



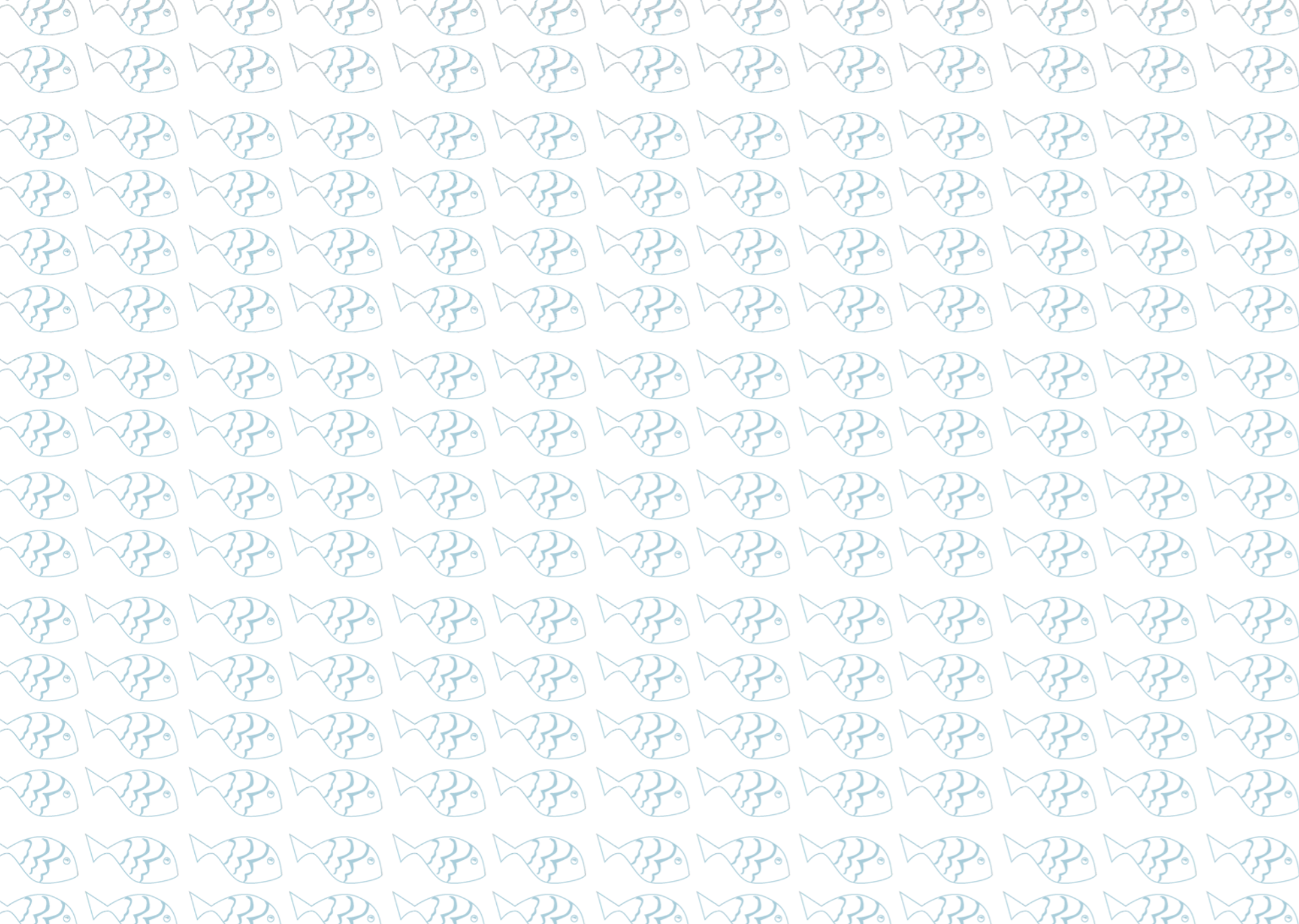
KSIAŻKA KULINARNA

NASZE DZIEDZICTWO KULINARNE – ŁĄCZYMY SMAKI POGRANICZA

*

KUCHÁRSKA KNIŽKA

NAŠE KULINÁRSKE DEDIČSTVO – SPÁJAME CHUTE POHRANIČIA



KSIĄŻKA KULINARNA

NASZE DZIEDZICTWO KULINARNE – ŁĄCZYMY SMAKI POGRANICZA

*

KUCHÁRSKA KNIŽKA

NAŠE KULINÁRSKE DEDIČSTVO – SPÁJAME CHUTE POHRANIČIA



Interreg
Polska-Słowacja

Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego



Spis treści / Obsah

Koło Gospodyń Wiejskich LANDEK / Krúžok dedinských gazdiniek LANDEK

Polędwiczki z gruszkami / Panenka s hruškami

Paprykarz rybny / Rybací paprikáš

Koło Gospodyń Wiejskich ŚWIĘTOSZÓWKA / Krúžok dedinských gazdiniek ŚWIĘTOSZÓWKA

Sfacyzna żniwna / Žatevná svačina

Zupa fasolowa na wędzonce / Fazul'ová polievka s údeninou

Koło Gospodyń Wiejskich MIĘDZYRZECZE GÓRNE / Krúžok dedinských gazdiniek MIĘDZYRZECZE GÓRNE

Polywka / „Polifka“

Faszyrki (kotlety mielone) / Fašírky

Koło Gospodyń Wiejskich GRODZIEC / Krúžok dedinských gazdiniek GRODZIEC

Tatar ze śledzia / Tatarák zo sled'a

Gołąbki z kaszą / Holúbky s kašou

Koło Gospodyń Wiejskich MIĘDZYRZECZE DOLNE / Krúžok dedinských gazdiniek MIĘDZYRZECZE DOLNE

Krupica / Krupica

Gulasz z jelenia / Jelení guláš

Koło Gospodyń Wiejskich RUDZICA / Krúžok dedinských gazdiniek RUDZICA

