



PEKAES
more than expected

Książka Kucharska
Popisowe przepisy Zespołu PEKAES



BŁONIE, 6 GRUDNIA 2017

Drodzy Czytelnicy,

z przyjemnością oddajemy w Wasze ręce publikację stworzoną przez Pracowników Grupy PEKAES.

Wraz z początkiem roku 2017 postanowiliśmy ogłosić w naszej Firmie akcję wspólnego tworzenia książki kucharskiej. Cieszymy się, że inicjatywa została przyjęta z entuzjazmem, a adres zgłoszeniowy wypełniał się ciekawymi pomysłami na dania i desery. Przepisy przekazywane przez naszych Współpracowników gromadziliśmy do końca października, aby jeszcze w tym roku opublikować je w formie książki, którą właśnie trzymacie w dłoniach.

Książka zawiera 52 popisowe przepisy przekazane przez członków Zespołu PEKAES z całej Polski. Aby ułatwić Wam korzystanie z książki, każdy z przepisów opatrzony jest ikoną nawiązującą do kategorii dania. Oprócz tego, dwa przepisy oznaczone zostały wyróżnieniem przyznawanym cyklicznie przez Pracowników PEKAES – tytułem Przepisu Kwartału.

Dziękujemy autorom wszystkich nadesłanych przepisów, a także osobom zaangażowanym w proces tworzenia tej publikacji! Cieszymy się, że w tym roku możemy przed Świętami Bożego Narodzenia przekazać Klientom oraz Współpracownikom upominek, który powstał dzięki bezpośredniemu i bezinteresownemu zaangażowaniu tak wielu osób z Zespołu Grupy PEKAES.

Życzymy miłego korzystania!

Dział Marketingu i Komunikacji
PEKAES



POTRAWY MIĘSNE

BABKA ZIEMNIACZANA - KARTOFLAK	Rafał Dunajewski	6
CHOW-MEIN Z KURCZAKIEM	Joanna Urbaniak	8
CHRUPIĄCE SKRZYDEŁKA	Rafał Dunajewski	10
CIASTO ŚRÓDZIEMNOMORSKIE	Joanna Więckowska	12
GULASZ WOŁOWY W CIEMNYM PIWIE Z WARZYWAMI	Piotr Paczkowski	14
MAKARON WĘDZONY	Joanna Urbaniak	16
MUFFINY NA ŚNIADANIE	Magdalena Pietrewicz	18
SAŁATKA „WINOGRONO KONTRA KURCZAK I MIGDAŁ”	Katarzyna Gniadek	20
SYCYLIJSKIE KULECZKI Z MIĘSEM MIELONYM	Ewa Pacak	22
ZUPA CHRZANOWA	Joanna Urbanowicz	24
ZUPA SEROWA	Natalia Mikołajek	26



POTRAWY Z RYB I OWOCÓW MORZA

EKSPRESOWE SPAGHETTI	Sylwia Gers	28
KRAKERSOWA PRZEKĄSKA	Katarzyna Gniadek	30
ŁOSOŚ PIECZONY W MUSZTARDZIE FRANCUSKIEJ	Emilia Siekiera	32
PAELLA Z OWOCAMI MORZA	Arkadiusz Filipowski	34
PRZEKĄSKA „WIECZÓR TAJSKI” - PRZEPIS KWARTAŁU	Katarzyna Gniadek	38
PSTRĄG CYTRYNOWO - KOPERKOWY	Lidia Ozimkowska	40
ROLADA SZPINAKOWA Z WĘDZONYM ŁOSOSIEM	Damian Mendyk	42
SUSHI	Rafał Dunajewski	44



POTRAWY WEGETARIAŃSKIE

KROKIETY Z MŁODĄ KISZONĄ KAPUSTĄ, SEZONOWYMI GRZYBAMI I NIEDOCENIANYMI PORAMI	Mariusz Wódcz	48
PIEROGI	Katarzyna Gniadek	50
PIEROGI ZE SZPINAKIEM	Sylwia Gers	52
RISOTTO Z KASZY GRYCZANEJ, GRZYBAMI I PARMEZANEM	Mariusz Wódcz	54
SĄŁATKA LETNIA	Katarzyna Gniadek	56



DESERY

BABECZKI Z KREMEM	Patrycja Wojda	58
BEZA Z KRAKERSAMI I ORZECHAMI - PRZEPIS KWARTAŁU	Karolina Połec	60
BEZIKI KLASYCZNE	Joanna Więckowska	62
CHAŁKA BEZ WARKOCZA	Rafał Dunajewski	64
CIASTO BEZOWE	Karolina Burtka-Hoładak	66
CIASTO DROŻDŻOWE Z BIAŁĄ CZEKOLADĄ I MALINAMI	Patrycja Więckowska	68
CIASTO MARCHEWKOWE	Patrycja Iwaniuk	70
CIASTO SŁODKA PRZYGODA	Sylwia Gajek	72
CZEKOLADOWE MUFFINKI Z LUKREM LIMONKOWO - CYTRYNOWYM	Lidia Ozimkowska	74
DOMOWE BATONY BEZ CUKRU	Joanna Urbaniak	76
KAJMAKOWA SZARLOTKA	Amanda Ostanówko	78
KEKS - ĆWIBAK	Katarzyna Gniadek	80
MUFFINKI BANANOWE	Karolina Burtka-Hoładak	82
ORKISZOWE PANCAKES ZE ŚWIEŻĄ ŻURAWINĄ	Emilia Siekiera	84



DESERY

CIASTECZKA „CHWILE ZAPOMNIENIA”	Artur Gros	86
TARTA LIMONKOWA	Urszula Derkowska	88
TARTA OREO	Anna Kozica	90
TORCIK Z TRUSKAWKAMI	Sylwia Gers	92
TORT CZARNY LAS	Sylwia Gers	94
TORT MAKOWY Z BITĄ ŚMIETANĄ I POMARAŃCZAMI	Sylwia Gers	98
SERNIK KOKOSOWY	Piotr Paczkowski	100



ŚWIĄTECZNE PRZEPISY

CIASTKA Z WITRAŻEM	Joanna Urbaniak	102
DEKORACJE Z PRECLI	Joanna Więckowska	104
PIERNICZKI Z LUKREM	Joanna Więckowska	106
SALATKA ŚLEDZIOWA	Sylwia Gers	108
SUSZONE POMARAŃCZE	Joanna Urbaniak	110
ŚLEDZIE Z CEBULKĄ	Maciej Bachman	112
WIGILIJNY KOMPOT Z SUSZU	Katarzyna Gniadek	114

BABKA ZIEMNIACZANA - KARTOFLAK

Danie można wykonać w wersji z pieczarkami
dodanymi do mięsa w czasie smażenia.



Autor:
Rafał Dunajewski



SKŁADNIKI:

- 1,5 kg ziemniaków
- 200 – 250 g kiełbasy
lub 150 g kiełbasy i 100 g boczku
- 2-3 cebule
- olej lub smalec
- jajko
- mąka ziemniaczana
- majeranek
- gałka muszkatołowa
- sól, pieprz
- opcjonalnie- cukier

PRZYGOTOWANIE:

Ziemniaki obieramy ze skóry i ścieramy na tarce o małych oczkach. Odstawiamy w misce na około 10 minut, po czym odlewamy nadmiar wody.

Kiełbasę (lub kiełbasę i boczek) kroimy na małe kawałki i obsmażamy na rozgrzanym tłuszczu. W zależności od preferencji do smażenia można wykorzystać olej lub smalec.

Cebule kroimy w grubą kostkę i dodajemy pod koniec smażenia. Smażymy do miękkości. Podczas smażenia opcjonalnie można dodać szczyptę cukru.

Wszystkie składniki mieszamy w misce i doprawiamy majerankiem, gałką muszkatołową, solą i pieprzem. Można też eksperymentować dodając słodkiej papryki, tymianku czy rozmarynu.

Do masy wbijamy jedno jajko i wsypujemy 2 łyżki mąki ziemniaczanej. Mąkę ziemniaczaną można ewentualnie zastąpić zwykłą mąką pszenną. Wszystkie składniki mieszamy.

Powstałą masę wykładamy do foremki wyłożonej papierem do pieczenia i wstawiamy do piekarnika rozgrzanego do 170 – 180 stopni na około 1,5 godziny. Po tym czasie możemy wyjąć babkę i po 15 minutach – gdy nieco ostygnie- kroić.

CHOW-MEIN Z KURCZAKIEM

Przygotowanie pierwszej chińszczyzny wymaga zakupu niepopularnych produktów, jak choćby oleju sezamowego czy arachidowego. Wystarczają one jednak na wiele dań.

Liczba porcji: 7



Autor:
Joanna Urbaniak



SKŁADNIKI:

- 500 g. (2 op.) makaronu chow-mein
- 2 podwójne piersi z kurczaka
- 2 papryki czerwone
- 3 marchewki
- 300 g. fasolki szparagowej zielonej (świeżej lub mrożonej)
- 1 pęczek dymki
- olej sezamowy
- olej arachidowy
- ciemny sos sojowy
- 3 łyżeczki przyprawy chińskiej 5 smaków
- pieprz
- sezam

PRZYGOTOWANIE:

Piersi oczyszczamy, kroimy w kostkę. Przyprawę 5 smaków mieszamy z sosem sojowym. Powstałą marynatę zalewamy kurczaka i odstawiamy na co najmniej godzinę.

Makaron przygotowujemy według opisu na opakowaniu. Zazwyczaj wymaga on namoczenia, a następnie krótkiego gotowania.

Gotowy makaron osączamy i zalewamy kilkoma łyżkami oleju sezamowego.

Fasolkę szparagową gotujemy lub - jeśli korzystamy z mrożonej gotowanej - rozmrażamy na patelni. Papryki kroimy w paski, a marchewki w słupki. Dymki siekamy, odkładając szczypior.

Na patelni rozgrzewamy olej arachidowy. Smażymy na nim kurczaka.

Następnie dodajemy warzywa (papryki, marchewki, dymki oraz fasolkę).

Na dużym płomieniu smażymy całość ok. 5 min. Marchewka powinna swobodnie nabijać się na widelec, ale pozostać lekko chrupiąca.

Warzywa oraz mięso doprawiamy sosem sojowym i pieprzem.

Dodajemy makaron, mieszamy.

Danie podajemy posypane posiekanym szczypiorem oraz sezamem.

CHRUPIĄCE SKRZYDEŁKA

Skrzydełka najlepsze są zaraz po usmażeniu, jednak można je podgrzewać w piekarniku. W ten sposób możemy przygotować nie tylko skrzydełka, ale też piersi z kurczaka.

Liczba porcji: 5



Autor:
Rafał Dunajewski



SKŁADNIKI:

- 2 kg skrzydełek bądź 20 patek kurczaka
- olej
- 2 jajka
- mąka (zwykła oraz krupczatka)
- mleko
- kefir lub maślanka
- przyprawy i zioła

PROPOZYCJA PRYZPRAW:

- imbir suszony (2 łyżeczki)
- czosnek granulowany (2 łyżeczki)
- pieprz cayenne (chilli) (2 łyżeczki)
- papryka słodka (4 łyżeczki)
- suszony liść lubczyku (2 łyżeczki)
- suszona bazylia (2 łyżeczki)
- suszone oregano (2 łyżeczki)
- gałka muszkatołowa (1 łyżeczka)
- sól (2-4 łyżeczki)

PRZYGOTOWANIE:

Skrzydełka moczymy w zimnej wodze przez około pół godziny. Po tym czasie wyjmujemy je z wody i osuszamy. Następnie tniemy je na kawałki- lotkę usuwamy.

Mięso wkładamy do dużej miski i zasypujemy mieszanką przypraw, dokładnie mieszamy. Przyprawy można dodać według własnych preferencji. Suszone zioła wsypujemy do moździerza i ucieramy, by straciły swoją strukturę i łatwo wymieszały się z pozostałymi przyprawami. Jeśli lubisz pikantny smak, możesz dodać więcej ostrej papryki. Zalecam eksperymentowanie, może pieprz cytrynowy?

Mieszamy mięso z przyprawami, by równomiernie pokryć kurczaki. Odstawiamy na min. 1 godzinę, a najlepiej na całą noc w lodówce.

