dla tych terenów jest fasola ze śliwkami, kogutki z makiem (po zarobieniu ciasta z kawałków toczono wałeczki wielkości palca, wrzucano je na gorącą wodę. Ugotowane posypywano makiem, niekiedy polewano miodem) – potrawy te jadano na Boże Narodzenie. Popularne były paski (rodzaj bułki pieczonej na Wielkanoc). Bób jadano z barszczem. Ziemniaki były podstawą przygotowania tarciaków - utarte surowe ziemniaki mieszano z mąką i solą, otrzymaną masę układano na sparzone liście kapusty, zawijano i wkładano do garnka a następnie zapiekano w piecu.

Pogórzanie zamieszkuje teren Pogórzy Karpackich (Pogórze Ciężkowickie, Strzyżowskie, Doły Jasielsko-Sanockie, Dynowskie), od rzeki Białej na zachodzie po środkowy San na wschodzie. Grupę tę w przeważającej mierze stanowiła ludność polska, niewielki procent ruska i niemiecka. Jednak te dwie ostatnie szybko uległy polonizacji, czego ślady ich istnienia są do dziś zachowane w nazwach miejscowości i nazwiskach. Pogórzanie graniczą od zachodu z Lachami sądeckimi, od północy z Krakowiakami z okolic Tarnowa i Rzeszowiakami, od południa z Dolinianami i Łemkami. W codziennym pożywieniu dawnej wsi dominowały potrawy pochodzenia roślinnego. U Pogórzan dość istotną rolę odgrywały potrawy mączne. Do tej grupy potraw należą różnego rodzaju kluski - (kładzione, drobione, krajane), robione z pszennej lub żytniej mąki a następnie zalewane gotowanym mlekiem lub kiszonym kwasem z kapusty albo rosółem. Kluski jadano także z serem, słoniną a nawet z gotowanymi jabłkami. Częstym daniem obiadowym były kluski z żurem lub grzybami czy fasolą. Pierogi z serem, kapustą kiszoną, jabłkami, powidłem były ulubioną potrawą tutejszej ludności. Pospolitą potrawą był przysłowiowy groch z kapustą. Często jadano barszcz na serwatce zabielenaj jajkiem, śmietaną i mąką. Często gotowano różnego rodzaju zupy owocowe z rozgotowanych świeżych lub suszonych śliw (śliwionka), jabłek (jabczonka), gruszek (gruszczonka). Popularny był stokfist – fasola ze śliwkami.

Kasze odgrywały też dużą rolę. Popularne były kasze – pęczak (po ugotowaniu dolewano słodkiego lub kwaśnego mleka, serwatki, maślanki, dodawano suszone śliwki). Rozpowszechniona była również kasza jaglana z prosa, przyrządzana z mlekiem i rozmąconym jajkiem. Jagłankę maściło się tłuszczem lub słoniną. Powszechnie jedzoną na śniadanie lub kolację była tzw. gierma, giermuszka, inaczej dziama, paciara (jest to mąka żytnia lub jęczmienna sypana na gorącą wodę i dobrze rozmieszana mątewką,

mażarom sa získal pęczak. Často sa varili polievky: cesnaková a kminková, ale aj z čerstvého alebo sušeného ovocia: z jabĺk – jabczonka, z hrušiek – gruszczonka, zo sliviek – šliwionka, z dyne – dynianka, pridávali sa do nich cestoviny. Využívali sa plody divoko rastúcich čerešní, ktoré sa pridávali do pirohov. Pirohy sa plnili aj pohánkovou kašou, kapustou a zemiakmi. Zemiaky sa používali všelijaké: pečené, varené, robili sa zemiakové gulky. Polievky ako fazuľová, hrachová, kapustová, boršč, žur a sudový kwas sa často jedli ako prvé jedlo. Každodennou potravinou bol čír (múka vhadzovaná do horúcej vody a miešaná miešadlom až do vzniku jednolitej zmesi, občas sa dochucovala soľou). Populárna v tejto oblasti je fazuľa so slivkami, kogutki s makom (po vypracovaní cesta sa z kúskov točili valčeky o veľkosti prsta, vhadzovali sa do horúcej vody. Uvarené sa posypávali makom, niekedy sa polievali medom) – tieto jedlá sa jedli na Vianoce. Oblúbené boli pasky (druh pečenej zeme na Veľkú noc). Bób sa jedol s borščom. Zemiaky boli základom prípravy tarciakov – postrúhané surové zemiaky sa zmiešali s múkou a soľou, vzniknutá zmes sa ukladala na sparené listy kapusty, zavíjali sa a vkladali do nádoby a následne sa piekli v peci.

Pogórzania obývajú územie karpatských pohorí (Pogórze Ciężkowickie, Strzyżowskie, Doły Jasielsko-Sanockie, Dynowskie), a to od rieky Biala na západe po stredný úsek Sanu na východe. Túto skupinu v prevažnej miere tvorilo poľské obyvateľstvo, s malým zastúpením ruské a nemecké obyvateľstvo. Avšak tie dve posledné menované skupiny rýchlo podľahli polonizácii, stopy ich existencie sa však zachovali do dnes v miestnych názvoch a v priezviskách. Pogórzania hraničia na západe s Lachami sądeckými, na severe s Krakowiakmi z okolia Tarnowa a Rzeszowiakmi, na juhu s Dolinianami a Lemkami. V každodennej výžive dávnej dediny dominovali potraviny rastlinného pôvodu. U Pogórzanov dosť podstatnú rolu zohrávali múčne jedlá. Do tejto skupiny jedál patria cestoviny rôzneho druhu (hádzané, mrvené, krájané), vyrábané z pšeničnej alebo žitnej múky a následne zalievané prevareným mliekom alebo kyslou juškou z kapusty alebo vývarom. Rezance sa jedli takisto s tvarohom, slaninou a dokonca s varenými jablkami. Častým jedlom na obed boli cestoviny so žurom alebo hričmi či fazuľou. Pirohy s tvarohom, nakladanou kapustou, jablkami, lekvárom boli oblúbenou potravinou tunajšieho obyvateľstva. Všetnu potravinou bol príslovečný hrach s kapustou. Často sa jedol boršč na sŕvátke s vajcom, smotanou a múkou. Často sa varili všelijaké ovocné polievky z rozvarených čerstvých alebo sušených sliviek (śliwionka), jabĺk (jabczonka), hrušiek (gruszczonka). Popularný bol stokfist – fazuľa so slivkami.

Kaše zohrávali tiež veľkú rolu. Oblúbené boli kaše – pęczak (po prevarení sa dolievalo sladké alebo kyslé mlieko, sŕvátka, cmar, pridávali sa sušené slivky). Rozšírenou bola takisto kaša z prosa, pripravená s použitím mlieka a rozbitým vajcom. Jagłanka sa omastila masťou alebo slaninou. Obvykle sa na raňajky alebo večeru jedla tzv. gierma, giermuszka, ináč dziama, paciara (je to žitná alebo jačmenná múka vsýpaná do horúcej vody a dobre rozmiešaná, zalievaná mlie-

zalewana mlekiem lub posypana tylko solą i okraszona masłem). Kasze jadano np. z kapuścianym kwasem lub kwasem żurowym, za przysmak uważano kaszę tatarską z mlekiem i suszonymi śliwkami. Prażuch - przygotowywano z pszennych otręb (mieszano otręby w glinianym garnku z łyżką masła lub śmietany, nakrywano pokrywką z kamienia, tzw. bryłką i wstawiano do pieca, gdzie pozostawiano przez całą noc). Następnego dnia prażuch gotowy był do jedzenia.

Zwykle gotowano raz dziennie. Na śniadanie jedzono np. barszcz z ziemniakami, kasze lub kluski z mlekiem, ziemniaki z mlekiem, chleb z żurem, rzadko kawę zbożową lub herbatę z chlebem. O 12 godz. jadano obiad, na który składały się potrawy np. kapusta z chlebem, ziemniaki, bób, groch, fasola, kasza jęczmienna na serwatce lub słodkim mleku, pierogi, wyjątkowo rosół i mięso. Na podwieczorek zwany jużyną - chleb z mlekiem, serem lub postny, zimne ziemniaki z kwaśnym mlekiem. Na wieczór: barszcz z bobem lub fasolą, ziemniaki z kwaśnym mlekiem, kluski drobione, paciarę, kaszę pęczak z mlekiem.

Za przysmaki uchodziły szperka (słonina) i kielbasa gotowana. Jadano to w zapusty lub na chrczinach i popijano herbatą do której dodawano obficie haraku - araku. W zapusty pieczono kołaczki, dodając do nich na talerzyku masło albo ser ze śmietaną lub jajami. Jajecznicę, pierogi i kołaczki jedzono na śniadanie w Zielone Świątki.

(www.skansen.mblsanok.pl)

kom albo posypaną len solą a ozdobeną masłem). Kaše sa jedli napr. s kapustovou juškou alebo žurowým kvasom, za pochútku sa považovala pohánková kaša s mliekom a sušenými slivkami. Pražuch – pripravoval sa z pšeničných otrúb (otruby sa zmiešali v hlinenej nádobe s lyžicou masla alebo smotany, kládla sa na ňu kameninová prikrývka a vkladala sa do pece, kde bola cez celú noc). Nasledujúci deň bol pražuch pripravený na jedenie.

Zvyčajne sa varilo raz denne. Na raňajky sa jedol napr. boršč so zemiakmi, kaše alebo rezance s mliekom, zemiaky s mliekom, chlieb so žurom, riedko obilninová káva alebo čaj s chlebom. O 12. h sa jedol obed, ktorý tvorili jedlá ako napr. kapusta s chlebom, zemiaky, bôb, hrach, fazuľa, jačmenná kaša na srvátke alebo sladkom mlieku, pirohy, výnimočne vývar a mäso. Na olovrant – chlieb s mliekom, syrom alebo pôstny, studené zemiaky s kyslým mliekom. Na večeru: boršč s bôbom alebo fazuľou, zemiaky s kyslým mliekom, rezance mrvené, paciarom, kaša pęczak s mliekom.

Ako pochúťka sa vnímala slanina a varená klobása. Jedlo sa to v období spovedí alebo na krstinách a pil čaj, do ktorého sa pridával hojne harak – arak. V období spovedí sa piekli koláče, pridávali sa k nim na tanieriku maslo alebo tvaroh so smotanou alebo vajcami. Praženicu, pirohy a koláče sa jedlo na raňajky počas sviatkov víťania jari.

(www.skansen.mblsanok.pl)

opracował Krzysztof Zieliński

spracoval Krzysztof Zieliński



Fuczki / Kapustové placky (fučky)



Kartoflak / Zemiaková baba



Pierogi z kaszą gryczaną / Tatarčané pirohy



Bunc / Ovčí syr



Twarde sery typu oscypek / Tvrde syry ako oštiepok



Proziaki / Prožaky



Sery kozie wołoskie: wędzony i biały
/ Valašské kozie syry: údený a biały



Stolniki / Stolníky z postrúhaných zemiakov

BABA PUCHOWA PÁPEROVÁ BÁBOVKA

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Mąki pszennej 25 dag sparzyć wrzącym mlekiem i dokładnie rozetrzeć tak, aby nie zostały grudki. Przykryć i ochłodzić. Dodać 7 dag drożdży, wymieszać, przykryć i czekać aż zaczyn wyrośnie. 10 żółtek ubić z 15 dag cukru pudru na pulchny krem. Ubite żółtka oraz dalsze 25 dag mąki dodać do zaczynu i doskonale wyrobić, by ciasto odstawało od miski i ręki. Dodać 15 dag roztopionego masła, mały kieliszek rumu i szczyptę soli. Znowu wyrobić ciasto ręką, na koniec dodać 20 dag rodzynek. Ciasto przełożyć do wysmarowanej masłem formy, gdy prawie całkowicie urośnie, wypełni formę, piec w dobrze nagrzanym piekarniku 50–55 min. Po wyjęciu ciasto oprószyć cukrem pudrem lub polać lukrem, gdy całkiem ostygnie.

25 dag hladkej múky postupne zaparíme vriacim mliekom a dôkladne miešame tak, aby sa neobjavili hrudky. Prikryjeme to a necháme vychladnúť. Pridáme 7 dag droždí, vymiešame, prikryjeme a čakáme, až cesto narastie. 10 žltkov rozšľaháme s 15 dag práškového cukru na jemný krém. Rozšľahané žltky a ďalších 25 dag múky pridáme k cestu a poriadne premiešame rukou, aby sa cesto nelepilo na miskú a ruku. Pridáme 15 dag roztopeného masla, štamperlík rumu a štipku soli. Pridáme 20 dag hrozienok a opäť premiesime cesto rukou. Cesto vložíme do formy vymastenej maslom. Keď úplne narastie, vyplní celú formu. Pečieme v dobre vyhriatej rúre 50–55 minút. Po vyňatí cesta, keď celkom vychladne, posypeme práškovým cukrom alebo polejeme cukrovou polevou.

BABA WIELKANOCNA PARZONA VEBKONOČNÁ ZÁPAROVÁ BÁBOVKA

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Skladniki: 70 dag mąki, 15 dag masła, 20 dag cukru, 10 dag drożdży, 7 żółtek, 1 szklanka mleka, szczypta soli, cukier waniliowy, rodzynek.

Mleko zagotować i zaparzyć nim tyle mąki, by powstała masa gęstości śmietany. Dokładnie rozetrzeć grudki, dodać drożdże, łyżkę cukru, sól, pozostawić w ciepłym miejscu do wyrośnięcia. Żółtka z cukrem starannie utrzeć na pulchną masę, dodać do wyrośniętego rozczynu, wsypać przesianą mąkę i dokładnie wyrobić ciasto. Ciasto powinno odchodzić od naczynia. Dodać sklarowane masło, wyrabiać jeszcze 20 minut. Wsypać oprószone mąką rodzynek, cukier waniliowy i wszystko wymieszać. Ciasto włożyć do wysmarowanej tłuszczem formy na 1/3 jej wysokości, przykryć i pozostawić do wyrośnięcia. Wkładać do dobrze nagrzanego piekarnika, gdy baba dwukrotnie zwiększy swoją objętość. Po godzinie wyjąć z piekarnika, polukrować.

Komponenty: 70 dkg hladkej múky, 15 dkg masla, 20 dkg cukru, 10 dkg droždí, 7 žltkov, 1 pohár mlieka, štipka soli, vanilínový cukor, hrozienka.

Mlieko privedieme k varu a zaparíme ním tolko múky, aby vznikla masa hustá ako smotana. Poriadne rozotrieme hrudky, pridáme droždí, lyžicu cukru, soľ, cesto dáme na teplé miesto, aby narástlo. Žltky s cukrom starostlivo vyšľaháme na jemnú masu, pridáme ju k vykysnutému cestu, vsypeme zvyšok preosiatej múky a zmes dôkladne vymiesime. Cesto by sa nemalo lepiť o nádobu. Pridáme rozpustené maslo, miesime ešte 20 minút. Nasypeme hrozienka poprášené múkou, vanilínový cukor a všetko premiešame. Cesto vložíme do formy vymastenej tukom do 1/3 jej výšky, prikryjeme ho a necháme vykysnúť. Keď bábovka zväčší svoj objem dvojnásobne, vložíme ju do dobre vyhriatej rúry. Po hodine ju vyberieme z rúry, polejeme cukrovou polevou.

BABKA DROŽDZOWA KYSNUTÁ BÁBOVKA

Przepis: Maria Wojnar, Dukla (Beskid Dukielski)
Recept: Mária Wojnarová, Dukla (Duklianske Beskydy)

Skladniki: 50 dag mąki pszennej, 10 dag mąki kukurydzianej, 6 dag drożdży, 1 całe jajo, 4–5 żółtek, 4 łyżki cukru, 1 szklanka mleka, pół kostki masła, cukier waniliowy, szczypta soli, rodzynek.

Ciepłe mleko połączyć z drożdżami, solą, jedną łyżką cukru i niewielką ilością mąki. Odstawić w ciepłe miejsce, gdy wyrośnie połączyć z pozostałymi składnikami, w ostatniej fazie wyrabiania dodać roztopione masło. Dokładnie wysmarować tłuszczem formę na babkę, włożyć do niej wyrośnięte i przerobione ciasto. Gdy babka urośnie posmarować ją jajkiem i nakłuć. Piec około 50 minut w temperaturze 180°C.

Komponenty: 50 dkg hladkej múky, 10 dkg kukuričnej múky, 6 dkg droždí, 1 celé vajce, 4–5 žltkov, 4 lyžice cukru, 1 pohár mlieka, pol kocky masla, vanilínový cukor, štipka soli, hrozienka.

V teplom mlieku rozmiešame droždí, soľ, jednu lyžicu cukru a trochu múky. Kvások odstavíme na teplé miesto. Keď vykysne, zmiešame ho s ostatnými surovinami. V poslednej fáze miešania pridáme roztopené maslo. Bábovkovú formu dôkladne vymastíme tukom, vložíme do nej hotové vykysnuté cesto. Keď bábovka ešte narastie, treba ju potrieť vajčkom a popichať. Pečieme približne 50 minút pri teplote 180°C.

BABECZKI KRUCHE Z OWOCAMI KREHKÉ KOLÁČIKY S OVOCÍM

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Buków (gmina Haczów)
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Buków (obec Haczów)

Skladniki na 15 sztuk:

Ciasto: 35 dag mąki, 2 żółtka, 1 margaryna, 15 dag cukru pudru, 2 łyżki kwaśnej śmietany, cukier waniliowy, 0,5 łyżeczki proszku do pieczenia.

Nadzienie: 1,5 kostki masła, 0,5 l mleka świeżego, 1 niepełna szklanka cukru, 3 żółtka, budyn waniliowy (60 g), 20 dag winogrono białe, 20 dag winogrono czerwone, pół puszki brzoskwiń w syropie, pół puszki ananasów w syropie, 1 czerwona galaretka (rozpuszczona w szklance wody), 3 kiwi twarde, można dodać truskawkę lub malinę (świeżą).

Z mąki, margaryny, cukru i reszty składników wyrobić gładkie ciasto (schłodzić). Następnie wyłożyć ciastem foremki o średnicy 8 cm i upiec. Przygotować krem: z mleka, cukru, żółtek i budyniu ugotować krem, ostudzić i połączyć z rozartym masłem. Ostudzone babeczki wypełnić kremem, poukładać umyte i odsączone owoce, udekorować zastygniętą galaretką pokrojoną w grubszą kostkę.

Suroviny na 15 koláčikov:

Cesto: 35 dkg múky, 2 žltky, 1 margarín, 15 dkg práškového cukru, 2 polievkové lyžice kyslej smotany, vanilkový cukor, 0,5 čajovej lyžičky prášku do pečiva.

Plnka: 1,5 kocky masla, 0,5 l čerstvého mlieka, 1 necelý pohár cukru, 3 žltky, vanilkový puding (60 g), 20 dkg bieleho hrozna, 20 dkg červeného hrozna, polovica konzervy broskýň zaliatych v sirupe, polovica konzervy ananásov zaliatych v sirupe, 1 červená želatína (rozpustená v pohári vody), 3 tvrdé kivi, taktiež sa môžu pridať jahody alebo maliny (čerstvé).

Z múky, margarínu, cukru a ostatných surovín vymiesime hladké cesto, ktoré dáme schlaďiť. Potom natlačíme cesto do formičiek s priemerom 8 cm a dáme upiecť.

Príprava krému: Z mlieka, cukru, žltok a pudingu uvaríme krém, vychladíme a vymiešame s rozotreným maslom. Vychladené koláčiky naplníme krémom a poukladáme. Umyté a osušené ovocie ozdóbime vychladnutou želatinou pokrývanou na väčšie kocky.

BABKA MAJONEZOWA MAJONÉZOVÁ BÁBOVKA

Skladniki: ¾ szklanki mąki pszennej, ½ szklanki mąki ziemniaczanej, 1 szklanka cukru, łyżeczka proszku do pieczenia, 4 jajka, 15 dag majonezu (kielecki), ½ łyżeczki aromatu rumowego

Białka ubić na sztywno, dodać cukier, następnie żółtka, masę z proszkiem do pieczenia dodawać na przemian z majonezem, lekko wymieszać. Piec około 40 minut w temp. 180°C.

Lukier kawowy: 2/3 szklanki cukru pudru, łyżeczka kawy rozpuszczalnej, 3 łyżki mleka. Cukier ucierać z gorącym mlekiem, dodać kawę.

Komponenty: ¾ pohára pšeničnej múky, ½ pohára zemiakovej múky, 1 pohár cukru, lyžica kypriaceho prášku do pečiva, 4 vajcia, 150 g majonézy (kieleckej), ½ lyžičky rumovej arómy

Z bielkov vyšľahajte tuhý sneh, pridajte cukor, následne žltka, práškovú plnku pridávajte striedavo s majonézou, ľahko vymiešajte. Pečte cca 40 minút pri teplote 180°C.

Kávová cukrová poleva: 2/3 poháre práškového cukru, lyžička rozpustnej kávy, 3 lyžice mlieka, cukor vyšľahajte s horúcim mliekom, pridajte kávu.

BABKA ZIEMNIACZANA ZEMIAKOVÁ BABA

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Recept: Spolku vidieckych gazdín z obci Solina, Baligrod, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Skladniki: 2 kg ziemniaków, 2 cebule, 2 jaja, 2 łyżki mąki ziemniaczanej, 2 łyżki mąki pszennej, 30 dag wędliny, 4 suszone grzyby, 3 ząbki czosnku, 5 łyżek oleju, majeranek, kminek, papryka, tymianek, ziele angielskie, pieprz ziolowy, sól.

Ziemniaki umyć, obrać, oplukać i zetrzeć na tarce o drobnych otworach i lekko odcisnąć sok. Grzyby namoczyć i pokroić w kostkę. Cebulę i wędliny pokroić w kostkę i podsmażyć na oleju dodając pod koniec grzyby, razem chwilę poddusić i następnie połączyć z masą ziemniaczaną. Dodać mąkę oraz jaja. Masę dobrze wymieszać, przyprawić do smaku i wyłożyć do wysmarowanej olejem brytfanny. Piec w piekarniku około 1 godziny. Podawać z surówkami.

Komponenty: 2 kg zemiakov, 2 cibule, 2 vajcia, 2 lyžice zemiakovej múčky, 2 lyžice hladkej múky, 30 dkg údeniny, 4 sušené hriby, 3 strúčiky cesnaku, 5 lyžíc oleja, majorán, rasca, červená paprika, tymián, nové korenie, koriander, horčičné semeno, bobkový list, štiplavá paprika, soľ.

Zemiaky umyjeme, očistíme, opláchneme a na najjemnejšom strúhadle ich postrúhame, ľahko vytlačíme šťavu. Hríby namočíme a pokrájame na kocky. Cibulu a údeninu takisto pokrájame na kocky, ktoré osmažíme na oleji a pridáme hříby. Krátko podusíme, potom zmes zmiešame so zemiakovou masou. Pridáme všetku múku a vajcia. Masu dobre vymiešame, okoreníme ju podľa chuti a vložíme do pekáča vymasteného olejom. Zemiakovú babu pečieme zhruba 1 hodinu. Podávame ju so zeleninovou prílohou.

BANDURZAKI BANDURZAKI (ZEMIAKOVNÍKY)

Przepis/Recept: z Draganowej
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Draganowa

Skladniki: do ciasta chlebowego: 1 szklanka mąki żytniej razowej, 2 szklanki mąki żytniej pytlowanej, 1/2 szklanki ciasta na zakwas, 2 szklanki wody, 1 łyżeczka soli, 1 łyżeczka kminku

Do nadzienia pierogowego: 1,2 kg ziemniaków, 30 dag białego sera, 2 łyżki masła, 4 cebule, 10 dag boczku, sól, pieprz ziolowy

Bandurzak był pieczony przy chlebie, w piecu napalonym drzewem sosnowym. Spód to ciasto chlebowe obrane z dzieży. Trzeba zrobić okrągły placek (jak do pizzy), podnieść lekko brzegi, nałożyć farsz (taki, jak na pierogi ruskie, tylko z większą ilością zasmażanej cebuli). Piec przy chlebie 1 godzinę.

Na chlebowé cesto: 1 šálka žitnej múky, 2 šálky preosiatej žitnej múky, 1/2 šálky cesta na kvások, 2 šálky vody, 1 lyžička soli, 1 lyžička kmínu.

Na pirohovú plnku: 1,2 kg zemiakov, 30 dkg bieleho syra, 2 lyžice masla, 4 cibule, 10 dkg bôčiku, soľ, čierne korenie.

Bandurzak sa piekol vtedy ako aj chlieb, v peci zohrievanej borovicovým drevom. Na spodku chlebowé cesto ošúpať krájačom. Treba urobiť okrúhlu placku (ako na pizzu), jemne nadvihnúť okraje, naložiť plnku (takú ako do ruských pirohov, ale s väčším množstvom popraženej cibule). Piecť pri chlebe 1 hodinu.

BARANINA W WARZYWACH

BARANINA NA ZELEINIE

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
 Recept: Spolku vidieckych gazdín z obci Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Składniki: mięso baranie, warzywa (cebula, czosnek, marchew, pietruszka, por, seler, kapusta), przyprawy (sól, pieprz, koper, kolendra), tłuszcz do smażenia.

Mięso obrać z tłuszczu, przyprawić. Naszpikować czosnkiem, obłożyć cebulą i pozostawić na kilka godzin. Podzielić na porcje. Ułożyć w rondlu i podsmażyć. Dodać dużo pokrojonych warzyw. Zalać wodą i dusić do miękkości. Podawać na gorąco z ziemniakami i surówką.

Komponenty: baranie mięso, zelenina (cibula, cesnak, mrkwa, petrżelen, pór, zeler, kapusta), koreniny (sól, ciemne korenienie, kôpor, koriander), masło.

Mięso odcistíme od loja, okoreníme ho. Našpikujeme cesnakom, obložíme cibulou a necháme stáť na niekoľko hodín. Potom mäso rozdelíme na porcie. Uložíme ho do hrnca, aby sa osmažilo na masti. Pridáme k nemu veľa pokrájanej zeleniny. Zalejeme vodou a dusíme domäkka. Podávame horúce so zemiakmi a zeleninovým obložením.

BARSZCZ

CVIKLOVÁ POLIEVKA (BORŠČ)

Przepis: Huzele (gmina Lesko)
 Recept: Huzele (obec Lesko)

Składniki: 1 kg buraków ćwikłowych, 2 litry wody, 3 łyżki soli, 1 kromka czerstwego chleba.

Najlepszy barszcz robi się z burakowego kwasu, który należy przyrządzić następującym sposobem: buraki obrać, optukać, większe pokroić na kawałki, ułożyć w duży, gliniany albo kamienny garnek i zalać letnią wodą. Gdy postoi w ciepłym miejscu, to po kilku dniach kwas jest już dobry do użycia. Chcąc go mieć na dłużej, trzeba wynieść do piwnicy. Ugotować rosół z mięsa wołowego, dodając kawałek poprzerastanej wieprzowiny, odszumować, włożyć włoszczyznę i parę grzybów i trochę korzeni (przypraw). Gdy się ugotuje, doprawić go kwasem buraczanym i razem przegotować, ale niezbyt długo, bo straci smak i kolor. Jeśli barszcz będzie mało czerwony, trzeba utrzeć surowego buraka. Można go podawać jako barszcz czysty w filiżankach lub z włoszczyzną i mięsem.

Komponenty: 1 kg červenej repy (cvikly), 2 l vody, 3 lyžice soli, 1 krajec suchého chleba.

Najlepší baršč sa robí z cviklového zákvasu, ktorý treba pripraviť nasledujúcim spôsobom: očistíme surovú cviklu, ktorú opláchneme, pokrájame na kúsky, uložíme do väčšej hlinenej alebo kameinovej nádoby a zalejeme osolenou letnou vodou. Navrch dáme krajec suchého chleba. Po niekoľkých dňoch na teplom mieste je zákvas hotový. Ak ho chceme mať dlhšie, musíme ho dať na chladné miesto. Pripravíme hovädzí vývar, do ktorého môžeme

pridať trochu chudej bravčoviny. Z vývaru pozbierame penu, vložíme doň zeleninu a niekoľko hribov. Okoreníme ho. Keď je hotový, vlejeme doň časť cviklového zákvasu a chvíľu povaríme, no nie dlho, pretože polievka stratí chuť a farbu. Ak boršč bude málo červený, treba doň postrúhať surovú cviklu. Možno ho podávať precedený v šáľkach alebo so zeleninou a mäsom.

BARSZCZ (CZYSTY) Z BOBEM BORŠČ (ČISTÝ) S BÔBOM

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Haczów
 Recept: Spolku vidieckych gazdín, Haczów

Składniki: 2 l wody, 6–10 buraków ćwikłowych, 20–25 dag kości, 3 pietruszki, 3 marchewki, 1 cebula, 2 łyżki tłuszczu, ½ l kwasu z buraków, kilka ząbków czosnku, sól, cukier, pieprz do smaku, 2–3 listki laurowe.

Jarzyny obrać, można oddzielnie ugotować wywar z marchwi i pietruszki na kościach, oddzielnie ugotować obrane, pokrojone buraczki ćwikłowe lub gotować je w łupinach, gdy są miękkie, odcedzić, obrać, zetrzeć na tarce o grubych oczkach i takie dodać do wywaru. Całość zagotować, po zagotowaniu przecedzić, przyprawić do smaku usmażoną na smalcu lub innym tłuszczu cebulę, dodać czosnek rozarty z solą (cukier, pieprz – do smaku) i kwas buraczany. Do barszczu podać ugotowany oddzielnie bób lub fasolę „Jasiek”.

Komponenty: 2 l vody, 6–10 cvikiel, 20–25 dkg kostí, 3 petržleny, 3 mrkvy, 1 cibula, 2 polievkové lyžice tuku, 1/2 l kyslého nálevu z cvikle, niekoľko strúčikov cesnaku, soľ, cukor, korenienie na dochutenie, 2–3 bobkové listy.

Očistíme zeleninu, z mrkvy a petržlenu môžeme spolu s košťami urobiť vývar, samostatne uvariť očistenú a pokrájanú cviklu, pokiaľ je mäkká, tak ju varíme v šupke, potom precedíme, očistíme, podrháme na strúhadle s veľkými očkami a pridáme do vývaru. Všetko prevaríme, po prevarení scedíme, ochutíme usmaženú na masti alebo inom tuku cibulú, pridáme pretlačený cesnak vymiešaný so soľou (cukor a korenienie – na ochutenie) a kyslý nálev z cvikle. Do boršču môžeme podávať samostatne uvarený bób alebo fazuľu „švábku”.

BARSZCZ Z PASZTECIKAMI BORŠČ S PIRÔŽKAMI

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Wzdów (gmina Haczów)
 Recept: Spolku vidieckych gazdín, Wzdów (obec Haczów)

Barszcz: 1 kg buraczków ćwikłowych, porcja rosółowa, koncentrat z buraków, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, czosnek, pieprz, sól.

Z porcji rosółowej ugotować rosół, natomiast w drugim garnku z buraków ćwikłowych ugotować wywar buraczany. Po ugotowaniu się buraków przecedzić wywar i połączyć z rosółem, dodając do smaku koncentrat z buraków oraz pozostałe składniki.

Paszteciki: Ciasto: 30 dag mąki, 1 margaryna, 4 dag drożdży, ½ szklanki śmietany, 2 żółtka. Farsz: mięso ugotowane przepuścić przez maszynkę, doprawić do smaku.

Zarobić ciasto na stolnicy, rozwałkować, nałożyć farsz, uformować paszteciki, posmarować jajkiem, ułożyć na formie wysmarowanej tłuszczem, piec w temp 200°C przez 30 min.

Suroviny na prípravu boršču: 1 kg červenej repy, drobký na polievku, koncentrát z červenej repy, nové korenie, bobkový list, majorán, cesnak, čierne korenie, soľ.

Z drobkov uvarte kuraciu polievku a v druhom hrnci uvarte vývar z červenej repy. Po uvarení repy precedte vývar, spojte s kuracou polievkou, dochuťte koncentrátom z červenej repy a ostatnými surovinami.

Komponenty: suroviny na prípravu pirôžkov: Cesto: 30 dkg múky, 1 margarín, 4 dkg droždí, ½ pohára smotany, 2 žltka. Plnka: uvarené mäso prepasírujte cez stroj, dochuťte.

Urobte cesto na doske, rozvaľkajte, naložte plnku, urobte pirôžky, natrite vajíčkom, uložte do formy natretej tukom, pečte vyše 30 min pri teplote 200°C.

BARSZCZ (KVASÓWKA) **KYSLÁ POLIEVKA (KVASOVKA)**

Przepis: Tereza Kyszcza – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszcza – Tradicijne lemkiwskie jedla

Skladniki: 2 litry kwasu z kiszzonej kapusty, 1 szklanka wody, 1 cebula, 2 łyżki mąki.

Zagotować 2–3 litry kwasu z kiszzonej kapusty. Jeśli kwas jest zbyt kwaśny należy go rozrzedzić wodą. Podsmażyć cebulę na tłuszczu, 1–2 łyżki mąki rozmieszać z wodą, wlać do waru i pogotować jeszcze chwilę. Potem dorzucić liść laurowy, sól, pieprz. Można dorzucić buraka ćwikłowego. Podawać z ziemniakami, chlebem. W talerzu można zaprawić śmietaną.

Komponenty: 2 l šťavy z kyslej kapusty, 1 pohár vody, 1 cibula, 2 lyžice hladkej múky, masť.

Privedieme do varu 2-3 litre šťavy z kyslej kapusty. Ak je šťava veľmi kyslá, môžeme ju rozriediť vodou. Osmažíme pokrájanú cibuľu na masť, 1-2 lyžice múky rozmiešame s vodou. Oboje dáme do vriacej šťavy a chvíľu povaríme. Potom pridáme bobkový list, soľ, čierne korenie. Môžeme pridať červenú repu. Podávame so zemiakmi, chlebom. Do polievky na tanieri môžeme pridať kyslú smotanu.

BARSZCZ NA SERWATCE **BORŠC NA SRVÁTKE**

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich w Kątach (gmina Nowy Żmigród)
Recept: Krúžok dedinských gazdiniiek v Kątach (obec Nowy Żmigród)

Skladniki: 4 buraki, 1 l serwatki, 2 szklanki (lub nieco więcej) wody, 1-2 ząbki czosnku, 6 łyżek mleka, 5 łyżek śmietany, 1 czubata łyżka mąki, sól, pieprz, natka pietruszki, 1-2 łyżki koperku posiekanego, przesmażona słonina z cebulą.

Serwatkę precedzić, wymieszać z wodą (jeśli serwatka jest bardzo kwaśna, trzeba wlać więcej wody), dodać obrany czosnek i zagotować. Buraki obrać, pokroić w kostkę, włożyć do gotującej się serwatki z wodą. Mleko wymieszać z mąką, wlać do zupy, zagotować, odstawić. Do śmietany wsypać sól, wymieszać, wlać kilka łyżek gorącego wywaru, połączyć z resztą zupy (uważać, aby śmietana nie zwarzyła się), podgrzać. Przyprawić do sma-

ku solą i pieprzem. Do zupy można dodać trochę smażonej słoniny z cebulą. Talerz barszczu posypać posiekanym koperkiem i natką. Podawać z ziemniakami.

Komponenty: 4 cvikly, 1 liter srvátky, 2 šálky (alebo aj viacej) vody, 1 – 2 strúčiky cesnaku, 6 lyžíc mlieka, 5 lyžíc smotany, 1 kopcovitá lyžica múky, soľ, čierne korenie, petržlenová vňať, 1 – 2 lyžice posekaného kôpru, smažená slanina s cibuľou.

Zhotovenie: srvátku precediť, premiešať s vodou (ak je srvátka veľmi kyslá, treba vliať viac vody), pridať ošúpaný cesnak a variť. Cvikly ošúpať, pokrájať na kocky, vložiť do vriacej srvátky s vodou. Mlieko rozmiešať s múkou, vliať do polievky, povariť, odstaviť. Do smotany nasypať soľ, rozmiešať, vliať niekoľko lyžíc horúceho vývaru, spojiť so zvyškom polievky (dať pozor, aby smotana nevrela), prihriať. Dochutiť soľou a čiernym korením. Do polievky možno pridať trochu smaženej slaniny s cibuľou. Tanier boršču posypať posekaným kôprom a vňaťou. Servírovať so zemiakmi.

BARSZCZ CZYSTY **ĆIRA CVIKŁOVÁ POLIEVKA**

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich z Równego (Beskid Dukielski)
Recept: Spolku vidieckych gazdín z Rovného (Duklianske Beskydy)

Przygotowanie zakwasu buraczanego: w kamiennym garnku lub słoju ułożyć 1,5 kilograma buraków umytych, obranych i pokrojonych w cienkie plastry. Zalać je taką ilością ciepłej wody, by były dobrze przykryte. Dodać kromkę razowego chleba i obwiązać garnek czystą ściereczką. Postawić w ciepłym miejscu na kilka dni. Z powierzchni ukiszonych buraków zebrać pianę i zlać klarowny kwas buraczany do butelek. Butelki szczelnie zakorkować, wstawić do chłodnego miejsca, wykorzystywać według potrzeb.

Przygotowanie zupy: z włoszczyzny i przypraw ugotować esencjonalny wywar. Buraki oczyścić, pokroić w plasterki i dodać do wywaru na około 10 minut przed zakończeniem gotowania. W innym naczyniu ugotować opłukane i namoczone prawdziwki. Połączyć wywary, warzywny oraz grzybowy, dodać zakwas buraczany. Podgrzać barszcz do momentu wrzenia, lecz nie gotować. Bardzo starannie przyprawić zupę, dodając odrobinę cukru. Na pół godziny przed podaniem przyprawić do smaku startym czosnkiem. Posypać posiekaną zieloną pietruszką lub koperkiem.

Barszcz czerwony zrobił w naszym regionie „ogromną karierę”. To zupa wykwintna, podawana z uszkami, kołdunami, paluszkami, pasztecikami, pieczonymi lub smażonymi pierożkami. Barszcz zabieleny śmietaną jest zupą popularną – podawaną z ziemniakami, jajami ugotowanymi na twardo lub fasolą. Aby fasola była miękka i smaczna, należy ją moczyć w letniej przegotowanej wodzie około 12 godzin. Następnie zagotować, wodę odlać (usuniemy w ten sposób część substancji wzdymających), ponownie zalać gorącą wodą i gotować. Gdy fasola będzie prawie miękka, posolić.

Príprava cviklového zákvasu: Do kameninovej nádoby alebo zaváraninovej fľaše uložíme 1,5 kg surovej cvikly, očistenej, umytej a pokrájanej na tenké plátky. Zalejeme ju takým množstvom teplej vody, aby plátky nevyčnievali. Pridáme krajec čierneho chleba a nádobu ovinieme čistou utierkou. Necháme ju stáť niekoľko dní na teplom mieste. Z povrchu vykvasenej cvikly odoberieme penu a číry cviklový zákvas zlejeme do fliaš. Fľaše riadne zazátkujeme, postavíme ich na chladné miesto. Môžeme ich využívať podľa potrieb.

Príprava polievky: Zo zeleniny a korenín pripravíme silný vývar. Cviklu očistíme, pokrájame na plátky a pridáme do vývaru zhruba na 10 minút pred dovarením. V inej nádobe uvaríme opláchnuté a namočené hríby. Zmiešame oba vývary, zeleninový i hríbový, vlejeme cviklový zákvas. Zohrejeme polievku do bodu varu, ale nevaríme. Pridáme do nej menšie množstvo cukru tak, aby sa nezmútila. Po hodiny pred podávaním dochutíme rozotretým cesnakom. Polievku posypeme posekanou petržlenovou vňaťou alebo kôprom.

Červený boršč je v tomto regióne už roky veľmi populárnou polievkou. Ide o znamenitú polievku, podávanú s hríbovými a mäsovými pirôžtekami, slanými tyčinkami z lístkového cesta, paštétami, s pečenými alebo smaženými pirôžkami. Boršč s pridaním kyslej smotany je častou polievkou na podkarpatskom stole, servíruje sa so zemiakmi, natvrdo uvarenými vajčkami alebo s fazuľou. Aby fazuľa bola mäkká a chutná, treba ju namočiť do letnej prevarenej vody približne na 12 hodín. Potom ju uvedieme do varu, vodu vylejeme (tak sčasti odstránime nafukujúce látky) a fazuľu opäť zalejeme horúcou vodou a varíme. Keď je fazuľa takmer mäkká, osolíme ju.

BARSZCZ KISZONY CVIKLOVÝ ZÁKVAS

Przepis: Halina Farbaniec z Jaślisk
Recept: Halina Farbaniecová z Jaślisk

Skladniki: 2 litry wody zagotować i ostudzić, 8 buraków ćwikłowych, sól, pieprz, 4 ząbki czosnku, 1 mała kromka chleba.

Buraki obrać, pokroić na drobne paski. Zalać ostudzoną wodą, doprawić solą i pieprzem, ząbkami czosnku. Na wierzch położyć krajec chleba i odstawić w ciepłe miejsce na pięć dni.

Komponenty: 2 l vody, 8 ks červenej repy, soľ, čierne koreníe, 4 strúčiky cesnaku, 1 menší krajec chleba.

Cviklu očistíme a pokrájame na drobné pásiky. Zalejeme ju prevarenou a vychladenou vodou, pridáme soľ, čierne koreníe a strúčiky cesnaku. Navrch položíme krajec chleba a odstavíme na teplé miesto na 5 dní.

BARSZCZ ŁEMKOWSKI ŁEMKOVSKÝ BORŠČ

Przepis: Maria Gocz, Zyndranowa (Beskid Dukielski)
Recept: Maria Gocz, Zyndranowa (Duklianske Beskydy)

Pokroić 4 duże buraki ćwikłowe. Dodać marchew, pietruszkę, seler, por i gotować. Pod koniec dodać liść laurowy, ziele angielskie. Po ugotowaniu zakwasić do smaku kiszonym barszczem.

W garnuszku rozmaćić kwaterkę śmietany z 2–3 łyżkami mąki. Do tego dodać trochę wywaru z barszczu, wymieszać i zalać gotujący barszcz. Można gotować na kościach rosółowych lub na boczku. Podawać z ziemniakami, jajkiem lub fasolą.

Pokrájať 4 veľké cvikly. Pridať mrkvu, petržlen, zeler, pór a variť. Na konci pridať bobkový list, nové koreníe. Po uvarení urobiť kyslú chuť kyslým borščom. V hrnčeku roztrepať štvrtku smotany s 2 – 3 lyžicami múky. Do toho pridať trochu vývaru z boršču, rozmiešať a zaliať varený boršč. Možno variť na polievkových kostiach alebo na bôčiku. Servírovať so zemiakmi, vajčkom alebo fazuľou.

BARSZCZ ŻYJNI POLIEVKA Z KVASENEJ RAŽE

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Skladniki: 1,5 wody, 1 łyżeczka ciasta chlebowego, 3 łyżki mąki żytniej, wędzonka i kości wieprzowe, marchewka, seler, pietruszka; przyprawy: liść laurowy i ziele angielskie, śmietana.

Rozrabiamy zakwas i zostawiamy do kiszenia na 10 godzin. Następnie gotujemy wywar z kości, wędzonki, warzyw, dodajemy liść laurowy, ziele angielskie – wszystko cedzimy. Łączymy z rozczytnem, zagotowujemy – doprawiamy czosnkiem, solą, pieprzem. Podprawiamy śmietaną. Można podać z ziemniakami, jajkiem na twardo lub chlebem.

Komponenty: 1,5 l teplej vody, 1 łyżička chlebowého cesta, 3 lyžice ražnej múky, údenina a bravčové kosti, mrkva, zeler, petržlen, kyslá smotana, cesnak, bobkový list, nové koreníe, čierne koreníe, soľ.

Pripravíme ražný zákvas, ktorý dáme kvasiť na 10 hodín. Potom pripravíme vývar z kostí, údeniny, zeleniny, pridáme bobkový list a nové koreníe – vývar precedíme. Doň vlejeme zákvas, privedieme ho k varu. Polievku dochutíme rozotretým cesnakom, soľou a čiernym korením. Primiešame kyslú smotanu. Polievku môžeme podávať so zemiakmi, vajčkom natvrdo alebo s chlebom.

BIGOS WIEJSKI VIDIECKY BIGOS

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich Jasionów (gmina Haczów)

Recept: Spolku vidieckych gazdín, Jasionów (obec Haczów)

Skladniki: 3 kg kapusty kwaszonej, 2 średnie główki kapusty świeżej, 2 kostki smalcu, 2 kg mięsa gulaszowego, 1,5 – 2 kg kielbasy, przecier pomidorowy, sól, pieprz do smaku.

Kapustę świeżą pokroić i ugotować w lekko osolonej wodzie, gdy miękka odcedzić. Kapustę kwaszoną ugotować oddzielnie, gotować dłużej od świeżej. Mięso gulaszowe podsmażyć na smalcu w brytfance do miękkości na złoty kolor. Kielbasę pokroić i podsmażyć lekko na tłuszczu na patelni. Gdy kapusta będzie ugotowana i mięso gotowe, połączyć wszystkie składniki razem, dodać kilka ziarenek ziola angielskiego, liścia laurowe-

go, przecier pomidorowy, sól, pieprz do smaku. Wszystko to razem dusić na wolnym ogniu od 30 min. do 1 godziny.

Komponenty: 3 kg kyslej kapusty, 2 stredne veľké hlávky čerstvej kapusty, 2 kocky masť, 2 kg mäsa do gulášu, 1,5–2 kg klobásy, paradajkový pretlak, na dochutenie soľ a korenie.

Čerstvú kapustu pokrájame a uvaríme v trochu osolenej vode a keď zmäkne, odcedíme. Kyslú kapustu varíme samostatne a varíme ju dlhšie ako čerstvú kapustu. Gulášové mäso jemne usmažíme na masť v pekáči na mäkkó do zlatista. Klobásu pokrájame a jemne usmažíme na tuku na panvici. Keď sa kapusta uvarí a mäso bude hotové, spojíme všetko dohromady, dodáme niekoľko zrníek nového korenia, bobkový list, paradajkový pretlak, soľ a korenie na dochutenie. Všetko spolu dusíme na slabom ohni od 30 min. do 1 hod.

BIGOS PO JAŁOWSKU BIGOS PO JAŁOVSKY

Przepis: „Zamłyniaki” – Jałowe (gmina Ustrzyki Dolne)
Recept: Spolku Za młynom – Jałowe (obec Ustrzyki Dolne)

Składniki: 2 kg cebuli, 2–3 papryki czerwone, 80 dkg kielbasy albo boczek wędzonego, 2 średnie porcje przecieru pomidorowego, tłuszcz do smażenia, sól, pieprz i liść laurowy, 4–5 ziarenek ziela angielskiego, czerwona fasola.

Cebulę obrać, paprykę wypłukać i oczyścić. Warzywa pokroić w podłużne paski i dusić na patelni z dodatkiem tłuszczu. Kielbasę pokroić w kostkę i na osobnej patelni podsmażyć na rumiany kolor, dodać do cebuli. Bigos dusić na wolnym ogniu, z miarą podlewać wodą, na koniec dodać przecier pomidorowy, przyprawę, śmietanę celem zagęszczenia potrawy. Dusić jeszcze przez 5–10 minut.

Komponenty: 2 kg cibule, 2–3 kapie, 80 dkg klobásy alebo slaniny, 2 malé paradajkové pretlaky, masť, soľ, čierne korenie a bobkový list, 4–5 zrníek nového korenia, červená fazuľa v konzerve.

Cibuľu a kapiu očistíme a umyjeme. Zeleninu pokrájame na pásiky a podusíme ju na masť v panvici. Klobásu nakrájame na kocky a v ďalšej panvici ju osmažíme dozlatista. Pridáme ju k cibuli. Tento bigos dusíme na miernom ohni, ľahko ho podlievame vodou. Nakoniec pridáme paradajkový pretlak, červenú fazuľu, koreniny a smotanou zahustíme. Dusíme ešte 5–10 minút.

BOBAŁKI Z MAKIEM GESTOVINOVÉ GULIČKY S MAKOM

Przepis: Cisna
Recept: Cisna

Składniki: 1 kg mąki, 1 jajko, 100 g maku, 2 łyżki miodu, 1 łyżka cukru.
Ciasto jak na pierogi formować w kuleczki, ugotować, odcedzić. Mak przygotować na słodko, połączyć z kluskami, wymieszać. Podawać na garęco.

Komponenty: 1 kg hladkej múky, 1 vajce, 100 g maku, 2 lyžice medu, 1 lyžica cukru.

Cesto na pirohy sformujeme do guľičiek, uvaríme ich a odcedíme. Mak zmiešame s medom a cukrom, zmiešame ho s guľičkami. Podávame horúce.

BRYNDZA / BRYNDZA

Przepis: Tereza Kyszczyk – „Tradycijni lemkiwśki strawy”
Recept: Tereza Kyszczyk – Tradicijne lemkovśke jedla

Składniki: 1 litr owczego mleka, 1 zasuszony cielęcy żołądek, 1 kg świeżego twarogu, 1 łyżka soli.

Do świeżego owczego mleka dodaje się kawałek zaszuszonego cielęcego żołądka (cielaka jednotygodniowego), następnie naczynie zostawia się w ciepłym pomieszczeniu. Po pewnym czasie robi się ser-grudka. Wówczas bierze się świeży ser z krowiego mleka i ser-grudkę z owczego mleka, całość soli, dobrze ręką miesza, kładzie w drewniane beczki, ugniata, nakrywa płótnem, drewnianą przykrywką, a na wierzch kładzie kamień. Tak przygotowane przechowywać w chłodnym miejscu. Bryndza była niemal codzienną strawą Łemków i Bojków.

Komponenty: 1 l ovčieho mlieka, 1 vysušeny telacj žalúdok, 1 kg čerstvého tvarohu, 1 lyžica soli.

Do čerstvého ovčieho mlieka dáme kúsok suchého telacieho žalúdka (z jednotýždňového teľata), nádobu necháme v teplej miestnosti. Po istom čase sa mlieko zrazí na hrudkovitý syr. Tento syr z ovčieho mlieka zmiešame s čerstvým tvarohom z kravského mlieka a soľou, musíme to dobre vymiešať rukou. Dávame do suda, ktorý prikryjeme plátnom, dreveným vekom a navrch položíme kameň. Takto pripravenú bryndzu uskladňujeme na chladnom mieste. Bryndza bola súčasťou každo-dennej stravy Lemkov a Bojkov.

BRYNDZA KOZIA KOZIA BRYNDZA

10 października 2005 roku wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych 10. października 2005 bola zapísaná do Zoznamu tradičných výrobkov Producent: Rodzinne Gospodarstwo Ekologiczne „Figa” Waldemar i Tomasz Maziejuk, Mszana 44/2, 38-454 Tylawa, tel. 013 433 11 80
Výrobca: Rodinné ekologické gazdovstvo Figa, Waldemar a Tomasz Maziejuk, Mszana 44/2, 38-454 Tylawa, tel. 13 433 11 80

Charakterystyka: 200 g masy kremovej, przechowywanej w szklanym naczyniu. Barwa jasna do średnio białej. Smak i zapach lekko słony, ostry charakterystyczny dla bryndzy, z końcowym posmakiem lekkiej goryczy.

Tradycja, pochodzenie oraz historia

Bryndza kozia była wytwarzana w Beskidzie Niskim już blisko pięć wieków temu. Przykładem może być wykaz powinności wsi Kroliewa (obecnie Królów Ruska) zamieszczony w Lustracji województwa krakowskiego z 1564 r.: „(...) w tej wsi kmieci osiadłych 12, którzy zasiedli prawem wołoskiem. Ci pieniężnego czynsza nie płacą ani robią, tylko dań bydłęcą dawają. Naprzód każdy (z) swego dworzyska dawa po dwu baranów (...) kozły 2

i syry 2, której daniej wedle sprawy urzędowej dostało się tego roku baranów 24, kozłów 9 i syrów 9 (...). Item oprawnego płacą per gr. 1 (...). Item dawają na Wielką Noc po jarząbku (...). Szołtys dawa (...) popręgi 2 i jarząbki 2 (...). Pop – 2 jarząbki i 2 popręgi (...)" (Lustracja Województwa Krakowskiego 1564 r., Warszawa 1962, s.186).

Od połowy XIV wieku na teren opanowanej przez Kazimierza Wielkiego Rusi Czerwonej zaczęli napływać Wołosi. Jako ludność pasterska osiedlali się na obszarach górskich, niezdatnych przy ówczesnej technice rolniej do uprawy i dlatego niezasiedlonych. W 2. połowie XIV w. pojawili się Wołosi w Ziemi Sanockiej, a od początku XV w. w okolicach Biecza.

Metoda produkcji bryndzy koziej nie uległa zmianom od wieków. Surowcem jest bundz kozi, wytworzony z mleka koziego od kóz rasy karpackiej, dobrze przystosowanych do surowych warunków klimatycznych. Charakterystyczny bogaty smak mleka i jego przetworów wynika z ekstensywnie użytkowanych łąk i pastwisk, na których gospodaruje się metodami ekologicznymi. Latem kozy pasą się swobodnie na dużych przestrzeniach łąk o bogatym w zioła i inne gatunki traw poroście, ze stałym dostępem do wodopoju i miejsc ocienionych. Zimą kozy żywione są sianem pochodzącym z tych łąk, które nie służyły do bezpośredniego wypasu. Te łąki kośne są bogate w zioła. Kozy doi się w pomieszczeniach przewiewnych, suchych lub pod gołym niebem. Mleko przechowuje się i przetwarza w tradycyjnych drewnianych naczyniach. Do pozyskania skrzepu (kługania) używany jest enzym podpuszczki (stosowanej obecnie w mleczarstwie). Natomiast dawniej podpuszczka pozyskiwana była z wysuszonych żołądków osesków (cieląt).

„Na pastwisku nie prowadzono przeróbki mleka. Noszono je do wsi, a tam za pomocą kłagu (podpuszczka z cielęcego żołądka) robiono z niego «bundz», a następnie «bryndziu». Oprócz owiec chowano dawniej na Łemkowszczyźnie kozy. W zimie można było zobaczyć małe stada owiec i kóz, wypędzane po śniegu do lasu, gdzie pasły się obgryzając gałązki drzew i krzewów" (prof. Roman Reinfuss – etnograf, Śladami Łemków, Warszawa 1990 r.).

Metoda výroby koziej bryndze je odjakživa rovnaká. Ako surovina sa používa kozí bundz, vytvorený z mlieka od kozy karpatskej, ktorá je dobre prispôsobená drsným klimatickým podmienkam. Príznačná, plnohodnotná chuť mlieka a mliečnych výrobkov vyplýva z extenzívneho obhospodarovania lúk a pastvísk, kde sa využívajú ekologické metódy. V lete sa kozy pasú voľne na rozsiahlych lúkach s množstvom bylín a ďalších druhov tráv, majú prístup k napájadlám a tienistým miestam. V zime sú kozy kŕmené senom z tých lúk, ktoré neboli využívané na bezprostrednú pašu. Kozy sú dojené vo vetranych a suchých miestnostiach alebo pod holým nebom. Mlieko sa uskladňuje a spracúva v tradičných drevených nádobách. Ako syridlo sa používa enzým chymozín, všeobecne aplikovaný v mliekarstve. Kedysi bol chymozín získavaný z vysušených žalúdkov najmladších teliat.

BUŃKA DROŻDZOWA KYSNUTÁ PLETENICA

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich Równe (Beskid Dukielski)
Recept Spolku vidieckych gazdín z Rovného (Duklianske Beskydy)

Skladniki: 1 kg mąki pszennej, 5 dag drożdży, pół litra mleka, 3 żółtka, 1 całe jajko, pół kostki masła, 2 łyżki cukru, szczypta soli.

Mleko podgrzać, dodać cukier, sól, drożdże i tyle mąki, aby powstał rozczyń gęstości kwaśnej śmietany. Odstawić do wyrośnięcia, gdy rozczyń wyrośnie dodać jaja, żółtka, resztę mąki i wyrobić. Pod koniec wyrabiania dodać roztopiony tłuszcz. Pozostawić ciasto do wyrośnięcia w ciepłym miejscu. Wysmarować tłuszczem blachę, ciasto przerobić, podzielić na cztery części, uformować z nich wałki. Spleść ciasto, wyłożyć do blachy, wyrośnięte posmarować roztrzepanym jajem, nakłuć i posypać makiem. Piec w średnio nagrzanym piekarniku około 1 godziny.

Komponenty: 1 kg hladkej múky, 5 dag drozdia, pol litra mlieka, 3 žltky, 2 celé vajcia, pol kocky masla, 2 lyžice cukru, štipka soli.

Zohrejeme mlieko, pridáme cukor, soľ, droždie a toľko múky, aby vzniklo riedke cesto s hustotou kyslej smotany. Necháme odstáť. Keď cesto narastie, pridáme vajce, žltky, zvyšok múky a vymiesime. Pred koncom miesenia pridáme roztopené maslo. Cesto dáme vykysnúť na teplé miesto. Vymastíme plech, cesto jemne premiesime a rozdelíme ho na štyri časti, z ktorých sformujeme podlhovasté valčeky. Z nich upletieme vrkoč, ktorý položíme na plech. Počkáme, kým nenarastie. Potom ho pretrieme rozšľahaným vajíčkom, popicháme a posypeme makom. Pečieme v stredne vyhriatej rúre približne 1 hodinu.

CHLEB BOJKOWSKI OWSIANY OVSEŇÝ BOJKOVSKÝ CHLEB

Rozczyn przygotować na bazie zakwasu do którego dodajemy czosnku, ziela angielskiego, mąki owsianej lub płatków owsianych, można dodać śmietany. Tak przygotowany rozczyń powinien stać co najmniej 12 godzin, ale najlepiej jak postoi 2–3 dni. W trakcie stania odlewa się „wodę”, którą później można dodać do ciasta. Do tak odstanego rozczyń dodaje się wodę (może być mleko) i ziemniaki (powodują, że chleb może dłużej leżeć i jest bardziej zbity) tarte lub ugotowane dokładnie pogniecione, mąkę owsianą przesianą 1 raz (łuski wybrać). Ciasto nie jest gęste, dlatego należy użyć foremek, bez foremki chlebek rozlewa się i przyjmuje formę placka. Można użyć gotowej mąki owsianej bez łusek, wówczas chleb jest smaczniejszy.

Pripravíme zákvas z cesnaku, nového korenia, ovsenej múky alebo ovsených vločiek, môžeme pridať kyslú smotanu. Zákvas by mal stáť aspoň 12 hodín, odporúča sa, aby stál 2-3 dni. Kým kysne, odliavame čiru tekutinu, ktorú neskôr môžeme vliať do cesta. Do odstátého zákvasu sa pridávajú voda (môže byť mlieko), zemiaky (vdaka nim môže chlieb dlhšie ležať a je celistvejší), či už postrúhané alebo popučené po uvarení, a preosiata ovsená múka (šupky odstránime).

Cesto nie je husté, preto musíme použiť formy na pečenie. Bez nich sa chlieb sploští. Môžeme zužitkovať ovsenú múku, kúpenú už bez šupiek, vtedy je chlieb chutnejší.

CHLEB DOMOWY I DOMÁCI CHLEB I.

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Skladniki: 1 szklanka mąki żytniej razowej, 2 szklanki mąki żytniej pyłowanej, pół szklanki ciasta na zakwas, 2 szklanki wody, 1 łyżeczka soli, 1 łyżeczka kminku.

Rozpuścić ciasto na zakwas w letniej wodzie, dodać mąkę razową i pozostawić w ciepłym miejscu na noc, aby rozczyln dobrze się ukwasił. Dodać resztę składników, wyrabiać około 30 minut gęste ciasto i pozostawić do wyrośnięcia. Ciasto ponownie wyrobić i uformować mokrą dłonią bochenek. Na jego obwodzie zrobić dłonią dekoracyjne wgłębienia, pozostawić do wyrośnięcia. Nagrzać piekarnik do temperatury 220°C, włożyć chleb, po około 30 minutach, jeżeli potrzeba, lekko obniżyć temperaturę. Piec około 90 minut. Po wyjęciu z pieca skórkę chleba posmarować wodą, gdy chleb jest w foremce, wyjąć go z niej po około 10 minutach.

Komponenty: pol pohára cesta na zákvas, 2 poháre vody, 1 lyžica soli, 1 lyžica celej rasce, 1 pohár celozrnej ražnej múky, 2 poháre svetlej ražnej múky.

Cesto na zákvas rozpustíme v letnej vode, pridáme celozrnnú múku, vymiešame a necháme cez noc na teplom mieste, aby kvas dobre vykysol. Pridáme zvyšok surovín a husté cesto miesime asi 30 minút. Potom ho necháme narásť. Cesto znova zamiesime a sformujeme mokrou rukou bochník. Po jeho obvodzie urobíme rukou ozdobné zárezy, peceň necháme nakysnúť. Rúru zohrejeme na teplotu 220°C, vložíme do nej chlieb. Zhruba po 30 minútach, ak treba, pomaly znížime teplotu. Pečieme okolo 90 minút. Po vyňatí z rúry, keď chlieb je ešte vo forme, potrieme chlebovú kôrku vodou. Vyberieme ho z formy asi po 10 minútach.

CHLEB DOMOWY II DOMÁCI CHLEB II.

1 kg mąki żytniej razowej zalać 1 l wody i 10 dag drożdży, odstawić na ok. 4 godz. Dodać 2 kg mąki pszennej razowej, 2 czubate łyżki soli i wyrobić ciasto. W razie konieczności dodać wody. Odstawić na 2 godz. Przerobić ciasto i formować chleby, można włożyć do foremek uprzednio wysmarowanych tłuszczem (do ok. ¾ ich wysokości). Odstawić na 1 godz. Wstawić do nagrzanego do 200°C pieca lub piekarnika i piec 1 godz.

1 kg celozrnej ražnej múky zalejeme 1 litrom vody s 10 dkg droždí, vymiešame a odstavíme zhruba na 4 hodiny. Dodáme 2 kg celozrnej pšeničnej múky, 2 vrchovaté lyžice soli a vymiesime cesto. V prípade potreby pridáme vodu. Odstavíme na 2 hodiny. Z cesta po premiesení sformujeme viacero chlebov, vlo-

žíme ich do foriem vymastených asi do troch štvrtín ich výšky. Odstavíme na 1 hodinu. Potom chleby vložíme do pece alebo rúry vyhriatej na 200°C a pečieme 1 hodinu.

CHLEB DOMOWY III DOMÁCI CHLEB III.

Zaczyn: 5 dag drożdży, 1 szklanka mąki żytniej, 1 szklanka letniej wody.

Ciasto chlebowe: ½ kg mąki żytniej, 20 dag mąki pszennej, 1 szklanka otrąb, ok. ½ l ciepłej wody, kminek, mak, sól, smalec do wysmarowania blaszki.

Zanim przystąpimy do pieczenia chleba, przygotowujemy zaczyn: drożdże rozpuszczamy w letniej wodzie i mieszamy z mąką. Czekamy do wyrośnięcia. Kiedy zaczyn wyrośnie dodajemy do niego pozostałą mąkę żytnią i pszenną, sól, otręby i kminek i długo (ok. pół godziny) wyrabiamy. Zamiast przygotowywać zaczyn można użyć zakwasu, który należy rozpuścić w wodzie lub serwatce przed dodaniem mąki.

Po wyrobieniu ciasto odstawiamy na ciepłe miejsce do wyrośnięcia na ok. 40 min. Blaszke smarujemy smalcem, przekładamy ciasto, posypujemy makiem i odstawiamy w ciepłe miejsce, przykrywając ściereczką na kolejne pół godziny. Wyrośnięty chleb pieczemy w dobrze nagrzanym piecu chlebowym lub piekarniku (ok. 200°C) przez godzinę lub półtorej.

Komponenty: kvások: 5 dkg drożdžia, 1 pohár ražnej múky, 1 pohár letnej vody. chlebové cesto: 0,5 kg ražnej múky, 20 dkg pšeničnej múky, 1 pohár otrúb, približne 0,5 l teplej vody, rasca, mak, soľ, masť na vymastenie plechu.

Skôr než pristúpime k pečeniu chleba, pripravíme kvások. Rozpustíme drożdže v letnej vode a zmiešame ho s múkou. Počkáme, až narastie. Keď kvas nakysne, pridáme doň zvyšnú ražnú a pšeničnú múku, soľ, otruby, rascu a asi pol hodiny miesime. Nemusíme pripravovať kvások, ak vieme použiť už skorší, ktorý pred pridaním múky treba zriediť vodou alebo srvátkou. Cesto po vymiesení odstavíme na teplé miesto, narastie zhruba po 40 minútach. Vymastíme plechovú formu, vložíme do nej cesto, posypeme makom a necháme ho, prikryté utierkou, pol hodiny na teplom mieste. Vykysnutý chlieb pečieme v dobre vyhriatej peci alebo v rúre pri teplote zhruba 200°C, a to hodinu až poldruha hodiny.

CHLEB FLIKA SZYBK RÝCHLY CHLEB FLIKA

Przepis: Roman Glapiak, (Dzwiniacz Dolny)
Recept: Roman Glapiak, (Dzwiniacz Dolny)

Skladniki: 10 dag drożdży, 1 kg mąki pszennej, 1 opakowanie otrąb pszennych, 1 opakowanie ziaren słonecznika lub dyni, sezamu, lnu, 1 łyżka stołowa cukru, 1 łyżka stołowa soli, 1 łyżeczka kminku (lub bez), 3 szklanki wody.

Drożdże rozpuścić w ¾ szklanki wody, dodając łyżkę cukru. Do miski wsypać mąkę, otręby, ziarna słonecznika lub inne, sól i wymieszać na sucho łyżką drewnianą. Wlać rozpuszczone drożdże, dodać 3 szklanki wody i dokładnie wymieszać. Pozostawić do wyrośnięcia. Po wyrośnięciu ciasto przemieszać i pozostawić do ponownego wyrośnięcia. Kiedy wyrośnie drugi raz, ciasto przełożyć do wysmarowanych olejem keksówek. Po

wyrośnięciu ciasta w keksówkach, wstawić chleb do nagrzanego piekarnika do temperatury 200°C i piec 40 min., następnie zmniejszyć temperaturę do 180°C i piec jeszcze 20 min. Po upieczeniu, wyjąć i posmarować gorący chleb wodą, aby zmiękła skórka. Po przestygnięciu wyjąć z keksówek.

Komponenty: 10 dkg drożdża, 1 kg pszenicznej mąki, 1 balíček pszenicznych otrębów, 1 balíček slnečnicových alebo tekvicových, sezamových či lanových semienok, 1 lyžica cukru, 1 lyžica soli, 1 lyžička rasce (nemusi byť), 3 poháre vody.

Rozpustíme drożdžie v troch štvrtinách pohára vody, dodáme lyžicu cukru. Do misky vsypeme múku, otruby, slnečnicové alebo iné semienka, soľ a nasucho vymiešame varechou. Vlejeme rozpustené drożdžie, dodáme 3 poháre vody a dôkladne vymiešame. Cesto necháme narásť. Po vykysnutí ho premiesime a opäť ho necháme nakysnúť. Potom cesto preložíme do pozdĺžnych foriem vymastených olejom. Keď cesto narastie vo formách, vložíme ich do rúry vyhriatej na teplotu 200°C a pečieme 40 minút. Následne znížime teplotu na 180°C a pečieme ešte 20 minút. Po upečení chleby vyberieme a potrieme vodou, aby kôrka zmäkla. Napokon ich po vychladnutí vyberieme z foriem.

CHLEB RAZOWY RAŻNÝ CHLEB

Przepis: z Draganowej
Recept: Draganowa

Skladniki: 1 szklanka mąki żytniej razowej, 2 szklanki mąki żytniej pytlowanej, 1/2 szklanki ciasta na zakwas, 2 szklanki wody, 1 łyżeczka soli, 1 łyżeczka kminku.

Zakwas: 2 szklanki wody, 250 g mąki razowej.

Rozpuścić ciasto w letniej wodzie, dodać mąkę razową i pozostawić w ciepłym miejscu na noc, aby rozczyn dobrze się ukwasił. Dodać resztę składników, wyrabiać około 30 minut gęste ciasto i pozostawić go do wyrośnięcia. Ciasto ponownie wyrobić i uformować mokrą dłonią bochenek. Na jego obwodzie zrobić dłonią dekoracyjne wgłębienia, pozostawić do wyrośnięcia. Nagrzać piekarnik do temperatury 220°C, włożyć chleb, po około 30 minutach, jeżeli potrzeba, lekko obniżyć temperaturę. Piec około 90 minut. Po wyjęciu z pieca skórkę chleba posmarować wodą, gdy chleb jest w foremce, wyjąć go z niej po około 10 minutach.

Jeśli nie masz ciasta na zakwas musisz przygotować zakwas sam. Gotujemy wodę, a następnie studzimy ją do temperatury około 30°C. Dodajemy mąkę i mieszamy. Zakwas konsystencją powinien przypominać ciasto naleśnikowe. Naczynie z zakwasem trzeba przykryć czystą ściereczką. Po pierwsze, aby nic go nie zabrudziło, a po drugie, aby nie obsychał. Trzeba położyć naczynie z ciastem obok kaloryferów, a jeżeli jest taka możliwość - na kaloryferze. Na drugi dzień dodajemy do niego mąki i mieszamy. Raz dziennie powinniśmy wymieszać taki zakwas, aby równomiernie fermentował. Po dwóch, trzech dniach zakwas jest gotowy do użycia. Jeżeli nie zużyjemy do pieczenia całego zakwasu, należy przelożyć go na przykład do słoika i wstawić do lodówki.

Przy następnym pieczeniu na bazie zakwasu z lodówki możemy zrobić następny zaczyn. W tym celu musimy wlać wodę do naczynia i wymieszać mąkę, dodając zakwas z lodówki. Tak przygotowany zaczyn (na bazie zakwasu, który trzymaliśmy w lodówce) jest gotowy do użycia już po 24 godzinach. Dzieje się tak dlatego, że bakterie, które powodują fermentację zaczynu zostały dostarczone z zakwasem, przez co nie potrzeba tyle czasu na ich wytworzenie.

Komponenty: 1 šálka ražnej žitnej múky, 2 šálky preosiatej žitnej múky, 1/2 šálky cesta na kvások, 2 šálky vody, 1 lyžička soli, 1 lyžička kmínu.

kvások: 2 šálky vody, 250 g ražnej múky.

Rozpustiť cesto v letnej vode, pridať ražnú múku a nechať cez noc na teplom mieste, aby kvások dobre podrástol. Pridať zvyšok komponentov, miesiť asi 30 minút na husté cesto a nechať ho vyrásť. Cesto opätovne miesiť a vyformovať mokrou dľaňou bochník. Po jeho obvode urobiť dľaňou dekoratívne prehĺbeniny, nechať vyrásť. Zohrať rúru na teplotu 220°C, vložiť chlieb, po asi 30 minútach, ak je to potrebné, jemne znížiť teplotu. Piecť asi 90 minút. Po vybratí z pece kôrku chleba „pomastiť“ vodou, ak je chlieb vo forme, vybrať ho z nej po asi 10 minútach.