Zupa rybna / Rybacia polievka

Żeberka w kapuście z pieczonymi ziemniakami / Rebrá v kapuste s pečenými zemiakmi

Koło Gospodyń Wiejskich JASIENICA / Krúžok dedinských gazdiniek JASIENICA

Zupa z kurek / Kuriatková polievka

Ciap kapusta z karczkiem / Pančkraut s krkovičkou

Koło Gospodyń Wiejskich CZECHOWICE-DZIEDZICE GÓRNE / Krúžok dedinských gazdiniek CZECHOWICE-DZIEDZICE GÓRNE

Zrazy z mięsa mielonego / Roládové fašírky

Warkocze z karczku / Vrkoče z krkovičky

Koło Gospodyń Wiejskich IŁOWNICA / Krúžok dedinských gazdiniek IŁOWNICA

Rolada wołowa z kluskami śląskimi, modrą kapustą i sosem / Hovädzia roláda so sliezskými knedličkami, červenou kapustou a omáčkou

Sum pieczony ze szparagami z grilla / Pečený sumec s grilovanou špargľou

Koło Gospodyń Wiejskich BIERY / Krúžok dedinských gazdiniek BIERY

5 Pierogi z mięsem okraszane boczkiem / Mäsové pirohy so slaninou 27

6 Poleweczka (zupa z grzybów leśnych) / „Polievočka“ (polievka z leśných hříbov) 28

Przepisy Gospodyń Wiejskich z Mikroregionu Doliny Terchowskiej / Recepty Dedinských Gazdín z Mikroregiónu Terchovskej Doliny

7 Dolnotrzyńska rolada / Dolnotřížinský závitok 29

8 Kapustnica / Kapustnica 30

Štedrák – placek wigilijny / Štedrák 31

Zupa grzybowa z warzywami i zacierkami / Hubová polievka so zeleninou a mrvenicou 32