Gdy kurczak jest zamarynowany, przygotowujemy panierkę. Do miski wbijamy jajka, wlewamy mleko, kefir (maślankę), wsypujemy kolejną porcję mieszanki przypraw. Możemy dodać 2 łyżki przyprawy w płynie „Maggi” (zalecam ostrożność - jest słona). Miksujemy dodając trochę mąki

zwykłej, by konsystencja przypominała ciasto naleśnikowe. Powstałą miksturą zalewamy kurczaki w misce starając się znów, by pokryte były równomiernie.

W dużym naczyniu mieszamy mąki w stosunku 1:1. Wrzucamy skrzydełka pojedynczo, by równomiernie pokryć mąką całe mięso. Następnie wyjmujemy z miski i odkładamy na kratkę, by nadmiar panierki spadł, a mięso odpoczęło.

We frytkownicy rozgrzewamy olej do 160 stopni i wrzucamy kolejno kurczaka tak, by cały był zanurzony w oleju. Skrzydełka trzymamy 10 minut, grubsze kawałki - jak pałka z kurczaka - 14 minut. Należy wrzucać kurczaki kiedy sito frytkownicy jest opuszczone, unikniemy przywarcia kawałków kurczaka do sita. Po upływie odmierzonego czasu wyjmujemy mięso i układamy na ręczniku papierowym, by nadmiar tłuszczu wsiąknął w ręcznik.

Polecam odczekać 10 minut, gdyż z wierzchu panierka wyda się być już ostygła, a w środku mięso będzie nadal gorące.

CIASTO ŚRÓDZIEMNOMORSKIE

Liczba porcji: keksówka



Autor:
Joanna Więckowska



SKŁADNIKI:

- 4 jajka
- 1 i 2/3 szklanki mąki pszennej
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 1/2 łyżeczki sody
- 1/4 łyżeczki soli
- 1/4 szklanki oliwy
- 1/2 szklanki mleka
- dodatki – po garści drobno pokrojonych: czarnych oliwek bez pestki, papryki czerwonej, suszonych pomidorów, szynki, fety, parmezanu
- 1/4 łyżeczki, bazylii, oregano lub ziół prowansalskich
- tymianek – na wierzch ciasta

PRZYGOTOWANIE:

Najpierw miksujemy jajka, dodajemy mleko i oliwę.

W osobnej misce mieszamy mąkę, proszek do pieczenia, sodę, sól, zioła.

Zanim wymieszamy obie porcje – jajeczną i produkty suche- przygotowujemy dodatki: pomidory suszone dobrze odsączamy z oliwy i kroimy w większą kostkę, oliwki kroimy w krążki a szynkę, ser, paprykę w drobną kostkę.

Nagrzewamy piekarnik do 180 stopni.

Łączymy wszystkie składniki i natychmiast przekładamy do natłuszczonej i wysypanej bułką tartą formy – najlepiej keksówki.

Pieczemy ok. 40 minut, ciasto powinno być ładnie zrumienione.

GULASZ WOŁOWY W CIEMNYM PIWIE Z WARZYWAMI

Piwo jest bazowym składnikiem i ono będzie nadawało smaku całej potrawie, jeżeli dodamy piwo ciemne słodkie np. Sweet Stout, Milk Stout – potrawa wyjdzie słodsza, jeżeli np. Guinnessa – wyjdzie bardziej wytrawna.



Autor:
Piotr Paczkowski



SKŁADNIKI:

- jedna duża cebula (ok. 250 g) – posiekana
- pieczarki (ok. 250 g) – pokrojone na ćwiartki
- jedna duża marchewka (ok. 200 g)
– pokrojona w plastry
- jedna biała rzepa (ok. 200 g)
– pokrojona na kawałki
- wołowina (500 – 600 g) – pokrojona
dosyć drobno
- 1 ciemne piwo
- 1 liść lauowy
- 1 łyżka dżemu z czarnej porzeczki
- 1 łyżka musztardy
- 1 kostka bulionu wołowego
- sól i pieprz do smaku
- ok. 50 ml. oleju
- opcjonalnie 1 łyżeczka miodu gryczanego

PRZYGOTOWANIE:

Do garnka wlewamy olej, podgrzewamy i wrzucamy cebulę, podduszamy ok. 5 minut. Po tym czasie dodajemy wołowinę i na ok. 10 – 20 minut zostawiamy na małym ogniu, co jakiś czas mieszając.

Następnie dodajemy piwo, kostkę bulionu wołowego, dżem, musztardę, liść lauowy, sól i pieprz.

Po upływie godziny, wrzucamy do garnka resztę składników – pieczarki, marchewkę i rzepę – i przez kolejną godzinę gotujemy na małym ogniu lub do czasu, aż mięso zrobi się kruche.

Gulasz można podawać zarówno z ryżem, jak i z kaszą gryczaną.

MAKARON WĘDZONY

Makaron dla amatorów smaku i zapachu wędzonki, którą spaghetti zawdzięcza wędzonemu dojrzewającemu boczkwowi oraz wędzonej papryce.

Liczba porcji: 5



Autor:
Joanna Urbaniak



SKŁADNIKI:

- 500 g makaronu spaghetti
- 1 łyżka oliwy
- 180 wędzonego dojrzewającego boczku (w cienkich plastrach)
- 1 duża cebula
- 2 ząbki czosnku
- 2 łyżeczki wędzonej papryki
- 2 puszki pomidorów (całych)
- sól, pieprz
- parmezan do posypania

PRZYGOTOWANIE:

W dużym garnku gotujemy makaron al dente, zgodnie z instrukcją na opakowaniu. Po ugotowaniu nie przelewamy makaronu zimną wodą i pozostawiamy pół szklanki wody z gotowania makaronu.

Rozgrzewamy oliwę na patelni i smażymy boczek, aż stanie się chrupiący. Cebulę kroimy w drobną kostkę, a czosnek w cienkie plastry. Dodajemy do chrupiącego boczku i smażymy do zeszklenia cebuli. Na koniec wsypujemy wędzoną paprykę.

Boczek z cebulą i czosnkiem zalewamy pomidorami z puszki, gotujemy do zgęstnienia, rozcierając pomidory, kiedy staną się miękkie.

Gdy sos będzie już gęsty, próbujemy i w razie potrzeby doprawiamy solą i pieprzem. Sos należy doprawić na końcu, kiedy odpowiednia ilość wody zdąży już odparować. Sos będzie dosyć słony dzięki słoności boczku, dlatego należy doprawiać go ostrożnie.

Makaron dodajemy do sosu i dokładnie mieszamy. W tym momencie może przydać się woda z gotowania makaronu, jeśli sos okaże się zbyt gęsty. Makaron podajemy z płatkami parmezanu, które ścieramy za pomocą obieraczki do warzyw, bezpośrednio na talerze.

MUFFINY NA ŚNIADANIE

Mąkę pszenną można zamienić na mąkę kukurydzianą.

Zamiennikiem dla masła może być oliwa z oliwek.

Na podaną porcję ciasta należy dodać około 100 ml oliwy.



Autor:
Magdalena Pietrewicz



SKŁADNIKI:

- 3 szklanki mąki pszennej
- ½ kostki masła
- 2 jajka
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 1 szklanka mleka
- duża szczypta soli
- 2 duże lub 3 średnie cebule
- szczypiorek/dymka dla ładnego koloru
- 15 dag żółtego sera
- 5 dag boczku lub szynki lub salami
- 1 łyżka oliwy do smażenia.

PRZYGOTOWANIE:

Piekarnik nagrzewamy do 200 C (termoobieg).

W misce mieszamy mąkę z proszkiem do pieczenia i solą.

Boczek (szynkę lub salami) i cebulę kroimy w kostkę i przesmażamy. Żółty ser ścieramy na tarce (oczka jarzynowe) i dodajemy do przestudzonego boczku z cebulą.

Jajka mieszamy z mlekiem i dodajemy do mąki.

Masło roztopiamy i studzimy- jeśli zdecydowaliśmy się na wersję z oliwą, należy pominąć ten krok i dodać oliwę do ciasta.

Wszystko dokładnie mieszamy mikserem. Na koniec, do gładkiej masy dodajemy masę z boczkiem i serem oraz trochę drobno pokrojonego szczypiorku. Wszystko lekko mieszamy łyżką.

Formę do muffiny smarujemy masłem i nalewamy masę. Muffiny można również przygotować w papilotkach.

Muffiny pieczemy około 20 min.

SAŁATKA „WINOGRONO KONTRA KURCZAK I MIGDAŁ”

Liczba porcji: 4-6



Autor:
Katarzyna Gniadek



SKŁADNIKI:

- 2 piersi z kurczaka
- kiść winogron
- garść migdałów
- 1 łyżeczka curry
- 2 łyżeczki przyprawy złocistej do kurczaka
- 1 łyżka majonezu
- sól i pieprz do smaku

PRZYGOTOWANIE:

Kurczaka kroimy w kostkę, migdały i winogrono kroimy na połówki.

Pokrojoną w kostkę pierś z kurczaka obtaczamy w przyprawach i smażyjemy ją na oleju. Na tej samej patelni obsmażamy migdały.

Po ostygnięciu kurczaka i migdałów, całość mieszamy z winogronem oraz majonezem.

SYCYLIJSKIE KULECZKI Z MIĘSEM MIELONYM



Autor:
Ewa Pacak



SKŁADNIKI:

Ryż :

- opakowanie ryżu koniecznie arborio (400 g)
- 3 szklanki bulionu warzywnego lub mięsnego
- 3 łyżki oliwy z oliwek
- 3 łyżki tłuszczu z wytopionego boczku wędzonego
- 3 łyżki tartego parmezanu
- 1 jajko
- sól, pieprz

Panierowanie:

- 2 jajka
- bułka tarta
- olej do głębokiego smażenia

Farsz z mięsa mielonego:

- 500 g mięsa mielonego chudego z szynki
- 250 g marchewki z groszkiem (może być mrożona)
- 200 ml sosu pomidorowego lub pomidorów w puszcze
- 1 cebula
- 2 ząbki czosnku
- świeża natka pietruszki
- sól, pieprz
- 0,5 łyżeczki papryki słodkiej
- 0,5 łyżeczki papryki ostrej
- 0,5 łyżeczki oregano

PRZYGOTOWANIE:

Na początek zaczynamy od przygotowania risotto. Płuczemy ryż w zimnej wodzie, a następnie wrzucamy do garnka z oliwą, tłuszczem i podgrzewamy do uzyskania przeźroczystego koloru.

Przekładamy ryż do bulionu i gotujemy na wolnym ogniu do momentu, aż ryż wchłonie całą wodę. Następnie odstawiamy do wystudzenia i dodajemy ser.

Przygotowujemy farsz:

Na oleju podsmażamy pokrojoną w kostkę cebulę. Gdy będzie szklista, dodajemy drobno pokrojone dwa ząbki czosnku. Podsmażamy chwilę i dodajemy mięso mielone. Smażymy, aż mięso przestanie być surowe. Dodajemy sos pomidorowy oraz marchewkę z groszkiem. Dusimy przez ok. 15 minut.

Po tym czasie dodajemy przyprawy i pozostawiamy do przestudzenia.

Gdy risotto się schłodzi, dodajemy do niego surowe jajko i mieszamy. Nakładamy łyżką porcję na rękę, spłaszczamy, nakładamy nadzienie, przykrywamy kolejną porcją risotto i formujemy kształt kuli.

Kule panierujemy i wrzucamy do rozgrzanego oleju, smażymy na złoto-brązowy kolor.

ZUPA CHRZANOWA

Autorka przepisu zapewnia, że zupa jest łatwa do przygotowania.

Liczba porcji: 10



Autor:
Joanna Urbanowicz



SKŁADNIKI:

- porcja kurczaka
- pieprz
- ziele angielskie
- liść laurowy
- kostka rosółowa warzywna
- 1 mały seler lub 1/2 dużego
- 1 pietruszka
- 1 marchewka
- 4 ziemniaki
- 4 cebule
- 60 g jogurtu naturalnego
- 1 i 1/2 łyżeczka chrzanu
- jajka, szczypiorek- do podania

PRZYGOTOWANIE:

Jajka gotujemy na twardo.