Ak nemáte cesto na kvások, musíte si pripraviť kvások sám. Prevaríme vodu, a potom ju ochladíme na teplotu asi 30 st. Celzia. Dodať múku a miešať. Kvások by sa mal svojou tuhosťou podobáť na palacinkové cesto. Nádobu s kváskom treba prikryť čistou utierkou. Po prvé, aby sa ničím nezašpinil a po druhé, aby neobsychal. Treba položiť nádobu s cestom k radiátorom, a keď je taká možnosť - na radiátor. Na druhý deň pridať do neho múku a miešať. Raz denne mali by sme rozmiešať takýto kvások, aby rovnomerne kvasil. Po dvoch, troch dňoch je kvások pripravený na použitie. Ak nespotrebujeme pri pečení celý kvások, treba ho preložiť napr. do skla a vložiť do chladničky.

Pri ďalšom pečení na báze kvásku z chladničky môžeme urobiť nasledovný zákvas. Musíme pri tom vliať vodu do nádoby a rozmiešať múku, pridať kvások z chladničky. Tak pripravený zákvas (na báze kvásku, ktorý sme mali uložený v chladničke) je pripravený k použitiu už po 24 hodinách. Je to preto tak, že bakterie, ktoré vyvolávajú kvasenie zákvasu boli dodané s kváskom, preto nie je potrebné toľko času na ich vytvorenie.

CHLEB WIEJSKI VIDIECKY CHLEB

Skladniki: 1,20 kg mąki żytniej, 4 dag drożdży, 3 płaskie łyżeczki soli, 5 łyżeczek otręb pszennych, 10 dag słonecznika, 4 łyżki kminku, zakwas chlebowy, 1 l mleka kwaśnego.

Zrobić zaczyn z drożdży, mleka, mąki i zakwasu. Zarabiać do otrzymania konsystencji gęstej śmietany. To pozostawić na 6–8 godzin do wyrośnięcia. Następnie dodać pozostałą mąkę, otręby, słonecznik, kminek, sól, dobrze wyrobić, pozostawić znów do wyrośnięcia, przelożyć do keksówek posmarowanych tłuszczem i wysypanych otrębami. Piec ponad jedną godzinę w dobrze nagrzanym piekarniku, aż skórka zbrązowieje.

Komponenty: 1,20 kg ražnej múky, 4 dkg drożdžia, 3 zarovnané lyžičky soli, 5 lyžičiek pšeničných otrúb, 10 dkg slnečnicových zrníčok, 4 lyžice kmínu. Zákvas na chlieb, 1 l kyslého mlieka.

Urobiť kvások z drożdžia, mlieka, múky a zákvasu. Miešame tak dlho, pokým kvások nebude ako hustá smotana. Potom ho necháme na 6–8 hodín na vykysnutie. Neskôr pridáme múku, otruby, slnečnicu, kmín, soľ a poriadne vymiesime, necháme narásť a keď narastie, preložíme do foriem vymastených tukom a vysypanými otrubami. Pečieme vyše jednu hodinu v dobre rozpálenej rúre, pokiaľ kôrka nezhnedne.

CHLEB WIEJSKI NA SERWATCE VIDIECKY CHLEB NA SRVÁTKE

Recept: Koło Gospodyń Wiejskich, Jabłonica Polska (gmina Haczów)

Recept: Spolku vidieckych gazdín, Jabłonica Polska (obec Haczów)

Skladniki: 1 serwatki, 2 kg mąki (I, II żytnia), 3 dag drożdży, 4 dag soli.

Mąkę przesiać do miski, zostawić w ciepłym miejscu. Drożdże rozpuścić w serwatce, dodać nieco mąki, zrobić rozczyń w gęstości kwaśnej śmietany, przykryć zostawić do wyrośnięcia. Gdy rozczyń podwoi swoją objętość, dodać sól, resztę mąki, starannie wyrobić ciasto, aż zacznie odstawać od ręki, a na powierzchni ciasta ukażą się pęcherzyki powietrza. Napełnić formę do połowy, wyrównać powierzchnię zwilżoną ręką, pozostawić do wyrośnięcia. Piec godzinę w dobrze nagrzanym piekarniku. Gorący posmarować z wierzchu wodą.

Komponenty: 1 l srvátky, 2 kg múky (I, II ražná), 3 dkg drożdžia, 4 dkg soli.

Múku preosejeme do misky a necháme na teplom mieste. Drożdžie rozpustíme v srvátke, pridáme trochu múky a pripravíme kvások, ktorý by mal byť hustý ako kyslá smotana, prikryjeme a necháme narásť. Keď kvások dvojnásobne narastie, pridáme soľ, ostatnú múku, cesto poriadne vymiesime, aby sa prestalo lepiť na ruky, a na vrchu cesta sa by sa mali objaviť vzduchové bublinky. Formu naplníme do polovice, povrch cesta vyrovnáme mokrou rukou a necháme narásť. Pečieme hodinu v dobre nahriatej rúre. Horúci bochník potrieme z vrchu vodou.

CHLEB ZAMBŲŃSKI MŁYNÁRSKY CHLEB

Skladniki: 2 kg mąki, 15 dag drożdży, 1 łyżka cukru, 1 łyżka soli, ¾ l ciepłej wody (lub mleka, kefiru, serwatki).

Zaczn drożdżowy: do ½ l ciepłej wody dodać drożdże i rozpuścić, połączyć z mąką do konsystencji gęstej śmietany, oprószyć mąką i zostawić do wyrośnięcia. Po wyrośnięciu wyrabiać ciasto drewnianą łyżką dodając resztę wody (lub np. serwatkę, kefir czy mleko) około 10 min., do czasu tworzenia się pęcherzyków powietrza. Ciasto musi odchodzić od miski. Po wyrobieniu przykryć ściereczką i odstawić do wyrośnięcia. Po wyrośnięciu wkładamy ciasto do formy, ale nie więcej niż do połowy jej wysokości. Smarujemy wodą lub jajkiem, posypujemy makiem, sezamem, słonecznikiem

lub siemieniem lnianym. Do ciasta można dodawać również różne nasiona. Zamiast mąki pszennej można dać mąkę żytnią lub razową.

Komponenty: 2 kg hladkej múky, 15 dkg drożdžia, 1 lyžica cukru, 1 lyžica soli, 0,75 l teplej vody (mlieka, kefiru či srvátky).

Kvások pripravíme tak, že do 0,5 l teplej vody pridáme drożdžie, rozmiešame ho aj s múkou, aby sme získali kvas s konzistenciou hustej smotany. Ten poprášime múkou a necháme ho narásť.

Potom pri dodaní ostatnej múky a vody (srvátky, kefiru či mlieka) miesime cesto varechou asi 10 minút, kým sa nezačnú tvoriť bublinky. Cesto sa nesmie lepiť o miskú. Prikryjeme ho utierkou a necháme vykysnúť. Nakoniec cesto vložíme do formy tak, aby nepresiahlo polovicu z jej výšky. Potrieme vodou alebo vajíčkom, posypeme macom, sezamom, slnečnicovými alebo ľanovými semenkami. Do cesta môžeme tiež zamiešať rôzne semená. Namiesto pšeničnej múky môžeme použiť ražnú, či už celozrnnú alebo necelozrnnú.

CHLEB ŽYTNI Z KOSZYKÓW PIECZONY NA WATRZE PŠENIČNÝ CHLEB Z KOŠÍKOV PEČENÝ NA VATRE

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Wzdów (gmina Haczów)

Recept: Spolku vidieckych gazdín, Wzdów (obec Haczów)

Skladniki rozczyynu: 5 l mąki żytniej, 5 l wody letniej, zakwas (ciasto pozostawione z poprzedniego pieczenia).

Rozczyń dôkladne vymiešať, pozostaviť v ciepłym mieste do vyrośnięcia na 12 godzin. Po 12 hodinách wsypať 3 garstki soli, dodať trochu serwatki lub kwaśnego mleka, mąki ile zabierze (može byť żytnia lub pszena). Ciasto dobrze zamiesiť, bardzo dôkladne, by było dobrze wyrobione. Pozostawić do wyrośnięcia, napalić w piecu. Wyrośnięte ciasto wyłożyć do przygotowanych koszyków i pozostawić do wyrośnięcia. Po napaleniu w piecu, wyrośnięte ciasto z koszyków wykładamy na drewnianą łopatę i wkładamy do pieca. Pieczemy 1 godz. 50 min. Po 1 godz. pieczenia wyjmujemy chleb z pieca polewamy gorącą wodą i znowu wkładamy do pieca na 50 min.

Kvások: 5 l ražnej múky, 5 l vlažnej vody, Zákvas (cesto, ktoré zostalo z predchádzajúceho pečenia).

Postup: Kvások dôkladne vymiešame a necháme na teplom mieste na 12 hodín, aby vyrástol. Po 12 hodinách dosypať 3 hrste soli, pridať trochu srvátky alebo kyslého mlieka, múku podľa potreby (môže byť ražná alebo pšeničná). Cesto dobre dôkladne vymiesime, aby bolo dobre vypracované. Necháme vykysnúť, zatiaľ rozpálime pec. Vykysnuté cesto vložíme do pripravených košíkov a necháme ešte narásť. Po rozpálení pece vykysnuté cesto vyložíme na drevenú lopatu a vložíme do pece. Pečieme 1 hod. 50 min. Po 1 hod. pečenia vytiahneme chlieb z pece, polejeme horúcou vodou a opäť ho vložíme do pece na 50 min.

CHŁEB ŻYTNIO-PSZENNY (FLIKA) PŠENIČNORAŽNÝ CHLĚB (FLIKA)

Przepis: Roman Glapiak, (Dzwiniacz Dolny)

Recept: Roman Glapiak, (Dzwiniacz Dolny)

Składniki: 1 szklanka mąki żytniej razowej, 2 szklanki mąki pszennej razowej, ½ szklanki ciasta na zakwas lub zakwasu, 2 szklanki wody lub serwatki, 1 łyżeczka soli, 1 łyżeczka kminku.

Rozpuścić ciasto w letniej wodzie, dodać mąkę razową i pozostawić w ciepłym miejscu na noc, aby rozczyn mocno się ukwasił. Mając zaczyn nie musimy czekać, tylko przystępujemy do wypieku. Dodać resztę składników, wyrabiać 30 min. i pozostawić do wyrośnięcia. Po tym czasie ciasto ponownie wyrobić i uformować okrągły bochenek (można ciasto włożyć do wysmarowanej tłuszczem blaszki lub wiklinowego koszyka). Tak przygotowany chleb pozostawić do ponownego wyrośnięcia. Nagrzać piec lub piekarnik do temperatury 220°C. Piec około 90 min. Po wyjęciu chleba z pieca posmarować go wodą, jeśli pieczony był w foremce – wyjąć go z niej po 10 min.

Komponenty: 1 pohár celozrnnej ražnej múky, 2 poháre celozrnnej pšeničnéj múky, pol pohára cesta na zákvas alebo zákvasu, 2 poháre vody alebo srvátky, 1 lyžička soli, 1 lyžička rasce.

Cesto na zákvas rozpustíme v letnej vode, pridáme trocha celozrnnej múky a kvas necháme na noc na teplom mieste, aby silno vykysol. Ak nemusíme robiť zákvas, môžeme sa pustiť do pečenia hneď. Pridáme doň zvyšné suroviny, miesime 30 minút a cesto dáme narásť. Potom ho opäť premiesime a sformujeme okrúhly bochník (cesto môžeme vložiť do vymastenej plechovej formy alebo prúteného košíka). Takto pripravený chlieb necháme opäť narásť. Zohrejeme pec alebo rúru na teplotu 220°C. Pečieme približne 90 minút. Keď chlieb vyberieme, potrieme ho vodou. Ak bol pečený vo forme, vyberieme ho z nej po 10 minútach.

CHRUST, CZYLI FAWORKI CHRUST (FAVORKY)

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Równe (Beskid Dukielski)
Recept Spolku vidieckych gazdín z Rovného (Duklianske Beskydy)

Składniki: 20 dag mąki, 2 jajka, 2 żółtka, 1 łyżeczka cukru pudru, 1 łyżka gęstej śmietany, 1 łyżka spirytusu lub octu, pół litra oleju do smażenia, pół szklanki cukru pudru do posypania.

Mąkę przesiać, dodać śmietanę, cukier, jajka, żółtka, spirytus i zarobić ciasto o gęstości ciasta pierogowego. Ciasto wyrabiać długo, aż powstaną pęcherzyki. Wałkować bardzo cienko, bez używania mąki do podsypywania. Radełkiem lub ostrym nożem kroić paski szerokie na około 3 cm i długie na 15 cm, nacinać na środku i przekładać przez nacięcie jeden koniec.

Smażyć, odwracając złote faworki dwoma widelcami. Osączać, posypywać cukrem pudrem. Chrust był tradycyjnie smażony w tłusty czwartek. Z tego ciasta wykrawano także trzy krążki o różnej średnicy, nacinano je promieniście w kilku miejscach i w środku sklejało białkiem. Smażono róże, w środku których umieszczano konfiturę z róży jadalnej.

Komponenty: 20 dkg hladkej múky, 2 vajcia, 2 žltky, 1 lyžička práškového cukru, 1 lyžica hustej kyslej smotany, 1 lyžica liehu alebo octu, pol litra oleja, pol pohára práškového cukru na posypanie.

Múku preosejeme, pridáme smotanu, cukor, vajcia, žltky, lieh a vymiesime cesto na hustotu cesta na pirohy. Cesto miesime dlho, kým nevzniknú bublinky. Valkáme ho natenko, nesy-peme ďalšiu múku. Kolieskom na cesto alebo ostrým nožom nakrájame pásiky široké asi 3 cm a dlhé 15 cm, ktoré v strede predierkujeme. Jeden koniec pásika prevlečieme otvorom a obe konce natiahneme. Pražíme na oleji, zlatisté faworky obraciamy dvoma vidličkami. Necháme ich odkvapkať a posypeme práškovým cukrom.

Chrust sa tradične smaží na tzv. mastný štvrtok. Z takého cesta sa vykrajujú taktiež tri krúžky s rôznym priemerom, na niekoľkých miestach sú lúčovito narezávané a v strede lepené bielkom. Faworky sú tak smažené v podobe ruže, do ktorej sa kladie džem z ružových lupienkov.

CYR ZIEMNIACZANY ZEMIAKOVÝ ČÍR

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: 1,5 kg ziemniaków, sól.

Ziemniaki zetrzeć na tarce. 2/3 masy ziemniaczanej odcisnąć. Formować, skubiąc małe kluseczki i natychmiast wrzucać je na wrzątek. Gotować około 10 minut. Pozostałą 1/3 masy lekko osączyć i wrzucić do gotujących się klusieczek. Gotować około 15 minut. Podawać z mlekiem lub skwarkami i zrumienioną cebulką.

Ostrúhame 1,5 kg zemiakov. 2/3 zemiakovej masy vytlačíme. Z nej šklbaním formujeme halušky, ktoré hneď hádzeme do vriacej vody. Varíme asi 10 minút. Zvyšnú 1/3 masy dáme ľahko odkvapkať a vložíme ju medzi vriace halušky. Varíme zhruba 15 minút. Podávame s mliekom alebo so škvarkami a smaženou cibulkou.

CZYR / ČÍR

Przepis: Cisna
Recept: Cisna

Składniki: 1 szklanka mąki jęczmiennej lub owsianej mielonej na żarnach, 1 szklanka mleka, sól podľa chuti.

Mąkę wsypać do garnka, rozprowdzić w małej ilości zimnej wody i powstałą papkę wlać w gotującą się wodę, roztrzepując cały czas mątewką, aż do otrzymania jednolitej masy o konsystencji gęstej śmietany. Po ugotowaniu zalać mlekiem. Podawać na śniadanie lub kolację.

Komponenty: 1 pohár jačmennej alebo ovsenej múky získanej zo žarnova, 1 pohár mlieka, soľ podľa chuti.

Múku vsypeme do hrnčeka, rozmiešame ju s menším množstvom studenej vody, vzniknutú kašičku vlievame do vriacej

vody a roztrepávame ju celý čas habarkou, kým nezískame jednoliatu masu s konzistenciou hustej smotany. Po dovarení zalejeme mliekom. Podávame na raňajky alebo večeru.

FAWORKI MIĘSNE MÄSOVÉ FÁNKY

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich Malinówka (gmina Haczów)

Recept: Spolku vidieckych gazdín, Malinówka (obec Haczów)

Składniki: 2 niewielkie filety z kurczaka, 10 dag mąki ziemniaczanej, 5 łyżek bułki tartej, 1 płaska łyżka dowolnej papryki, 1 płaska łyżka curry, sól, pieprz, olej.

Filet lekko rozbijamy i kroimy w paski o długości 12 cm i szerokości 3 cm. W paskach robimy pośrodku 5 cm nacięcia i przewijamy jak faworki. Mąkę ziemniaczaną mieszamy z bułką tartą, mieloną papryką i curry. Faworki solimy i pieprzymy. Obtaczamy w przygotowanej panierce. Wrzucamy na rozgrzany olej. Smażymy z dwóch stron. Wyjmujemy i odsączamy na ręczniku papierowym. W nacięcia można włożyć kawałek papryki lub kiszzonego ogórka.

Komponenty: 2 nevelké kúsky kuracích prs, 10 dkg zemiakovej múky, 5 lyžíc strúhanky, 1 rovná lyžica lubovolnej papriky, 1 rovná lyžica kari, soľ, čierne korenje, olej.

Prsia ľahko poklepte a porežte na pásiky na dĺžku 12 cm a šírku 3 cm. V pásikoch na strede urobte 5 cm zárezy a previňte ich podobne ako fánky. Zemiakovú múku premiešajte so strúhankou, mletou paprikou a kari. Fánky posolte a pridajte čierne korenje. Obaľte v pripravenej strúhanke. Dajte na rozohriaty olej. Smažte z oboch strán. Vyberte a scedte na papierové obrúsky, do zárezu je možné vložiť kúsok papriky alebo kyslej uhorky.

FUCZKI KAPUSTOVÉ PŁACKY (FUČKY)

Przepis: Marianna Jaraová, Hrabowiec

Recept: Marianna Jaraová, Hrabowiec

Składniki: 1,5 kg kapusty kiszzonej, 2 kg mąki, 2 jajka, 1 łyżka soli, 1 łyżka pieprzu.

Kapustę ugotować, odcedzić, z mąki zrobić ciasto jak na naleśniki, zmieszać z kapustą, dodać przyprawy. Smażyć tak jak placki ziemniaczane. Można podawać ze śmietaną.

Komponenty: 1,5 kg kyslej kapusty, 2 kg hladkej múky, 2 vajcia, 1 lyžica soli, 1 lyžica čierneho korenja.

Uvaríme kapustu, odcedíme ju, z múky urobíme cesto riedke ako na palacinky, zmiešame ho s kapustou, pridáme korenje a soľ. Smažíme ako zemiakové placky. Kapustové fučky môžeme podávať s kyslou smotanou.

FUCZKI – KARTOFLANE HALUSZKI Z SEREM (PIECZONE) ZEMIAKOVÉ GUBKY S TVAROHOM (PEČENÉ FUČKY)

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwsi strawy”

Recept: Tereza Kyszcaková – Tradičné lemkovské jedlá

Składniki: 1 kg ziemniaków, 2 jajka, pół kg sera białego, 100 g masła, pół łyżki soli.

Masę kartoflaną robimy podobnie jak na gotowane haluszki. Z masy robimy krążki, na nie kładziemy ser i zawijamy (ser przygotować jak na warenki). Wykonać haluszki wielkości jajek, kłaść na dobrze natłuszczoną blaszkę, trochę polać masłem, można posmarować jajkiem i upiec w piecyku na rumiano. W górach takie fuczki często wyrabiano z bryndzą.

Komponenty: 1 kg zemiakov, 2 vajcia, 0,5 kg tvarohu, 100 g masla, pol lyžice soli.

Pripravíme masu z postrúhaných zemiakov, ktoré vytlačíme, z vaječ a soli. Z nej robíme v dlani kolieska, na ktoré kladieme trocha osoleného tvarohu s maslom. Kolieska uzavrieme a formujeme guľky veľkosti vajíčka. Kladieme ich na dobre vymastený plech, guľky trocha polejeme maslom. Môžeme ich natrieť vajíčkom a pečieme v rúre dozlatista. V horskom prostredí boli takéto fučky často robené s bryndzou.

GAŁY ZIEMNIACZANE Z SEREM ZEMIAKOVÉ GUBKY S TVAROHOM

Przepis: Beskid Dukielski

Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: Ciasto: 1,5 kg ziemniaków, 1/4 objętości ziemniaków mąki ziemniaczanej, 1 łyżka mąki pszennej, 1 jajko, sól.

Nadzienie: 50 dag białego sera, 2 cebule, 10 dag masła, sól, pieprz.

Ser zmielić, dodać zrumienioną na jasnozłoty kolor cebulkę, przyprawić i dokładnie wszystko połączyć. Sporządzić ciasto. Ziemniaki ugotować, wkładając je do wrzącej osolonej wody, odcedzić i przecisnąć gorące przez praskę (nie wolno ziemniaków rozgotować). Ziemniaki ubić dokładnie w misce i podzielić na 4 równe części (na krzyż). Wyjąć jedną część i nasypać w jej miejsce mąki ziemniaczanej. Dodać jajko i wykorzystując wszystkie ziemniaki krótko zarobić ciasto. Podsypać stolnicę mąką, z ciasta uformować wałek, podzielić na niezbyt duże, równe plastry. Na dłoni rozłożyć plaster ciasta, nadziać go serem, dokładnie skleić, nadać kształt kulisty. Gotować w jednej warstwie osolonej wody. Gdy gały wypłyną, wyjąć jedną, rozkroić i sprawdzić czy jest ugotowana. Ugotowane wyjmować łyżką cedzakową, opłukać zimną wodą, osączyć i podawać ze zrumienionym masłem.

Popularne są także inne nadzienia słone np.: z grzybów, mięsa, kiełbasy, kapusty. Gały można sporządzać z nadzieniami słodkimi np.: serem z rodzynkami, owocami świeżymi lub mrożonymi (truskawki, borówki – czyli czarne jagody,

śliwki), suszonymi śliwkami, powidłęm, twardą marmoladą, wiśniami lub z konfiturami. Wówczas, serwujemy je z bitą śmietaną lub sosami owocowymi.

Cesto: 1,5 kg zemiaków, 1/4 zemiakowej mączki z objemu zemiaków, 1 łyżica hladkej múky, 1 vajce, soľ.

Plnka: 50 dkg tvarohu, 2 cibule, 10 dkg masla, soľ, čierne korenje.

Zomelieme tvaroh, pridáme pokrájanú a dozlatista osmaženú cibulku, plnku dôkladne vymiešame. Pustíme sa do cesta. Uvaríme zemiaky tak, že ich vložíme do vriacej osolenej vody. Nerozvarené zemiaky precedíme a horúce pretlačíme cez lis. Zemiaky ešte dôkladne popučíme v miske a rozdelíme ich na 4 rovnaké časti (do kríža). Zoberieme jednu časť a nasypeme na jej miesto zemiakovú múčku. Pridáme vajce, soľ a odobratú časť zemiakov. Vymiesime cesto. Dosku posypeme múkou, z cesta vymodelujeme valec, ktorý rozdelíme na malé, rovnaké pláty. Na dlani si rozložíme plátok cesta, dáme doň trochu plnky, poriadne ho zlepíme a vytvarujeme guľku. Guľky varíme v jednej vrstve v osolenej vode. Keď vyplávajú, jednu vyberieme, rozkrojíme a overíme, či je hotová. Uvarené guľky vyberieme cedidlovou naberačkou, opláchneme studenou vodou, dáme ich odkvapkať a podávame s praženým maslom.

Populárne sú aj ďalšie slané plnky, napr. z húb, mäsa, klobásy, kapusty. Guľky môžeme robiť so sladkou plnkou, napr. s tvarohovou s hrozienkami, s čerstvým alebo mrazeným ovocím (jahody, čučoriedky, višne), so sušenými slivkami, lekvárom, hustou marmeládou alebo s džemom. Vtedy ich servujeme so šľahačkou alebo ovocnou omáčkou.

GOŁĄBKİ NADZIEWANE TARTYMI ZIEMNIAKAMI HOLÚBKÝ PĽNENÉ STRÚHANÝMI ZEMIAKMI

Przepis: Ewa Ciuła, Lipowice (Beskid Dukielski)
Recept: Ewa Ciułaová, Lipowice (Duklianske Beskydy)

Skladniki: Duża główka kapusty słodkiej, 1 kg ziemniaków, 4-5 cebul średniej wielkości, 2 bułeczki, łyżeczka smalcu, 1 szklanka kaszy gryczanej, pieprz, sól. Sos: 2 cebule, 2 szklanki śmietany, łyżeczka smalcu.

Kapustę umyć, wykrajając głąb, włożyć całą do garnka z wrzątkiem i obgotować. Zdjąć z niej liście. Ziemniaki zetrzeć na drobnej tarce; soku nie odciskać i nie odlewać. Na nieco grubszej tarce zetrzeć 2-3 cebule, 2 pokrajać drobnutko i przyrumienić na smalcu. Dodać namoczone i odcisnięte bułki. Kaszę sparzyć i przepuścić przez maszynkę razem z resztkami obgotowanej kapusty. Wszystkie składniki wymieszać, dodając pieprz i sól. Ziemniaki nakładać na liście kapusty i zwiijać zaczynając od nasady. Uformowane gołąbki ułożyć ciasno w rondlu, zalać wrzątkiem, oprószyć solą i dusić pod przykryciem na płycie lub w piekarniku. Gdy gołąbki są już zupełnie miękkie, sporządzić sos. Cebulę posiekać i zrumienić na złoty kolor. Zalać śmietaną, posolić i dodać szczyptę cukru. Ciągłe mieszając, doprowadzić do wrzenia i zestawić z ognia.

Komponenty: Velká hlávka sladkej kapusty, 1 kg zemiakov, 4-5 cibul' strednej veľkosti, 2 žemle, lyžička masťi, 1 pohár pohánky, čierne korenje, soľ.

Omáčka: 2 cibule, 2 poháre kyslej smotany, lyžička masťi.

Umyjeme kapustu, vykrojíme hlúb, celú ju vložíme do hrnca s vriacou vodou a trochu povaríme. Postupne z nej odoberáme listy. Postrúhame zemiaky najemno, ich šťavu nevytláčame a nevyliavame. Na hrubšom strúhadle postrúhame 2-3 cibule, 2 pokrájame nadrobno a osmažíme na masťi. Pridáme namočené a vyžmýkané žemle. Pohánku prelejeme vriacou vodou a zomelieme ju na mlynčeku so zvyškami uvarenej kapusty. Všetko vymiešame, pridáme čierne korenje a soľ. Zemiakovú zmes vkladáme do kapustových listov, ktoré zviijame od širšej časti. Vyformované holúbky uložíme natesno do kastróla, zalejeme ich vriacou vodou, posolíme a dusíme pod prikryvkou na sporáku alebo v rúre. Keď sú holúbky úplne mäkké, pripravíme omáčku. Cibulú posekáme a smažíme dozlatista. Zalejeme ju smotanou, posolíme a pridáme štipku cukru. Stále miešame. Keď omáčka vrie, odstavíme ju.

GOŁĄBKİ WIGILIJNE Z KASZĄ GRYCZANĄ I GRZYBAMI VIANOČNÉ HOLÚBKÝ S POHAN- KOU A HUBAMI

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich Malinówka (gmina Haczów)
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Malinówka (obec Haczów)

Skladniki: 1 średnia główka kapusty (niezbyt ściśta), 0,5 kg prażonej kaszy gryczanej, 15 dag suszonych grzybów, 2 kostki rosółowe lub grzybowe, 1 cebula, ½ kostki margaryny, łyżka masła, sól, pieprz, liść laurowy, maggi, sos pieczarkowy.

Sos: 0,5 kg pieczarek, 1 cebula, ½ kostki margaryny, 1 sos pieczeniowy ciemny.

Kapustę oczyścić, wyciąć głąb, sparzyć w osolonej wodzie, wyjąć i rozdzielić liście, wyciąć w nich główny nerw. Zagotować 1 l wody z liściem laurowym i kostką rosółową lub grzybową. Kaszę wypłukać, wsypać do wrzątku, gotować mieszając na sypko do miękkości (ok. 20 min). Cebulę pokroić w kostkę, zeszklić na tłuszczu na złoty kolor. Grzyby ugotować na miękko w lekko osolonej wodzie, następnie odsączyć, pokroić i dać do kaszy razem z cebulą. Wymieszać kaszę z grzybami i cebulą, dodać szczyptę soli i pieprzu do smaku. Nadzienie nakładać na liście kapusty, zwiijać gołąbki i układać w naczyniu (rondlu) do zapiekania. Dodać 2 plasterki masła i zalać wodą z grzybów z rozpuszczoną kostką rosółową i maggi. Przykryć, wstawić do piekarnika o temp. 200°C na około 60 min. Podawać polane sosem pieczarkowym. Sos: pieczarki oczyścić, pokroić, podsmażyć (dusić) na zeszkłonej cebuli (15 min), zalać rozpuszczonym sosem pieczeniowym i zagotować.

Komponenty: 1 stredná hlávka kapusty (nie príliš), 0,5 kg pražených pohánkových krúp, 15 dkg sušených húb, 2 kocky bujónu alebo hubové kocky, 1 cibula, ½ kocky margarínu, lyžica masla, soľ, čierne korenje, bobový list, maggi.

Omáčka: 0,5 kg šampiňónov, 1 cibula, ½ kocky margarínu, 1 tmavá pečienková omáčka.

Kapustu očistite, vyrežte hlúbik, sparte osolenou vodou, vyberte a rozdeľte listy, vyrežte v nich hlavnú žilnatinu. Uvarte 1 l vody s bobkovým listom a bujónovou alebo hubovou kockou. Pohánkové krúpy opláchnite, vsypte do vriacej vody, miešajte ich a varte až dovedy, kým budú mäkké (cca 20 min). Cibuľu pokrájajte na kocky, usmažte na tuku do zlatista. Huby uvarte namätko v ľahko osolenej vode. Následne sceďte, pokrájajte a pridajte do krupice spolu s cibuľou. Vymiešajte krúpy s hubami a cibuľou, pre lepšiu chuť pridajte štipku soli a čierneho korenia. Plnku nakladajte na kapustové listy, zavijajte holúbky a ukladajte do nádoby (rajnice) s cieľom zapieť. Pridajte 2 pláty masla a zalejte hubovou vodou s rozpustenou bujónovou kockou a tekutým polievkovým korením. Prikryte, vložte do rúry na približne 60 min pri teplote 200°C. Podávajte so šampiňónovou omáčkou.

Omáčka: Šampiňóny očistite, pokrájajte, usmažte (duste) na sklovitej cibule (15 min), zalejte rozpustenou pečeňovou omáčkou a nechajte uvariť.

GOŁĄBKİ Z KASZY GRYZANEJ HOLÓBKY (PLNENÉ KAPUSTNÉ LISTY) S POHANKOU

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Jabłonica Polska
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Jabłonica Polska

Skladniki: 1 kg kaszy, 15 dużych ziemniaków, 3 duże cebule, 2 jajka, sól, pieprz, 3 średnie główki kapusty białej.

Liście kapusty parzymy na wodzie, kaszę gotujemy na sypko, ziemniaki ścieramy na drobnym tarku, cibuľu drobno pokrojóną szklimy na tłuszczu, wszystkie składniki łączymy, pripraviamy solą i pieprzem i dodajemy jajka. Przygotowany farsz zawijamy w liście kapusty, układamy ciasno w brytfance, zalewamy bulionem i pieczemy w piekarniku.

Komponenty: 1 kg krupice, 15 veľkých zemiakov, 3 veľké cibule, 2 vajcia, soľ, čierne korenje, 3 stredné hlávky bielej kapusty.

Kapustové listy sparte horúcou vodou, krupicu uvarte najemno, zemiaky strúhajte na drobnom strúhadle, drobno pokrájanú cibuľu usmažte na tuku, všetky suroviny pridajte spolu, dochuťte solou, čiernym korením a pridajte vajcia. Pripravenú plnku zavíajte do kapustových listov, tesne ich naukladajte do pekáča, zalejte bujónom a pečte v rúre.

GOŁĄBKİ Z KASZY JĘCZMIENNEJ KAPUSTNÉ LISTY Z JAČMENNEJ KAŠE

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich Wzdów (gmina Haczów)
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Wzdów (obec Haczów)

Skladniki: 20 dużych liści kapusty, 50 dag kaszy jęczmiennej, 3 cebule, 10 dag słoniny, 60 dag żeberek wieprzowych, 10 dag grzybów suszonych, 1 jajko, sól, pieprz.

Liście kapusty parzymy w wodzie. Kaszę płuczemy. Żeberka stawiamy na rosół. Grzyby płuczemy i gotujemy. Cibuľu drob-

no pokrojóną szklimy na słoninie. Kaszę zalewamy podwójną ilością rosolu i gotujemy. Odstawiamy pod przykryciem na 1 godz. do zaparzenia. Miękką kaszę łączymy z mięsem z ugotowanych żeberek, drobno pokrojonymi grzybami, cibuľą. Wszystkie składniki mieszamy, doprawiamy do smaku solą i pieprzem, dodajemy jajo. Kaszę zawijamy w przygotowane liście. Układamy ciasno w brytfance, zalewamy wywarem z grzybów wymieszanym z rosółem. Pieczemy w piekarniku.

Komponenty: 20 veľkých kapustných listov, 50 dkg jačmennej kaše, 3 cibule, 10 dkg slaniny, 60 dkg bravčových rebierok, 10 dkg sušených húb, 1 vajce, soľ, korenje.

Kapustné listy zalejeme vriacou vodou. Kašu premyjeme. Reberka pripravíme na vývar. Huby premyjeme a uvaríme. Drobno pokrájanú cibuľu smažime na slanine. Kašu zalejeme dvakrát väčším množstvom vývaru a varíme. Odstavíme pod pokrievkou na 1 hod. Mäkkú kašu dáme dohromady s mäsom z uvarených rebierok, s nadrobno pokrájanými hubami a cibuľou. Všetky suroviny vymiešame, dochutíme soľou a korením a pridáme vajce. Kašu zabalíme do pripraveného listov. Na tesno ich poukladáme do pekáča, zalejeme vývarom z húb zmiešaným s vývarom z rebierok. Pečieme v rúre.

GOŁĄBKİ Z PIECZARKAMI HOLÓBKY SO ŠAMPIŃÓNMI

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich Malinówka (gmina Haczów)
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Malinówka (obec Haczów)

Skladniki: 1 kg białej kapusty, 10–15 dag pieczarek, 3 cebule, 50 dag mięsa mielonego, 1/2 kg kaszy manny, 1/2 szklanki ryżu, 4 jajka, 3 ząbki czosnku, przecier pomidorowy papryka w proszku, przyprawy: sól, pieprz.

Kapustę drobno posiekać. Pieczarki pokroić w pół plasterki, a cibuľu w kostkę. Wszystko przełożyć do dużego naczynia. Następnie dodać mięso mielone, kaszę manną, drobny ryż, jajka, pokrojony w kostkę czosnek i przyprawy. Wszystko dobrze wymieszać. Z powstałej masy formować kulki. Piec na rozgrzanym oleju, aż gołąbki nabiorą złotego koloru. Wszystko zagotować. Do gotującego się sosu włożyć zrumienione gołąbki i dusić około 50 minut na małym ogniu. Następnie gołąbki wyjąć z rondla i gdy sosu zostanie zbyt mało należy dodać wody. Sos zagęścić 3 łyżkami mąki krupczatki z niewielką ilością wody. Zagotować, doprawić do smaku.

Komponenty: 1 kg bielej kapusty, 10–15 dkg šampiňónor, 3 cibule, 50 dkg mletého mäsa, ½ kg hrubej múky, ½ pohára ryže, 4 vajcia, 3 strúčiky cesnaku, paradajkový pretlak mletá paprika, Prísady: soľ, korenje.

Kapustu pokrájame nadrobno. Šampiňóny pokrájame na drobné pásky a cibuľu na drobné kocky. Všetko dáme do väčšej misky. Potom pridáme mleté mäso, hrubej múky, drobnú ryžu, vajcia, na kocky pokrájaný cesnak a prísady. Všetko dobre vymiešame a zo vzniknutej hmoty urobíme gulky. Pečieme do zlatista na rozpalenom oleji. Všetko prevaríme. Do vriacej omáčky pridáme do červena upečené holúbky a dusíme približne 50 minút na malom ohni. Holúbky potom vytiahneme z kastróla, a ak zostalo málo omáčky, dolejeme vodu. Omáčku zahustíme troma lyžičkami hrubej múky s nevelkým množstvom vody. Prevaríme a dochutíme.

GOŁĄBKI Z KASZY GRYCZANEJ I ZIEMNIAKÓW HOĽÚBKY S POHÁNKOU A ZEMIAKMI

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Składniki: 5 dużych ziemniaków surowych, 1 kapusta biała, 2 cebule, 1 jajko, sól, pieprz, jarzynka, 3 łyżki oleju, 1/4 litra śmietany, 1 szklanka kaszy gryczanej.

Ziemniaki umyć, obrać, zetrzeć na tarce, dodać kaszę, jajko, usmażoną na tłuszczu cebulę, doprawić do smaku solą, pieprzem, magi i jarzynką. Kapustę opłukać, sparzyć, oddzielić liście. Ściąć nerw liściowy. Na liście kapusty układać farsz. Zawijać. Gołąbki układać w rondlu wyłożonym liśćmi kapusty. Śmietaną doprawić przyprawami i zalać gołąbki. Przykryć, zapiec w piekarniku. Podawać gorące.

Komponenty: 5 veľkých surových zemiakov, 1 biela kapusta, 2 cibule, 1 vajce, soľ, čierne koren timer, zelenina, 3 lyžice oleja, 1/4 l kyslej smotany, 1 pohár pohánky.

Očistíme a umyjeme zemiaky, postrúhame ich, pridáme k nim pohánku, vajce, na masti osmaženú cibuľu, dochutíme podľa chuti soľou, čiernym koren timer, zeleninou a tekutým polievkovým koren timer. Kapustu opláchneme, sparíme a pooddeľujeme listy. Odstránime najhrubšiu časť listovej stopky. Na kapustné listy kladieme plnku a zvjáme. Holúbky ukladáme do kastróla s kapustovými listami na dne. Smotanú vymiešame s čiernym koren timer a soľou a zalejeme ňou holúbky. Prikryjeme ich a zapecíme v rúre. Podávame horúce.

GOŁĄBKI Z NADZIENIEM ZIEMNIACZANYM HOĽÚBKY SO ZEMIAKOVOU PLŃKOU

Przepis: Ewa Ciuła, Lipowice (Beskid Dukielski)
Recept: Ewa Ciułaová, Lipowice (Duklianske Beskydy)

Składniki: 1 duża główka kapusty, pół litra wywaru z warzyw, 1 kg ziemniaków surowych, 50 dag ziemniaków ugotowanych, 2 cebule, 2 łyżki smalcu, 1-2 jajka, sól, pieprz.

Z kapusty wyciąć głąb i sparzyć ją w osolonej wodzie. Oddzielić liście, ściąć grube nerwy liściowe. Wykonać nadzienie. Przyrumieni ć na tłuszczu cebulę. Zetrzeć na drobnej tarce ziemniaki, lekko je odsączyć. Dodać ugotowane zmielone i wystudzone ziemniaki, jajko, zrumienioną cebulę, sól, pieprz i wszystko dokładnie połączyć. Nakładać nadzienie na liście, zawijając zamykając brzegi rulonu. Układać do brytfanny lub rondla z grubym dnem, pamiętając, aby pierwszą warstwę ułożyć nieco luźniej, a powierzchnię przykryć kilkoma listkami kapusty. Zalać wrzącym, dobrze osolonym wywa-

rem, szczelnie przykryć. Wstawić do nagrzanego piekarnika lub dusić na płycie kuchennej. Gdy będą miękkie podawać z sosami: cebulowym, pomidorowym, pieczarkowym lub zrumienioną cebulką.

Gołąbki to bardzo popularna potrawa w naszym regionie. Sparzone liście kapusty można nadziewać farszami z kasz ugotowanych na sypko, np.: ryżem, kaszą gryczaną, kaszą jęczmienną, które są połączone ze zrumienioną cebulą, duszonym lub gotowanym mięsem, suszonymi lub świeżymi grzybami. Chcąc sparzyć liście młodej kapusty, należy dodać do wody, oprócz soli, odrobinę kwasu cytrynowego – co zapobiegnie rozgotowaniu liści. Często do duszenia gołąbków, gospodynie dodają słodką śmietankę, co czyni je bardziej delikatnymi i soczystymi.

Komponenty: 1 veľká hlávka kapusty, 0,5 l zeleninového vývaru, 1 kg surových zemiakov, 50 dkg varených zemiakov, 2 cibule, 2 lyžice masti, 1-2 vajcia, soľ, čierne koren timer.

Z kapusty vyrežeme hlúb a sparíme ju osolenou vodou. Oddelíme listy, odstránime hrubšie listové stopky. Pripravíme plnku. Na masti opožáme cibuľu. Najemno postrúhame zemiaky, ľahko z nich vytlačíme šťavu. Pridáme uvarené, studené a pomleté zemiaky, vajce, osmaženú cibuľu, soľ, čierne koren timer a všetko dôkladne premiešame. Plnku nakladáme na listy, ktoré zvjáme. Ukladáme ich na plech alebo do kastróla s hrubým dnom, pričom netreba zabudnúť, že prvá vrstva má byť uložená voľnejšie, vrch prikryjeme niekoľkými kapustnými listami. Plnenú kapustu zalejeme vriacim, dobre osoleným vývarom, poriadne ju prikryjeme. Vložíme ju do vyhriatej rúry alebo udusíme na sporáku. Keď zmäkne, podávame ju s omáčkami ako cibulová, paradajková, šampiňónová, prípadne s osmaženou cibulkou.

Holúbky sú veľmi populárnym jedlom v tomto regióne. Sparené kapustné listy môžeme plniť mierne uvarenou kašou z ryže, pohánky či jačmenných krúp, ktorú zmiešame s osmaženou cibuľou, duseným alebo vareným mäsom, so sušenými alebo čerstvými hubami. Ak chceme sparit listy mladej kapusty, okrem soli treba do vody dodať štipku kyseliny citrónovej – to zabráni rozvareniu listov. Gazdiné do dusených holúbkov často dodávajú sladkú smotanú, plnená kapusta sa tak stáva jemnejšou a šťavnatejšou.

GOŁĄBKI Z TARTYCH ZIEMNIAKÓW I KASZY HOĽÚBKY SO STRÚHANÝMI ZEMIAKMI A JAČMENNÝMI KRÚPAMI

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Sparzyć główkę kapusty, ziemniaki zetrzeć na tarce, wcześniej zaparzyć kaszę. Do startych ziemniaków dodajemy jajko, cebulę, sól, pieprz i zaparzoną kaszę. Wyrobić farsz. Przygotowa-

ne nadzienie zawijamy w liście kapusty i układamy w garnku. Zalewamy wrzącą wodą. Dusić 1,5 godziny na wolnym ogniu. Podawać z tłuszczem lub sosem grzybowym.

Sparíme kapustnú hlávkú, postrúhame zemiaky, predtým zaparíme aj krúpy. Do postrúhaných zemiakov pridáme vajce, posekanú cibuľu, soľ, čierne korenie a zaparené krúpy. Urobíme plnku. Pripravenú plnku zviame do kapustných listov, ktoré układáme do hrnca. Zalejeme ich vriacou vodou. Dusíme 1,5 hodiny na miernom ohni. Podávame s masťou alebo hubovou omáčkou.

GOŁĄBKI Z TARTYMI ZIEMNIAKAMI I KASZĄ MANNĄ HOŁÚBKY SO STRÚHANÝMI ZEMIAKMI A KRUPICOU

Przepis: wieś Dołżyca (gmina Cisna)
Recept: dedina Dolžyca (obec Cisna)

Składniki: 1 główka kapusty, 2 kg ziemniaków, 1 cebula, 2 łyżki masła lub smalcu, 1 jajko, 200 g kaszy manny lub kaszy jęczmiennej drobnej, 1 łyżka soli, 1 łyżeczka pieprzu.

Sparzyć główkę kapusty, ziemniaki zetrzeć na tarce, wcześniej zaparzyć kaszę. Do startych ziemniaków dodajemy jajko, cebulę, sól, pieprz i zaparzoną kaszę i wyrabiamy. Przygotowany farsz zawijamy w liście kapusty i układamy w garnku. Zalewamy wrzącą wodą. Gotujemy 1,5 godz. na wolnym ogniu. Gołąbki podawać z tłuszczem lub sosem grzybowym.

Komponenty: 1 hlávká kapusty, 2 kg zemiakov, 1 cibula, 2 lyžice masla alebo masť, 1 vajce, 200 g krupice alebo drobných jačmenných krúp, 1 lyžica soli, 1 lyžička čierneho korenia.

Zaparíme kapustnú hlávkú, postrúhame zemiaky, predtým sparíme krupicu. Do postrúhaných zemiakov pridáme vajce, posekanú cibuľu, soľ, čierne korenie, zaparenú krupicu a vymiešame. Pripravenú plnku zviame do kapustných listov a układáme ich do hrnca. Zalejeme vriacou vodou. Varíme 1,5 hodiny na miernom ohni. Holúbky podávame s masťou alebo hubovou omáčkou.

GOŁĄBKI WIGILIJNE VIANOČNÉ HOŁÚBKY

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Składniki: Średniej wielkości kapusta, ½ kg kaszy gryczanej lub jęczmiennej, 10 dag grzybów suszonych, 2 cebule, 5 dag masła, szklanka śmietany, tłuszcz do smażenia, sól, pieprz.

Kapustę sparzyć lub obgotować, usunąć głąb, podzielić na liście i pościąć z każdego twarde nerwy. Ryż lub kaszę ugotować na sypko w osolonej wodzie. Grzyby dobrze opłukać, namoczyć, ugotować w tej samej wodzie i zmielić. Cebulę pokroić w kostkę i zeszklić na maśle. Ryż lub kaszę, grzyby i cebulę wymie-

ścić i doprawić do smaku. Nałożyć farsz na kapuściane liście, uformować nieduże gołąbki. Obsmażyć je z dwóch stron na rozgrzanym tłuszczu, przełożyć do szerokiego naczynia, zalać śmietaną i dusić w dobrze nagrzanym piekarniku.

Komponenty: kapusta strednej veľkosti, 0,5 kg pohanky alebo jačmenných krúp, 10 dkg sušených hríbov, 2 cibule, 5 dkg masla, pohár kyslej smotany, masť, soľ, čierne korenie.

Zaparíme kapustu alebo ju trochu povaríme, odstránime hlúb, oddelíme listy a vyrežeme z nich tvrdšie stopky. Pohánku alebo jačmenné krúpy mierne uvaríme v osolenej vode. Hríby dobre opláchneme, namočíme a uvaríme v rovnakej vode. Zmelieme ich. Pokrájame cibuľu na kocky, ktoré sprážime na masle. Pohánku alebo krúpy, hríby a cibuľu zmiešame a okoreníme podľa chuti. Plnku nakladáme na kapustné listy, formujeme nevelké holúbky. Osmažíme ich z oboch strán na rozohriatej masť, preložíme do širokej nádoby, zalejeme smotanou a dusíme v dobre vyhriatej rúre.

GRZYBY KISZONE / KVASENÉ HUBY

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Wybierać grzyby jednego gatunku, najlepsze są rydze i opieńki (podpieńki). Oczyścić, zalać przegotowaną wodą i pozostawić w niej grzyby do wystygnięcia. Wyjąć, ułożyć w glinianym garnku lub słoju, kapeluszami do góry. Każdą warstwę należy umiarkowanie posolić, posypać pokrojonym czosnkiem, dodać liść laurowy i ziele angielskie. Ostatnią warstwę przekładamy drewnianym denkiem lub talerzem i obciążamy. Przez kilka dni należy zbierać z powierzchni mętny płyn i uzupełniać braki słoną wodą. Gdy grzyby skisną, garnek przenieść w chłodne miejsce.

Na kvasenie treba vybrať jeden druh húb, najlepšie rýdziky či podpňovky. Huby očistíme, zalejeme prevarenou vodou a necháme ich v nej vychladnúť. Potom ich vyberieme, uložíme do hlinenej nádoby alebo zaváraninovej fľaše, klobúčikmi hore. Každú vrstvu treba náležite osoliť, posypať pokrájaným cesnakom. Pridáme bobkový list a nové korenie. Poslednú vrstvu prikryjeme dreveným lopárikom či tanierom a niečím ho zaťažíme. Počas niekoľkých dní treba z povrchu zbierať tekutinu a dopĺňovať ju, ak chýba slaná voda. Keď sa huby vykvasia, nádobu preniesieme na chladné miesto.

GRZYBY ŚWIEŻE W ŚMIETANIE ČERSTVÉ HRÍBY NA SMOTANE

Przepis: Tereza Kyszcza – „Tradycijni lemkiwśki strawy”
Recept: Tereza Kyszczaková – Tradičné lemkovské jedlá

Składniki: 0,5 kg świeżych grzybów, 1 szklanka wody, 1 cebula, 1/2 łyżki soli, 1/2 łyżeczki pieprzu, 1 szklanka słodkiej śmietany, 2 łyżki mąki, 50 g masła.

Świeże prawdziwki oczyścić, przemyć wodą, sparzyć wrzątkiem i wylać wodę. Ułożyć w naczyniu, wlać wody albo mleka i po-

stawić do gotowania. Można podsmażyć grzyby na maśle. Lekko podsmażyć dużą cebulę i dodać do grzybów, posolić. Kiedy grzyby będą już ugotowane, wlać jedną szklankę śmietany, podbitą 2–3 łyżkami mąki (mąkę też można lekko przysmażyć), dać pieprz i niechaj lekko zakipi. W talerzu posypać pokrojoną pietruszką lub koperkiem.

Komponenty: 0,5 kg čerstvých hřibov, 1 pohár vody, 1 cibula, 1/2 lyžice soli, 1/2 lyžičky čierneho korenia, 1 pohár sladkej smotany, 2 lyžice hladkej múky, 50 g masla.

Čerstvé hřiby očistíme, premyjeme vodou, sparíme a vylejeme horúcu vodu. Vložíme ich do nádoby, prilejeme vodu alebo mlieko a postavíme na sporák. Predtým môžeme hřiby oparať na masle. Lahko osmažíme veľkú, pokrúšanú cibuľu a dáme ju k hřibom. Osolíme. Keď už hřiby budú uvarené, vlejeme k nim pohár smotany, vymiešanej s 2–3 lyžicami múky (múku tiež môžeme ľahko oparať). Dáme čierne korenie, hřiby môžu trochu kypieť. Naložený tanier posypeme posekanou petržlenovou vňaťou alebo kôprom.

HALUSZKI RZUCANE NA MLEKO MLIEČNA POLIEVKA S HALUŠKAMI

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszcaková – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: 2 litry mlieka, 0,5 kg mąki.

Gotuje się w ten sam sposób, co zupę mleczną – starankę, lecz ciasto ma być rzadkie (jak gęsta śmietana) i należy rzucać je na mleko łyżką.

2 l mlieka, 0,5 kg hladkej múky.

Pripravuje sa rovnako ako mliečna polievka – mrvenica, ibaže cesto má byť riedke (ako hustá smotana) a treba ho hádzať do mlieka lyžicou.

HALYSZKI ZIEMNIACZANE ZEMIAKOVÉ HALUŠKY

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszcaková – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: 1 kg ziemniaków, 2 jajka, 4 łyżki maki pszennej, 1 cebula, 100 g masla.

Obrać ok. 1 kg ziemniaków, zetrzeć na tarce, lekko odcedzić przez gazę zbędną ciecz, dodać 1–2 jajka, 2–3 łyżki mąki, sól, dobrze wymieszać, zrobić haluszki wielości włoskiego orzecha. Gotować 6–8 min w posolonym wrzątku przy wolnym кипieniu. Jeść z podsmażoną cebulką na maśle, oleju, a najlepiej ze skwarkami lub posypać serem lub bryndzą. Czasem podawano je również zalane ciepłym mlekiem.

Komponenty: 1 kg zemiakov, 2 vajcia, 4 lyžice hladkej múky, 1 cibula, 100 g masla.

Očistíme zemiaky, postrúhame ich, precedíme cez gázu, čím sa zbavíme nepotrebnéj šťavy, pridáme k nim 1-2 vajcia, 2-3 lyžice múky, soľ, dobre vymiešame a urobíme guľky veľkosti vlašského orecha. Varíme ich 6-8 minút v osolenej vriacej vode pri mier- nom vrení. Podávame s jemne osmaženou cibulkou na masle či oleji, prípadne so škvarkami alebo posypané tvarohom či bryn- dzou. Občas sú podávané poliate teplým mliekom.

HREGZANYKI / HREČANIKY

Przepis: Marianna Jaraová, Hrabowiec
Recept: Marianna Jaraová, Hrabowica

Skladniki: 1 kg kaszy gryczanej, 1 kg mięsa mielonego, 5 jaj, 5 ząbków czosnku, 1 łyżeczka soli, 1 łyżeczka pieprzu.

Kaszę ugotować, zmieszać z mięsem, dodać jajka, przyprawy, czosnek. Dobrze wymieszać. Smażyć na gorącym oleju (jak kotlety mielone). Do tego sos na zimno: śmietana z czosnkiem i koperkiem.

Komponenty: 1 kg pohánky, 1 kg mletého mäsa, 5 vajec, 5 strúčikov cesnaku, 1 lyžička soli, 1 lyžička čierneho korenia.

Uvaríme pohánku, zmiešame ju s mäsom, pridáme vajcia, cesnak, okoreníme. Dobre vymiešame. Vyprážame na horúcom oleji (ako fašírky). Podávame so studenou omáčkou, ktorú pripravíme zo smotany, cesnaku a kôpru.

KAPUSTA DUSZONA Z KMINKIEM DUSENÁ KAPUSTA NA RASCI

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszcaková – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: 1 kg kapusty kiszzonej, 50 g tłuszczu, 1 łyżka kminku, 1 cebula, 1 łyżka mąki, 1/2 łyżeczki pieprzu.

Kiszoną kapustę należy wydusić i przemyć. Do naczynia dać trochę tłuszczu, 1/2 szklanki wody, 1–2 łyżeczki kminku i kapustę. Nakryć pokrywką i postawić do duszenia. Od czasu do czasu pomieszać. Kiedy kapusta zmięknie dodać podsmażoną cebulę, mąkę, pieprz wszystko dobrze wymieszać i dusić jeszcze 8–10 minut. W ten sam sposób można przygotować świeżą kapustę, dodając kwasu lub kwaśnej śmietany.

Komponenty: 1 kg kyslej kapusty, 50 g masti, 1 lyžica rasce, 1 cibula, 1 lyžica hladkej múky, 1/2 lyžičky čierneho korenia.

Vytlačíme šťavu z kyslej kapusty a premyjeme ju. Do hrnca dáme trocha masti, 1/2 pohára vody, 1-2 lyžičky rasce a kapustu. Prikryjeme pokrievkou a dáme dusiť. Z času na čas premiešame. Keď kapusta zmäkne, pridáme osmaženú cibuľu, múku, čierne korenie a všetko dobre premiešame. Dusíme ešte 8-10 minút. Rovnakým spôsobom môžeme pripraviť sladkú kapustu pridaním šťavy z kvasenej kapusty alebo kyslej smotany.

KAPUSTA Z FASOŁĄ I KAPUSTA S FAZUŁOU I.

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich w Głębokiem (gmina Rymanów)
Recept: Krúžok dedinských gazdiniek v Głębokom (obec Rymanów)

Składniki: 0,5 kg kapusty słodkiej, 0,5 kg kapusty kiszzonej, 0,5 kg fasoli, sól, kminek, liść laurowy, cebula, oliwa, wywar mięsny. Dodatkowo: kielbasa, boczek.

Woreczek fasoli namoczyć wcześniej na całą noc, a rano ugotować. W osobnym garnku gotujemy kapustę. Zalewamy ją wcześniej przygotowanym wywarem mięsnym. Doprawiamy solą, kminkiem, liściem laurowym. Można też dodać podsmażoną na patelni drobno pokrojoną cebulkę lub kielbasę czy boczek.

Komponenty: 0,5 kg słodkiej kapusty, 0,5 kg kysłej kapusty, 0,5 kg fazule, sol, kmín, bobkový list, cibula, oliv, mäsový vývar. Doplnky: klobása, bôčik.

Vrečko fazule skôr namočiť na celú noc a ráno uvariť. V samostatnom hrnci varíme kapustu. Ešte skôr do nej nalejeme pripravený mäsový vývar. Dochucujeme soľou, kmínom, bobkovým listom. Možno tiež pridať posmaženú na panvici na drobno pokrájanú cibulu alebo klobásu či bôčik.

KAPUSTA Z FASOŁĄ II KAPUSTA S FAZUŁOU II.

Przepis: Bronisława Wołkowicz, Teodorówka (Beskid Dukielski)
Recept: Bronisława Wołkowiczová, Teodorowka (Duklianske Beskydy)

Składniki: 1 średnia główka kapusty, 30 dag malej fasoli, pół litra wiejskiej śmietany, 2 duże cebule, 15 dag masła lub margaryny, sól, kminek.

Kapustę poszatkować, zalać niewielką ilością wrzącej wody i ugotować. W osobnym garnku ugotować opłukaną i namoczoną fasolę. Gdy fasola będzie miękka, częściowo ją rozgnieść. Do kapusty dodać fasolę, śmietanę, zrumienioną cebulę, przyprawy. Gotować jeszcze kilka minut. Kapusta z fasolą najlepiej smakuje z gotowanymi całymi ziemniakami.

Komponenty: 1 stredná hlávka kapusty, 30 dkg malej fazule, 0,5 l domácej smotany, 2 veľké cibule, 15 dkg masla alebo margarínu, sol, rasca.

Kapustu posekáme, zalejeme malým množstvom vriacej vody a uvaríme ju. V osobitnom hrnci uvaríme opláchnutú a namočenú fazuľu. Keď fazuľa zmäkne, čiastočne ju popučíme. Ku kapuste pridáme fazuľu, smotanu, osmaženú cibulu, okoreníme. Varíme ešte niekoľko minút. Kapusta s fazuľou najlepšie chutí s varenými celými zemiakmi.

KAPUSTA Z GROCHEM LUB FASOŁĄ KAPUSTA S HRACHOM ALEBO FAZUŁOU

Przepis: Polańczyk (gmina Solina)
Recept: Polańczyk (obec Solina)

Składniki: 1 kg kiszzonej kapusty, 0,5 kg grochu lub fasoli, 1 cebula, pół łyżki soli, 100 g smalcu.

Kiszoną kapustę ugotować, przemyć ciepłą wodą. Oddzielnie gotować groch lub fasolę, odcedzić. Połączyć kapustę (lub fasolę) z grochem. Dodać podsmażoną na tłuszczu cebulę, sól i pieprz. Wymieszać wszystko razem.

Komponenty: 1 kg kyslej kapusty, 0,5 kg hrachu alebo fazule, 1 cibula, pol lyžice soli, 100 g masti.

Kyslú kapustu uvaríme, premyjeme teplou vodou. Osobitne varíme hrach alebo fazuľu, scedíme. Zmiešame kapustu s hrachom alebo fazuľou. Pridáme cibulu osmaženú na masti, sol a čierne korenie. Všetko spolu zmiešame.

KAPUSTA Z GRZYBAMI KAPUSTA S HRÍBAMI

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligrod, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Składniki: 1kg kiszzonej kapusty, 5 dag suszonych grzybów, 2 łyżki masła, sól, pieprz, cebula.

Umyte grzyby ugotować w niewielkiej ilości wody i pokroić na cienkie paseczki. Kapustę (jeśli zbyt kwaśna – wypłukać), zalać 2 szklankami wody i ugotować do miękkości. Cebulę posiekać, usmażyć na maśle na złoty kolor. Grzyby, wywar z nich i cebulę z masłem dodać do kapusty, wymieszać, doprawić solą i pieprzem, gotować na małym ogniu (musi być gęsta). Zostawić do następnego dnia. Przed podaniem mocno podgrzać.

Komponenty: 1kg kyslej kapusty, 5 dkg sušených hríbov, 2 lyžice masla, sol, čierne korenie, cibula.

Umyté hríby uvaríme v malom množstve vody a pokrájame ich na tenké pásiky. Kapustu (ak je veľmi kyslá, opláchneme) zalejeme dvoma pohármi vody a uvaríme domäkka. Posekáme cibulu, osmažíme ju na masle dozlatista. Hríby s vývarom a cibulu s maslom pridáme ku kapuste, vymiešame a dochutíme soľou a čiernym korením. Varíme na miernom ohni (kapusta musí byť hustá). Dáme ju odstáť do nasledujúceho dňa. Pred podávaním ju silno zohrejeme.

KAPUŚNIAGZKI / KAPUSTNÍKY

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligrod, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Ciasto: 60 dag mąki, 4 dag drożdży, jajko, łyżeczka cukru, pół łyżeczki soli, 3/4 kostki masła; farsz: 60 dag kapusty kiszzonej, cebula, 4 dag masła, pieprz, jajko.

Kapustę kiszoną ugotować w małej ilości wody, miękko osączyć, drobno posiekać. Na tłuszczu podsmażyć drobno posiekaną cebulę, dodać kapustę, mieszając przyprawić do smaku pieprzem. Do zestawionej z ognia kapusty wbić surowe jajko i wymieszać. Drożdże wymieszać z cukrem i łyżką ciepłego mleka, wlać do przesianej, ogrzanej mąki, dodać mleko, jajko, sól,

zagnieść ciasto i wyrobić. Do wyrobionego ciasta dodać ciepłe stopione masło i jeszcze wyrabiać (aż ciasto utraci połysk), po czym odstawić do wyrośnięcia. Wyrośnięte ciasto wyłożyć na stolnicę, podzielić na 30 porcji, formować małe paluszki, rozłożyć na nich ciepłe nadzienie. Zlepić pierożki. Układać szwem do góry na lekko natłuszczonej blaszce, a gdy zaczną rosnać posmarować białkiem i wstawić do pieczenia.

Cesto: 60 dkg hladkej múky, 4 dkg drożdžia, vajce, lyžička cukru, pol lyžičky soli, 3/4 kocky masla; plnka: 60 dkg kyslej kapusty, cibuľa, 4 dkg masla, čierne korenie, vajce.

Kyslú kapustu uvaríme v malom množstve vody, mäkkú ju dáme stieť a posekáme na drobné kúsky. Na masti osmažíme nadrobno posekanú cibuľu, pridáme k nej kapustu, ktorú pri miešaní dochutíme podľa uváženia čiernym korením. Po odstavení kapusty zo sporáka k nej pridáme surové vajce a zamiešame.

Droždzie vymiešame s cukrom a lyžicou teplého mlieka, vlejeme ho do preosiatej a zohriatej múky, pridáme mlieko, vajce, soľ a vymiesime cesto. Do pripraveného cesta pridáme teplé roztopené maslo a hnetieme dovtedy, kým cesto nestratí lesk. Potom cesto odstavíme, aby nakyslo. Vykysnuté cesto dáme na dosku, rozdelíme ho na 30 častí a vyformujeme malé štvorce, na ktoré rozložíme teplú plnku. Lepíme pirohy. Układáme ich zlepeným miestom dohora na ľahko vymastený plech. Keď začnú rásť, potrieme ich bielkom a vložíme do vyhriatej rúry.

KAPUŠNIACZKI DROŽDZOWE KAPUSTNÉ KOLÁČIKY

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Jasionów (gmina Haczów)
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Jasionów (obec Haczów)

Skladniki: 1 liter mlieka, 15–20 dag drożdży, 4 żółtka, 1/2 margaryny, 2 kg mąki, 2 kg kapusty kwaszonej, 1 woreczek suszonych podgrzybków, 15 dag sera białego, 1 cebula, szczypta cukru do smaku, szczypta soli, folia aluminiowa.

Ciasto: mleko, żółtka, cukier, soľ rozmieszać, dodać roztopioną margarynę i mąkę ile zabierze. Odczekać ok. 30 min. aż ciasto dobrze wyrośnie. Następnie ciasto rozwałkować na grubość ok. 1/2 cm, pokroić w kwadraty nieduże, nakładać na kwadrat farsz, zwiąć w kopertę i posmarować roztrzepanym jajkiem. Układać na blaszkach i piec w piekarniku na złoto-brązowy kolor.

Farsz: kapustę kwaszoną ugotować, odcedzić, wycisnąć i drobno pokroić. Grzyby namoczyć i ugotować w lekko solonej wodzie, odcedzić i drobno pokroić. Kapustę, grzyby pokrojone wymieszać, dodać ser biały i cebulę podsmażoną na smalcu na złoty kolor. Doprawić do smaku solą i pieprzem.

Komponenty: 1 liter mlieka, 15–20 dkg drożdžia, 4 žltky, 1/2 margarínu, 2 kg múky, 2 kg kyslej kapusty, 1 vrecúško sušených suchohríbov, 15 dkg tvarohu, 1 cibuľa, štipka cukru pre chuť, štipka soli, alobal.

Cesto: mlieko, žltky, cukor a soľ rozmiešame, pridáme rozpuštený margarín a múku podľa potreby. Počkáme asi 30 min., pokiaľ cesto nenarastie. Potom cesto rozgúľame na hrúbku približne 1/2 cm, pokrájame na nevelké štvorce, naložíme

na ne plnku, poprekładáme z každej strany a potrieme rozmiešaným vajcom. Uložíme na plechy a v rúre pečieme do zlatisto-hnedej farby.

Plnka: uvaríme kyslú kapustu, scedíme, vyžmýkame a pokrájame na drobno. Huby namočíme a uvaríme v trochu osolenej vode, odcedíme a pokrájame na drobno. Pokrájanú kapustu a huby vymiešame, pridáme tvaroh a jemne usmaženú do zlatista na masti cibuľu. Dochutíme soľou a korením.

KAPUŠNIKI DROŽDZOWE DROŽDOVÉ KAPUSTNIKY

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich Jasionów (gmina Haczów)
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Jasionów (obec Haczów)

Skladniki: 2 kg kapusty kwaszonej, 1 l mlieka, 15–20 dag drożdży, 4 żółtka, 1/2 margaryny, 2 kg mąki, 1 woreczek grzybów suszonych (podgrzybków), 15 dag sera białego, 1 cebula, szczypta cukru, szczypta soli.

Farsz: kapustę kwaszoną ugotować, odcedzić, wycisnąć i drobno pokroić. Grzyby namoczyć i ugotować w lekko osolonej wodzie, odcedzić i drobno pokroić. Kapustę i grzyby wymieszać, dodać ser biały i podsmażoną cebulę. Doprawić do smaku solą i pieprzem.

Ciasto: mleko, żółtka, cukier, soľ rozmieszać, dodać roztopioną margarynę i mąkę ile zabierze. Zarobić i odczekać ok. 30 minut, aż ciasto dobrze wyrośnie. Ciasto rozwałkować na grubość 1–2 cm, pokroić w nieduże kwadraty, nakładać na nie farsz, zwiąć w kopertę, posmarować roztrzepanym jajkiem. Układać na blachę i piec w piekarniku na złoty kolor.

Komponenty: 2 kg kyslej kapusty, 1 l mlieka, 15–20 dkg drożdži, 4 žltka, 1/2 margarínu, 2 kg múky, 1 vrecko sušených húb (suchohríbov), 15 dkg tvarohu, 1 cibuľa, štipka cukru, štipka soli.

Plnka: kyslú kapustu uvaríme, odcedíme, vytlačíme a nadrobno pokrájajme. Huby namočíme a uvaríme v ľahko osolenej vode, odcedíme a nadrobno pokrájajme. Kapustu a huby vymiešajme, pridajme tvaroh a ľahko usmaženú cibuľu. Dochutíme soľou a čiernym korením.

Cesto: mlieko, žltka, cukor, soľ rozmiešajme a pridajme vhodné množstvo roztopeného margarínu a múky. Zamiešame a počkajme cca 30 minút až cesto dobré vykysne. Cesto rozváľajme na hrúbku 1–2 cm, pokrájajme na nevelké štvorce, na ktoré naložíme plnku, zaviňte do podoby obálky, natrite roztrzepaným vajčkom. Uložte na plech a pečte v rúre do zlatista.

KAPUŠNIAK NA SZPYRCE KAPUSTOVÁ POLIEVKA NA SŁANINE

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Skladniki: 1 kg kwaszonej kapusty, 90 dag żeberek wieprzowych, 20 dag włoszczyzny, 3 ząbki czosnku, 10 dag słoniny, 1 łyżka mąki, sól, pieprz, liść laurowy, kminek.

Umyte i pokrojone na 6 kawałków żeberka, zalać dwoma litrami wody, dodać włoszczyznę i przyprawę. Gdy warzywa

będą miękkie wyjąc je z wywaru, wsypać kapustę i gotować na małym ogniu do zmięknienia kapusty. Wytopić na patelni słoninę, skwarki dodać do kapusty. Na pozostałym tłuszczu zrumienić mąkę, natychmiast rozprowadzić zasmażkę zimną wodą i wlać do kapuśniaku. Zagotować i przyprawić. Podawać z ziemniakami. Taki kapuśniak, podany z ziemniakami lub chlebem, to danie zastępujące cały obiad. Sporządzany z wykorzystaniem różnych tłustych mięs lub wytopionej słoniny. Bardzo często wieprzowinę zastępowano mięsem gęsi lub kaczek, hodowanych we własnych zagrodach.

Komponenty: 1 kg kyslej kapusty, 90 dkg bravčového rebierka, 20 dkg zeleniny, 3 strúčiky cesnaku, 10 dkg slaniny, 1 lyžica hladkej múky, soľ, čierne korenie, bobkový list, rasca.

Umytá a na 6 častí rozkrojené rebierko zalejeme dvoma litrami vody, pridáme zeleninu a okoreníme. Keď zelenina zmäkne, vyberieme ju z vývaru a pridáme kapustu. Varíme na miernom ohni, kým kapusta nezmäkne. Zo slaniny na panvici vytopíme škvarky, ktoré pridáme do kapusty. Na zvyšnej masti osmažíme múku, zápražku rozriedime hneď studenou vodou a vlejeme ju do kapustovej polievky. Privedieme k varu a dokoreníme. Podávame so zemiakmi. Kapustová polievka, podávaná so zemiakmi alebo chlebom, nahrádza hlavný chod. Je robená z rôznych druhov masťného mäsa, nielen z vyškvarenej slaniny. Často je bravčovina nahrádzaná mäsom z kačiek a husí, chovaných na vlastných dvoroch.