9 Odwrócony kotlet z tłuczonymi ziemniakami i sałatką / Obrátený rezeň so zemiakovou 35

10 kašou a miešaným šlátom 35

Szulańce z makiem / Šúl'ance s makom 36

Placek na zsiadłym mleku / Kyškový koláč 38

11 Gniazda os / Osie hniezda 39

12 Bryndzowe haluski / Bryndzové halušky 40

Rolada – strudel / Závin – štrúdl'a 43

Smarowidło ze skwarkami / Ošvarková nátierka 44

13 Osuchy – podplomyki / Osúchy 45

14 Morawskie buchty / Moravské buchty 46

Pagacze ze skwarkami / Ošvarkové pagáče 49

15 Kwaska – danie z ziemniaków i kiszzonej kapusty / Kvaska 50

16 Ciasto z kruszonką / Posýpkový koláč 51

Lisník – ciasto ziemniaczane z pieca / Lisník 52

18 Glgany (kulki / kluski ziemniaczane) / Glgany (Zemiakové guľky / Klusky) 53

Przepisy Szeffa Kuchni Zdenko Kramarčika / Recepty Šéfkuchára Zdenka Kramarčika

Pstrąg – kasza – jabłka – buraki – szczaw / Pstruh – krúpy – jablká – cvikla – šť'aveľ 54

21 Demikat – zupa z bryndzy, świeże grzyby, jeżyny i olej szczypiorkowy / Bryndzový 57

22 demikat, čerstvé dubáky, černice a pažitkový olej 57

Polędwica z jelenia, stodkie ziemniaki, sos śliwkowy / Jelení chrbát, sladký zemiak, 58

slivková omáčka 58

Z przyjemnością oddajemy w Państwa ręce książkę kulinarną „Nasze dziedzictwo kulinarne – łączymy smaki pogranicza”. Powstała ona w ramach realizowanego mikroprojektu „Nasze dziedzictwo kulinarne – łączymy smaki pogranicza” współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Programu Współpracy Transgranicznej INTERREG V-A Polska-Słowacja 2014-2020 oraz z budżetu państwa. Wydanie książki jest efektem współpracy Stowarzyszenia Lokalna Grupa Rybacka Bielska Kraina z partnerem słowackim: Miestna akčná skupina Terchovská dolina. Ideą projektu jest zachowanie tradycji kuchni regionalnej, a także realizacja działań przyczyniających się do zachowania lokalnej tradycji kulinarnej.

Trzeba przyznać, że zorganizowane przez Stowarzyszenie Lokalna Grupa Rybacka Bielska Kraina przy współpracy z partnerem słowackim Miestna akčná skupina Terchovská dolina warsztaty kulinarne połączone z konkursem kulinarnym udowodniły, że regionalna kuchnia polska i słowacka jest smaczna, zdrowa i niejednokrotnie łączy tradycję z nowoczesnością.

Mamy nadzieję, że książka kulinarna pozwoli Państwu rozsmakować się w regionalnych potrawach pogranicza polsko-słowackiego.

Janusz Pierzyna
Prezes Stowarzyszenia
Lokalna Grupa Rybacka Bielska Kraina

Janusz Pierzyna
Predseda Združenia
Lokalna Grupa Rybacka Bielska Kraina





POŁĘDWICZKI Z GRUSZKAMI

Koło Gospodyń Wiejskich LANDEK

Składniki:

- duża polędwiczka wieprzowa • 2 jędrne gruszki • 1 cebula
- 4 szt. goździków • 1 łyżka miodu • ½ szklanki białego wytrawnego wina
- 1 łyżka oliwy • sól • pieprz

Przygotowanie:

Polędwiczkę należy pokroić na plastry ok 2 cm grubości. Lekko rozbić i oprószyć pieprzem i solą. Mięso smażyć na rozgrzanej oliwie, aż będzie złociste, później zdjąć z patelni. Gruszki obrać, usunąć gniazda i pokroić w kostkę. Na tłuszcz ze smażenia mięsa wrzucić drobno posiekaną cebulę i krótko podsmażyć. Dodać owoce, goździki i miód, delikatnie mieszać. Gdy gruszki lekko się podsmażą, dodać wino. Trzymać na ogniu aż płyn wyparuje, a sos zgęstnieje. Dodać płyn zebrany z talerza z mięsem. Doprawić do smaku solą i pieprzem. Podawać na ciepło.