Z warzyw, mięsa oraz przypraw gotujemy wywar na 2,2 litra wody. Wszystkie warzywa wrzucamy do wody w całości, jedynie marchew kroimy w plasterki. Po ugotowaniu mięsa i warzyw, odrzucamy z garnka przyprawy, seler i pietruszkę.

Cebule i ziemniaki blendujemy z jogurtem naturalnym i chrzanem.

Po włożeniu zblendowanej masy do garnka, na wierzchu tworzy się kożuszek z chrzanu i grudki z połączenia jogurtu i gorącego wywaru, które rozgotują w trakcie zagotowania zupy.

Zupę podajemy z połówkami ugotowanego jajka i posypujemy szczypiorkiem.

Na Wielkanoc możemy zmienić szczypiorek na rzeżuchę i dodatkowo dodać do zupy białą kielbasę.

ZUPA SEROWA



Autor:
Natalia Mikołajek



SKŁADNIKI:

- 0,5 kg mięsa mielonego
- 0,5 kg pieczarek
- 6-8 serków topionych śmietankowych
- 1 większy por (tylko biała część) lub 2 małe
- 0,5 szklanki mleka
- kostka rosółowa drobiowa
- kostka rosółowa wołowa
- sól, pieprz

PRZYGOTOWANIE:

Mięso podsmażamy z porem pokrojonym w talarki, przyprawiamy np. kostką rosółową i pieprzem. Na osobnej patelni podsmażamy potarte na dużych oczkach pieczarki, przyprawiamy je solą i pieprzem.

W garnku przygotowujemy rosół, następnie dokładamy mięso, pieczarki i wlewamy pół szklanki mleka. Powoli, ciągle mieszając, dodajemy serki topione w małych kosteczkach.

Zupę trzymamy na ogniu aż do momentu rozpuszczenia się serków.

EKSPRESOWE SPAGHETTI

Liczba porcji: 4



Autor:
Sylvia Gers



SKŁADNIKI:

- 400 g makaronu do spaghetti
- 2 puszki tuńczyka w sosie własnym
- 1 puszka pokrojonych pomidorów
- 1 cebula
- 1 ząbek czosnku
- garść startego sera cheddar
- pieprz, sól, oregano do smaku

PRZYGOTOWANIE:

Makaron ugotuj według instrukcji na opakowaniu.

Cebulkę posiekaj w kostkę i podsmaż na patelni, dodaj czosnek.

Następnie dodaj odsączonego tuńczyka i puszkę pomidorów. Smaż przez około 5-8 min do odparowania. Dopraw solą, pieprzem i oregano.

Na talerz wyłóż ugotowany makaron, na to nałóż sos i posyp serem.

KRAKERSOWA PRZEKĄSKA

Liczba porcji: 12



Autor:
Katarzyna Gniadek



SKŁADNIKI:

- paczka krakersów
(36 krakersów – 3 warstwy po 12 sztuk)
- ok. 25 dag sera żółtego
- puszka szprotek w pomidorach
- 4 jajka
- 6 łyżek majonezu
- szczypiorek

PRZYGOTOWANIE:

Jajka gotujemy na twardo i studzimy.

W naczyniu rozkładamy 12 krakersów.

Ser żółty ścieramy na tarce i mieszamy z 3 łyżkami majonezu.

Wykładamy pastę na krakersy.

Na wierzch kładziemy kolejne 12 ciastek.

Szprotki rozdrabniamy, gniciemy widelcem, mieszamy z sosem z puszki i kładziemy jako kolejną warstwę. 12 krakersami przykrywamy warstwę rybną.

Ugotowane jajka obieramy i oddzielamy białko od żółtka. Białka ścieramy na tarce i łączymy z 3 łyżkami majonezu. Pastę białkową kładziemy na krakersach.

Rozkruszamy żółtko lub ścieramy na tarce i posypujemy warstwę białkową.

Całość dekorujemy posiekanym szczypiorkiem.

ŁOSOŚ PIECZONY W MUSZTARDZIE FRANCUSKIEJ



Autor:
Emilia Siekiera



SKŁADNIKI:

- 400g filetu łososia
- 1 ząbek czosnku
- 1 cytryna
- 1 limonka

Marynata:

- 1 łyżka musztardy francuskiej
- 1 łyżka musztardy rosyjskiej
- 1 łyżeczka miodu
- 1 łyżeczka soku z cytryny
- 1 łyżeczka oliwy
- 1 łyżka siekanego świeżego kopru
- sól

Propozycja podania z sałatką z buraczków i komosą ryżową:

Sałatka:

- burak (średniej wielkości)
- rukola (ok. 50g)
- ok.100g sera fety
- garść suszonych pomidorów (odsączonych z oliwy)
- garść prażonych płatków lub słupków migdałowych
- łyżka octu jabłkowego
- łyżka oliwy z oliwek
- świeżo mielony pieprz
- zioła wg uznania

PRZYGOTOWANIE:

Łosoś:

Łączymy składniki marynaty. Umyty i osuszony filet łososia obtaczamy w marynacie. Rybę przykrywamy i pozostawiamy na około 2 godziny w lodówce.

Piekarnik nagrzewamy do 200 stopni.

Skropione oliwą żaroodporne naczynie wykładamy plasterkami cytryny. Zamarynowane porcje filetu umieszczamy w naczyniu i przykrywamy pozostałymi plasterkami cytryny.

Pieczemy około 20 min. Filet najlepiej podawać z limonką.

Sałatka:

Buraka gotujemy w wodzie z łyżką octu jabłkowego. Kiedy wystygnie, kroimy w plastry i układamy na liściach rukoli. Dekorujemy fetą i pomidorami suszonymi. Całość skropiamy oliwą i posypujemy prażonymi płatkami migdałów.

Według uznania doprawiamy pieprzem i ziołami.

PAELLA Z OWOCAMI MORZA

Danie doskonale smakuje przygotowane na bazie bulionu z dodatkiem szafranu.

Liczba porcji: 4



Autor:
Arkadiusz Filipowski



SKŁADNIKI:

- mieszanka owoców morza (kalmarów, ośmiorniczek, krewetek, małży)
- dodatkowo duże krewetki Black Tiger
- 2 łyżki oliwy lub oleju
- 3 małe papryki
- 2 starte ząbki czosnku
- 1 pomidor
- 1 łyżka koncentratu pomidorowego
- 1 łyżeczka czerwonej słodkiej papryki
- 1/2 łyżeczki wędzonej papryki
- 125 ml białego wina
- 300 g suchego ryżu do paelli, np. arborio
- 1 litr bulionu

Do podania:

- 4 łyżki oliwy
- ½ startego ząbka czosnku
- cząstki cytryny

Bulion:

- 1 litr wody
- 1/3 obranej cebuli
- kawałek obranej pietruszki
- 2 marchewki
- kawałek pora i liścia kapusty
- 3 łyżki natki pietruszki
- 1 łyżka oliwy
- 1 łyżka sosu sojowego
- 3 łyżki sosu rybnego
- szczypta szafranu
- sól i pieprz

Do niedużego garnka wlewamy wodę i dodajemy warzywa, oliwę, sos sojowy, sos rybny, szafran, odrobinę soli oraz pieprz. Po zagotowaniu gotujemy bulion pod przykryciem na niedużym ogniu przez 30 minut. Odstawiamy z ognia, precedzamy i podgrzewamy przed użyciem.

PAELLA Z OWOCAMI MORZA cd.



Autor:
Arkadiusz Filipowski



PRZYGOTOWANIE:

Owoce morza rozmrażamy na talerzu wyłożonym papierowym ręcznikiem. Duże krewetki oczyszczamy, jeśli nie zostały wcześniej wyczyszczone.

Paprykę kroimy w drobną kostkę. Pomidora parzymy, obieramy i kroimy w kostkę.

Na rozgrzaną patelnię wlewamy oliwę lub olej i smażymy paprykę, mieszając co jakiś czas, przez około 3-4 minuty. Następnie dodajemy czosnek i smażymy całość przez kilkanaście sekund. Dodajemy pomidora, doprawiamy szczyptą soli i smażymy przez kolejne 2 minuty.

Do warzyw dodajemy koncentrat pomidorowy, paprykę słodką i wędzoną. Zalewamy winem, mieszamy i zagotowujemy. Całość gotujemy na większym ogniu przez kilka minut, aż ilość sosu zmniejszy się o połowę.

Dodajemy ryż i powoli mieszając smażymy przez 2 minuty. Danie zalewamy gorącym bulionem, mieszamy i zagotowujemy. Po zagotowaniu zmniejszamy ogień i gotujemy na umiarkowanym ogniu bez przykrycia przez 8 minut, bez mieszania.

Dodajemy owoce morza oraz dodatkowe krewetki, zmniejszamy ogień do minimum, wciąż nie mieszając. Przykrywamy patelnię dwoma kawałkami folii aluminiowej i gotujemy dalej na najmniejszym ogniu przez 6 minut.

Odstawiamy paellę z ognia i pozostawiamy pod przykryciem na dodatkowe 2-3 minuty. Zdejmujemy z paelii folię, polewamy danie oliwą i podajemy w otoczeniu cząstek cytryny.

PRZEKĄSKA „WIECZÓR TAJSKI”

Liczba porcji: 4



**PRZEPIS
KWARTAŁU**



Autor:
Katarzyna Gniadek



SKŁADNIKI:

- ok. 150 g surimi (paluszki krabowe)
- 100 g makaronu ryżowego
- papier ryżowy (ok. 20 sztuk)
- świeża mięta i kolendra
- pęczek szczypiorku
- mango
- ogórek
- awokado

Zaprawa do makaronu:

- 3 łyżki octu ryżowego
- 2 łyżki cukru
- ½ łyżeczki soli

Sos:

- kilka łyżek sosu rybnego
- sok z limonki
- woda
- cukier brązowy

PRZYGOTOWANIE:

Pracę należy zacząć od przygotowania farszu. Na pierwszy ogień powinien iść makaron. Gotujemy go w osolonej wodzie nie więcej niż 3 minuty. Odcedzamy, przekładamy do miski i mieszamy z zaprawą do makaronu.

Owoce, szczypiorek i paluszki surimi kroimy w słupki o takiej samej długości (3/4 szerokości krążka papieru ryżowego).

Do garnka nalewamy ciepłej wody, wkładamy po kolei krążki papieru ryżowego, czekamy ok. 2 minut aż nabiorą białej barwy. Wyjmujemy je delikatnie na przygotowane ręczniki papierowe i osuszamy. Następnie osuszony krążek kładziemy na desce, nakładamy po porcji każdego składnika, zawijamy jak burrito czy wrap i odkładamy na tacę.

Na koniec- przed podaniem- każdy zawijaniec kroimy ukośnie na pół i układamy na półmisku/talerzu, na którym będziemy serwować potrawę.

W osobnej miseczce podajemy sos i maczamy w nim różki.

PSTRĄG CYTRYNOWO- -KOPERKOWY

Liczba porcji: 5



Autor:
Lidia Ozimkowska



SKŁADNIKI:

- pstrąg w całości (wypatroszony)
- 4 plasterki cytryny + $\frac{1}{4}$ do skropienia
- koperek
- 1 łyżeczka masła
- 1 łyżka oleju rzepakowego
- sól
- folia aluminiowa

PRZYGOTOWANIE:

Pstrąga oczyszczamy z łusek, odcinamy głowę, myjemy w zimnej wodzie, osuszamy ręcznikiem papierowym.

Folię aluminiową smarujemy olejem w miejscu, gdzie będzie ułożony płat pstrąga.

Na wysmarowaną już część folii sypiemy sól, posiekany koperek oraz układamy dwa plasterki cytryny (bez skóry).

Kładziemy pstrąga na przygotowanej wcześniej folii, do środka ryby wkładamy koperek, odrobinę masła, wyciskamy sok z kawałka cytryny, solimy.

Pstrąga smarujemy olejem, dodajemy posiekany koperek, sól i dwa plasterki cytryny.

Folię zawijamy z obu stron w tzw. cukierek – odstawiamy na 10-15 minut, aby ryba nabrała głębszego smaku.

Tak przygotowanego pstrąga wkładamy do piekarnika nagrzanego wcześniej do 185 stopni.

Pieczemy około 20–25 min.