KAPUŠNIAK Z GRZYBAMI I ŚLIWKAMI KAPUSTOVÁ POLIEVKA S HRÍBAMI A ŚLIWKAMI

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligrod, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Składniki: 1,5 litra wywaru z mięsa i warzyw, 50 dag kapusty kwaszonej, 3–4 grzyby suszone, 3 dag śliwek suszonych, 10 dag cebuli, tłuszcz, 2 dag mąki, pół szklanki śmietany, sól, pieprz, przyprawy do smaku.

Kapustę pokroić i zalać wrzącym wywarem i gotować. Grzyby i śliwki umyć, namoczyć, ugotować w osobnych naczyniach. Cebulę obrać, opłukać, drobno pokroić, usmażyć, poproszyć mąką, zasmażyć lekko rumieniąc. Połączyć z kapustą, grzybami pokrojonymi w paseczki, przecierem ze śliwek i śmietaną, chwilę pogotować, doprawić. Podawać z ziemniakami z wody posypanymi skwarkami ze słoniny.

Komponenty: 1,5 l vývaru z mäsa a zeleniny, 50 dkg kyslej kapusty, 3–4 susené hríby, 3 dkg sušených sliviek, 10 dkg cibule, masť, 2 dkg hladkej múky, pol pohára kyslej smotany, soľ, čierne korenie, iné koreniny podľa chuti.

Pokrájame kapustu, zalejeme ju vriacim vývarom a varíme. Hríby a slivky umyjeme, namočíme, uvaríme ich v osobitných hrncoch. Očistíme cibuľu, opláchneme a posekáme nadrobno. Osmažíme ju, poprášime múkou, spolu pražíme ľahko dočervena. Cibuľu zmiešame s kapustou a hríbmi pokrájanými na

pásiky, pridáme pretlak pripravený zo sliviek a smotany. Chvíľu povaríme a okoreníme. Podávame s uvarenými zemiakmi, posypanými škvarkami zo slaniny.

KASZA PERŁOWA Z FASOŁĄ ZAPEKANÉ JAČMENNÉ KRÚPY S FAZUBOU

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: 35 dag kaszy jęczmiennej perłowej, 25 dag fasoli białej, 2 łyżki masła, 2 cebule, 25 dag wiejskiej kielbasy, 1 łyżka startego chrzanu, 1 szklanka śmietany, 1 łyżeczka majeranku, sól, pieprz, 1 łyżka masła, 1 łyżka bułki tartej.

Zmierzyć objętość kaszy. Zagotować dwukrotnie więcej wody z solą i grudką masła, dodać opłukaną kaszę. Gdy kasza wchłonie płyn, wstawić ją do drugiego garnka z wodą lub zawiązać w koc na około 30 minut. Namoczyć fasolę na 12 godzin, ugotować i pod koniec gotowania osolić. Cebulę pokroić w kostkę, usmażyć na maśle, dodać pokrojoną w plasterki kielbasę, krótko ją obrumienić. Połączyć z fasolą, przyprawić chrzanem, majerankiem, solą i pieprzem. Brytfannę wysmarować masłem i posypać bułką tartą. Układać warstwami, kaszę i przyprawioną fasolę, do wyczerpania składników. Śmietaną posolić i zalać powierzchnię potrawy. Zapiekać w dobrze nagrzanym piekarniku około 30 minut. Podawać z pikantnymi surówkami.

Komponenty: 35 dkg stredných jačmenných krúp, 25 dkg bielej fazule, 2 lyžice masla, 2 cibule, 25 dkg domácej klobásy, 1 lyžica postrúhaného chrenu, 1 pohár kyslej smotany, 1 lyžička majoránu, soľ, čierne korenie, 1 lyžica masla, 1 lyžica strúhanky.

Odmeriamе objem krúpy. Privedieme do varu dvojnásobne väčšie množstvo vody so solou a maslom, do ktorej dáme opláchnuté krúpy. Keď krúpy vpijú vodu, vložíme ich do druhého hrnca s vodou, prípadne ich ovinieme utierkou zhruba na 30 minút. Namočíme fazuľu na 12 hodín, uvaríme ju a pred odstavením osolíme. Cibulú posekáme na kocky, osmažíme na masle a pridáme k nej na plátky pokrájanú klobásu, ktorú krátko opožáme. Zmiešame ju s fazuľou, dochutíme chrenom, majoránom, solou a čiernym korením. Plech vymastíme maslom a posypeme strúhankou. Naň ukladáme po vrstvách krúpy aj pripravenú fazuľu, kým sa nám všetko neminie. Osolíme smotanú a zalejeme ňou jedlo, ktoré pečieme v dobre vyhriatej rúre okolo 30 minút. Podávame s pikantne pripravenou zeleninovou prílohou.

KASZA Z SUSZONYMI ŚLIWKAMI KRÚPOVÁ KAŠA SO SUŠENÝMI ŚLIWKAMI

Przepis: Gospodarstwo Agroturystyczne Drajewiczów (Beskid Dukielski)
Recept: Agroturistické gazdovstvo Drajewiczovcov (Duklianske Beskydy)

Składniki: 30 dag kaszy jęczmiennej, 30 dag suszonych śliwek lub innych suszonych owoców, cukier, sól.

Kaszę i śliwki opłukać, zalać 1 litrem wrzącej wody. Gotować do momentu, gdy kasza będzie lekko rozklejona o konsystencji pelzającej. Doprawić solą i cukrem do smaku.

Komponenty: 30 dkg jačmenných krúp, 30 dkg sušených sliviek alebo iného sušeného ovocia, cukor, soľ.

Krúpy a slivky opláchneme, zalejeme 1 litrom vriacej vody. Vyríme dovtedy, kým sa kaša nebude ľahko lepiť a svojou konzistenciou ťahať. Dochutíme ju soľou a cukrom podľa chuti.

KIEĽBASA SWOJSKA KRAJANA DOMÁGA KLOBÁSA KRÁJANÁ

10 marca 2006 roku wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych 10. marca 2006 bola zapísaná do Zoznamu tradičných výrobkov Producent: Zakład Mięсны „Jasiołka”, 38-450 Dukla, ul. Nadbrzeżna 1, tel. 013 43 308 02, www.jasiołka.com
Wýrobca: mäso kombinát Jasiołka, 38-450 Dukla, ul. Nadbrzeżna 1, tel. 013 43 308 02, www.jasiołka.com

Charakterystyka

Powierzchnia kielbasy (jelito naturalne) równomiernie pomarszczona, osłonka ściśle przylegająca do farszu, składniki równomiernie rozmieszczone, widoczne kawałki mięsa chudego (ok. 20×20 mm) oraz kawałeczki tłuszczu nie większe niż 5 mm. Odcinki o łącznej długości ok. 100 cm przewieszane na kijach wędzarniczych na odcinki o długości 50 cm, średnica jelit naturalnych wieprzowych ok. 28–32 mm. Barwa osłonki naturalnej od brązowej do wiśniowej; barwa właściwa dla mięsa peklowanego – ciemnoróżowa do czerwonej; tłuszczu – biała do kremowej. Smak i zapach właściwy dla mięsa peklowanego, wędzonego w tradycyjnej wędzarni przy wykorzystaniu zrębków drewna suszonego, sól i przyprawy wyraźnie wyczuwalne. Kielbasa charakteryzuje się wyjątkowym smakiem oraz widocznymi dużymi kawałkami mięsa szynkowego.

Tradycja, pochodzenie oraz historia

Produkcja kielbasy swojskiej krajanej oparta jest na zapiskach, przekazach ustnych oraz przepisie na przygotowanie kielbasy wieprzowej z książki kucharskiej pochodzącej z ok. 1965 roku. Przepisy zamieszczone w tej książce stanowią cenne źródło informacji na temat dawnych receptur i technik wykonania. Kielbasę swojską krajaną wytwarza się jak dawne wyroby wędliniarskie, bazując na starych recepturach. Wędzi się ją w tradycyjnej wędzarni z wykorzystaniem zrębków drewna, a dym wędzarniczy nadaje jej niepowtarzalny smak i aromat. Kielbasa ta została nazwana kielbasą swojską krajaną ze względu na domowy sposób jej przygotowania, w tym wykorzystanie dwóch trzecich mięsa krojonego ręcznie. Wzmianki na temat kielbasy polskiej krajanej zawarte są również w uniwersalnej książce kucharskiej wydanej we Lwowie na początku XX wieku.

Wýroba domácej klobásy krájaney čerpá zo záznamov, ústnych podaní a receptov, ktoré popisujú prípravu bravčovej klobásy podľa kuchárskej knižky pravdepodobne z roku 1965. Recepty

v tejto knihe predstavujú vzácne žriedlo informácií s tematikou starých receptúr a výrobných techník. Domáca klobása krájaná sa vyrába ako staré údenárske výrobky, na základe starodávnych receptúr. Údi sa v tradičnej udiarni pálením drevných štiepok. Údenársky dym tak dáva klobásе neopakovateľnú chuť a vôňu. Táto klobása bola nazvaná domácou klobásou krájanou vzhľadom na domáci spôsob jej prípravy, kde sa pri dvoch tretinách mäsa využíva ručné krájanie. Zmienky o poľskej klobásе krájaney sa nachádzajú aj v univerzálnej kuchárskej knihe, vydanej vo Lvove na začiatku 20. storočia.

KISZKA KASZANA REGIONALNA DUKIEĽSKA REGIONÁLNA KRÚPOVÁ JATERNICA DUKLIANSKA

29 marca 2006 roku wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych 29. marca 2006 bola zapísaná do Zoznamu tradičných výrobkov Producent: Zakład Mięсны „Jasiołka”, 38-450 Dukla, ul. Nadbrzeżna 1, tel. 013 43 308 02, www.jasiołka.com
Wýrobca: Mäso kombinát Jasiołka, 38-450 Dukla, ul. Nadbrzeżna 1, tel. 013 43 308 02, www.jasiołka.com

Charakterystyka

Powierzchnia naturalnej osłonki czysta, lekko wilgotna; powierzchnia osłonki sztucznej czysta, sucha. Na przekroju poprzecznym składniki równomiernie rozmieszczone. Pęta jelita naturalnego długości ok. 30–40 cm przekręcane na obu końcach kiszki na długości około 15–20 cm. Pęto w jelicie sztucznym o długości 100 cm zgięte w połowie, końce związane. Na przekroju poprzecznym przyjmuje formę okrągłą. Średnica jelit naturalnych ok. 30–32 mm, średnica jelita sztucznego ok. 52 mm. Barwa na zewnątrz osłonki od ciemnobrązowej, lekko lśniącej, do brunatnej; barwa farszu – mozaika kolorów: ciemnobrązowego (brunatnego) i kremowego. Kiszka kaszana regionalna dukielska parzona jest w tradycyjnym kotle. Charakteryzuje się wyjątkowym smakiem zarówno na zimno, jak i na gorąco.

Tradycja, pochodzenie oraz historia

Na terenach dukielskich zawód rzeźnika masarza był znany i bardzo ceniony, gdyż okoliczni mieszkańcy chowali zarówno trzodę chlewną, jak i bydło. Tradycyjna kultura ludowa jest wciąż obecna w życiu mieszkańców regionu. Przejawia się ona w utrzymaniu i kultywowaniu dawnych obyczajów i obrzędów ludowych, a także w upodobaniach kulinarnych.

Kiszka kaszana regionalna dukielska wytwarzana jest na podstawie dawnych receptur, które dostępne są na Dukielszczyźnie. Charakteryzuje się wyjątkowym, lekko pikantnym smakiem nadanym przez specjalnie opracowaną mieszankę przypraw, która w połączeniu z surowcem mięsnym, krwią i kaszą wpływa na niepowtarzalność produktu. Kiszka może być spożywana zarówno na zimno, jak i na gorąco, przy czym pod wpływem temperatury smak i zapach stają się intensywniejsze. Bardzo popularne jest podpiekanie farszu z kiszki na patelni. Na podstawie zapisków

pana Wojciecha Woźniaka, który żył w latach 1896–1982 i Józefa Woźniaka żyjącego w latach 1927–1978 dowiadujemy się, jak niegdyś w Dukli wytwarzało się wyroby wędliniarskie, zaś z przekazu ustnego wiemy, że podstawą sukcesu masarza było sprawne przeprowadzenie uboju oraz solidne wykonanie wyrobów, łącznie z ich sparzeniem. Najtrudniejszą, a zarazem najważniejszą sztuką było doprowadzenie kiszek tak, aby przyprawy były wyczuwalne i nadawały wyrobom niepowtarzalny, charakterystyczny smak. Posłużyć można by się tutaj przepisem na kiszkę kaszaną z książki kucharskiej pochodzącej z 1956 roku: „Skórki, płuca, serce i okrawki mięsa gotujemy do miękkości, odcędzamy i studzimy. Kaszę przebieramy i mierzymy garnuszkiem. Odmierzamy 2 razy tyle rosolu co kaszy, zagotowujemy go, wsypujemy kaszę i prażymy na brzegu kuchni (...)” Przepis z tej książki kucharskiej oraz przepis z książki „Domowy wyrób wędlin” Tadeusza Kłosowskiego wydanej w 1963 roku, stanowią cenne źródło informacji odnośnie dawnych receptur i technik wykonania. Dzięki tym sprawdzonym przepisom kiszka kaszana odznacza się wyjątkowymi walorami smakowo-zapachowymi, gładką strukturą oraz konsystencją, dzięki której może być ona krojona w plasterki lub rozsmarowywana w zależności od potrzeb i upodobań.

a więc salceson, kaszankę, kiszkę pasztetową oraz tańsze wędliny”.

Regionálna krúpová jaternica duklianska je vyrábaná na základe starodávnych receptúr, dostupných v duklianskom regióne. Je charakteristická výnimočnou, ľahko pikantnou chuťou, vďaka špeciálnej pripravenej zmesi korenín, ktorá s mäsovou surovinou, krvou a jačmennými krúpami dodáva výrobku neopakovateľnú chuť. Jaternica môže byť konzumovaná tak zastudena, aj zahorúca, pričom v dôsledku zvýšenia teploty chuť a vôňa nabierajú na intenzite. Veľmi populárnym je smaženie jaternicovej kaše na panvici.

Základom úspechu mäsiara bolo náležité vykonať usmrtenie jaťočných zvierat a vhodne pripraviť výrobky, vrátane ich zaparenia. Najťažším a zároveň najdôležitejším umením bolo pripraviť jaternice tak, aby koreniny zvýrazňovali ich vôňu a výrobkom dávali neopakovateľnú, charakteristickú chuť. V tomto prípade môžeme využiť recept na jaternice pochádzajúci z kuchárskej knihy z r. 1956: „Kozu, pľúca, srdce a kúsky mäsa varíme domäkka, dáme ich scediť a vychladnúť. Jačmenné krúpy prečistíme a odmeriame ich hrnčekom. Odmeriame dvakrát viac vývaru ako krúp, privedieme ho do varu, vysypeme doň krúpy, ktoré varíme na okraji sporáka (...)” Recept z tejto kuchárskej knihy a recept z knihy Domácia výroba údenín od Tadeusza Kłosowského, wydanej v r. 1963, predstavujú vzácne žriedlo informácií o starých receptúrach a výrobných technikách.

KISZKA PASZTETOWA DUKIELSKA PAŠTÉTOVÁ JATERNICA DUKLIANSKA

29 marca 2006 roku wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych
29. marca 2006 bola zapísaná do Zoznamu tradičných výrobkov

Producent: Zakład Mięsny „Jasiolka”, 38-450 Dukla, ul. Nadbrzeżna 1, tel. 013 43 308 02, www.jasiolka.com
Výrobca: Mäsokombinát Jasiolka, 38-450 Dukla, ul. Nadbrzežna 1, tel. 013 43 308 02, www.jasiolka.com

Charakterystyka

Powierzchnia naturalnej osłonki czysta, lekko wilgotna; powierzchnia osłonki sztucznej czysta, sucha. Na przekroju poprzecznym w farszu o strukturze jednolitej zauważalne przyprawy. Pęta jelita naturalnego długości ok. 30–40 cm przekęcane na obu końcach kiszki na długości ok. 15–20 cm. Pęto w jelicie sztucznym długości 100 cm zgięte w połowie, końce związane; na przekroju poprzecznym przyjmuje formę okrągłą. Średnica jelit naturalnych ok. 30–32 mm; średnica jelita sztucznego ok. 30 mm. Barwa farszu kremowo-szara; zauważalne drobinki zmielonych przypraw. Charakterystyczny wyjątkowy i niezapomniany smak, z wyczuwalnym dodatkiem przypraw.

Tradycja, pochodzenie oraz historia

Kiszka pasztetowa dukielska wytwarzana jest na podstawie dawnych receptur dostępnych na Dukielszczyźnie. Wyjątkowe walory smakowo-zapachowe uzyskane dzięki zastosowaniu odpowiedniej mieszanki przypraw, wpływają na duże zainteresowanie produktem. Kiszka pasztetowa dukielska odznacza się gładką strukturą i konsystencją, dzięki której może być krojona w plasterki lub rozsmarowywana w zależności od potrzeb.

Paštétová jaternica duklianska je vyrábaná na základe starodávnych receptúr, dostupných v duklianskom regióne. Výnimočná chuť a vôňa produktu, získaná vďaka vhodnej zmesi korenín, sú príčinou veľkého záujmu o tento výrobok. Paštétová jaternica duklianska sa vyznačuje jemnou štruktúrou a konzistenciou, preto môže byť krájaná na plátky alebo natieraná podľa potrieb.

Kuchárska kniha z r. 1956 uvádza takýto recept na paštétovú jaternicu: „Bravčový lalok pokrájame na kúsky, ktoré vložíme do hrnca, podlejeme pohárom vody a dusíme pod pokrievkou domäkka. Očistíme cibuľu, pokrájame ju na kolieska. Pečeň porežeme na malé kúsky, pridáme ju k laloku spolu s cibuľou a dusíme, kým sa nevyparí voda. Vychladnuté mäso melieme 2-3krát v mlynčeku na mäso, (...) pridáme vajce, strúhanku, koreniny a dobre vymiešame (...)”

KLUSEGZKI / HALUŠKY

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Skladniki: 50 dag mąki, 5 jajek, 1 i 1/2 szklanki wody, pół kostki masła, natka pietruszki, sól.

Utrzeć masło z żółtkami na puszystą masę. Dodawać na przemian mąkę i wodę, tak aby gęstość ciasta była podobna do gęstości utartych z masłem żółtek. Białka ubić na sztywną pianę i wyłożyć na ciasto. Przesypać resztą mąki, posolić i wszystko delikatnie wymieszać. Do części ciasta można dodać posiekaną natkę pietruszki. Po dodaniu piany do ciasta, natychmiast klu-

seczki gotować. Wyłożyć część ciasta na deskę, odcinać zgrabne kluseczki wrzucając bezpośrednio na wrzącą osoloną wodę. Po ugotowaniu zanurzyć w czystej zimnej wodzie i dokładnie osączyć. Podawać polane zrumienionym masłem lub jako dodatek do delikatnych duszonych lub pieczonych mięs.

50 dkg hladkej múky, 5 vajec, 1 a 1/2 pohára vody, pol kocky masla, petržlenová vňať, soľ.

Maslo so žltkami vyšľaháme na jemný krém. Striedavo pridávame múku a vodu tak, aby sa zachovala pôvodná hustota cesta. Bielka rozšľaháme na tuhú penu, ktorú pridáme do cesta. Prisypeme zvyšok múky, posolíme a všetko jemne vymiešame. Do cesta môžeme dať posekanú petržlenovú vňať. Po pridaní peny do cesta musíme halušky hneď uvariť. Časť cesta dáme na lopárik, oddeľujeme pekné halušky priamo do vriacej osolenej vody. Halušky po uvarení prelejeme čistou studenou vodou a necháme ich odkvapkať. Podávame poliate opraženým maslom alebo ako prílohu k jemným duseným či pečeným mäsám.

KŁUSKI KŁADZIONE NA MŁEKO HALUŠKY NA MŁIEKU

Przepis: Maria Gocz, Zyndranowa (Beskid Dukielski)
Recept: Mária Goczová, Zyndranowa (Duklianske Beskydy)

Skladniki: 20 dag mąki, 1 jajo, 3/4 szklanki wody, 2,5 litra mleka.

Jajo połączyć z wodą, dodać mąkę i drewnianą łyżką wybić ciasto gęstości śmietany. Ciasto kładziemy łyżeczką na gotujące się mleko. Doprawiamy solą do smaku.

Komponenty: 20 dkg hladkej múky, 1 vajce, 3/4 pohára vody, 2,5 l mleka.

Vajíčko vyšľaháme s vodou, pridáme múku a varechou vymiešame cesto na hustotu smotany. Kúsky cesta kladíme lyžičkou do vriaceho mlieka. Osolíme podľa chuti.

KŁUSKI KUDŁATE I CHŁPATÉ NUDŁE (KŁUSKI) I.

Przepis: z Draganowej
Recept: Draganowa

Skladniki na ciasto: 1 1/2 kg ziemniaków, 1 jajko, 1 łyżka mąki ziemniaczanej; dodatki (opcjonalnie): masło, twaróg, kapusta kwaszona.

Przygotować ziemniaki. Podzielić na trzy części. Ugotować jedną część, pozostałe dwie części zetrzeć surowe na tarce (w proporcji 1:2. Np. 1/2 kg ugotowanych i 1 kg startych surowych). Ugotowane ziemniaki przepuścić przez praskę lub zmielić w maszynce. Z surowych po starciu na tarce, odcisnąć sok ziemniaczany. Pozostawić sok by osiadł „mułek”. Ten mułek dodać do odcisniętych ziemniaków. Połączyć z ugotowanymi ziemniakami i dobrze wyrobić. Można dodać łyżkę mąki ziemniaczanej i jajko. Posolić. Utoczyć na dłoni kluski i wrzucać na gotującą osoloną wodę. Gotować około 10 -15 minut. Wyjąć jedną i spróbować. Gdy dobra wyjąć resztę. Smakują z masłem, skwarkami, serem białym albo z kapustą ugotowaną jak na łazanki, ale kwaszoną.

Cesto: 1 1/2 kg zemiakov, 1 vajce, 1 lyžica zemiakovej múky, doplnky (nepovinne): maslo, tvaroh, kyslá kapusta.

Pripraviť zemiaky. Rozdeliť na tri časti. Uvariť jednu časť, ostatné dve časti na surovo postrúhať na strúhadle (v mierke 1:2, napr. 1/2 kg uvarených a 1 kg postrúhaných surových). Uvarené zemiaky prepaširovať alebo pomlieť na strojčeku. Zo surových po postrúhaní na strúhadle vytlačiť zemiakovú štavu. Štavu nechať, aby sa v nej usadil „kal”. Tento kal pridať do pretlačených zemiakov. Spojiť s uvarenými zemiakmi a dobre vymiešať. Možno pridať lyžicu zemiakovej múky a vajce. Posoliť. Na dlani vytočiť nudle a vhodiť do vriacej osolenej vody. Variť asi 10 – 15 minút. Jednu vybrať a oškvovať. Ak je dobrá, tak vybrať zvyšok. Chutia s maslom, oškvarkami, bielym syrom alebo s kapustou, uvarenou ako na cestoviny, ale kyslou.

KŁUSKI KUDŁATE II CHŁPATÉ NUDŁE (KŁUSKI) II.

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich w Kątach (gmina Nowy Żmigród)
Recept: Krúžok dedinských gazdinek v Kątach (obec Nowy Żmigród)

Skladniki: 2 kg ziemniaków startych na najgęstszym sitku, 1 jajko, sól, pieprz, 2 łyżki mąki.

Ziemniaki starte na tarce przesypujemy na durszlak, by odsączyć sok, który się wytworzył. Następnie masę ziemniaczaną przesypać na gęstą ściereczkę, bardzo mocno wycisnąć do miski. Na dnie garnka z soku ziemniaczanego osadzi się krochmal. Trzeba go połączyć z odcisniętą masą ze ściereczki. Potem wyrabiać ciasto ziemniaczane na gładką masę i w palcach formować małe, podłużne kluseczki. Kłaść na gotującą, osoloną wodę. Gdy wypłyną na wierzch, wybierać łyżką cedzakową. Podawać z mlekiem, z serem lub okraszone samym masłem.

Komponenty: 2 kg zemiakov postrúhaných na najhustejšej strane strúhadla, 1 vajce, soľ, čierne korenje, 2 lyžice múky.

Zemiaky postrúhané na strúhadle preložíme na cedidlo, aby odplávala štava, ktorá sa vytvorila. Následne zemiakovú hmotu preložiť hustú utierku, veľmi silno ju stlačiť v miske. Na dne hrnčeka sa zo zemiakovej šťavy usadí škrob. Treba ho zmiešať s vytlačenou hmotou z utierky. Potom vymiešať zemiakové cesto na hladkú hmotu a prstami formovať malé, podlhovasté nudle. Vkladať do vriacej osolenej vody. Keď vyplávajú na povrch, vybrať cedidlom. Servírovať s mliekom, so syrom alebo ozdobené len maslom.

KŁUSKI Z MAKIEM (KOGUTKI) REZANCE S MAKOM (KOHÚTIKY)

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Skladniki: 70 dag mąki, 3–4 jajka, 10 dag masła, 25 dag maku, 30 dag cukru, szklanka śmietany, sól.

Mak sparzyć (najlepiej mlekiem), odcedzić, przemielić. Wymieszać z cukrem, podsmażoną śmietaną i stopionym masłem. Mąkę posiekać na stolnicy, dodać jaja i wodę. Zrobić twarde ciasto. Pozostawić, aby przeschło. Pokroić w szerokie kluski. Ugotować i wymieszać z przygotowanym makiem.

Komponenty: 70 dkg hladkej múky, 3–4 vajcia, 10 dkg masla, 25 dkg maku, 30 dkg cukru, pohár smotany, soľ.

Zaparíme mak (najlepšie mliekom), scedíme ho a zomelieme. Vymiešame s cukrom, zohriatou smotanou a roztopeným maslom. Múku nasypeme na dosku, pridáme vajce a vodu. Vymiešime tvrdé cesto, ktoré dáme preschnúť. Cesto pokrájame na široké rezance. Uvaríme ich a zmiešame s pripraveným makiem.

KŁUSKI Z POKRYWKI HALUŠKY Z POKRIEVKY

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Skladniki: 1,5 kg ziemniaków, 50 dag sera białego, 10 dag słoniny, 1 duża cebula, 2 łyżki mąki, 1 jajo, sól.

Ziemniaki zetrzeć na miazgę i odcisnąć. Połączyć: odcisniętą miazgę ziemniaczaną, skrobię wytrąconą z soku ziemniaczanego, pokruszony ser, jaja, mąkę, zrumienioną cebulę, sól i zarobić w misce ciasto. Część ciasta przełożyć na metalową pokrywkę, urywać palcami nieduże kluski, wrzucając wprost do wrzącej osolonej wody. Ugotowane osączyć i polewać zrumienionymi skwarkami. Podawać z pikantnymi surówkami.

Komponenty: 1,5 kg zemiakov, 50 dkg tvarohu, 10 dkg slaniny, 1 veľká cibuľa, 2 lyžice hladkej múky, 1 vajce, soľ.

Zemiaky postrúhame a vytlačíme z nich šťavu. Zmiešame zemiakovú dreň a škrob zo zemiakovej šťavy s pomrveným tvarohom, vajcom, múkou, osmaženou cibuľou, soľou a v miske urobíme cesto. Časť cesta preložíme na kovovú pokrievku, prstami oddeľujeme malé halušky, ktoré priamo hádžeme do vriacej osolenej vody. Uvarené halušky scedíme a posypeme škvarkami. Podávame s pikantne pripravenou zeleninovou prílohou.

KŁUSKI TARTE Z MŁEKIEM KNEDLIČKY NA MŁIEKU

Przepis: Łączki (gmina Lesko)
Recept: Łaczki (obec Lesko)

Skladniki: 1 kg mąki, 1 łyżka soli, 0,5 kg ziemniaków gotowanych.

Ciasto na kluski przygotować jak na pierogi tarte (bez nadzienia). Z ciasta formować kluski wielkości orzecha włoskiego i gotować na mleku.

Komponenty: 1 kg hladkej múky, 1 lyžica soli, 0,5 kg uvarených zemiakov.

Cesto na knedličky pripravíme ako cesto na pirohy. Z cesta sformujeme guľky veľkosti vlašského orecha a uvaríme ich v mlieku.

KNYSZE

SMAŽENÉ PIROHY S POHÁNKOU A TVAROHOM (KNIŠE)

Przepis: Danuta Wawryszczuk, Jałowe (gmina Ustrzyki Dolne)
Recept: Danuta Wawryszczuková, Jałowe (obec Ustrzyki Dolne)

Ciasto: 4 szklanki mąki, 1 szklanka zsiadłego mleka, 1 łyżka sody oczyszczonej, szczypta soli;

Farsz: 1 szklanka kaszy gryczanej, 1 cebula, 20 dag twarogu, sól, pieprz.

Ciasto zrobić jak na pierogi. Rozwałkować, wykrawać kółka, napęlić, sklejać. Piec pierogi na głębokim tłuszczu.

Cesto: 4 poháre hladkej múky, 1 pohár kyslého mlieka, 1 lyžica sódy bikarbóny, štipka soli;

Plnka: 1 pohár pohánky, 1 cibula, 20 dkg tvarohu, soľ, čierne korenie.

Cesto pripravíme ako na pirohy. Vyvalkáme ho, vykrojíme kolieska, ktoré naplníme a lepíme. Pirohy smažíme na väčšom množstve masti.

KNYSZYN

BOCHNIČKY S TVAROHOM (KNIŠÍN)

Przepis: Maria Gocz, Zyndranowa (Beskid Dukielski)
Recept: Mária Goczová, Zyndranowa (Duklianske Beskydy)

Ciasto: 1 liter serwatki, talerz żytniej mąki, 4 dag drożdży.

Farsz: 25 dag białego sera, 2 jajka, 2–3 łyżki masła.

Robimy rozczyn jak do pieczenia chleba. Wszystko mieszamy drewnianą łyżką i pozostawiamy do wyrośnięcia. Składniki farszu łączymy razem i przyprawiamy do smaku solą i pieprzem, dobrze mieszamy. Wyrośnięte ciasto mieszamy dodając pszennej mąki, tak aby zgęstniało. Zostawiamy ciasto do podrośnięcia. Przygotować piec do pieczenia (najlepiej na drewno, palić drewnem jodłowym). Z podrośniętego ciasta robimy małe chlebki (mniej więcej na dwie dłonie), kładziemy na wysmarowaną blachę lub kapuściane liście. Na wierzchu każdego chlebka robimy łyżką dołek, do którego nakładamy wcześniej przygotowany ser. Wkładamy do pieca i pieczemy około pół godziny.

Kvas: 1 l srvátky, tanier ražnej múky, 4 dag droždia.

Plnka: 25 dag tvarohu, 2 vajcia, 2–3 lyžice masla.

Pripravíme kvas ako na pečenie chleba. Miešame ho varechou a dáme vykysnúť. Dobré vymiešame plnku z tvarohu, ktorú dochtíme soľou a čiernym korením. Vykysnutý kvas miešame pridávaním pšeničnej múky tak, aby cesto zhustlo. Cesto necháme vykysnúť. Pripravíme sporák na pečenie (najlepšie na drevo, pálením jedľového dreva). Z narasteneho cesta robíme bochničky (veľkosti zhruba dvoch dlaní), ktoré kladíme na vymastený plech alebo kapustné listy. Na vrchu každého bochnička urobíme lyžicou jamku, kam dávame predtým pripravenú tvarohovú plnku. Vkladáme do rúry a pečieme približne pol hodiny.

KOCIOŁEK SZCZĘŚCIA KOTLIK ŠTASTIA

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Buków (gmina Haczów)

Recept: Spolku vidieckych gazdín, Buków (obec Haczów)

Porcja na 20 osób

Składniki: 1 kg pieczarek (pieczarki usmażyć na maśle), 1 kg czerwonej papryki, 6 cebul, 1 słoik ogórków konserwowych, 1 kapusta pekińska, 6 marchewek, 1 kg mięsa mielonego wieprzowego + bułka + 2 jajka, 1 mały koncentrat pomidorowy, 3 piórka czosnku, mała vegeta, 1 l oleju, 1 masło, sól, pieprz, papryka słodka.

Wszystkie warzywa pokroić w paski, dusić oddzielnie na rozgrzanym oleju. Połączyć razem, dodać koncentrat, doprawić do smaku solą, pieprzem i papryką. Mięso, namoczoną i przeciśniętą bułkę, jajka, czosnek połączyć razem, wymieszać, doprawić do smaku. Uformować małe pulpeciki, obsmażyć na oleju i połączyć z warzywami.

Porcja pre 20 osób

Komponenty: 1 kg šampiňónov (šampiňóny usmažiť na masle), 1 kg červenej papryky, 6 cibúl, 1 pohár zaváraných uhoriek, 1 čínska kapusta, 6 mrkiev, 1 kg mletého bravčového mäsa + žemľa + 2 vajcia, 1 malý paradajkový pretlak, 3 kolieska cesnaku, malá vegeta, 1 l oleja, 1 maslo, soľ, korenie, sladká paprika.

Všetku zeleninu pokrájame na pásky, každú samostatne dusíme na rozpálenom oleji. Všetko dáme spolu a pridáme pretlak, dochutíme soľou, korením a paprikou. Mäso, namočenú a pretlačenú žemľu, vajcia a cesnak dáme dohromady, vymiešame a dochutíme. Vytvoríme malé fašírky, vysmažíme na oleji a podávame so zeleninou.

KOŁACZ I / KOŁAČ I.

Przepis: Alina Baj, Ustrzyki Dolne

Recept: Alina Bajová, Ustrzyki Dolne

2 kg ziemniaków zetrzeć na tarce, odcisnąć z wody, dodać 2–3 ziemniaki gotowane, dodać jedno jajko, posolić, wymieszać, rozłożyć wcześniej przygotowane ciasto (jak na korowaj) rozplaszczone na okrągło, do ok. 1 cm grubości, na liściach z kapusty. Farsz ziemniaczany położyć na ciasto, zebrać boki ciasta połączyć u góry i sklepać, żeby wyglądało jak bochen. Posmarować po wierzchu masłem. Włożyć do pieca na 45 min. Wyjąć i można kroić jak tort.

Postrúhame 2 kg zemiakov, z ktorých vytlačíme šťavu, pridáme 2-3 uvarené zemiaky, jedno vajce, osolíme, vymiešame a predtým pripravené cesto (ako na korovaj – tradičný ukrajinský svadobný chlieb) rozťahneme do podoby kruhu hrúbky asi 1 cm, a to na kapustných listoch. Zemiakovú masu položíme na stred cesta, jeho okraje spojíme hore a poklepeme ich tak, aby vznikol bochník. Ten po povrchu potrieme maslom. Vložíme do rúry na 45 minút. Bochník vyberieme, môžeme ho krájať ako tortu.

KOŁACZ II / KOŁAČ II.

Przepis: Alina Baj, Ustrzyki Dolne

Recept: Alina Bajová, Ustrzyki Dolne

Ciasto: 0,5 kg mąki, 1 łyżeczka sody, 1 łyżeczka soli, 2 jajka.

Ciasto zrobić tak, jak na pierogi (na wodzie lub mleku), rozwałkować na okrągło do około 1 cm grubości. Farsz zrobić jak na pierogi ruskie lub z kapustą z grzybami albo na słodko z białym serem. Zawijamy jak poprzednio i wkładamy do pieca na 45 min.

Cesto: 0,5 kg hladkej múky, 1 lyžička jedlej sódy, 1 lyžička soli, 2 vajcia.

Cesto pripravíme ako na pirohy (na vode alebo mlieku), rozvalkáme ho na okrúhly tvar, s hrúbkou asi 1 cm. Plnku môžeme pripraviť z tvarohu, varených zemiakov a smaženej cibule, alebo z kapusty a hřibov, alebo z tvarohu nasladko. Zviníme ju podľa predchádzajúceho receptu a bochník vložíme do rúry na 45 min.

KOTLETY ZIEMNIACZANE Z SEREM ZEMIAKOVÉ KARBONÁTKY S TVAROHOM

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Recept: Spolku vidieckych gazdín z obci Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Składniki: 30 dag ugotowanych ziemniaków, 10 dag sera twarogowego, 1 jajko, sól, pieprz, majeranek do smaku, łyżka mąki, łyżka tartej bułki, olej do smażenia.

Ugotowane ziemniaki zemleć w maszynce razem z serem. Wymieszać z jajkiem i przyprawić masę do smaku solą, odrobiną pieprzu, majeranku, wsypać mąkę i wymieszać. Masę podzielić na 4 części, uformować podługne kotleciki, otoczyć w tartej bułce, smażyć na rozgrzanym tłuszczu na złoty kolor. Podawać z drobno startą surówką z marchwi i jabłka.

Komponenty: 30 dkg uvarených zemiakov, 10 dkg tvarohu, 1 vajce, soľ, čierne korenie, majorán podľa chuti, lyžica hladkej múky, lyžica strúhan-ky, olej na vyprážanie.

Uvarené zemiaky pomelieme s tvarohom na mlynčeku. Masu vymiešame s vajcom a dochutíme ju soľou, štipkou čierneho korenia, majoránom. Vsypeme múku a vymiešame. Masu rozdelíme na 4 časti, vyformujeme pozdĺžne karbonátky, ktoré obalíme v strúhanke a smažíme ich dozlatista na rozohriatom oleji. Podávame so šalátom z nadrobno postrúhanej mrkvy a jablka.

KOŻŁĘCINA Z ZAWADKI KOZBAGINA OD ZAWADKY

Przepis: Gospodarstwo Agroturystyczne Janiny i Michała Kacprzyków, Zawadka Rymanowska

Recept: Agroturistické gazdovstvo Janiny a Michała Kacprzykocov, Zawadka Rymanowska

Składniki: 90 dag mięsa jednorocznego koziołka, 2 ząbki czosnku, pół łyżeczki słodkiej papryki, 1 łyżeczka marynaty staropolskiej, sól, cząber.

Mięso wymrozić. Powoli rozmrozić cały kawałek mięsa, natrzeć go przyprawami i pozostawić na kilka godzin. Nagrzać piekarnik do 220°C i włożyć mięso skropione oliwą lub olejem. Gdy na mięsie powstanie skórka, temperaturę zmniejszyć. Powierzchnię

mięsa podlewać powstałym w czasie pieczenia sosem. Pieczeń pokroić w plasty, podać z kluseczkami. Do pieczenia należy używać około 2-kilogramowego kawałka mięsa, ponieważ mniejsze kawałki łatwo się wysuszają. Gdy musimy piec kawałek mniejszy, należy zawinąć mięso w folię aluminiową.

Komponenty: 90 dkg mäsa z jednoročného kozlaťa, 2 strúčiky cesnaku, pol lyžice sladkej mletej papriky, 1 lyžička staropolskej marinády, soľ, saturejka.

Celý kus mäsa pomaly rozmrazíme, potrieme koreninami a necháme ho v marináde odstáť na niekoľko hodín. Zohrejeme rúru na 220°C a vložíme mäso, pokvapkané olivovým alebo obyčajným olejom. Keď na mäse vznikne kôrka, teplotu znížime. Povrch mäsa polievame šťavou z pekáča. Mäso pokrájame na plátky, podávame ho s haluškami. Na pečenie treba použiť približne 2 kg mäsa, pretože menšie kusy sa ľahko vysušajú. Ak musíme piec menší kus mäsa, treba ho ovinúť alobalom.

KREŽAŔKI

ZAKVASENÁ KAPUSTA (KREŽAŔKY)

Przepis: Anastazja Krech, Jałowe (gmina Ustrzyki Dolne)

Recept: Anastazja Krechová, Jałowe (obec Ustrzyki Dolne)

Skladniki: 1 duža kapusta, 1 glówka czosnku, sól, czysta woda (źródłana lub mineralna niegazowana), olej lub śmietana.

Kilka małych główek kapusty podzielić na ćwiartki i ugotować. Jak będą miękkie odlać wodę i zostawić do ostygnięcia. Zagotować wodę, ostudzić, rozgnieść 5 ząbków czosnku i połączyć z ostudzoną soloną wodą. Włożyć do naczynia ugotowaną kapustę, zalać zalewą i odstawić na kilka godzin. Podawać z ziemniakami. Można polać śmietaną lub olejem słonecznikowym.

Komponenty: niekoľko hlávok kapusty, 1 hlávka cesnaku, soľ, čistá voda (pramenistá alebo mineralna bez bublín), olej alebo kyslá smotana.

Niekoľko małych hlávok kapusty rozštvrtíme a uvaríme. Keď sú mäkké, vylejeme vodu a necháme ich vychladnúť. Prevaríme vodu, schladíme ju, rozmrvíme 5 strúčikov cesnaku a primiešame ich do studenej osolenej vody. Do inej nádoby vložíme uvarené štvrtky kapusty, zalejeme ich nálevom a odstavíme na niekoľko hodín. Podávame so zemiakmi. Kapustu môžeme poliať smotanou alebo slnečnicovým olejom.

KRUPNIK POLSKI

POŔSKÁ KRÚPOVÁ POLIEVKA

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Recept Spolku wiedeckich gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

1/2 kg wołowiny i 1 kg porąbanych na małe kawałki kości wołowych zalewamy 2 l wody i gotujemy na małym ogniu. Po godzinie gotowania dodajemy wloszczyznę bez kapusty (marchew, pietruszka, cebula, por, seler) i 4 małe suszone grzyby. Gdy mięso jest miękkie, rosół przelewamy przez sito. Mięso kroimy w kostkę, jarzyny i grzyby w cienkie pa-

seczki. Odlewamy 1 litr ugotowanego i posolonego do smaku rosolu i gotujemy w nim 12–15 dag kaszy jęczmiennej „perłowej”. Gdy kasza się rozgotuje, dodajemy łyżkę świeżego masła i ucieramy kaszę przez chwilę drewnianą łyżką, by zbielała. Ugotowaną kaszę łączymy z pozostałym rosolem i po dodaniu 3 pokrojonych w kostkę ziemniaków znowu garnek stawiamy na ogniu. Po 15–20 minutach ziemniaki są ugotowane. Wówczas dodajemy do krupniku pokrojone mięso, grzyby i jarzyny, zupę solimy do smaku i przed podaniem posypujemy drobno posiekaną nacią pietruszki.

1/2 kg hovádziny a 1 kg hovádzích kostí posekaných na menšie kúsky zalejeme s 2 l vody a varíme na miernom ohni. Po hodine varenia pridáme zeleninu bez kapusty (mrkva, petržlen, cibula, pór, zeler) a 4 malé sušené hríby. Keď je mäso mäkké, vývar prelejeme cez sito. Mäso pokrájame na kocky, zeleninu a hríby na tenké pásiky. Odlejeme 1 liter uvareného vývaru, osoleného podľa chuti, a varíme v ňom 12-15 dkg stredných jačmenných krúp. Keď sa krúpy rozvaria, pridáme lyžicu čerstvého masla a chvíľu ich drobíme varechou, kým nezbeľujú. Uvarené krúpy primiešame do zvyšného vývaru a po pridaní 3 zemiakov, pokrájaných na kocky, hrniec opäť postavíme na sporák. Po 15-20 minútach sú zemiaky uvarené. Potom do krúpovej polievky pridáme pokrájané mäso, hríby a zeleninu, polievku podľa chuti osolíme a pred podávaním ju posypeme nadrobno posekanou petržlenovou vňaťou.

KRUPNIK POŻYWNY

VÝŽIVNÁ KRÚPOVÁ POLIEVKA

Przepis: Beskid Dukielski

Recept: Duklianske Beskydy

Skladniki: 60 dag kości od schabu lub żeberek, 25 dag wloszczyzny, 6 łyżek kaszy jęczmiennej, 6 niedużych ziemniaków, 3 łyżki śmietany, sól, pieprz, zielony koperk.

Kości zalać dwoma litrami zimnej wody i osolić. Po godzinie dodać oczyszczoną wloszczyznę – gotować jeszcze pół godziny. Oddzielnie w 1 litrze lekko osolonej wody ugotować przebraną i opłukaną kaszę. Do ugotowanej kaszy dodać precedzony wywar i pokrojone w kostkę ziemniaki. Gdy ziemniaki będą miękkie dodać pokrojone w kostkę warzywa i obrane od kości mięso. Całość zagotować. Zdjąć zupę z ognia, przyprawić do smaku, połączyć z zahartowaną śmietaną i zielonym koperkiem.

Komponenty: 60 dkg kostí z karé alebo rebierka, 25 dkg zeleniny, 6 lyžíc jačmenných krúp, 6 malých zemiakov, 3 lyžice kyslej smotany, soľ, čierne korenie, zelený kôpor.

Zalejeme kosti dvoma litrami studenej vody a osolíme. Po hodine varenia pridáme očistenú zeleninu, varíme ešte pol hodiny. Osobitne v 1 litri mierne osolenej vody uvaríme očistené a opláchnuté jačmenné krúpy. Do uvarených krúp pridáme precedený vývar a na kocky pokrájané zemiaky. Keď sú zemiaky mäkké, pridáme na kocky pokrájanú zeleninu a mäso obraté od kostí. Všetko privedieme do varu. Polievku odstavíme zo sporáka, dochutíme ju a vlejeme smotanú zriedenú vývarom. Napokon posypeme zeleným kôprom.

KUGIEŁ – BABKA ZIEMNIACZANA ZEMIAKOVÁ BABA (KUGIEŁ)

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: 1,8 kg ziemniaków, 30 dag boczku lub słoniny, 2 jaja, 1 cebula, 3 ząbki czosnku, sól, pieprz ziołowy, pół szklanki śmietany.

Boczek lub słoninę pokroić w kostkę i zrumienić razem z cebulą. Oczyszczone ziemniaki zetrzeć na drobno, osączyć. Połączyć z połową skwarek, jajami, rozartym czosnkiem, solą i pieprzem. Masę wlać do dobrze wysmarowanej tłuszczem formy i piec w gorącym piekarniku około półtorej godziny. Wyjąć z formy. Dzielić na czworokątne kawałki. Podawać z sosem sporządzonym z pozostałych skwarek i śmietany. Kugiel jest najsmaczniejszy, gdy jego grubość wynosi 5–6 centymetrów.

Kugiel to potrawa kuchni wschodnich sąsiadów, ale sporządzana jest również przez gospodynie z naszego regionu. Może być przekładany różnymi nadzieniami, wkładanymi do środka między dwie warstwy masy ziemniaczanej. Najpopularniejsze nadzienia wykonuje się z kiszzonej kapusty uduszonej z cebulą i skwarkami, twarogu połączonego z przysmażoną cebulą, żeberka lub golonki ugotowanych w osolonej wodzie z przyprawami.

Komponenty: 1,8 kg ziemniaków, 30 dag bôčika alebo slaniny, 2 vajcia, 1 cibula, 3 strúčiky cesnaku, soľ, pol pohára kyslej smotany, zmes korenín (koriander, rasca, majorán, horčičné semeno, bobkový list, štiplavá paprika).

Bôčik či slaninu pokrájame na kocky a škvaríme s cibulou. Najemno postrúhame zemiaky, odštávime ich. Pridáme polovicu škvariek, vajcia, rozotretý cesnak, soľ a zmes korenín. Masu uložíme na dobre vymastenú formu a pečieme v horúcej rúre okolo poldruha hodiny. Babu vyberieme z formy. Rozdelíme ju na štvoruholníkové časti. Podávame so studenou omáčkou, pripravenou zo zvyšných škvariek a smotany. Kugiel je najchutnejší, ak má hrúbku 5–6 centimetrov.

Kugiel je súčasťou jedálneho lístka východných susedov, pripravujú ho však aj gazdiné z duklianskeho regiónu. Často býva obohatený rôznymi plnkami, vkladnými medzi dve vrstvy zemiakovej masy. Najpopulárnejšie plnky sú robené z kyslej kapusty, udusenej na cibuli a škvarkách, z tvarohu, zmiešaného s osmaženou cibulou, z rebierka alebo kolena uvareného v osolenej vode s koreninami.

KULE ZIEMNIACZANE I ZEMIAKOVÉ GUBKY I.

Przepis: Ewa Ciuła, Lipowica (Beskid Dukielski)
Recept: Ewa Ciułaová, Lipowica (Duklianske Beskydy)

Składniki: 1,5 kg ziemniaków, 2 jaja, 8 łyżek mąki ziemniaczanej, 4 łyżki mąki pszennej, sól, 10 dag boczku lub słoniny.

Kilogram ziemniaków ugotować, gorące przecisnąć przez praszkę. Resztę ziemniaków zetrzeć na drobnej tarce i odcisnąć. Zrobić ciasto w misce, dodając: dwa rodzaje ziemniaków, jaja, mąkę pszenną, mąkę ziemniaczaną, sól. Wyrobić gładkie ciasto i uformować kule wielkości orzecha. Gotować je w dobrze oso-

lonej wodzie, przez kilka minut od wypłynięcia na powierzchnię. Słoninę lub boczek mocno schłodzić i pokroić w drobną kosteczkę. Wytopić tłuszcz na małym ogniu. Osączone kule podawać ze skwarkami. Kule ziemniaczane mogą stanowić samodzielne drugie danie, gdy podamy je z surówką. Mogą także być ciekawym dodatkiem do potraw z mięs duszonych.

Komponenty: 1,5 kg zemiakov, 2 vajcia, 8 lyžíc zemiakovej múčky, 4 lyžice hladkej múky, soľ, 10 dag bôčika alebo slaniny.

Uvaríme kilogram zemiakov, horúce zemiaky pretlačíme lisom. Zvyšok postrúhame najemno a odštávime. Vymiesime cesto v miske pridaním oboch druhov zemiakov, vajec, hladkej múky, zemiakovej múčky a soli. Po vymiesení hladkého cesta vymodelujeme guľky veľkosti orecha. Varíme ich v dobre osolenej vode niekoľko minút, kým nevyplávajú na povrch. Slaninu alebo bôčik prudko ochladíme a pokrájame na drobné kocky. Na miernom plameni vytopíme masť. Scedené guľky podávame so škvarkami. Zemiakové guľky, keď ich podávame so šalátom zo surovej zeleniny, môžu predstavovať samostatný hlavný chod. Zároveň môžu byť zaujímavou prílohou k duseným mäsám.

KULE ZIEMNIACZANE II ZEMIAKOVÉ GUBKY II.

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Składniki: 1,5 kg ziemniaków, 15 dag słoniny, 10 dag cebuli, sól do smaku.

Ziemniaki umyć, obrać opłukać. 1/3 ziemniaków zalać wrzącą wodą, ugotować. Następnie odparować i zemleć. Pozostałe ziemniaki zetrzeć na tarce o drobnych otworach, odcisnąć sok, pozostawić na 15 minut, aby osiadła się na dnie naczynia warstwa krochmalu. Następnie zlać z wierzchu wodę, osad na dnie połączyć z gotowanymi i surowymi ziemniakami, posolić. Z przygotowanej masy formować nieduże kule, kłaść na wrzącą, osoloną wodę i gotować około 10 minut od chwili wypłynięcia na wierzch. Ugotowane wyjąć łyżką cedzakową, osączyć z wody. Słoninę pokrojoną w kostkę, częściowo stopić, dodać obraną, opłukaną i drobno pokrojoną cebulę, usmażyć i połać kule. Podawać gorące.

Komponenty: 1,5 kg zemiakov, 15 dag slaniny, 10 dag cibule, soľ podľa chuti.

Očistíme zemiaky a umyjeme ich. 1/3 zemiakov zalejeme vriacou vodou a uvaríme. Potom ich po ochladení pomelieme. Ostatné zemiaky postrúhame úplne nadrobno, vytlačíme z nich šťavu, ktorú odštávime na 15 minút, aby sa na dne nádoby usadila vrstva škrobu. Potom zvrchu zlejeme vodu, usadeninu na dne dáme do varených a surových zemiakov, osolíme. Z pripravenej masy vytvarujeme malé guľky, ktoré kladieme do vriacej, osolenej vody a varíme približne 10 minút, kým nevyplávajú na povrch. Keď sú uvarené, vyberáme ich cedidlovou naberačkou. Čiastočne vytopíme slaninu, pokrájajú na kocky, pridáme k nej očistenú, umytú a nadrobno posekanú cibulú, ktorú osmažíme a polejeme ňou guľky. Podávame horúce.

KULEBIAK Z KAPUSTĄ I GRZYBAMI

KULEBIAK S KAPUSTOU A HUBAMI

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligrod, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Ciasto: 0,25 litra mleka, 50 dag mąki, 3 dag drożdży, 3 dag cukru, 4 żółtka, 5 dag masła; farsz: 50 dag kapusty białej, 25 dag pieczarek, 10 dag cebuli, 4 dag tłuszczu, jajko, sól, pieprz.

Drożdże rozprowadzić ciepłym mlekiem, dodać łyżkę cukru i mąki. Gdy drożdże podwoją swoją objętość wlać do pozostałej mąki. Do mąki dodać żółtka, roztopione masło, szczyptę soli. Wyrobić ciasto. Pozostawić do wyrośnięcia. Obgotować kapustę w niewielkiej ilości wody, wycisnąć, posiekać. Cebulę usmażyć na tłuszczu, dodać pieczarki – poddusić. Następnie dodać kapustę oraz przyprawy, sól i pieprz. Ciasto rozwałkować w prostokąt, nałożyć farsz i zwinąć. Włożyć do foremki. Pozostawić do wyrośnięcia w ciepłym miejscu. Posmarować wierzch ciasta żółtkiem. Wstawić do piekarnika i piec ok. 45 minut.

Cesto: 0,25 litra mleka, 50 dkg hladkej múky, 3 dkg droždí, 3 dkg cukru, 4 žltky, 5 dkg masla; plnka: 50 dkg bielej kapusty, 25 dkg šampiňónov, 10 dkg cibule, 4 dkg masti, vajce, soľ, čierne korenje.

Drożdże rozrzedzimy ciepłym mlekiem, dodamy łyżkę cukru i mąki. Kiedy kwasik zdwojnasobí svoj objem, vlejeme ho do zvyšnej múky. K múke pridáme žltky, roztopené maslo a štipku soli. Vymiesime cesto. Necháme ho vykysnúť. Uvaríme kapustu v malom množstve vody, vytlačíme vodu a kapustu posekáme. Na masti osmažíme cibulu, ku ktorej pridáme šampiňóny a dusíme. Potom pridáme kapustu, ako aj soľ a čierne korenje. Cesto rozvalkáme do obdĺžnika, nałożíme naň plnku a zviníme. Kulebiak vložíme do formy. Dáme ho vykysnúť na teplé miesto. Cesto potrieme žĺtkom. Vložíme ho do rúry a pečieme asi 45 minút.

KUTIA / KUŤA

Przepis: Stanisława Zaniewiczowa (Beskid Dukielski)
Recept: Stanisława Zaniewiczová (Duklianske Beskydy)

Skladniki: 1 litr pszenicy, 0,5 kg maku, pół szklanki miodu, 10 dag orzechów, 10 dag migdałów, 10 dag rodzynek, 1 szklanka słodkiej śmietanki.

Pszenicę moczyć przez kilka godzin, następnie odcedzić i utłuc w stępce, by usunąć łuski (stępka to naczynie drewniane z tłuczkiem). W przypadku braku stępki, tłucze się pszenicę w moździerzu, co jest pracochłonne. Pszenicę opłukać i ugotować w lekko osolonej wodzie, miękką przepłukać wrzącą wodą, aby usunąć z niej skrobię. Mak gotować na małym ogniu zalewając go wodą pół na pół połączoną z mlekiem. Gdy ziarna maku dadzą się rozetrzeć w palcach, mak odcedzić. Wystudzony mak zmielić dwukrotnie lub ucierać w makutrze, aż puści mleczko. Połączyć mak z pszenicą, miodem i bakaliami, posłodzić do smaku i rozrzedzić według uznania śmietanką. Wszystko długo i starannie wymieszać, podawać po kilku godzinach, wtedy kutia jest najsmaczniejsza.

Kutia przywędrowała do nas ze wschodnich ziem. Jadano ją w Wigilię Bożego Narodzenia niezależnie od wyznania gospodarzy, w domach ludzi bogatych i biednych. Różniła się tylko ilością dodawanych bakalii. Znana jest również inna potrawa, zastępująca klasyczną kutię. Sporządzana jest z upieczonych kuleczek ciasta drożdżowego, skropionych mlekiem posłodzonym miodem – zastępując ugotowaną pszenicę. Pozostałe składniki jak w klasycznej kutii, dodaje się i łączy na ciepło. W Wigilię jadano ją na ciepło, ale jest też wysmienita na drugi dzień, na zimno.

Komponenty: 1 liter pšenice, 0,5 kg maku, pol pohára medu, 10 dkg orechov, 10 dkg mandlí, 10 dkg hrozienok, 1 pohár sladkej smotany.

Pšenicu namočíme na niekoľko hodín, neskôr ju scedíme a utľieme v ľanovom vrecúšku, aby sme odstránili šupky. Pšenicu môžeme utľiť aj v mažiari, hoci je to prácne a časovo náročné. Opláchneme ju a uvaríme v mierne osolenej vode, mäkkú pšenicu navyše prelejeme vriacou vodou, aby sme odstránili škrob. Mak varíme na miernom ohni, zalievame ho vodou zmiešanou s mliekom v rovnakom pomere. Keď sa makové zrnká dajú rozotrieť medzi prstami, mak scedíme. Vychladený mak zomelieme dva razy alebo rozotrieme v miske, kým nepustí bielu tekutinu. Mak zmiešame s pšenicom, medom a ostatnými surovinami, osladíme ho a rozrzedíme smotanou podľa chuti. Všetko dlho a opatrne miešame. Podávame po niekoľkých hodinách, keď je kuťa najchutnejšia.

Kuťa, s pridaním rôzneho množstva sušeného ovocia, sa k nám dostala z východných území. Podáva sa ako vianočný pokrm pri štedrovečernom stole, nezávisle od vierovyznania gazdov, v chudobných i bohatých domácnostiach. Známý je aj iný pokrm, nahrádzajúci klasickú kuťu. Ten sa pripravuje z pečených guličiek kysnutého cesta, ktoré sú pokvapkané mlekom s medom. Nahrádzajú teda uvarenú pšenicu. Ostatné suroviny sa pridávajú ako pri klasickej kuťi. Pokrm sa servíruje na Vianoce, tak teplý, ako aj studený na druhý deň.

KWASÓWKA (KYSEBYCIA) KYSŁÁ POLIEVKA S HUBAMI (KVASOVKA, KYSEBICIA)

Przepis: Huzele (gmina Lesko)
Recept: Huzele (obec Lesko)

Skladniki: wywar z kości wołowych, kwas z kiszzonej kapusty (ok. 1 liter), kilka suszonych grzybów ugotowanych i posekanych.

Kwas z kapusty wlać do wywaru z kości, dolać wywar z grzybów oraz posiekane grzybki i zagotować. Przyprawić do smaku solą i pieprzem. Podbić śmietaną z mąką i ponownie zagotować. Podawać z gotowanymi ziemniakami, jajkiem lub kaszą.

Komponenty: vývar z hovädzích kostí, štava z kyslej kapusty (asi 1 liter), niekoľko sušených húb, uvarených a posekaných.

Štavu z kapusty vlejeme do vývaru z kostí, pridáme hubový vývar a posekané huby, privedieme do varu. Dochutíme soľou

a čiernym korením. Pridáme smotanu vymiešanú s múkou. Chvíľu povaríme a podávame s uvarenými zemiakmi, vajičkom natvrdo či jačmennými krúpami.

KWAŚNICA / KVASNICA

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich w Świątkowej Wielkiej i Małej (gmina Krempna)

Recept: Krúžok dedinských gazdiniak v Świątkowej Wielkiej a Małej (obec Krempna)

Skladniki: 1 kg kapusty kiszzonej, 0,5 kg żeberok wieprzowych, 0,2 kg boczku wędzonego, czosnek, liście laurowe, ziele angielskie, sól, pieprz.

Kapustę ugotować z przyprawami. Żeberka ugotować osobno (wywar z nich dodać do kapusty). Boczek usmażyć, połączyć z kapustą. Dodać czosnek i ugotowane mięso z żeberok. Podawać z połówkami ziemniaków.

Komponenty: 1 kg kyslej kapusty, 0,5 kg bravčových rebier, 0,2 kg údeného bôčiku, cesnak, bobkový list, nové korenje, soľ, čierne korenje.

Kapustu uvariť s koreninami. Reberka uvariť osobitne (vývar z nich pridať do kapusty). Bôčik popražiť, spojiť s kapustou. Pridať cesnak a uvarené mäso z rebier. Servírovať s polovicami zemiakov.

ŁAZANKI Z MŁODĄ KAPUSTĄ FLIAČKY S NOVOU KAPUSTOU

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Skladniki: Ciasto: 2 szklanki mąki, 1 szklanka mąki razowej, 3 jajka, 1/2 szklanki wody; kapusta: 1 główka młodej kapusty, 1 cebula, 1 szklanka słodkiej śmietanki, 1 łyżka masła, sól, koperek.

Ze składników zarobić twarde ciasto. Cienko je rozwałkować, przesuszyć placki, pokroić kwadraciki o boku 1,5 centymetra. Ugotować kluski w osolonej wodzie i przelać je zimną wodą. Kapustę grubo poszatkować. Na maśle zrumienić cebulę i dodać do niej kapustę, sól i krótko poddusić. Wylać na patelnię śmietankę, wytopić z niej maselko. W rondlu połączyć gorące kluski, kapustę, posiekany koperek, omaścić wytopioną śmietanką i przyprawić do smaku solą. Podawać z „pajdą” wiejskiego sera.

Cesto: 2 poháre hladkej múky, 1 pohár celozrnnej múky, 3 vajcia, 1/2 pohára vody;

Kapusta: 1 hlávka novej kapusty, 1 cibula, 1 pohár sladkej smotany, 1 lyžica masla, soľ, kôpor.

Z príslušných surovín vymiesime tvrdé cesto. Rozváľkáme ho natenko, presušíme a pokrájame na štvorcíky s rozmermi 1,5 centimetra. Fliačky uvaríme v osolenej vode a prelejeme ich studenou vodou. Kapustu posekáme nahrubo. Na masle speníme cibulú a pridáme k nej kapustu, soľ a krátko podusíme. Na panvici vylejeme smotanu, ktorú zohrejeme. V kastróle zmiešame horúce fliačky, kapustu, posekaný kôpor, zjemníme smotanou a dochutíme soľou. Podávame s plátom, odkrojeným z bochníka domáceho tvarohu.

ŁEWESZ ZEMIAKOVÁ POLIEVKA (ŁEVEŠ)

Przepis: Tereza Kyszczyk – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszczyková – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: 1 litr wody, ½ kg ziemniaków, 1 marchew, 1 pietruszka starta na tarce, 1 łyżka mąki, 1 cebula, 1 liść laurowy, pół łyżeczki pieprzu.

W posolonej wodzie gotować marchew i pietruszkę, potem dodać pokrojone ziemniaki. Przysmażyć na maśle cebulę, dodać 1 łyżkę mąki, rozrzedzić wywarem albo wodą, rozmieszać, żeby nie było grudek, wlać do zupy, dodać liść laurowy, pieprz. Pozostawić, by się trochę pogotowało. Zamiast zasmażki można dać kwaśnej śmietany.

Komponenty: 1 l vody, 0,5 kg zemiakov, 1 mrkva, 1 postrúhaný petržlen, 1 lyžica hladkej múky, 1 cibula, 1 bobkový list, pol lyžičky čierneho korenja.

V osolenej vode varíme mrkvu a petržlen, potom pridáme pokrájané zemiaky. Na masle osmažíme cibulú, pridáme lyžicu múky, rozriedime vývarom alebo vodou, rozmiešame, aby sa nevytvorili hrudky. Zápražku vlejeme do polievky a pridáme bobkový list a čierne korenje. Chvíľu povaríme. Namiesto zápražky môžeme vliať kyslú smotanu.

ŁEWESZ Z KMINKIEM ŁEVEŠ S RASCOU

Przepis: Tereza Kyszczyk – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszczyková – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: jak wyżej + 1 łyżka kminku.

Łewesz z kminkiem gotować jak poprzednio, tylko na początku gotowania dodać czubatą łyżeczkę kminku.

Komponenty: suroviny na leweš, lyžička rasce.

Łewesz s rascou uvaríme ako zemiakovú polievku, ibaže na začiatku varenia pridáme vrchovatú lyžičku rasce.

ŁEWESZ Z GROCHEM I FASOŁĄ ŁEVEŠ S HRACHOM A FAZUŁOU

Przepis: Tereza Kyszczyk – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszczyková – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: 1 litr wody, 5 ziemniaków, pół szklanki grochu, pół szklanki fasoli, 1 marchew, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, pół łyżki soli, pół łyżeczki pieprzu.

Łewesz z grochem i fasolą gotuje się podobnie jak zwykły łewesz, lecz groch i fasolę trzeba uprzednio na kilka godzin namoczyć, potem ugotować, podusić i dodać do zupy.

Komponenty: 1 l vody, 5 zemiakov, pol pohára hrachu, pol pohára fazule, 1 mrkva, 1 lyžica masla, 1 lyžica hladkej múky, pol lyžice soli, pol lyžičky čierneho korenja.

Łewesz s hrachom a fazułą sa varí rovnako ako zemiaková polievka, stačí len predtým namočiť hrach a fazuľu na niekoľko hodín. Potom strukoviny uvaríme a pridáme do polievky.



Pierozki nadziewane / Plnené pirôžky



Pierozki / Pirôžky



Pierogi pieczone z kaszą gryczaną / Pečené pirohy s pohánkou



Przysmaki z Olszanicy / Pochútky z Olszanice



Bigos / Bigos



Kiszone warzywa / Nakladaná zelenina



Pierogi z mąki razowej / Celozrnné pirohy



Kielbasa i kiszka paszтетowa z dukielskiego / Duklianska klobása a paštétová jaternica

MAGZANKA I / MAČANKA Z BOBRKY

Przepis: Bóbrka (gmina Solina)

Recept: Bobrka (obec Solina)

Składniki: ½ litra mleka, 2 kopiate łyżki mąki, 1 żółtko, 1 średniej wielkości cebula, łyżka masła.

Pokrój i usmaż cebulę na maśle. Na gotujące się mleko syp porcjami mąkę ciągle mieszając, aż do uzyskania konsystencji gęstej śmietany. Pod koniec dodaj surowe żółtko i roztrzep. Gotową maczankę rozlej na talerze i polej tłuszczem z cebulą. Maczankę je się bez używania łyżki – maczając w talerzu kromki grubo pokrojonego chleba. Maczankę również dodawano jako omastę do pierogów (warenyków).

Komponenty: 0,5 l mleka, 2 vrchováté lyžice hladkej múky, 1 žltok, 1 stredná cibula, lyžica masla.

Cibuľu posekáme a osmažíme na masle. Do vriaceho mlieka po troške sypeme múku za neustáleho miešania, až kým nezískame polievku s hustotou smotany. Nakoniec pridáme surový žltok, ktorý v nej rozšľaháme. Hotovú mačanku rozlejeme do tanierov a polejeme ju maslom s cibuľou. Mačanku jeme bez lyžice tak, že namáčame do nej krajce nahrubo pokrýjaného chleba. Mačanka sa používa taktiež na pomastenie pirohov.

MAGZANKA II LEMKOVSKÁ MAČANKA

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwśki strawy”

Recept: Tereza Kyszczaková – Tradičné lemkovské jedlá

Składniki: 1 kg drobiowych podrobów, 1 marchew, 1 pietruszka, 1 cebula, 1 łyżka mąki, pół łyżki soli, pół łyżki pieprzu.

Drobiowe podroby obmyć, drobno pokroić, postawić do ugotowania, potem dodać pokrojoną marchew, pietruszkę, podsmażoną cebulę. Na koniec dodać podsmażonej mąki, rozpuszczonej rosółem albo wodą, sól, pieprz. Potrawę przyozdobić zieloną pietruszką. Maczankę jadano zwykle z chlebem.

Komponenty: 1 kg hydinových drobkov, 1 mrkva, 1 petržlen, 1 cibula, 1 lyžica hladkej múky, pol lyžice soli, pol lyžice čierneho korenja.

Umyjeme hydinové drovky, porežeme ich nadrobno a dáme variť. Neskôr pridáme pokrýjanú mrkvu, petržlen a osmaženú cibuliu. Nakoniec pridáme osmaženú múku, vymiešanú s vývarom alebo vodou, soľ a čierne korenje. Jedlo ozdóbime petržleovou vňaťou. Mačanku jeme zvyčajne s chlebom.

MAGZANKA III - SOS WIGILIJNY MAČANKA - VIANOČNÁ OMÁČKA

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich w Świątkowej Wielkiej i Małej (gmina Krempna)

Recept: Krúžok dedinských gazdiniék v Świątkowej Wielkiej a Małej (obec Krempna)

Składniki: grzyby suszone (borowiki, kozaki, podgrzybki), mleko lub śmietana, woda, mąka, cebula, margaryna lub masło, czosnek, przyprawy (liść laurowy, pieprz, sól).

Grzyby ugotować do miękkości w osolonej wodzie. Następnie odcedzić, pokroić lub zmielić na grubym sicie maszynki do mięsa. Gotować, dodać liść laurowy. Do gotujących się grzybów wlać mleko z mąką, gotować, ciągle mieszając. Wrzucić rozgnieciony czosnek, przyprawy, wlać podsmażoną, drobno pokrojoną cebulę. Podajemy z chlebem itp.

Komponenty: Sušené hriby (hriby sosnové, kozáky, suchohriby), mlieko alebo smotana, voda, múka, cibula, margarín alebo maslo, cesnak, koreliny (bobkový list, čierne korenje, soľ).

Hríby uvariť na mätko v osolenej vode. Následne ocediť, pokrýjať alebo pomlieť na hrubom sitku strojčeka na mäso. Variť, pridať bobkový list. Do varených hribov vliať mlieko s múkou, variť, stále miešať. Vhodiť rozpučený cesnak, koreliny, vliať popraženú, nadrobno pokrýjanú cibuliu. Podávať s chlebom atď.

MAKOWIEC DROŻDZOWY KYSNUTÝ MAKOVNÍK

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Równe (Beskid Dukielski)

Recept: Spolku vidieckych gazdín z Rovného (Duklianske Beskydy)

Składniki: Ciasto: 1 kg mąki, 6 dag drożdży, 1,5 szklanki mleka, 1 szklanka cukru, 15 dag masła, 2 całe jajka, 4 żółtka, cukier waniliowy.