PANENKA S HRUŠKAMI

Kružok dedinských gazdiniek LANDEK

Ingrediencie:

- Veľká bravčová panenka • 2 hrušky • 1 cibuľa • 4 ks klinčekov
- 1 polievková lyžica medu • ½ pohára suchého bieleho vína
- 1 polievková lyžica olivového oleja • soľ • korenie

Spôsob prípravy:

Panenu nakrájame na plátky hrubé cca 2 cm. Zľahka ich vyklepeme a posypeme soľou a korením. Mäso opečieme na rozpálenom olivovom oleji do zlatista, a následne ho zoberieme z panvice. Hrušky ošúpeme, odstránime jadierka a nakrájame na kocky. Nadrobno nakrájanú cibuľu pridáme do tuku z vyprážania mäsa a krátko orestujeme. Za mierneho miešania pridáme ovocie, klinčeky a med. Keď sú hrušky mierne opečené, prilejeme víno. Restujeme na ohni, kým omáčka nez hustne. Následne prilejeme ostatky z taniera, na ktorom bolo mäso. Dochutíme soľou a korením. Podávame, kým je ešte jedlo teplé.





PAPRYKARZ RYBNY

Koło Gospodyń Wiejskich LANDEK

Składniki:

- 1 kg świeżej ryby (karp, karaś)
- 1 świeża papryczka chili
- 3 małe słoiki przecieru pomidorowego
- 1 mały ketchup pikantny
- 1 wędzony pstrąg
- 1 woreczek ryżu
- 4 średnie cebule
- olej
- przyprawy: sól, pieprz, chili, papryka

Przygotowanie:

Oczyścić ryby, posolić je i usmażyć na rozgrzanym oleju. Wystudzone ryby dokładnie obrać z ości, rybę wędzoną również obrać. Na tłuszczu po smažení zeszklić pokrojoną w kostkę cebulę. Ryby, cebulę i wędzoną rybę przemielić na maszynce o grubych oczkach. Ryż ugotować na sypko. W misce połączyć wszystkie składniki, dodać przyprawy do smaku. Włożyć do słoików i pasteryzować około 30 minut.



RYBACÍ PAPRIKÁŠ

Krúžok dedinských gazdiniek LANDEK

Ingrediencie:

- 1 kg čerstvých rýb (kapor, karas)
- 1 čerstvá čili paprička
- 3 malé poháre s paradajkovým pretlakom
- 1 malý pikantný kečup
- 1 údený pstruh
- 1 vrečko ryže
- 4 stredne veľké cibule
- olej
- koreniny: soľ, korenie, čili, paprika

Spôsob prípravy:

Ryby očistíme, osolíme a opečieme na rozpálenom oleji. Vychladené ryby dôkladne vykostíme, rovnako postupujeme aj v prípade údených rýb. Na tuku po restovaní opražíme cibuľu a nakrájame ju na kocky. Rybu, cibuľu a údenú rybu pomelieme na hrubom mlynčeku. Ryžu varíme tak, aby bola sypká. V mise zmiešame všetky ingrediencie, pridáme korenie podľa chuti. Vložíme do pohárov a pasteryzujeme okolo 30 minút.



SFACZYNA ŻNIWNA

Koło Gospodyń Wiejskich ŚWIĘTOSZÓWKA

Sfaczyzna żniwna czyli drugie śniadanie żniwiarzy – swojski grubo krojony chleb (pajdy), masło swojskie ocierane o kromkę, ser słodko-słony, kawa zbożowa, kwaśne mleko lub maślanka (produkty ekologiczne).

ŽATEVNÁ SVAČINA

Krúžok dedinských gazdiniek ŚWIĘTOSZÓWKA

Žatevná svačina je pôvodne desiatou žencov – ide o domáci nahrubo krájaný chlieb, domáce maslo natierané na krajec chleba, sladko-slaný syr, jačmennú kávu, kyslé mlieko alebo cmar (ekologické produkty).





ZUPA FASOLOWA NA WĘDZONCE

Koło Gospodyń Wiejskich ŚWIĘTOSZÓWKA

Składniki:

- 1 kg fasoli czerwonej • 1 kg wędzonych żeberek • czosnek • kminek • sól • pieprz • majeranek • mąka • cebula

Przygotowanie:

Fasolę namoczyć (ok. 3 godzin) w wodzie z kminkiem. Ugotować do miękkości w tej samej wodzie. Osobno ugotować wędzone żeberka. Po ugotowaniu fasolę zmiksować, dodać czosnek, majeranek, sól, pieprz i połączyć z wędzonką. Obrąć mięso z żeberek i dodać do zupy. Cebulę podsmażyć i połączyć z mąką jako zasmażkę. Dodać do zupy i zagotować.