ROLADA SZPINAKOWA Z WĘDZONYM ŁOSOSIEM



Autor:
Damian Mendyk



SKŁADNIKI:

- 4 jajka
- 450 g mrożonego szpinaku
- 2 ząbki czosnku
- 200 g wędzonego łososia
- 200 g serka mascarpone lub kanapkowego
- skórka z jednej cytryny
- 2 łyżki posiekanego koperku
- 0,5 łyżeczki gałki muszkatołowej
- sól
- pieprz
- 2 łyżki oleju

PRZYGOTOWANIE:

Na patelni rozgrzewamy olej, podsmażamy szpinak, pod koniec dodajemy przeciśnięty przez praskę czosnek, sól i pieprz. Gotowy szpinak odsączamy z nadmiaru wody i studzimy, doprawiamy gałką muszkatołową.

Białka oddzielamy od żółtek. Do białek dodajemy szczyptę soli i ubijamy na sztywną pianę, następnie zmniejszamy obroty miksera i dodajemy pojedynczo żółtka. Szpinak dodajemy do masy z jajek i powoli mieszamy łyżką. Rozsmarowujemy całość na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia. Pieczemy w rozgrzanym do 180 stopni piekarniku przez 15-20 minut.

Po upieczeniu ciasto szpinakowe odstawiamy do ostygnięcia. Serek, koperek i skórkę z cytryny mieszamy, doprawiamy solą i pieprzem.

Z wystudzonego ciasta ściągamy papier do pieczenia, rozsmarowujemy na cieście serek, na środku układamy plastry łososia. Powoli ciasno rolujemy, zawijamy w folię spożywczą i przechowujemy w lodówce.

Roladę kroimy w plastry o grubości 1,5 cm.

SUSHI

Instrukcja jak krok po kroku przygotować swoje pierwsze sushi.



Autor:
Rafał Dunajewski



SKŁADNIKI:

Podstawowa lista zakupów:

- ryż do sushi
- nori (głony)
- sos do ryżu
- sos sojowy
- wasabi
- imbir marynowany
- mata bambusowa do zwijania
- pałeczki

Przykładowa lista zakupów do wypełnienia Sushi:

- ogórek zielony
- marchewka
- papryka
- kapusta pekińska
- awokado
- łosoś wędzony (lub surowy)
- tuńczyk w puszcze
- kawior
- paluszki surimi (krabowe)
- ser biały (polecam Philadelphia)
- sezam

SUSHI cd.

PRZYGOTOWANIE:

Podstawowym składnikiem sushi jest ryż. Ryż przed ugotowaniem należy zalać zimną wodą, wymieszać, a wodę następnie wylać. Czynność powtarzamy do momentu, gdy woda w garnku będzie dosyć przejrzysta.

Następnie ryż gotujemy zgodnie z instrukcją na opakowaniu. Zazwyczaj na 400 g ryżu wlewamy 400 ml wody (dodaję odrobinę więcej). Najpierw gotujemy ryż 10 minut pod przykryciem na małym ogniu, następnie zdejmujemy ryż z ognia i bez zdejmowania pokrywki odstawiamy ryż w garnku na 15 minut.

Po upływie kwadransa ryż przekładamy drewnianą łyżką do miski, pozwalamy by chwilę odpoczął i polewamy sosem do ryżu. Sos do ryżu można przygotować samemu, polecam jednak gotowy House of Asia (połowa butelki na 1 opakowanie ryżu).

Czekamy aż ryż wystygnie i osiągnie temperaturę pokojową.

Autor:
Rafał Dunajewski



W trakcie kiedy ryż stygnie możemy zająć się krojeniem składników.

Ogórka zielonego myjemy, kroimy na pół wzdłuż. Wydrążamy łyżeczką nasiona i kroimy w długie cienkie paski (nie obieramy go ze skóry).

Paprykę myjemy i również kroimy na długie i cienkie paski.

Marchewkę myjemy, obieramy ze skóry, kroimy w cienkie paski.

Kapustę pekińską kroimy w długie paski.

Awokado obieramy ze skóry, kroimy wzdłuż, wyciągamy pestkę, miąższ kroimy w słupki.

Łososia wędzonego kroimy w długie, szerokie na paski.

Paluszki krabowe wyjmujemy z osłonek.

Ser biały mieszamy z jedną łyżką mleka.

Tuńczyka w puszcze osączamy i ugniatamy w miseczkę widelcem. Możemy do niego dodać sezam lub kawior, ewentualnie majonez.

Na matę kładziemy plasterek nori, na nim ostudzony ryż pozostawiając górną krawędź wolną na ok. 2-3 cm.

Na ryż, przy dolnej krawędzi, kładziemy nasze ulubione składniki, po czym zwijamy za pomocą maty pamiętając, by przed zwinięciem do końca, wolną krawędź bez ryżu posmarować wodą. Spowoduje to sklejenie się glonów i sushi nam się nie rozpadnie.

Powtarzamy tę czynność, aż wykorzystamy cały ryż.

Tak przygotowane sushi wkładamy do lodówki na około 15 minut by odpoczęło, a glony nasiąkły wodą z ryżu. Po upływie tego czasu kroimy nasze sushi na około 1-2 cm kawałki. Kawałki tuż przed spożyciem maczamy w sosie sojowym wymieszanym z wasabi, bądź możemy też malutkie porcje wasabi kłaść na porcje i dopiero potem maczać w sosie.

Przed zjedzeniem kolejnego kawałka sushi możemy odświeżyć nasze kubki smakowe przegryzając cząstki marynowanego imbiru.

Oczywiście to, co wrzucimy do środka sushi, zależy od naszych upodobań. Do tuńczyka pasuje również koperek, szczypiorek. Możemy również użyć gotowych past dostępnych w tubkach. Np. pasta z tuńczyka, pasta z łososia, pasta kawiorowa. Krewetki czy liście szpinaku też się sprawdzą. Sam kiedyś zrobiłem sushi z szynką, serem żółtym, papryką i kapusta pekińską. Było pyszne.

KROKIETY Z MŁODĄ KISZONĄ KAPUSTĄ, SEZONOWYMI GRZYBAMI I NIEDOCENIANYMI PORAMI



Autor:
Mariusz Wódc



SKŁADNIKI:

Ciasto naleśnikowe:

- 2 szklanki mąki
- 1 szklanka wody
- 1 szklanka mleka
- 2 jajka
- szczypta soli
- łyżka oleju

Farsz:

- mała paczka młodej kapusty kiszonej
- dwie garści sezonowych grzybów lub więcej
- cebula
- sól, świeżo mielony pieprz
- łyżeczka smalcu lub oleju
- 1 jajko
- bułka tarta

Sos porowy:

- ½ szklanki białego wina
- szklanka śmietany 18%
- 1 por
- pół paczka koperku

PRZYGOTOWANIE:

Ciasto naleśnikowe: Do miski wysypujemy mąkę, wlewamy mleko, wodę, wbijamy jaja. Wszystko razem mieszamy, dodajemy olej, solimy. Ciasto powinno być lejące, nie może być za gęste. Na rozgrzanej patelni smażymy naleśniki.

Farsz:

Kapustę obgotowujemy w oddzielnym naczyniu przez 10 minut. Cebulkę kroimy w kostkę i lekko szklimy na oleju. Na oddzielnej bardzo gorącej, suchej patelni przesmażamy pokrojone grzyby. Po krótkim obsmażeniu, dodajemy obgotowaną, odcisniętą i posiekaną młodą kiszoną kapustę. Całość łączymy z pozostałymi składnikami, dodajemy łyżeczkę smalcu, lekko soli i pieprzymy. Dusimy razem przez 15 minut bez przykrycia.

Sos:

Białą część pora kroimy w skośne plastry o szerokości centymetra, plasterki parzymy we wrzątku. Do rozgrzanego rondelka wlewamy wino i redukujemy. Dolewamy śmietanę i gotujemy przez 5 minut w celu odparowania części wody oraz uzyskania jednolitej konsystencji. Dodajemy na koniec por i koperek. Doprawiamy solą, pieprzem.

Naleśniki nadziewamy farszem i zwijamy w rulony. Panierujemy w jajku i bułce. Podsmażamy z obu stron na oleju do czasu zarumienienia się.

Na środek talerza wlewamy łyżkę sosu porowego, na to układamy przekrojony wzdłuż krokiet lub dwa w zależności od apetytu.

Dekorujemy obsmażonymi liśćmi pora.

PIEROGI



Autor:
Katarzyna Gniadek



SKŁADNIKI:

Ciasto (proporcje na jeden farsz):

- 1 kg mąki
- szczypta soli
- ciepła/gorąca woda (tak, aby nie parzyło rąk)

Farsz na pierogi z kapustą i grzybami:

- 1 kg pieczarek
- 1,5 kg kapusty kiszonej
- duża garść grzybów suszonych
- 3 cebule
- 3 łyżki oleju (do gotowania kapusty i grzybów)

Farsz na pierogi ruskie:

- 1 kg ugotowanych ziemniaków
- ½ kg białego sera
- 3-4 cebule
- sól i pieprz

PRZYGOTOWANIE:

Ciasto:

Na deskę wysypujemy mąkę wymieszaną z solą. Formujemy kopiec i do środka wlewamy ciepłą wodę, powoli zagniatając ciasto. Uformowane ciasto odkładamy.

Farsz na pierogi z kapustą i grzybami:

Pieczarki drobno siekamy i dusimy na patelni. Kapustę kiszoną gotujemy z grzybami suszonymi w wodzie z olejem. Po wystygnięciu drobno kroimy – nie mielimy! Cebulę drobno siekamy i dusimy na patelni na złoty kolor. Cebulę dodajemy do kapusty z grzybami, wszystko razem mieszamy.

Farsz na pierogi ruskie:

Ziemniaki i ser mielimy lub przeciskamy przez praskę. Cebulę drobno siekamy i dusimy na patelni na złoty kolor. Wszystko razem mieszamy. Doprawiamy solą i pieprzem.

Lepienie i gotowanie pierogów:

Ciasto kroimy na mniejsze kawałki, które następnie rozwałkowujemy na placki. Szklanką wycinamy kółka i na środek nakładamy farsz. Składamy ciasto na pół i zlepiamy dokładnie brzegi.

Zagotowujemy wodę w dużym garnku. Do wrzątku wrzucamy partiami pierogi. Jak pierogi wypłyną, gotujemy jeszcze przez minutę. Następnie wyjmujemy łyżką cedzakową.

PIEROGI ZE SZPINAKIEM

Liczba porcji: 50 pierogów



Autor:
Sylvia Gers



SKŁADNIKI:

Ciasto:

- 2 szklanki mąki
- 1 szklanka ciepłej wody – 80 stopni
- szczypta soli

Farsz:

- 1 cebula
- 1 ząbek czosnku
- 1 opakowanie szpinaku mrożonego
- 1 opakowanie sera feta
- sól, pieprz

PRZYGOTOWANIE:

Ciasto:

Na deskę wysypujemy mąkę, formujemy kopiec i do środka wlewamy ciepłą wodę, powoli zagniatając ciasto. Uformowane ciasto odkładamy do ostygnięcia.

Farsz:

Cebulę kroimy w drobną kostkę i podsmażamy na patelni, dodając posiekany czosnek. Następnie dodajemy zamrożony szpinak, zmniejszamy ogień i powoli smażymy do całkowitego rozmrożenia.

Jak szpinak będzie już gotowy, dodajemy pokrojony w kostkę ser feta. Mieszamy, doprawiamy solą i pieprzem do smaku. Odstawiamy do ostudzenia.

Ciasto kroimy na mniejsze kawałki, które następnie rozwałkowujemy na placki.

Szklanką wycinamy kółka i na środek nakładamy po jednej łyżce farszu.

Składamy ciasto na pół i zalepiamy dokładnie brzegi, tak żeby nadzienie nie dostało się do miejsca sklejenia.

Zagotowujemy wodę w dużym garnku. Do wrzątku wrzucamy po 6-8 pierogów (w zależności od wielkości garnka). Jak pierogi wypłyną, gotujemy jeszcze przez minutę. Następnie wyjmujemy łyżką cedzakową.

Pierogi są gotowe do jedzenia, ewentualnie można je pokrasić masłem.