Masa makowa: 0,5 kg maku, 3 żółtka, 30 dag cukru, 1 łyżka miodu, 1 łyżka kakao.

Ciasto drożdżowe zrobić jak na pączki, podzielić na cztery części. Mak sparzyć, dwukrotnie przemielić, utrzeć z pozostałymi składnikami, podzielić na cztery części. Rozwałkować ciasto, posmarować białkiem i nałożyć porcję maku, pozostawiając czysty centymetrowy brzeg. Zwinąć ciasny rulon. Podobnie wykorzystać resztę składników. Rulony pozostawić do wyrośnięcia, posmarować białkiem i głęboko nakłuć długą wykałaczką. Piec w temperaturze 180–200°C.

Cesto: 1 kg hladkej múky, 6 dkg droždja, 1,5 pohára mlieka, 1 pohár cukru, 15 dkg masla, 2 celé vajcia, 4 žltky, vanilínový cukor.

Maková plnka: 0,5 kg maku, 3 žltky, 30 dkg cukru, 1 lyžica medu, 1 lyžica kakaa.

Prípravíme kysnuté cesto ako na šišky, rozdelíme ho na štyri časti. Mak sparíme, dvakrát ho premelieme a zmiešame s ostatnými surovinami. Tiež ho rozdelíme na štyri časti. Rozvalkáme cesto, potrieme ho bielkom a naložíme naň porciu maku tak, aby ostal voľný, asi centimetrový okraj. Urobíme čo najtesnejší zvitok. Podobne vytvoríme ďalšie tri zvitky, ktoré dáme vykysnúť, potrieme ich bielkom a hlboko popicháme dlhším špáradlom. Pečieme pri teplote 180-200°C.

MAKOWIEC ŚWIĄTECZNY SVIATOČNÝ MAKOVNÍK

Przepis: Beskid Dukielski

Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: 10 jajek, 25 dag masła, 30 dag maku, 30 dag cukru, 15 dag rodzynek, 15 dag orzechów, 15 dag wysmażonej skórki pomarańczowej, 2 łyżki miodu, 2 łyżki mąki, 1 łyżeczka proszku do pieczenia.

Masło utrzeć z połową cukru, dokładać po jednym żółtku i ucierać. Dodawać sparzony i zmielony mak oraz miód. Białka ubić na pianę, usztywnić ją resztą cukru i wyłożyć na masę makową. Mąkę przesiać z proszkiem do pieczenia, połączyć z bakaliami, wyłożyć na pianę. Wszystko szybko, ale starannie połączyć. Wyłożyć na dobrze natuszczoną formę. Piec w piekarniku o temperaturze 160°C, gdy ciasto wyrośnie temperaturę zwiększyć do około 175°C. Połać polewą czekoladową i posypać grubo posiekаныmi orzechami.

Komponenty: 10 jajec, 25 dkg masła, 30 dkg maku, 30 dkg cukru, 15 dkg hrozierek, 15 dkg orzechow, 15 dkg posekanej a osmażonej pomarańczowej kóry, 2 łyżce medu, 2 łyżce hladkej mýky, 1 łyżička kypriaceho prášku.

Masło wymiešame s polovicou cukru, pridávame po jednom žĺtku a miešame. Pridáme zaparený pomletý mak a med. Bielka vyšlaháme na penu, stužíme ju zvyšným cukrom a pridáme do makovej masy. Preosejeme múku s kypriacim práškom, dáme do nej zvyšné suroviny a nasypeme ju na penu. Všetko robíme čo najrýchlejšie, ale opatrne premiešame. Cesto dáme na dobre vymastenú formu. Pečieme v rúre pri teplote 160°C. Keď cesto narastie, teplotu zvýšime približne na 175°C. Makovník polejeme čokoládovou polevou a posypeme ho nahrubo posekanými orechmi.

MAKOWCE ZAWIJANE MAKOVNÍKY ZAVÍJANÉ

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Haczów
Recept: Spolku vidieckych gazdin, Haczów

Ciasto: 1 kg mąki, 10 dag drożdży, 1 szklanka cukru, 1 margaryna zwykła, 5 jaj, śmietana.

Drożdże rozrobić w 3 łyżkach śmietany, żółtka utrzeć z cukrem, margarynę roztopić. Ciasto zarobić na śmietanie (ile zabierze), dodając do mąki rozrobione drożdże, żółtka utarte z cukrem, pod koniec zarabiania dodajemy roztopioną margarynę.

Masa: 40 dag maku, 1 szklanka cukru, 2 jaja, 4–5 łyżek marmolady, bakalie (rodzynek, orzechy), olejek migdałowy, śmietana, 1 margaryna.

Sparzyć mak, odcedzić, zmielić w maszynce 2 razy. Do ostudzonego przemielonego maku dodać rozpuszczoną margarynę, jedną szklankę cukru, 2 jajka, marmoladę, bakalie, kilka kropli olejku migdałowego, wszystko delikatnie wymieszać. Ciasto podzielić na cztery części, rozwałkować na prostokąt, nałożyć masę makową, zwinąć w roladę (rulon), posmarować białkiem, owinąć w pergaminowy papier, zostawiając luz do wyrośnięcia ciasta. Z tej porcji mamy cztery makowce. Pieczemy w temperaturze 150–170°C, 40–50 min.

Cesto: 1 kg mýky, 10 dkg droždía, 1 pohár cukru, 1 margarín, 5 vajec, smotana.

Pinka: 40 dkg maku, 1 pohár cukru, 2 vajcia, 4–5 łyżic marmelády, sušené ovocie (hrozienska, orchy), mandľový olej, smotana, 1 margarín.

Cesto: drożdże rozmiešame s troma łyżkami smotany, żółtka wymiešame s cukrom, margarín rozpustíme. Cesto vymiešame so smotanou (podľa potreby), do múky pridáme drożdże, żółtka vymiešané s cukrom, a keď už je cesto práve vymiešané, dodáme roztopený margarín. Predtým si však pripravíme mak: 40 dkg maku zalejeme vriacou vodou, scedíme, a melieme 2. krát na mlynčeku. Do vychladnutého a pomletého maku pridáme roztopený margarín, jeden pohár cukru, 2 vajcia, marmeládu, sušené ovocie, niekoľko kvapiek mandľového oleja a všetko jemne premiešame. Cesto rozdelíme na štyri časti, rozgúľame do obdĺžnika, pridáme mak, zaviníme do rolády, potrieme bielkom a zabalíme do pergamenového papiera. Pri balení do pergamenového papiera však nechávame trochu miesta, lebo cesto môže narásť. Z takého množstva surovín urobíme 4 makovníky. Pečieme pri teplote 150–170°C, 40–50 min.

MAŁDRZYKI SMAŻENÉ TVAROHOVNÍKY (MAŁDŽIKY)

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: 50 dag sera twarogowego, 2 żółtka, 1 jajko, 2 dag masła, 2 łyżki mąki, pół porcji cukru waniliowego, szczypta soli, tłuszcz do smażenia.

Masło utrzeć z żółtkami, dodać zmielony ser, jajka, cukier waniliowy oraz mąkę. Wszystko dokładnie wymieszać. Na patelni rozgrzać tłuszcz, smażyć nakładane łyżką małe placuszki. Posypać cukrem pudrem.

Komponenty: 50 dkg tvarohu, 2 žĺtky, 1 vajce, 2 dkg masla, 2 łyžice hladkej mýky, pol vrecka vanilínového cukru, štipka soli, masť na smaženie.

Masło wymiešame so žĺtkami, pridáme pomletý tvaroh, vajce, vanilínový cukor, múku a soľ. Všetko dôkladne premiešame. Na panvici rozpálime masť a smažíme malé placky, ktoré nakladáme łyżicou. Posypeme práškovým cukrom.

MAMAŁYHA – ZAMISZKA KUKURIČNÁ KAŠA

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszcaková – Tradičné lemkovské jedlá

Składniki: 300 g mąki kukurydzianej, półtorej szklanki wody, 1,5 litra mleka, pół łyżki soli, 50 g masła.

Mąkę kukurydzianą sypać lekko na rozrzedzone wodą, kipiące mleko. Posłodzić, dobrze wymieszać i pozostawić na niewielkim ogniu na 15–20 minut. Następnie dobrze wymieszać drewnianą łyżką i znowu postawić na 15–20 min na ogniu. Zamiszka gotowa, jeśli będzie odstawać od dna garnka. Podaje się z ciepłym mlekiem lub stopionym masłem.

Komponenty: 300 g kukuričnej mýky, 1,5 pohára vody, 1,5 litra mlieka, pol łyžice soli, 50 g masla.

Kukuričnú múku pomaly sypeme do kypiaceho mlieka rozriedeného vodou. Osolíme, dobre vymiešame a necháme variť

na miernom ohni 15-20 minút. Potom opäť dobre vymiešame varechou a znova postavíme na sporák na 15-20 minút. Zamiška je hotová, ak sa nelepí na dno hrnca. Podávame ju s teplým mliekom alebo roztopeným maslom.

MASTYWO MLIEČNA VAJEČNÁ POLIEVKA

Przepis: Tereza Kyszczyk – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszczyk – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: 2 litry mlieka, 4 lyžičky máki, 2 vajka, 1 lyžica masla, pól lyžičky soli.
Zagotovať 1–2 litry mlieka, 3–4 lyžičky máki, 2 vajka rozkládať v chłodnom mlieku, vliť do gorácego mlieka, aby się pogotowało, dodať 1 lyžičku masla, sól. Možna dodať cukru do smaku. Jeść z chlebom.

Komponenty: 2 litre mlieka, 4 lyžice hladkej múky, 2 vajcia, 1 lyžica masla, pól lyžice soli.

Uvaríme 1-2 litre mlieka, 3-4 lyžice múky, potom 2 vajcia rozhabarkujeme v studenom mlieku a vlejeme ich do horúceho mlieka, aby sa chvíľu povarili. Pridáme lyžicu masla a soľ. Môžeme pridať cukor podľa chuti. Jeme s chlebom.

MASTYWO – SOS Z SUSZONYCH GRZYBÓW OMÁČKA ZO SUŠENÝCH HÚB (HUBOVÉ MASTIVO)

Przepis: Maria Gocz, Zyntranowa (Beskid Dukielski)
Recept: Mária Goczová, Zyntranowa (Duklianske Beskydy)

Skladniki: 1 szklanka suszonych grzybów, 1 cebula, 2 lyžičky oleju, 2 lyžičky máki, 3 ząbki czosnku, 1 liść laurowy, sól.

Suszone grzyby umyć w letniej wodzie, moczyć na około 5 godzin. Odcedzić z wody, posiekać na drobne kawałki lub zemeľć w maszynce. Zalać grzyby wodą, w której się moczyły i gotować do miękkosci. Na oleju podsmażyć cebulę, dodać mąkę, zasmażyć na złoty kolor. Rozprowadzić zasmażkę niewielką ilością płynu i vliť do grzybów. Pod koniec gotowania sosu dodajemy liść laurowy oraz kilka ząbków czosnku. Zamiast zasmażką, grzyby možna zageścić śmietaną. Sos nalewamy do glinianych miseczek, podając go z chlebem lub ziemniakami. Potrawę možna sporządzić także z grzybów świeżych.

Komponenty: 1 pohár sušených húb, 1 cibula, 2 lyžice oleja, 2 lyžice hladkej múky, 3 strúčiky cesnaku, 1 bobkový list, soľ.

Sušené huby umyjeme v letnej vode, namočíme ich približne na 5 hodín. Scedíme, posekáme na drobné kúsky alebo zemeľieme na mlynčeku. Huby zalejeme vodou, v ktorej sa močili, a uvaríme ich domäkka. Na oleji osmažíme cibulú, pridáme múku, ktorú oparážime dozlatista. Zápražku rozriedime malým množstvom vody a vlejeme ju k hubám. Pred dovarením omáčky pridáme bobkový list a strúčiky cesnaku. Huby môžeme zahustiť smotanou namiesto zápražky. Omáčku naberaíme

do hlinených misiek, podávame ju s chlebom alebo zemiakmi. Jedlo môžeme pripraviť aj z čerstvých húb.

NALEŚNIKI Z SEREM PALAGINKY SO SYROM

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Wzdów (gmina Haczów)
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Wzdów (obec Haczów)

*Ciasto: 0,5 l mlieka, 2 vajka, 2 płaskie łyżki máki ziemniaczanej, mąka pszen-
na, 2 łyżki oleju, szczypta soli, cukier, szczypta proszku do pieczenia.*

Wszystkie składniki połączyć razem, mieszając energicznie, aby nie było grudek, dodać máki w takiej ilości, aby konsystencja ciasta była podobna do gęstości śmietany. Smażyć naleśniki.

*Nadzienie serowe: 25 dag sera zmielonego, 1 żółtko utarte z 2 łyżeczkami
cukru, ½ opakowania cukru waniliowego, szczypta soli.*

Wszystkie składniki wymieszać na jednolitą masę, nadziewać nią naleśniki, połączyć sokiem owocowym lub podawać z bitą śmietaną.

*Suroviny na prípravu cesta: 0,5 l mlieka, 2 vajcia, 2 rovné lyžice zemia-
kovej múky, pšeničná múka, 2 lyžice oleja, štipka soli, cukor, štipka ky-
priaceho prášku.*

Všetky suroviny spojte, energicky vymiešajte, aby neboli hrudky, pridajte múku v takom množstve, aby konzistencia cesta bola podobná do hustoty smotany. Smažte palacinky.

*Suroviny na prípravu syrovej plnky: 25 dkg lisovaného tvarohu, 1 žltok vyšlahaný
s 2 lyžičkami cukru, ½ balíka vanilkového cukru, štipka soli.*

Všetky suroviny vymiešajte na jednoliatu masu, plňte ňou palacinky, polejte ovocnou šťavou a podávajte so šľahačkou.

NALEWKA Z BORÓWEK ČUČORIEDKOVÝ LIKÉR

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Trześniów (gmina Haczów)
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Trześniów (obec Haczów)

Skladniki: 1 kg borówek, 0,5 kg cukru, spirytus.

1 kg borówek wysypać do słoja, dodać 0,5 kg cukru, zalać spirytusem tak, by borówki z cukrem były przykryte. Zawiązać słoje, postawić na słońcu na 4 tygodnie, potem zlać do butelki. Nalewka z borówek może posłużyć jako lekarstwo.

Komponenty: 1 kg čučoriedok, 0,5 kg cukru, lieh.

1 kg čučoriedok vsypte do zaváraninového pohára, na to dajte 0,5 kg cukru, zalejte liehom, aby čučoriedky s cukrom boli prikrýte. Zaviažte pohár, nechajte ho na slnku na 4 týždne, následne nalejte do fľaše. Používa sa ako liek.

PALANTAS (BABKA ZIEMNIACZANA) ZEMIAKOVÁ BABA (PALANTAS)

Przepis: Anna Dwornicka, Jałowe (gmina Ustrzyki Dolne)
Recept: Anna Dwornická, Jałowe (obec Ustrzyki Dolne)

Składniki: 3 kg ziemniaków, 300 g wędlin, 200 g cebuli, 100 g słoniny, 1 jajko, 2 łyżki kaszy manny, sól, pieprz.

Ziemniaki zetrzeć na tarce, słoninę pokroić w drobną kostkę i podsmażyć, cebulę pokroić w kostkę, wszystkie składniki połączyć, dokładnie wymieszać. Ciasto wlać do przygotowanej formy i piec w piekarniku w temp. 180°C ok. 1 godziny.

Komponenty: 3 kg zemiaków, 300 g údeniny, 200 g cibule, 100 g slaniny, 1 vajce, 2 lyžice krupice, soľ, čierne korenie.

Postrúhame zemiaky, slaninu pokrájame na drobné kocky a oškaríme, cibuľu taktiež porežeme na kocky. Všetky suroviny dáme dohromady a dôkladne vymiešame. Cesto vylejeme na pripravenú formu a pečieme v rúre asi hodinu pri teplote 180°C.

PAŁUSZKI (HALUSZKI) ŠŪBANCE NASŁANO (PRŠTEKY)

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszcaková – Tradičné lemkovské jedlá

Składniki: 4 ziemniaki, 1 jajko, pół kg mąki, 1 łyżeczka soli.

Zagniatając ciasto na haluszki, do mąki dodać 3–4 ugotowane ziemniaki rozarte na tarce, jajko, sól. Zagnieść ciasto jak na pierogi. Podzielić na części, wytoczyć wałki grubości 2–3 cm, lekko rozplaszczyc ręką i pociąć na kawałki szerokości palca. Gotować w posolonym wrzątku. Podawać z roztopionym masłem, podsmażoną cebulą. Można je również posypać serem lub bryndzą.

Komponenty: 4 zemiaky, 1 vajce, 0,5 kg hladkej múky, 1 lyžička soli.

Pri miesení cesta pridáme do múky 3–4 uvarené a postrúhané zemiaky, vajce, soľ. Cesto pripravíme podobne ako na pirohy. Rozdelíme ho na časti, sformujeme podlhovasté valčeky s hrúbkou 2–3 cm, ktoré trocha sploštíme rukou, a porežeme ich na kúsky s dĺžkou palca. Varíme v osolenej vriacej vode. Podávame s roztopeným maslom, osmaženou cibuľou. Šŭbance môžeme posypať tvarohom či bryndzou.

PANGAKI – JĘCZMIENNE KRUPY KRÚPOVÁ MLIEČNA KAŠA

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszcaková – Tradičné lemkovské jedlá

Składniki: 2 szklanki kaszy jęczmiennej, 2 litry mleka, pół łyżki soli.

2 szklanki jęczmiennych krup przemyć, wsypać do 1–2 litrów mleka, i gotować. Dodać masło, sól, (można cukier do smaku). Gotować przy wolnym кипieniu bez pokrywki, niemal do zagęszczenia. Później naczynie nakryć pokrywką i gotować (dobrze jest postawić do dogotowania w piekarniku).

Komponenty: 2 poháre jačmenných krúp, 2 litre mlieka, pol lyžice soli.

2 poháre jačmenných krúp premyjeme, vysypeme ich do 1–2 litrov mlieka a varíme. Pridáme maslo, soľ (prípadne cukor podľa chuti). Varíme pri miernom vare bez pokrievky, aby kaša

bola takmer hustá. Neskôr hrniec prikryjeme pokrievkou a varíme ďalej (kašu môžeme dopieť v rúre).

PASCHA VEBKONOČNÝ TVAROHOVÝ SYR

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: 5 litrów mleka, pół szklanki octu, 1 litr śmietany, 25 dag masła, 10 jaj, 1 szklanka cukru, bakaliai.

Śmietanę, jaja i ocet dokładnie roztrzepać, wlać na wrzące mleko, ogrzewać do momentu wytrącenia się sera i powstania klarownej serwatki. Garnek odstawić na około pół godziny. Ser odcedzić przez czystą gazę lub lnianą ściereczkę. Pozostawić na kilka godzin, by dobrze odciekł. Roztopić masło, połączyć go z serem, cukrem i bakaliami. Dowolną formę wyłożyć wilgotną gazą i przełożyć masę serową. Wstawić do lodówki na pół doby. Wyjąć z gazy, kroić grube kawałki paschy.

Komponenty: 5 l mlieka, pol pohára octu, 1 l kyslej smotany, 25 dkg masła, 10 vajec, 1 pohár cukru, sušené ovocie.

Dôkladne vyšlaháme smotanu, vajcia a ocot, vlejeme to do vriaceho mlieka a zohrievame do chvíle, kým sa nezrazí tvaroh a nevznikne číra srvátka. Hrnec odstavíme asi na pol hodiny. Tvaroh odcedíme cez čistú gázu alebo ľanovú utierku. Necháme ho stiecť na niekoľko hodín. Roztopíme maslo, ktoré zmiešame s podrveným tvarohom, cukrom a sušeným ovocím. Nejakú formu vystelieme vlhkou gázou a vložíme do nej tvarohovú masu. Dáme ju do chladničky na pol dňa. Paschu vyberieme z gázy a krájame ju na hrubé pláty.

PASTA LECZNICZA DO KANAPEK PAŠTÉTA NA CHLEBÍKY

Przepis: Halina Majer, Teodorówka (Beskid Dukielski)
Recept: Halina Majerová, Teodorowka (Duklianske Beskydy)

Składniki: 40 dag białego sera, 20 dag wędzonego boczku, 2 ząbki czosnku, 2 łyżki drobno posiekanej natki pietruszki, sól, pieprz.

Ser zemleć lub dokładnie rozetrzeć, czosnek utrzeć na miazgę, boczek posiekać w drobną kosteczkę. Wszystkie składniki pasty dokładnie połączyć, przyprawić. Podać z pieczywem.

Komponenty: 40 dkg bieleho syra, 20 dkg údeného bôčika, 2 strúčiky cesnaku, 2 lyžice nadrobno posekanej petržlenovej vňate, soľ, čierne korenie.

Syr pomelieme alebo poriadne prepaširujeme, cesnak popučíme na kašu, bôčik pokrájame na drobné kocky. Všetky komponenty paštety dôkladne spojíme. Podávame s pečivom.

PASZTET Z JAJ PAŠTÉTA Z VAJEC

Przepis: Halina Majer, Teodorówka (Beskid Dukielski)
Recept: Halina Majer, Teodorówka (Beskid Dukielski)

Składniki: 12 jaj, 2 czerstwe bulki, 1 szklanka mleka, 25 dag pieczarek, 1 duża cebula, 10 dag masła, pęczek natki pietruszki, sól, pieprz.

Ugotować dziesięć jaj na twardo. Bulki namoczyć w mleku, osączyć. Pieczarki posiekać i podduśić na tłuszczu razem z cebulą. Wymienione składniki zemleć, połączyć z posiekaną natką pietruszki, przyprawami, surowym jajem i wyrobić na jednolitą masę. Włożyć do foremki wysmarowanej tłuszczem, zapiec około 20 minut. Podać z pieczywem.

Komponenty: 12 jajec, 2 tvrdé žemle, 1 šálka mlieka, 25 dkg šampiňónov, 1 veľká cibula, 10 dkg masla, zväzok petržlenovej vňate, sol, čierne korenje.

Uvariť 10 vajec na tvrdo. Žemle namočiť v mlieku, nechať odkvapkať. Šampiňóny posekať a podušiť na masti spolu s cibulou. Tieto komponenty pomlieť, spojiť s posekanou vňatou petržlenu, koreninami, surovým vajčekom a zhotoviť jednoliatu masu. Vložiť do formy vymastenej masťou, piecť asi 20 minút. Podávať s pečivom.

PASZTET ZAPIEKANY ZAPEKANÁ PAŠTÉTA

10 marca 2006 roku wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych 10. marca 2006 bola zapísaná do Zoznamu tradičných výrobkov Producent: Zakład Mięsny „Jasiołka”, 38-450 Dukla, ul. Nadbrzeżna 1, tel. 013 43 308 02, www.jasiołka.com
Wýrobca: Mäsokombinát Jasiołka, 38-450 Dukla, ul. Nadbrzezna 1, tel. 013 43 308 02, www.jasiołka.com

Charakterystyka

Powierzchnia zrumieniona, ciemnobrązowa z odcieniem szarym; składniki równomiernie rozmieszczone. Kształt prostokątny, odpowiadający wymiarom blaszki. Barwa farszu ciemnobrązowa z odcieniem szarym, zauważalne drobinki zmielonych przypraw. Smak i zapach charakterystyczny, z wyczuwalnym dodatkiem przypraw. Pasztet pieczony w tradycyjnej wędzarni charakteryzuje się wyjątkowym smakiem i niezapomnianym aromatem.

Tradycja, pochodzenie oraz historia

W pracy zbiorowej pod redakcją Zenona Dudzika „Ocalić od zapomnienia. Dukla w XX wieku”, czytamy, że w Dukli zorganizowane było rzemiosło cechowe, które w latach 1920–1939 zrzeszało w sumie 58 warsztatów rękodzielniczych, w tym 8 rzeźników i wędliniarzy. Ze wspomnień spisanych w tej książce wiemy, iż w rynku w Dukli mieściła się Jadalnia – Wyszynek u Zająca. Jadalnia, poza piwem i wódką serwowała flaki i wędliny z podrobów, a więc salceson, kaszanke, kiszke pasztetową oraz tańsze wędliny.

Produkcję pasztetu zapiekanego oparto na zapiskach i przekazach rodzinnych. Przy jego wytwarzaniu korzysta się również z książki kucharskiej pochodzącej z ok. 1956 roku. Przepisy zamieszczone w tej książce stanowią cenne źródło informacji na temat dawnych receptur i technik wykonania (m.in. przepis na pasztet). Pasztet zapiekany przygotowuje się jak dawne wyroby wędliniarskie, bazując na tradycyjnych recepturach. Wędzi się go w tradycyjnej wędzarni z wykorzystaniem zrębków drewna, a dym wędzarniczy nadaje temu wyrobowi niepowtarzalny smak i aromat.

Výroba zapekanej paštety sa opiera o záznamy a odkazy rodinných tradícií. Pri jej výrobe sa využíva aj recept z kuchárskej knihy z r. 1956. Zapekaná paštéta sa pripravuje ako staré údenárske výrobky, a to na základe starodávnych receptúr. Údi sa v tradičnej udiarni pálením drevných štiepok a údenársky dym dáva tomuto výrobku neopakovateľnú chuť a vôňu.

PĄCZKI / ŠIŠKY

Przepis: Władysława Boczar, Teodorówka (Beskid Dukielski)
Recept: Władysława Boczarová, Teodorowka (Duklianske Beskydy)

Składniki: 0,5 kg mąki, 3–4 żółtka, 6 dag drożdży, pół szklanki cukru, pół kostki masła, 1 szklanka mleka, 1 łyżka spirytusu lub octu, 1 szklanka konfitury z róży, pół szklanki cukru pudru, tłuszcz do smażenia.

Ogrzać mleko, rozpuścić w nim drożdże i tyle mąki, aby rozczyń miał gęstość śmietany. Powierzchnię oprószyć mąką, pozostawić w ciepłym miejscu do wyrośnięcia. Żółtka utrzeć z cukrem, masło roztopić. Wyrośnięty rozczyń połączyć z utartymi żółtkami i mąką, wyrabiać około 15 minut. Dodać spirytus i masło, nadal wyrabiać do momentu uzyskania gładkiego i delikatnego ciasta. Przyprószone mąką, pozostawić do wyrośnięcia. Gdy objętość ciasta zwiększy się dwukrotnie, wyłożyć je na stolnicę i dokładnie przerobić. Wąłkować na grubość 2–3 centymetrów, wykrawać szklanką krążki lub kroić równe kwadraty, nakładać konfiturę. Dokładnie sklejać brzegi ciasta, formować kule, odkładać do wyrośnięcia przykryte czystą ściereczką. W płaskim rondlu rozgrzać tłuszcz, sprawdzić kawałkiem ciasta temperaturę, smażyć pączki na całej powierzchni naczynia, odwracając z każdej strony 2 razy. Gdy będą złote wyjmować, układać na sito wyłożone bibułą. Gotowe posypywać cukrem pudrem.

Komponenty: 0,5 kg hladkej múky, 3–4 žltky, 6 dkg droždia, pol pohára cukru, pol kocky masla, 1 pohár mlieka, 1 lyžica liehu alebo octu, 1 pohár džemu z ružových lupienkov, pol pohára práškového cukru, masť na smaženie.

Zohrejeme mlieko, rozpustíme v ňom droždie a toľko múky, aby kvások mal hustotu smotany. Povrch kvasu poprášime múkou, odstavíme ho na teplé miesto, aby narástol. Žltky roztrepeme s cukrom, roztopíme maslo. Narastený kvások spojíme so žltkami a zvyšnou múkou, miesime zhruba 15 minút. Pridáme lieh a maslo, neprestávame miešať, kým nezískame hladké a jemné cesto. Poprášime ho múkou a dáme vykysnúť. Keď sa objem cesta zdvojnásobí, vyložíme ho na dosku a dôkladne premiesime. Valkáme na hrúbku dvoch-troch centimetrov, pohárom vykrajujeme kolieska alebo krájame rovnaké štvorce a nakladáme džem. Dôkladne lepíme okraje cesta tak, že modelujeme gule. Tie odkladáme, aby prikryté čistou utierkou narástli. Na rajnici rozpálime masť, kúskom cesta overíme teplotu a smažíme šišky po celom povrchu rajnice tak, že ich neustále obraciam. Keď budú zlatisté, vyberáme ich a ukladáme na sito vystlané pijačným papierom. Hotové šišky posypeme práškovým cukrom.

PĄCZKI KARTOFLANE PIEZONE Z SEREM (FUGZKY) ZEMIAKOVÉ GUBKY S TVAROHOМ (PEČENÉ FUČKY)

Przepis: Maria Gocz, Zyndranowa (Beskid Dukielski)
Recept: Mária Goczová, Zyndranowa (Duklianske Beskydy)

Ostrugać 1 kg ziemniaków, zetrzeć na tarce, odcisnąć z wody. Dodać 1–2 jajka, 2–3 łyżki mąki, sól, pieprz do smaku. Wszystkie składniki połączyć i dobrze wymieszać. Z masy robimy kółeczka, kładziemy na nich ser (ser przygotowany jak na pierogi), zlepiamy pączki wielkości kurzego jaja. Układamy je na posmarowanej blaszce, polewamy średnio roztopionym masłem (można posmarować masłem) i pieczemy w piecu na rumiany kolor. Zamiast sera można użyć bryndzy.

Postrúhame 1 kg zemiakov a vytlačíme z nich šťavu. Pridáme 1-2 vajcia, 2-3 lyžice hladkej múky, soľ a čierne koren timer podľa chuti. Všetky suroviny dobre vymiešame. Z masy robíme kolieska, na ktoré kladíme osolený a okorenený tvaroh zmiešaný s osmaženou cibulou a lepíme guľky veľkosti vajička. Układáme ich na vymastený plech, polejeme roztopeným maslom a pečieme v rúre dozlatista. Namiesto tvarohu môžeme použiť bryndzu.

PĄCZKI ZIEMNIACZANE ZEMIAKOVÉ ŠIŠKY

Przepis: Grażyna Kłap, Równe (Beskid Dukielski)
Recept: Grażyna Kłapová, Równé (Duklianske Beskydy)

Składniki: 50 dag ugotowanych ziemniaków, 50 dag mąki, pół kostki masła, 5 dag drożdży, 3 jajka, 5 łyżek cukru, 1 słoik twardej marmolady, pół litra oleju do smażenia, pół kostki smalcu do smażenia, cukier puder.

Gorące ziemniaki utłuc z masłem, ostudzić. Drożdże utrzeć z cukrem i jajami, połączyć z mąką i ciepłymi ziemniakami. Wyrobić ciasto na gładką masę. Ręce natłuścić olejem, formować placuszki, kłaść na nie kawałki marmolady i zlepiać kulki wielkości orzecha. Smażyć zaraz po wykonaniu, na jasnozłoty kolor. Osączyć, gdy przestygną posypać cukrem pudrem. Najsmaczniejsze są zaraz po usmażeniu.

Komponenty: 50 dkg uvarených zemiakov, 50 dkg hladkej múky, pol kocky masla, 5 dkg droždí, 3 vajcia, 5 lyžíc cukru, 1 pohár tuhej marmelády, 0,5 l oleja na smaženie, pol kocky masti na smaženie, práškový cukor.

Horúce zemiaky popučíme s maslom, dáme ich trochu vychladiť. Droždie vymiešame s cukrom a vajcami, pridáme doň múku a teplé zemiaky. Vymiesime cesto na hladkú masu. Naolejujeme si ruky, formujeme malé placky, na ktoré kladíme kúsky marmelády a lepíme guľky veľkosti orecha. Smažíme bezodkladne dozlatista. Šišky necháme odkvapkať. Keď vychladnú, posypeme ich práškovým cukrom. Najchutnejšie sú čerstvé.

PĘCZAK ZAPIEKANY W KAPUŚCIE KRÚPY ZAPEKANÉ V KAPUSTE (ZAPEKANÝ PEUČAK)

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: 50 dag pęczaku, 30 dag łopatki wieprzowej, 1 kg kapusty kwaszonej, 3 cebule, 10 dag słoniny, 1 kostka bulionu, sól, pieprz.

Zmierzyć objętość kaszy. Zagotować dwa razy więcej wody, wsypać opłukaną kaszę i gotować tak długo, aż wchłonie wodę (kasza nie będzie jeszcze miękka). Słoninę pokroić, wytopić i obsmażyć na niej drobno pokrojoną łopatkę. Dodać do tego dwie cebule pokrojone w kostkę i jeszcze chwilę dusić. Połączyć wszystko z kaszą i przyprawić do smaku. Kapustę osączyć (gdy jest zbyt kwaśna – opłukać) i posiekać. Dodać do niej cebulę pokrojoną w piórka. Wysmarować brytfannę tłuszczem, ułożyć połowę kapusty, na to warstwę kaszy i nakryć resztą kapusty – wszystko ubić łyżką. Zagotować pół litra wody, dodać kostkę bulionu i zalać w brytfance potrawę. Wstawić do wygrzanego piekarnika na około 1 godzinę. Pod koniec pieczenia można polać potrawę śmietaną. Podawać z ziemniakami.

Komponenty: 50 dkg veľkých jačmenných krúp, 30 dkg bravčového pliecka, 1 kg kyslej kapusty, 3 cibule, 10 dkg slaniny, 1 kocka bujónu, soľ, čierne koren timer.

Zmeriame objem krúp. Privedieme do varu dvojnásobné množstvo vody, do ktorej vysypeme opláchnuté krúpy a varíme tak dlho, až vpijú vodu (krúpy ešte nebudú mäkké). Pokrájame slaninu, ktorú oškvaríme a na nej osmažíme nadrobno pokrúpané pliecko. Doň pridáme dve cibule pokrúpané na kocky a ešte chvíľu dusíme. To zmiešame s krúpami a okoreníme podľa uváženia. Z kapusty vytlačíme šťavu a posekáme ju (ak je veľmi kyslá, prepláchneme ju). Dodáme do nej hrubšie nakrájanú cibuľu. Vymastíme plech, na ktorý uložíme polovicu kapusty, na ňu dáme vrstvu krúp s mäsom a zakryjeme zvyškom kapusty – všetko utlačíme lyžicou. Uvaríme pol litra vody s kockou bujónu, vývarom zalejeme jedlo. Vložíme do vyhriatej rúry zhruba na 1 hodinu. Pred dopečením môžeme krúpy poliať kyslou smotanou. Podávame so zemiakmi.

PIECZEŃ WOŁOWA Z JARZYNAMI HOVÄDZIA SVEČKOVICA NA ZELENINE

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Składniki: 80 dag wołowiny na pieczeń, 5 dag smalcu, 1 dag mąki, 7 dag marchwi, 6 dag pietruszki, 5 dag selera, 5 dag cebuli. Marynata: 1/4 litra wody, liść laurowy, ziele angielskie, mielone ziarno jałowca, 5 dag całych ziaren jałowca, 5 dag cebuli.

Przygotować marynatę. Gorącą sparzyć mięso i pozostawić na 30 minut. Następnie mięso posolić, oprószyć mąką, obrumienić na tłuszczu. Włożyć do rondla. Dodać pokrojone warzywa, podlać wodą i dusić pod przykryciem. Gdy pie-

ceń będzie półmiękką należy ją wyjąć i pokroić w cienkie plastry. Co drugie nie rozcinać do końca. Między plastry mięsa wkładać nadzienie z tartego chrzanu z masłem, cukrem, solą i sokiem cytryny. Włożyć pieczeni do rondla i dusić około 30 minut, aby przeszła chrzanem. Podawać z ziemniakami lub makaronem.

Komponenty: 80 dkg sviečkovice, 5 dkg masti, 1 dkg hladkej múky, 7 dkg mrkvy, 6 dkg petržlenu, 5 dkg zeleru, 5 dkg cibule.

marináda: 1/4 litra vody, bobkový list, nové korenie, mleté zrnó borievky, 5 dkg celých zrn borievky, 5 dkg cibule.

Pripravíme horúcu marinádu. Sparíme ňou mäso a odstavíme ho na 30 minút. Potom mäso osolíme, poprášime múkou a osmažíme na masti. Vložíme ho do kastróla. Pridáme zeleninu, podlejeme vodou a dusíme pod pokrievkou. Keď sviečkovica bude polomäkka, treba ju vybrať a pokrájať na tenké pláty. Každý druhý plát neodrežeme úplne. Medzi neprerezané mäsové pláty vkladáme plnku z postrúhaného chrenu, masla, cukru, soli a citrónovej šťavy. Sviečkovicu vložíme späť do kastróla a dusíme ju asi 30 minút, aby presiakla chrenom. Podávame so zemiakmi alebo cestovinou.

PIEROGI RUSKIE / RUSKÉ PIROHY

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Haczów
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Haczów

Ciasto: 3 szklanki nabitej mąki, 1 jajko, 1/2 literatki oleju, łyżka soli.

Dodać letniej wody, zrobić średnio wolne ciasto. Wałkować, wykrawać krążki, nakładać farsz i lepić pierogi. Pierogi ugotować i podawać ze skwarkami lub masłem.

Farsz: 0,75 kg ugotowanych ziemniaków, 1 duża cebula, 0,5 kg sera białego, sól, pieprz, 1/2 łyżeczki Vegety, 1 łyżka Maggi, pieprz ziołowy, 1/2 łyżeczki majeranku.

Ziemniaki ugotować, utłuc, cebulę drobno pokroić i podsmażyć na złoty kolor. Wszystko dać razem i wymieszać.

Cesto: 3 poháre plné múky, 1 vajce, 1/2 pohára oleja, lyžica soli.

Dodajte vlažnú vodu, namiesto stredne voľné cesto. Rozvaľkajte cesto, vykrájajte kolieska, naľošte plnku a zlepte pirohy. Pirohy uvarite a podávajte so škvarkami alebo maslom.

Plnka: 0,75 kg uvarených zemiakov, 1 veľká cibula, 0,5 kg tvarohu, soľ, čierne korenie, 1/2 lyžičky vegety, 1 lyžica polievkového korenia, čierne korenie, 1/2 lyžičky majoránu.

Zemiaky uvarite, poduste ich, nadrobno pokrájajte cibulu a usmažte ju do zlatista. Všetko dajte spolu a vymiešajte.

PIERNIK Z WKŁADKĄ PERNÍK S PLNKOU

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Równe (Beskid Dukielski)
Recept: Krúžok dedinských gazdiniček, Równe (Duklianske Beskydy)

Ciasto piernikowe

Składniki: 3 szklanki mąki, 2 łyżki kakao, 1 łyżka sody, 2 opakowania przyprawy do piernika, 1 szklanka cukru, pół kostki masła, 4 jajka, 1 szklanka miodu, 1 szklanka śmietany, 3 łyżki oleju.

Mąkę, kakao, sodę przesiać i połączyć z przyprawą do piernika. Utrzeć masło z połową cukru, dodawać po jednym żółtku. Do ucieranej masy dodawać na przemian: miód, śmietanę, olej, mąkę w taki sposób, aby gęstość ciasta była podobna do utartego z cukrem i żółtkami masła. Z białek ubić pianę, dodać do niej resztę cukru i wyłożyć na utarte ciasto, wsypać resztę połączonych składników sypkich i dokładnie wszystko połączyć. Wyłożyć ciasto do formy dobrze wysmarowanej tłuszczem i posypanej bułką tartą. Piec w piekarniku o temperaturze około 180°C do wyrośnięcia ciasta, potem temperaturę podwyższyć o około 10°C.

Ciasto na wkładkę

Składniki: 25 dag mąki, 3 jaja, 4 jabłka, 1/4 szklanki cukru, 1 szklanka orzechów, 1 szklanka rodzzynek, 1 szklanka wiśni z syropu, 1 łyżeczka proszku do pieczenia, 1 łyżeczka sody.

Jabłka pokroić w grubą kostkę, przesypaną połową cukru odstawić na godzinę. Orzechy posiekać, rodzynki sparzyć, wiśnie osączyć z syropu. Mąkę przesiać z proszkiem do pieczenia i sodą. Ubić białka, usztywnić pianę resztą cukru, dodać żółtka. Wyłożyć na jabłka połowę mąki, na to pianę z jaj, resztę mąki z bakaliami i dopiero wtedy dokładnie połączyć wszystkie składniki. Wyłożyć na wysmarowaną formę o takiej samej wielkości jak forma na piernik i upiec w piekarniku o temperaturze 180°C.

Masa do piernika

Składniki: 2 szklanki mleka, pół szklanki cukru, 2 żółtka, 1 budyń śmietankowy, 1 kostka masła, 1 tabliczka białej czekolady, 3 łyżki spirytusu.

Żółtka utrzeć z cukrem, dodać kilka łyżek mleka, budyń i dokładnie połączyć. Zagotować resztę mleka razem z budyńmiem, dodać połamaną na kawałki czekoladę wymieszać. Utrzeć masło, dodając porcjami wystudzony krem. Na koniec połączyć ze spirytusem.

Wykończenie ciasta

Piernik przekroić na dwie równe części. Spód piernika posmarować połową masy, położyć wkładkę z bakaliami, posmarować drugą częścią masy, nałożyć wierzch ciasta piernikowego i wykończyć ciasto czekoladową polewą. Piernik można przekładać, zamiast masą, jeden raz powidłem.

Pernikové cesto: 3 šálky múky, 2 lyžice kakaa, 1 lyžica sódy, 2 balenia perníkoveho prášku, 1 šálka cukru, pol masla, 4 vajcia, 1 šálka medu, 1 šálka smotany, 3 lyžice oleju.

Múku, kakao, sódu preosiať a spojiť s perníkovým práškom. Vyšľahať maslo s polovicou cukru, pridať po jednom žltku. Do vyšľahanej masy striedavo pridávať: med, smotanu, olej, múku a to tak, aby cesto bolo podobne husté ako hmota vyšľahaného masla s cukrom a žltkami. Z bielkov vyšľahať penu, pridať do nej zvyšok cukru a vylóžiť na vypracované cesto, nasypať zvyšok spojených sypkých komponentov a dôkladne všetko spojiť. Vylóžiť cesto do formy dobre vymastenej masťou a posypanej strúhankou. Piecť v rúre pri teplote asi 180°C dovtedy, kým cesto nevyrastie, potom teplotu zvýšiť o asi 10°C.

Cesto na náplň: 25 dkg múky, 3 vajcia, 4 jablká, 1/4 šálky cukru, 1 šálka orechov, 1 šálka hrozienok, 1 šálka čerešní z kompótu, 1 lyžička prášku na pečenie, 1 lyžička sódy.

Jablka pokrajať na hrubé kocky, posypať polovicou cukru a odstaviť na hodinu. Orechy posekať, hrozienka sparit', čerešne nechať odkvapkať od kompótovej šťavy. Múku s práškom na pečenie a sódu preosiať. Vyšľahať bielka, stuhnúť penu zvyškom cukru, pridať žltka. Na jablká vyložiť polovicu múky, na to penu z vaječ, zvyšok múky s cukrovinkami a až vtedy dôkladne spojiť všetky komponenty. Vyložiť na vymastenú formu takej istej veľkosti ako je forma na perník a upiecť v rúre pri teplote 180°C.

Perníková zmes: 2 šálky mlieka, pol šálky cukru, 2 žltka, 1 smotanový puding, 1 kocka masla, 1 tabuľka bielej čokolády, 3 lyžice liehu.

Žltka vyšľahať s cukrom, pridať niekoľko lyžíc mlieka, pudingu a dôkladne spojiť. Uvariť zvyšok mlieka spolu s pudingom, pridať čokoládu polámanú na kúsky a zamiešať. Vyšľahať maslo, po porciách pridávať vychladený krém. Na konci spojiť s liehom.

Dokončenie cesta:

Perník prerezať na dve rovnaké časti. Spodnú časť perníka pomastiť polovicou zmesi, položiť náplň s cukrovinkami, pomastiť druhou časťou zmesi, priložiť vrch perníkového cesta a poliať cesto čokoládovou polevou. Perník možno preložiť namiesto tou zmesou aj raz džemom.

PIEROGI DOMINIK PIROHY DOMINIK

Przepis: Olga Sokół, Lubatowa (Beskid Dukielski)

Recept: Spolku w diejskich gazdin, Lubatowa (Duklianske Beskydy)

Skladniki: Ciasto: 40 dag maki, 50 dag chudego twarogu, 10 dag masla, sol; nadzienie: 10 jaj, 10 dag przecieru pomidorowego, 2 peczki koperku, 2 cebule, sol, pieprz, olej do smazenia.

Makę i maslo wysiekać na stolnicy, dodać twaróg i krótko zarobić ciasto. Rozwałkować ciasto na 3–4 mm, wykrawać krążki. Przygotować nadzienie. Ugotować jaja na twardo, jedno pozostawić surowe. Wystudzone i obrane jaja pokroić w kostkę, dodać przecier pomidorowy, posiekany koperek, surowe jajo, sól i pieprz oraz dokładnie połączyć. Nakładać nadzienie na krążki ciasta, zlepiać pierożki. Smażyć złote pierożki w głębokiej patelni, na dobrze rozgrzanym tłuszczu. Podawać z pikantną surówką.

Cesto: 40 dkg múky, 50 dkg netučného tvarohu, 10 dkg masla, sol; plnka: 10 vajec, 10 dkg paradajkového pretlaku, 2 zväzky kôpru, 2 cibule, sol, čierne koren timer, olej na praženie.

Múku a maslo preosiať na dosku, pridať tvaroh a krátko vymiesiť cesto. Rozváľkať cesto na hrúbku 3 – 4 mm, vykrojiť krúžky. Pripraviť náplň. Uvariť vajcia na tvrdo, jedno nechať surové. Vychladené a olúpané vajcia pokrajať na kocky, pridať paradajkový pretlak, posekaný kôpor, surové vajce, sol a čierne koren timer a dôkladne spojiť. Klást náplň na krúžky cesta, lepíť pierožky. Pražiť zlaté pierožky na hlbkej panvici, na dobre rozpálenej masti. Servírovať s pikantným šalátom zo surovej zeleniny.

PIEROGI ŁEMKOWSKIE PIROHY LEMKOV

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich w Świątkowej Wielkiej (gmina Krempna)

Recept: Krúžok dedinských gazdiniek v Świątkowej Wielkiej (obec Krempna)

Skladniki: 0,5 kg maki razowej, 0,5 kg maki pszennej, 1 jajko, lyžica oleju, voda, suszona šliwka na nadzienie.

Zarobić ciasto jak na zwykłe pierogi. Nadziewać suszonymi šliwkami. Gotować w osolonej wodzie. Podawać ze śmietaną i cukrem.

Komponenty: 0,5 kg ražnej múky, 0,5 kg pšeničnej múky, 1 vajce, lyžica oleju, voda, sušené šlivky do plnky.

Vymiesiť cesto ako na obyčajné pirohy. Naplniť sušenými šlivkami. Variť v osolenej vode. Servírovať so smotanou a cukrom.

PIEROGI NA PARZE PIROHY NA PARE

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich w Kątach (gmina Nowy Żmigród)

Recept: Krúžok dedinských gazdiniek v Kątach (obec Nowy Żmigród)

Skladniki: 1 kg maki, 3 jajka, 0,75 l maślanki, szczypta soli, 1 kg białego sera, 0,5 kg marmolady, 4 lyżeczki sody.

Zarobić ciasto. Ser wymieszać z marmoladą. Ciasto rozwałkować, wykrawać szklanką okrągłe plasterki. Nakładać farsz i sklejać pierogi. Do garnka nalać wody, obwiązać garnek gazą, przykryć. Gdy woda w garnku się zagotuje, układać na gazie pierogi, przykryć i gotować ok. 3 minut.

Komponenty: 1 kg múky, 3 vajcia, 0,75 l cmaru, štipka soli, 1 kg bieleho syra, 0,5 kg marmelády, 4 lyžičky sódy.

Vymiesiť cesto. Syr rozmiešať s marmeládou. Cesto rozváľkať, pohárikom vykrojiť okrúhle plátky. Naložiť plnku a zlepíť pirohy. Do hrnca naliať vodu, obviazať vrch hrnca gázou, prikryť. Keď voda v hrnci zovrie, položiť na gázu pirohy, prikryť a variť asi 3 minúty.

PIEROGI Z KAPUSTĄ I GRZYBAMI PIROHY S KAPUSTOU A HUBAMI

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Trzeźniów (gmina Haczów)

Recept: Spolku w diejskich gazdin, Trzeźniów (obec Haczów)

Ciasto: 0,5 kg maki, 1 jajko, sol, voda.

Farsz: kapusta, 10 dag grzybów, 10 dag kielbasy, cebula, tłuszcz do smazenia.

Ciasto zarobić, rozváľkovať, wykrawać krážki i nakładać farsz. Kapustę pokroić, ugotować, wydusić z vody, grzyby ugotować, pokroić drobno, cebulę wraz z kielbasą drobno pokrojoną przysmażyć na tłuszczu. Połączyć razem, przypraviť do smaku solą i pieprzem. Robić pierogi. Po ugotowaniu okrasić smaženou sloniną.

Cesto: 0,5 kg múky, 1 vajce, sol, voda.

Plnka: kapusta, 10 dkg húb, 10 dkg klobásy, cibula, tuk na smazenie.

Vymiesime cesto, rozgúľame, povykrajujeme kolieska a naložíme na ne plnku. Pokrajame kapustu, uvaríme, vyžmýkame

vodu, uvaríme huby a pokrájame na drobno, na drobno pokrájanú cibuľu a klobásu jemne usmažíme na tuku. Všetko spojíme dohromady a dochutíme korením a soľou. Urobíme pirohy. Po uvarení ozdobíme opečenou slaninkou.

PIEROGI Z KISZONEJ KAPUSTY Z SEREM

PIROHY Z KYSLEJ KAPUSTY S TVAROHOM

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Jabłonica Polska (gmina Haczów)
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Jabłonica Polska (obec Haczów)

Farsz: 1 kg kapusty kiszzonej, 30 dag sera, 1 cebulka, 4 dag tłuszczu, sól, pieprz.

Kapustę ugotować w małej ilości wody, odcedzić, odcisnąć mocno, przepuścić przez maszynkę z serem, dodać usmażoną na słaby kolor cebulę, przyprawić solą i pieprzem, wymieszać.

Ciasto: 1/2 kg mąki, 1 jajko, około 1/2 szklanki wody, sól, masło do polania lub topienia słonina.

Mąkę przesiać na stolnicę, wbić jajko, dodać sól, wodę i zagnieść ciasto, wyrobić. Cienko rozwałkować, ukształtować pierogi, gotować w lekko osolonej wodzie, wrzucając partiami. Wybierać łyżką, przelać gorącą wodą, połączyć masłem lub topioną słoniną.

Plnka: 1 kg kyslej kapusty, 30 dkg tvarohu, 1 cebulka, 4 dkg tuku, sól, korenie.

Kapustu uvaríme v malom množstve vody, odcedíme, poriadne vyžmýkame vodu, premelieme na mlynčeku s tvarohom, pridáme jemne usmaženú cibuľu, dochutíme soľou a korením a vymiešame.

Cesto: 1/2 kg múky, 1 vajce, asi 1/2 pohára vody, soľ, maslo na poliatie alebo slanina na roztopenie.

Múku preosejeme na dosku, pridáme vajce, soľ, vodu a poriadne vymiesime vláčne cesto. Rozgúľame na tenko, vytvárame pirohy a varíme v trochu osolenej vode. Pirohy dávame do vody v menších množstvách. Vyberáme naberačkou cedenie, prepláchneme horúcou vodou a polejeme maslom alebo roztopenou slaninkou.

PIEROGI Z SOCZEWICĄ PIROHY SO ŠOŠOVICOU

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Jabłonica Polska (gmina Haczów)
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Jabłonica Polska (obec Haczów)

Ciasto: 0,5 kg mąki, 1 jajko, sól, woda.

Ciasto zarobić, rozwałkować, wykrawać krążki i nakładać farsz.

Farsz: 0,5 kg soczewicy, 20 dag boczku, 3 cebule, sól, pieprz.

Soczewicę namoczyć na 2 godziny, następnie gotować 40 minut. Cebulę usmażyć na boczku, wszystko razem zmieľić, przyprawić solą i pieprzem, wyrobić i formować pierogi. Po ugotowaniu pierogi okrasić smaženou słoninką lub boczkiem.

Cesto: 0,5 kg múky, 1 vajce, soľ, voda.

Cesto zamieste, rozvaľkajte, vykraľajte kolieska a naložite plnku.

Plnka: 0,5 kg šošovice, 20 dkg bôčiku, 3 cibule, soľ, čierne korenie.

Šošovicu namočte na 2 hodiny, následne varte 40 minút. Cibuľu usmažite na bôčiku, všetko spolu prepaširujte, ochuťte soľou a čiernym korením, zamieste a robte pirohy. Po uvarení posypte usmaženou slaninkou alebo bôčikom.

PIEROGI ZE SŁODKĄ KAPUSTĄ I SEREM

PIROHY SO SŁADKOU KAPUSTOU A TVAROHOM

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Haczów
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Haczów

Farsz: 1 główka ugotowanej kapusty, 0,5 kg sera białego, 1 cebula przyrumieniona na tłuszczu, sól, pieprz do smaku.

Ciasto: 0,5 kg mąki, jajko, sól, woda, masło do polania ugotowanych pierogów.

Kapustę ugotować, po ugotowaniu wystudzić i wycisnąć z wody, posiekać nożem, dodać do niej wcześniej zmielony lub dobrze rozkruszony ser, usmażoną na złoty kolor cebulę, sól i pieprz – do smaku. Wyrobić farsz. Przygotować ciasto na pierogi, zarabiając mąkę z jajkiem i wodą na stolnicę. Zarobione i dokładnie zagniecione ciasto rozwałkować, filizanką powykrawać krążki, ponakładać na nie farsz, zlepiać pierożki. Ugotować w lekko osolonej wodzie, ugotowane połączyć zrumienionym masłem.

Plnka – surowiny, postup: 1 hlávka uvarenej kapusty, 0,5 kg tvarohu, 1 cibula usmažená do sklovita na tuku, na dochutenie soľ a korenie.

Kapustu uvaríme a potom vychladenú poriadne vyžmýkame z vody, pokrájame nožom, pridáme do nej už predtým zomletý a rozdrvený syr, usmaženú do zlatista cibuľu, dochutíme soľou a korením. Urobíme plnku.

Cesto – surowiny, postup: 0,5 kg múky, vajce, soľ, voda, maslo na poliatie uvarených pirohov.

Pripravíme cesto na pirohy, vymiešame múku s vajcom a vodou na doske. Dôkladne vymiesené cesto rozgúľame, pohárom powykravujeme kolieska, podávame na ne plnku a vytvoríme pirohy. Varíme v ľahko osolenej vode, uvarené potierame maslom a podávame.

PIEROGI ZE ŚLIWKAMI SUSZONYMI PIROHY SO SUŠENÝMI ŚLIWKAMI

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Haczów
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Haczów

Składniki: 1 kg ziemniaków, jajko, mąka, sól, śliwki suszone, masło, bułka tarta.

Ziemniaki ugotować, zmieľić przez maszynkę lub prasę. Dać mąki tyle ile zabierze. Dodać jajko i sól do smaku. Zarobić niezbyt twarde ciasto. Śliwki ugotować, nie rozgotować, odcedzić żeby obeschły i wyrobić pierogi. Wrzucić na gotującą wodę, poczekać do wypłynięcia, chwilę podgotować, wyjąć z wody i przelać zimną wodą. Połączyć sklarowanym masłem i potrząpać zarumienioną bułką tartą.

Komponenty: 1 kg zemiakov, vajce, múka, soľ, sušené slivky, maslo, strúhanka

Zemiaky uvarte, prepasírujte ich cez stroj alebo lis. Pridajte vhodné množstvo múky. Pridajte vajce a soľ na zlepšenie chuti. Zamiešajte cesto nepríliš tvrdé. Slivky uvarte, ale ich nerozvarujte, odcedte ich, aby vyschli a urobte pirohy. Vložte ich do vriacej vody, ak sa vyplavia na povrch nech sa ešte varia, následne ich vyberte z vody a opláchnite studenou vodou. Polejte ich popraveným maslom a posypte zlatistou strúhankou.

PIEROGI PIECZONE Z KAPUSTĄ PEČENÉ PIROHY S KAPUSTOU

Przepis: Maria Gocz, Zyndranowa (Beskid Dukielski)
Recept: Mária Goczová, Zyndranowa (Duklianske Beskydy)

Z múky, vody i droždí urobiť rozczyń i postaviť do wyrośnięcia. Po wyrośnięciu dodać do ciasta dwa razy więcej mąki niż rozczyń, wymieszać i pozostawić w ciepłym miejscu do wyrośnięcia. Ugotować kapustę kiszoną i słodką. Odcisnąć z wody, podsmażyć na patelni na maśle lub oleju z cebulą. Popieprzyć, posolić do smaku i trzymać na wolnym ogniu pod przykryciem około pół godziny. Wyrośnięte ciasto rozwałkować na stolnicy na grubość palca, posypać mąką. Kroimy kwadraty, napelniamy farszem i robimy pierogi. Kiedy są gotowe smarujemy masłem albo olejem, układamy na posmarowanej blaszce i pieczemy w piecu 1 godzinę. W ten sam sposób robimy pierogi z serem, jagodami i makiem.

Z múky, vody a drożdžia urobíme kvások, ktorý dáme vykysnúť. Potom kvások vlejeme do dvojnásobne väčšieho množstva múky ako je kvásku, vymiešame cesto a necháme ho na teplom mieste, aby narástlo. Uvaríme kyslú a sladkú kapustu. Zbavíme ju vody, osmažíme na masle alebo oleji s cibuľou. Okoreníme a osolíme podľa chuti a pod pokrievkou dusíme na miernom ohni asi pol hodiny. Vykysnuté cesto na doske rozvalkáme na hrúbku palca, posypeme múkou. Krájame štvorce, plníme ich plnkou a lepíme pirohy. Hotové ich potrieme maslom alebo olejom, układáme na vymastený plech a pečieme v rúre hodinu. Rovnakým spôsobom môžeme pripraviť pirohy s tvarohom, čučoriedkami alebo makom.

PIEROGI PIECZONE Z KASZĄ GRYCZANĄ PEČENÉ PIROHY S POHÁNKOU

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Skladniki: Ciasto: 35 dag mąki, pół szklanki mleka, 2,5 dag drożdży, 1 jajko, 1 żółtko, 1 łyżeczka cukru, 1 łyżka masła, sól, tłuszcz do formy; nadzienie: 1 szklanka kaszy gryczanej, 1 łyżeczka masła, 8 dag boczku wędzonego, 1 cebula, 20 dag białego sera, 1 białko, sól, pieprz.

Zagotować 1,5 szklanki wody z dodatkiem soli i masła, wsypać opłukaną kaszę, gotować. Gdy kasza wchłonie wodę, wstawić garnek z kaszą do kąpieli wodnej lub zawinąć w koc na 30 minut. Boczek pokroić w kostkę, wytopić i zrumienić na tym tłuszczu ce-

bulę. Kaszę przestudzić, rozetrzeć, dodać boczek z cebulą, pokruszony ser, przyprawić do smaku. Sporządzanie ciasta: Mleko lekko ogrzać, dodać drożdże, cukier, sól, połowę mąki, zarobić ciasto gęstości śmietany, oprószyć powierzchnię mąką i pozostawić do wyrośnięcia. Rozpuścić masło, wybić jaja. Do wyrośniętego ciasta dodać resztę mąki, jaja, wyrabiać dopóki ciasto nie będzie odchodzić od ręki, dodać roztopione masło, nadal wyrabiać. Gdy ciasto nie będzie się błyszczeć, oprószyć je mąką, postawić w ciepłym miejscu, aby wyrosło. Wyłożyć ciasto na stolnicę, przerobić, rozwałkować placek grubości 1 centymetra, wykrawać z niego krążki o średnicy około 6–7 centymetrów. Na krążki ciasta układać kulki nadzienia, zlepić zgrabne pierożki, układać je na wysmarowanej tłuszczem blaszce częścią zlepioną do góry. Wyrośnięte pierożki smarować białkiem i piec w średnio nagrzanym piekarniku. Podać z kwaśną śmietaną, kwaśnym mlekiem lub maślanką.

Cesto: 35 dkg hladkej múky, pol pohára mlieka, 2,5 dkg droždí, 1 vajce, 1 žltok, 1 lyžička cukru, 1 lyžica masla, soľ, masť na formu;

Plnka: 1 pohár pohánky, 1 lyžička masla, 8 dkg údenej slaniny, 1 cibuľa, 20 dkg tvarohu, 1 bielko, soľ, čierne korenie.

V prípade plnky privedieme do varu 1,5 pohára vody s pridaním soli a masla, vsypeme opláchnutú pohánku a varíme. Keď pohánka vpije vodu, ochladíme hrniec s pohánkou pod teplým vodným kúpeľom alebo ho ovinieme dekou na 30 minút. Slaninu pokrájame na kocky, vytopíme ju a na masti osmažíme cibuľu. Pohánku v miske rozotrieme, pridáme k nej slaninu s cibuľou, pomrvený tvaroh a okoreníme podľa chuti. V prípade cesta mierne zohrejeme mlieko, pridáme drożdžie, cukor, soľ, polovicu múky a vymiesime cesto na hustotu smotany, poprášime ho múkou a dáme vykysnúť. Roztopíme maslo, rozbijeme vajčko. K vykysnutému cestu pridáme zvyšnú múku, vajčko so žltkom a miesime, kým sa cesto nebude odlepovať od ruky. Pridáme roztopené maslo, naďalej miesime. Cesto napokon poprášime múkou a postavíme ho na teplé miesto, aby narástlo. Vyložíme cesto na dosku, premiesime ho a vyvalkáme na placku s hrúbkou 1 cm, vykrájame z neho kolieska s priemerom asi 6-7 cm. Na kolieska układáme plnku, lepíme pekné pirohy, ktoré układáme na vymastený plech zlepenou časťou nahor. Vykysnuté pierožky potrieme bielkom a pečieme v stredne vyhriatej rúre. Podávame s kyslou smotanou, kyslým mliekom alebo cmarom.

PIEROGI RAZOWE CEŁOZRNNE PIROHY

Przepis: Gospodarstwo Agroturystyczne Krystyny Kowalskiej, Zyndranowa 23
Recept: Agroturistické gazdovstvo Krystyny Kowalskiej, Zyndranowa 23

Skladniki: Ciasto: 3 szklanki mąki razowej, 1 szklanka mąki, 2 łyżki oleju, 1 łyżeczka soli, 1 szklanka letniej wody; nadzienie: 1,5 kg kiszzonej kapusty, 1 cebula, 1 łyżeczka kminku, 15 dag boczku lub słoniny, sól, pieprz.

Kiszoną kapustę osączyć z kwasu i ugotować z dodatkiem kminku. Odcedzić, odcisnąć, posiekać i przyprawić. Pokrojony w kostkę boczek zrumienić z cebulą, część odłożyć do polania pierogów, a resztę poddusić z kapustą. Z wymienionych skład-

ników zarobić luźne ciasto, rozwałkować je i wykroić krążki. Wystudzonym farszem nadziewać krążki i dokładnie je sklejać. Ugotowane podawać polane skwarkami z cebulką.

Cesto: 3 poháre celozrnnej múky, 1 pohár hladkej múky, 2 lyžice oleja, 1 lyžička soli, 1 pohár letnej vody;

Plnka: 1,5 kg kyslej kapusty, 1 cibuľa, 1 lyžička rasce, 15 dkg bôčika alebo slaniny, soľ, čierne korenje.

Kyslú kapustu odšťavíme a uvaríme s rascou. Scedíme ju, vytlačíme, posekáme a okoreníme. Bôčik, pokrájany na kocky, osmažíme s cibuľou, časť z neho odložíme na poliatie pirohov a zvyšok podusíme s kapustou. Zo surovín na cesto vymiesime nie veľmi tuhé cesto, vyvalkáme ho a vykrojíme kolieska. Vychladenou plnkou plníme kolieska a dôkladne ich lepíme. Uvarené pirohy podávame omastené škvarkami s cibuľou.

PIEROGI RAZOWE PIECZONE I PEČENÉ CELOZRNÉ PIROHY I.

Przepis: członkinie Koła Gospodyń Wiejskich, Równe (Beskid Dukielski)
Recept Spolku vidieckych gazdín z Rovného (Duklianske Beskydy)

Skladniki: Ciasto: 50 dag mąki pszennej razowej, 50 dag mąki, 10 dag drożdży, 2 żółtka, 1 jajko, 0,5 litra mleka, 1 łyżka cukru, 1 łyżeczka płaska soli, 3 łyżki oleju; nadzienie: 1 kg kiszzonej kapusty, 30 dag pieczarek lub innych grzybów, 2 cebule, 15 dag boczku, sól, pieprz.

Mleko podgrzać, dodać cukier, drożdże, mąkę w takiej ilości, aby rozczyń miał gęstość śmietany. Odstawić w ciepłe miejsce. Wyrośnięty rozczyń połączyć z resztą składników, na końcu dodać olej. Ciasto powinno dwukrotnie zwiększyć swoją objętość. Kapustę ugotować, dokładnie odcisnąć, posiekać. Cebulę udusić z posiekanymi pieczarkami. Boczek schłodzić, pokroić w drobną kosteczkę i wytopić. Wszystkie składniki nadzienia połączyć i przyprawić. Rozwałkować ciasto na grubość pół centymetra, nadziewać pierożki, mocno sklejać. Układać na blachę zlepianiem do góry, smarować jajem i posypywać kminkiem. Piec na złoty kolor w temperaturze 180°C.

Cesto: 50 dkg celozrnnej pšeničnej múky, 50 dkg hladkej múky, 10 dkg droždja, 2 žltky, 1 vajce, 0,5 litra mlieka, 1 lyžica cukru, 1 plochá lyžička soli, 3 lyžice oleja;

Plnka: 1 kg kyslej kapusty, 30 dkg šampiňónov alebo iných húb, 2 cibule, 15 dkg bôčiku, soľ, čierne korenje.

Mleko trocha zohrejeme, pridáme cukor, drożdžie a múku v takom množstve, aby kvások mal hustotu smotany. Odstavíme ho na teplé miesto. Vykysnutý kvások vymiešame s ostatnými surovinami na cesto, na konci dodáme olej. Cesto by malo zdvojnásobiť svoj objem. Uvaríme kapustu, poriadne z nej vytlačíme vodu a posekáme ju. Cibuľu udusíme s posekanými šampiňónmi. Schladíme bôčik, pokrájame ho na drobné kocky a vytopíme. Všetky suroviny, pripravené na plnku, okoreníme a premiešame. Vyvalkáme cesto na hrúbku pol centimetra, plníme pieročky, ktoré lepíme. Układáme ich na plech zlepenu časťou nahor, potrieme ich vajíčkom a posypeme rascou. Pečieme dozlata pri teplote 180°C.

PIEROGI RAZOWE PIECZONE II PEČENÉ CELOZRNÉ PIROHY II.

Przepis: Aniela Stec, Olchowce
Recept: Aniela Stecová, Olchowce

Skladniki: Ciasto: 1 kg mąki razowej, pszennej (zboże mielone w żarnach), 30 g tłuszczu (masło), 1 jajko.

Farsz: 1 cebula usmażona, 1 kg kaszy gryczanej, 1 łyżeczka soli, 1 łyżeczka pieprzu.

Kaszę ugotować z dodatkiem odrobiny soli i tłuszczu. Cebulę pokroić w drobną kostkę, podsmażyć na patelni. Z ugotowaną kaszą wymieszać cebulę, doprawić solą i pieprzem. Ciasto zagnieść. Odkrajać i rozwałkować do grubości około 0,5 cm. Wykrawane np. szklanką okręgi, napełniać farszem i zlepiać. Ciasto powinno mieć taką konsystencję, aby łatwo się sklejało. Pierogi układać na blaszkę, na tłuszczu, piec w piekarniku 20 minut.

Cesto: 1 kg celozrnnej múky zmiešanej s hladkou, 30 g masti (masla), 1 vajce.

Plnka: 1 cibuľa, 1 kg pohánky, 1 lyžička soli, 1 lyžička čierneho korenja.

Pohánku uvaríme s masťou a štipkou soli. Cibuľu pokrájame na drobné kocky, osmažíme ju na panvici. Vymiešame ju s uvarenou pohánkou, dochutíme soľou a čiernym korením. Vymiesime cesto. Rozdelíme ho a vyvalkáme na hrúbku asi 0,5 cm. Vykrojíme povedzme pohárom kolieska, dávame plnku a lepíme. Cesto by malo mať takú vláčnu konzistenciu, aby sa ľahko lepilo. Pirohy układáme na vymastený plech a pečieme v rúre 20 minút.

PIEROGI RUSKIE RUSKÉ PIROHY I.

Przepis: członkinie Koła Gospodyń Wiejskich z Równego
(Beskid Dukielski)

Recept Spolku vidieckych gazdín z Rovného (Duklianske Beskydy)

Skladniki: Ciasto: 60 dag mąki, 1 jajo, 1 szklanka wody; farsz: 1,2 kg ziemniaków, 30 dag białego sera, 2 łyżki masła, 2 cebule, 10 dag boczku, sól, pieprz ziołowy.

Ugotować ziemniaki. Gorące zemleć i wystudzić. Do ziemniaków dodać pokrojoną w kostkę, zrumienioną cebulę, pokruszony widelcem ser, przyprawy – dokładnie połączyć. Z przesianej mąki, jaj i letniej wody zarobić luźne ciasto. Gdy nadzienie jest gotowe, ciasto rozwałkować i wykroić krążki. Nakładać nadzienie, zlepiając dobrze brzegi. Zlepione pierogi układać na posypanej mąką desce. Pokroić boczek w kosteczkę i podsmażyć. Pierogi gotować we wrzącej osolonej wodzie w jednej warstwie. Po ugotowaniu przelać zimną wodą. Podawać polane wytopionym boczkiem.

Cesto: 60 dkg hladkej múky, 1 vajce, 1 pohár vody;

Plnka: 1,2 kg zemiakov, 30 dkg tvarohu, 2 lyžice masla, 2 cibule, 10 dkg slaniny, soľ, zmes korenin (koriander, rasca, majorán, horčičné semeno, bobkový list, štiplavá paprika).

Uvaríme zemiaky. Horúce pomelieme a dáme ich vychladnúť. K zemiakom pridáme na kocky pokrájanú a osmaženú cibuľu, rozmrvený tvaroh a zmes korenín. Plnku dobre vymiešame. Z preosiatej múky, vajca a letnej vody pripravíme vláčne cesto. Cesto vyvalkáme a vykrojíme kolieska. Nakladáme plnku a lepíme okraje koliesok. Hotové pirohy ukladáme na dosku posypanú múkou. Pokrájame slaninu na kocky a osmažíme ich. Pirohy varíme vo vriacej osolenej vode. Keď sú uvarené, polejeme ich studenou vodou. Podávame omastené slaninou.