FAZUŁOWÁ POLIEVKA S ÚDENINOU

Krúžok dedinských gazdiniek ŚWIĘTOSZÓWKA

Ingrediencie:

- 1 kg červenej fazule • 1 kg údených rebier • cesnak • rasca • soľ • korenje • majorán • múka • cibuľa

Spôsob prípravy:

Fazuľu namočíme (na cca 3 hodiny) do vody s rascou. V tej istej vode ju varíme domäkka. Údené rebrá uvaríme samostatne. Po uvarení fazuľu rozmixujeme, pridáme cesnak, majorán, soľ, korenje a zmiešame s údeným mäsom. Oddelíme mäso od rebier a pridáme do polievky. Cibuľu opražíme a zmiešame s múkou ako zápražku. Pridáme do polievky a varíme.



POLYWKA

Koło Gospodyń Wiejskich MIĘDZYRZECZE GÓRNE

Składniki:

- 1 żeberko wędzone większe • marchewka • pietruszka • seler mały • 5 ząbków czosnku • 2 liście laurowe • 2 ziele angielskie • 2 litry wody • 1 litr mleka • ugotowane ziemniaki

Przygotowanie:

Do garnka wlewamy wodę. Dodajemy żeberko, warzywa, czosnek, przyprawy i gotujemy do otrzymania intensywnego wywaru. Po ugotowaniu wyjmujemy wszystko z garnka. Mleko zagotowujemy i wlewamy gorące do zupy. Przyprawiamy do smaku solą i pieprzem. Na koniec dodajemy posiekaną pietruszkę lub szczypiorek w zależności co lubimy.

POLIFKA

Krúžok dedinských gazdiniek MIĘDZYRZECZE GÓRNE

Ingrediencie:

- 1 väčšie údené rebro • mrkva • petržlenová vňat' • malý zeler • 5 strúčikov cesnaku • 2 bobkové listy • 2 ks nového korenia • 2 litre vody • 1 liter mlieka • uvarené zemiaky

Spôsob prípravy:

Do hrnca nalejeme vodu. Pridáme rebrá, zeleninu, cesnak, koreniny a varíme, kým nezískame intenzívny vývar. Po uvarení všetko vyberieme z hrnca. Mlieko uvaríme a za horúca ho vlejeme do polievky. Dochutíme soľou a korením. Nakoniec pridáme pokrájanú petržlenovú vňat' alebo pažítku, podľa vlastných preferencií.



FASZYRKI (KOTLETY MIELONE)

Koło Gospodyń Wiejskich MIĘDZYRZECZE GÓRNE

Składniki:

- 0,5 kg karczku mielonego
- 0,5 kg boczku mielonego
- kajzerka mała
- mleko
- 5 cebul
- kucharek
- maggi
- pieprz
- czosnek
- bułka tarta
- jajko
- tłuszcz do smażenia

Przygotowanie:

Kajzerkę namaczamy w mleku i odciskamy. Cebulę kroimy w piórka i smażymy na złoty kolor, a po wystygnięciu mielimy na maszynce na grubych oczkach. Mięso umieszczamy w misce, dodajemy bułkę, cebulę, jajko, wyciśnięty czosnek i przyprawy. Wszystko razem mieszamy ręką i formujemy kotleciki. Na końcu obtaczamy w bułce tartej i smażymy na patelni. Czas smażenia zależy od grubości kotleta.

FAŠÍRKY

Kružok dedinských gazdiniek MIĘDZYRZECZE GÓRNE

Ingrediencie:

- 0,5 kg mletej krkovičky
- 0,5 kg mletej slaniny
- malá kaiserka
- mlieko
- 5 cibuliek
- vegeta
- maggi
- korenine
- cesnak
- strúhanka
- vajčko
- tuk na vyprážanie.