RISOTTO Z KASZY GRYCZANEJ, GRZYBAMI I PARMEZANEM



Autor:
Mariusz Wódcz

SKŁADNIKI:

- 1 szklanka kaszy gryczanej
- 2 szklanki bulionu warzywnego
- 1 ząbek czosnku
- 1 szalotka
- parmezan w kostce
- ¼ szklanki słodkiej śmietanki
- 2 łyżki klarowanego masła
- garść grzybów sezonowych
- 1 łyżka masła, opcjonalnie
- sól, pieprz, koperek, do smaku

PRZYGOTOWANIE:

Szalotkę kroimy w kostkę i podsmażamy na maśle klarowanym. Pokrojone grzyby przesmażamy na bardzo gorącej suchej patelni, unikając ich uparowania.

W oddzielnym naczyniu prażymy kaszę przez około 2 minuty. Następnie zalewamy połową bulionu i przykrywamy. Po około 5 minutach dolewamy resztę bulionu i gotujemy pod przykryciem około 10-15 minut, aż kasza będzie miękka. Od czasu do czasu mieszamy drewnianą łyżką.

Do ugotowanej kaszy dodajemy przesmażoną szalotkę oraz grzyby, wlewamy śmietankę, całość dusimy przez 10 minut dokładnie mieszając. Przed podaniem dodajemy jeszcze łyżkę masła i łyżkę startego na drobnych oczkach parmezanu.

Doprawiamy do smaku solą i pieprzem. Podajemy z płatkami parmezanu oraz koperkiem.

SAŁATKA LETNIA

Liczba porcji: 4



Autor:
Katarzyna Gniadek



SKŁADNIKI:

- 3 dojrzałe pomidory
- 1 ogórek
- 1 czerwona cebula
- 1 papryka żółta
- 1 papryka czerwona
- garść oliwek
- 270 g (kostka) sera feta
- 50 ml oliwy
- 30 ml (kieliszek) octu białego winnego
- oregano, sól i pieprz

PRZYGOTOWANIE:

Pracę należy zacząć od dokładnego umycia wszystkich warzyw.

Następnie obieramy cebulę, ogórka oraz pomidory. Paprykę kroimy w paski, cebulę w cienkie plastry, ogórek w półplasterki, a pomidory w ósemki.

Warzywa wkładamy warstwami do salaterki, doprawiamy solą i pieprzem.

Wierzch sałatki posypujemy oliwkami oraz pokrojoną w duże kawałki fetą. Całość oprószamy oregano.

Polewamy oliwą oraz octem winnym.

BABECZKI Z KREMEM

Liczba porcji: 40



Autor:
Patrycja Wojda



SKŁADNIKI:

- 400g mąki
- ½ kostki margaryny
- ½ kostki masła (schłodzone)
- 3 żółtka ugotowane
- 2 żółtka surowe
- 100g cukru pudru
- cukier wanilinowy
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- czekolada mleczna (do polania babeczek)

Składniki (krem):

- 250g schłodzonej śmietanki 36%
- 250g serka mascarpone
- 4 łyżki cukru pudru
- ulubiony dżem i galaretką o tym samym smaku

PRZYGOTOWANIE:

Ciasto na babeczki:

Siekamy zimne, ugotowane żółtko, dodajemy mąkę. Następnie dodajemy masło oraz margarynę i siekamy nożem. Dodajemy cukier puder i cukier wanilinowy, wszystko razem mieszamy. Na koniec dodajemy surowe żółtka i ugniatamy ciasto (ciasto będzie na początku bardzo sypkie).

Gotowe ciasto odstawiamy do lodówki do schłodzenia.

Ciasto rozwałkowujemy na około 0,5 cm grubości, dzielimy na porcje i wykładamy nimi foremki.

Pieczemy w temperaturze 180°-200 stopni około 20 minut, do momentu aż nabiorą złotego koloru.

Nadzienie:

Czekoladę roztapiamy w kąpeli wodnej. Upieczone babeczki polewamy roztopioną czekoladą i czekamy do jej zastygnięcia.

Następnie wykładamy na babeczki warstwę dżemu z galaretką (nie jest to konieczne).

Ubijamy schłodzoną śmietankę, następnie dodajemy cukier puder, ciągle miksując. Na koniec dodajemy do ubitej śmietanki serek mascarpone i dokładnie mieszamy krem (nie zbyt długo, aby nie rozbić masy).

Szprycą wykładamy na babeczki krem, dekorujemy dodatkami według własnego uznania.

BEZA Z KRAKERSAMI I ORZECHAMI

Rozmiar: tortownica 23 cm



**PRZEPIS
KWARTAŁU**



Autor:
Karolina Połec



SKŁADNIKI:

BEZA:

- 3 białka
- 220- 250 g drobnego cukru do wypieków
- szczypta soli
- 2 łyżeczki cukru wanilinowego lub 1 łyżeczka ekstraktu z wanilii
- 100 g orzechów pekan lub orzechów włoskich
- 150 g krakersów połamanych na kawałki

KREM:

- 250 ml śmietany kremówki 30% lub 36%, schłodzonej
- 1 łyżka cukru pudru
- kilka pokruszonych krakersów

SOS:

- 40 ml śmietany kremówki 30% lub 36%
- 40 g czekolady deserowej

PRZYGOTOWANIE:

BEZA:

Do miski miksera wbijamy białka i rozpoczynamy ubijanie. W trakcie ubijania - po lekkim spienieniu białek- dodajemy sól i ubijamy do uzyskania sztywnej piany. Do sztywnych białek stopniowo dodajemy cukier, cały czas ubijając, aż do powstania gęstej i błyszczącej masy. Następnie dodajemy cukier lub ekstrakt waniliowy i krótko miksujemy. Na koniec dodajemy posiekane orzechy i połamane krakersy, mieszamy masę do połączenia.

Spód tortownicy o średnicy 23 cm wykładamy papierem do pieczenia. Masę bezową przekładamy do formy i wyrównujemy. Pieczemy w temperaturze 170-175 stopni przez 30-35 minut, aż beza będzie wyraźnie zrumieniona z wierzchu. Po upieczeniu wyjmujemy beżę z piekarnika i studzimy w temperaturze pokojowej.

Ostudzoną beżę wyjmujemy z tortownicy.

KREM:

Schłodzoną kremówkę ubijamy z cukrem pudrem.

SOS:

Śmietaną kremówkę wlewamy do garnka, podgrzewamy prawie do wrzenia i zdejmujemy z palnika. Dodajemy posiekaną czekoladę, odstawiamy na 2 minuty, a następnie mieszamy do powstania gładkiego sosu czekoladowego. Odstawiamy do ostudzenia.

Na wystudzoną beżę nakładamy ubitą śmietaną, następnie posypujemy pokruszonymi krakersami i polewamy sosem czekoladowym.

Gotowe ciasto przechowujemy w lodówce.

BEZIKI KLASYCZNE

Ten sam przepis możemy wykorzystać do przygotowania tzw. Bezy Pawlowej. Wystarczy rozłożyć całą masę na blachę i uformować koło o średnicy ok. 20 cm z lekkim wgłębieniem w środku.

Liczba porcji: 15 sztuk



Autor:
Joanna Więckowska



SKŁADNIKI:

- 3 białka
- 175 g cukru pudru
- 1 łyżka skrobi kukurydzianej
- 1 łyżka octu winnego

PRZYGOTOWANIE:

Cukier przesiewamy, aby pozbyć się grudek.

Białka ubijamy, pod koniec ubijania dodajemy połowę cukru. Na koniec wsypujemy pozostałą część cukru. Masa powinna być błyszcząca. Następnie dodajemy skrobię i ocet. Wszystko krótko miksujemy.

Rozgrzewamy piekarnik do 120 stopni. Blachę wykładamy papierem do pieczenia.

Masę przekładamy do rękawa cukierniczego i wyciskamy beziki (jeśli nie mamy rękawa, wykładamy masę łyżką). Ważne, aby zachować mniej więcej taką samą wielkość bezików, dzięki czemu wszystkie bezy będą gotowe w tym samym czasie.

Pieczenie: Bezy muszą się suszyć w piekarniku, stąd zalecana niska temperatura od 110 do 130 stopni. Standardowy czas pieczenia to około 75 min. w temperaturze 120 stopni.

Bezy tuż po upieczeniu powinny być lekko kremowe i łatwo odchodzić od papieru.

Po upieczeniu wykładamy bezy na kratkę, aby ostygły. Gotowe bezy powinny być bardzo kruche, a w środku lekko ciągnące.

CHAŁKA BEZ WARKOCZA

przepis na 2 chałki



Autor:
Rafał Dunajewski



SKŁADNIKI:

Składniki na chałkę:

- 30 g świeżych drożdży
- 400 ml ciepłej wody
- 90 g cukru
- 1,5 łyżeczki soli
- 1 kg mąki
- 3 jajka
- 100 g masła

Składniki na kruszonkę:

- 75 g mąki
- 40 g masła
- 50 g cukru
(można dodać odrobinę cukru wanilinowego)

PRZYGOTOWANIE:

Rozpuszczamy masło w rondelku, a drożdże w ciepłej wodzie. Następnie wsypujemy do miski 850 g przesianej mąki, sól, cukier, jajka, ostudzone masło oraz wodę z drożdżami. Mieszymy i dosypujemy pozostałą część mąki. Jeśli ciasto nadal klei się do rąk można dodać odrobinę więcej mąki.

Następnie formujemy kulkę i zostawiamy w misce do wyrośnięcia.

Ciasto rośnie przez 2 godziny, co 30 minut należy je wyjąć z miski i ponownie wyrobić, aby „odpowietrzyć” ciasto. Za trzecim razem, czyli po około 1,5 godzinie, gdy odpowietrzamy ciasto, możemy je już podzielić na 2 części i ułożyć do foremek wyłożonych papierem do pieczenia. Ostatnie 30 minut ciasto rośnie w foremkach.

Po wyrośnięciu ciasta smarujemy chałki mlekiem i posypujemy kruszonką.

Wstawiamy do piekarnika nagrzanego do 180 stopni na około 30-40 minut.

Kruszonka:

Masło rozpuszczamy, dodajemy cukier i zasypujemy mąką do uzyskania odpowiedniej konsystencji.

CIASTO BEZOWE

Do pieczenia bezy podchodzimy elastycznie. Jeśli twój piekarnik przypala ciasta, obniż temperaturę i susz bezę dłużej.

Rozmiar: duża prostokątna blacha



Autor:
Karolina Burtka-Hołdak



SKŁADNIKI:

BLATY:

- 10 białek
- 2 szklanki cukru
- 1 łyżka mąki ziemniaczanej
- 1 łyżka octu

KREM:

- 400 g śmietany 36%
- 150 g serka mascarpone
- słoik dżemu porzeczkowego
- mrożone maliny

PRZYGOTOWANIE:

BEZA:

Do schłodzonych białek dodajemy szczyptę soli i ubijamy na sztywno. Na koniec dodajemy łyżkę octu. Porcjami dodajemy cukier, miksujemy przez mniej więcej 3-4 minuty do czasu, aż piana zacznie lśnić. Następnie dodajemy mąkę ziemniaczaną i delikatnie mieszamy.

Przygotowujemy dwie prostokątne blaszki oraz dwa arkusze papieru do pieczenia. Masę dzielimy na pół. Masa powinna być sztywna i nie rozlewać się podczas nakładania czy pieczenia, więc śmiało można wypełnić nią blat.

Przygotowane bezy wkładamy do piekarnika nagrzanego do 180 stopni. Pieczemy 5 minut z termoobiegiem, następnie zmniejszamy temperaturę do 100 stopni i suszymy bezę przez 90-100 minut. Jeśli posiadamy piekarnik, który często przypala ciasta, po 5 minutach zmniejszamy temperaturę do 90 stopni i wydłużamy czas suszenia bezy o 10 minut.

Po upieczeniu wyłączamy piekarnik i uchylamy drzwiczki. Pozostawiamy bezy do wystygnięcia.

KREM:

Schłodzoną śmietaną ubijamy na sztywno, dodajemy serek mascarpone i delikatnie łączymy składniki. Na samym końcu dodajemy dżem porzeczkowy.

Kremem przekładamy bezy. Gotowe ciasto dekorujemy, np. posypując kakao.