PIEROGI RUSKIE Z MIĘTĄ RUSKÉ PIROHY S MÄTOU

Przepis: członkinie Koła Gospodyń Wiejskich z Równego (Beskid Dukielski)

Recept: Spolku wiedeckich gazdń z Równego (Duklianske Beskydy)

Skladniki: Ciasto: 60 dag mąki, 1 szklanka mleka, 1 łyżka oleju, 1 jajko, sól; farsz: 0,5 kg białego sera, 0,5 kg ugotowanych ziemniaków, 1 cebula, 2 łyżki masła, 1 szklanka śmietanki, listki mięty pieprzowej, sól, pieprz ziółowy.

Z podanych składników wykonać pierogi jak w poprzednim przepisie, z tą różnicą, że nadzienie przyprawić drobno posiekaną miętą. Pierogi maścić masłem usmażonym ze śmietanki lub samą śmietanką.

Cesto: 60 dkg hladkej múky, 1 pohár mlieka, 1 lyžica oleja, 1 vajce, soľ; Plnka: 0,5 kg tvarohu, 0,5 kg uvarených zemiakov, 1 cibula, 2 lyžice masla, 1 pohár sladkej smotany, mäťové listy, soľ, zmes korenín (koriander, rasca, majorán, horčičné semeno, bobkový list, štipľavá paprika).

Z uvedených surovín pripravíme pirohy podľa predchádzajúceho receptu, ibaže do plnky pridáme nadrobno posekané mäťové listy. Pirohy omastíme maslom alebo polejeme sladkou smotanou.

PIEROGI TARTE ZEMIAKOVÉ ŠŪBKY

Przepis: wieś Łączki (gmina Lesko)

Recept: dedina Łączki (obec Lesko)

Skladniki: 2 kg ziemniaków, 1 kg ziemniaków gotowanych, 1 łyżka soli, 150 g masła.

Ziemniaki zetrzeć na tarce. Trochę ziemniaków ugotować na farsz. Tarte ziemniaki odcisnąć przez ścierkę, dodać sól, pieprz i jajko. Wyrobić na jednolitą masę. Formować podłużne pierogi w dłoniach. Nakładać niewielką ilość farszu z ugotowanych, przyprawionych i pomaszczonych ziemniaków. Gotować do miękkości ciasta tartego. Podawać z tłuszczem lub śmietaną.

Komponenty: 2 kg zemiakov, 1 kg uvarených zemiakov, 1 vajce, 150 g masla, 1 lyžica soli, čierne korenje.

Postrúhame surové zemiaky, z ktorých cez utierku vytlačíme šťavu, pridáme soľ, čierne korenje a vajce. Vymiešame cesto na jednoliatu masu. Rukami sformujeme šŭlky, ktoré plníme malým množstvom plnky pripravenej z uvarených, okorených a omastených zemiakov. Šŭlky uvaríme v osolenej vode. Podávame ich s masťou alebo kyslou smotanou.

PIEROGI Z KAPUSTĄ I SEREM PIROHY S KAPUSTOU A TVAROHOM

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich z Równego (Beskid Dukielski)

Recept: Spolku wiedeckich gazdń z Równego (Duklianske Beskydy)

Skladniki: Ciasto pierogowe, takie jak do pierogów ruskich; farsz: 1 główka kapusty, 2 cebule, 30 dag sera białego, sól, pieprz.

Kapustę oczyścić podzielić na ćwiartki i zalać wrzącą osoloną wodą, ugotować. Osączyć dokładnie kapustę z wody, posiekać, połączyć ze zrumienioną cebulą. Gdy kapusta będzie wystudzona, dodać pokruszony widelcem ser. Nadzienie przyprawić do smaku. Rozwałkować ciasto. Na wykrojone krążki nakładać nadzienie, dokładnie zlepiać pierogi i odkładać na posypaną mąką deskę. Gotować w jednej warstwie we wrzącej osolonej wodzie. Ugotowane pierogi przelać zimną wodą i polać zrumienionym masłem. Jako omastę do tych pierogów gospodynie stosują wysmażoną na maśelko śmietankę, potrawa ta ma wtedy specyficzny smak.

Cesto: rovnaké ako pri ruských pirohoch;

Plnka: 1 hlávka kapusty, 2 cibule, 30 dkg tvarohu, soľ, čierne korenje.

Očistíme kapustu, rozštvrtíme ju a zalejeme vriacou osolenou. Kapustu, posekáme scedíme vodou varíme ju a zmiešame s na kocky pokrájanou osmaženou cibuľou. Keď kapusta vychladne, primiešame k nej rozdrobený tvaroh. Plnku okoreníme podľa uváženia. Vyvalkáme cesto. Na vykrojené kolieska nakladáme po troche plnky, lepíme pirohy a odkladáme ich na dosku posypanú múkou. Varíme ich vo vriacej osolenej vode. Uvarené pirohy prelejeme studenou vodou a polejeme osmaženým maslom. Na omastenie pirohov používajú gazdiné aj sladkú smotanu vliatu do oparženého masla, vtedy má jedlo špecifickú chuť.

PIEROGI Z KAPUSTĄ I KASZĄ JĘCZMIENNĄ PIROHY S KAPUSTOU A KRÚPAMI

Przepis: Teresa Dwornicka, Jałowe (gmina Ustrzyki Dolne)

Recept: Teresa Dwornicka, Jałowe (obec Ustrzyki Dolne)

Ciasto: 1 szklanka wody, 1 jajko, 2 łyżki oleju, 600 g mąki pszennej; Farsz: 1 kg kapusty słodkiej, 200 g cebuli, 1 łyżka smalcu, pieprz, sól, pół szklanki kaszy jęczmiennej.

Kapustę ugotować, odcedzić, potem ją posiekać. Cebulę skroić w kostkę, podsmażyć, połączyć z kapustą, poddusić na ogniu, doprawić do smaku, połączyć z ugotowaną wcześniej kaszą. Przystudzonym farszem nadziewać pierogi, gotować do wypłynięcia.

Cesto: 1 pohár vody, 1 vajce, 2 lyžice oleja, 600 g hladkej múky;

Plnka: 1 kg sladkej kapusty, 200 g cibule, 1 lyžica masla, čierne korenje, soľ, pol pohára jačmenných krúp.

Uvaríme kapustu, scedíme ju a posekáme. Cibuľu pokrájame na kocky, osmažíme a dáme do kapusty, ktorú podusíme na sporáku, dochutíme korením a pridáme do nej predtým uvarené krúpy. Vychladnutou plnkou plníme pirohy, ktoré varíme, až kým nevyplávajú.

PIEROGI Z KAPUSTĄ I ZIEMNIAKAMI PIROHY S KAPUSTOU A ZEMIAKMI

Przepis: Cisna
Recept: Cisna

Składniki: 1 kg mąki, 1 kg ziemniaków, 3 łyżki kopyate kapusty, 2 jajka, 1 cebula, 100 g masła.

Przygotować ciasto na pierogi. Farsz: ziemniaki ugotować, zemielić i dodać ugotowaną kapustę (na 1 kg ziemniaków 3 kopyate łyżki kapusty ugotowanej i odcisniętej), podsmażoną cebulkę. Pierogi lepić i ugotować jak „pierogi ruskie”

Komponenty: 1 kg hladkej múky, 1 kg zemiakov, 3 vrchovaté lyžice kapusty, 2 vajca, 1 cibula, 100 g masla.

Prípravíme cesto na pirohy. V prípade plnky zomelieme uvarené zemiaky a pridáme uvarenú, posekanú kapustu (na 1 kg zemiakov 3 vrchovaté lyžice uvarenej a scedenej kapusty), na kocky pokrájanú osmaženú cibuľu. Lepíme pirohy a varíme ich ako tzv. ruské pirohy.

PIEROGI Z KASZĄ GRYCZANĄ PIROHY S POHÁNKOU

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligrod, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Ciasto: 35 dag mąki, jajko, ok. 2/3 szklanki letniej wody, sól;

Nadzienie: 10 dag kaszy gryczanej, 2 dag tłuszczu do kaszy, 30 dag ziemniaków, 15 dag sera twarogowego, 10 dag cebuli, tłuszcz, sól, pieprz do smaku, 10 dag słoniny.

Kaszę opłukać, zalać wrzącą, osoloną wodą (szklanka) z dodatkiem tłuszczu, zagotować mieszając. Naczynie z kaszą wstawić do większego naczynia z wrzącą wodą i ugotować na parze. Ziemniaki umyć, obrać opłukać, zalać wrzącą wodą i ugotować. Zemielić razem z serem, wymieszać z kaszą oraz drobno pokrojoną i usmażoną cebulą, doprawić do smaku. Zrobić ciasto pierogowe i wykrawać szklanką krążki. Nakładać nadzienie i lepić pierogi. Po ugotowaniu okraszyć skwarkami.

Cesto: 35 dkg hladkej múky, vajce, asi 2/3 pohára letnej vody, sol;

Plnka: 10 dkg pohánky, 2 dkg masť na pohánku, 30 dkg zemiakov, 15 dkg tvarohu, 10 dkg cibule, masť, sol, čierne koren timer podľa chuti, 10 dkg slaniny.

Premyjeme pohánku, zalejeme ju pohárom vriacej, osolenej vody, pridáme masť a pohánku pri miešaní privedieme do varu. Potom nádobu s pohánkou vložíme do väčšieho hrnca s vriacou vodou a takto ju uvaríme domäkka. Očistíme zemiaky a opláchneme, zalejeme ich vriacou vodou a uvaríme. Potom zemiaky pomelieme s tvarohom, vymiešame ich s pohánkou a nadrobno pokrájanou a osmaženou cibuľou. Plnku okoreníme podľa chuti. Pripravíme pirohové cesto a pohárom vykrajujeme kolieska. Plníme a lepíme pirohy. Keď sú uvarené, ozdobíme ich škvarkami.

PIEROGI Z KISZONĄ KAPUSTĄ PIROHY S KYSLOU KAPUSTOU

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszczaková – Tradičné lemkovské jedlá

Składniki: 1 kg kiszzonej kapusty, 1 cebula, łyżeczka soli, pół łyżeczki pieprzu, 0,5 kg mąki pszennej.

Kiszoną kapustę wycisnąć, przemyć i ugotować. Potem odłożyć na cedzak, żeby ściekła, drobno posiekać lub zemielić w maszynce. Przygotowaną kapustę dusić do gotowości, dodając trochę tłuszczu i wody. Potem dodać podsmażoną cebulę, sól, pieprz i ponownie podsmażyć, żeby kapusta trochę podeschła. Zagnieść ciasto i zrobić wareniki. W taki sposób można zrobić również pierogi ze świeżej kapusty.

Komponenty: 1 kg kyslej kapusty, 1 cibula, lyžička soli, pol lyžičky čierneho koren timer, 0,5 kg hladkej múky.

Odšťavíme kyslú kapustu, premyjeme ju a uvaríme. Potom ju scedíme, kapustu posekáme nadrobno alebo ju zomelieme na mlynčeku. Takto pripravenú kapustu dusíme domäkka pridaním malého množstva masť a vody. Nakoniec pridáme na kocky pokrájanú osmaženú cibuľu, sol, čierne koren timer, pričom kapustu opäť po odparení vody prismažíme. Vymiesime cesto a urobíme pirohy. Takým spôsobom môžeme pripraviť pirohy aj s novou, sladkou kapustou.

PIEROGI Z SEREM PIROHY S TVAROHOM

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszczaková – Tradičné lemkovské jedlá

Składniki: ½ kg twarogu, 1 jajko, 1 łyżeczka soli, pół łyżeczki pieprzu, ½ kg mąki pszennej.

Świeży ser dobrze zetrzeć, dać jajko, sól i wszystko dokładnie wymieszać. Przesiać 500 g pszenicznej mąki, dodać jajko, posolić i na wodzie zagnieść na twarde ciasto, wykonać pierogi i ugotować. Pierogi można robić na słodko, dodając cukru do sera.

Komponenty: 0,5 kg tvarohu, 2 vajcia, 1 lyžička soli, pol lyžičky čierneho koren timer, 0,5 kg hladkej múky.

Podrvíme čerstvý tvaroh, dáme vajce, sol, čierne koren timer a dobre vymiešame. Preosejeme 500 g hladkej múky, pridáme vajce, osolíme a pridaním vody vymiesime tvrdé cesto. Urobíme pirohy a uvaríme ich (pirohy treba vkladat do vriacej vody). Môžeme ich pripraviť nasladko, s pridaním cukru do tvarohu.

PIEROGI Z TARTYCH ZIEMNIAKÓW GUBKY ZO STRÚHANÝCH ZEMIAKOV

Przepis: Aniela Stec, Olchowce
Recept: Aniela Stecová, Olchowce

Składniki: 2 kg ziemniaków, ½ kg mąki, 2 jajka, 1 kg kapusty kiszzonej, ½ kg twarogu, pół łyżki soli, 1 cebula, 100 g masła.

Ziemniaki zetrzeć na tarce, odcisnąć z wody, dodać mąkę i sól, zagnieść na ciasto, zrobić farsz z kapusty i twarogu. Z ciasta uformować placki, nadziewać farszem, zawinąć w kule i gotować. Ugotowane pierogi polać roztopionym tłuszczem ze skwarkami.

Komponenty: 2 kg ziemniaków, 0,5 kg hladkej múky, 2 vajcia, 1 kg kyslej kapusty, 0,5 kg tvarohu, pol łyżice soli, 1 cibula, 100 g masla.

Postrúhame zemiaky, vytlačíme z nich vodu, pridáme soľ, múku, vajcia a vymiešame cesto. Pripravíme plnku z kapusty, tvarohu a na kocky pokrájanej osmaženej cibule. Z cesta formujeme malé placky, plníme ich a zvjijame do guliek, ktoré varíme. Uvarené gulky polejeme roztopenou masťou so škvarkami.

PIETRUSZANKA PETRŽLENOVÁ POLIEVKA

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: 3 duże korzenie pietruszki, 1 pęczek zielonej pietruszki, 2 duże łyżki masła lub smalcu, 2 łyżki mąki, 2 litry wody, sól.

Obraną i pokrojoną pietruszkę gotować około 30 minut, dodać złotą zasmażkę, zagotować. Posypać obficie posiekaną natką pietruszki. Podawać z ziemniakami.

Komponenty: 3 veľké petržleny, 1 zväzok petržlenovej vňate, 2 lyžice masla alebo masti, 2 lyžice hladkej múky, 2 l vody, soľ.

Očistený a pokrájaný petržlen varíme približne 30 minút, pridáme zlatistú zápražku. Keď polievka vrie, odstavíme ju. Hojne posypeme posekanou petržlenovou vňatou. Polievku podávame so zemiakmi.

PŁACKI ZIEMNIACZANE ZEMIAKOVÉ PŁACKY

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: 1,5 kg ziemniaków, 2 cebule, 1 jajo, 3 łyżki mąki, sól, pieprz, olej, smalec – do smażenia.

Obrane ziemniaki i cebulę zetrzeć na miazgę. Dodać jajko, sól, pieprz oraz tyle mąki, aby związać wypływający sok ziemniaczany. Smażyć na rozgrzanym tłuszczu nieduże cienkie placki, rumieniąc je z obydwu stron. Dawniej placki smażono bez tłuszczu na płycie kuchennej, gdy w domu była śmietana smarowano nią placki i wkładano je na chwilę do rondla, aby „oddały”. Gospodynie z różnych domostw naszego regionu urozmaicają smak placków, dodając do masy ziemniaczanej startą cukinię, posiekaną kiszoną kapustę, pokrojoną kielbasę, skwarki z boczku lub słoniny, drożdże. Stosują różne przyprawy: majeranek, roztarty czosnek, paprykę, bazylię, rozmaryn. Chętnie są spożywane duże placki ziemniaczane, smażone na powierzchni całej patelni, składane na połowę i nadziewane: duszonymi pieczarkami lub innymi świeżymi grzybami, kapustą duszoną z cebulą lub grzybami, duszonym mięsem.

Komponenty: 1,5 kg zemiakov, 2 cibule, 1 vajce, 3 lyžice hladkej múky, soľ, čierne korenje, olej a masť na smaženie.

Očistené zemiaky a cibulu postrúhame najemno. Pridáme vajce, soľ, čierne korenje a tolko múky, aby sa zemiaková šťava nedostávala na povrch. Malé tenké placky smažíme z oboch strán na rozpálenej masti s olejom.

Kedysi boli placky smažené bez oleja priamo na peci. Keď bola doma k dispozícii smotana, natierala sa na placky, ktoré sa na chvíľu vkladali do kastroľa, aby boli kypré. Gazdiné v rôznych domácnostiach tohto regiónu spestrujú chuť placiek tým, že do zemiakovej masy pridávajú postrúhanú cuketu, posekanú kyslú kapustu, pokrájanú klobásu, škvarky z bôčika alebo slaniny, drożdžie. Používajú rôzne koreniny ako majorán, rozotretý cesnak, mletá paprika, bazalka, rozmarín. Veľmi obľúbené sú zemiakové placky, smažené na celom povrchu panvice. Skladajú sa totiž na polovicu a sú plnené duseným mäsom, dusenými šampiňónmi či inými čerstvými hubami, prípadne kapustou dusenou s cibulou alebo hubami.

PŁACKI ZIEMNIACZANE – BANDURJANKI ZEMIAKOVÉ PŁACKY (BANDURJANKY)

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszcaková – Tradičné lemkovské jedlá

Składniki: 1 kg ziemniaków, 2 jajka, 2 łyżki mąki, pół łyżki soli, 1 szklanka śmietany.

Surowe, oczyszczone ziemniaki zetrzeć na tarce, dodać sól, jajko, 1–2 łyżki mąki i wszystko dobrze wymieszać. Przygotowaną masę łyżką kłaść na patelnię z rozgrzanym olejem i obsmażyć z obu stron. Podawać ze śmietaną albo masłem. Do kartoflanej masy czasem dodawano ser, kabaczki albo dynię. W górach pieczono bandurjanki w piecu chlebowym, na liściach ze świeżej kapusty lub klonu.

Komponenty: 1 kg zemiakov, 2 vajcia, 2 lyžice hladkej múky, pol lyžice soli, 1 pohár kyslej smotany.

Surové očistené zemiaky postrúhame, dodáme soľ, vajcia, 1-2 lyžice hladkej múky a všetko dobre vymiešame. Pripravenú masu kladieme lyžicou na rozpálený olej v panvici, placky smažíme z oboch strán. Podávame so smotanou alebo maslom. Občas sa do zemiakovej masy zamieša tvaroh, postrúhaná cuketa či tekvica. V horskom prostredí sú bandurjanky pečené v peci na chlieb, a to na čerstvých kapustných alebo javorových listoch.

PŁACUSZKI „ŚMIETANOWCE” PŁACKY SMOTANOVCE

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: 3 szklanki mąki pszennej, 1 szklanka mąki gryczanej, 6 białek, 2 szklanki śmietany 30%, 1 szklanka mleka, 3 łyżki masła, 3 dag drożdży, 1 łyżka cukru, sól, olej, cukier puder.

W jednej szklance ciepłego mleka rozprowadzić drożdże, sól, cukier, mąkę gryczaną i pozostawić do wyrośnięcia. Wyrośnięty rozczyń połączyć z resztą składników i roztopionym masłem. Pod koniec dodać ubitą pianę z białek. Rozgrzać na patelni tłuszcz, łyżką formować placuszki i smażyć je z obu stron na rumiano. Podawać posypane cukrem pudrem, z dżemem, konfiturami lub bitą śmietaną ze świeżymi owocami.

Komponenty: 3 poháre hladkej múky, 1 pohár pohánkovej múky, 6 bielok, 2 poháre šľahačkovej smotany, 1 pohár mlieka, 3 lyžice masla, 3 dkg drożdžia, 1 lyžica cukru, soľ, olej, práškový cukor.

V teplom mlieku rozriedime drożdžie, soľ, cukor, pohánkovú múku a dáme vykysnúť kvások. Doň pridáme hladkú múku a roztopené maslo. Keď miešame cesto, pridávame penu vyšľahanú z bielkov. Rozpálime olej na panvici, lyžicou naň kladíme cesto, formujeme placky, ktoré smažíme dozlatista z oboch strán. Placky podávame posypané práškovým cukrom, s lekvárom, dżemom, čerstvými ovocím či šľahačkou.

PLASKANKA SEROWA TVAROHOVÁ PLASKANKA

Przepis: Cisna
Recept: Cisna

Składniki: 0,75 kg twarogu zmielonego, 5 jaj, pół łyżeczki kminku, sól do smaku.

Do zmielonego sera dodać żółtka i białka ubite na pianę, kminek i sól do smaku. Dokładnie wymieszać i zapiec na żółty kolor. Podawać pokrojoną w plasty.

Komponenty: 0,75 kg pomletého tvarohu, 5 vajec, pol lyžičky rasce, soľ podľa chuti.

Do pomletého tvarohu pridáme vajcia vyšľahané na penu, rascu a soľ podľa chuti. Masu poriadne vymiešame a upečieme dozlatista vo forme. Plaskanku podávame pokrájanú na pláty.

POBOŻNIAK / POBOŻNIAK

Przepis: Olga Sokół, Lubatowa (Beskid Dukielski)
Recept: Olga Sokółová, Lubatowa (Duklianske Beskydy)

Składniki: Ciasto: 1 kg mąki, 25 dag cukru, 3 jaja, 1,5 szklanki kwaśnej śmietany, 1 cukier waniliowy, 1 łyżka amoniaku.

Masa: 1 litr mleka, 1 szklanka mąki, 35 dag cukru, 35 dag masła, olejek rumowy.

Ciasto: mąkę przesiać, amoniak rozpuścić w niewielkiej ilości śmietany, dodać pozostałe składniki i zarobić ciasto. Podzielić na 9 części, rozwałkować, upiec w prodiżu cienkie placki. Masa: rozprowadzić mąkę w połowie szklanki zimnego mleka. Resztę mleka zagotować z cukrem, odstawić z ognia, wlać mąkę z mlekiem i zagotować. Ostudzić, połączyć z utartym masłem, dodać olejek rumowy. Przekładać masą po trzy placki. Ciasto najsmaczniejsze jest następnego dnia.

Cesto: 1 kg hladkej múky, 25 dkg cukru, 3 vajcia, 1,5 pohára kyslej smotany, 1 vanilínový cukor, 1 lyžica amónia.

Pnka: 1 l mlieka, 1 pohár hladkej múky, 35 dkg cukru, 35 dkg masla, rumová esencia.

K preosiatej múke pridáme amónium rozpustené v malom množstve smotany, cukor, vajcia, zvyšok smotany, vanilínový cukor a vymiešame cesto. Rozdelíme ho na 9 častí, ktoré vyvalkáme a upečieme v tortovej forme. Na plnku vymiešame múku v polovici pohára studeného mleka. Zvyšok mlieka uvaríme s cukrom, odstavíme ho zo sporáka, vlejeme doň múku s mliekom a opäť privedieme k varu. Potom mlieko s cukrom a múkou dáme schlaďiť, vymiešame ho s rozotretým maslom a rumovou esenciou. Hotovú plnku natierame na upečenú vrstvu a skladáme tak, aby vznikli tri koláče. Koláč je najchutnejší na druhý deň.

POLEWKA WIEJSKA VIDIECKA POLIEVKA

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: 1 litr zsiadłego mleka, 3 łyżki mąki, 2 litry wody, 1 szklanka śmietany 30%, sól, cukier.

Zsiadłe mleko roztrześć z mąką, wlać na gotującą się wodę i zagotować. Dodać przyprawy i zahartowaną gorącym płynem śmietaną, już nie gotować. Podawać z ziemniakami.

Komponenty: 1 l kyslého mlieka, 3 lyžice hladkej múky, 2 l vody, 1 pohár šľahačkovej smotany, soľ, cukor.

Kyslé mlieko rozhabarkujeme s múkou, vlejeme ho do vriacej vody a privedieme do varu. Keď pridáme soľ, cukor a smotanu zmiešanú s malým množstvom horúcej polievky, už nevaríme. Podávame so zemiakmi.

POSTNA JABŁCZANKA JABŁKOVÁ POLIEVKA

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: 1 kg jabłek, 1 szklanka mleka, 1 łyżka mąki, 2 litry wody, sól, cukier.

We wrzącej wodzie ugotować oczyszczone z gniazd nasienych jabłka. Wszystko przetrzeć przez gęste sito, zagęścić mąką połączoną z mlekiem i zagotować. Osłodzić i lekko osolić. Zupę można podawać gorącą lub schłodzoną. Dodatkami mogą być: ziemniaki, młody ugotowany bób lub grzanki. Smak zupy jest ciekawszy, gdy dodamy do niej otartą skórkę z cytryny, szczyptę cynamonu i wyciśniemy do niej trochę soku z cytryny.

Komponenty: 1 kg jabłk, 1 pohár mlieka, 1 lyžica hladkej múky, 2 l vody, soľ, cukor.

Vo vriacej vode uvaríme očistené jablká, zbavené jadrovníkov. Pretrieme ich cez husté sito, jablkovú kašu dáme späť do vody, pridáme múku vymiešanú v mlieku a polievku privedieme do varu. Osładíme

ju a mierne osolíme. Polievku môžeme podávať horúcu alebo studenú. Prílohou môžu byť zemiaky, mladý uvarený bôb alebo hrianky. Chuť polievky môžeme zaujímavo vylepšiť, ak pridáme postrúhanú citrónovú kôru, štipku škoric a trochu citrónovej šťavy.

PROZIAKI I / PROŽAKY I.

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich w Głębokiem (gmina Rymanów)
Recept: Krúžok dedinských gazdiniek v Głębokom (obec Rymanów)

Skladniki: 1 kg mąki pszennej, 1 łyżeczka sody, troszeczkę soli, kwaśne mleko (do dolewania do ciasta).

Wymieszać wszystkie składniki i podlewać kwaśnym mlekiem. Ciasto nie może być twarde, tylko bardzo elastyczne. Następnie robimy okrągłe placki i pieczemy na blaszce kuchennej. Jeśli mamy patelnię, na której można smażyć bez tłuszczu, można także na niej usmażyć proziaki.

Komponenty: 1 kg pseničnej múky, 1 lyžička sódy, trošku soli, kyslé mlieko (na dolievanie do cesta).

Rozmiešať všetky komponenty a podliať kyslým mliekom. Cesto nemôže byť tvrdé, iba veľmi elastické. Potom urobiť okrúhle placky a piecť na kuchynskom plechu. Ak máme panvicu, na ktorej sa dá piecť bez masti, tak možno aj na nej pražiť.

PROZIAKI II / PROŽAKY II. POSÚCHY Z KYSLÉHO MLIEKA

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Równie (Beskid Dukielski)
Recept: Spolku vidieckych gazdín z Rovného (Duklianske Beskydy)

Skladniki: 1 kg mąki, 2 jajka, 2 łyżki cukru, 2 i 1/2 szklanki kwaśnego mleka, 1 łyżeczka sody, 1 łyżeczka soli.

Mąkę przesiać z sodą, dodać resztę składników i zarobić luźne ciasto. Z ciasta zrobić rulon, pokroić w plastry, rozwałkować na grubość około 1,5 centymetra. Smażyć na rozgrzanej płycie kuchennej lub na patelni bez tłuszczu. Podawać z masłem i zimnym mlekiem.

Komponenty: 1 kg hladkej múky, 2 vajcia, 2 lyžice cukru, 2,5 pohára kyslého mlieka, 1 lyžička jedlej sódy, 1 lyžička soli.

Ide o placky, známe na celom Podkarpatsku. Gazdiné na vidieku ich všelijako upravovali, do cesta z múky, kyslého mlieka a jedlej sódy pridávali iné suroviny, napríklad smotanu, cmar alebo tvaroh, rôzny počet vajec či žĺtkov, maslo, cukor. Vždy smažili na inej masti. Posúchy boli väčšinou podávané s čerstvo pripraveným maslom, tvarohom alebo marmeládou. Pilo sa k nim prevažne studené sladké mlieko.

Múku preosejeme s jedlou sódou, pridáme k nej ostatné suroviny a urobíme vláčne cesto. Cesto vytvarujeme do valca, z ktorého odkrajujeme pláty. Tie valkáme na hrúbku zhruba 1,5 cm. Pečieme na rozpálenej sporákovvej platni alebo v panvici bez masti. Podávame s maslom a studeným mliekom.

PROZIAKI III / PROŽAKY III.

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Haczów
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Haczów

Skladniki: 1 kg mąki, 2–3 jaja, 1 łyżka sody, 1/2 łyżeczki proszku do pieczenia, 4 łyżki cukru soli – na koniec łyżeczki, kwaśne mleko lub śmietanę, ¼ szklanki oleju.

Wszystkie składniki połączyć, zarobić dokładnie. Ma wyjść ciasto wolniejsze niż wyrabia się na pierogi. Po wyrobieniu rozwałkować, pokroić na prostokąty lub kwadraty. Piec w piekarniku lub na gorącej płycie kuchennej. Można je podawać posmarowane masłem lub powidłem śliwkowym z mlekiem – na śniadanie.

Komponenty: 1 kg múky, 2–3 vajcia, 1 polievková lyžica sódy, 1/2 čajovej lyžičky prášku do pečiva, 4 polievkové lyžice cukru, 1/2 lyžičky soli – na koniec lyžičky, kyslé mlieko alebo smotanu, 1/4 pohára oleja.

Všetky suroviny dáme dohromady a dôkladne vymiesime. Cesto by malo byť vláčnejšie ako na pirohy. Po vymiesení rozgúľame a pokrájame na obdĺžniky alebo štvorce. Pečieme v rúre alebo na rozpálenej platni. Prožaky môžeme podávať potreté maslom alebo slivkovým lekvárom s mliekom – na raňajky.

PROZIAKI IV / PROŽAKY IV.

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Haczów
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Haczów

Skladniki: 1 kg mąki, ½ l kwaśnego mleka, ½ łyżki soli, 3 łyżki cukru, 1 łyżka kopiata sody.

Zarobić ciasto, poczekać aż podrośnie. Można lekko rozwałkować, pokroić w kwadraty i piec na blasze w piekarniku lub smażyć na patelni na oleju. Można także piec na kuchni na drzewo.

Komponenty: 1 kg múky, ½ l kyslého mlieka, ½ lyžičky soli, 3 polievkové lyžice cukru, 1 polievková lyžica sódy.

Všetko dôkladne vymiesime. Rozgúľame a pokrájame na obdĺžniky alebo štvorce. Pečieme v rúre alebo na rozpálenej panvici. Môžeme takisto piecť na dreve.

PROZIAKI Z SEREM POSÚCHY S TVAROHOM

Przepis: Maria Wojnar, Dukla (Beskid Dukielski)
Recept: Mária Wojnarová, Dukla (Duklianske Beskydy)

Skladniki: 1 kg mąki, 20–30 dag białego sera, 1 całe jajo, 2 żółtka, 2 szklanki kwaśnego mleka, 1 łyżka cukru, 1 łyżeczka soli, 1 płaska łyżeczka sody.

Mąkę przesiać z sodą, dodać pozostałe składniki i zarobić kwaśnym mlekiem ciasto. Uformować wałek, pokroić go w plastry, rozwałkować owalne placki o grubości 1 centymetra. Smażyć z obu stron na skraju blachy kuchennej tak, by ich nie przypalić. Wspaniale smakują posmarowane świeżym masłem i popijane mlekiem lub zbożową kawą z mlekiem.

Komponenty: 1 kg hladkej múky, 20–30 dkg tvarohu, 1 celé vajce, 2 žltky, 2 poháre kyslého mlieka, 1 lyžica cukru, 1 lyžička soli, 1 plochá lyžička jedlej sódy.

Preosejeme múku s jedlou sódou, pridáme ostatné suroviny a vymiesime cesto. Sformujeme valec, pokrájame ho na pláty, ktoré valkáme na oválne placky s hrúbkou 1 cm. Pečieme ich z oboch strán na okraji sporákovej platne tak, aby sa nepripáli-li. Veľmi chutia, ak sú omastnené čerstvým maslom a zapíjané mliekom alebo bielou kávou.

PRYZMAK SEROWY SYROVÁ POCHÚTKA

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich Malinówka (gmina Haczów)
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Malinówka (obec Haczów)

Skladniki: 60 dag zóltého sera v kawałku, ½ kostki masla, 2 serki topio-ne kremowe, 40 dag kielbasy lub szynki konserwowej, 4 jajka ugotowane na twardo, pečezek szczypiorku.

Zagotowujemy taką ilość wody, aby ser po włożeniu był nią przykryty. Garnek zdejmujemy z ognia. Wkładamy ser i zostawiamy w wodzie na 40 min.

Masło ucieramy z serkiem topionym. Wędlinę i jajka kroimy w kostkę. Szczypiorek drobno siekamy. Wszystkie składniki dodajemy do masy maślano-serowej, mieszamy. Żółty ser wyjmujemy z wody, dobrze odcedzamy i rozwałkowujemy, uważając by nie powstały dziury. Rozsmarowujemy farsz i od razu zawijamy. Roladę owijamy w folię i wkładamy do lodówki na noc.

Komponenty: 60 dkg žltého syra v kúsku, ½ kocky masla, 2 tavené syrky krémové, 40 dkg klobásy alebo konzervovej šunky, 4 vajca uvarené na tvrdo, zväzok pažitky.

Varte také množstvo vody, aby syr po vložení bol ňou prikrytý. Hrnček snímte z ohňa. Vložte syr a nechajte ho vo vode na 40 min. Maslo miešajte s taveným syrom. Údeninu a vajčka pokrájajte na kocky. Pažitku na drobno posekajte. Všetky suroviny pridajte do maslovo-syrovej plnky, miešajte. Žltý syr vyberte z vody, dobré odcedte a rozvalkajte, dávajte pozor aby nevznikli diery. Plnku natrite a hneď zaviňte. Roládu zaviňte fóliou a vložte na noc do chladničky.

PYZY DROŻDZOWE Z GRZYBAMI KYSNUTÉ KNEDLIČKY S HUBAMI

Przepis: Grażyna Kłap, Równe (Beskid Dukielski)
Recept: Grażyna Kłapová, Rovné (Duklianske Beskydy)

Skladniki: Ciasto: 50 dag mąki, 4 dag drożdży, 2 jaja, 1 szklanka mleka, 1 łyżka masła, 1 łyżeczka cukru, sól.

Farsz: 70 dag świeżych grzybów (pieczarki, rydze, maślaki), 1 cebula, 10 dag masła, sól, pieprz.

Grzyby dokładnie oczyścić, szybko wypłukać w zimnej wodzie, aby nie wchłonęły zbyt dużo płynu. Cebulę pokroić w kosteczkę, zeszklić na masle, dodać drobno pokrojone grzyby i przyprawy – dusić do miękkości. Zredukować płyn. Przyprawić do smaku. Sporządzić ciasto. Mleko ogrzać, dodać drożdże, cukier i szklankę mąki. Pozostawić w ciepłym miejscu do wyrośnięcia.

Gdy rozczyn podrośnie dodać jajo, resztę mąki i na końcu roztopione masło. Wyrośnięte ciasto przerobić i uformować wałek. Pokroić wałek na niezbyt duże kawałki, brać je w dłonie formując kulki. Wyrośnięte kulki rozplaszczyc w dloniach, nadziewać grzybami i formować kulki. Duży rondel napełnić do połowy wodą, przykryć gazą i mocno ją obwiązać, by utworzyła się równa powierzchnia. Na gazę luźno układać wyrośnięte pyzy, nakryć je szczelnie dużą pokrywką lub metalową miską. Gotować na parze około pół godziny. Podawać z przyprawioną śmietaną lub sosami.

Cesto: 50 dkg hladkej múky, 4 dkg droždía, 2 vajcia, 1 pohár mlieka, 1 lyžica masla, 1 lyžička cukru, soľ.

Plnka: 70 dkg čerstvých húb (šampiňóny, rýdziky, masliaky), 1 cibula, maslo, soľ, čierne korenie.

Poriadne očistíme huby, premyjeme ich studenou vodou, necháme odkvapkať. Cibuľu pokrájame na kocky, osmažíme ju na masle, pridáme nadrobno posekané huby, okoreníme a dusíme domäkka, kým sa neodparí voda. Plnku odstavíme a prípadne ešte okoreníme podľa chuti.

Pripravíme cesto. Zohrejeme mlieko, dáme doň drożdžie, cukor a pohár múky. Dáme vykysnúť na teplé miesto. Keď kvások narastie, pridáme doň vajcia, soľ, zvyšok múky a miesime. Neskôr primiešame aj roztopené maslo. Vykysnuté cesto opäť premiesime a vytvarujeme valec, ktorý pokrájame na nevelké pláty. Z nich v rukách formujeme guľky. Znova vykysnuté guľky sploštíme, plníme ich hubovou plnkou a modelujeme guľky. Veľký kastról naplníme do polovice vodou, prikryjeme ho gázou a tú uviažeme tak, aby sa vytvoril jej rovný povrch. Na gázu ukladáme knedličky, prikryjeme ich vysokou pokrievkou alebo kovovou miskou. Varíme ich na pare asi pol hodiny. Podávame s okorenenu kyslou smotanou alebo s omáčkou.

PYZY NADZIEWANE FASOŁĄ ZEMIAKOVÉ KNEDLIČKY PLNENÉ FAZUBOU

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Skladniki: Ciasto: 1,5 kg ziemniaków, 1 łyżka mąki – do podsypiania, 15 dag słoniny, sól.

Farsz: 30 dag fasoli, 2 cebule, 2 łyżki smalcu, 1 jajo, pół łyżeczki zmielonego kminku, sól, pieprz, majeranek.

Namoczyć opłukaną fasolę w przegotowanej wodzie na około 12 godzin. Następnie ją ugotować i zemleć w maszynce. Połączyć z jajem i zrumienioną cebulą oraz przyprawić.

Sporządzić ciasto. Pół kilograma ziemniaków ugotować, przecisnąć przez praskę i wystudzić. Resztę ziemniaków obrać, zetrzeć na miazgę, odcisnąć. Odczekać do wytrącenia skrobi z odcisniętego soku ziemniaczanego, delikatnie zlać klarowny sok. Połączyć ugotowane ziemniaki, odcisniętą miazgę ziemniaczaną, skrobię z dna naczynia, sól i zarobić ciasto. Uformować wałek gruby na 4–5 centymetrów, pokroić go w plastry. Każdy plaster nadziewać farszem z fasoli, skleić i utoczyć kulkę.

Gotować w osolonej wodzie w jednej warstwie, od wypłynięcia na powierzchnię od 5 do 10 minut (zależnie od wielkości). Wymyć łyżką cedzakową, opłukać wrzątkiem i osączyć. Polać zrumienioną cebulą ze skwarkami.

Popularne są nadzienia z ugotowanego mięsa lub kiełbasy, z dodatkiem zrumienionej cebuli i pikantnych przypraw. Ciekawy smak mają pyzy nadziewane serem białym z cebulą, bryndzą lub nadzieniem z oscypków. Z samego ciasta można również wykonać pyzy bez nadzienia, nadając im kształt kuli. Aby zwiększyć wartość witaminową tego dania, należy podawać pyzy z surówkami, np. z czerwonej lub kwaszonej kapusty.

Cesto: 1,5 kg ziemniaków, 1 łyżka hladkej múky na posypanie dosky, 15 dkg slaniny, sol.

Plnka: 30 dkg fazule, 2 cibule, 2 łyżice masti, 1 vajce, pol lyžičky mletej rasce, sol, čierne korenje, majorán.

Namočíme premytú fazuľu do prevarenej vody približne na 12 hodín. Potom ju uvaríme, zomelieme na mlynčeku a pridáme do nej vajce, osmaženú cibulú, koreniny. Keď je plnka hotová, urobíme cesto. Uvaríme 0,5 kg zemiakov, ktoré pretlačíme cez lis, a dáme ich vychladnúť. Zvyšok zemiakov očistíme, postrúhame a vytlačíme z nich šťavu. Počkáme, kým v miske so zemiakovou šťavou nevypláva škrob, a opatrne vylejeme čiru šťavu. Zmiešame prelisované zemiaky, surovú zemiakovú dreň a škrob z dna misky, pridáme sol a vymiešame cesto. Sformujeme valec s priemerom asi 4-5 centimetrov, pokrájame ho na pláty. Každý plát plníme fazuľovou plnkou, lepíme a robíme guľky, ktoré varíme v jednej vrstve v osolenej vode, podľa veľkosti od 5 do 10 minút po vyplávaní na povrch. Guľky vyberáme cedidlovou naberačkou, preplachujeme vriacou vodou a dávame odkvapkať. Polejeme osmaženou cibulou so skvarkami.

Popularné sú plnky z uvareného mäsa alebo klobásy, pridaním osmaženej cibule a pikantných korenín. Knedličky majú zaujímavú chuť, ak sú plnené tvarohom s cibulou, bryndzou alebo plnkou z oštiepkov. Z cesta môžeme sformovať aj čisté guľky, teda knedličky bez plnky. Ak knedličky chceme obohatiť o vitamíny, treba ich podávať so šalátom, povedzme z červenej alebo kyslej kapusty.

RAGUCHY Z DYNÍ TEKVICOVÉ LIEVANCE

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Składniki: 30 dag dyni, 2 szklanki mąki, jajko, 3/4 szklanki zsiadłego mleka, łyżeczka sody, olej, sól, cukier puder.

Obrać dynię, zetrzeć na tarce jarzynowej. Dodać mąkę, sodę, jajko i mleko. Przyprawić i wymieszać. Kłaść łyżką placuszki na rozgrzany olej. Smażyć z obu stron. Podawać polane śmietaną lub posypane cukrem pudrem.

Komponenty: 30 dkg tekvice, 2 poháre hladkej múky, vajce, 3/4 pohára kyslého mlieka, lyžička jedlej sódy, olej, sol, práškový cukor.

Očistíme tekvicu, postrúhame ju nahrubo. Pridáme k nej múku, jedlú sódu, vajce a mlieko. Osolíme a vymiešame. Na rozpálený olej kladieme lyžicou cesto a smažíme malé placky z oboch strán. Podávame poliate smotanou alebo posypané práškovým cukrom.

RAGUCHY NA KWAŚNYM MLEKU Z JABŁKAMI LIEVANCE Z KYSŁÉHO MLIEKA A JABŁK

Przepis: Grażyna Kłap, Równe (Beskid Dukielski)
Recept: Grażyna Kłapová, Rovné (Duklianske Beskydy)

Składniki: 1 litr kwaśnego mleka, 60 dag mąki, 2 jaja, 1 łyżka cukru, pół łyżeczki soli, 2 łyżeczki proszku do pieczenia, 1 porcja cukru waniliowego, 1 kg jabłek, cukier puder do posypania, olej do smażenia.

W misce mleko połączyć z jajami, cukrem, solą, dodać przesianą z proszkiem do pieczenia mąkę, cukier waniliowy i dokładnie wyrobić ciasto o gęstości śmietany. Przed smażeniem dodać jabłka pokrojone w kostkę lub starte na grubej tarce. Łyżką metalową lub małą chochelką nabierać ciasto i formować na rozgrzanym tłuszczu małe racuszki. Smażyć na oleju dwa razy z każdej strony. Ciepłe posypać cukrem pudrem.

Komponenty: 1 l kyslého mlieka, 60 dkg hladkej múky, 2 vajcia, 1 lyžica cukru, pol lyžičky soli, 2 lyžičky kypriaceho prášku, 1 vanilínový cukor, 1 kg jablák, práškový cukor na posypanie, olej na smaženie.

V miske zmiešame mlieko s vajcami, cukrom, soľou, pridáme múku preosiatu s kypriacim práškom, vanilínový cukor a dôkladne vymiešame cesto, aby malo hustotu smotany. Pred smažením do cesta zamiešame jablká, pokrúpané na kocky alebo postrúhané nahrubo. Menšou naberačkou či kovovou lyžicou naberať cesto a na rozpálenom oleji formujeme malé lievance. Smažíme z oboch strán. Teplé lievance posypeme práškovým cukrom.

RAGUCHY ŚŁONE ZIEMNIACZANE ŚLANÉ ZEMIAKOVÉ LIEVANCE

Przepis: Olga Sokół, Lubatowa (Beskid Dukielski)
Recept: Olga Sokółová, Lubatowa (Duklianske Beskydy)

Składniki: 1,2 kg ziemniaków, 2 łyżki mąki, 5 jaj, pół szklanki kwaśnej śmietany, 1 łyżka masła, 5 dag drożdży, 1 cebula, sól, pieprz, smalec lub olej do smażenia.

Ziemniaki ugotować, przecisnąć przez praskę lub zemleć i wystudzić. Masło utrzeć z żółtkami, dodać ziemniaki, zrumienioną cebulę, śmietanę połączoną z drożdżami i mąkę. Masę przyprawić solą i pieprzem. Z białek ubić pianę i tuż przed smażeniem delikatnie połączyć z masą ziemniaczaną. Na rozgrzany tłuszcz łyżką wykładać porcje ciasta – smażyć złote placuszki. Podawać z pikantnymi sosami i surówkami.

Komponenty: 1,2 kg ziemniaków, 2 łyżce hladkej múky, 5 vajec, pol pohára kyslej smotany, 1 łyżca masła, 5 dkg drożdžia, 1 cibuľa, soľ, čierne korenie, masť alebo olej na smaženie.

Uvaríme zemiaky, pretlačíme ich cez lis alebo zomelieme a dáme vychladnúť. Maslo roztrepeme so žĺtkami, pridáme zemiaky, osmaženú cibuľu a smotanu vymiešanú s droždím a múkou. Masu dochutíme soľou a čiernym korením. Z bielkov vyšľaháme penu a tesne pred smažením ju opatrne vmiešame do zemiakovej masy. Na rozohriatu masť dávame lyžicou porcie cesta, lievance smažíme dozlatista. Podávame ich s pikantnou omáčkou alebo šalátom zo surovej zeleniny.

RACUSZKI PALCE LIZAĆ LIEVANCE PRSTY OBLIZOVAŤ

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich Malinówka (gmina Haczów)
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Malinówka (obec Haczów)

Składniki: 1/2 kg mąki, 1 łyżeczka proszku do pieczenia, 3 jajka, 3 łyżki cukru, 2 i 1/2 szklanki kwaśnego mleka, sól, cukier puder do dekoracji, 3 duże jabłka (około 30 dag).

Mąkę wymieszać z proszkiem do pieczenia, następnie dodać do niej jajka, cukier, kwaśne mleko i szczyptę soli. Wszystko razem zmiksować. Jabłka obrać ze skórki, pokroić w kostkę i dodać do masy. Wymieszać. Smażyć racuszki na oleju z dwóch stron. Ostudzić i posypać cukrem pudrem.

Komponenty: 1/2 kg múky, 1 lyžička prášku do pečiva, 3 vajcia, 3 lyžice cukru, 2 a 1/2 pohára kyslého mlieka, soľ, práškový cukor na ozdobenie, 3 veľké jablká (cca 30 dkg).

Múku zmiešame s práškom do pečiva, ďalej pridáme vajcia, cukor, kyslé mlieko a štipku soli. Všetko spolu zmixujeme. Jablká očistíme zo šupky, pokrájame na drobné kocky a pridáme do riedkeho cesta. Všetko spolu vymiešame. Lievance pečieme na oleji z oboch strán. Necháme vychladnúť a posypeme práškovým cukrom.

ROLADA Z DOMOWEGO SERA ROLÁDA Z TVRDÉHO SYRA

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich z Równego (Beskid Dukielski)
Recept: Spolku vidieckych gazdín z Rovného (Duklianske Beskydy)

Składniki: 50 dag żółtego sera, 50 dag pieczarek, 1 cebula, 1 łyżka masła, 1 marchew, sól, pieprz.

Pieczarki oczyścić, opłukać, pokroić. Na maśle zeszklić cebulę pokrojoną w kostkę, dodać pieczarki i startą na grubej tarce marchew, przyprawić do smaku. Wszystko poddusić na patelni. Ciepłą masę serową rozwałkować na ściereczce w kształt prostokąta o grubości 0,5 centymetra.

Na serowy prostokąt trzeba nałożyć farsz z pieczarek, całość zwinąć ścisły rulon. Wystudzić, kroić w skośne plastry, podawać z pieczywem.

Komponenty: 50 dkg tvrdého syra, 50 dkg šampiňónov, 1 cibuľa, 1 lyžica masla, 1 mrkva, soľ, čierne korenie.

Očistíme, umyjeme a posekáme šampiňóny. Na masle osmažíme cibuľu pokrájanú na kocky, pridáme k nej šampiňóny a nahrubo postrúhanú mrkvu. Všetko okoreníme podľa chuti a podušíme na panvici. Teplý syr vyvalkáme na utierke do tvaru obdĺžnika, na hrúbku 0,5 cm.

Na syrový obdĺžnik naložíme plnku zo šampiňónov a vytvoríme čo najtesnejší zvitok. Dáme ho vychladnúť. Roládu krájame šikmo na pláty, ktoré podávame s pečivom.

ROLADA Z KURCZAKA KURACIA ROLÁDA

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich Jasionów (gmina Haczów)
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Jasionów (obec Haczów)

Składniki: kurczak około 1,5 kg, 0,5 kg mięsa mielonego wieprzowego, 2 marchewki, 1 jajko, Vegeta, sól, pieprz, papryka słodka w torebce.

Kurczaka umyć, wyluzować kości, rozłożyć na stolnicy lub deseczce, natrzeć Vegetą, pozostawić na około 30 minut. Mięso mielone przyprawić pieprzem i sołą, dodać jajko, startą na tarce marchewkę i wyrobić. Następnie na kurczaka nałożyć farsz z mięsa, dać na środek 1 marchewkę ugotowaną i zawinąć ciasno. Po wierzchu posypać roladę Vegetą i czerwoną papryką. Kawałek aluminiowej folii posmarować olejem i zawinąć w nią roladę. Ułożyć na formie, wstawić do piekarnika, piec 1 h w temp. 200°C. Podawać na zimno lub gorąco.

Komponenty: Kurča cca 1,5 kg, 0,5 kg mletého bravčového mäsa, 2 mrkvy, 1 vajce, vegeta, soľ, čierne korenie, sladká paprika vo vrećušku.

Kurča umyte, odstráňte kostí, rozložte ho na doske, natrite vegetou, a následne ho nechajte postáť približne 30 minút. Mleté mäso ochuťte čiernym korením a soľou, pridajte vajce, nastrúhanú mrkvu na strúhadle a namieste. Následne na kurča naložte mäsovú plnku, 1 uvarenú mrkvu dajte na stred a cesto zaviňte. Povrch rolády posypte vegetou a červenou paprikou. Kúsok alumínovej fólie natrite olejom a ňou zaviňte roládu. Uložte na formu, vložte do rúry, pečte 1 h pri teplote 200°C. Podávajte studené alebo horúce.

ROLADA Z ZIEMNIAKÓW ZEMIAKOVÁ ROLÁDA S HUBAMI

Przepis: Halina Majer, Teodorówka (Beskid Dukielski)
Recept: Halina Majerová, Teodorowka (Duklianske Beskydy)

Składniki: 1,5 kg ziemniaków, 2 cebule, 1/2 szklanki mąki, 1 jajo, 1 łyżka masła, 3 łyżki bułki tartej, sól, pieprz, gałka muszkatołowa, nadzienie, 50 dag pieczarek lub innych grzybów świeżych, 1 cebula, 1/4 kostki masła.

Ziemniaki ugotować i przecisnąć przez praskę lub zemleć w maszynce. Dodać do wystudzonej masy ziemniaczanej zrumienioną cebulę, mąkę, jajo, przyprawy. Na patelni podsmażyć cebulę, dodać do niej pokrojone pieczarki, przyprawić, poddusić i odparować cały płyn. Półokrągłą keksówkę wysmarować tłuszczem i oprószyć bułką tartą. Masę ziemniaczaną uformować w walec, a w jego środku zrobić wgłębienie na całej długości. Napęlnić

wgłębienie pieczarkami, zakleić masą ziemniaczaną, uformować równy walec. Panierować roladę w bułce tartej. Przełożyć do formy i piec w piekarniku o temperaturze 180°C przez około 45 minut. Zrumienioną roladę wyjąć i pokroić w dosyć grube plastry. Podać z sosem śmietanowym i dowolną surówką.

Komponenty: 1,5 kg zemiakov, 2 cibule, 1/2 pohára hladkej múky, 1 vajce, 1 lyžica masla, 3 lyžice strúhanky, soľ, čierne korenie, muškátový oriešok
plnka: 50 dkg šampiňónov či iných čerstvých húb, 1 cibuľa, 1/4 kocky masla.

Uvaríme zemiaky, pretlačíme ich cez lis alebo pomelieme na mlynčeku. Keď sú studené, pridáme osmaženú cibuľu, múku, vajce, koreniny. Po vymiešaní zemiakovej masy pripravíme plnku. Na panvici osmažíme cibuľu, k nej pridáme pokrájané šampiňóny, okoreníme a dusíme, kým sa neodparí voda. Vymastíme pozdĺžnu formu, ktorú posypeme strúhankou. Zemiakovú masu vytvarujeme na valec, urobíme doň po celej dĺžke vyhlbeninu. Naplníme ju šampiňónovou plnkou, zlepíme zemiakovou masou a opäť sformujeme valec. Roládu obalíme v strúhanke. Preložíme ju do formy a pečieme v rúre pri teplote 180°C asi 45 minút. Potom upečenú roládu vyberieme a pokrájame na hrubé pláty. Podávame so smotanovou omáčkou a akýmkoľvek zeleninovým šalátom.

RYDZYKI ZASOLONE

RÝDZIKY NAKŁADANÉ V SOLI

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwski strawy”
Recept: Tereza Kyszcaková – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: 1 kg rydzów, 0,5 kg cebuli, 4 lyžki soli, 4 lyžki pieprzu, 20 g lišci laurovych.

Solić tylko kapelusze. Wyczyścić i umyć grzyby, kłaść warstwami, kapeluszkami w dół w drewnianym, ceramicznym lub szklanym naczyniu i posypać każdy rząd solą w proporcji 45 g soli na 1 kg, pieprzem, laurowym liściem. Po układowaniu w naczyniu grzyby nakryć płótnem, a potem położyć drewnianą przykrywkę i obciążenie. Przechowywać w chłodnym miejscu.

Komponenty: 1 kg rýdzikov, 0,5 kg cibule, 4 lyžice soli, 4 lyžice celého čierneho korenia, 20 g bobkových listov.

Očistíme a umyjeme huby, kladieme ich po vrstvách, klobúčikom nadol do drevenej, keramickej alebo sklenenej nádoby. Každú vrstvu posypeme soľou (45 g soli na 1 kg húb), čiernym korením a bobkovými listami. Huby, uložené v nádobe, prikryjeme plátnom, zaťažíme ich drevenou doskou a závaží. Uskladňujeme na chladnom mieste.

SALCESON DUKIELSKI

DUKLIANSKA TLAČENKA

29 marca 2006 roku wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych
Producent: Zakład Mięсны „Jasiołka”, 38-450 Dukla, ul. Nadbrzeżna 1, tel. 013 43 308 02, www.jasiołka.com

29. marca 2006 bola zapísaná do Zoznamu tradičných výrobkov
Výrobca: Mäsokombinát Jasiołka, 38-450 Dukla, ul. Nadbrzeżna 1, tel. 013 43 308 02, www.jasiołka.com

Charakterystyka: Powierzchnia naturalnej osłonki – czysta, lekko wilgotna; powierzchnia osłonki sztucznej – czysta, sucha; na przekroju poprzecznym składniki równomiernie rozmieszczone. Kształt osłonki naturalnej – żołądka – owalny; jelito sztuczne długości ok. 50 cm, końce związane; na przekroju poprzecznym przyjmuje formę okrągłą. W zależności od wielkości żołądka, średnica jelita sztucznego ok. 60–70 mm. Barwa zewnętrzna osłonki naturalnej od jasno- do ciemno-szaro-kremowej; osłonka sztuczna – przezroczysta. Barwa farszu – mozaika kolorów od jasno- do ciemnoczerwonego (dla mięsa) i kremowego (dla tłuszczu). Smak i zapach charakterystyczny z wyczuwalnym dodatkiem przypraw, delikatnie pikantny. Salceson dukielski jest parzony w tradycyjnym kotle; charakteryzuje się wyjątkowym smakiem.

Tradycja, pochodzenie oraz historia

Salceson wytwarzany był na terenach dukielszczyzny od pokoleń. Jego wyjątkowość zauważalna jest już po przekrojeniu, kiedy to dostrzec można mozaikę utworzoną z dużych kawałków mięsa, pochodzących z różnych elementów tuszy wieprzowej (barwa mięsa od jasnoróżowej do ciemnoczerwonej), połączonych naturalną galaretką bez stosowania żadnych dodatkowych substancji zagęszczających i żelujących. Specjalnie dobrana mieszanka przypraw nadaje salcesonowi charakterystyczny pikantny smak i zapach.

Tlačenku w duklianskim regionie vyrábalo mnoho generácií. Výnimočný charakter produktu si možno všimnúť už po jeho prekrojení, vtedy pozorujeme mozaikovitú štruktúru z väčších kúskov rôzneho bravčového mäsa (od svetlorožovej farby mäsa až po tmavočervenú). Tie sú zlúčené prirodzeným aspikom bez dodatočných zahusťujúcich a želatínových stužovadiel. Špeciálne pripravená zmes korenín dáva tlačenke charakteristickú pikantnú chuť a vôňu.

SABATA Z KISZONEJ KAPUSTY

ŠALÁT Z KYSLEJ KAPUSTY

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwski strawy”
Recept: Tereza Kyszcaková – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: 1 kg kiszzonej kapusty, 1 marchew starta na tarce, 1 cebula, 2 lyžki oleju, 1 lyžka cukru.

Kwaszoną kapustę przemyć, wydusić, dodać drobno posiekanej cebuli, olej (najlepiej lniany) cukier (do smaku) wszystko dobrze wymieszać, wyłożyć na półmisek.

Komponenty: 1 kg kyslej kapusty, 1 postrúhaná mrkva, 1 cibuľa, 2 lyžice oleja, 1 lyžica cukru.

Premyjeme kyslú kapustu a odšťavíme ju, pridáme nadrobno posekanú cibuľu, mrkvu, olej (najlepšie ľanový), cukor (podľa chuti) a všetko dobre vymiešame. Šalát dáme do misky.

SALAMACHA (PARZYBRODA)

SALAMACHA (PÁLIBRADA)

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Recept: Spolku vidieckych gazdín z obci Solina, Baligrod, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Składniki: główka kapusty, 4–5 ziemniaków, 10 dag słoniny lub boczku, łyżka mąki, pieprz, sól.

Kapustę obrać, wyciąć głąb. Pokroić w drobną kosteczkę i sparzyć. Na dnie naczynia położyć ziemniaki pokrojone na 4 części, a na to kapustę. Zalać wrzącą wodą, posolić i ugotować do miękkości. Słoninę lub boczki pokroić, wysmażyć. Na tym zrobić złotą zasmażkę (rozprowadzić ją wodą z kapusty) i połączyć z kapustą. Wszystko roztluc na masę, dodając dużo pieprzu. Parzybroda ma być ostra. Do potrawy można dodać liść laurowy i ziele angielskie, ale przed dodaniem zasmażki należy je usunąć. Można też dodać ugotowaną i przetartą białą fasolę.

Komponenty: hlávka kapusty, 4–5 zemiakov, 10 dkg slaniny alebo bôčika, lyžica hladkej múky, čierne koren timer, sol.

Kapustu očistíme, vyrežeme hlúb. Pokrájame ju na drobné kocky a sparíme. Na dno hrnca položíme štvrtky zemiakov a na ne kapustu. Zalejeme vriacou vodou, osolíme a uvaríme domákka. Pokrájame a vytopíme slaninu alebo bôčik. Na nej urobíme zlatistú zápražku (rozriedime ju kapustovým vývarom), ktorú vmiešame do kapusty. Všetko rozmixujeme na jednoliatu masu, pridáme čo najviac čierneho koren timer. Pálibrada má byť štiplavá. Môžeme do nej dať bobkový list a nové koren timer, ale treba ich odstrániť pred primiešaním zápražky. Môžeme pridať aj uvarenú a rozotretú bielu fazuľu.

SALATKA Z BOBU / BÔBOVÝ ŠALÁT

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich, Trzeźniów (gmina Haczów)

Recept: Spolku vidieckych gazdín, Trzeźniów (obec Haczów)

Składniki: 1 l bobu surowego, 2 jajka, 6 ziemniaków, 2 marchewki, 2 ogórki kiszone, 1 cebula, 1 łyżka kminku, sól, pieprz, śmietana lub majonez

Bób namoczyć w przegotowanej wodzie i odstawić na noc. Ugotować w tej samej wodzie z dodatkiem mleka. Ziemniaki i marchew ugotować i pokroić w kostkę. Ziarna bobu obrać z łupiny, pokroić na półowki. Jaja ugotować i drobno posiekać razem z cebulą. Wszystkie składniki wymieszać. Dodać kminek, sól, pieprz, wymieszać ze śmietaną lub majonezem.

Komponenty: 1 l suroveho bôbu, 2 vajcia, 6 zemiakov, 2 mrkvy, 2 kyslé uhorky, 1 cibula, 1 lyžica rasce, sol, čierne koren timer, smotana alebo majoneza

V pripravenej vode namošte na noc bôb. Uvarite v tej istej vode s pridaním mlieka. Zemiaky, mrkvu a vajcia uvarite. Zrná bôbu olúpte zo šupín, pokrájajte na polovičky. Ostatnú zeleninu pokrájajte na kocky. Vajcia, cibulu nadrobno posekajte. Všetky suroviny vymiešajte. Dodajte rascu, sol, čierne koren timer, vymiešajte so smotanou alebo majonézou.

SER BIAŁY I MASŁO

TVAROH A MASŁO

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich, Jasionów

Recept: Spolku vidieckych gazdín, Jasionów

Świeży twaróg odsączyć w serwetce, uformować gomółkę. Lekko posolić, ozdobić nowalijkami, podawać z chlebem i masłem.

Čerstvý tvaroh sceďte, zaviňte do servítky, uložte. Tvaroh podávajte ľahko posolený a schladený, prizdobený skorou zeleninou.

SER DO SMAROWANIA CHŁEBA

SYR NA NATIERANIE CHŁEBA

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich, Wzdów (gmina Haczów)

Recept: Spolku vidieckych gazdín, Wzdów (obec Haczów)

Ser mieszamy ze śmietaną, dodajemy drobno posiekany syczypiorek, lekko solimy.

Tvaroh zmiešame so smotanou, pridáme na drobno pokrájanú pažítku a trochu osolíme.

SER JAJECZNY

VAJÍČKOVÝ SYR

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich w Głębokiem (gmina Rymanów)

Recept: Krúžok dedinských gazdiniek v Głębokom (obec Rymanów)

Składniki: 1 l mleka słodkiego, 10 całych jajek, sól (do smaku).

Do ciepłego mleka wbić całe, rozkłócone jajka i dodać troszeczkę soli. Następnie zagotować na małym ogniu, cały czas mieszając. Po zagotowaniu przecedzić przez tetrową pieluchę i odcisnąć serwatkę. Pieluchę dobrze zakręcić z serem, przyłożyć czymś ciężkim i pozostawić na 2 godziny, aby ser zrobił się płaski. Następnie kroić w plastry.

Komponenty: 1 liter sladkého mlieka, 10 celých vajec, sol (podľa chuti).

V teplom mlieku vyšľahať celé, rozhabarkované vajcia a pridať trošku soli. Následne variť na miernom ohni, celý čas miešať. Po uvarení precediť cez jemnú plienku a vytlačiť srvátku. Plienku dobre skrútiť so syrom, pritlačiť niečím ťažkým a ponechať 2 hodiny, aby sa syr urobil plochý. Potom pokrájať na plátky.

SER KOZI PODKARPACKI

BIAŁY I WĘDZONY

BIEŁY A ÚDENÝ PODKARPATSKÝ KOZÍ SYR

14 czerwca 2006 roku wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych

Producent: Danuta i Andrzej Dulian, Łaski 46, 38-200 Jasło

14. júna 2006 bol zapísaný do Zoznamu tradičných výrobkov

Výrobca: Danuta a Andrzej Dulianovci, Laski 46, 38-200 Jasło

Charakterystyka: płaski cylinder lub prostopadłościan o bokach prostych lub lekko zaokrąglonych, dopuszczalne lekkie zniekształcenia powierzchni. Sporadycznie lekko spłaszczona kula. Cylindry o średnicy 8–10 cm, wysokość 2–3 cm, prostopadłościany o wymiarach 7 cm × 7 cm, wysokość 3 cm. Dopuszcza się inne kształty (lekko spłaszczona kula o średnicy 7–8 cm). Barwa biała do jasnokremowej (jednakowa na zewnątrz i w środku). Ser wędzony ma barwę jasnobrązową do brązowej z wierzchu, na przekroju barwa jest jednolita biała lub kremowa.

Tradycja, pochodzenie oraz historia

Koza, nazywana „krową biedaków” z uwagi na niskie koszty utrzymania, była nieodłącznym elementem małych gospodarstw, dostarczała niezwykle wartościowy produkt – mleko, z którego wytwarzano między innymi sery. W Polsce do końca XIX wieku dominowały rasy rodzime, takie jak koza podlaska, pokucka, karpacka, kazimierzowska, sandomierska czy śląska. Na początku XX wieku, głównie w rejonie Wielkopolski, Pomorza, województw centralnych i Śląska zaczęto sprowadzać nowe rasy – kozę alpejską, saaneńską i togenburską. Do małopolski docierały także kozy herceńskie. Dzięki nowym rasom nastąpiła intensyfikacja hodowli kóz w Polsce i część starych, rodzimych ras kóz została wyparta przez nowe importowane rasy. Na terenach górskich (Karpaty) w latach 30. XX wieku popularna pozostała koza karpacka, która według M. Trybulskiego stanowiła typową odmianę kozy górskiej. Kozy te charakteryzowały się dobrymi cechami rozplodowymi. Ich średnia młeczność wynosiła około 500 kg mleka rocznie (Trybulski 1939). Wydajność młeczna polskich kóz w tym okresie nie była wysoka, ale również i polskie kozie mleko było doskonałym surowcem do produkcji serów. Już w 1923 roku M. Trybulski pisał: „Sernik mleka koziego daje znakomity twaróg, który przewyższa w smaku twaróg, otrzymany z mleka krowiego”.

Znając tradycję przetwórstwa górskiego (sery owcze) można domniemywać, że na terenach górskich, gdzie występowała koza karpacka, wytwarzano również sery kozie według wielu miejscowych przepisów. Generalnie stosowane były dwie metody wytwarzania serów: kwasowa – dzięki której otrzymywano wszelkiego rodzaju twarogi oraz kwasowo-podpuszczkowa, służąca do otrzymywania twarogów oraz serów twardych, dojrzewających (Tyszka 1994). W różnych rejonach powstawały sery o cechach charakterystycznych dla danego miejsca. Związane to było z odmienną florą danego obszaru, różną jakością mleka, odmiennym sposobem pozyskiwania skrzepu.

Na horskom území Karpát v 30. rokoch 20. storočia bola populárna koza karpatská, predstavovala typický druh horskej kozy. Vzhľadom na tradičné výrobky v horskom prostredí (napr. ovčí syr) môžeme predpokladať, že sa na tomto horskom území, kde vystupovala koza karpatská, vytvárali aj kozie syry podľa miestnych receptov. Vo všeobecnosti boli aplikované dve metódy výroby syrov: kyselinová, vďaka ktorej sa získaval tvaroh akéhokoľvek druhu, a kyselinovo-chymozínová, ktorou sa dosahoval tvaroh a tvrdý dozrievajúci syr. V rôznych regiónoch vznikali syry s

vlastnosťami, ktoré príznačne zodpovedali danému miestu. Tie súviseli so zmenou oblastnej flóry, s rôznou kvalitou mlieka či so spôsobom, ako sa získavalo jeho zrážanie.

SER KOZI „WOŁOSKI” BIAŁY LUB WĘDZONY BIEŁY A ÚDENÝ VALAŠSKÝ KOZÍ SYR

10 października 2005 roku wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych
Producent: Rodzinne Gospodarstwo Ekologiczne „Figa” Waldemar i Tomasz Maziejuk, Mszana 44/2, 38-454 Tylawa, tel. 013 433 11 80
10. października 2005 bol zapísaný do Zoznamu tradičných výrobkov
Výrobca: Rodinné ekologické gazdovstvo Figa, Waldemar a Tomasz Maziejuk, Mszana 44/2, 38-454 Tylawa, tel. 13 433 11 80

Charakterystyka: Walec jednolicie biały do kremowego, na przekroju również biały do kremowego. Waga: 370–400 gramów, wysokość: 7–8 cm, obwód: ok. 24 cm. Barwa biała do kremowej – w przypadku sera białego, żółta do brązowej w przypadku sera wędzonego, na przekroju kremowa. Lekko słony smak, zapach przyjemny, łagodny.

Tradycja, pochodzenie oraz historia

Nazwa „ser wołoski” pochodzi od Wołochów, plemienia koczowniczych pasterzy górskich, które w XV wieku łukiem Karpat dotarło do Mszany z Bałkanów. Ludność ta trudniła się głównie pasterstwem i wyrobem serów oraz pozyskiwaniem skór. Wołosi uzyskali prawo zakładania osad na własnym prawie, tzw. „wołoskim”. Szczegółowe metody produkcji serów poznano z ustnych przekazów i demonstracji starszych mężczyzn miejscowych zajmujących się wytwarzaniem serów na wypasach.

Názov syra je určený podľa Valachov, kmeňa kočujúcich horských pastierov. Niektorí Valasi sa v 15. storočí karpatským oblúkom dostali z Balkánu do Mszany v Podkarpatskom vojvodstve. Obyvateľstvo sa venovalo hlavne pastierstvu, výrobe syrov a kožušín. Valasi mali právo zakladať osady podľa vlastného, tzv. valašského zákona. Detaily postupu pri výrobe syra boli spoznávané vďaka ústnym podaniam a predvádzaním staršími miestnymi chlapmi, ktorí počas pastvy vyrábali syry.

SER SOŁONY Z BECZKI SOLENÝ TVAROH ZO SUDA

Przepis: Dołzyca (gmina Cisna)
Recept: Dolzyca (obec Cisna)

Biały twaróg mocno osolić i mocno ubić w beczce. Może być przechowywany i spożywany przez całą zimę.

Tvaroh poriadne osolíme a poriadne ho utlačíme v sude. Môže byť uskladňovaný a konzumovaný celú zimu.

SER WIELKANOCNY VEBKONOČNÝ SYR

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: 30 jaj, 1,5 litra mleka, sól.