Spôsob prípravy:

Kaiserku namáčame v mlieku a ručne vytlačáme. Cibul'ú nakrájame na polmesiačky a opražíme do zlatista, po vychladnutí pomelieme na hrubom mlynčeku. Mäso vložíme do misy, pridáme zemľu, cibul'ú, vajčko, pretlačený cesnak a koreniny. Všetko spolu ručne premiešame a vytvarujeme fašírky. Nakoniec obalíme do strúhanky a opečieme na panvici. Čas vyprážania závisí od hrúbky fašírky.



TATAR ZE ŚLEDZIA

Koło Gospodyń Wiejskich GRODZIEC

Składniki:

- 250 g śledzia
- 3 ogórki kiszzone
- 1 łyżka musztardy
- 1 cebula czerwona
- 1 łyżka oleju
- mały stoik grzybów marynowanych
- 1 pęczek zielonej pietruszki
- sól
- pieprz cytrynowy

Przygotowanie:

Śledzia drobno posiekać, cebulę, ogórki, grzybki pokroić w drobną kostkę, dodać musztardę, wszystko dokładnie wymieszać. Przyprawić solą i pieprzem cytrynowym. Foremkę lub kubeczek posmarować olejem, napełnić przygotowanym śledziem, wstawić do lodówki na około 1 godzinę. Wyłożyć na talerz i udekorować natką pietruszki.

TATARÁK ZO SLEĎA

Kružok dedinských gazdiniek GRODZIEC

Ingrediencie:

- 250 g sled'a
- 3 kyslé uhorky
- 1 polievková lyžica horčice
- 1 červená cibuľa
- 1 polievková lyžica oleja
- malý pohár nakladaných húb
- 1 zväzok zelenej petržlenovej vňate
- soľ
- citrónové korenine

Spôsob prípravy:

Sled'a nakrájame nadrobno, cibul'ú, uhorky a huby nakrájame na malé kocky, pridáme horčicu a všetko poriadne premiešame. Dochutíme soľou a citrónovým korením. Formu alebo pohár potrieme olejom, naplníme pripraveným sled'om a dáme na cca 1 hodinu do chladničky. Následne vyložíme na tanier a ozdobíme petržlenovou vňat'ou.



GOŁĄBKI Z KASZĄ

Koło Gospodyń Wiejskich GRODZIEC

Składniki:

- 1 główka kapusty ok. 500 g • 500 g łopatki wieprzowej
- 500 g boczku wędzonego • 200 g pieczarek • 400 g kaszy jęczmiennej
- sól • pieprz • czosnek granulowany • maggi • papryka czerwona słodka
- całe pomidory z puszki • koncentrat pomidorowy • kminek

Przygotowanie:

Kapustę ugotować w całości, obrać z liści. Mięso i boczek zmielić, dodać ugotowaną kaszę, podsmażone na oleju pieczarki, przyprawić, a następnie dokładnie wymieszać. Farsz kłaść na listki kapusty i zwinąć. Ułożyć na blaszce. Olej z papryką wymieszać, posmarować gołąbki, przykryć folią i piec w piekarniku nagrzanym do 180 stopni przez 1 godzinę.

HOLÚBKÝ S KAŠOU

Krúžok dedinských gazdiniek GRODZIEC

Ingrediencie:

- 1 hlávka kapusty – cca 500 g • 500 g bravčového plecka
- 500 g údenej slaniny • 200 g šampiňónov • 400 g jačmenných krúp
- soľ • korenie • granulovaný cesnak • maggi • sladká červená paprika
- paradajky v konzerve • paradajkový koncentrát • rasca

Spôsob prípravy:

Kapustu uvaríme vcelku, listy ošúpeme. Mäso a slaninu pomelieme, pridáme uvarené krúpy, šampiňóny opražené na oleji, okoreníme, a následne dôkladne premiešame. Plnku kladieme na kapustné listy, a následne ich zrolujeme. Takto pripravené „holúbky“ kladieme na plech. Zmiešame olej s paprikou, a následne tým potrieme „holúbky“, prikryjeme ich alobalom a dáme piecť do rúry vyhriatej na 180 stupňov na 1 hodinu.