CIASTO DROŹDZOWE Z BIAŁĄ CZEKOLADĄ I MALINAMI

Liczba porcji: wiele :)



Autor:
Patrycja Więckowska



SKŁADNIKI:

- 1 kg mąki pszennej
- 8 jajek
- 150 g masła
- 500 ml mleka
- 200 g cukru
- 70 g drożdży
- 200 g malin
- 200 g białej czekolady
- 100 ml śmietany 18%
- 100 g płatków migdałowych
- 1 op. cukru z prawdziwą wanilią
- sól morska

PRZYGOTOWANIE:

Wszystkie składniki ciasta wykładamy na blat i pozostawiamy, aby osiągnęły temperaturę pokojową.

Przygotowujemy rozczyn. W rondelku podgrzewamy mleko. Drożdże rozkruszamy, następnie dodajemy 3 łyżki cukru i 6 łyżek mąki. Całość zalewamy ciepłym mlekiem. Składniki mieszamy dłonią do połączenia składników, aż konsystencją będą przypominały gęstą śmietanę. Wierzch rozczynu posypujemy mąką i odstawiamy na około 30-40 minut.

W rondelku roztopiamy masło, odstawiamy do ostygnięcia.

Do pozostałej mąki dodajemy 2 płaskie łyżeczki soli.

Do dużej miski wbijamy 2 jajka oraz 6 żótek. Dodajemy do jajek 100 g cukru, cukier z prawdziwą wanilią. Całość ubijamy na kogel mogel. Następnie do masy wlewamy rozczyn i zaczynamy ręcznie wyrabiać ciasto, dodając stopniowo mąkę i roztopione masło. Cały czas wyrabiamy, zagniatając ciasto od brzegów do środka. Wyrobione ciasto

przykrywamy i odstawiamy na 20 minut.

Do garnka wlewamy śmietanę i wrzucamy podzieloną na kostki białą czekoladę. Całość podgrzewamy na małym ogniu do rozpuszczenia czekolady.

Maliny posypujemy 4 łyżkami cukru i mieszamy. Używając mrożonych malin, oprószamy je cukrem dopiero po ich rozmrożeniu.

Deskę oprószamy mąką i przekładamy na nią wyrośnięte ciasto. Ciasto lekko rozgniatamy dłonią i delikatnie wałkujemy do uzyskania owalnego kształtu. Ciasto polewamy połową sosu z białej czekolady, na wierzch wysypujemy maliny, pozostawiając część do dekoracji. Ciasto zwijamy w roladę i przekładamy na blachę. Wierzch ciasta delikatnie smarujemy białkiem z 1 jajka.

Nożyczkami nacinamy ciasto na całej roladzie.

Pieczemy przez 45 min w piekarniku rozgrzanym do 180 stopni.

Po upieczeniu wierzch ciasta polewamy pozostałą masą z czekolady i śmietanki. Posypujemy płatkami migdałowymi, malinami i oprószamy cukrem pudrem.

CIASTO MARCHEWKOWE



Autor:
Patrycja Iwaniuk



SKŁADNIKI:

Ciasto:

- 175 ml oleju słonecznikowego
- 175 g cukru trzcinowego
- 3 roztrzepane jajka
- 175 g marchwi startej na tarce (na grubych oczkach)
- 80 g rodzynek (lub żurawiny)
- 50 g grubo zmielonych orzechów włoskich lub innych (dałam też płatki migdałów)
- skórka starta z 1 cytryny
- 175 g mąki (dałam Szymanowską 480)
- 2,5 łyżeczki proszku do pieczenia
- 2 łyżeczki cynamonu
- 1 łyżeczka startej gałki muskatołowej

Glazura:

- 250 g serka mascarpone
- płatki migdałów
- skórka z pomarańczy

PRZYGOTOWANIE:

Olej, cukier i jaja ubijamy na gładką masę, dodajemy mąkę, proszek do pieczenia i przyprawy. Wszystko delikatnie mieszamy, dodajemy marchewkę, rodzyнки lub żurawinę, orzechy włoskie i/lub płatki migdałów, skórkę z cytryny.

Ponownie delikatnie mieszamy wszystkie składniki. Ciasto wylewamy na blaszkę wyłożoną papierem do pieczenia. Pieczemy ok. 60 minut w 180 stopniach.

Na wierzch wystudzonego ciasta można dodać glazurę z serka mascarpone, posypać płatkami migdałów i skórką z pomarańczy.

CIASTO SŁODKA PRZYGODA



Autor:
Sylvia Gajek



SKŁADNIKI:

- 350 ml śmietanki 30%
- 500 g serka mascarpone
- herbatniki
- 2 białe czekolady
- 2 mleczne czekolady
- 3 szkl. płatków Nestle Kangus
+ garść na wierzch

PRZYGOTOWANIE:

Roztapiamy w kąpeli wodnej białe czekolady i lekko studzimy. 200 ml śmietanki ubijamy na sztywno, dodajemy serek mascarpone i miksujemy na wolnych obrotach dolewając powoli ostudzoną białą czekoladę. 3 szkl. kangusów wsypujemy i mieszamy łyżką. Formę wykładamy papierem do pieczenia, układamy herbatniki, następnie rozprowadzamy masę z białą czekoladą i kangusami.

W kąpeli wodnej roztapiamy mleczne czekolady oraz lekko studzimy. Resztę śmietanki około 150 ml ubijamy na sztywno i łączymy z czekoladą.

Polewę z mlecznej czekolady rozprowadzamy na wierzch, następnie rozsypujemy kangusy.

Ciasto wstawiamy do lodówki na ok. 2h i gotowe!

CZEKOLADOWE MUFFINKI Z LUKREM LIMONKOWO- -CYTRYNOWYM

Liczba porcji: 12



Autor:
Lidia Ozimkowska



SKŁADNIKI:

Ciasto:

- 250 g mąki
- 175 g cukru pudru
- 2 łyżki gorzkiego kakao
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 0,5 łyżeczki sody
- 250 ml mleka
- 90 ml oleju
- 1 jajko
- 1 łyżeczka ekstraktu waniliowego
- syrop klonowy
- ewentualne nadzienie np.: truskawki, banany, dżem itp.

Lukier:

- cukier puder
- sok z 1/3 cytryny
- sok z połowy limonki
- liście mięty do dekoracji

PRZYGOTOWANIE:

W jednej misce mieszamy składniki suche, w drugiej misce mokre.

Następnie łączymy składniki sypkie z mokrymi – można wymieszać je ręcznie.

Papilotki do muffinek wypełniamy do $\frac{3}{4}$ wysokości. Jeśli chcemy dodać nadzienie, np. dżem truskawkowy bądź świeżą truskawkę, wypełniamy papilotki do $\frac{1}{2}$ wysokości, dodajemy nadzienie i przykrywamy je masą do $\frac{3}{4}$ wysokości papilotek.

Pieczemy około 20 minut w temperaturze 200 stopni.

Po upieczeniu wyjmujemy babeczki z piekarnika i odstawiamy do wystudzenia. W ostudzone babeczki wbijamy na ok. $\frac{1}{3}$ głębokości muffinki końcówkę małego noża, „odchylamy” ciasto i w powstałą lukę wlewamy odrobinę syropu klonowego.

Babeczki polewamy lukrem przygotowanym z podanych składników.

Dekorujemy listkiem mięty.

DOMOWE BATONY BEZ CUKRU

Liczba porcji: kilkanaście sztuk



Autor:
Joanna Urbaniak



SKŁADNIKI:

- 200 g daktyli
- 40 g migdałów
- 90 g orzechów włoskich
- 90 g orzechów laskowych
- 3 łyżeczki kakao
- szczypta soli
- 35 g wiórków kokosowych
- 2-3 łyżki wody
- ew. szczypta mielonego anyżu

PRZYGOTOWANIE:

Daktyle przecinamy, wyjmujemy z nich pestki i drobno siekamy.

Migdały moczymy w wodzie, a następnie obieramy ze skórki. Jeśli nie chcecie tracić czasu na obieranie, możecie kupić już obrane migdały.

Do malaksiera wkładamy daktyle, wszystkie orzechy, wsypujemy kakao oraz szczyptę soli. Miksujemy do uzyskania gładkiej masy. Dodajemy wiórki kokosowe, wodę oraz anyż i ponownie miksujemy, tym razem tylko do połączenia składników.

Małe naczynie wykładamy folią aluminiową. Szpatułką wykładamy ciasto na folię i dociskamy. Przykrywamy drugim kawałkiem folii i wstawiamy do lodówki.

Batoniki są gotowe do spożycia po około godzinie od wstawienia do lodówki. Wówczas możemy wyjąć masę z lodówki i pokroić w kwadraty.

KAJMAKOWA SZARLOTKA



Autor:
Amanda Ostanówko



SKŁADNIKI:

Ciasto:

- 1,5 szklanki mąki pełnoziarnistej
- 1,5 szklanki mąki pszennej
- 2 łyżki otrębów pszennych
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 1 łyżeczka cynamonu
- szczypta soli
- 2 łyżki cukru wanilinowego
- 80 g cukru brązowego
- 170 g zimnego masła

Nadzienie:

- 2–3 jabłka
- sok z cytryny
- 1 łyżeczka cynamonu
- ok. 5-6 łyżek cukru brązowego
- 3/4 puszki masy kajmakowej
- orzechy włoskie

Oraz:

- cukier puder do posypania
- orzechy włoskie do dekoracji

PRZYGOTOWANIE:

Do miski wysypujemy mąkę, dodajemy proszek do pieczenia, cynamon, sól, cukier wanilinowy, cukier brązowy oraz masło. Całość ugniatamy aż powstanie drobna kruszonka. Dodajemy stopniowo po łyżeczce zimną wodę i łączymy składniki w jednolitą kulę z ciasta krótko zagniatając składniki.

Ciasto dzielimy na 2 części, zawijamy w folię i wkładamy do lodówki na 1 godzinę.

Jabłka obieramy, kroimy na ćwiartki, wyjmujemy gniazda nasienne. Kroimy na cienkie plastry.

Do miski wykładamy masę kajmakową, mieszamy z orzechami.

Piekarnik nagrzewamy do 180 stopni.

Na papierze do pieczenia rozwałkowujemy pierwszą część ciasta, podsypując mąką. Rozwałkowane ciasto przenosimy razem z papierem do formy na tartę ciastem do dołu, odklejamy z góry papier. Ciastem wykładamy spód formy, doklejamy ewentualne brakujące miejsca.

Na spód z ciasta wykładamy masę kajmakową, następnie układamy jabłka. Posypujemy cynamonem, cukrem oraz smarujemy roztopionym masłem.

Pozostałe ciasto ścieramy na tarce, aby powstała kruszonka. Posypujemy wierzch ciasta. Układamy orzechy. Wstawiamy do piekarnika i pieczemy przez około 45-60 minut na złoty kolor. Dekorujemy, kroimy na porcje, studzimy i ze spokojnym sumieniem sięgamy po dokładkę.

KEKS - ĆWIBAK

Liczba porcji: 1 keksówka



Autor:
Katarzyna Gniadek



SKŁADNIKI:

- 5 jajek
- 2 szklanki mąki
- 25 dag masła lub margaryny (polecam Kasię)
- 1 szklanka cukru
- 2 płaskie łyżeczki proszku do pieczenia
- mały cukier waniliowy
- szczypta soli
- bakalie

PRZYGOTOWANIE:

Masło, cukier, cukier waniliowy i sól ucieramy na puszystą masę.

Kolejno dodajemy po jednym jajku i dalej mieszamy. Następnie dodajemy proszek do pieczenia i mąkę.

Na koniec do masy wrzucamy bakalie, całość delikatnie mieszamy.

Wlewamy ciasto do keksówki.

Pieczemy godzinę w temperaturze 180 stopni.

MUFFINKI BANANOWE

Według autorki przepisu muffiny bananowe zawsze się udają, niezależnie od naszych zdolności kulinarnych.



Autor:
Karolina Burtka-Hołdak



SKŁADNIKI:

Składniki suche:

- 1 i 3/4 szklanki mąki
- 3/4 szklanki cukru
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 1 łyżeczka sody
- 1/2 łyżeczki soli
- 100 g posiekanej czekolady
lub kulki czekoladowe

Składniki mokre:

- 1 jajko
- 1/2 szklanki jogurtu
- 1/2 szklanki oleju lub pół kostki
rozpuszczonego masła
- aromat albo cukier waniliowy
- 1 szklanka utartych bananów

PRZYGOTOWANIE:

Wszystkie składniki suche wrzucamy do jednej miski i mieszamy.