Wybić jaja, dodać jedną szklankę mleka, sól, dokładnie wymieszać. W garnku z grubym dnem ugotować resztę mleka i wlać dokładnie rozmącone jaja. Ogrzewać na małym ogniu delikatnie mieszając około 15 minut. Zagotować w dużym garnku wodę i wstawić do niego garnek z powstającym serem jajecznym (ogrzewając w ten sposób nie przypalimy potrawy). Ogrzewać w kąpieli wodnej do wytrącenia żółtego sera. Gdy serwatka będzie klarowna, ser wlać do lnianej serwety. Położyć między deseczki i obciążyć na noc. Podawać z sosem chrzanowym.

Komponenty: 30 jajec, 1,5 l mleka, sol.

Rozbijemy jajki, dodamy do nich szklankę mleka, sól, dokładnie rozhabarkujemy. W hrnci s grubym dnem prevaríme zvyšok mlieka, do ktorého vlejeme vymiešané vajcia. Zohrievame na miernom ohni, jemne miešame asi 15 minút. Vo veľkom hrnci privedieme vodu do varu a doň vložíme menší hrniec s práve vznikajúcim vajčkovým syrom (týmto spôsobom ho nepripálime). Zohrievame ho vo vodnej kúpeli, kým sa úplne nezrazí. Keď srvátka bude priehľadná, syr vylejeme do ľanového plátna. Položíme ho medzi lopáre a zaťažíme na noc. Podávame s chrenovou omáčkou.

SER Z CHRZANEM TVAROH S CHRENOM

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszcaková – Tradičné lemkovské jedlá

Składniki: 300 g twarogu, 2 szklanki śmietany, 3 łyżki startego chrzanu, pół łyżki soli.

Ser dobrze rozetrzeć i pomieszać z dwoma szklankami śmietany, posolić, dodać 2–3 łyżki startego na tarce chrzanu.

300 g tvarohu dobre rozotrieme a pomiešame s dvoma pohármi kyslej smotany, osolíme a pridáme 2-3 lyžice posúchaného chrenu.

SER ŻÓŁTY DOMOWY DOMÁGI TVAROHOVÝ BOCHNÍK

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich z Równego (Beskid Dukielski)
Recept: Spolku vidieckych gazdín z Rovného (Duklianske Beskydy)

Składniki: 1 litr mleka, 1 kg sera białego, 10 dag masła, 2 żółtka, 1,5 łyżeczki octu, 1,5 łyżeczki soli, 1 łyżeczka sody.

Mleko zagotować, dodawać stopniowo pokruszony ser, gotować mieszając 5–10 minut. Przetrzeć masę przez sito, dodać pozostałe składniki, wszystko połączyć, ogrzewać w kąpieli

wodnej i mieszać, aby masa nie przywarła do naczynia. Po uzyskaniu jednolitej gęstości przełożyć do wystygnięcia. Kroić w plastry, podać do pieczywa.

Komponenty: 1 l mleka, 1 kg tvarohu, 10 dkg masła, 2 żółtki, 1,5 łyżki octu, 1,5 łyżki soli, 1 łyżka jedlej sódy.

Prevaríme mlieko, postupne pridávame pomrvený tvaroh, miešame a varíme 5-10 minút. Túto masu pretrieme cez sito, pridáme ostatné suroviny. Všetko miešame a ohrievame vo vodnej kúpeli, aby sa masa nepripálila. Keď bude mať masa jednoliatu hustotu, dáme ju vychladnúť. Pokrájame na pláty, podávame k pečivu.

SERNIK KROŚNIEŃSKI KROSNIAŃSKY SERNIK

Składniki: 1 kg białego tłustego sera, 1/2 kostki margaryny lub masła, 3 jajka, 1 kg jabłek, 8 dag grysiku lub kaszy manny albo kaszy kukurydzianej, 1 torebka proszku do pieczenia, garść rodzynek, 1 kieliszek brandy lub rumu, cukier lub aromat waniliowy, sok z cytryny tłuszcz i tarta bułka do formy.

Ser trzykrotnie przepuścić przez maszynkę do mięsa. Rodzynki umyć i namoczyć w alkoholu, aby napęczniały. Jabłka obrać, usuwając gniazda nasienne, pokroić w drobną kostkę i skropić sokiem z cytryny. Tłuszcz ucierać z cukrem do uzyskania konsystencji śmietany, a następnie po jednym dodawać żółtka, a następnie wymieszać z przetartym serem. Dodać kaszę, cukier waniliowy, proszek do pieczenia i wreszcie jabłka oraz rodzynki. Białka ubić ze szczyptą soli na sztywną pianę, delikatnie połączyć z masą serową. Przełożyć do natuszczzonej i wysypanej tartą bułką formy i wstawić do nagrzanego (220°C) piekarnika na 40-45 minut. Pozostawić w piekarniku do ostygnięcia. Gotowy sernik można poleać czekoladową polewą lub oprószyć przez sitko cukrem pudrem.

Komponenty: 1 kg białego tłustego sera, 1/2 kocky stuzeného tuku alebo masla, 3 vajcia, 1 kg jablák, 8 dkg krupicovej kaše alebo hrubej múky alebo kukuričnej kaše, 1 balíček prášku na pečenie, hrst hrozienok, 1 pohárik brandy alebo rumu, cukor alebo vanilkový arómu, šťava z citrónu, masť a strúhanka do formy.

Syr trikrát pomlieť na strojčeku na mäso. Hrozienka umyť a namočiť do alkoholu, aby napučali. Jablká ošúpať, odstrániť jadierka, pokrájať na drobné kocky a pokropiť citrónovou šťavou. Masť vyšľahať s cukrom, kým nevznikne hmota hustá ako smotana a následne po jednom pridávať žltka a rozmiešať s pomletým syrom. Pridať kašu, vanilkový cukor, prášok na pečenie a napokon jablká a hrozienka. Bielka vyšľahať so štipkou soli na tuhú penu, jemne spojiť so syrovou hmotou. Preložiť do vymastenej a strúhankou posypanej formy a vložiť do rozohriatej (220°C) rúry na 40 – 45 minút. Nechať v rúre do vychladnutia. Hotový sernik možno poliať čokoládovou polevou alebo poprasiť cez sitko práškovým cukrom.

SERNIK Z MASĄ KRÓWKOWĄ TVAROHOVÝ KOLÁČ S KARAMELOVOU PĽŇKOU

Ciasto: 1 margaryna, 2 i 2/3 szklanki mąki, 2 łyżeczki proszku do pieczenia, 6 łyżek kakao.

Margarynę rozpuścić i ostudzić. Mąkę, cukier, proszek, kakao wymieszać i dodać letnią margarynę. Zarobić ciasto (jest prawie sypkie) wsypać do blachy, wyłożyć nim dno i lekko boki.

Masa: 1,5 kg sera białego (przemielonego), 2 szklanki cukru pudru, 10 jajek, 2 szklanki mleka, 2 olejki śmietankowe, 60 dag krówek.

Krówki rozpuścić z dodatkiem kilku kropel mleka. Jajka utrzeć z cukrem na puszystą masę, dodać ser, mleko i połowę masy krówkowej. Wszystko zmiksować i wlać na ciasto. Sernik piec około 1 h, zimny wierzch poleć resztą masy krówkowej.

Cesto: 1 margaryn, 2 a 2/3 pohára múky, 2 lyžičky kypriaceho prášku do pečiva, 6 lyžíc kakaa.

Margarín rozpustíte a vychladíte. Múku, cukor, prášok, kakao vymiešajte a pridajte vlažný margarín. Zamiešajte cesto (je skoro sypké) a naneste ho na plech, vyložte dno a ľahko boky plechu.

Planka: 1,5 tvarohu (lisovaného), 2 poháre práškového cukru, 10 vajec, 2 poháre mlieka, 2 smotánkové oleje, 60 dkg kroviek.

Krovky rozpustíte pridaním niekoľkých kvapiek mlieka. Vajička s cukrom vyšľahajte na jemnú masu, pridajte tvaroh, mlieko a polovicu karamelovej plnky. Všetko rozmixujte a vylejte na cesto. Tvarohový koláč pečte cca 1 h, studený povrch koláča polejte zvyšnou karamelovou plnkou.

SEROWIEC ŚWIĄTECZNY SVIATOČNÝ TVAROHVNÍK

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Równe (Beskid Dukielski)
Recept: Spolku vidieckych gazdín z Rovného (Duklianske Beskydy)

Składniki: Ciasto kruche: 20 dag mąki, 12 dag masła, 8 dag cukru pudru, 2 żółtka, pół łyżeczki proszku do pieczenia. Masa serowa: 2 kg sera, 2 budynie śmietankowe, 3/4 szklanki mleka, 1 kostka masła, 2,5 szklanki cukru, 1 cukier waniliowy, 8 jajek, 1 cytryna, 10 dag rodzynek.

Przesianą z proszkiem do pieczenia mąkę wysiekać z masłem. Nożem zarobić ciasto dodając żółtka utarte z cukrem. Rozwałkować cienki placek, wyłożyć nim posmarowaną tłuszczem dużą blachę. Masło utrzeć z połową cukru, dodać zmielony dwukrotnie ser i ucierać. Całe jaja ubić z resztą cukru, połączyć z serem, otartą skórką cytryny, cukrem waniliowym, mlekiem i budyniami. Rodzynki sparzyć, oprószyć mąką, dodać do sera i wymieszać. Masę serową wyłożyć na posypane bułką tartą kruche ciasto. Na serze, można ułożyć dekoracyjną kratkę z ciasta. Piec w dobrze nagrzanym piekarniku około 90 minut.

Linecké cesto: 20 dkg hladkej múky, 12 dkg masla, 8 dkg práškového cukru, 2 žltky, pol lyžičky kypriaceho prášku.

Tvarohová plnka: 2 kg tvarohu, 2 pudingové prášky, 3/4 pohára mlieka, 1 kocka masla, 2 1/2 pohára cukru, 1 vanilínový cukor, 8 vajec, 1 citrón, 10 dkg hrozienok.

Preosiatu múku s kypriacim práškom premiešame s maslom. Nožom posekáme a pozhrňame cesto pridaním žltkov vymiešaných s cukrom. Premiesime ručne, vyvalkáme tenký plát, ktorý dáme na veľký vymastený plech. Maslo vymiešame s polovicou cukru, pridáme doň dvakrát pomletý tvaroh a miešame. Vajcia rozšľaháme so zvyškom cukru, zmiešame ich s tvarohom, postrúhanou

citrónovou kôrou, vanilínovým cukrom, mliekom a pudingovým práškom. Sparíme hrozienka, poprášime ich múkou, pridáme k tvarohu a vymiešame. Tvarohovú plnku natrieme na linecké cesto posypané strúhankou. Plnku môžeme ozdobiť mriežkou z cesta. Pečieme v dobre vyhriatej rúre približne 90 minút.

SERWATCZANKA / SRVÁTČANKA

Przepis: z Draganowej

Recept: Draganowa

Składniki: 1,5 l serwatki, 0,5 l wywaru na wędzonce, 6 jaj ugotowanych na twardo, 3 łyżki masła, 6 łyżek utartego chrzanu, 35dag wędzonego boczku, 35dag wędzonej kiełbasy, sól i pieprz do smaku.

Do garnka wlewamy serwatkę, wywar z wędzonki i dodajemy łyżkę tartego chrzanu, całość zagotowujemy. Następnie boczek i kiełbasę kroimy w drobne kawałki i wrzucamy do wywaru doprawiamy masłem, i gotujemy całość na małym ogniu. Z jaj oddzielamy żółtka, białka siekamy i dorzucamy do zupy. Odłożone żółtka wkładamy do nie wielkiej miski zalewamy 2-3 łyżkami wywaru i ucieramy wszystko razem na płynną masę i wlewamy do zupy. Całość mieszamy i doprawiamy do smaku solą pieprzem i resztkami tartego chrzanu.

Komponenty: 1,5 l srvátky, 0,5 l vývaru z údeniny, 6 vajec uvarených na tvrdo, 3 lyžice masla, 6 lyžíc postrúhaného chrenu, 35 dkg údeného bôčiku, 35 dkg údenej klobásy, sol a čierne korenie podľa chuti.

Do hrnca vliat srvátku, vývar z údeniny a pridať lyžicu postrúhaného chrenu, všetko uvariť. Bôčik a klobásu pokrájať na drobne kúsky a vhoďiť do vývaru, pridať maslo, všetko variť na miernom ohni. Z vajec odobrať žltka, bielka pridať do polievky. Odložené žltka vložiť do malej misky, zaliať 2 – 3 lyžicami vývaru, vyšľahať všetko spolu na hladkú zmes a vliat do polievky. Všetko zmiešať a dochutiť soľou, čiernym korením a zvyškami postrúhaného chrenu.

SMALCÓWKI / ŠMALGOVKY

Przepis: z Draganowej

Recept: Draganowa

Składniki: półlitrowy garnuszek smalcu, 3 jajka, 6 dag drożdży, kwatorka kwaśnej śmietany, 3 półlitrowe garnuszki mąki, marmolada do nadzienia, cukier puder do obsypania.

Mąkę dać na stolnicę, wlać smalec (można mąkę wysiekać ze smalcem), wbić całe jajka, wlać śmietanę z rozkłóconymi w niej drożdżami i łyżeczką cukru. Ręką dobierać mąkę, zarobić ciasto (ma być wolniejsze od ciasta na pierogi - gdy za tęgie dać łyżkę kwaśnej śmietany). Ciasto rozwałkować na grubość 1/2 cm, na skraju stolnicy, położyć pasek marmolady, odkroić tę część nożem, dobrze zalepić i pociąć na 5 cm kawałki, kłaść na lekko po tłuszczoną blachę, niezbyt blisko jeden od drugiego, zlepianiem do spodu. Gdy nieco podrosną piec w ogrzanym piecu na jasno złoty kolor. Po upieczeniu, gdy trochę ostygną obsypać cukrem pudrem z niewielką ilością wanilii.

Komponenty: Pollitrový hrnček masti, 3 vajcia, 6 dkg droždí, štvrtka kyslej smotany, 3 pollitrové hrnčeky múky, marmeláda do náplne, práškový cukor na posypku.

Múku dať na dosku, vliať bravčovú masť (možno múku vymiesiť so šmalcom), pridať celé vajcia, vliať smotanu s rozšľahanými v nej droždiami a lyžičkou cukru. Rukou dodávať múku, vymiesiť cesto (má byť vláčnejšie ako cesto na pirohy – ak je príliš husté, dať lyžicu kyslej smotany). Cesto rozvalkať na hrúbku 1/2 cm, na okraj dosky položiť na pásik džem, odkrojiť takúto časť nožom, dobre zlepiť a pokrájať na 5 cm dlhé kúsky, klásť na ľahko pomastený plech, nevelmi blízko jeden od druhého, zlepom do spodu. Keď trochu podrastú, piecť v zohriatej peci do svetlo žltej farby. Po upečení, keď trochu vychladnú, posypať práškovým cukrom s malým množstvom vanilky.

SMALCZYK MAZIDŁO CHYROWSKIE CHYROVSKÁ NÁTIERKA

Przepis: Barbara Marchewka, Chyrowa (Beskid Dukielski)
Recept: Barbara Marcheková, Chyrowa (Duklianske Beskydy)

Skladniki: 50 dag mięsa wieprzowego ze słoniną, 50 dag boczku wędzonego, 50 dag cebuli, cząber, lubczyk, sól gruboziarnista.

Mięso zemleć, na wolnym ogniu wytopić z niego tłuszcz, dodać boczki. Ogrzewać do uzyskania jasnozłotego koloru tłuszczu. Dodać pokrojoną w kostkę cebulę i lekko ją zarumienić, przyprawić do smaku. Przystudzić, wlać do słoików. Jeszcze ciepły smalczyk studzić w słoikach odwróconych do góry dnem, aby cebula i skwarki nie osiadły na spód słoja. Stosować do smarowania ciepłego wiejskiego chleba.

Komponenty: 50 dkg masnejšieho bravčového mäsa, 50 dkg údenej slaniny, 50 dkg cibule, saturejka, ligurček, hrubozrnná sol.

Zomelieme mäso, na miernom ohni vytopíme z neho masť, pridáme slaninu. Zohrievame, kým nezískame masť svetložltej farby. Pridáme na kocky pokrájanú cibuľu, osmažíme ju a okoreníme podľa chuti. Dáme vychladnúť. Kým je nátierka ešte teplá, vložíme ju do malých zaváraninových fliaš, ktoré obrátíme hore dnom, aby cibuľa a škvarky nesadli na spodok fľaše.

SMALEC / MASŤ

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Jabłonica Polska
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Jabłonica Polska

Skladniki: 2 kg słoniny, 0,5 kg boczku, 4 jabłka, 4 duże cebule, 4 ząbki czosnku, sól, pieprz, majeranek.

Słoninę i boczki pokroić w kostkę i topić na wolnym ogniu, zlać tłuszcz, dodać pokrojoną cebulę, starte jabłka, czosnek i smażyć. Dodać zmielone skwarki, przyprawić solą, pieprzem, majerankiem, wymieszać i ostudzić.

Komponenty: 2 kg slaniny, 0,5 kg bôčika, 4 jablká, 4 veľké cibule, 4 strúčiky cesnaku, korenie, soľ, majoránka.

Na drobno pokrájanú slaninu stopíme na slabom ohni. Bôčik pokrájame na kocky, pridáme do hrnca a ďalej smažíme. Zhasneme oheň a pridáme nadrobno pokrájané jablká a cibuľu. Keď všetko trochu vychladne, pridáme cesnak a prísady.

SOS Z SUSZONYCH GRZYBÓW OMÁČKA ZO SUŠENÝCH HÚB

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszcaková – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: 200 g grzybów suszonych, 2 szklanki wody, 1 cebula, 2 łyżki mąki, 1 ząbek czosnku, pół łyżki soli, 1 łyżka masła.

Suszone grzyby obmyć zimną wodą, postawić, by się moczyły 5–6 godzin. Potem wymoczone grzyby przecedzić przez sitko, dobrze wyczyścić, drobno posiekać albo przemleć maszynką przez grube sitko. Włożyć do naczynia, zalać wodą i dodać wody, w której moczyły się grzyby i postawić do gotowania. Pokroić cebulę, lekko przysmażyć na oleju i dodać do grzybów. Podsmażyć 2–3 łyżki mąki, rozrzedzić wodą i wlać do sosu. Na koniec dodać sól, liść laurowy, pieprz, drobno pokrojony czosnek, olej lniany. Taka strawa z grzybów była obowiązkowo podawana na Wigilię (Światy Weczir).

Komponenty: 200 g sušených húb, 2 poháre vody, 1 cibuľa, 2 lyžice hladkej múky, 1 strúčik cesnaku, 1 lyžica masla, pol lyžice soli, čierne korenie, bobkový list, lanový olej.

Sušené huby umyjeme studenou vodou, namočíme ich na 5-6 hodín. Potom huby scedíme, posekáme nadrobno alebo zomelieme na mlynčeku. Vložíme ich do hrnca, zalejeme vodou a pridáme aj vodu, v ktorej sa huby močili. Postavíme na sporák. Pokrájame cibuľu, osmažíme ju na masle a pridáme k hubám. Popražíme 2-3 lyžice múky, rozriedime ju vodou a vlejeme do omáčky. Nakoniec pridáme soľ, bobkový list, čierne korenie, nadrobno posekaný cesnak, lanový olej. Toto jedlo z hribov sa podávalo ako základné na štedrovečernú hostinu.

STOLNIKI / STOLNÍKY

Przepis: Anastazja Krech, Anna Dwornicka, Jałowe
Recept: Anastazja Krechová, Anna Dwornická, Jałowe

Skladniki: 1 główka kapusty, 2 kg ziemniaków, garść twarogu, 1 cebula, 1 jajko, tłuszcz, sól, pieprz ziołowy.

Kapustę sparzyć jak na gołąbki. Ziemniaki zetrzeć na tarce, włożyć do sitka, żeby odciekły z wody. Włożyć do miski, dodać jajko, sól, pieprz ziołowy do smaku. Wyrobić masę. Ugotować 0,5 kg ziemniaków, zemleć na maszynce, dodać garść twarogu, podsmażoną cebulę, do smaku doprawić solą i pieprzem. Zamiast farszu z ziemniaków można zrobić farsz ze słodkiej kapusty. Kapustę obgotować, odcisnąć z wody, podsmażyć na tłuszczu z cebulą. Później dodać ser, sól i pieprz. Na sparzone liście nakładamy cienką warstwę masy ziemniaczanej, na masę ziemniaczaną kładziemy farsz z gotowanych ziemniaków lub słodkiej kapusty. Liście składamy na pół. Tak przygotowane stolniki pieczemy, aż liście będą brązowe, a ciasto rumiane. Po upieczeniu połączyć kwaśną śmietaną lub tłuszczem i dusić kilka minut w brytfance.

Komponenty: 1 hlávka kapusty, 2 kg zemiakov, hrst tvarohu, 1 cibuľa, 1 vajce, masť, soľ, zmes korenín (koriander, rasca, majorán, horčičné semenó, bobkový list, štiplavá paprika).

Zaparíme kapustu ako na holúbky. Postrúhame 1,5 kg zemiakov, dáme ich do cedidla, aby stiekli. K zemiakovej dreňi pridáme vajce, soľ a zmes korenín podľa chuti. Vymiešame ju. Uvaríme 0,5 kg zemiakov, pomelieme ich a pridáme hrst tvarohu, osmaženú cibuľu, soľ a čierne korenie podľa uváženia. Namiesto plnky z varených zemiakov môžeme urobiť plnku zo sladkej kapusty. V takom prípade uvaríme kapustu, vytlačíme z nej vodu, posekáme ju a osmažíme s cibuľou na masť. Dodáme do nej tvaroh, soľ a čierne korenie. Na zaparené kapustné listy nakladáme tenkú vrstvu surovej zemiakovej masy, na ňu kladieme plnku z varených zemiakov alebo sladkej kapusty. Listy skladáme na polovicu. Takto pripravené stolníky pečieme dovtedy, kým listy nebudú hnedé a cesto zlatisté. Pred dopečením ich polejeme kyslou smotanou alebo masťou a pečieme už len niekoľko minút.

STOLNÍKY / STOLNÍKY Z POSTRÚHANÝCH ZEMIAKOV

Przepis: Aniela Stec, Olchowce

Recept: Aniela Stecová, Olchowce

Skladniki: 2 kg ziemniaków, 4 łyżki mąki, 1 cebula, 1 łyżka soli, pół łyżki pieprzu, 300 g skwarków ze słoniny, 1 główka kapusty, lekko sparzona.

Ziemniaki zetrzeć na tarce, lekko odcisnąć z wody, do ziemniaczanego farszu dodać przysmażoną cebulę i skwarki ze słoniny, sól i pieprz do smaku. Wszystko dobrze wyrobić i nakładać na liście kapusty, następnie piec na blasze w piecu lub piekarniku.

Komponenty: 2 kg zemiakov, 4 lyžice hladkej múky, 1 cibuľa, 1 lyžica soli, pol lyžice čierneho korenia, 300 g škvarkov zo slaniny, 1 hlávka zaparenej kapusty.

Postrúhame zemiaky, ľahko vytlačíme šťavu, do zemiakovej drene pridáme osmaženú cibuľu a škvarky zo slaniny, múku, soľ a čierne korenie podľa chuti. Masu dobre vymiešame a nakladáme na kapustné listy, stolníky pečieme na plechu v rúre.

SYRNYK TVAROHOVÝ BOGHNÍK (SYRNIK)

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwsi strawy”

Recept: Tereza Kyszcaková – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: 500 g świeżego sera, 1 łyżka śmietany, szczypta soli, 5 żółtek, 300 g cukru, tarty chleb.

Świeży ser przetrzeć przez cedzak, dodać śmietany, troszkę soli, utrzeć żółtka z cukrem, zbić biało, tarty chleb – wszystko dobrze wymieszać. Wykładać w okrągłą formę, pomaścić masłem, piec ok. 30 min w niezbyt gorącym piekarniku.

500 g čerstvého tvarohu pretrieme cez sito, dodáme kyslú smotanu, trocha soli, 5 žltkov vyšľahaných s 300 g cukru, bielko, prisypeme strúhanku a všetko dobre vymiešame. Masu vložíme do tortovej formy vymastenej maslom a pečieme zhruba 30 minút v stredne vyhriatej rúre.

SZARŁOTKA / ŠARŁOTKA

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Haczów

Recept: Spolku wiedeckich gazdǐn, Haczów

Kruchy placek pod jabłka: 25 dag margaryny, 15 dag smalcu, 75 dag mąki, 1 łyżeczka amoniaku, ½ łyżeczki proszku do pieczenia, 7 żółtek utrzeć z 1½ szklanki cukru, 2 cukry waniliowe, 5 łyżek kwaśnej śmietany.

Dać mąkę, dodać tartą na tarce margarynę i smalec. Do tego dodać pozostałe składniki i wyrobić wolne ciasto. Podzielić na 5 równych części, rozwałkować i upiec w temperaturze 180–200°C (każdy osobno).

Jabłka: 2 kg jabłek obrać, zetrzeć na tarce o grubych oczkach, dodać 2 szklanki cukru i smażyć 20 minut (gdy są mało soczyste dodać ½ szklanki wody). Gdy są już usmażone dodać 2 galaretki cytrynowe, rozmieszać i ciepłymi przekładać placki. Mogą być to również jabłka ze słoika (3 słoiki litrowe), do których należy dodać 2 galaretki, rozgrzać je i rozmieszać. Ułożyć kolejno: placek – jabłka – placek – jabłka – placek – jabłka – placek; na wierzchu czwartego placaka posmarować cienko jabłkami, skruszyć placek i potrząsać nim wierzch i boki.

Komponenty: Krehký koláč s jablkami – suroviny, postup: 25 dkg margarinu, 15 dkg masť, 75 dkg múky, 1 lyžička amoniaku, ½ lyžičky kypriaceho prášku do pečiva, 7 žltkov vyšľahať s 1½ pohára cukru, 2 vanilkové cukry, 5 lyžíc kyslej smotany.

Do múky pridajte nastrúhaný margarín a masť. K tomu pridajte ostatné suroviny a namiesto cesto. Rozdeľte na 5 rovných častí, rozvalkajte a upečte pri teplote 180–200°C (každý zvlášť).

Ošúpte 2 kg jablĺk, postrúhajte na strúhadle s hrubými očkami, pridajte 2 poháre cukru a smažte 20 minút (ak sú nedostatočne šťavnaté, pridajte ½ pohára vody). Ak sú už vysmažené, pridajte 2 citrónové želé, zmiešajte a ak sú teplé, navrstvite nimi koláče. Môžu byť jablká zo zaváraninového pohára (3-litrové zaváraninové poháre), pridajte 2 želé, dobre vymiešajte a rozohrejte. Ukládať takto: koláč – jablká – koláč – jablká – koláč – jablká – koláč; na povrchu štvorkoláča naneste malé množstvo jablĺk, pomrvte koláč a posypte povrch a boky.

SZNYCELKI Z CHŁEBA

CHŁEBOVÉ KARBONÁTKY

Przepis: Halina Majer, Teodorowka (Beskid Dukielski)

Recept: Halina Majerová, Teodorowka (Duklianske Beskydy)

Skladniki: 15 kromek czerstwego chleba, 15 dag słoniny, 3 cebule, 4 jaja, sól, pieprz, 2 jaja, 1 szklanka bułki tartej, 3/4 szklanki oleju.

Namoczyć czerstwy chleb, odcisnąć, przemielić. Dobrze oziębioną słoninę pokroić w kostkę, wytopić i usmażyć na niej posiekaną cebulę. Składniki połączyć, dodać żółtka, sól, pieprz i ubitą pianę z białek. Masę podzielić na 12 kulek, obtaczać je w masie jajecznej i bułce tartej. Smażyć na złoty kolor, podawać z sosem i surówką.

Komponenty: 15 krajcov staršieho chleba, 15 dkg slaniny, 3 cibule, 4 vajcia, soľ, čierne korenie, 2 vajcia na obalovanie, 1 pohár strúhanky, 3/4 pohára oleja.

Namočíme starší chlieb, vytlačíme vodu a pomelieme ho. Dobre vychladenú slaninu pokrájame na kocky, vytopíme ju a osmažíme na nej posekanú cibuľu. Všetko zmiešame a pridáme žltky, soľ, čierne korenie a penu z bielok. Masu rozdelíme na 12 guľiek, ktoré obalíme roztrepaným vajíčkom a strúhankou. Smažíme dozlatista, podávame s omáčkou a zeleninovým obložením.

SZNYCLE Z ZIEMNIAKÓW ZEMIAKOVÉ KARBONÁTKY

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: 1,2 kg ziemniaków, 2 cebule, 1 łyżka smalcu, 1 łyżka mąki, 2 jaja, sól, pieprz, majeranek, 1 szklanka tartej bułki, olej do smażenia.

Ziemniaki ugotować w mundurkach, zemleć w maszynce do mielenia mięsa. Cebulę pokroić w drobną kostkę i usmażyć na jasnozłoty kolor. Do wystudzonych ziemniaków dodać cebulkę, jaja, przyprawy, mąkę – krótko i dokładnie wymieszać. Uformować na desce wałek, pokroić go na plastry. Każdy plaster panierować w bułce tartej, nadać mu kształt owalny i usmażyć z dwóch stron na złoty kolor. Sznycele ziemniaczane można podawać z sosami (pieczarkowym, pomidorowym, koperkowym lub mięsny) i surówkami sezonowymi. Uformowane z tej masy małe krążki (średnicy około 5 cm) mogą być dodatkiem do II dania z mięsa. Aby sznycelki zachowały kształt powinny być grubsze. Ziemniaki nie mogą być rozgotowane. Nadmiar mąki pogarsza ich smak.

Komponenty: 1,2 kg zemiakov, 2 cibule, 1 lyžica masti, 1 lyžica hladkej múky, 2 vajcia, soľ, čierne korenie, majorán, 1 pohár strúhanky, olej na smaženie.

Zemiaky uvaríme v šupe, očistíme ich a pomelieme na mlynčeku na mäso. Cibuľu pokrájame na drobné kocky a osmažíme ju dozlatista. K vychladeným zemiakom pridáme cibuľku, vajcia, koreniny, múku a poriadne vymiešame. Na doske sformujeme valec, ktorý pokrájame na pláty. Každý plát obalíme v strúhanke, dáme mu oválny tvar a smažíme dozlatista z oboch strán.

Zemiakové karbonátky môžeme podávať s omáčkou (šampiňónovou, paradajkovou, kôprovou alebo mäsovou) a sezónnym šalátom. Karbonátky v tvare koliesok (s priemerom asi 5 cm) môžu byť prílohou k hlavnému chodu z mäsa. Ak sú hrubšie, zachovávajú si svoj tvar. Zemiaky by nemali byť rozvarené a nadmerné množstvo múky neprispieva k zlepšeniu chuti karbonátok.

SZYSZKI DROŻDZOWE ŠIŠKY NA DROŻDIACH

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich, Trześniów (gmina Haczów)
Recept: Spolku vidieckych gazdín, Trześniów (obec Haczów)

Składniki: 1 litr mleka, 2,5 kg mąki, 70 dag cukru, 10 jaj, 0,5 litra oleju, 20 dag drożdży, szczypta soli.

Mleko lekko podgrzać, drożdże rozrobić z cukrem, dodać jajka, rozmieszać. Dodać mąkę i zarobić. Później dodać olej, sól i wyrobić ciasto do wyrośnięcia. Gdy wyrosnie formować szyszki. Posmarować jajkiem. Piec w dość gorącym piecu.

Komponenty: 1 liter mleka, 2,5 kg mąki, 70 dag cukru, 10 jajec, 0,5 litra oleja, 20 dag drożdžia, štipka soli.

Mleko trochu zohrejeme, drożdže rozmiešame s cukrom, pridáme vajcia a rozmiešame. Pridáme múku a vymiešame. Neskôr pridáme olej, soľ a vymiesime cesto na kysnutie. Keď cesto vykysne, urobíme šišky. Potrieme vajcom a pečieme v dosť horúcej peči.

ŚLIMACZKI Z MIĘSEM ŚLIMÁČIKY S MÄSOM

Przepis: Olga Sokół, Lubatowa (Beskid Dukielski)
Recept: Olga Sokółová, Lubatowa (Duklianske Beskydy)

Składniki: Ciasto naleśnikowe: 1 szklanka mleka, 1 szklanka wody, 25 dag mąki, 1 jajo, sól, słonina do smażenia naleśników; nadzienie: 50 dag mięsa wieprzowego, 1 jajo, 1 cebula, pół bułki czerstwej, 1 łyżka smalcu, sól, pieprz, jaja, bułka tarta do panierowania, olej do smażenia.

Wodę, mleko, jaja, sól zamieszać mątewką, dodać mąkę i dokładnie połączyć. Odstawić ciasto na 15 minut, aby dojrzało. Rozgrzać patelnię, posmarować ją kawałkiem słoniny i nalewać ciekłą warstwę ciasta, smażyć z dwóch stron. Sporządzić nadzienie. Ugotować mięso. Bułkę namoczyć w mięsny wywarze, odcisnąć i wszystko zemleć. Zrumienić pokrojoną w kostkę cebulę, dodać mięso, bułkę, jaja i przyprawić. Gdy nadzienie jest zbyt gęste, rozrzedzić wywarem z mięsa. Naleśniki przekroić na połowę, smarować cienko nadzieniem i zawijać w rulon (zaczynać od miejsca przecięcia). Trzymając w palcach jeden koniec rulonu, zwinąć spiralę w kształcie ślimaka, brzeg zakleić białkiem i na nim oprzeć naleśnikowego ślimaczka. Panierować w jajku i bułce tartej. Smażyć z dwóch stron na złoty kolor. Podawać jako dodatek do zup czystych lub danie obiadowe z sosami i surówkami. Zastosowanie naleśników w kuchni tego regionu jest ogromne. Najpopularniejszym warzywem używanym do nadzień jest kapusta świeża i kwaszona, do której dodawana jest zrumieniona na tłuszczu cebula, grzyby suszone i świeże oraz duszone lub gotowane mięso. Naleśniki nadziewa się również ziemniakami i serem, czyli nadzieniem stosowanym do ruskich pierogów. Nadziane naleśniki można panierować i obsmażyć w tłuszczu lub zapiekać. Często podawane są naleśniki z nadzieniami słodkimi, np.: serem, kremem budyniowym, owocami i ich przetworami.

Komponenty: palacinkové cesto: 1 pohár mleka, 1 pohár vody, 25 dag hladkej múky, 1 vajce, soľ, slanina na smaženie palacíniek;

plnka: 50 dag bravčového mäsa, 1 vajce, 1 cibuľa, pol starej žemle, 1 lyžica masti, soľ, čierne korenie, vajcia, strúhanka na obalovanie, olej na smaženie.

Rozhabarkujeme vodu, mlieko, vajce a soľ, pridáme múku. Cesto odstavíme na 15 minút, aby dozrelo. Rozohrejeme panvicu, omastíme ju kúskom slaniny a nalievame tenké vrstvy cesta, ktoré smažíme z oboch strán. Pripravíme plnku. Najprv

uvaríme mäso. Žemľu namočíme do mäsového vývaru, vytlačíme ju a všetko pomelieme. Osmažíme cibuľu pokrájanú na kocky, pridáme mäso, žemľu, vajce a okoreníme. Ak je plnka veľmi hustá, zriedime ju vývarom. Palacinky prekrájame na polovicu, natierame ich natenko a zvljame (od miesta prekrójenia). Prstom pridržíme jeden koniec zvitku, ktorý stočíme okolo stredu do špirály, okraj zlepíme bielkom a naň položíme palacinkového slimáčika. Obaľujeme vo vajíčku a strúhanke. Smažíme z oboch strán dozlatista. Podávame ako prílohu k riedkym polievkam alebo ako hlavný chod s omáčkou a zeleninovou prílohou. Palacinky v tejto regionálnej kuchyni majú nesmierne silné zastúpenie. Najpopulárnejšou zeleninou na plnky je čerstvá a kyslá kapusta, do ktorej sa pridávajú cibuľa osmažená na masť, sušená a čerstvé huby, ako aj dusené alebo varené mäso. Palacinky sa plnia taktiež zemiakmi a tvarohom, čiže plnkou na ruské pirohy. Plnené palacinky sú často obaľované a smažené, prípadne zapékané. Neraz sa servírujú so sladkou plnkou, napríklad s tvarohovou, pudingovým krémom, ovocím a podobne.

USZKA Z GRZYBAMI / UŠKA S HRÍBAMI

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Skladniki: Ciasto: 1 szklanka mąki, 1 jajo, pół szklanki letniej wody; farsz: 3/4 szklanki suszonych grzybów, 1 mała cebula, 1 łyżka masła, pół łyżki bulki tartej, 1 żółtko, sól, pieprz.

Grzyby umyć, namoczyć, ugotować i odcedzić (wywar grzybowy można wykorzystać do barszczu). Drobnoposiekane cibuľu usmažiť na masle, dodať zmlieľone lub posiekane grzyby – chvíľu podsmažiť. Wystudzić, połączyć z tartą buľką i żółtkom, przyprawić do smaku. Zarobić z wymienionych składników luźne ciasto (jak na pierogi), cienko rozwałkować i pokroić na kwadraty o boku 4 centymetrów. Nakładać nadzienie, składać po przekątnej i dokładnie zlepiać brzegi ciasta, Następnie połączyć dwa przeciwległe rogi i dokładnie je skleić. Gotować w osolonej wrzącej wodzie, gdy wypłyną, są gotowe.

Uszka z grzybami są wigilijnym dodatkiem do barszczu czystego. W dni świąteczne podaje się barszcz z uszkami nadziewanymi farszem mięsnym.

Komponenty: Cesto: 1 pohár hladkej múky, 1 vajce, pol pohára letnej vody; Plnka: 3/4 pohára sušených hríbov, 1 malá cibuľa, 1 lyžica masla, pol lyžice strúhanky, 1 žltok, sol, čierne korenje.

Premyjeme hríby, namočíme ich, uvaríme a scedíme (hubový vývar môžeme využiť na boršč). Nadrobno posekanú cibuľu opražíme na masle, pridáme k nej pomleté alebo posekané hríby, chvíľu smažíme. Zmes dáme vychladnúť, okoreníme ju a vymiešame so strúhankou a žltkom. Pripravíme vláčne cesto z hore uvedených surovín (ako na pirohy), vyvalkáme ho natenko a pokrájame na štvorce s rozmerom 4 cm. Vkladáme plnku a dôkladne lepíme trojuholníky. Ich dva vzdialenejšie rohy taktiež zlepíme. Uška varíme v osolenej vriacej vode, po vyplávaní sú hotové.

USZKA Z MIĘSEM / UŠKA S MÄSOM

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Skladniki: 1 kg mąki, 1 kg mielonego mięsa, 1 cebula, 1 jajko na ciasto, 2 jajka do farszu, pół łyżki soli, pół łyżeczki pieprzu.

Zrobić ciasto jak na pierogi. Mięso mielone wymieszać ze świeżą, zmieloną cebulą oraz jajkami. Dodać pieprz i sól. Robić w malutkie pierożki, wrzucić do wrzątku. Gotowe omaścić masłem. Można lekko pokropić sokiem z cytryny.

Komponenty: 1 kg hladkej múky, 1 kg mletého mäsa, 1 cibuľa, 1 vajce na cesto, 2 vajcia na plnku, pol lyžice soli, pol lyžičky čierneho korenja.

Pripravíme cesto ako na pirohy. Mleté mäso zmiešame so surovou, pomletou cibuľou a vajcami. Pridáme čierne korenje a soľ. Plníme malé pierožky, dávame ich do vriacej vody. Hotové omastíme maslom, prípadne pokvapkáme citrónovou šťavou.

WIENIEG Z MASY MIĘSNEJ MÄSOVÝ VENIEG

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Skladniki: 65 dag wołowiny, 65 dag wieprzowiny, ćwiartka bulki czerstwej, 1 cebula, 1 jajko, 10 dag pora, 10 dag kukurydzy, 20 dag marchwi, 10 dag groszku, olej do smażenia, sól, pieprz.

Mięso umyć, przekroić, zmielić. Dodać namoczoną i odcisniętą buľkę, jajo oraz pokrojoną w kostkę, usmażoną cibuľu. Wszystkie wymieszać, doprawić do smaku. Marchew obrać, ugotować, pokroić w kostkę. Por oczyścić i pokroić w kostkę. W foremce ułożyć połowę masy mięsnej, na niej wianuszek jarzyn (por, marchew, groszek i kukurydzę). Następnie wyłożyć drugą część mięsa. Piec około godziny.

Komponenty: 65 dkg hovädziny, 65 dkg bravčoviny, štvrt starej žemle, 1 cibuľa, 1 vajce, 10 dkg póru, 10 dkg kukurice, 20 dkg mrkvy, 10 dkg hrášku, olej na smaženie, sol, čierne korenje.

Umyjeme mäso, podelíme ho a pomelieme. Pridáme namočenú a vyžmýkanú žemľu, vajce a na kocky pokrájanú osmaženú cibuľu. Všetko vymiešame, okoreníme podľa chuti. Mrkvu a pór očistíme, uvaríme a pokrájame na kocky. Do formy dáme polovicu mäsovej masy, na ňu pletenec zeleniny (pór, mrkvu, hrášok a kukuricu). Potom naložíme druhú polovicu mäsovej masy. Pečieme asi hodinu.

WIEPRZOWINA Z KAPUSTĄ BRAVČOVINA V KAPUSTE

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Składniki: 0,5 kg wieprzowiny bez kości, 10 dag boczku, 5 dag smalcu, mała główka kapusty, 50 dag ziemniaków, natka pietruszki, ziemniaki (według uznania), sól.

Mięso umyć i uformować na pieczeń. Zesnurować bawełnianą nitką. Boczek pokroić w kostkę. W naczyniu rozgrzać smalec, zarumienić boczek, a następnie mięso. Oprószyć solą i pieprzem, przykryć i podgrzewać na małym ogniu. Kapustę obrać z wierzchnich liści, umyć i pokroić na 4 części. Włożyć do osolonej wody, gotować 15 minut, osączyć. Dodać do mięsa obgotowaną kapustę i umytą natkę pietruszki. Dusić na małym ogniu około godziny. Obrac ziemniaki, umyć i włożyć do mięsa. Dusić jeszcze około 45 minut. Odstawić. Z mięsa zdjąć nitkę i podzielić na porcje.

Komponenty: 0,5 kg bravčoviny bez kostí, 10 dkg bôčika, 5 dkg masti, malá hlávka kapusty, 50 dkg zemiakov (podľa uváženia), petržlenová vňať, soľ, čierne korenie.

Mäso umyjeme, sformujeme do jedného celku a obviažeme bavlnenou niťou ako šunku. Pokrájame bôčik na kocky. V hrnci roztopíme masť, osmažíme bôčik a potom mäso. Poprášime soľou a čiernym korením, prikryjeme a dusíme na miernom ohni. Z kapusty odstránime vrchné listy, umyjeme ju a rozštvrtíme. Vložíme ju do osolenej vody, varíme 15 minút a dáme odkvapkať. Uvarenú kapustu a umytú petržlenovú vňať pridáme k mäsu. Dusíme na miernom plameni asi hodinu. Očistíme zemiaky, umyjeme ich a vložíme k mäsu. Dusíme ešte 45 minút, potom odstavíme. Z mäsa odstránime niť, pokrájame ho na pláty.

ZACIERKA (STARANKA)

MŁĘCZNA POLIEWKA S HAU- ŠKAMI (ZATIERKA, STARANKA)

Przepis: Maria Gocz, Zyntranowa (Beskid Dukielski)
Recept: Mária Goczová, Zyntranowa (Duklianske Beskydy)

Z 15–20 dag mąki i jajka zrobić ciasto na wodzie. Szczypać małe kawałki ciasta i rzucać je na gotujące mleko. Dodać do smaku masła i soli albo cukru.

Z 15-20 dkg hladkej múky, vajca a vody urobíme cesto. Do vriaceho mlieka odštipujeme malé kúsky cesta. Podľa chuti pridáme maslo a soľ, prípadne cukor.

ZACIERKA / MŁĘCZNA MRVENICA

Przepis: Myczkowce (gmina Solina)
Recept: Myczkowce (obec Solina)

Składniki: 1 jajko, 150 g mąki, pół łyżki sól, 1 litr mleka.

Z jajka i mąki wyrabiamy ciasto pierogowe i ścieramy je na tarce o grubych oczkach lub szczypiemy. Do gotującego mleka wspinujemy tarte ciasto i gotujemy do miękkości i solimy do smaku.

Komponenty: 1 vajce, 150 g hladkej múky, pol lyžice soli, 1 l mlieka.

Z vajíčka a múky urobíme pirohové cesto, ktoré nahrubo postrúhame, prípadne ho pomrvíme ručne. Do vriaceho mlieka vsypeme pomrvené cesto a varíme ho domäkka. Osolíme podľa chuti.

ZALEWAJKA / ZALEVAJKA

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Składniki: 1 kg ziemniaków, 1 dag grzybów suszonych, 0,25 litra żuru, 1,5 litra wody, pół szklanki śmietany, 5 dag słoniny, 1 cebula, 25 dag włoszczyzny, sól, pieprz.

Ugotować wywar z warzyw, przecedzić i ugotować w nim pokrojone w kostkę ziemniaki. Grzyby wcześniej namoczyć i ugotować do miękkości, a następnie pokroić w paski. Połączyć wywar grzybowy z wywarem z ziemniaków. Następnie dodać żur i śmietanę. Całość zagotować, dodać przesmażoną na słońnie cebulę, doprawić do smaku.

Komponenty: 1 kg zemiakov, 1 dkg sušených hřibov, 0,25 l žuru (kvásku z ražnej múky), 1,5 l vody, pol pohára kyslej smotany, 5 dkg slaniny, 1 cibula, 25 dkg zeleniny, soľ, čierne korenie.

Prípravíme zeleninový vývar, zeleninu scedíme a vo vývare uvaríme na kocky nakrájané zemiaky. Hříby ešte predtým namočíme a uvaríme domäkka, pokrájame ich na pásiky. Zmiešame hubový vývar s vývarom so zemiakov a zeleniny. Pridáme doň žur a kyslú smotanu. Polievku privedieme do varu, dáme do nej na slanine osmaženú cibuľu a okoreníme podľa chuti.

ZAJĄC LUB KRÓLIK W ŚMIETANIE ZAJĄC ALBO KRÓLIK NA SMOTANE

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: 1 kg combra ze skokami, 35 dag włoszczyzny, pół szklanki octu, 1,5 szklanki wody, 10 dag słoniny, 3 łyżki oleju, 1 łyżka mąki, 1 szklanka śmietany, sól.

Mięso ułożyć w garnku i obłożyć pokrojoną włoszczyzną, zalać octem połączonym z przegotowaną wodą. Po dwóch dniach usunąć z mięsa błony, comber naszpikować paskami słoniny. Posolić, obrumienić na dobrze rozgrzanym tłuszczu, podlać zalewą, dodać włoszczyznę i dusić do miękkości. Miękkie mięso wyjąć, część jarzyn przetrzeć, dodać do sosu. Zagęścić sos, mąkę połączoną ze śmietaną, zagotować i przyprawić. Do sosu włożyć mięso – wszystko ogrzewać kilka minut. Podać z pieczonymi ziemniakami i ćwikłą.

Komponenty: 1 kg chrbta s nôžkami, 35 dkg zeleniny, pol pohára octu, 1,5 pohára vody, 10 dkg slaniny, 3 lyžice oleja, 1 lyžica hladkej múky, 1 pohár kyslej smotany, soľ.

Mäso vložíme do hrnca a obložíme ho pokrájanou zeleninou, zalejeme octom s prevarenou vodou. Po dvoch dňoch odstránime z mäsa blany, chrbát našpikujeme kúskami slaniny. Osolíme ho a osmažíme na dobre zohriatom oleji, podlejeme vodou, pridáme zeleninu a dusíme domäkka. Mäso vyberieme, časť zeleniny rozotrieme a dáme do omáčky. Tú zahustíme múkou vymiešanou v smotane, okoreníme a chvíľu varíme. Mäso vložíme späť do omáčky, ešte chvíľu zohrievame. Podávame s pečenými zemiakmi a cviklou.

ZAMISZKA – MAMAŁYGA KUKURIČNÁ KAŠA (MAMAŁYGA)

Przepis: Maria Gocz, Zyndranowa (Beskid Dukielski)
Recept: Mária Goczová, Zyndranowa (Duklianske Beskydy)

Składniki: 2 litry mleka, 6 łyżek mąki kukurydzianej, 2 łyżki masła, sól.

Na gotujące się mleko wlewać połączoną z zimną wodą mąkę. Posolić, dobrze wymieszać i gotować około 10 minut na wolnym ogniu – ciągle mieszać, aby potrawa się nie przypaliła. Mamałyga jest gotowa, gdy w czasie mieszania odstaje od dna naczynia. Podajemy ją z ciepłym mlekiem lub roztopionym masłem.

Komponenty: 2 l mleka, 6 łyżec kukurydziej mąki, 2 łyżce masła, sól.

Múku zmiešanú s vodou vlievame do kypiaceho mlieka. Osolíme a varíme asi 10 minút na miernom ohni – neustále miešame, aby sa kaša nepripálila. Mamałyga je hotová, ak sa počas miešania nelepí na dno hrnca. Podávame ju s teplým mliekom alebo roztopeným maslom.

ZAPRAWA DO DZICZYNY PRÍLOHA S ZELENINOU K DIVINE

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Składniki: po 5 dag marchwi, selera, pietruszki, cebuli, po 1 łyżce: oleju, octu, cukru.

Warzywa umyć, pokroić w cienkie talarki, dodać olej, cukier, zmiażdżone przyprawy i ugniatać ręką tak długo, aż puszcza sok. Mięso natrzeć warzywami i włożyć do dopasowanej wielkością miski.

Mięso opłukać, obrać z błon i usunąć z niego ścięgna, natrzeć zaprawą z warzyw. Marynować w chłodnym miejscu 1–2 dni. Z mięsa usunąć warzywa, osolić i oprószyć mąką, obsmażyć mięso ze wszystkich stron na bardzo gorącym tłuszczu, przełożyć do rondla. Cebulę obrać, pokroić w talarki, usmażyć na tłuszczu, w którym smażyło się mięso, przełożyć do rondla, podlać wodą i dusić do miękkości na wolnym ogniu. Wyparowany sos uzupełniać wodą. Pod koniec duszenia dodać paprykę, przecier pomidorowy i pozostałe przyprawy (liść laurowy, rozgniecione ziarna pieprzu, jałowca i ziela angielskiego). Pieczeń oprószyć resztą mąki, wlać wino i dusić jeszcze kilkanaście minut. Kroić w poprzek włókien w plastry.

Komponenty: po 5 dkg: mrkwy, zeleru, petrzeleny, cibule, po 1 łyżci: oleju, octu, cukru.

Zeleninu umyť, pokrájať na tenké plátky, pridať olej, cukor, pomrvené prísady a miesiť rukou tak dlho, až pustia šťavu. Mäso potrieť zeleninou a vložiť do veľkosťou prispôsobenej misky. Mäso opláchnuť, odstrániť blany a odstrániť z neho šľachy, natrieť prílohu so zeleniny. Marinovať na chladnom mieste 1 – 2 dni. Z mäsa potom späť vybrať zeleninu, osoliť

a poprášiť múkou, osmažiť mäso zo všetkých strán na veľmi horúcej masti, preložiť do kastróla. Ošúpať cibuľu, pokrájať na plátky, usmažiť na masti, na ktorej sa pieklo mäso, preložiť do kastróla, podlať vodou a dusiť do mäkká na slabom ohni. Vyparovanú šťavu dopĺňať vodou. Na záver dusenia pridať papriku, paradajkový pretlak a zvyšné koreniny (bobkový list, rozmrvené zrnká čierneho korenia, borievky a nového korenia). Pečené mäso poprášiť zvyškom múky, vliať víno a dusiť ešte pár desiatok minút. Krájať naprieč vláknami na plátky.

ZARZUCAJKA / HÁDZAJKA

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Składniki: 5–6 ziemniaków, marchew, cebula, pół litra kwasu z kapusty, 10 dkg słoniny lub boczek, 2 łyżki mąki, 2–3 ziarna pieprzu, ziele angielskie.

Obrane ziemniaki, pokrojone w kostkę i starte warzywa ugotować w 1 l wody (wrzucając je do wrzącej wody). Do miękkich dodać kwas i niewielką ilość drobno posiekanej kapusty. Stopić słoninę, wyjąć skwarki, a z tłuszczu i mąki przygotować jasną zasmażkę, podprawić zupę, zagotować. Przed podaniem wyspać do zupy skwarki.

Komponenty: 5-6 zemiakov, mrkva, cibuľa, 0,5 l šťavy z kyslej kapusty, 10 dkg slaniny alebo bôčika, 2 łyżce hladkej mąki, 2-3 zrnká čierneho korenia, nové korenie.

Očistené, na kocky pokrájané zemiaky a postrúhanú zeleninu vložíme do 1 litra vriacej vody. Keď je zelenina mäkká, pridáme šťavu a malé množstvo nadrobno posekanej kapusty. Vytopíme slaninu, vyberieme škvarky a na masti urobíme svetlú zápražku, ktorou zahustíme polievku. Pred podávaním pridáme do polievky škvarky.

ZIEMIANKI NA SPOSÓB PASTERSKI ZEMIANKY NA PASTIERSKY SPÔSOB

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku vidieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

W żeliwnym, głębokim garnku na dnie układa się cienkimi plasterkami słoninę, a potem surowe, pokrajane w plastry ziemniaki, cebulę i słoninę lub wędzony boczek. I tak warstwami do końca garnka. Każdą warstwę oprósza się solą i pieprzem. Ostatnią warstwę tworzą ziemniaki, które nakrywa się 2–3 liśćmi kapusty. Garnek kładzie się w ognisko i otacza żarem, lekko podsycając ogień. Po około 40–50 min ziemniaki są gotowe.

Na dno liatinového, hlbokého hrnca uložíme tenké plátky slaniny, na ne surové plátky zemiakov, cibule a znova slaniny. Takto urobíme viacero vrstiev po vrch hrnca. Každú vrstvu osolíme a

okorenienie. Posledná vrstva, pokrytá dvoma-troma kapustnými listami, pozostáva zo zemiakov. Hrnec sa kladie na ohnisko, obklopí sa pahrebou tak, aby mierne horelo. Po 40-50 minútach sú zemiaky hotové.

ZIEMNIAKI PIECZONE PEČENÉ ZEMIAKY

Przepis: Tereza Kyszczyk – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszczyková – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: 1 kg zemiakov, 100 g masla, pól lyžki soli, pól litra mleka.

Nieobrane ze skôrki, umyte zemiaky poukládať na listiu, posypať soľu, postaviť v pekárniku (najlepšie do peca na rozžarzone węgle) i piec do miękkości. Pieczone zemiaki wyłożyć na płótno, zrobić kilka ruchów płótnem, aby je oczyścić i na kilka minut odłożyć z powrotem, aby odparowały. Jeść z masłem, soľu i mlekiem.

Komponenty: 1 kg zemiakov, 100 g masla, pól lyžice soli, 0,5 l mlieka.

Nieošúpané a umyté zemiaky uložíme na kapustné listy, posypeme ich soľu a vložíme do rúry (najlepšie do peca na pahrebu). Upečené zemiaky vyložíme na plátno, potrasíme plátnom, aby sa zemiaky očistili. Dáme ich trocha vychladnúť. Zemiaky jeme s maslom, soľu a mliekom.

ZIEMNIAKI ZAPIEKANE ZAPEKANÉ ZEMIAKY

Przepis: Bronisława Wołkowicz, Teodorówka (Beskid Dukielski)
Recept: Bronisława Wołkowiczová, Teodorowka (Duklianske Beskydy)

Skladniki: 1,5 kg zemiakov, 2 lyžki masla lub smalcu, 2 cebule, kminek.

Ziemniaki umyć, obrać, opłukać, zalać wrzącą wodą i ugotować. Wyłożyć na blachę, polać zrumienioną cebulą i posypać kminkiem. Zapiec w temperaturze 180°C w piekarniku. Podawać z czerwonym barszczem, żurkiem, kwaśnym mlekiem lub maślanką.

W taki sam sposób można przygotować ziemniaki z innymi dodatkami, np.: rozmarynem, lebidką (oregano), wegetą, tymiankiem, koperkiem. Można również posypać ziemniaki startym żółtym serem.

Komponenty: 1,5 kg zemiakov, 2 lyžice masla alebo masti, 2 cibule, rasca.

Zemiaky očistíme a opláchneme, zalejeme ich vriacou vodou a uvaríme. Dáme ich na plech, polejeme osmaženou cibulou a posypeme rascou. Zapečieme v rúre pri teplote 180°C. Podávame s polievkou pripravenou z cviklového zákvasu (borščom) alebo z kvásku z ražnej múky (žurom), prípadne s kyslým mliekom či cmarom. Takto môžeme zapiecť zemiaky s inými prísadami, napríklad s rozmarínom, oreganom, tymianom, kôprom. Zemiaky môžeme posypať aj postrúhaným tvrdým syrom.

ZIEMNIAKI ZAPIEKANE Z MIĘSEM ZEMIAKY ZAPEKANÉ S MÄSOM

Przepis: Alina Baj, Ustrzyki Dolne
Recept: Alina Bajová, Ustrzyki Dolne

Skladniki: 2 kg zemiakov, 0,5 kg kielbasy, 0,5 kg mięsa gulaszowego surowego, 200–300 g boczku, liście z kapusty, czosnek posiekany, natka z pietruszki.

Boki garnka i spód wyłożyć boczkiem, następnie liśćmi z kapusty, na spód warstwa ziemniaków, pokrojonych w talarki, na to warstwa pokrojonego w kostkę boczku, kielbasy i czosnku. Całość ugniatamy, kładziemy następnie warstwy naprzemiennie, aż do końca. Przykrywamy przykrywką i wkładamy do piekarnika (peca). Pieczemy ok. 1 godzinę. Po wyjęciu danie jest gotowe do spożycia. Można to również upiec w żeliwnym garnku na ognisku.

Komponenty: 2 kg zemiakov, 0,5 kg klobásy, 0,5 kg surového mäsa na gulaš, 200–300 g bôčika, kapustné listy, posekaný cesnak, petržlenová vňať.

Dno a boky hrnca obložíme plátkami bôčika, následne (vnútornými) kapustnými listami, potom na dno kladíme vrstvu zemiakových koliesok, na ne vrstvu bôčika nakrájaného na kocky, klobásy, mäsa, cesnaku a petržlenovej vňate. To vymiešame, striedavo kladíme ďalšie vrstvy až po vrch hrnca. Zakryjeme pokrievkou a vložíme do rúry. Pečieme asi 1 hodinu. Zemiaky môžeme zapiecť aj v liatinovom hrnci na ohnisku.

ZIEMNIAKI ZAPIEKANE Z SEREM ALBO BRYNDZĄ ZEMIAKY ZAPEKANÉ S TVAROHOM ALEBO BRYNDZOU

Przepis: Tereza Kyszczyk – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszczyková – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: 1 kg zemiakov, pól lyžki soli, pól lyžki pieprzu, 1 lyžka masla, 0,5 kg sera lub bryndzy, 1 szklanka śmietany, 2 jajka.

Ziemniaki ugotować ze skôrka, ugotowane wyczyścić, duże pokroić, posolić, posypać pieprzem. Kłaść cienką warstwą w naczyniu, zbryzgać masłem, posypać serem albo bryndzą i polać śmietaną. Tak zrobić 2–3 razy, lecz tak, aby ostatnia warstwa była z ziemniaków. Polać z wierzchu śmietaną, nakryć przykrywką i dusić w piekarniku 30–40 minut. Na koniec przykrywkę na 5–10 minut zdjąć, żeby górna warstwa ziemniaków się zarumieniła.

Komponenty: 1 kg zemiakov, pól lyžice soli, pól lyžice čierneho korenia, 1 lyžica masla, 0,5 kg tvarohu alebo bryndze, 1 pohár kyslej smotany.

Zemiaky uvaríme v šupe, uvarené ich očistíme, pokrájame na plátky, všetky osolíme a posypeme čiernym korením. Vytvoríme z nich tenšiu vrstvu v hrnci, oprskáme ju maslom, posypeme tvarohom či bryndzou a polejeme smotanou. Všetko zopakujeme dva-tri razy tak, aby posledná vrstva bola zo zemiakov. Povrch polejeme smotanou a prikryté pečieme v rúre 30-40 minút. Nakoniec odstránime pokrievku na 5-10 minút, aby sa horná vrstva zemiakov zapiekla.

ZIEMNIAKI ZAPIEKANE Z SEREM I BRYNDZĄ ZEMIAKY ZAPEKANÉ S TVAROHOM A BRYNDZOU

Przepis: Maria Gocz, Zyndranowa (Beskid Dukielski)
Recept: Mária Goczová, Zyndranowa (Duklianske Beskydy)

Ugotować 2 kg ziemniaków, po ugotowaniu obrać ze skórki, pokroić w plastry i układać w brytfance. Na warstwę ziemniaków rozłożyć małe kawałki masła, posypać serem albo bryndzą i polać śmietaną. Ułożyć tak 2–3 warstwy. Ostatnia warstwa ma być z ziemniaków. Wierzch polać śmietaną. Nakryć przykrywką i piec w piekarniku do 40 min. Na ostatnie 5–10 min zdjąć pokrywkę, aby wierzchnia warstwa ziemniaków zarumieniła się.

Uvaríme 2 kg zemiakov, po uvarení ich ošúpeme a pokrájame na plátky, ktoré ukladáme do pekáča. Vrstvu zemiakov osolíme a okoreníme, na ňu rozložíme kúsky masla, posypeme tvarohom a bryndzou, polejeme kyslou smotanou. Uložíme tak dve-tri vrstvy. Posledná vrstva má byť zo zemiakov. Povrch opäť polejeme smotanou. Prikryté pečieme v rúre maximálne 40 minút. 5-10 minút pred dopečením odoberieme pokrievku, aby sa vrchná vrstva zemiakov zapiekla.

ZUPA CZOSNKOWA CESNAKOVÁ POLIEVKA

Przepis: Aniela Stec, Olchowce
Recept: Aniela Stecová, Olchowce

Składniki: 0,5 kg ziemniaków, 4 ząbki czosnku, 200 g skwarków ze słoniny, pół łyżki soli.

Ziemniaki pokrojone w kostkę, kilka ząbków czosnku, gotować razem, sól dodać do smaku, okrasić skwarkami ze słoniny.

Komponenty: 0,5 kg zemiakov, 4 strúčiky cesnaku, 200 g škvarkov zo slaniny, pol lyžice soli.

Spolu varíme zemiaky pokrúšané na kocky a strúčiky cesnaku, pridáme soľ podľa chuti a ozdobíme škvarkami zo slaniny.

ZUPA DYNIOWA TEKVICOVÁ POLIEVKA

Przepis: Huzele (gmina Lesko)
Recept: Huzele (obec Lesko)

Składniki: 1 średnia dynia, 1 litr mleka, 300 g mąki, 1 jajko, pół łyżki soli.

1 średnią dynię obrać ze skórki, wyjąć łyżką pestki. Pokroić dynię w kostkę i ugotować w małej ilości wody. Oddzielnie ugotować na wodzie zacierkę, dodać do niej mleka i przetartą przez sitko dynię, doprawić solą. Zupa ma być gęsta.

Komponenty: 1 stredná tekvica, 1 l mlieka, 300 g hladkej múky, pol lyžice soli.

Očistíme jednu strednú tekvicu, lyžicou odstránime kôstky. Pokrájame tekvicu na kocky a uvaríme ju v menšom množstve vody. Osobitne uvaríme vo vode múku, pridáme k nej mlieko, tekvicu rozotretú cez sitko a soľ. Polievka má byť hustá.

ZUPA „DZIAD Z BABĄ” POLIEVKA DEDO S BABOU

Przepis: Bezmiechowa Górna
Recept: Bezmiechowa Gorna

Składniki: 2 litry wody, 5–6 ziemniaków, 2 szklanki mleka, zacierka.

Na osoloną wodę wrzucić pokrojone ziemniaki. Pod koniec gotowania dodać uprzednio zagotowaną zacierkę i wlać mleko, przyprawić do smaku solą.

Komponenty: 2 l vody, 5-6 zemiakov, 2 poháre mlieka, mrvance.

Do osolenej vody dáme pokrúšané zemiaky. Pred ich dovarením pridáme skôr uvarené mrvance a vlejeme mlieko. Dochutíme soľou.

ZUPA KUKURYDZIANO-SELEROWA KUKURIČNO-ZELEROVÁ POLIEVKA

Przepis: Olga Sokół, Lubatowa (Beskid Dukielski)
Recept: Olga Sokół, Lubatowa (Duklianske Beskydy)

Składniki: 20 dag kukurydzy gotowanej, 20 dag selera, 10 dag zielonej papryki, 10 dag czerwonej papryki, 10 dag przecieru pomidorowego, 10 dag cebuli, 10 dag żółtego sera, 1 szklanka mleka, 2 łyżki masła, 1 łyżka mąki, sól, pieprz, słodka mielona papryka.

W garnku rozpuścić łyżkę masła i zeszklić na nim pokrojoną w kostkę cebulę. Dodać kukurydzę, pokrojone w kostkę warzywa, podlać niewielką ilością wody i poddusić. Doprawić do smaku papryką w proszku, solą i pieprzem, dodać przecieru pomidorowego. Z masła i mąki sporządzić zasmażkę, rozprowadzić ją mlekiem i dodać do zupy. Zagotować i przyprawić. Połączyć z wcześniej startym serem, podawać z grzankami.

Komponenty: 20 dkg varenej kukurice, 20 dkg zeleru, 10 dkg zelenej papryky, 10 dkg červeneje papryky, 10 dkg paradajkového pretlaku, 10 dkg cibule, 10 dkg žltého syra, 1 šálka mlieka, 2 lyžice masla, 1 lyžica múky, soľ, čierne korenje, sladká mletá paprika.

V hrncu rozpustiť lyžicu masla a popražiť do sklovita na ňom pokrúšanú na kocky cibuľu. Pridať kukuricu, pokrúšanú na kocky zeleninu, podliať nevelkým množstvom vody a podušiť. Dochutiť paprikou v prášku, soľou a čiernym korením, pridáť paradajkový pretlak. Z masla a múky zhotoviť zápražku, rozriediť ju mliekom a pridáť do polievky. Uvariť a pridáť skôr postrúhaný syr, servírovať s hriankami.

ZUPA MŁĘGZNA – STARANKA MŁIECZNA POLIEVKA (STARANKA)

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszcaková – Tradičné lemkovské jedlá

Składniki: 2 litry mleka, 0,5 kg mąki, 1 jajko, pół szklanki wody, pół łyżki soli.

Mleko zagotować, mąkę zagnieść z wodą i jajkiem na ciasto, palcami odszczypywać z niego małe kawałki, rzucać je na kipiące mleko. Gdy jeszcze kipi, dodać odrobinę soli, cukru i masła do smaku.

2 l mleka, 0,5 kg hladkej múky, 1 vajce, pol pohára vody, pol lyžice soli.

Mleko privedieme do varu, vymiesime cesto z múky, soli, vody a vajca. Prstami odštipujeme z cesta maličkú kúska, hádzeme ich do vriaceho mleka. Kým mleko vri, dáme štipku soli, cukor a maslo podľa chuti.

ZUPA MŁĘCZNA Z BOCZNIAKAMI MŁĘCZNA POLIEVKA S HLIVAMI

Przepis: Tereza Kyszczyk – „Tradycijni lemkiwśki strawy”
Recept: Tereza Kyszczaková – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: 500 g boczników, 100 g masła, 2 litry mleka, 2 łyżki mąki, pół łyżki soli, pół łyżki pieprzu.

500 g świeżych boczników oczyścić, wymyć i pokroić na kawałki, można podsmażyć na maśle, zalać 2–3 litrami mleka i postawić do gotowania. Podsmażyć 1–2 łyżki mąki na maśle, rozwieść wywarem albo wodą, wlać do grzybów, dać pieprzu, soli i niech się trochę pogotują. Taką zupę można również ugotować na wodzie, ale potem 2–3 łyżki śmietany należy rozwieść 2–3 łyżkami mąki, wlać do wywaru i doprowadzić do kipienia.

Komponenty: 500 g hlív, 100 g masła, 2 l mleka, 2 lyžice hladkej múky, pol lyžice soli, pol lyžice čierneho korenja.

Očistíme 500 g čerstvých hlív, umyjeme ich a pokrájame, môžeme ich osmažiť na masle, zalejeme 2-3 litrami mleka a postavíme na sporák. Opražíme 1-2 lyžice múky na masle, zriedíme vývarom alebo vodou, vlejeme k hubám a dáme čierne korenje a soľ. Huby by sa mali trocha povariť. Polievku môžeme uvariť aj bez mleka, potom však do vody vlejeme 2-3 lyžice kyslej smotany rozmiešanej s 2-3 lyžicami múky. Polievku necháme chvíľu vriieť.

ZUPA MŁĘCZNA Z MARCHWIĄ MŁĘCZNA POLIEVKA S MRKVOU

Przepis: Tereza Kyszczyk – „Tradycijni lemkiwśki strawy”
Recept: Tereza Kyszczaková – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: 4 marchewki, 1 szklanka mleka, 1 łyżka masła, 1 łyżka cukru, pół łyżeczki soli, 1 łyżka grysiku, 1 łyżka mąki, 3 szklanki mleka.

Wyczyścić i wymyć 4 duże marchwie, pociąć w drobne kwadraty, zalać szklanką gorącego mleka, dodać łyżkę masła, do smaku cukier, sól i dusić do gotowości. Mąkę lekko podsmażyć, rozwieść chłodnym mlekiem i wlać do marchwi (zamiast mąki można dodać łyżkę grysiku), dolać jeszcze 2–3 szklanki gorącego mleka i przegotować.

Komponenty: 4 mrkvy, 1 pohár mleka, 1 lyžica masla, 1 lyžica cukru, pol lyžičky soli, 1 lyžica krupice alebo hladkej múky, 3 poháre mleka.

Očistíme a umyjeme 4 veľké mrkvy, porežeme ich na drobné kocky, zalejeme pohárom horúceho mleka, pridáme lyžicu masla, cukor podľa uváženia, soľ a dusíme domäkka. Múku mierne

osmažíme, zalejeme ju chladným mliekom a zátrepku vlejeme do mrkvy (namiesto múky môžeme použiť krupicu). Dolejeme ešte 2-3 poháre horúceho mleka a prevaríme.