KRUPICA

Koło Gospodyń Wiejskich MIĘDZYRZECZE DOLNE

Składniki:

- 1 kg krupicy • 3 litry wody • boczek wędzony

Przygotowanie:

Do gotującej się osolonej wody wsypać krupicę i gotować do miękkości. Podawać na ciepło z wcześniej usmażonym wędzonym boczkiem lub szpyrkami.

KRUPICA

Krúžok dedinských gazdiniek MIĘDZYRZECZE DOLNE

Ingrediencie:

- 1 kg krupice • 3 litre vody • údená slanina

Spôsob prípravy:

Krupicu vsypeme do vriacej osolenej vody a varíme do zmäknutia. Podávame ako teplé jedlo s údenou slaninou, ktorú predtým opražíme.



GULASZ Z JELENIA

Koło Gospodyń Wiejskich MIĘDZYRZECZE DOLNE

Składniki:

- 1 kg mięsa z jelenia (bez kości) • 2 łyżki smalcu • 2 średnie cebule
- 2 ząbki czosnku • przyprawa do dziczyzny • sól • pieprz • kminek
- jałowiec (ziarna) • liść laurowy • ziele angielskie • słodka papryka
- 2 łyżki mąki pszennej

Przygotowanie:

Cebulę zeszklić na smalcu. Umyte i pokrojone w kostkę mięso obsmażyć na rozgrzanym tłuszczu. Dodać przyprawy i dusić pod przykryciem do miękkości. Przygotowaną potrawę zagęścić niewielką ilością zawiesiny z mąki pszennej i wody. Zagotować, doprawić do smaku. Podawać na gorąco z pieczywem, kaszą lub ziemniakami.

JELENÍ GULÁŠ

Krúžok dedinských gazdiniek MIĘDZYRZECZE DOLNE

Ingrediencie:

- 1 kg jelenieho mäsa (vykosteného) • 2 polievkové lyžice masti
- 2 stredne veľké cibule • 2 strúčiky cesnaku • koreniny na divinu • soľ
- korenie • rasca • borievka (zrná) • bobkový list • nové korenie
- sladká paprika • 2 polievkové lyžice pšeničnej múky

Spôsob prípravy:

Na masti opečieme cibuľu. Umyté a na kocky nakrájané mäso opražíme na rozpálenom tuku. Pridáme koreniny a pod pokriekou dusíme domäkka. Pripravené jedlo zahustíme malým množstvom zmesi z pšeničnej múky a vody. Povaríme a dochutíme. Podávame ako horúce jedlo s pečivom, krupicou alebo zemiakmi.



ZUPA RYBNA

Koło Gospodyń Wiejskich RUDZICA

Składniki:

- 3-4 grzbiety karpia • 2-3 kawałki z ryby • woda • 2 średnie marchewki
- 2 średnie pietruszki • 1 mały seler • 1 cebula • 1 listek laurowy
- 3-4 ziarenka ziela angielskiego • 150 ml śmietany • sól • pieprz
- opcjonalnie trochę kiszzonej kapusty w celu lekkiego zakwaszenia zupy

Przygotowanie:

Wszystkie składniki oprócz cebuli umieszczamy w garnku i gotujemy na wolnym ogniu (tak jak rosół). Cebulę opalamy nad palnikiem lub na suchej patelni i dodajemy po zagotowaniu zupy. Gotujemy do miękkości warzyw i ryby. Całość odcedzamy na durszlaku. Usuwamy kości i całość przecieramy przez sito (można starannie obrać rybę i blendować). Łączymy z rosółem, lekko zakwaszamy octem (lub dodajemy wywaru z kiszzonej kapusty, można dodać również zblendowaną kapustę). Całość ponownie zagotowujemy i zabelamy zahartowaną śmietaną. Ilość przetartych warzyw i mięsa ryby powinna dać odpowiednią konsystencję zupy, jeśli zbyt rzadka, do śmietany dodajemy łyżkę mąki. Doprawiamy solą i pieprzem. Podajemy z grzankami.