Wszystkie składniki mokre wlewamy do jednej miski i mieszamy.

Składniki mokre wlewamy do suchych, mieszamy łyżką do połączenia.

Nakładamy do papilotek i pieczemy w 180 stopniach przez około 25 minut.

Gotowe babeczki wyjmujemy z piekarnika i odstawiamy do wystygnięcia.

ORKISZOWE PANCAKES ZE ŚWIEŻĄ ŻURAWINĄ

Liczba porcji: ok. 20 placuszków



Autor:
Emilia Siekiera



SKŁADNIKI:

Suche:

- 2 szklanki pełnoziarnistej maki orkiszowej
- 0,5 szklanki błyskawicznych płatków owsianych
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia

Mokre:

- 0,5 litra mleka
- 2 łyżki serka homogenizowanego (zamiennie jogurtu)
- 3 jajka
- 1 łyżka miodu
- 1 łyżka oleju kokosowego lub innego (+ dodatkowo do smażenia jeśli patelnia bez powłoki nieprzywieralnej)

Owoce:

- 1 szklanka świeżej żurawiny (zamiennie mogą być inne owoce, również mrożone)
- 1 pomarańcza

PRZYGOTOWANIE:

Do suchych składników dodajemy oddzielone żółtka jaj wraz z resztą mokrych składników. Masę łączymy z żurawiną.

Z białek jaj ubijamy pianę. Całość delikatnie mieszamy.

Na rozgrzaną patelnię kładziemy ciasto w zależności od pożądanej wielkości placków.

Obracamy placki na drugą stronę jak pojawią się pęcherzyki powietrza.

Gotowe pancakes dekorujemy serkiem homogenizowanym lub jogurtem i owocami.

Polecam również w słodszej wersji - z orzechami i masłem orzechowym:

Do ciasta wówczas dodajemy orzechy zamiast owoców. Pancakes przekładamy masłem orzechowym.

Smacznego :) bo dobry dzień zaczyna się od dobrego śniadania :)

CIASTECZKA „CHWILE ZAPOMNIENIA”



Autor:
Artur Gros



SKŁADNIKI:

- 20 dag margaryny lub masła
- 3 jajka
- 20 dag cukru
- 1 (160 g) opakowanie kleiku ryżowego
- wiśnie kandyzowane

PRZYGOTOWANIE:

Ucieramy lub miksujemy tłuszcz z cukrem i żółtkami. Dodajemy kleik ryżowy i dalej miksujemy. Na koniec dodajemy ubitą pianę z białek i delikatnie mieszamy drewnianą łyżką. Formujemy kuleczki i kładziemy na blaszkę wyłożoną papierem do pieczenia. Na środku każdej kulki wciskamy jedną wiśnię kandyzowaną.

Nagrzewamy piekarnik do 180-200 stopni Pieczemy około 15 min., aż ciasteczka będą zarumienione.

TARTA LIMONKOWA

Rozmiar: tortownica 24 cm



Autor:
Urszula Derkowska



SKŁADNIKI:

- ok. 200 g herbatników maślanych
- 50 g masła
- puszka mleka skondensowanego słodzonego
- 300 ml śmietany kremówki 36%
- sok wyciśnięty z 5 limonek
- skórka z 2 limonek

PRZYGOTOWANIE:

Spód:

Wszystkie herbatniki kruszymy (najlepiej mikserem), następnie dłonią ugniatamy je z miękkim masłem na gładką masę.

Powstałą masę przekładamy do okrągłej blaszki (Ø 24 cm) i wylepiamy nią spód. Wkładamy do lodówki na czas przygotowania masy.

Masa:

Limonki dokładnie myjemy i parzymy. Ścieramy z nich skórkę i wyciskamy sok.

Śmietanę kremówkę ubijamy. Gdy będzie już sztywna, wlewamy powoli mleko skondensowane i łączymy ze śmietaną. Dodajemy skórkę i sok z limonek, delikatnie mieszamy.

Gotową masę przelewamy na ciasteczkowy spód i wstawiamy do lodówki na kilka godzin.

TARTA OREO

Niewymagająca pieczenia tarta, której podstawowym składnikiem są uwielbiane przez wielu ciasteczka Oreo.

Rozmiar: tortownica 23 cm



Autor:
Anna Kozica



SKŁADNIKI:

- 400 g ciastek Oreo
- 3 łyżki masła
- 0,5 kg serka mascarpone
- 100 g (tabliczka) białej czekolady
- masło orzechowe
- maliny

PRZYGOTOWANIE:

Ciastka kruszymy, rozdrabniamy blenderem. Dodajemy masło i dłonią zagniatamy na gładką masę.

Przygotowaną masą wykładamy tortownicę o średnicy 23 cm, wkładamy do zamrażarki na 10-15 minut lub do lodówki na 2-3 godziny.

Białą czekoladę rozpuszczamy w kąpieli wodnej, studzimy. Wystudzoną miksujemy razem z serkiem mascarpone.

Wyjmujemy z zamrażarki przygotowany spód, smarujemy cienką warstwą masła orzechowego.

Na wierzch wykładamy masę z mascarpone i czekolady.

Dekorujemy świeżymi malinami i listkiem mięty.

TORCIK Z TRUSKAWKAMI

Rozmiar: tortownica 15-18 cm



Autor:
Sylvia Gers



SKŁADNIKI:

Biszkopt:

- 3 jajka
- ½ szklanki mąki ziemniaczanej
- ¼ szklanki mąki pszennej
- ½ łyżeczki proszku do pieczenia
- ¾ szklanki cukru
- łyżka octu lub sok z ½ cytryny

Krem:

- ½ litra śmietanki 36%
- ¾ szklanki cukru pudru

Do nasączenia:

- woda truskawkowa z łyżeczką spirytusu

PRZYGOTOWANIE:

Biszkopt:

Ubijamy pianę z białek, dodajemy cukier i miksujemy na lśniąca i sztywną masę. Żółtka, ocet i proszek do pieczenia mieszamy w osobnej miseczce i dodajemy do ubitej piany.

Na koniec dodajemy przesianą mąkę i delikatnie mieszamy. Pieczemy ok. 30-40 minut w 170-180 stopniach.

Po wyjęciu ciasta z piekarnika rzucajmy nim o blat – mocno, by powietrze uszło. Wówczas biszkopt nie opadnie. Odstawiamy ciasto do wystudzenia.

Krem:

Ubijamy śmietanę. Jak będzie już nabierała gęstości, dodajemy cukier i ubijamy, aż masa będzie sztywna. Należy jednak uważać, żeby jej nie przebić!

Złożenie ciasta:

Przekrawamy biszkopt na 3 placki. Nasączamy pierwszy placek, nakładamy 1/3 bitej śmietany i układamy truskawki. Następnie nasączamy drugi placek, powtarzamy czynność. Kładziemy trzeci placek, wierzch nasączamy i smarujemy bitą śmietaną, dekorujemy według uznania.

TORT CZARNY LAS

Poza sezonem zamiast świeżych owoców do tortu można wykorzystać wiśnie mrożone. Boki tortu można pokryć bitą śmietaną, jednak należy wówczas zwiększyć ilość śmietanki o 250 ml.



Autor:
Sylwia Gers



SKŁADNIKI:

Biskopt kakaowy:

- 7 jajek
- 1 szklanka cukru
- 2/3 szklanki gorzkiego kakao
- 2/3 szklanki mąki pszennej tortowej

Przełożenie:

- 340 g konfitury wiśniowej
- 4-5 łyżek likieru wiśniowego
- ok. 700 g wydrylowanych świeżych wiśni lub czereśni, poza sezonem mrożonych

Bitą śmietana:

- 750 ml mocno schłodzonej śmietanki kremowej 30% lub 36%
- 1/4 szklanki cukru
- 2 łyżeczki żelatyny

Dekoracja:

- ok. 50 g gorzkiej czekolady
- czereśnie lub wiśnie z szypułkami

TORT CZARNY LAS cd.



Autor:
Sylvia Gers



PRZYGOTOWANIE:

Biszkopt:

Dno tortownicy z odpinaną obręczą o średnicy 24 cm wykładamy papierem do pieczenia. Boków niczym nie smarujemy ani nie obsypujemy. Kakao mieszamy z mąką i dwukrotnie przesiewamy. Piekarnik nagrzewamy do 170 stopni.

Oddzielamy żółtka od białek. Białka ubijamy na małych obrotach miksera przez około 2 minuty, aż się spenią. Stopniowo zwiększając obroty miksera, dodajemy łyżkami cukier. Białka ubijamy na wysokich obrotach miksera przez kilka kolejnych minut, aż będą sztywne i błyszczące. Wciąż ubijając dodajemy po łyżce wymieszane żółtka (dodajemy kolejną porcję, gdy poprzednia ubije się już z białkami).

Dodajemy kakao z mąką (najlepiej w 3 partiach) i mieszamy je bardzo delikatnie z ubitą masą, starając się nie zniszczyć ubitej piany. Im mniej piana opadnie, tym większy i bardziej puszysty będzie biszkopt.

Ciasto wylewamy do formy i wstawiamy do nagrzanego piekarnika. Pieczemy przez 35-40 minut do suchego patyczka. Od razu wyjmujemy biszkopt z piekarnika i energicznie rzucajemy go na blat. Studzimy.

Przełożenie:

Konfiturę mieszamy z alkoholem, owoce drylujemy.

Mrożone wiśnie rozmrażamy.

Odkrawamy boki biszkoptu od formy i wykładamy biszkopt do góry dnem na deskę lub blat wyścielony papierem do pieczenia.

Odklejamy papier z biszkoptu, ostrym nożem przekrawamy biszkopt na 3 blaty.

Bitą śmietaną:

Bardzo zimną śmietankę kremówkę ubijamy z cukrem na sztywną pianę. Na paterze układamy pierwszy blat tortu, odkładamy 2 łyżki konfitury, a resztę dzielimy na 2 części.

Blat smarujemy połową konfitury, układamy połowę owoców i przykrywamy 1/3 ubitej śmietanki. Kładziemy drugi blat, smarujemy konfiturą, wykładamy owoce i 1/3 bitej śmietany. Przykrywamy trzecim blatem, smarujemy odłożonymi dwiema łyżkami konfitury, resztą bitej śmietany, posypujemy wiórkami z czekolady. Dekorujemy świeżymi owocami.

Ciasto wstawiamy do lodówki do czasu podania.

Tort można przygotować dzień przed podaniem.

TORT MAKOWY Z BITĄ ŚMIETANĄ I POMARAŃCZAMI

Tort makowy jest czasochłonny, jednak łatwy w wykonaniu i wart poświęconej pracy.



Autor:
Sylvia Gers



SKŁADNIKI:

Blaty makowe:

- 2 puszki masy makowej
- 6 jajek
- 6 łyżek kaszy manny (lub trochę więcej- to zależy od gęstości masy)
- 1/2 łyżeczki proszku do pieczenia

Przełożenie:

- konfitura pomarańczowa
- 600 ml śmietanki 36% (zimna)
- 4 łyżki cukru pudru
- 1 op. cukru wanilinowego
- opcjonalnie- 2 szt. śmietan-fix lub cream stabilizer
- opcjonalnie likier pomarańczowy wymieszany z konfiturą

Dekoracja:

- 1 pomarańcza
- 4 łyżki stołowe ubitej śmietanki

PRZYGOTOWANIE:

Blaty makowe:

Jajka wyjmujemy wcześniej z lodówki.

Piekarnik nagzewamy do 180 stopni.

Ucieramy żółtka na puszystą masę, oddzielnie ubijamy białka na sztywną pianę.

Masę makową mieszamy z kaszą manną oraz proszkiem do pieczenia. Miksujemy z żółtkami, następnie delikatnie mieszamy z ubitymi białkami.

Wykładamy masę do 3 foremek lub- jeśli mamy tylko jedną- wykładamy 1/3 masy do tej jednej formy. Wstawiamy do piekarnika i pieczemy przez 30 minut. Dokładnie studzimy.

Przełożenie:

Śmietankę ubijamy na sztywno z cukrem pudrem i cukrem wanilinowym. Pod koniec dodajemy stabilizator śmietany (jeśli go używamy). 4 łyżki stołowe ubitej śmietany odkładamy do dekoracji.