ZUPA NA SERWATCE SRVÁTKOVÁ POLIEVKA

Przepis: Mieczysława Farbaniec, Jaśliska
Recept: Mieczysława Farbaniecová, Jaslička

Skladniki: 1 liter serwatki, pół szklanki śmietany, 2 łyżki mąki, 1 łyżka smalcu, 1 jajko, sól, pieprz.

Serwatkę zagotować. Podbić śmietanę mąką i jajkiem (aby się nie zważyło wymieszać razem ze szczyptą soli). Zagotować. Można podawać z chlebem, bułką, jajkiem.

Komponenty: 1 l srvátky, pol pohára kyslej smotany, 2 lyžice hladkej múky, 1 lyžica masla, 1 vajce, soľ, čierne korenje.

Prevaríme srvátku. Zahustíme ju smotanou, múkou a vajcom (suroviny roztrepeme so štipkou soli, aby sa polievka nezrazila). Opäť prevaríme. Polievku môžeme podávať s chlebom, žemlou, vajíčkom natvrdo.

ZUPA NA SERWATCE ŚWIEGONKA POLIEVKA NA SRVÁTKE

Przepis: Mieczysława Farbaniec, Jaśliska
Recept: Mieczysława Farbaniecová, Jaslička

Skladniki: 1 liter serwatki, 10 dag boczku wędzonego (gotowany), 10 dag szynki wędzonej (gotowana), 10 dag kielbasy (cienkiej), 4 jaja gotowane na twardo, 1 bułka czerstwa – mała, 2 łyżeczki chrzanzu tartego, sól, pieprz do smaku.

Serwatkę zagotować. Dodać wędlinę pokrojoną na drobno. Zagotować wszystko razem. Jajka pokroić na średniej wielkości kawałki i zagotować. Dodać chrzan, sól i pieprz do smaku. Na koniec wrzucić bułkę uprzednio pokrojoną w kostkę.

Komponenty: 1 liter srvátky, 10 dkg údeného bôčiku (varený), 10 dkg údenej šunky (varená), 10 dkg klobásy (tenkej), 4 vajčka uvarené na tvrdo, 1 tvrdá žemla – malá, 2 lyžičky strúhaného chrenu, soľ, korenje podľa chuti.

Srvátku uvariť. Pridať údeniny pokrájané na drobno. Všetko spolu uvariť. Vajička pokrájať na kúsky strednej veľkosti a uvariť. Pridať chren, soľ a korenje podľa chuti. Na koniec vhoďiť žemľu, ešte skôr pokrájanú na kocky.

ZUPA NA WODZIE Z KAPUSTY POLIEVKA NA ŠŤAVE Z KAPUSTY

Przepis: Mieczysława Farbaniec, Jaśliska
Recept: Mieczysława Farbaniecová, Jaslička

Skladniki: 1 liter wody z kapusty kwaśnej, 10 dag słoniny pokrojonej w kostkę i usmażonej, 4 ziemniaki pokrojone w kostkę, sól i pieprz do smaku.

Wodę z kapusty zagotować, dodać usmażoną słoninę. Ziemniaki ugotować osobno i dodać do gotującej się zupy.

Komponenty: 1 l šťavy z kyslej kapusty, 10 dkg na kocky pokrájanej a osmaženej slaniny, 4 zemiaky pokrájané na kocky, soľ a čierne korenie podľa chuti.

Prevaríme šťavu z kyslej kapusty, pridáme osmaženú slaninu. Zemiaky uvaríme osobitne a dáme ich do vriacej polievky. Osolíme a okoreníme podľa chuti.

ZUPA PAŃSKA Z ZIEMNIAKÓW PANSKÁ POLIEVKA ZO ZEMIAKOV

Przepis: Beskid Dukielski
Recept: Duklianske Beskydy

Skladniki: 1 kg ziemniaków, 1,5 litra rosółu, 1 szklanka kwaśnej śmietany dobrego gatunku, 2 łyżki posiekanego szczypiorku, sól, biały pieprz, szczypta gałki muszkatołowej, szczypta majeranku.

Ugotovať zemiaki v rosole, przetrzeć przez gęste sito. Doprawić do smaku. Dodać śmietanę i już nie gotować. Podać zupę posypaną szczypiorkiem z obrumienionymi na maśle grzankami z bułki.

Komponenty: 1 kg zemiakov, 1,5 l vývaru, 1 pohár kyslej pochúťkovej smotany, 2 lyžice posekanej pažítky, soľ, biele korenie, štipka muškátového orieška, štipka majoránu.

Vo vývare uvaríme zemiaky, pretrieme ich cez husté sitko. Okoreníme podľa chuti. Pridáme smotanú, ale už nevaríme. Polievku podávame posypanú pažítkou a so žemľovými kockami osmaženými na masle.

ZUPA „PAROBKA” POLIEVKA PAHOŁKA

Przepis: Koła Gospodyń Wiejskich z gmin: Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne
Recept: Spolku widieckych gazdín z obcí Solina, Baligród, Cisna, Olszanica, Lesko, Uherce Mineralne

Skladniki: 2 litry wody, 25 dag fasoli „Jaś”, 5 suszonych grzybów, 10 dag wędzonego boczk, 1 cebula, 5 ziemniaków, 1 marchew, 20 dag czarnego razowego chleba, pieprz, sól, liść laurowy.

Namoczoną fasolę ugotować, grzyby namoczyć i ugotować. Boczek pokroić w kostkę, zrumienić na patelni razem z drobno posiekaną cebulą. Ziemniaki pokroić w kostkę, marchew w talarki. Grzyby, boczek, jarzyny połączyć z wywarem fasolowym, gotować do miękkości, przyprawić do smaku. Do ugotowanej zupy dodajemy pokrojony w kostkę razowy chleb, naczynie przykrywamy i jeszcze przez parę minut trzymamy na słabym ogniu, mieszając od czasu do czasu.

Komponenty: 2 l vody, 25 dkg bielej veľkej fazule, 5 sušených hřibov, 10 dkg slaniny, 1 cibula, 5 zemiakov, 1 mrkva, 20 dkg čierneho celozrnného chleba, čierne korenie, soľ, bobkový list.

Uvaríme namočenú fazuľu, namočíme aj hříby a uvaríme. Slaninu pokrájame na kocky a osmažíme na panvici s nadrobno posekanou cibulou. Pokrájame zemiaky na kocky, mrkvu na kolieska. Hříby, slaninu a zeleninu dáme do fazuľového vývaru, varíme domäkka a dochutíme koreninami. Do uvarenej polievky pridáme

na kocky pokrájaný celozrnný chlieb, prikryjeme ju a ešte zopár minút pri občasnom zamiešaní varíme na miernom ohni.

ZUPA WIEJSKA WIDIECKA POLIEVKA

Przepis: Rozalia Wojnarska, Iwla (Beskid Dukielski)
Recept: Rozalia Wojnarská, Iwla (Duklianske Beskydy)

Skladniki: 3 marchewki, 1 pietruszka, 1 nieduży seler, ćwiartka małej główki kapusty, 10 małych ziemniaków, pół szklanki pokrojonej fasolki szparagowej, pół szklanki groszku zielonego, pół szklanki bobu, 1 łyżka masła lub skwarek ze słoniny, 1 szklanka śmietany, maślanek lub mleka, 1 liść laurowy, 2 ziarna ziela angielskiego, sól, pieprz ziółowy, 2,5 litra wody.

Zagotować wodę, dodać sól, oczyszczone i pokrojone w kostkę warzywa, liść laurowy oraz ziele angielskie. Gdy warzywa będą miękkie, omaścić zupę masłem lub skwarkami. Zagęścić zupę mąką połączoną ze śmietaną, maślanką lub mlekiem. Zagotować i doprawić do smaku. Posypać posiekaną natką pietruszki lub koperkiem.

Zupa jest najsmaczniejsza z młodych warzyw, a jej wartość odżywcza będzie wysoka, gdy warzyw nie rozgotujemy. Wskazane jest również, aby zagęszczać zupę niewielką ilością mąki połączonej z zimną wodą. Śmietanę, maślankę lub mleko dodać po zahartowaniu na witaminowo – czyli po dodaniu tych składników już nie gotować.

Komponenty: 3 mrkvy, 1 petržlen, 1 malý zeler, štvrt' malej hlávky kapusty, 10 malých zemiakov, pol pohára pokrájanej strukovej fazuľky, pol pohára zeleného hrášku, pol pohára bôbu, 1 lyžica masla alebo škvariek zo slaniny, 1 pohár kyslej smotany, cmaru alebo mlieka, 1 bobkový list, 2 zrnká nového korenia, soľ, zmes korenín (koriander, rasca, majorán, horčičné semeno, bobkový list, štiplavá paprika), 2,5 l vody.

Prevaríme vodu, pridáme soľ, očistenú a na kocky pokrájanú zeleninu, bobkový list a nové korenie. Keď je zelenina mäkká, dáme do polievky maslo alebo škvarky. Zahustíme ju múkou vymiešanou so smotanou, cmarom alebo mliekom. Prevaríme a okoreníme podľa chuti. Posypeme posekanou petržlenovou vňaťou alebo kôprom.

Polievka je najchutnejšia z mladej zeleniny a ak ju nerozvaríme, jej výživná hodnota sa nestratí. Odporúča sa, aby polievka nebola zapravená veľkým množstvom múky. Smotanú, cmar alebo mlieko môžeme pridať až po zahustení polievky, ďalej ju už nevaríme, aby sa zachovali vitamíny.

ZUPA Z CHŁEBA – MACZANKA CHŁEBOVÁ POLIEVKA – MAČANKA

Przepis: Krystyna Mastyka, Dukla (Beskid Dukielski)
Recept: Krystyna Mastyková, Dukla (Duklianske Beskydy)

Skladniki: 6 grubych kromek czerstwego razowego, 4 dorodne ząbki czosnku, 2,5 litra wody, 2 łyżki smalcu domowego ze skwarkami, sól, pieprz ziółowy, przyprawa do smaku.

Zagotować wodę z dodatkiem smalcu, dodać do niej rozarty z solą czosnek i przyprawić zupę. Przed podaniem dodać pokrojony w kostkę chleb. Poprawimy smak tej lekkiej zupki, dodając do niej trochę rozartego majeranku lub

posiekanej zieleniny. Znana jest również maczanka jedzona bez łyżki. Mleko zagęszczano mąką, dodawano do tego rozmacone jajko i posypywano zrumienioną cebulą. Masę gęstości śmietany wylewano na talerze i maczano grubo pokrojone kromki chleba.

Komponenty: 6 hrubých krajcov starého celozrnného chleba, 4 strúčiky cesnaku, 2,5 l vody, 2 lyžice domácej masti so škvarkami, soľ, zmes koreniín (koriander, rasca, majorán, horčičné semeno, bobkový list, štiplavá paprika), tekuté polievkové korenie.

Prevaríme vodu s masťou, pridáme cesnak rozotretý so soľou a polievku okoreníme. Pred podávaním primiešame na kocky pokrájaný chlieb. Chuť tejto ľahkej polievky môžeme vylepšiť, ak do nej dáme rozotretý majorán či posekanú zeleninu. Mačanka je známa ako polievka, jedená bez lyžice. V takom prípade sa mlieko v polievke zahustí múkou, pridáva sa roztrepané vajce a osmažená cibuľa. Do tanierov sa naberá polievka, ktorá má hustotu smotany a do nej sa máčajú nahrubo pokrájané krajce chleba.

ZUPA Z KMINKIEM RASCOVÁ POLIEVKA

Przepis: Maria Gocz, Zyndranowa (Beskid Dukielski)
Recept: Mária Goczová, Zyndranowa (Duklianske Beskydy)

Czubatú lyžku kminku zalewamy wodą. Kroimy w kostkę ziemniaki, marchew i pietruszkę (ilość składników dobieramy odpowiednio do ilości przygotowanej zupy). Wszystko gotujemy do miękkości. Na dowolnym tłuszczu smażymy pokrojoną cebulę, dodajemy 1–2 łyżki mąki. Smażymy, aż mąka uzyska rumiany kolor. Zasmażkę rozprowadzamy wywarem z zupy, mieszamy i łączymy z zupą. Solimy do smaku. Na koniec dodajemy liść bobkowy i pieprz. Tak samo gotujemy zupę z grochem i fasolą, które wcześniej moczmy i gotujemy. Następnie łączymy z ziemniakami, marchewką i pietruszką już wcześniej ugotowanymi. Zaprawiamy zasmażką.

Vrchovatú lyžicu rasce zalejeme vodou. Na kocky pokrájame zemiaky, mrkvu a petržlen (množstvo surovín volíme podľa množstva pripravovanej polievky). Všetko varíme domäkka. Na akejkol'vek masti osmažíme pokrájanú cibuľu, pridáme 1-2 lyžice hladkej múky. Pražíme ju dovedy, kým nenadobudne červenkastú farbu. Zápražku trochu zriedime polievkovým vývarom, premiešame a vlejeme ju do polievky. Osolíme podľa chuti. Napokon pridáme bobkový list a čierne korenie. Rovnakým spôsobom môžeme pripraviť polievku s hrachom či fazuľou. Hrach alebo fazuľu predtým namočíme a uvaríme. Potom ho pridáme k uvareným zemiakom, mrkve a petržlenu. Takú polievku tiež zahustíme zápražkou.

ZUPA ZE ŚWIEŻEJ KAPUSTY KAPUSTOVÁ POLIEVKA

Przepis: Tereza Kyszczak – „Tradycijni lemkiwsi strawy”
Recept: Tereza Kyszczaková – Tradičné lemkovské jedlá

Skladniki: 1 główka kapusty, ½ kg ziemniaków, 1 marchew, pół szklanki kaszy, pół łyżki soli, 2 żółtka, 3 łyżki śmietany, pół łyżeczki pieprzu.

Drobno pokrojone ziemniaki, marchewkę i świeżą kapustę postawić do gotowania w gorącej wodzie. Potem dodać pół szklanki kaszy, posolić i niechaj lekko kipi. Żółtka rozkłócić z 2–3 łyżkami śmietany i wlać do zupy. Dać pieprzu i doprowadzić do kipienia. Na talerzu można podprawić zupę śmietaną.

Komponenty: 1 hlávka kapusty, 0,5 kg zemiakov, 1 mrkva, pol pohára pohánky, pol lyžice soli, 2 žltky, 3 lyžice kyslej smotany, pol lyžičky čierneho korenia.

Nadrobno pokrýjané zemiaky, mrkvu a novú kapustu dáme varit' do horúcej vody. Potom pridáme pol pohára pohánky, osolíme a necháme ľahko vriet'. Žltky roztrepeme s 2-3 lyžicami smotany a vlejeme do polievky. Okoreníme a privedieme do varu. Do polievky na tanieri môžeme takisto naliať trocha smotany.

ZUPA ZIEMNIACZANA (LEWESZ) ZEMIAKOVÁ POLIEVKA (LEVEŠ)

Przepis: Maria Gocz, Zyndranowa (Beskid Dukielski)
Recept: Mária Goczová, Zyndranowa (Duklianske Beskydy)

Pokrojone w kostkę ziemniaki zalać zimną wodą. Dodać parę ziaren pieprzu, pietruszkę pokrojoną w plastry, marchewkę i cebulę. Posolić do smaku. Wszystko razem gotować do miękkości. Podsmażyc 2–3 łyżki masła lub kawałek słoniny, dodać 2–3 łyżki mąki i mieszać dopóki się nie zarumieni. Dodać niewielką ilość wody z gotującej się zupy, wymieszać i połączyć z zupą.

Kocky pokrájaných zemiakov zalejeme studenou vodou. Pridáme niekoľko zrníek čierneho korenia, na kolieska nakrájaný petržlen, mrkvu a cibuľu. Osolíme podľa chuti. Všetko varíme domäkka. Opražíme 2-3 lyžice masla alebo kúsok slaniny, dodáme 2-3 lyžice hladkej múky a miešame ju, kým nesčervenie. Do zápražky dáme malé množstvo polievkového vývaru, vymiešame a vlejeme ju do polievky.

ZUPA ZIEMNIACZANA Z CZOSNKIEM ZEMIAKOVÁ POLIEVKA S CESNAKOM

Przepis: Huzele (gmina Lesko)
Recept: Huzele (obec Lesko)

Skladniki: 5 ziemniaków, 2 litry wody, 2 marchewki średniej wielkości (włoszczyzna), 2-3 ząbki czosnku, 1 łyżka masła, 2 łyżki mąki, 1 łyżeczka soli, 1 łyżeczka pieprzu.

Ugotować smak z włoszczyzny, dodać ziemniaki pokrojone w kostkę i gotować, aż będą miękkie. Z mąki i masła zrobić zasmażkę, dodać do zupy. Przyprawić, zagotować rozgnieciony czosnek.

Komponenty: 5 zemiakov, 2 l vody, 2 stredne veľké mrkvy (polievková zelenina), 2-3 strúčiky cesnaku, 1 lyžica masla, 2 lyžice hladkej múky, 1 lyžička soli, 1 lyžička čierneho korenia.

Pripravíme zeleninový vývar, doň dáme zemiaky pokrájané na kocky. Keď zemiaky zmäknú, z múky a masla urobíme zápražku, ktorou zalejeme polievku. Polievku dochutíme soľou a čiernym korením, prevaríme ju s rozotretým cesnakom.

ŽUR (KESELYCIA)

ŽUR (KESELICIA)

Przepis: Marii Gocz, Zyndranowa (Beskid Dukielski)
 Recept: Mária Goczová, Zyndranowa (Duklianske Beskydy)

Do 1 l ciepłej wody dodajemy 2–3 dag drożdży i 1 litr owsianej mąki. Dobrze mieszamy i stawiamy w ciepłym miejscu, żeby spokojnie kisło. Najlepiej zrobić rozczyn wieczorem na rano. Do ukiśniętego rozczynu dodajemy 2 l ciepłej wody, mieszamy i cedzimy przez sitko.

Stawiamy na ogień, żeby się zagotowała (ale bardzo krótko, bo zrzednie). Do smaku dodajemy sól, pieprz, czosnek i kminek. Podajemy z ziemniakami, chlebem i jajkiem. Polewamy podsmażoną cebulą na maśle lub słoninie.

Do 1 l ciepłej wody dajemy 2–3 dkg drożdża a 1 l owsianej mąki. Dobrze wymieszamy a dajemy kysnąć na ciepłe miejsce. Najlepsze je urobić z kwasu wieczorem, abyśmy go mieli do dyspozycji rano. K wykysnutemu kwasu dodajemy 2 l ciepłej wody, wymieszamy a precedujemy przez sitko. Precedujemy wodę postawimy na sporak, aby się prewarila (na chwilkę, inak polievka zriedne). Dochutujemy solą, czernym korenim, cesnakom a rascou. Podajemy so zemiakmi, chlebom a vajickom natvrdo. Posypeme cibulou osmazenou na masle alebo slanine.

ŽUR OWSIANY (KYSELYCIA)

OVSENY ŽUR (KYSELICIA)

Przepis: Tereza Kyszcak – „Tradycijni ľemkiwśki strawy”
 Recept: Tereza Kyszcaková – Tradicné ľemkovské jedlá

Skladniki: 300 g mąki owsianej, 25 g drożdży, 1 skrawek chleba, 1 litr wody, 1 łyżka kminku, 1 cebula.

Kyselycię można przygotować z owsianej mąki, płatków owsianych, lub owsianej krupy. Do przygotowania 3–3,5 litra kyselicy potrzeba wziąć półlitrowy słoik mąki owsianej, 25 g drożdży, skrawek czarnego chleba, zalać w naczyniu litrem ciepłej wody, nakryć przykrywką, postawić w ciepłym miejscu na 24 godziny. Następnie wycisnąć przez gazę, dolać jeszcze 2–2,5 l wody, 1–2 łyżeczki kminku, gotować mieszając, aby się nie przypaliło. Kiedy zakipi, dodać cebuli (można podsmażyć na oleju) czosnek i sól. Na koniec dodać liść laurowy, pieprz, olej lniany. Podawać z ziemniakami, chlebem, gotowanym bobem, fasolą.

Komponenty: 300 g owsianej mąki, 25 g drożdża, 1 krajec chleba, 1 l wody, 1 łyżka rasce, 1 cibula.

Polievku môžeme pripravit' z ovsenej múky alebo ovsených vločiek. Ak chceme 3 až 3,5 litra polievky, potrebujeme 0,5 l ovsenej múky, 25 g drożdžia, krajec čierneho chleba. Všetko zalejeme litrom teplej vody, prikryjeme a dáme kysnúť na 24 hodín na teplé miesto. Potom kvas vytlačíme cez gázu, pridáme ešte 2–2,5 l vody a 1–2 lyžičky rasce. Počas varenia miešame, aby sa polievka nepripálila. Keď vrieme, pridáme cibulu

osmaženú na oleji, cesnak a soľ. Nakoniec pridáme bobkový list, čierne korenje a ľanový olej. Podávame so zemiakmi, chlebom, uvareným bôbom či fazuľou.

ŽUR OWSIANY – TRADYCYJNY

TRADIČNÝ OVSENY ŽUR

Przepis: Koło Gospodyń Wiejskich z Równego (Beskid Dukielski)
 Recept: Spolku vidieckych gazdín z Rovného (Duklianske Beskydy)

Skladniki: 50 dag kości, 25 dag włoszczyzny, 3 ząbki czosnku, 1 szklanka śmietany, 1 łyżka mąki, sól, pieprz ziołowy.

Sporządzić zakwas owsiany: 1 szklanka razowej mąki owsianej, 3 szklanki przegotowanej wody, skórka z chleba razowego, 3 ząbki czosnku, 1 łyżka soli. Wszystko połączyć, postawić do ukiszenia w ciepłym miejscu przez okres dwóch tygodni. Sporządzić wywar z kości i jarzyn, dodać 2 szklanki zakwasu, czosnek, sól, pieprz ziołowy. Gdy żur nie jest wystarczająco gęsty, dodać śmietanę połączoną z łyżką mąki pszennej.

50 dkg kosti, 25 dkg polievkovej zeleniny, 3 strúčiky cesnaku, 1 pohár kyslej smotany, 1 lyžica hladkej múky, soľ, zmes korenín (koriander, rasca, majorán, horčičné semeno, bobkový list, štiplavá paprika).

Pripravíme ovsený zăkvas zo surovín: 1 pohár celozrnnnej ovsenej múky, 3 poháre prevarenej vody, kôrka z celozrnnného chleba, 3 strúčiky cesnaku, 1 lyžica soli. Všetko zmiešame a postavíme kvas na teplé miesto, aby kysol viac ako dva týždne. Urobíme vývar z kostí a zeleniny, pridáme 2 poháre zăkvasu, cesnak, soľ a zmes korenín. Ak žur nie je dostatočne hustý, zamiešame doň zátrepku zo smotany a lyžice hladkej múky.

ŽUR POSTNY / PÔSTNY ŽUR

Przepis: Beskid Dukielski
 Recept: Duklianske Beskydy

Skladniki: 25 dag włoszczyzny, 3 ząbki czosnku, 1 łyżka suszonych grzybków, 2,5 szklanki zakwasu, sól, pieprz, kminek.

Przygotowanie zakwasu: po 1 szklance mąki żytniej i owsianej wysypać do kamiennego garnka lub słoja i zalać przegotowaną ciepłą wodą. Dodać skórkę chleba, obrany czosnek, obwiązać czystą ściereczką. Pozostawić w ciepłym miejscu na kilka dni. Gdy jest ukwaszony, ma charakterystyczny zapach i kwaśny smak. Używać około jednej szklanki zakwasu na litr żuru. Grzyby umyć, zalać przegotowaną wodą na kilka godzin i ugotować. Do garnka wlać około 2 litrów wody, dodać oczyszczoną włoszczyznę, sól i kminek. Gdy warzywa będą miękkie odcedzić wywar. Połączyć wywar z zakwasem, posiekаныmi grzybami, zmiażdżonym czosnkiem – wszystko zagotować. Przyprawić. Taki żur podawany jest na wigilię, najczęściej z ziemniakami. Znany jest również żur świąteczny gotowany na boczek lub żeberkach. Do tego żuru dodawano wiejską śmietanę oraz pokrojone w grubą kostkę wędliny (swojską kielbasę, boczek, szynkę).

Komponenty: 25 dkg polievkovej zeleniny, 3 strúčiky cesnaku, 1 lyžica sušených hríbov, 2,5 pohára kvasu z ražnej a ovsenej múky, soľ, čierne korenje, rasca.

Pripravíme kvas. Pohár ražnej a ovsenej múky vysypeme do kameninovej alebo sklenej nádoby a zalejeme ju prevarenou teplou vodou. Pridáme kôrku chleba, očistený cesnak a obvi- nieme čistou utierkou. Odstavíme na teplé miesto na nie- koľko dní. Hotový zákvas má špecifickú vôňu a kyslú chuť. Používame z neho asi jeden pohár na liter polievky. Hríby umyjeme, zalejeme prevarenou vodou, potom ich po nieko- lkých hodinách uvaríme. Do hrnca vlejeme približne 2 litre

vody, pridáme očistenú zeleninu, soľ a rascu. Keď je zeleni- na mäkká, scedíme ju. Do zeleninového vývaru dáme zákvas, posekané hríby, rozotretý cesnak a prevaríme ho. Okoreníme podľa chuti. Takýto žur sa podáva na Vianoce, najčastejšie so zemiakmi. Známym je aj sviatočný žur, varený s bôčikom alebo rebierkom. Do polievky sa tak dáva domáca kyslá smotana a nahrubo pokrájané údeniny rôzneho druhu (domáca klobása, slanina, šunka, kúsky pečeného mäsa).



Placek z serem / Placka so syrom



Proziaki / Posúchy z kyslého mlieka (prožaky)



Słodka bułka z kruszonką / Sladké pečivo s posýpkou



Bryndzové halušky / Haluszki z bryndzą



Domáce pirohy / Pierogi domowe



Cesnaková polievka / Zupa czosnkowa



Parené knedle s bôčikom a s kyslou kapustou
/ Knedle na parze z boczkem i kiszoną kapustą

O KUCHNI SŁOWACKIEJ SŁÓW KILKA O SLOVENSKEJ KUCHYNI NIEKOBKÝMI SĽOVAMI

Współczesna kuchnia słowacka wywodzi się z dawnej kuchni chłopskiej oraz tradycji pasterskiej. Podstawą tradycyjnej kuchni naszych południowych sąsiadów są: mleko i jego przetwory, kapusta oraz ziemniaki. Dawniej istniał zwyczaj spożywania ciepłych, bardzo pożywnych potraw. Dlatego też na terenach wiejskich do dzisiaj przetrwała tradycja jedzenia zup podawanych z chlebem, makaronem i kaszami. Zwyczaj kulinarny różniły się między sobą w części górskiej i nizinnej kraju, zależne były także od sytuacji materialnej.

Usytuowanie Słowaków w centralnej Europie pozwoliło im także na kontakt z różnymi kulturami i tradycjami kulinarnymi: węgierskimi, niemieckimi, czeskimi, polskimi, austriackimi czy rusińskimi. W tym olbrzymim „europejskim garnku” powstała ciekawa kuchnia słowacka o specyficznych cechach. Podobna do czeskiej (skąd przejęła knedliczki, jako dodatek do dań mięsnych), ale z większą otwartością korzystająca z przypraw, czym przypomina pikantną kuchnię węgierską. Z tej ostatniej zaczerpnęła również jej gulasze, leczo i wędliny, m.in. paprykowane salami, dostosowując je wszędzie do swoich potrzeb. Od Rusinów pochodzą pierogi i bliny. Z kolei zwyczaj porannego podawania kalorycznych i ciepłych posiłków (typowo niemiecki) przetrwał do XX w.

W dzisiejszej kuchni słowackiej najczęściej używanym mięsem jest wieprzowina (kotlety, żeberka, golonka, wątróbka). Znany Szegedinsky gulasz składa się z wieprzowiny, kiszzonej kapusty, przypraw i kwaśniej śmietany. Placki ziemniaczane nadziewane wieprzowiną (zemiakove placke) są niezwykle syte i aromatyczne. Jednak najpopularniejsza jest panierowana wieprzowina – wyprazany bravcovy rezen. Oprócz wieprzowiny i wołowiny je się również sporo mięsa z kurczaków (panierowane, pieczone lub gotowane), indyków (piersi przygotowane na jeden ze sposobów: smażone i nadziewane szynką i serem, z owocami lub pieczone). Sezon na kaczki i gęsi zaczyna się jesienią, a ich mięso podaje się z knedlikami, plackami ze smalcem i gotowaną kapustą.

Z ryb najczęściej używa się karpia i pstrąga, które hoduje się na Słowacji. Karp jest obowiązkowym daniem wigilijnego menu: smażony, panierowany, z orzechami, czosnkiem lub w cieście piwnym. Pstrąg się piecze lub napelnia nadzieniem z migdałów, szynki lub sera, podaje się go również gotowanego.

Przyprawione i pikantne potrawy są równoważone dodatkami w rodzaju knedli, mięsnych pulpetów, ziemniaków podawanych na setki sposobów, ryżu, grzybów i makaronów. Typowa kuchnia słowacka to również rozliczne rodzaje koziego sera (oštiek, hyncica, korbacika), wśród których najbardziej znana jest Liptovska Bryndza (ser z papryką).

Popularnym na Słowacji daniem są bryndzove haluški – kluski ziemniaczane (knedle) polane sosem serowym, często podawane do mięsa. Pirohy to pierogi nadziewane serem owczym (bryndzą) i polane tłuszczem ze skwarkami. Danie pochodzi z Liptowa, który słynął również z wyrobu znakomitych owczych

Súčasná slovenská kuchyňa nadväzuje na starú sedliacku kuchyňa a pastierske tradície. Základnými surovinami tradičnej kuchyne našich južných susedov sú mlieko a mliečne výrobky, kapusta a zemiaky. Kedysi existoval zvyčaj konzumovať teplú, veľmi výdatnú stravu, preto dodnes na vidieku pretrváva tradícia varenia polievok s cestovinou a krúpami, ku ktorým sa podáva chlieb. Kulinárske zvyky sa navzájom líšili podľa toho, či išlo o horskú alebo nížinnú oblasť, záviseli taktiež od materiálneho zázemia.

Postavenie v strednej Európe umožnilo Slovákom spoznať rôzne kultúry a ich kulinárske tradície: maďarské, nemecké, české, poľské, rakúske či ruské. V tomto obrovskom „európskom hrnci” vznikla pozoruhodná slovenská kuchyňa so špecifickými črtami. Podobá sa na českú (od ktorej prijala vypráženého kapra a knedle ako prílohu k mäsitým jedlám), no otvorenejšie využíva koreniny, a tak pripomína pikantnú maďarskú kuchyňa. Z maďarskej sa osvedčili guláš, lečo a údeniny, napríklad paprikované salámy, ktoré sú korenené podľa špecifických potrieb. Od Rusov pochádzajú pirohy a lievance. Na druhej strane (typicky nemecký) zvyk raňajkovať kalorické a teplé pokrmy pretrval do 20. storočia.

V dnešnej slovenskej kuchyni sa z mias najčastejšie využíva bravčovina (karé, krkovička, rebierko, koleno, pečeň). Známý segedínsky guláš sa varí z bravčoviny, kyslej kapusty, korenín a kyslej smotany. Zemiakové placky plnené bravčovinou sú nezvyčajne syte a aromatické. Jednako je najpopulárnejším jedlom obalovaná bravčovina – vyprážený bravcový rezeň. Okrem bravčoviny a hovädziny sa konzumuje množstvo kuracieho mäsa (obalované, pečené alebo varené), ako aj morčacieho (prsia vyprážené i plnené šunkou a syrom, s ovocím alebo pečené). Na jeseň Slováci najčastejšie jedia mäso z kačiek a husí, ktoré sa podáva s knedľami či lokšami a dusenou kapustou.

Z rýb sa často uprednostňujú kapor a pstruh, tieto druhy sa chovajú v slovenských rybníkoch. Kapor je tradičnou súčasťou vianočného jedálneho lístka, či už smažený, vyprážený, s orechmi, cesnakom alebo v pivnom cestíčku. Pstruh sa plní madľami, šunkou alebo syrom, podáva sa smažený, ale aj varený.

Pikantne okorené jedlá sú v rovnováhe s jemnou chuťou takých príloh, ako knedle, zemiaky (podávajú sa na rôzne spôsoby), ryža, huby a cestoviny. Pre slovenskú kuchyňa sú typické rôzne druhy ovčieho syra (oštiek, korbáčik), najznámejšou bryndzou je liptovská.

Národným jedlom na Slovensku sú bryndzové halušky. Bez bryndze sa často podávajú ako príloha k mäsu a omáčke. Pirohy sú prevažne plnené bryndzou so zemiakmi a poliate masťou so škvarkami. Bryndzové pirohy môžu byť liptovské, podľa oblasti známej výrobou ovčích syrov. Veľmi obľúbené sú oravské korbáčiky, chuťou pripomínajú oštiepy, ale produkujú sa z tenkých vlákieň syra. Sú solené alebo dodatočne údené.

serów. Dużym uznaniem cieszą się orawské korbáčiky, przypominające smakiem oscypki formowane w wiązki cienkich włókien, dostępne w wersji solonej lub dodatkowo wędzonej.

Do oryginalnych potraw słowackich należą liczne dania mączne (kluski, knedle z owocami), potrawy z baraniny i dziczyzny oraz wariacje na temat kiszzonej kapusty.

Do podstawowych potraw, dostępnych bodaj w każdej restauracji w kraju, należą m.in. hemendeks (jajko na szynce), hovädzia polievka (rosół wołowiny), vyprážený syr (smażony, panierowany żółty ser), rieberko (schabowy z kością), guláš (gulasz), palacinky so zavareninou (naleśniki z konfiturą), zákusok (ciastko) i zmrzlina (lody).

Podczas klasycznego słowackiego obiadu nie może zabraknąć zup – kapuśniaku, zupy czosnkowej (podawanej czasami w bochenku chleba), fasolowej z kiełbasą, zupy z soczewicy, rybnej, cebulowej, pomidorowej czy rosółu z kury i wołowiny.

Słowacja nie jest rajem dla wegetarian. Nawet jeżeli potrawa figuruje pod nagłówkiem bezmäsité jedlá (dania bezmięśne), nie znaczy to, że nie zawiera mięsa, a jedynie jest go znacznie mniej niż zwykle. Najbardziej popularnym bezmięśnym daniem jest vyprážený syr, czyli plaster sera zapieczony w bułce tartej, podawany z ziemniakami i dużą ilością sosu tatarskiego (zapieczony z szynką nosi nazwę plnený lub so sunkou).

Oto kilka najbardziej charakterystycznych dań słowackiej kuchni:

Kapustnica – tradycyjna zupa z kapusty i wędzonej kiełbasy, czasem z grzybami, a w okresie świątecznym z suszonymi grzybami, często podaje się z pieczonymi lub gotowanymi knedlami.

Cibulova zupa – zupa z cebuli i kawałków różnego rodzaju mięs.

Bryndzove halušky – kluseczki z ziemniaków oprószone kawałkami sera owczego, okraszone skwarkami ze słoniny.

Studenne predjedla – zimne przystawki: szynka, wędzona kiełbasa, salami i warzywa sezonowe.

Vyprazane rezne – smażone kotlety (wieprzowe lub wołowe), jedno z najpopularniejszych słowackich dań, podaje się je wraz z ziemniakami pieczonymi lub pure i sałatką z warzyw sezonowych.

Plnené papriky – nadziewana papryka, tradycyjne danie, paprykę nadziewa się mięsem i ryżem, podaje w sosie pomidorowym.

Fazuľova polievka – zupa z fasoli i warzyw korzeniowych, można do niej dodać również wędzoną wieprzowinę.

Cesnakova polievka – zupa z czosnku i mięsa z kurczaka, z pietruszką i jajkiem.

Halaszle – zupa z kilku rodzajów ryby i papryki, bardzo mocno przyprawiona.

Sunkova rolka s chrenovou penou – szynka nadziewana nadzieniem chrzanowym.

Oštiepok – wędzony ser pieczony z szynką.

Popularny słowacki deser to naleśniki: z dżemem (s lekvárom), z lodami i czekoladowym sosem (so zmrzlinou a cokoládou), serem i rodzynkami (s tvarohom a hrozienkami), z orzechami, sosem czekoladowym i śmietaną (s orechami, cokoládou a slahackou); czasem bywają przyprawione alkoholem i flambrowane (głównie w restauracjach).

Gule lub parene buchty to bułki nadziewane dżemem, gotowane na parze. Makaron z makiem, topionym masłem i cukrem

Medzi pôvodné slovenské jedlá patria aj mnohé múčniky (halušky, ovocné knedle), pokrmy z baraniny a diviny, ako aj rôzne varianty kyslej kapusty.

Medzi základné jedlá, dostupné takmer v každej reštaurácii, patrí okrem iného hemendex, hovädzia polievka, vyprážený syr, kotleta, guláš, palacinky.

Pri klasickom slovenskom obede nemôže chýbať polievka – kapustová, cesnaková (občas podávaná v bochníku chleba), fazuľová s klobásou, šošovicová, rybacia, cibulová, paradajková či kuracia alebo hovädzia.

Slovensko nie je rajom pre vegetariánov. Ak aj chod figuruje v jedálnom lístku pod hlavičkou bezmäsité jedlá, neznamená to, že jedlo neobsahuje mäso, má ho v nepatrnom množstve. Najpopulárnejším bezmäsitým jedlom je vyprážený syr, čiže smažený plát syra obalený v strúhanke. Servíruje sa so zemiakmi a tatárskou omáčkou. Môže byť plnený šunkou.

Najcharakteristickejšie jedlá slovenskej kuchyne:

Kapustnica – tradičná polievka z kyslej kapusty a údenej klobásy, niekedy s hubami, pričom počas Vianoc so suchými hribmi.

Cibulová polievka – polievka z cibule a kúskov rôzneho druhu mäsa.

Bryndzové halušky – halušky zo strúhaných zemiakov, premiešané s pomrvenou bryndzou a ozdobené škvarkami zo slaniny.

Studené predjedlá – šunka, údená klobása, saláma a sezónna zelenina, šunková rolka s chrenovou penou.

Vyprážené rezne – vyprážené bravčové alebo hovädzie kotlety, ide o jedno z najpopulárnejších slovenských jedál, podávajú sa so zemiakovým pyré alebo pečenými zemiakmi a šalátom zo sezónnej zeleniny.

Plnená paprika – tradičné jedlo, pričom paprika sa plní pomletým mäsom a ryžou, podáva sa s paradajkovou omáčkou.

Fazuľová polievka – polievka z fazule a polievkovej zeleniny, často sa varí s údenou bravčovinou.

Cesnaková polievka – vývar s cesnakom, prípadne s kúskami kuracieho mäsa, petržlenovou vňaťou a vajíčkom.

Halászle – pikantná polievka z rôznych druhov rýb a mletej červenej papriky.

Vyprážený oštiepok – vyprážený údený ovčí syr, prípadne so šunkou.

Popularným slovenským dezertom sú palacinky, s lekvárom, zmrzlinou či čokoládovou polevou, s tvarohom a hrozienkami, s orechmi, šlaháčkou; občas sú flambované (najmä v reštauráciách).

Parené buchty sú plnené lekvárom. Šúlance s makom, roztopeným maslom a cukrom sú obľúbenou lahôdkou detí. Na Slovensku sa často vychutnáva štrúdlá, najmä jablková, ale aj rôzne tortové a klasické zákusky (s tvarohom, ovocím, medom), zmrzlina, ovocné poháre.

Medzi najznámejšie slovenské jedlá patria vyprážený kapor s orechmi a cesnakom v pivnom cestíčku, pstruh plnený šunkou alebo syrom, mäsové gulky čiže fašíky, segedínsky guláš z

(sulance) to ulubiony deser dzieci. I tutaj je się strudle, najczęściej z jabłkami oraz różne ciastka i torty (z serem, owocami, miodem), lody, sałatki owocowe i kompoty.

Najbardziej znane potrawy słowackie to: karp smażony z orzechami i czosnkiem w cieście piwnym, pstrąg faszerowany szynką lub serem, pulpety mięsne, gulasze (potravky), Szegedinsky gulasz z wieprzowiny, kiszonej kapusty i kwaśniej śmietany, placki ziemniaczane nadziewane wieprzowiną (zemiakové placke), panierowana wieprzowina (vyprazany bravcovy rezen), kaczki i gęsi z knedlikami, plackami ze smalcem i gotowana kapusta, szynka nadziewana nadzieniem chrzanowym (sunkova rolka s chrenovou penou).

Popularne zupy to: kapuśniak z kielbasą (kapustnica), zupa fasolowa (Fazulova polievka), cebulowa (cibulova polievka) oraz czosnkowa (cesnakova polievka), często podawana w wydrążonym chlebie, oraz zupa rybna z papryką (halaszle).

Z kolei na drugie dania przygotowywano kluski ziemniaczane posypane bryndzą i polewane słoniną (bryndzové halušky), ziemniaczane kluski z kiszoną kapustą (strapačky), pierogi z bryndzą (bryndzove pirohy), naleśniki z ziemniaków (lokše), panierowany ser żółty podawany w bułce z majonezem (vyprážený syr), kluski z mąki, jajek i drożdży nadziewane dżemem (parené buchty), knedle z dżemem lub owocami (knedlicky) oraz naleśniki z owocami, orzechami lub czekoladą (palačinky).

Charakterystyczne dla słowackiej kuchni dodatki to: ziemniaki, często ze skwarkami, ryż z boczkim lub grzybami, ser kozi - ostipok, hyncica, korbacika i najbardziej znana Liptovska Bryndza - ser z papryką, knedle, słone kołaczki - niewielkie bułki z kapustą lub skwarkami oraz ser owczy zaplatany w warkocze (korbáčik).

opracował *Krzysztof Zieliński*

bravčoviny, kyslej kapusty a kyslej smotany, zemiakové placky plnené bravčovým mäsom.

Popularne zupy to: kapuśniak z kielbasą (kapustnica), zupa fasolowa (Fazulova polievka), cebulowa (cibulova polievka) oraz czosnkowa (cesnakova polievka), często podawana w wydrążonym chlebie, oraz zupa rybna z papryką (halaszle). kluski ziemniaczane posypane bryndzą i polewane słoniną (bryndzové halušky), ziemniaczane kluski z kiszoną kapustą (strapačky), pierogi z bryndzą (bryndzove pirohy), naleśniki z ziemniaków (lokše), panierowany ser żółty podawany w bułce z majonezem (vyprážený syr), kluski z mąki, jajek i drożdży nadziewane dżemem (parené buchty), knedle z dżemem lub owocami (knedlicky) oraz naleśniki z owocami, orzechami lub czekoladą (palačinky).

Príznačnými prílohami pre slovenskú kuchyňu sú zemiaky, často so škvarkami, ryža na rôznych spôsoboch, cestoviny, knedle, lokše. Súčasťou slovenskej kuchyne sú škvarkové, kapustové či bryndzové pagáče.

spracoval *Krzysztof Zieliński*



Pirohy plnené bryndzou / Pierogi z bryndzą



Bryndzové halušky / Haluszki z bryndzą

BRYNDZA Z ORZECHAMI

BRYNDZA S ORECHMI

Składniki: 200 g bryndzy, 4 dag masła, 8 dag sera twarogowego, sól, papryka mielona, 5-10 orzechów włoskich.

Bryndzę, masło, ser twarogowy utrzeć na gładką masę, dodać sól i mieloną paprykę. Orzechy drobno pokroić. Połowę orzechów wsypać do utartej masy i mieszając uformować wałek. Posypać pozostałymi orzechami i schłodzić w lodówce. Przymak kroić w cienkie plastry, kłaść na razowy lub chrupki chleb.

Komponenty: 200 g bryndze, 4 dkg masła, 8 dkg tvarohu, sol, mletá červená paprika, 5-10 vlašských orechov.

Bryndzu, masło a tvaroh rozotrieme na hladkú masu, pridáme sol a mletú papriku. Posekáme nadrobno orechy. Polovicu orechov vsypeme do rozotretej masy a po vymiešaní sformujeme valec. Posypeme ho orechmi a schladíme v chladničke. Pochútku krájame na tenké pláty, ktoré kladieme na celozrnný alebo chrumkavý chlieb.

BRYNDZANKA

BRYNDZOVÁ POLIEVKA

W 1 litrze wody zagotować pietruszkę. Osobno ugotować w nieosolonej wodzie 8 ziemniaków. Następnie je odcedzić, rozłożyć na talerze i posypać bryndzą (1 łyżeczka na talerz). Zalać wywarem.

V 1 litri vody uvaríme petržlen. Osobitne v neosolenej vode uvaríme 8 zemiakov, ktoré scedíme, rozložíme po tanieroch a posypeme bryndzou (1 lyžičkou na 1 tanier). Zalejeme vývarom z petržlenu.

BRYNDZOWE HALUSZKY

BRYNDZOVÉ HALUŠKY

Składniki: 70 dag surowych ziemniaków, 30 dag mąki, 22,5 dag bryndzy, ok. 10 dag wędzonego boczku, sól i masło.

Starte ziemniaki wymieszać z mąką. Dodać wody jeśli to konieczne. Posolić do smaku. Dzielić na porcje za pomocą noża lub łyżeczki i układać na drewnianym talerzu umyтым zimną wodą. Gotować porcjami w osolonej wodzie. Ugotowane wymieszać z pokruszoną bryndzą. Polać skwarkami wysmażonego boczku.

Komponenty: 70 dkg surových zemiakov, 30 dkg múky, 22,5 dkg bryndze, 10 dkg slaniny, sol a maslo.

Postrúhané zemiaky vymiešame s múkou. Ak treba, pridáme trocha vody. Osolíme podľa uváženia. Halušky na lopári oddeľujeme nožom alebo lyžičkou priamo do osolenej vriacej vody. Po scedení ich vymiešame s pomrvenou bryndzou a maslom. Na tanieri polejeme halušky masťou zo slaniny a posypeme škvarkami.

BUCHTY Z POWIDŁAMI

LEKVÁROVÉ BUCHTY

Składniki: 3 jaja, 250 g mąki, 20 g drożdży, 0,5 szklanki mleka, 50 g cukru, 50 g masła, 120 g powideł ze śliwek, 2 łyżeczki do herbaty skórki z cytryny, sól do smaku.

W misce ubijamy żółtka z 4 dkg cukru. Dodajemy mleko, zrobione wcześniej z ciepłą wodą drożdże, skórkę cytrynową, mąkę i sól. Wszystkie składniki łączymy, po czym zagniatamy ciasto rękami umoczonymi w tłuszczu. Dodajemy roztopione masło i ponownie zagniatamy. Wyrobione ciasto odstawiamy do wyrośnięcia, a następnie dzielimy je na kawałeczki po 4 dkg każdy. Z każdego kawałka formujemy placek, na środek wkładamy powidła i zlepiamy brzegi, by powstały bułeczki. Układamy bułeczki w rondlu obok siebie, nakrywamy serwetą i odstawiamy do wyrośnięcia. Wyrośnięte bułki smarujemy białkami i pieczemy w piekarniku nagrzanym do 200°C przez około 30 minut. Po upieczeniu bułki przekładamy na półmisek i posypujemy pozostałą ilością cukru

Komponenty: 3 vajcia, 250 g múky, 20 g droždí, 0,5 pohára mlieka, 50 g práškového cukru, 50 g masla, 120 g slivkového lekváru, 2 lyžičky postrúhanej citrónovej kôry, sol podľa chuti.

V miske roztrepeme žltky so 4 dkg cukru. Pridáme mlieko, droždzie rozpustené v teplej vode, citrónovú kôru, múku a sol. Vymiesime cesto rukami od oleja. Dodáme maslo a opäť miesime. Potom cesto dáme vykysnúť, následne ho rozkúskujeme na časti tak, aby mali asi po 4 dkg. Každý kúsok sformujeme na placku, na jej stred kladieme lekvár a lepíme okraje, aby vznikli buchty. Tie ukladáme do hrnca vedľa seba, prikryjeme obrúskom a necháme ich nakysnúť. Narastené buchty potrieme bielkom a pečieme v rúre pri teplote 200°C viac ako 30 minút. Po upečení ich premiestnime do misky a posypeme zvyškom cukru.

CIEŁĘCY GULASZ EXPRES

TEBACÍ GUBÁŠ EXPRES

Składniki: 400 g udźca cielęcego, 40 ml oleju, mielona czerwona papryka (łagodna), 100 g keczupu, sól, 150 g cebuli, odrobinę wywaru z kości, vegeta.

Mięso pokroić w poprzek włókien na paski w kształcie frytek. Upiec na mocno rozgrzanym oleju. Dodać paprykę i keczup, posolić i poddusić. Następnie dołożyć obraną, drobno pokrojoną cebulę i dusić do miękkości, stale mieszając. Pod koniec duszenia rozrzedzić wywarem z kości i doprawić vegetą. Podawać z ryżem.

Komponenty: 400 g telacieho mäsa to stehna, 40 g oleja, mletá červená paprika, 100 g kečupu, sol, 150 g cibule, trocha vývaru z kostí, vegeta.

Mäso pokrájaj naprieč vláknami na malé hranolčeky, ktoré opečieme v rozpálenom oleji. Pridáme mletú červenú papriku a kečup, osolíme a krátko podusíme. Potom pridáme očistenú cibuľu pokrájanú nadrobno a za stáleho miešania udusíme do mäkka. Nakoniec podľa potreby rozriedime vývarom a dochuťme vegetou. Podávame s dusenou ryžou.

DOMOWY CHŁEB / DOMĄCI CHŁEB

Składniki: 1 kg mialkiej mąki, drożdże, zakwas, sól, 2 ugotowane ziemniaki.

Wieczorem mieszamy mąkę z zakwasem, drożdżami i odstawiamy do rośnięcia. Rano mieszamy dodajemy sól, dwa przetrarte ziemniaki i wyrabiamy. Formujemy bochenek i pieczemy w temperaturze 200°C około 1 godziny.

Komponenty: 1 kg hladkej múky, 1 drożdžie, kvások, soľ, 2 uvarené zemiaky

Večer zamiesime múku s kváskom a droždím a necháme kynúť. Ráno zamiesime, pridáme soľ a 2 uvarené pretlačené zemiaky. Vytvarujeme bochník a pečieme pri teplote 200°C asi 1 hodinu.

DUKIELSKI GULASZ BARANI DUKLIANSKY BARANÍ PERKELT

Składniki: 100 g cebuli, 40 g tłuszczu, mielona czerwona papryka (ostra), 400 g mięsa baraniego, 150 g zielonej papryki, 120 g pomidorów, 1 kromka razowego chleba, sól, mielony pieprz.

Cebulę pokroić na drobno, zeszklić na maśle, przyprószyć ostrą papryką, wrzucić pokrojone w kostkę mięso, podsmażyć, podlać wodą i dusić pod przykryciem na półmiękkko. Następnie dodać oczyszczoną z gniazd nasiennych zieloną paprykę, pokrojoną w paski, pokrojony chleb i pomidory, doprawić solą i pieprzem i dalej dusić. Podawać z gotowanymi ziemniakami.

Komponenty: 100 g cibule, 40 g masti, štiplavá mletá červená paprika, 400 g baranieho mäsa, 150 g zelenej papryky, 120 g rajčiakov, 1 krajec čierneho chleba, soľ, mleté čierne korenje.

Cibuľu pokrájame na drobno, speníme na masti, poprášime štiplavou mletou červenou paprikou, pridáme mäso pokrájané na kocky, opečieme, podlejeme vodou a prikryté udusíme do polomäkka. Potom pridáme očistenú zelenú papriku pokrájanú na rezance, pokrájané rajčiaky a chlieb, osolíme, okoreníme a dodusíme. Podávame s varenými zemiakmi.

DUKLAŃSKI RYBNY PAPRYKARZ DUKLIANSKY RYBÍ PAPRIKÁŠ

Składniki: 600 g rybnych filetów, 40 g masła, 50 g cebuli, 1 łyżeczka mielonej czerwonej papryki (łagodnej), sól, 1 łyżka przecieru pomidorowego, 250 ml kwaśnej śmietany, 20 g mąki pszennej, 1 łyżeczka soku z cytryny, odrobina cukru.

Filety wyplukać, pokroić w kostkę. W szybkowarze roztopić masło, przyrumienić drobno pokrojoną cebulę, dodać paprykę, pokrojone filety, sól, przecier pomidorowy. Podlać odrobiną gorącej wody i dusić pod przykryciem około 15 min. Naczynie otworzyć, dolać roztrzepaną kwaśną śmietaną z mąką i gotować stale mieszając. Gotowy paprykarz doprawić do smaku sokiem z cytryny i cukrem. Podawać z kluskami kładzionymi lub makaronem.

Komponenty: 600 g rybieho filé, 40 g masla, 50 g cibule, 1 lyžička mletej červenej papriky, soľ, 1 lyžica rajčiakového pretlaku, 2,5 dl kyslej smotany, 20 g hladkej múky, 1 lyžička citrónovej šťavy, trocha cukru.

Filé opláchneme a pokrájame na kocky. V tlakovom hrnci roztopíme maslo, speníme na ňom cibuľu pokrájanú nadrobno, pridáme pletú červenú papriku, pokrájané filé, soľ a rajčiakový pretlak, trocha podlejeme horúcou vodou a prikryté dusíme asi 5 minút. Potom hrniec otvoríme, prilejeme kyslú smotanu, rozšľahanú s múkou a za stáleho miešania povaríme. Hotový paprikáš ochutíme citrónovou šťavou a cukrom. Podávame s haluškami alebo makarónmi.

DYNIA Z POMIDORAMI PO SŁOWACKU TEKVIČA S PARADAJKAMI PO SLOVENSKY

Składniki: 1,5-2 szklanki pokrajanej w kostkę dyni, 1,5 dużego pomidora albo 2,5 łyżki przecieru pomidorowego, łyżeczka pokrajanej drobno cebuli, 2 łyżki śmietany, 0,5 łyżeczki mąki, sól.

Dynię umyć, obrać i pokrajać w kostkę, to samo zrobić z cebulą. Warzywa zalać kilkoma łyżkami gorącej wody, posolić i gotować aż zmiękną. Pomidory umyć, pokrajać w ćwiartki, zalać 3-4 łyżkami gorącej wody. Rozgotować, przetrzeć i dodać do dyni. Śmietaną rozmieszać z mąką, zaprawę tę rozcieńczyć kilkoma łyżkami wywaru z dyni, potem wlać do potrawy i zagotować. Można podawać z ziemniakami albo z kaszą.

Komponenty: 1,5-2 poháre tekvice pokrájanej na kocky, 1,5 veľkej paradajky alebo 2,5 lyžice paradajkového pretlaku, lyžička nadrobno pokrájanej cibule, 2 lyžice smotany, 0,5 lyžičky múky, soľ.

Tekvicu očistíme a pokrájame na kocky, rovnako aj cibuľu. Zeleninu zalejeme niekoľkými lyžicami horúcej vody, osolíme a varíme domäkka. Umyjeme paradajky, rozštvrtíme ich a zalejeme s 3-4 lyžicami horúcej vody. Paradajky rozvaríme, pretrieme a pridáme do tekvice. Smotanu rozmiešame s múkou, zátrepku rozriedime niekoľkými lyžicami vývaru z tekvice. Potom ju vlejeme a jedlo prevaríme. Môžeme ho podávať so zemiakmi alebo krúpami.

DZIK NA WINIE / DIVIAK NA VÍNE

Składniki: 1 kg udźca z dzika, 60 g wędzonego boczku, sól, 40 ml oleju, 200 ml czerwonego wina, 3 łyżeczki konfitur porzeczkowych, 1 łyżeczka musztardy, odrobina cukru, sok z cytryny.

Marynata: 500 ml wody, 100 ml octu, 100 g warzyw (marchew, seler, pietruszka), 50 g cebuli, 5 ziaren czarnego pieprzu, 1 listek laurowy, tymianek, kminek, sól, jałowiec.

Wszystkie składniki na marynatę zagotować i ostudzić. Mięso umyć, włożyć do przygotowanej marynaty i pozostawić na 4-5 dni w chłodnym miejscu. Od czasu do czasu trzeba je w marynacie odwracać. Po tym czasie mięso z marynaty wyciągnąć, naszpikować paskami wędzonego boczku, posolić i obsmażyć ze wszystkich stron na oleju. Obsmażone mięso umieścić na blasze, do połowy podlać marynatą, dodać warzywa z marynaty i powoli dusić pod przykryciem. Podczas duszenia w razie potrzeby podlewać marynatą. Po dokończeniu duszenia dodać

wino, konfitury porzeczkowe, musztardę, cukier i przegotować. Miękkie mięso wyjąć i pokroić. Sos doprawić sokiem z cytryny, razem z warzywami przetrzeć przez sito i obłożyć mięso.

Komponenty: 1 kg mäsa zo stehna diviaka, 60 g údenej slaniny, soľ, 40 g oleja, 2 dl červeného vína, 3 lyžičky ríbezľového lekváru, 1 lyžička horčice, trocha cukru, citrónová šťava.

Marináda: 5 dl vody, 1 dl octu, 100 g koreňovej zeleniny (mrkva, zeler, petržlen), 50 g cibule, 5 zrníek čierneho korenia, 1 bobkový list, tymian, rasca, soľ, borievky.

Mäso umyjeme, vložíme do pripravenej marinády a necháme odležať na chladnom mieste 4-5 dní. Mäso v marináde občas obrátíme. Potom ho vyberieme z marinády, prešpikujeme prúžkami údenej slaniny, osolíme a opečieme v rozohriatom oleji zo všetkých strán. Opečené mäso dáme na pekáč, podlejeme do polovice marinádou, pridáme zeleninu z marinády a prikryté pomaly udusíme do mäkka. Počas dusenia podľa potreby podlievame marinádou. Po dokončení pridáme do šťavy víno, ríbezľový lekvár, horčicu, cukor a prevaríme. Mäkké mäso vyberieme a pokrájame. Šťavu ochutíme citrónovou šťavou, spolu so zeleninou pretrieme cez sito a natrieme na mäso.

Marináda: Všetky suroviny spolu prevaríme a necháme vychladnúť.

FRANCUSKIE ZIEMNIAKI FRANCÚZKE ZEMIAKY

Skladniki: 1 kg zemiakov, 4 jajka, 30 dag miękkiej kielbasy, 0,2 l śmietany, 10 dag masła, sól.

Ziemniaki ugotowane w mundurkach obieramy i kroimy w krążki. Jajka gotujemy na twardo i kroimy w krążki, kielbasę kroimy w paseczki. Żaroodporny półmisek lub rondel nacieramy tłuszczem i posypujemy bułką tartą. Do tak przygotowanego naczynia warstwowo układamy ziemniaki, jajka i kielbasę, solimy, polewamy śmietaną i roztopionym masłem. Pieczemy w gorącym piekarniku około 40 minut. Podajemy z dowolną sałatką warzywną.

Komponenty: 1 kg zemiakov, 4 vajcia, 30 dkg mäkkej salámy, 2 dl smotany, 10 dkg masla, soľ

V šupka uvarené zemiaky olúpeme a pokrájame na kolieska. Vajcia uvaríme na tvrdo a pokrájame na kolieska, salámu porožeme na rezance. Ohňovzdornú misu, alebo kastról vymastíme a vysypeme strúhankou. Do takto pripravenej nádoby po vrstvách układáme zemiaky, vajcia a salámu, trochu osolíme, polejeme smotanou a roztopeným maslom. V horúcej rúre pečieme asi 40 minút.

Podávame s ľubovoľným zeleninovým šalátom.

GAZDOWSKIE GAŁKI Z KWASZONEJ KAPUSTY GAZDOVSKÉ GUBKY V KYSLEJ KAPUSTE

Skladniki: 300 g łopatki, 150 g ryżu, 1 jajko, sól, mielony pieprz, 50 g oleju, 50 g cebuli, 500 g kwaszonej kapusty, kminek mielony, mielona czerwona papryka (łagodna), 20 g mąki pszennej, cukier, ocet.

Mięso umyć i zmielić. Dodać ryż ugotowany na półmiętko i jajko. Doprawić solą, pieprzem, dodać około 1/3 usmażonej i wystudzonej cebuli i wszystko wymieszać. Na połowie oleju przyrumieniść resztę pokrojonej drobno cebuli, dodać kwaszoną kapustę, poddusić. Doprawić do smaku kminkiem i papryką. Z masy mięsnej uformować gałki, ułożyć je do rondla z kapustą. Podlać odrobiną gorącej wody, przykryć i gotować dalej. Kapustę zagęścić zasmażką przygotowaną z pozostałego oleju i mąki. Podgotować jeszcze chwilę i pod koniec gotowania doprawić cukrem i octem według smaku.

Komponenty: 300 g bravčového pliecka, 150 g ryže, 1 vajce, soľ, mleté čierne korenie, 50 g oleja, 50 g cibule, 500 g kyslej kapusty, potlačená rasca, mletá červená paprika, 20 g hladkej múky, cukor, ocot.

Mäso umyjeme a zomelieme. Pridáme ryžu uvarenú do polomäkka a vajce, osolíme, okoreníme, pridáme asi 1/3 opráženej a vychladnutej cibule a premiešame. Na polovici oleja oprážime cibuľu pokrájanú nadrobno, pridáme kyslú kapustu, podusíme a ochutíme potlačenou rascou a mletou červenou paprikou. Z mäsovej zmesi sformujeme guľky, ktoré pomaly naukladáme do hrnca s kapustou, trochu podlejeme horúcou vodou a prikryté varíme ďalej. Kapustu zahustíme zápražkou pripravenou zo zvyšného oleja a múky, povaríme a ochutíme cukrom a octom.

HALUSZKI / BRYNDZOVÉ HALUŠKY

Skladniki: 250 g bryndzy, 500 g oskrobanych zemiaków, 300 g mąki, sól, 60 g cebuli, 80 g wędzonej słoniny, szczypiorek, koper.

Surowe, oskrobane ziemniaki zetrzeć i wymieszać z mąką i solą. Ciasto przełożyć na deskę i nożem wrzucać do wrzącej wody. Ugotowane haluszkę przemieszać z bryndzą i polać pokrojoną w kostkę podsmażoną słoniną i cebulką.

Komponenty: 250 g bryndze, 500 g očistených zemiakov, 300 g múky, soľ, 60 g cibule, 80 g slaniny, pažítka, kôpor.

Očistené a surové zemiaky postrúhame a vymiešame s múkou a soľou. Cesto dáme na lopár a nožom hádzeme halušky do vriacej vody. Hotové halušky premiešame s bryndzou, posypeme ich na kocky pokrájanou, osmaženou slaninou a cibuľou.

HALUSZKI Z TWAROGIEM HALUŠKY S TVAROHOM

Skladniki: 1 kg zemiaków, 1/2 szklanki mąki, 1-2 jajka (opcjonalnie), cebula, kostka twarogu półtłustego, szczypiorek, sól i pieprz do smaku.

Utarte (tak jak na placki) ziemniaki odciskamy z nadmiaru wody. Dodajemy jajka oraz mąkę. Wyrabiamy ciasto - musi być trochę gęstsze od tego na placki. Łyżką formujemy kluski i wrzucamy do wrzącej wody. Gotujemy 5-8 min od wypłynięcia. Ugotowane haluszki polewamy smażoną cebulką i mieszamy z twarogiem oraz zei szczypiorkiem.

Komponenty: 1 kg zemiakov, 0,5 pohára múky, 1-2 vajcia, cibula, kocka polotučného tvarohu, pažitka, soľ a čierne korenie podľa chuti.

Postrúhané surové zemiaky zbavíme nadmerného množstva vody. Pridáme vajcia a múku. Miešame cesto, ktoré musí byť hustejšie ako na placky. Lyžicou formujeme halušky a hádzeme ich do vriacej vody. Varíme 5-8 minút po ich vyplávaní. Scedené halušky polejeme osmaženou cibulou a vymiešame s tvarohom. Môžeme posypať pažitkou.

JAJKA Z BRYNDZĄ VAJCIA PLNENÉ BRYNDZOU

Skladniki: bryndza, jajka ugotowane na twardo, czarne i zielone oliwki, ogórek, papryka, 1 łyżka zieleniny: rzeżuchy lub szczypiorku, koperek, natka pietruszki, sól i pieprz do smaku.

Z ugotowanych jajek wyjąć żółtka. Bryndzę wymieszać z drobno posiekaną zieleniną i żółtkami, dodać sól i pieprz do smaku. Farszem wypełnić białka, przyozdobić oliwkami, ogórkiem i papryką.

Komponenty: bryndza, vajcia uvarené natvrdo, čierne a zelené olivy, uhorka, paprika, 1 lyžica posekanej žeruchy, prípadne pažitky, kôpru, petržlenovej vňate, soľ a čierne korenie podľa chuti.

Z uvarených vajec vyberieme žĺtky. Bryndzu vymiešame s nadrobno posekanou žeruchou a žĺtkami, pridáme soľ a čierne korenie podľa uváženia. Plnkou naplníme bielky, ozdobíme ich olivami, uhorkou a paprikou.

KACZKA PO SABINOWSKU KAČKA NA SABINOVSKÝ SPÔSOB

Skladniki: kaczká (ok. 2 kg), soľ, 800 g malých jabĺk, 40 ml oleju, 100 g cibuli, 100 ml kvašnej smietany.

Kaczkę posolić od strony wewnętrznej i zewnętrznej, wypełnić jabłkami i zaszyć. Natrzeć kwaśną śmietaną. Na blasze usmażyć cebulę, ułożyć przygotowaną kaczkę i upiec w piekarniku. Jeśli kaczką jest zbyt tłusta nie dodawać tłuszczu do pieczenia. Tłuste miejsca kaczki podczas pieczenia kilkakrotnie przekłuć widelcem i zebrać nadmiar tłuszczu, aby się nie przypalał. Upieczoną kaczkę podzielić na porcje, wyjąć z niej upieczone jabłka i nimi ją obłożyć. Sos z pieczenia podawać w sosjerce.

Komponenty: 1 kačka (asi 2 kg), soľ, 800 g malých jabĺk, 40 gramov oleja, 100 g cibule, 1 dl kyslej smotany.

Kačku zvnútra i zvonku osolíme, naplníme umytými jablkami a otvor zašijeme. V pekáči na rozohriatom oleji opožáme cibulú, vložíme pripravenú kačku a dáme piecť. Ak je kačka

veľmi masťná, tuk na pekáč nedávame, masťné časti na kačku počas pečenia viackrát popicháme vidličkou a prebytočný tuk odoberáme, aby sa neprepaľoval. Pred pečením kačku potrieme kyslou smotanou. Upečenú rozdelíme na porcie a obložíme upečenými jablkami. Šťavu podávame osobitne v nádobke.

KALAREPA PO SŁOWACKU KALERÁB PO SLOVENSKY

Skladniki: 8 srednich kalarep, 2 lyzki smalcu, 1 lyzka maki, 1 cebula 100 ml bulionu drobiowego, 1/2 lyzeczki zmielonego kminku, 2 lyzki octu winnego 6%, cukier i sol do smaku

Kalarepy obrać, usunąć zdrewniałe części. Pokroić w „słupki”. Gotować do miękkości w osolonej wodzie, następnie odcedzić. Cebulę obrać i pokroić w drobną kostkę, zeszklić na tłuszczu. Dodać ugotowaną kalarepę i kminek. Posypać mąką i całość podsmażyć. Podlać rosółem i dusić ok. 2 min. Doprawić do smaku solą, cukrem i octem.

Komponenty: 8 stredných kalerábov, 2 lyžice masti, 1 lyžica múky, 1 cibula, 100 ml kuracieho vývaru, 0,5 lyžičky mletej rasce, 2 lyžice vínneho octu 6%, cukor a soľ podľa chuti.

Očistíme kaleráb, odstránime drevnaté časti. Pokrájame ho na hranolčeky a varíme domäkka v osolenej vode. Následne ho scedíme. Cibulú očistíme a pokrájame na drobné kocky, osmažíme ju na masti. Pridáme uvarený kaleráb a rascu. Posypeme múkou a všetko smažíme. Podlejeme vývarom a dusíme asi 2 minúty. Dochutíme soľou, cukrom a octom.

KAPUSTNICA / KAPUSTNICA

Skladniki: 1 kg kapusty kiszzonej, 1 litr soku z kiszzonej kapusty, 2 litry wody przegotowanej, 0,5 kg mięsa wieprzowego (np. łopatka, karkówka), 0,5 kg kielbasy paprykowanej ostrej (węgierska, słowacka, chorizo), 3 cebule, 4-5 kapelusze suszonych grzybów, 2-3 ząbki czosnku, 2-3 liście laurowe, sól i pieprz do smaku, 2 łyżki oleju lub smalcu.

Grzyby namoczyć, następnie pokroić w drobną kostkę, wodę z namaczania odstawić. Kapustę poszatkować lub drobno posiekać i bez względu na stopień zakwaszenia nie płukać. Cebulę pokroić w 1/2 piórka. Kapustę zalać jej własnym sokiem oraz wrzącą przegotowaną wodą, dodać cebulę i grzyby oraz powstałą wodę grzybową. Mięso wieprzowe pokroić w drobną kostkę, kielbasę w półtalarki. Mięso podsmażyć na tłuszczu do zrumienienia (pomijając kielbasę). Wstawić kapustę z dodatkami, po zagotowaniu dodać podsmażone mięso wieprzowe. Dodać czosnek przeciśnięty przez praskę, liście laurowe oraz pieprz ziarnisty. Dusić pod przykryciem ok. 30 min. Po 1/2 h obróbki cieplnej dorzucić pikantną, paprykową kielbasę. Dusić jeszcze ok 20 min., doprawić solą wedle smaku. Podawać z pieczywem.

Komponenty: 1 kg kyslej kapusty, 1 l šťavy z kyslej kapusty, 2 l prevarenej vody, 0,5 kg bravčového mäsa (napr. pliecko, krkovička), 0,5 kg pikantnej paprikovanej klobásy, 3 cibule, 4-5 klobúčikov sušených hríbov, 2-3 strúčiky cesnaku, 2-3 bobkové listy, soľ a celé čierne korenie podľa chuti, 2 lyžice oleja alebo masti.

Namočíme hríby, následne ich pokrájame na drobné kocky. Vodu z nich odložíme nabok. Posekáme nadrobno kapustu, ktorú nepreplachujeme, aj keby bola značne kyslá. Cibulu pozdĺžne rozkrojíme a pokrájame na plátky. Kapustu zalejeme jej vlastnou šťavou a prevarenou horúcou vodou, pridáme cibuľu a hríby, ako aj vodu po hríboch. Bravčové mäso pokrájame na kocky, klobásu na polkolieska. Osmažíme mäso na masti, bez klobásy. Kapustu s ostatnými dodatkami dáme variť, potom pridáme osmažené bravčové mäso, rozotretý cesnak, bobkové listy a celé čierne koreníe. Varíme pod pokrievkou zhruba 30 minút. Potom vložíme pikantnú paprikovanú klobásu. Varíme ešte 20 minút, dochutíme soľou podľa uváženia. Podávame s pečivom.

KAPUSTNICA Z WĘDZONYM MIĘSEM KAPUSTNICA S ÚDENÝM MÄSOM

Skladniki: 250 g wędzonego boczkua lub duszonej karkówki, 400 g kiszzonej, kapusty, 30 g tłuszczu, 1 cebula, 30 g mialkiej mąki, mielona czerwona, papryka, sól, 150 g ziemniaków.

Wędzone mięso zalewamy wodą i gotujemy na półmiękkko. Wyciągamy, kroimy na małe kawałki i wkładamy znów do wywaru. Przygotujemy pokrojoną kiszoną kapustę, którą dodajemy do wywaru.

Z tłuszczu, cebuli pokrojonej na drobno mąki i czerwonej mielonej papryki przygotowujemy zasmażkę, którą łączymy z zupą i dogotowujemy. Na koniec zupę według smaku solimy. Podajemy z ziemniakami ugotowanymi osobno. Kapustnica może być podawana z pokrojoną kiełbasą.

Komponenty: 250 g údeného bôčika alebo údenej krkovičky, 400 g kyslej kapusty, 30g masti, 1 cibula, 30 g hladkej múky, mletá červená paprika, sol, 150 g zemiakov.

Údené mäso zalejeme vodou, uvaríme do polomäčka, vyberieme, pokrájame na malé kocky a vložíme späť do vývaru.

Pridáme pokrájanú kyslú kapustu a uvedieme do varu.

Z masti, cibule pokrájanej nadrobno, múky a mletej červenej papriky pripravíme zápražku, ktorú zamiešame do polievky a dovaríme. Nakoniec polievku podľa chuti osolíme. Podávame s osobitne uvarenými zemiakmi. Kapustnica sa môže podávať aj s osobitne uvarenou a pokrájanou údenou klobásou.

KARP NA ZEMPLÍNSKI SPOSÓB KAPOR PO ZEMPLÍNSKY

Skladniki: 600g karpia, 300 g świeżych grzybów, 60 g masła albo tłuszczu roślinnego, 40 g cebuli, sól, kminek, 2 łyżki wody, mielony pieprz, mielona czerwona papryka (łagodna), curry, 2 łyżeczki soku z cytryny.

Karpia sprawić, oczyścić, wypłukać i pokroić w dzwonka. Grzyby oczyścić, porządnie wypłukać, pokroić w plastry. Na części masła albo tłuszczu roślinnego zeszklić pokrojoną drobno cebulę, dodać grzyby, posolić, posypać kminkiem, skropić wodą i poddusić. Folię aluminiową natłuścić, ułożyć na niej porcje karpia, oprószyć solą, pieprzem, papryką i curry. Przykryć podduszonymi grzybami. Tak przygotować każdą porcję osobno, dokładnie zawinąć folię, poukładać na blachę, włożyć do mocno nagrzanego piekarnika i piec

około 20-25 min. Upieczone porcje karpia pokropić sokiem z cytryny. Podawać z ugotowanymi ziemniakami lub chlebem. Można dodać surówkę albo sałatkę ze świeżych warzyw.

Komponenty: 600 g kapra, 300 g čerstvých húb, 60 g masla alebo rastlinného tuku, 40 g cibule, sol, rasca, 2 lyžice vody, grilovacie koreníe (mleté čierne koreníe, mletá červená paprika, kari), 2 lyžičky citrónovej šťavy, alobal.

Kapra očistíme, vypitveme, opláchneme a pokrájame na porcie. Huby očistíme, dobre opláchneme a pokrájame na plátky. Na časti masla alebo rastlinného tuku speníme očistenú cibuľu pokrájanú nadrobno, pridáme pokrájané huby, osolíme, posypeme rascou, pokropíme vodou a podusíme, alobal pomastíme, položíme naň porciu kapra, osolíme, poprášime grilovacím korením a navrch dáme podusené huby. Každú porciu v alobale dobre zabalíme, poukladáme na plech, vložíme do vyhriatej rúry a pečieme asi 20-25 minút. Upečené porcie kapra pokvapkáme citrónovou šťavou. Podávame s varenými zemiakmi alebo chlebom. Môžeme doplniť aj zeleninovým šalátom.

KŁUSECZKI SŁOWACKIE Z SUROWYCH ZIEMNIAKÓW SLOVENSKE HALUŠKY

Skladniki: 0,5 kg ziemniaków, mąka 150 g, 2 jajka, 100 g słoniny, 50 g bryndze.

Ziemniaki obrać, utrzeć na tarce, wycisnąć przez płótno. Słaninę pokrajać w kostkę i stopić. Do masy ziemniaczanej dodać jajka, mąkę i sól; starannie wyrobić. Zagotować w rondlu 2 l osolonej wody, kłaść ciasto na zwilżoną deseczkę, wygładzić wierzch i nożem odcinać małe kluseczki, strącając je do gotującej się wody. Po kilku minutach obficie tłuszczem ze skwarkami i posypane rozkruszoną bryndzą.

Komponenty: 0,5 kg zemiakov, 150 g múky, 2 vajcia, 100 g slaniny, 50 g bryndze.

Zemiaky očistíme, postrúhame, vytlačíme z nich šťavu. Slaninu pokrájame na kocky a vytopíme ju. Do zemiakovej masy, ktorú poriadne vymiešame, dodáme vajcia, múku a sol. V hrnci prevaríme 2 l osolenej vody, cesto kladieme na namočený lopár a nožom oddeľujeme malé halušky priamo do vriacej vody. Po niekoľkých minútach ich omastíme masťou so škvarkami a posypeme pomrvenou bryndzou.

KŁUSECZKI ZIEMNIACZANE Z KAPUSTĄ ZE SKWARKAMI STRAPAČKY S KAPUSTOU

Skladniki: 2 kg ziemniaków, 1 kg mąki krupczatki, 800 g kapusty kiszzonej, 100 g cebuli, 300 g słoniny wędzonej, 100 ml oleju, 50 g soli, 10 g pieprzu, 20 g szczypiorku.

Surowe ziemniaki obieramy i przecieramy na tarce, dodajemy mąkę, sól i wyrabiamy ciasto, które nie może być ani za rzadkie, ani za gęste. Do garnka z gotującą się wodą, przez

specjalne sitko (duże otwory, ok. 1 cm) lub z deski wrzucamy 2-3 cm kluski, które po ugotowaniu (ok. 5 minut) wyjmujemy do przygotowanej miski. Do podsmażonej na złoto cebuli dodajemy pokrojoną na drobno kapustę, zalewamy wodą i dusimy do miękkości przez ok. 30 min. Kluski ziemniaczane oraz kapustę mieszamy razem i polewamy skwarkami z wędzonej słoniny. Można podawać również z pieczoną karkówką.

Komponenty: 2 kg ziemniaków, 1 kg hrubej mąki, 800 g kysłej kapusty, 100 g cebule, 300 g slaniny, 100 ml oleja, 50 g soli, 10 g czernego korenia, 20 g pažitky.

Očistíme surové zemiaky a postrúhame ich, pridáme múku, soľ a vymiešame cesto, ktoré nemôže byť ani riedke, ani husté. Do hrnca s vriacou vodou hádžeme dvoj-trojcentimetrové halušky, a to buď z lopára alebo cez špeciálne sito, ktoré má otvory s priemerom asi 1 cm. Po uvarení (zhruba po 5 minútach) vyberieme halušky do pripravenej misky. Do zlatisto opoženej cibule pridáme nadrobno posekanú kapustu, zalejeme ju vodou a dusíme asi 30 minút domäkka. Nakoniec zmiešame halušky s kapustou a posypeme škvarkami zo slaniny. Môžeme ich podávať aj s pečenou krkovičkou.

KLUSKI KŁADZONE Z TWAROGIEM STRAPAČKY S TVAROHOM

Składniki: 1,2 kg ziemniaków, sól, 1 jajko, około 400 g mąki pszennej, 30 g tłuszczu, 250 g twardego twarogu (albo kwaszonej kapusty), 100 g boczku wędzonego.

Ziemniaki obrać, utrzeć, posolić, dodać jajko, mąkę i wyrobić ciasto. Do wrzącej osolonej wody wrzucać kluski i gotować około 9 min. (aż woda nie zacznie ponownie wrzeć). Odcedzić, przepłukać ciepłą wodą, omaścić, posypać twardym, utartym twarogiem i pokrojonym, usmażonym boczkiem. Identycznie można przygotować kluski kładzone z kwaszoną kapustą (zamiast twarogu użyć duszoną kapustę).

Komponenty: 1,2 kg ziemniaków, soľ, 1 vajce, asi 400 g polohrubej múky, 30g masti, 250 g tvrdého tvarohu (alebo kyslej kapusty), 100 g údenej slaniny.

Zemiaky očistíme, postrúhame, osolíme, pridáme vajce, múku a vypracujeme cesto, z ktorého nahádžeme do vriacej osolenej vody halušky a varíme asi 9 minút (zhruba pokiaľ voda nedôjde do varu). Potom ich scedíme, opláchneme teplou vodou, pomastíme a posypeme postrúhaným tvarohom a pokrújanou vyškvarenou slaninou. Takisto môžeme pripraviť aj strapačky s kyslou kapustou (namiesto tvarohu použijeme udusenú kyslú kapustu).

KNEDLE NA PARZE Z BOCZKIEM I KISZONĄ KAPUSTĄ PARENÉ KNEDLE S BÔČIKOM A S KYSLOU KAPUSTOU

Składniki: Knedle na parze: 500 g półgrubej mąki, ½ kostki drożdży, 0,3 l mleka lub wody, 1 łyżeczka soli, 2-3 łyżek cukru, 1 jajko.

W jednej trzeciej letniego mleka rozpuszczamy drożdże, dodajemy cukier i robimy tzw. zakwas. Do misy przesiewamy mąkę, dodajemy wyrośnięty zakwas, sól, jajko i letnie mleko zarabiamy ciasto, które mieszamy dotąd, aż przestanie się lepić do ściany misy. Ciasto odstawiamy w ciepłe miejsce, aby wyrosło. Wyrośnięte ciasto dzielimy na 2-3 części i robimy wałeczki. Odstawiamy na chwilę, aby ciasto odpoczęło. Gotujemy na parze 20 minut.

Składniki: kiszona kapusta: 1 cebula, 30 g tłuszczu, 600 g kiszzonej kapusty, potłuczona rasca (odm. kminu), sól, wegeta, cukier, woda, 2 łyżeczki mialkiej mąki.

Cebulę posiekaną na drobno zeszklimy na rozgrzanym tłuszczu. Dodajemy oczyszczoną kiszoną kapustę, podlewamy wodą, posypujemy potłuczoną rasca, solimy i przykryte dusimy. Na koniec przyprawiamy cukrem i wegetą.

Boczek: 1 kg boczku, sól, rasca, woda

Wierzchnią skórę nacinamy, posypujemy rasca, posolimy i podlejemy wodą. Pieczemy pod przykryciem.

Komponenty: parená knedla: 500 g polohrubej múky, ½ kocky drożdžia, 3 dl mlieka alebo vody, 1 lyžička soli, 2-3 lyžice cukru, 1 vajce.

V jednej tretine vlažného mlieka rozpustíme droždie, pridáme cukor a necháme vykysnúť tzv. kvások. Do misy preosejeme múku, pridáme vykysnutý kvások, soľ, vajce a vlažným mliekom zarobíme na cesto, ktoré premiesime tak, že sa prestane lepiť na steny misy. Cesto necháme na teplom mieste vykysnúť. Vykusnuté cesto rozdelíme na 2-3 časti, vytvarujeme do valčekov a necháme trocha oddýchnuť. Varíme v pare 20 minút.

Komponenty: kyslá kapusta: 1 cibula, 30 g masti, 600 g kyslej kapusty, potlčená rasca, soľ, vegeta, cukor, woda, 2 lyžice hladkej múky.

Cibuľu posekanú nadrobno speníme v rozohriatej masti, pridáme očistenú pokrújanú kyslú kapustu, podlejeme vodu, posypeme potlčenou rascou, osolíme a prikryté udusíme, nakoniec ochutíme cukrom, vegetou.

Komponenty: bračový bôčik: 1 kg bravčového bôčika, soľ, rasca, woda.

Mäso umyjeme, vrchnú kožu narežeme, osolíme, posypeme rascou, podlejeme trochou vody a prikryté dáme upiecť.

KNEDLE Z BRYNDZĄ KNEDLIČKY S BRYNDZOU

Składniki: 1 kg ziemniaków, 2 jaja, 1/2 kg mąki, 1 łyżka masła, szklanka mleka, 400 g bryndzy, sól, nieco oleju.

Ziemniaki obieramy, gotujemy do miękkości w lekko osolonej wodzie. Po ostudzeniu przyrządzamy z nich puree, ucierając z masłem i mlekiem. Po 10 min. dodajemy jaja i mąkę. Ciasto dokładnie wyrabiamy, aż stanie się gładkie. Dłońmi oprószonymi mąką formujemy niewielkie placuszki o grubości około cm. Na środek każdego placuszka nakładamy ok. pół łyżeczki bryndzy i zalepiamy do środka, tocząc kulki. Gotujemy kilka minut w osolonej wodzie z odrobiną oleju do

momentu, aż wypłyną. Delikatnie wybieramy z garnka łyżką cedzakową. Podawać można z rozpuszczonym masłem, sosem grzybowym czy podsmażonymi pieczarkami.

Komponenty: 1 kg ziemniaków, 2 jajca, 0,5 kg mąki, 1 łyżka masła, pohár mlieka, 400 g bryndze, soľ, trocha oleja.

Zemiaki očistíme a uvaríme domäkka v mierne osolenej vode. Keď vychladnú, vytvoríme pyré dodaním masla a mlieka. Po 10 minútach pridáme vajcia a múku. Cesto poriadne miesime, kým nebude hladké. Rukami od múky formujeme nevelké placky s hrúbkou asi 1 cm. Na stred každej placky kladieme približne pol lyžičky bryndze a lepíme tak, aby vznikli guľky.

Varíme niekoľko minút v osolenej vode s trochou oleja, až kým nevyplávajú. Opatrne ich vyberieme cedidlovou naberačkou. Knedličky môžeme podávať s roztopeným maslom, hubovou omáčkou alebo s osmaženými šampiňónmi.

KNEDLE Z BRYNDŽĄ BRYNDZOVÉ HALUŠKY

Skladniki: 100 -150 g bryndzy, 300 g ziemniaków, 1 jajko, 200 g mąki, 100 g wędzonego boczku lub szynki, opakowanie kwaśnej śmietany, szczypiorek, sól.

Ziemniaki zetrzeć, dodać jajko, mąkę i sól. Zagnieść ciasto. Z ciasta uformować wałek, spłaszczyć go i nożem odkrawać kłuski. Gotować je w osolonej wodzie do wypłynięcia, następnie odsączyć. Boczek lub szynkę pokroić w kostkę i usmażyć na skwarki. Bryndzę rozgnieść ze śmietaną. Śmietany dodać tak dużo, aż powstanie gęsty sos. Knedle polać sosem, posypać skwarkami i drobno posiekanym szczypiorkiem.

Komponenty: 100-150 g bryndze, 300 g ziemniaków, 1 jajce, 200 g mąki, 100 g údenej slaniny alebo šunky, téglík kyslej smotany, pažitka, soľ.

Postrúhame zemiaky, pridáme k nim vajce, múku a soľ. Vymiešame cesto. Z cesta sformujeme valec, sploštíme ho a odkrajujeme halušky. Tie varíme v osolenej vode, kým nevyplávajú. Potom ich scedíme. Slaninu alebo šunku pokrájame na kocky, ktoré osmažíme. Bryndzu vymiešame so smotanou. Pridáme toľko smotany, aby vznikla hustá omáčka. Ňou polejeme halušky, posypeme ich škvarkami a nadrobno posekanou pažitkou.

KOTLET CHRZESTNEGO KMOTROVSKÝ REZEŇ

Skladniki: 500 g udźca wieprzowego, sól, mielony pieprz, 5 plasterów sera żółtego, olej do smażenia.

Farsz: 100 g szynki konserwowej, 100 g konserwowych pieczarek, odrobina oleju.

Na farsz pokroić szynkę i pieczarki na małe paseczki, wysmażyć na oleju. Mięso pokroić na kotlety, ubić, doprawić solą i pieprzem. Na kotlety położyć plastry żółtego sera, a na nie przygotowany farsz. Kotlety złożyć, wzmocnić szpilkami do mięsa. Tak przygotowane kotlety można upiec, poddusić z odrobiną wody, albo (oprószyć mąką, wypanierować w jajku, bułce tartej) usmażyć.

Komponenty: 500 g bravčového mäsa zo stehna, soľ, mleté čierne korenie, 5 plátkov syra, olej na vyprážanie.

Plnka: 100 g pražskej šunky, 100 g sterilizovaných šampiňónov, trocha oleja

Mäso pokrájame na rezne, ktoré naklepeme, osolíme a okoreníme. Na rezne rozložíme plátky syra a na ne dáme plnku. Naplnené rezne prehne, spevníme špáradlami a buď opečieme, podlejeme a udusíme, alebo obalíme trojobalom (hladká múka, vajce, strúhanka) a vyprážime.

Plnka: Šunku pokrájame na malé rezance, premiešame s pokrájanými šampiňónmi a opečieme na oleji.

KOTLETY Z INDYKA MORČACIE REZNE

Skladniki: 500 g piersi z indyka, sól, mielony pieprz, 20 g mąki pszennej, 40 g oleju, 100 g szynki gotowanej, 50 g miękkiego sera żółtego, mielona czerwona papryka (łagodna).

Ugotowane piersi z indyka pokroić na kotlety, doprawić solą i pieprzem. Delikatnie oprószyć mąką i usmażyć na rozgrzanym oleju z obydwu stron. Usmażone kotlety wyłożyć na blachę i włożyć do nagrzanego piekarnika na około 6 min. Następnie na każdym kotlecie ułożyć plaster szynki, przykryć go plastrem miękkiego żółtego sera, posypać papryką i krótko wypiec w piekarniku. Podawać z dodatkiem warzyw.

Komponenty: 500 g morčacích prs, soľ, mleté čierne korenie, 20 g hladkej mąky, 40 g oleja, 100 g uvarenej šunky, 50 g mäkkého syra, mletá červená paprika.

Uvarené morčacie prsia pokrájame na rezne, ktoré osolíme, okoreníme, zľahka obalíme múkou a opečieme v rozohriatom oleji z obidvoch strán. Opečené rezne dáme na pekáč a vložíme do vyhriatej rúry asi na 6 minút. Potom na každý rezeň dáme plátok šunky, zakryjeme ho plátkom mäkkého syra, posypeme mletou červenou paprikou a krátko zapečieme v rúre. Podávame so zeleninovou prílohou.

LANGOSZE / LANGOŠE

Skladniki: 1 kg zwykłej mąki, 1 kostka drożdży (42 g), 0,5 l mleka, 2 jajka, szczypta sody oczyszczonej, 1 kwaśna śmietana, sól.

Rozczyn mieszamy z mąką, jajkami, śmietaną i solą. Wyrabiamy ciasto, które odstawiamy do wyrośnięcia, w tym czasie dwukrotnie mieszając. Łyżką nabieramy kawałki ciasta, z których na posypanej mąką stolnicy formujemy okrągłe placki. Smażymy je na rozgrzanym oleju. Usmażone smarujemy według swojego smaku. Na słono: z czosnkiem rozgniecionym z solą, posypujemy startym serem. Smarujemy keczupem i posypujemy startym serem. Na słodko: posypujemy tylko cukrem pudrem lub smarujemy dowolnymi powidłami.

Komponenty: 1 kg hladkej mąky, 1 kocka drożdžia (42 g), 5 dcl mlieka, 2 vajcia, štipka sódy bikarbóny, 1 kyslá smotana, soľ.

Kvások zmiešame s múkou, vajcami, smotanou a soľou. Vypracujeme hladké cesto ktoré necháme vykysnúť a ešte dvakrát ho znovu premiesime. Lyžicou naberáme kúsky cesta,



Bryndzové halušky / Haluszki z bryndzą



Domáci chlieb / Chleb swojski



Palacinky / Naleśniki



Vyprážený bravčový rezeň s ryžou / Smażony kotlet schabowy z ryżem



Palacinky / Nalešniki



Langoše / Langosze



Makovník / Makowiec



Palacinky / Nalešniki

z których na múčou posypanej doske vytiahneme okrúhle placky. Hneď ich vyprážame na rozpálenom tuku. Vyprážené potierame podľa chuti.

Slané: Cesnakom roztláčeným so soľou, posypeme nastrúhaným syrom. Potrieme kečupom a posypeme strúhaným syrom. Sladké: Len posypeme práškovým cukrom, alebo potrieme ľubovoľným lekvárom.

MAKOWIEC / MAKOVNIK

Skladniki: 10 dag cukru, 1 jajko, 50 dag pólgrubej máki, 0,25 l mlieka, 70 g masla, cukier puder do posypania.

Rozczyn: 3 dag droždzy, 0,5 dag cukru pudru, 0,1 l mlieka.

Masa makowa: 30 dag maku, 7 dag cukru pudru, 3 dag masla, 2 bielka.

Z droždzy, cukru i teplego mlieka pripravujeme rozcryn, ktorý následne odstavujeme do vyrošničia. Jajka mizsamy z cukrom, dodajemy mąkę, wyrošniety rozcryn, ciepłe mleko i wyrabiamy. Po połączeniu wszystkich składników, powoli dodajemy roztopione masło, ponownie wyrabiamy i odstawiamy do wyrošničia w ciepłym miejscu. Wyrošnięte ciasto dzielimy na dwie części, które rozwałkowujemy na kształt prostokąta, na nie równomiernie nakładamy masę makową, zawijamy, układamy w natłuszczonych wąskich foremkach i odstawiamy do wyrošničia. Gdy ciasto dwukrotnie zwiększy swoją objętość, wkładamy je do dobrze nagrzanego piekarnika i pieczemy przez 45 minut. Jeszcze ciepłe strucle wyjmujemy z foremek i posypujemy cukrem.

Masa makowa: Mielimy mak, dodajemy cukier, masło, na koniec delikatnie mizsamy z ubitymi na sztywną pianę białkami. Zamiast masy makowej możemy użyć masy serowej, kakaowej lub orzechowej.

Komponenty: 100 g práškoveho cukru, 1 vajce, 500 g polohruej múky, 2,5 dl mlieka, 70 g masla, voda, cukor na posypanie.

Kvások: 30 g droždza, 5 g práškoveho cukru, 1 dl mlieka.

Maková plnka: 300 g maku, 70 g práškoveho cukru, 30 g masla, 2 bielka.

Z droždza, cukru a teplého mlieka pripravíme kvások, ktorý necháme vykysnúť. Vajce vymiešame s cukrom, pridáme múku, vykysnutý kvások, teplé mleko a vypracujeme. Keď sa všetko spojí, pomaly pridáme roztopené maslo, znovu vypracujeme a dáme kysnúť na teplé miesto. Vykysnuté cesto rozdelíme na dva diely, ktoré vyvalkáme do tvaru obdĺžnika, rovnomerne na ne rozotrieme makovú plnku, zvinieme, vložíme do vymastených úzkych podlhovastých plechových foriem a necháme ešte kysnúť. Keď cesto zdvojnásobí svoj objem, vložíme ho do dobre vyhriatej rúry a pečieme 45 minút. Ešte teplé záviný vyklopíme z foriem a posypeme cukrom.

Maková plnka: Mak zomelieme, pridáme cukor, maslo a nakoniec zľahka primiešame tuhý sneh ušľahaný z bielkov. Namiesto makovej plnky môžeme naplniť závin tvarohovou plnkou, orechmi alebo kakaovou plnkou.

NALEŠNIKI / PALACINKY

Skladniki: 1 l mlieka, 3 jajka, 0,2 l oleju, 40 dag zvyklej máki, odrobina soli i cukru

Do vysokiego naczynia wlewamy mleko, dodajemy jajka, cukier i sól, dobrze mizsamy (możemy wykorzystać mikser), podczas mizsania dosypujemy mąkę. Na natłuszczoną, rozgrzaną patelnię lejemy niewielką ilość ciasta i okrężnym ruchem rozlewamy po całej powierzchni patelni. Smażymy z obu stron do uzyskania złotego koloru. Gotowe nalešniki możemy posmarować powidłami, budyniem czekoladowym, masą serową. Nalešniki zwijamy w rulony lub składamy na ćwiartkę, możemy je ozdobić śmietaną, czekoladą i owocami.

Komponenty: 1 l mlieka, 3 vajcia, 2 dcl oleja, 40 dkg hladkej múky, trochu soli a cukru

Do vyššej nádoby dáme mleko, vajcia, cukor a soľ, dobre rozmiešame (možeme použiť mixér), za stáleho miešania prisypeme múku. Na vymastenú rozohriatú panvicu nalejeme malé množstvo cesta a krúživým pohybom ho rozlejeme po celej ploche panvice. Pečieme ho z oboch strán do zlatista. Hotové palacinky môžeme natrieť lekvárom, čokoládovým pudingom, tvarohovou náplňou. Palacinku stočíme do trubičky, alebo preložíme na 1/4, môžeme ozdobiť šľahačkou, čokoládou a ovocím.

PASTA Z BRYNDZY Z PAPRYKĄ PAPRIKOVOBRYNDZOVÁ NÁTIERKA

Skladniki: 30 dag bryndzy, kefir lub jogurt naturalny, mala cebula, ząbek czosnku, świeża papryka, sól, pieprz, papryka w proszku.

Cebulę i czosnek drobno pokroić, bryndzę pokruszyć. Dodać kefir lub jogurt, sól, pieprz, paprykę w proszku i wszystko dokładnie wymieszać. Świeżą paprykę pokroić w cienkie paski, dodać do masy serowej, wymieszać. Najlepiej smakuje ze świeżym pieczywem.

Komponenty: 30 dkg bryndze, kefir alebo biely jogurt, malá cibula, strúčik cesnaku, čerstvá paprika, soľ, čierne korenie, mletá paprika.

Cibuľu a cesnak posekáme nadrobno, pomrvíme bryndzu. Pridáme kefir alebo jogurt, soľ, čierne korenie, mletú papriku a všetko dobre vymiešame. Nakoniec do masy zamiešame čerstvú papriku pokrýjanú na tenké pásiky. Nátierka najlepšie chutí s čerstvým pečivom.

PIECZONA GĘŚ NA WIEJSKI SPOSÓB PEČENÁ HUS PO SEDLIACKY

Skladniki: 1 mała gęś (ok. 2,5 kg), sól, wywar z kości.

Farsz: ošródká pszennego chleba, 1,5 ml mlieka, 80 g cebuli, odrobina tuzszczy, wątróbka gęsia, ok. 150 g wątróbki z kurcząt, 50 g boczku wędzonego, 1 pęczek natki pietruszki, 2 jajka, sól, mielony pieprz, gałka muszkatołowa, 150 g kwašniejszych jabłek, 40 g masla.

Ošródkę chleba namoczyć w mleku, odcisnąć, dodać drobno pokrojoną, usmażoną na odrobinie tuzszczy cebulę, wątróbkę z gęsi i z kurcząt pokrojoną na mniejsze kawałki, zmielony boczek, posiekaną natkę pietruszki i jajka. Doprawić solą i pieprzem, utartą gałką muszkatołową. Dopełnić jabłkami uduszonymi na masle i wystudzonymi. Wszystkie składniki dokładnie wymieszać. Oczyszczoną

i umytą gęs nadziać farszem, zaszyć i posolić. Ułożyć gęs na blasze i umieścić w mocno nagrzanym piekarniku. Podczas pieczenia gęs podlewać jej własnym sosem i wywarem z kości.

Komponenty: 1 malá hus (asi 2,5 kg), soľ, vývar z kostí.

Plnka: striedka z bieleho chleba, 1,5 dl mlieka, 80 g cibule, trochu masť, husacia pečeň, asi 150 g kuracej pečene, 50 g údenej slaniny, zelená petržlenová vňať, 2 vajcia, soľ, mleté čierne korenie, muškátový oriešok, 150 g kyslejších jabĺk, 40 g masla.

Očistenú hus naplníme pripravenou plnkou a otvor zašijeme. Potom hus osolíme, dáme na pekáč a vo vyhriatej rúre upečieme do polomäčka. Počas pečenia hus polievame vlastnou šťavou a podlievame vývarom.

Plnka: Striedku z chleba namočíme do mlieka, vytlačíme, pridáme posekanú cibuľu opraženú na troche masť, husaciu a kuraciu pečeň pokrájajú na kúsky, zomletú slaninu, posekanú zelenú petržlenovú vňať a vajcia, osolíme, okoreníme mletým čiernym korením, postrúhaným muškátovým orieškom a nakoniec primiešame očistené, postrúhané jablká udusené na masle a vychladnuté.

PIEROGI GRYCZANE TATARČANÉ PIROHY

Skladniki: 50 g mąki gryczanej, 600 g mąki pszennej, sól, woda, 100 g cebuli, 120 g masla.

Farsz: 500 g twardego twarogu, 1 jajko, sól.

Z obydwu rodzajów mąki, soli i wody przyrządzić miękkie ciasto. Rozwałkować, pokroić na kwadraty i wypełnić farszem przygotowanym z utartego twarogu wymieszanego z jajkiem i solą. Kwadraty zlepicić w kształt trójkąta i ugotować w osolonej wodzie. Ugotowane pierogi odcedzić, przepłukać ciepłą wodą, a każdą porcję polać przyrumienioną na masle, drobno pokrojoną cebulą.

Komponenty: 50 g pohánkovej múky, 600 g hrubej múky, soľ, voda, 100 g cibule, 120 g masla.

Plnka: 500 g tvrdého tvarohu, 1vajce, soľ.

Z obidvoch druhov múky, zo soli a z vody pripravíme mäkkšie cesto, ktoré rozvalkáme, pokrájame na štvorce a naplníme plnkou z postrúhaného tvarohu vymiešaného s vajcom a soľou. Štvorce zlepíme do tvaru trojuholníkov a uvaríme v osolenej vode. Uvarené pirohy vyberieme, opláchneme teplou vodou a každú porciu polejeme pokrájanou cibuľou opraženou na masle.

PIEROGI Z BRYNDZĄ PIROHY PLNENÉ BRYNDZOU

Skladniki: 60 dag półgrubej mąki, jajko, sól, woda, 7 dag wędzonej słoniny, szczypiorek, 0,2 l kwaśnej śmietany.

Farsz: 4 ziemniaki, 20 dag bryndzy, świeży koper, łyżka gęstej i kwaśnej śmietany.

Z mąki, jajka, soli i wody wyrabiamy twardsze ciasto, które wałkujemy na stolnicy posypanej wcześniej mąką i za pomocą noża kroimy na kwadraty. Na każdy kwadrat nakładamy odrobine

farszu, ciasto składamy w trójkąt, a brzegi dobrze zlepiamy. Tak przygotowane pierogi gotujemy w osolonej wodzie, odcedzamy i układamy na półmisku. Wędzoną słoninę kroimy w drobną kostkę i podsmażamy. Ugotowane pierogi maścimy tłuszczem ze skwarek, posypujemy skwarkami oraz pokrojonym szczypiorkiem i polewamy kwaśną śmietaną.

Farsz: ziemniaki gotujemy w mundurkach, obieramy i przecieramy przez sito. Dodajemy bryndzę, posiekany świeży koper, gęstą, kwaśną śmietaną i wszystko razem mieszamy.

Komponenty: 600 g polohrubej múky, vajce, soľ, voda, 70 g údenej slaniny, pažitka, 2 dl kyslej smotany.

Plnka: 4 zemiaky, 200 g bryndze, čerstvy kôpor, lyžica hustej kyslej smotany.

Z múky, vajca a zo soli zamiesime tuhšie cesto, ktoré rozvalkáme na pomúčenej doske a ostrôžkou pokrájame na štvorce. Na každý štvorec dáme trocha plnky, cesto preložíme do trojuholníka a okraje dobre popritláčame. Pripravené pirohy uvaríme v osolenej vode, scedíme a dáme do misy. Údenú slaninu pokrájame na kocky a rozpražíme. Uvarené pirohy pokvapkáme vyškvařenou masťou, posypeme škvarkami a pokrájanou pažítkou a polejeme kyslou smotanou.

Plnka: zemiaky uvaríme v šupke, ošúpeme a pretieme cez sito. Pridáme bryndzu, posekaný čerstvý kôpor, hustú kyslú smotanu a všetko spolu premiešame.

PIEROGI Z BRYNDZĄ BRYNDZOVÉ PIROHY

Skladniki:

Ciasto na pierogi: 3 szklanki mąki, 1 jajko, 1/2-2/3 szklanki wody, szczypta soli, 1/2 łyżeczki gałki muszkatołowej.

Farsz: 250 g bryndzy, 2 cebule, 1/2 łyżeczki gałki muszkatołowej, 1/2 łyżeczki pieprzu, sól do smaku, olej do smażenia, ok. 50 g boczku wędzonego.

Cebulę pokroić drobno i podsmażyć na 1-2 łyżkach oleju, aż się zeszkli. Wymieszać mąkę z wodą, jajkiem, solą i gałką muszkatołową. Wyrobić ciasto i zawinąć w ściereczkę, a następnie odłożyć na kilka minut. Ciasto wałkować cienko i wyciąć szklanką koła. Ułożyć farsz i zlepicić w pierogi. Następnie wrzucić do wrzącej i osolonej wody, gotować kilka minut od ponownego wrzenia. Na patelni podsmażyć boczek, można wrzucić na patelnię pierogi aby je lekko zrumienić. Pierogi z bryndzą smakują najlepiej lekko podsmażone z dodatkiem wędzonego boczku, można je podać również polane gęstą śmietaną czy jogurtem.

Komponenty:

Pirohové cesto: 3 poháre múky, 1 vajce, 1/2-2/3 pohára vody, štipka soli, 1/2 lyžičky muškátového orieška.

Plnka: 250 g bryndze, 2 cibule, 1/2 lyžičky muškátového orieška, 1/2 lyžičky čierneho korenia, soľ podľa chuti, olej na smaženie, asi 50 g slaniny.

Cibuľu pokrájame nadrobno a osmažíme ju dosklovita na 1-2 lyžiciach oleja. Použijeme ju na plnku. Vymiešame múku s vodou, vajcom, soľou a muškátovým orieškom. Potom cesto ovinieme utierkou a necháme ho niekoľko minút postáť. Cesto vyvalkáme natenko a pohárom vykrojíme kolieska. Nakladáme

pripravenú plnku a lepíme pirohy. Následne ich vložíme do vriacej osolenej vody a po zovretí ešte chvíľu varíme. V panvici oškvaríme slaninu, možno v nej trocha osmažiť aj pirohy. Vtedy chutia najlepšie. Môžeme ich podávať poliate s kyslou smotanou či jogurtom.

PLACEK Z BRYNDZĄ / BRYNDZOVNÍK

Składniki: 500 g bryndzy, 2 żółtka, 50 ml słodkiej śmietany, 2 łyżeczki mielonego kminku, łyżeczka grubo zmielonego pieprzu, 0,5 kg mąki, 80 g masła, szklanka mleka, 2 łyżeczki proszku do pieczenia.

Bryndzę, żółtko, śmietanę i przyprawy wymieszać na jednolitą masę. Mąkę przesiać i rozrobić z proszkiem do pieczenia, masłem i mlekiem na gładkie ciasto. Rozwałkować na grubość pół cent. Blachę wysmarować olejem i posypać tarta bułką (albo wyłożyć pergaminem), ułożyć na niej ciasto, a na nim rozsmarować masę z bryndzy. Wstawić do nagrzanego piekarnika (180°C) i piec 20-25 minut.

Komponenty: 0,5 kg bryndze, 2 żółtki, 50 ml słodkiej smotany, 2 łyżeczki mletej rasce, łyżeczka nahrubo pomletého čierneho korenja, 0,5 kg mýky, 80 g masla, pohár mlieka, 2 łyżičky kypriaceho prášku.

Bryndzu, žltky, smotanu a koreniny rozmiešame na jednoliatu masu. Múku preosejeme a s kypriacim práškom, maslom a mliekom vymiešame ju na hladké cesto, ktoré vyvaľkáme asi na hrúbku 0,5 cm. Plech vymastíme olejom a posypeme ho strúhankou (prípadne ho vystelieme pergamenom), uložíme naň cesto, ktoré natrieme bryndzovou plnkou. Bryndzovník vložíme do vyhriatej rúry (180°C) a pečieme ho 20-25 minút.

PLACKI WĄTRÓBKOWE PEČEŃOVÉ PLACKY

Składniki: 700 g ziemniaków, sól, 150 g wątróbki wieprzowej, 1 jajko, majeranek, sól, mielony pieprz, 1 ząbek czosnku, 50 g mąki pszennej, tłuszcz do pieczenia.

Obrane i umyte ziemniaki utrzeć, posolić, dodać zmieloną wątróbkę, jajko, majeranek, pieprz, sprasowany czosnek, mąkę i wszystko dokładnie wymieszać. Na dobrze rozgrzanym tłuszczu piec placki. Podawać natychmiast po upieczeniu. Odpowiednim dodatkiem jest surówka z kapusty.

Komponenty: 700 g zemiakov, soľ, 150 g bravčovej pečene, 1 vajce, majorán, mleté čierne korenje, 1 strúčik cesnaku, 50 g hladkej múky, masť na opekanie.

Očistené a umyté zemiaky postrúhame, osolíme, pridáme zomletú pečeň, vajce, majorán, mleté čierne korenje, rozotretý cesnak, múku a všetko spolu dobre premiešame. Na rozpálenej masti opekáme postupne placky, ktoré hneď podávame. Vhodnou prílohou je kapustový šalát.

PLACKI ZIEMNIACZANE ZEMIAKOVÉ PLACKY

Składniki: 800 g ziemniaków, 180 g mąki pszennej, sól, mielony pieprz, 1 jajko, 1 ząbek czosnku, 100 g tłuszczu.

Ziemniaki obrać i utrzeć, dodać mąkę, sól, pieprz, jajko, sprasowany czosnek i wszystko razem dokładnie wymieszać. Z tak przygotowanej (raczej rzadszej) masy smażymy placki z obu stron na dobrze rozgrzanym tłuszczu.

Komponenty: 800 g zemiakov, 180 g hladkej múky, soľ, mleté čierne korenje, 1 vajce, 1 strúčik cesnaku, 100 g masťi.

Zemiaky očistíme a postrúhame, pridáme múku, soľ, mleté čierne korenje, vajce, pretlačený cesnak a všetko spolu dobre premiešame. Z redšieho cesta opekáme na rozpálenej masti placky z obidvoch strán.

PLACUSZKI Z BRYNDZĄ ZEMIAKOVÉ POSÚCHY S BRYNDZOU

Składniki: 25 dag bryndzy, 3 średniej wielkości ugotowane ziemniaki, 3 jajka, 3/4 szklanki mąki, sól, szczypta startej gałki muskatowej lub odrobina tymianku, ok. 10 łyżek oleju do smażenia.

Bryndzę i ugotované zemiaky bardzo dokładnie wymieszać až powstanie jednolita masa. Dodać przyprawy i žółtka. Caosť utrzeć, a následne vymieszać z mąkou a pianú ubitú z bielek. Ciasto powinno byť gęste. Uformować wałek, následne pokroić go na cienkie placki. Smażyć na rozgrzanym oleju. Wyśmienicie smakujú polane śmietaną i z dodatkiem surówki, jako druhé śniadanie.

Komponenty: 25 dkg bryndze, 3 uvarené zemiaky strednej veľkosti, 3 vajcia, 3/4 pohára múky, soľ, štipka postrúhaného muškátového orieška alebo tymianu, zhruba 10 lyžíc oleja na smaženie.

Bryndzu a uvarené zemiaky poriadne vymiešame na jednoliatu masu. Pridáme koreniny a žltky. Všetko vymiešame taktiež s múkou a penou z bielok. Cesto by malo byť husté. Sformujeme valec, ktorý pokrájame na tenké pláty. Tie smažíme na horúcom oleji. Posúchy výborne chutia poliate smotanou, prípadne ako desiata so šalátom.

POMIDORY NADZIEWANE BRYNDZĄ PARADAJKY PLNENÉ BRYNDZOU

Składniki: 15 dag bryndzy, 8 pomidorów, 10 dag twarogu, pół świeżego ogórka, rzodkiewki, łyżka słodkiej śmietany, 2-3 ząbki czosnku, posiekana natka pietruszki, sól i pieprz do smaku.

Z pomidorów odciąť górne części, z dolnych wydrążyć miąsz. Ogórek i rzodkiewki pokroić w drobną kostkę. Twaróg utrzeć na krem ze śmietaną i z miąszem z pomidorów. Wymieszać z pokrojonymi warzywami, posiekanym czosnkiem i natką pietruszki. Dodać soli i pieprzu. Napełnić kremem pomidory, przykryć odkrojonymi górnymi częściami, ułożyć na liściach sałaty.

Komponenty: 15 dkg bryndze, 8 paradajok, 10 dkg tvarohu, pol čerstvej uhorky, redkocky, lyžica sladkej smotany, 2-3 strúčiky cesnaku, posekaná petržlenová vňať, soľ a čierne korenje podľa chuti.

Z paradajok vyrežeme hornú časť, vydlabeme z nich dužinu. Uhorku a redkocky pokrájame na drobné kocky. Tvaroh, bryn-

dzu a smotanę wymiešame na krém, aj s paradajkovou dužinou. Vmiešame taktiež pokrájanú zeleninu, posekaný cesnak a petržlenovú vňať. Dochutíme soľou a čiernym korením. Paradajky naplníme krémom, prikryjeme ich odrezanými hornými časťami a uložíme na šalátové listy.

PRESZOWSKI SMAKOBYK PREŠOVSKÁ POCHÚTKA

Skladniki: 350 g surowego boczku wieprzowego, 150 g karkówki lub łopatki wołowej, 50 g cebuli, 1 ząbek czosnku, mielona czerwona papryka (łagodna), mielony pieprz, sól, 1 jajko, 200 g spiskiej kielbasy, 40 ml oleju, wywar z kości.

Oba gatunki mięsa wymyć i zmielić. Dodać utartą cebulę, wciśnięty czosnek, paprykę, pieprz, sól, jajko i wszystko razem wymieszać. Masę uformować w kształt prostokąta, w środku ułożyć obraną ze skórki kielbasę, po czym zrolować i szybko obsmażyć na rozgrzanym oleju. Następnie podlać niewielką ilością wywaru z kości i powoli dusić. Podawać z ziemniaczanym pure i surówką z warzyw.

Komponenty: 350 g bravčového bôčika, 150 g predného hovädzieho mäsa, 50 g cibule, 1 strúčik cesnaku, mletá červená paprika, mleté čierne korenje, soľ, 1 vajce, 200 g spišskej klobásy, 40 g oleja, vývar z kostí.

Obidva druhy mäsa umyjeme a zomelieme. Pridáme postrúhanú cibuľu, rozotretý cesnak, mletú červenú papriku, mleté čierne korenje, soľ, vajce a všetko spolu dobre premiešame. Zmes roztláčime do tvaru obdĺžnika, do stredu dáme olúpanú klobásu, sformujeme do tvaru valca a prudko opečieme v rozohriatom oleji. Potom podlejeme trochou vývaru z kostí a pomaly udusíme do mäkka. Podávame so zemiakovou kašou a zeleninovým šalátom.

SMAŽONE KOTLETY BACY BAČOVSKÉ VYPRÁŽANÉ REZNE

Skladniki: 500 g udźca cielęcogo, sól, 60 g mąki pszennej, 2 jajka, 150 g owczego sera, olej do smażenia, 1 łyżeczka masła, 1 pęczek natki pietruszki, 2 pomidory.

Pokroić mięso na kotlety, ubić, naciąć brzegi, aby podczas przygotowania nie zwijały się, posolić. Obtoczyć w mące, następnie zanurzyć w ubitych jajkach i panierować z jednej strony tartym serem. Smażyć na patelni na mocno rozgrzanym oleju, najpierw od strony, gdzie jest ser, następnie odwrócić i smażyć od strony niepanierowanej, aż będą miękkie. Przed podaniem kotlety pokropić roztopionym masłem i ozdobić natką pietruszki oraz cząstkami pomidora. Odpowiednim dodatkiem są gotowane ziemniaki.

Komponenty: 500 g telacieho stehna, soľ, 60 g hladkej múky, 2 vajcia, 150 g ovčieho syra, olej na vyprážanie, 1 lyžička masla, zelená petržlenová vňať, 2 rajčiaky.

Mäso pokrájame na rezne, naklepeme, okraje narežeme, aby sa počas úpravy neskrútili a osolíme. Najprv ich obalíme múkou, potom rozšľahanými vajcami a nakoniec z jednej strany postrúhaným syrom. Vyprážame rozpálenom oleji na panvici naj-

prv zo strany obalenej syrom, potom obrátíme a pomaly vyprážime aj z neobalenej strany do mäkka. Pred podávaním rezne pokvapkáme roztopeným maslom a ozdobíme lístkami zelenej petržlenovej vňate a mesiačikmi rajčiakov. Vhodnou prílohou sú varené zemiaky.

SMAŽONY SER / VYPRÁŽANÝ SYR

Skladniki: žółty ser edamski, 3 jajka, bułka tarta do panierowania, olej do smażenia

Ser pokroić na plastry o grubości 1-2 cm. Obtoczyć w roztrzymanym jajku i bułce. Czynności te powtórzyć 3 razy, dzięki czemu ser będzie dobrze chroniony przed wylaniem się w czasie smażenia. Tak przygotowany ser wstawiamy na 10 minut do zamrażalnika, aby stwardniał. Proces smażenia w głębokim tłuszczu do przyrumienienia panierki trwa 15-30 sek., później ser może się wylać. Polecany jest ze smażonymi w piekarniku ziemniakami i sosem tatarskim.

Komponenty: eidamský syr, 3 vajcia, strúhanka na obaľovanie, olej na vyprážanie.

Syr pokrájame na pláty s hrúbkou 1-2 cm. Obalíme ho v roztrpanom vajčiku a strúhanke, povedzme tri razy, aby syr nevytiekol počas smażenia. Takto pripravený syr vložíme na 10 minút do mrazničky, aby stvrdol. Syr vyprážame vo väčšom množstve oleja 15-30 sekúnd z oboch strán, kým nesčervenie strúhanka. V opačnom prípade môže vyteciť. Odporúča sa so zemiakmi opekanými v rúre a tatárskou omáčkou.

SZASZBYK / ŽIVÁNSKA V ALOBALE

Skladniki: 250 g udźca wieprzowego, 250 g wieprzowej wątróbki, sól, mielony pieprz, 800 g ziemniaków, 100 g wędzonego boczku, 50 g cebuli, 150 g morawskiej kielbasy, 100 g warzywo (pomidor, biała papryka), 2 małe piekące papryki (typu peperoni).

Mięso i wątróbkę pokroić na małe plastry, lekko ubić, doprawić solą i pieprzem. Ugotować ziemniaki w mundurkach, obrać i pokroić na plastry. Pokrojony boczek i cebulę usmażyć. Na duży arkusz folii aluminiowej wyłożyć pokrojone ziemniaki, posolić, następnie ułożyć pokrojoną kielbasę, doprawione mięso i wątróbkę, połączyć wytopionym boczkiem z cebulą i obłożyć pokrojonymi warzywami i peperoni. Folię dokładnie zawinąć i włożyć do upieczenia do mocno nagrzanego piekarnika.

Komponenty: 250 g bravčového stehna, 250 g bravčovej pečene, soľ, mleté čierne korenje, 800 g zemiakov, 100 g údenej slaniny, 50 g cibule, 150 g moravskej klobásy, 100 g leča, 2 feferónky.

Mäso a pečeň pokrájame na malé plátky, zľahka naklepeme, osolíme a okoreníme. Zemiaky uvaríme v šupke, ošúpeme a pokrájame na plátky. Pokrájanú slaninu a cibuľu opražíme. Na väčší kus alobalu rozložíme pokrájané zemiaky, osolíme, na ne rozložíme pokrájanú klobásu, pripravené plátky mäsa a pečene, polejeme opraženou slaninou a cibuľou a obložíme lecom a posekanými feferónkami. Alobal dobre uzavrieme a dáme piecť do vyhriatej rúry.

ŚWIDNICKIE NALEŚNIKI SVIDNÍCKE PALACINKY

Składniki: 500 ml mleka, 1 żółtko, 1 jajko, 200 g mąki pszennej, sól, olej do smażenia.

Farsz: 150 g twarogu, 1 żółtko, cukier puder, konfitury, kakao, bita śmietana.

Z mleka, żółtka i całego jajka, mąki i soli przygotować rzadkie, naleśnikowe ciasto. Smażyć po jednym cienkim placku z obu stron na rumiano. Ciepłe naleśniki wypełnić farszem, który należy przygotować z wymieszanego twarogu z żółtkiem i cukrem pudrem lub konfiturami z kakao. Ozdobić bitą śmietaną i jeszcze ciepłe podawać.

Komponenty: 5 dl mleka, 1 żłtok, 1 jajce, 200 g hladkej múky, soľ, olej na opekanie.

Plnka: 150 g tvarohu, 1 žltok, práškový cukor alebo džem a kakao, šľahačka.

Z mleka, rozślahałego żółtka a całego jajka, mąki a soli przygotowujemy riedke palacinkové cesto, z ktorého postupne opečieme na oleji palacinky z obidvoch strán. Teplé palacinky naplníme plnkou, ktorú si pripravíme vymiešaním tvarohu so žltkom a práškovým cukrom, alebo plnkou z džemu a kakaa, ozdobíme šľahačkou a hneď podávame.

WIGILIJNA MACZANKA ŠTEDROVEČERNÁ MÁČANKA

Składniki: 1,5 l soku z kwaszonej kapusty, 40 g suszonych grzybów, 2 łyżki mąki pszennej, 200 ml słodkiej śmietany, 1 ząbek czosnku, mielony pieprz, sól, 40 g cebuli, 20 g masła, 50 g wędzonego boczku.

Sok z kwaszonej kapusty ugotować razem z wcześniej umyтыми, namoczonymi i odcedzonymi grzybami. Z mąki i śmietany zrobić zaklepkę, wlać do wywaru i dobrze ugotować. Pod koniec gotowania doprawić do smaku sprasowanym czosnkiem, pieprzem, solą, dodać pokrojoną i usmażoną na maśle cebulę oraz pokrojone, wysmażone skwarki z boczku. Podawać z razowym chlebem.

Komponenty: 1,5 l šťavy z kyslej kapusty, 40 g sušených húb, 2 lyžice hladkej múky, 2 dl sladkej smotany, 1 strúčik cesnaku, mleté čierne korenie, soľ, 40 g cibule, 20 g masla, 50 g údenej slaniny.

Štavu z kyslej kapusty uvaríme spolu s vopred umyтыми, namočenými a scedenými hubami. Z múky a zo smotany urobíme zátrepku, ktorú vlejeme do šťavy z kyslej kapusty a dobre povaríme. Nakoniec máčanku ochutíme rozotretým cesnakom, mletým čiernym korením, soľou a zamiešame do nej pokrájanú cibuľu opraženú na masle a pokrájanú, vyškvarenú slaninu. Podávame s čiernym chlebom.

WSCHODNIA WIELKANOCNA GOMÓŁKA VÝCHODNIARSKA VEBKONOČNÁ HRUDKA

Składniki: 1 l mleka, 15 jajek, mielony pieprz, ziele angielskie, sól.

W mleku ubić jajka, dodać nieco pieprzu i ziela angielskiego, posolić i znowu ubijać. Masę doprowadzić do wrzenia, a następnie stale mieszając, gotować, aż jajka się zetną. Odstawić, przecedzić przez czyste, białe płótno, porządnie związać i pozostawić do odcieknięcia. Wystudzoną gomółkę kroić na plastry, podawać z tartym chrzanem, ćwikłą i chlebem.

Komponenty: 1 l mleka, 15 vajec, mleté čierne a nové korenie, soľ.

V mlieku rozšľaháme vajcia, pridáme trocha mletého čierneho i nového korenia, osolíme a znova rozšľaháme. Zmes uvedieme do varu a za stáleho miešania pomaly varíme, až kým sa vajcia v mlieku nevyzrážajú. Potom odstavíme, precedíme cez čisté biele plátno, pevne zaviažeme a necháme dobre odkvapkáť. Vychladnutú hrudku pokrájame na plátky a podávame s postrúhaným chrenom, cviklou a chlebom.

WYHORŁACKA ZUPA GRZYBOWA VIHORŁATSKÁ HUBOVÁ POLIEVKA

Składniki: 500 g ziemniaków, 100 g świeżych grzybów, sól, pieprz mielony, 1 listek laurowy, 40 g mąki pszennej, 200 ml kwaśnego mleka, cukier, ocet, 200 ml słodkiej śmietany, 30 g masła, koper.

Obrane, pokrojone ziemniaki i grzyby wrzucić do osolonej wody, dodać pieprz, listek laurowy i podgotować na półmiękkko. Z mąki i kwaśnego mleka przygotować zaklepkę, wlać do zupy, doprawić cukrem, octem, złagodzić masłem i ubitą śmietaną. Pod koniec gotowania posypać rozdrobnionym koprem.

Komponenty: 500 g zemiakov, 100 g čerstvých húb, soľ, mleté čierne korenie, 1 bobkový list, 40 g hladkej múky, 2 dl kyslého mlieka, cukor, ocot, 2 dl 12% smotany, 30 g masla, kôpor.

Očistené pokrájané zemiaky a huby dáme do osolenej vody, pridáme mleté čierne korenie, bobkový list a uvaríme do polomäkka. Z múky a kyslého mlieka pripravíme zátrepku, ktorú vlejeme do polievky, ochutíme cukrom, octom a zjemníme rozšľahanou smotanou a maslom. Nakoniec pridáme posekaný kôpor.

ZAJĄC W PIKANTNYM SOSIE ZAJAC V PIKANTNEJ OMÁČKE

Składniki: 800 g mięsa z zająca (comber albo udziec), 50 g wędzonego boczku, sól, 40 g tłuszczu, 2 kostki cukru, 200 ml słodkiej śmietany, 20 g mąki pszennej.

Marynata: 500 ml wody, 80 g marchwi, 60 g pietruszki, 4 ziarenka pieprzu, 1 listek laurowy, 200 ml czerwonego wina, sól, sok z cytryny.

Do wody włożyć oczyszczone i umyte warzywa, pieprz, listek laurowy i ugotować. Pod koniec gotowania wlać wino. Pozostawić do wystygnięcia, wlać sok z cytryny. Umyte mięso naszpikować paskami wędzonego boczku, włożyć do marynaty i pozostawić na 2-3 dni w chłodnym miejscu. Mięso w marynacie od czasu do czasu odwrócić. Zabejcowane mięso posolić, szybko obsmażyć na gorącym tłuszczu, podlać marynatą i uduśić. Miękkie mięso wyjąć, poporcjować. Do sosu dodać skarmelizowany cukier i śmietaną rozproszoną mąką. Podgotować i cedić na porcje mięsa.

Komponenty: 800 g mäsa zo zajaca (chrbát alebo stehná), 50 g údenej slaniny, soľ, 40 g masť, 2 kocky cukru, 2 dl smotany, 20 g hladkej múky.

Marináda: 5 dl vody, 80 g mrkvy, 60 g petržlenu, 4 zrnká čierneho korenia, 1 bobkový list, 2 dl červeného vína, soľ, šťava z jedného citróna.

Umyté mäso prešpikujem prúžkami údenej slaniny, vložíme do marinády a necháme odležať na chladnom mieste 2 až 3 dni. Mäso v marináde občas obrátime. Odležané mäso osolíme, prudko opečieme v rozohriatej masť, podlejeme marinádou a udušíme do mäkka. Mäkké mäso vyberieme a pokrájame na porcie. Do šťavy pridáme skaramelizovaný cukor a smotanu rozšľahanú s múkou, povaríme a precedíme na jednotlivé porcie mäsa. Marináda: Do vody dáme očistenú, umytú zeleninu, celé čierne korenie, bobkový list a uvaríme do mäkka, Pred koncom varu pridáme víno. Marinádu necháme vychladnúť a nakoniec ochutíme citrónovou šťavou.

ZAPIEKANKA Z MAKARONEM I BRYNDZĄ GESTOVINY ZAPEČENÉ S BRYNDZOU

Skladniki: 60 g bryndzy, 100 g ulubionego drobnego makaronu, 1 pomidor, 1 cebula, 12 oliwek bez pestek, 8 jajek, 2 łyżki masła, 2 łyżki zielonej posiekanej bazylii, 1 łyżka oleju, 1/2 łyżeczki suszonej pokruszonej mięty, sól i pieprz do smaku.

Pomidora obrac ze skórki, przekroić na pół, usunąć nasiona i drobno pokroić. Drobno pokrojoną cebulę podsmażyć na oleju, dodać kawałki pomidora, bazylię i miętę. Wszystko smażyć 2 minuty. Dodać ugotowany makaron i pokrojone oliwki. Wymieszać i smażyć jeszcze minutę. Jajka wymieszać z solą i pieprzem, dodać masę makaronowo-warzywną i roztopione wcześniej masło. Posypać rozkruszoną bryndzą i smażyć na małym ogniu do zgęstnienia. Podawać podzielone na porcje.

Komponenty: 60 g bryndze, 100 g oblúbených drobných cestovín, 1 paradajka, 1 cibula, 12 olív bez kôstok, 8 vajec, 2 łyżice masła, 2 łyżice zelenej posekanej bazalky, 1 łyžica oleja, 1/2 łyžičky sušenej a podrvene j mäty, soľ a čierne koren timer podľa chuti.

Osúpeme paradajku, prerežeme ju, odstránime semená a nadrobno pokrájame. Nadrobno posekanú cibulu opražíme na oleji, pridáme kúsky paradajky, bazalku a mäťu. Všetko smažíme 2 minúty. Pridáme uvarené cestoviny a pokrájané olivy. Zamiešame a smažíme ešte minútu. Vajcia roztrepeme so soľou a čiernym koren timer, vlejeme ich do cestovinovo-zeleninovej masy a pridáme predtým roztopené maslo. Posypeme pomrvenou bryndzou a smažíme na miernom ohni, kým cestovina nezhuštnie. Podávame horúce.

ZAWIJANIEC / ZAVIN

Skladniki: 1 kg miálkovej mąki, 2 łyżki cukru kryształu, 5 dkg drożdży, 0,5 dcl oleju, 1 jajko, 6 dcl mleka, 1/2 łyżeczki soli

Nadzienie: 20 dkg kakao rozmieszmamy z 8 łyżkami cukru pudru (zamiast kakao możemy użyć mielony mak lub mielone orzechy włoskie).

Z drożdży cukru i letniego mleka przygotowujemy zaczyn. Do zaczynu dodajemy przesianą mąkę, jajko, sól, olej. Wyrabiamy ciasto i dzielimy go na cztery równe części. Części rozwałkuje-

my, pocieramy olejem, dodajemy nadzienie oraz kropimy olejem i zwijamy w roladę. Zawinięte rolady układamy na blasze i odstawiamy do wyrośnięcia na 1 godzinę. Pieczemy w podgrzanym piekarniku w temp. 220°C przez 15 minut.

Komponenty: 1 kg hladkej múky, 2 łyžice kryštalového cukru, 5 dkg drożdžia, 0,5 dcl oleja, 1 vajce, 6 dcl mlieka, 1/2 kávovej łyžičky soli

Náplň: 200 dkg kakaového prášku rozmiešame s 8 łyžicami práškoveho cukru (miesto kakaového prášku môžeme použiť rozomletý mak alebo rozomleté vlašské orechy).

Z drożdžia, cukru, a vlažného mlieka pripravíme kvások. Do kvásu pridáme preosiatu múku, vajce, soľ a olej. Spracujeme cesto a rozdelíme na 4 rovnaké diely. Diel rozvaľkáme, potrieme olejom, pridáme náplň, pokvapkáme olejom a stočíme do rolády. Stočené poukladáme na plech a necháme kysnúť 1 hodinu. Pečieme v predhriatej rúre pri 220°C asi 15 minút.

ZBÓJNICKI ROZBRATEŁ ZBOJNICKA ROŠTENKA

Skladniki: 500 g wołowego rozbratla, sól, pieprz, musztarda, sos worcester, 50 g wędzonego boczku, 80 g pieczarek, 150 g cebuli, 3 małe piekące papryczki (typu peperoni), mielona czerwona papryka (łagodna), 50 ml oleju.

Płaty rozbratla rozbić, oprószyć solą i pieprzem, potrzeć musztardą, pokropić sosem worcester. Boczek wędzony, pieczarki, cebulę i małe papryczki (typu peperoni) pokroić w plastry, ułożyć na jednej połowie płata rozbratla, posypać mieloną czerwoną papryką (łagodną) i przykryć drugą połową mięsa. Spoić drewnianą, albo metalową szpilką do mięsa, włożyć do żaroodpornego naczynia, połać olejem i odstawić na co najmniej 2 godz. w chłodne miejsce. Przed podaniem upiec na grillu, albo na patelni z dodatkiem oleju. Podawać z ziemniakami.

Komponenty: 500 g hovádzej roštenky, soľ, mleté čierne koren timer, horčica, worcester, 50 g údenej slaniny, 80 g šampiňónov, 150 g cibule, 3 feferónky, mletá červená paprika, 50 g oleja.

Plátky roštenky naklepeme, osolíme, okoren timer, potrieme horčicou a pokvapkáme worchestrom. Údenú slaninu, šampiňóny, cibulu a feferónky pokrájame na plátky, poukladáme na polovicu plátku roštenky, posypeme mletou červenou paprikou a prikryjeme druhou polovicou plátku roštenky. Spojíme špáradlom, poukladáme do ohňovzdornej misy, zalejeme olejom a dáme odpočívať na chladnom mieste aspoň dve hodiny. Pred podávaním opečieme na grile alebo na panvici v oleji. Podávame so zemiakmi.

ZIEMNIAKI FASZEROWANE BRYNDZĄ ZEMIAKY PŁNENÉ BRYNDZOU

Skladniki: 50 g bryndzy, 8 ziemniaków średniej wielkości, 2 łyżki śmietany, 2 łyżki masła, sól, pieprz.

Umyte, osuszone ziemniaki piec w folii ok. 1 godz. Odkroić 2/3 ziemniaka, z reszty wydrążyć miąższ. Wszystko wymieszać z

masłem, śmietaną i bryndzą. Doprawić solą i pieprzem. Far-
szem wypełnić ziemniaki i zapiekać 15 min w temp. 200°C.

Komponenty: 50 g bryndze, 8 zemiakov strednej veľkosti, 2 lyžice smotany, 2 lyžice masla, soľ, čierne korenje.

Umyté a osušené zemiaky pečieme asi hodinu v alobali. Od-
krojíme 2/3 z každého zemiaka, z väčšej časti vydlabeme stred.
Vydlabané zemiaky naplníme plnkou, ktorú pripravíme z ma-
sla, smotany a bryndze. Dochutíme ju soľou a čiernym kore-
ním. Zemiaky pečieme 15 minút pri teplote 200°C.

ZUPA CZOSNKOWA / CESNAČKA

Skladniki: chleb bochenek 1 na głowę, 2 cebule, 6 ząbków czosnku, 2 jajka, 1 litr rosółu, sól i pieprz do smaku, łyżka natki pietruszki.

Odkroić wierzch chleba i wybrać mięksiz, ale nie cały, po bo-
kach musi zostać tyle, aby chleb nie przemókł, gdy będzie w
nim zupa. Jedzący mogą go wybierać łyżką razem z zupą. Ce-
bulę i czosnek posiekać, zeszklić na oleju. Przygotować wywar
(albo rosół albo z kostki), wrzucić do niego mięksiz chleba,
dodać przesmażoną cebulę z czosnkiem. Następnie przelać
zupę do miksera, gdzie po zmiksowaniu, wbić jajka i jeszcze
raz szybko zmiksować całość, pilnując aby jajka się nie ścięły.
Przyprawić pieprzem i vegetą, jeśli jest taka potrzeba. Jeśli zupa
wydaje się za mało czosnkowa to wrzucić do niej posiekane
1-2 ząbki czosnku i jeszcze raz wszystko zmiksować. Zupa ma
mieć czosnkowy smak, ale niezbyt ostry, dlatego czosnku nie
przeciska się przez praskę, tylko sieka nożem. Wlać do chleba,
posypać natką.

*Komponenty: 1 bochnik chleba na osobu, 2 cibule, 6 strúčikov cesna-
ku, 2 vajcia, 1 l vývaru, soľ a čierne korenje podľa chuti, lyžica pose-
kanej petržlenovej vňate.*

Odkrojíme vrchnú časť chleba a vyberieme striedku, nie však
celú, po bokoch musí z nej ostať toľko, aby chlieb po naliatí
polievky nepremokol. Stolujúci si okrem polievky naberajú ly-
žicou aj zo striedky. Posekáme cibulu a cesnak, osmažíme na
oleji. Pripravíme vývar, do ktorého vložíme vybratú striedku,
pridáme cibulu osmaženú s cesnakom. Potom polievku zmixu-
jeme, rozbijeme do nej vajčka a ešte raz ju zmixujeme tak, aby
sa vajcia nezrazili. Dochutíme čiernym korením, a ak treba, aj
vegetou. Ak polievku veľmi necítiť za cesnakom posekáme do
nej 1-2 strúčiky cesnaku a opäť zmixujeme. Polievka musí mať
cesnakovú chuť, ale nie priostrú, preto cesnak nepretláčame,
nanajvýš ho posekáme nožom. Cesnačku vlejeme do chleba,
posypeme ju petržlenovou vňatou.

ZUPA FASOŁOWA ZE SPISKĄ KIEŁBASĄ FAZUBOVÁ POLIEVKA SO SPIŠSKOU KLOBÁSOU

*Skladniki: 200 g białej fasoli, 40 g smalcu, 40 g cebuli, 50 g mąki pszen-
nej, mielona czerwona papryka (łagodna), pieprz mielony, 130 g spiskiej
kielbasy, 2 ząbki czosnku, 100 ml słodkiej śmietany.*

Fasolę umyć, dzień wcześniej namoczyć w wodzie. Na drugi
dzień fasolę ugotować na półmiękkko. Na smalcu z cebuli, mąki
i mielonej czerwonej papryki (łagodnej) zrobić zasmażkę, roz-
rzedzić wodą i rozprowadzić w gotowanej fasoli. Jeszcze jakiś
czas gotować, po czym dodać pieprz, obraną, pokrojoną i lekko
podsmażoną kiełbasę, rozarty czosnek i odrobinę przyprawy
do zup. Śmietaną dodać bezpośrednio przed podaniem.

*Komponenty: 200 g bielej fazule, 40 g masti, 40 g cibule, 50 g hladkej
múky, mletá červená paprika, mleté čierne korenje, 130 g spišskej klo-
básy, 2 strúčiky cesnaku, 1 dl 12% smotany.*

Fazuľu umyjeme, deň pred varením namočíme do vody, na
druhý deň ju uvaríme do polomäkka. Z masti, cibule, múky a
mletej červenej papriky pripravíme zápražku, ktorú rozriedime
vodou a vlejeme do fazule. Dobré spolu povaríme, pridáme
mleté čierne korenje, olúpanú, pokrájanú a trocha opečenú klo-
básu, rozotretý cesnak a trochu polievkového korenja. Smotanu
pridáme až tesne pred podávaním.

ZUPA GRZYBOWA HUBOVÁ MAČANKA

*Skladniki: 0,7 l soku z kiszzonej kapusty, 20 dag suszonych grzybów,
2 łyżki stołowe mialkiej mąki, 1 ząbek czosnku, 1-2 bobkowe liście, sól,
pieprz, ziele angielskie, wegeta według potrzeb.*

Grzyby myjemy, gotujemy, kroimy na drobne kawałki. Smażymy na
tłuszczu z drobno pokrojoną cebulą. Wywar z kiszzonej kapusty mie-
szamy z (1,2 l) wywarem z grzybów i gotujemy na średnim ogniu. Z
wywaru odlewamy ok. 3 dcl i chłodzimy, dodajemy 2 łyżki stołowe
mąki i dokładnie mieszamy. Mieszając powoli wlewamy do odsta-
wionego wywaru, gdzie wcześniej dodaliśmy grzyby. Dodajemy sól,
pieprz, ziele angielskie, i wegetę według smaku. Grzyby zalewamy
rozgrzanym olejem, do którego dodaliśmy czwoną paprykę.

*Komponenty: 0,7 l šťavy (varu z kyslej kapusty), 20 dkg sušených húb,
2 polievkové lyžice hladkej múky, 1 strúčik cesnaku, 1-2 bobkový list, soľ,
čierne, korenje, vegeta podľa potreby.*

Huby premyjeme, povaríme a posekáme na drobno. Opražíme
na masti s nadrobno pokrájanou cibulou. Var z kyslej kapusty
zmiešame s vývarom (1,2 l) z húb a varíme na miernom ohni.
Z vývaru odoberieme asi 3 dcl a ochladíme. Do vychladnutého
pridáme 2 polievkové lyžice hladkej múky, premiešame a po-
maly za stáleho miešania vlievame do ostatného vývaru, kde
sme predtým vmiešali huby. Pridáme soľ, čierne korenje a vege-
tu podľa chuti. Hubovú mačanku zalejeme zohriatym olejom,
do ktorého sme pridali trochu červenej papriky.



Francúzske zemiaky / Francuskie ziemniaki



Pirohy plnené bryndzou / Pierogi z bryndzą



Palacinky / Naleśniki

Autor opracowania: Krzysztof Zieliński

Zdjęcia: Michał Drozd (1), Jacek Szarek/Oberża Zakapior w Polańczyku (1), Krzysztof Zieliński

Fotografia na okładce: Krzysztof Zieliński

Projekt okładki i układ graficzny: Dominik Zawistowski

Łamanie, skład, druk: Drukarnia Grafmar

© Copyright by Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju i Promocji Podkarpacia „Pro Carpathia”
www.podkarpackiesmaki.pl, www.facebook.com/podkarpackie.smaki

ISBN 978-83-61577-42-3

Nakład 1000 egz.

Egzemplarz bezpłatny

Wydawca:

Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju i Promocji Podkarpacia „Pro Carpathia” na zlecenie Starostwa Powiatowego w Krośnie



Publikacja wydana w ramach projektu
„Smaki pogranicza: Polsko - Słowacka wymiana doświadczeń
w dziedzinie turystyki kulinarno - krajoznawczej”
współfinansowanego przez Unię Europejską ze środków
Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego oraz budżetu państwa za pośrednictwem
Euroregionu Karpackiego w ramach Programu Współpracy Transgranicznej
Rzeczpospolita Polska – Republika Słowacka 2007-2013





JE I INTEGRACJE

Zespól