Pierwszy blat makowy przekładamy na patere, wykładamy 3-4 łyżki stołowe konfitury i 1/3 kremu. Na wierzchu układamy drugi blat makowy i powtarzamy czynność. Podobnie postępujemy z trzecim blatem.

Dekorujemy według fantazji. Schładzamy przed podaniem.

SERNIK KOKOSOWY

Liczba porcji: duża blacha



Autor:
Piotr Paczkowski



SKŁADNIKI:

Krucze ciasto:

- 250 g mąki pszennej
- 120 g zimnego masła
- 1 żółtko
- 1,5 łyżki kakao
- pół łyżeczki proszku do pieczenia
- 3 łyżki gęstej śmietany

Masa serowa:

- 1 kg twarogu (tłusty lub półtłusty)
- 5 jajek
- 100 g masła
- 1 łyżka likieru kokosowego (może być aromat)
- 1 szklanka cukru pudru
- 250 ml śmietanki kokosowej lub mleka kokosowego
- 1 łyżka mąki ziemniaczanej
- 2 łyżki mąki pszennej
- ok. 120 g wiórków kokosowych

PRZYGOTOWANIE:

Krucze ciasto:

Wszystkie składniki wrzucamy do miski i zagniatamy lub wyrabiamy w robocie kuchennym.

Z ciasta formujemy 2 kule, które owijamy folią spożywczą, spłaszczamy i wkładamy do zamrażarki na 2 godziny.

Masa serowa:

W mikserze ucieramy masło z cukrem na puszystą masę, dodajemy twaróg w małych ilościach, aby masa ładnie się połączyła. Następnie dodajemy jajka, śmietankę lub mleko kokosowe, likier, wiórki i obie mąki.

Do prostokątnej blachy wyłożonej papierem i wysmarowanej masłem ścieramy jedną część kruchego ciasta, wylewamy na to masę serową i ścieramy na górę drugą część ciasta.

Pieczemy w temperaturze 160 stopni przez około 1 godzinę.

Po wystudzeniu posypujemy górę ciasta wiórkami kokosowymi.

CIASTKA Z WITRAŻEM

Liczba porcji: 35 sztuk



Autor:
Joanna Urbaniak



SKŁADNIKI:

- 360 g tortowej mąki pszennej
- 120 g cukru pudru
- 1 opakowanie cukru wanilinowego
- 250 g masła
- 2 łyżki śmietany 18%
- owocowe karmelki (typu „Bon Bon”)

PRZYGOTOWANIE:

1.

Mąkę mieszamy z cukrem wanilinowym oraz cukrem pudrem. Do mąki dodajemy posiekane zimne masło i całość rozcieramy palcami. Dodajemy śmietanę i zagniatamy ciasto. Ciasto należy zagniatą szybko, zimnymi rękoma. Gotowe ciasto chłodzimy przez co najmniej 30 minut w lodówce.

2.

Schłodzone ciasto ponownie krótko zagniatamy i podsypując mąką, rozwałkowujemy na grubość około pół centymetra. Z ciasta wycinamy ciastka z dziurkami na cukierki i układamy je na blaszce do pieczenia. Dodatkowo w każdym ciastku robimy dziurkę na sznurek do zawieszenia na choinkę. W każde ciasteczko wkładamy 1 cukierek lub – jeśli cały cukierek się nie zmieści – wysypujemy grubą warstwą pokruszonych karmelków.

3.

Ciastka pieczemy w temperaturze 180 stopni z termoobiegiem przez około 10-12 minut. Po wyjęciu z piekarnika ciastka zostawiamy na blaszce do całkowitego wystudzenia i zastygnięcia karmelków.

DEKORACJE Z PRECLI

Do precli możemy wykorzystać czekoladę oraz posypki w dowolnych kolorach.



Autor:
Joanna Więckowska



SKŁADNIKI:

- chrupkie precelki
- czekolada
- posypki cukiernicze
- wstążki dekoracyjne

PRZYGOTOWANIE:

Czekoladę rozpuszczamy w kąpieli wodnej.

Precelki układamy na papierze do pieczenia w koło. Następnie po kolei sięgamy po każdy z nich, zanurzamy do połowy w roztopionej czekoladzie i odkładamy na miejsce, zwracając uwagę, by precelki się stykały.

Następnie na utworzonym okręgu układamy drugą warstwę precelków, także maczając je w czekoladzie i formując mniejszy okrąg.

Czekoladę obsypujemy kolorową posypką. Wianuszki możemy ozdobić perełkami lub innymi drobnymi dekoracjami.

Czekamy 10-15 minut, by czekolada zastygła i związała wianek.

Gotowy wianuszek przewiązujemy wstążką i możemy wieszać na choince.

PIERNICZKI Z LUKREM

Liczba porcji: kilkadziesiąt



Autor:
Joanna Więckowska



SKŁADNIKI:

- ½ kg mąki
- 9 łyżek miodu
- 1 szklanka cukru
- 120 g masła
- 1 jajko (żółtko)
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej
- 1 opakowanie przyprawy do pierników

Dodatkowo:

- lukier
- posypki dekoracyjne

PRZYGOTOWANIE:

Miód z masłem, cukrem i przyprawą do piernika gotujemy na wolnym ogniu do rozpuszczenia i uzyskania jednolitej masy. Odstawiamy do ostudzenia.

Mąkę z sodą wysypujemy na blat, dodajemy ostudzoną masę i żółtko jajka, wyrabiamy na jednolite ciasto. Następnie dzielimy ciasto na mniejsze kawałki, rozwałkujemy i wycinamy pożądane kształty.

Pieczemy ok 8-10 minut w 180 stopniach.

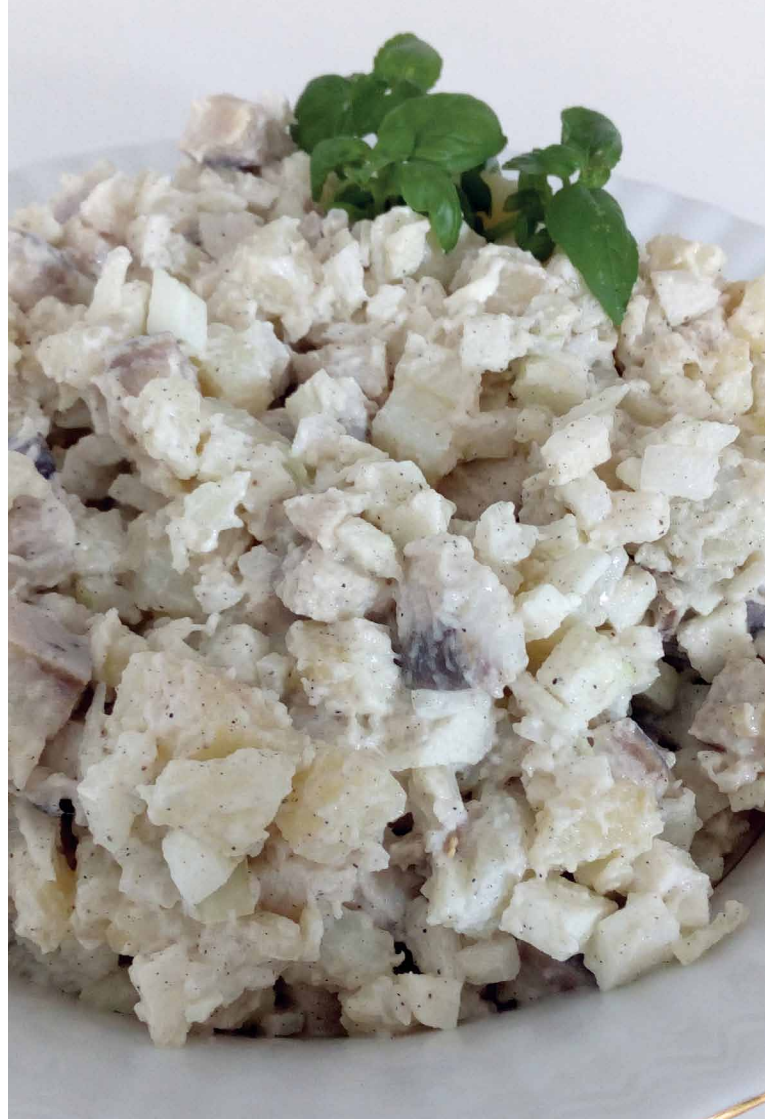
Pierniki kruszeją po około 3 tygodniach.

Po tym czasie bawimy się robieniem świątecznych dekoracji.

SAŁATKA ŚLEDZIOWA



Autor:
Sylvia Gers



SKŁADNIKI:

- 8 średnich ziemniaków
- 6 płatów śledziowych
- 1 jabłko kwaśne
- 1 cebula
- 2-3 łyżki majonezu
- pieprz do smaku

PRZYGOTOWANIE:

Śledzie namaczamy w wodzie przez ok. 2 godziny.

Ziemniaki gotujemy w mundurkach w osolonej wodzie.

Odstawiamy do ostudzenia.

Następnie odsączone śledzie, jabłko i cebulę kroimy w kostkę.

Ziemniaki obieramy ze skóry i kroimy w kostkę.

Wszystko przekładamy do miski, dodajemy majonez, pieprz.

Dokładnie mieszamy.

Sałatki nie należy solić, ponieważ śledzie są słone.

Sałatkę odstawiamy do „przegryzienia się” na około 2 godziny.

SUSZONE POMARAŃCZE

Jeśli mamy mniej czasu na przygotowanie pomarańczy, można suszyć je w piekarniku w temp. ok. 70 stopni.

Liczba porcji: uzależniona od liczby pomarańczy



Autor:
Joanna Urbaniak



SKŁADNIKI:

- pomarańcze
- sznurek wędliniarski
- cynamon w laskach

PRZYGOTOWANIE:

Pomarańcze kroimy w cienkie plastry o grubości maksymalnie pół centymetra. Zbyt grube plasterki będą długo schły i wyglądały mniej atrakcyjnie na choince.

Pomarańcze suszymy na kaloryferach wyłożonych folią aluminiową lub podwójną warstwą papieru do pieczenia. Suszenie na kaloryferze trwa przeciętnie od 2 do 5 dni, dlatego jeśli mamy mało czasu, możemy wysuszyć pomarańcze przez 2-3 godziny w piekarniku rozgrzanym do 70 stopni.

ŚLEDZIE Z CEBULKĄ

Przepis na śledzie w klasycznej odstonie.

Liczba porcji: 10



Autor:
Maciej Bachman



SKŁADNIKI:

- 5-6 filetów śledziowych
- 4 cebule cukrowe
- 8-10 ziaren ziela angielskiego
- 1 łyżka majeranku
- 2 ogórki kiszone
- olej rzepakowy
- ocet jabłkowy

PRZYGOTOWANIE:

Filety śledziowe wkładamy do naczynia, zalewamy wodą i odstawiamy na noc. Następnego dnia osączamy śledzie i kroimy w paski o długości ok. 2-3 cm.

Cebule kroimy w kostkę lub półpiórka.

Ziele angielskie zgniatamy w moździerz i dodajemy do cebuli wraz z majerankiem. Mieszamy.

Połowę cebuli z przyprawami wykładamy na półmisek. Na cebuli układamy śledzie i skrapiamy octem jabłkowym.

Ogórki kiszone kroimy w kostkę, dodajemy do pozostałej cebuli i mieszamy. Wykładamy na śledzie.

Całość zalewamy olejem rzepakowym i wstawiamy do lodówki.

WIGILIJNY KOMPOT Z SUSZU



Autor:
Katarzyna Gniadek



SKŁADNIKI:

- 250g mieszanki suszonych owoców (jabłko, gruszka, śliwka)
- garść rodzynek
- 4 litry wody
- ½ łyżeczki cynamonu mielonego lub 1 laska cynamonu
- 3-4 łyżeczki cukru
- 1-2 łyżki miodu
- 1 pomarańcza (sok)
- 6-8 goździków

PRZYGOTOWANIE:

Owoce wraz z rodzynekami zalewamy zimną wodą i gotujemy na małym ogniu ok 30 minut. Następnie dodajemy cynamon, goździki i cukier – gotujemy pod przykryciem kolejne 30 minut.

Na koniec dodajemy sok z pomarańczy oraz miód.



pekaes.pl