RYBACIA POLIEVKA

Krúžok dedinských gazdiniek RUDZICA

Ingrediencie:

- 3-4 kaprové chrbty • 2-3 kúsky z ryby • voda • 2 stredne veľké mrkvy
- 2 stredne veľké petržlenové vňate • 1 malý zeler • 1 cibuľa
- 1 bobkový list • 3-4 zrnká nového korenia • 150 ml smotany • soľ
- korenie • prípadne aj trochu kyslej kapusty na mierne okyslenie polievky

Spôsob prípravy:

Všetky suroviny okrem cibule vložíme do hrnca a varíme na miernom ohni (tak ako vývar). Cibuľu opálime na horáku alebo suchej panvici a pridáme ju po uvarení polievky. Zeleninu a ryby varíme do mäkka. Následne všetko odcedíme. Odstránime kosti a zvyšok pretlačíme cez sitko (rybu môžeme opatrne ošúpať a rozmixovať). Spojíme s vývarom, pridáme malú porciu octu (alebo dolejeme vývar z kyslej kapusty, a môžeme pridať aj rozmixovanú kapustu). Všetko opäť prevaríme a pridáme pripravenú smotanu. Množstvo pretlačenej zeleniny a rybacieho mäsa by malo dodať polievke správnu konzistenciu, ale ak je polievka príliš riedka, pridáme do smotany ešte lyžicu múky. Dochutíme soľou a korením. Podávame s krutónmi.



ŻEBERKA W KAPUŚCIE Z PIECZONYMI ZIEMNIAKAMI

Koło Gospodyń Wiejskich RUDZICA

Składniki:

- 1,5 kg żeberek • 2 cebule • 2 ząbki czosnku • kilka suszonych śliwek (5-6)
- 50 g suszonych grzybów • 150 g wędzonego boczku
- 0,6 kg kiszzonej kapusty • 1 łyżka majeranku
- 1 łyżeczka kminku mielonego • sól • pieprz do smaku
- smalec do smażenia (lub olej)

Przygotowanie:

Grzybki wcześniej namoczyć w niewielkiej ilości wody. Żeberka pokroić na kawałki, posolić, popieprzyć i obsmażyć ze wszystkich stron. Boczek pokroić w kostkę i smażyć, dodać posiekaną cebulę (pokrojoną w kostkę lub piórka). Gdy cebula się zeszkli dodać czosnek przeciśnięty przez praskę, smażyć 2 minuty i dodać odcisniętą i pokrojoną drobno kapustę (kapustę można przelać wodą, żeby nie była zbyt kwaśna), dodać pokrojone śliwki i grzyby oraz majeranek i kminek. Dobrze wymieszać i smażyć ok 10 minut.

Przygotować większe naczynie (brytfanna lub naczynie żaroodporne). Ułożyć warstwę żeberek, można posypać słodką papryką, na to warstwę kapusty, znowu warstwę żeberek i na wierzch kapustę. Przykryć naczynie i piec w piekarniku ok. 2 godzin w temperaturze 180 stopni.

Ziemniaki pieczone: 500-600 g niedużych ziemniaków umyć, obrać. Pokroić w połówki, posolić, polać odrobiną oleju i ułożyć na wierzchu w brytfance z kapustą. Po dwóch godzinach pieczenia odkryć pokrywkę i ponownie włożyć do piekarnika na 20 minut, by ziemniaki się zrumieniły.

REBRÁ V KAPUSTE S PEČENÝMI ZEMIAKMI

Krúžok dedinských gazdiniek RUDZICA

Ingrediencie:

- 1,5 kg rebier • 2 cibule • 2 strúčiky cesnaku • niekoľko sušených sliviek (5-6)
- 50 g sušených húb • 150 g údenej slaniny
- 0,6 kg kyslej kapusty • 1 polievková lyžica majoránu
- 1 čajová lyžička mletej rasce • soľ • korenie podľa chuti
- masť na vyprážanie (alebo olej)

Spôsob prípravy:

Huby pred prípravou namočíme do malého množstva vody. Rebierka nakrájame na kúsky, osolíme, okoreníme a opečieme zo všetkých strán. Slaninu nakrájame na kocky a orestujeme, pridáme nakrájanú cibuľu (na kocky alebo polmesiačky). Keď je cibuľa opražená do zlatista, pridáme pretlačený cesnak, 2 minúty restujeme a pridáme scedenú a nadrobno nakrájanú kapustu (kapustu môžeme preliať vodou, aby nebola príliš kyslá), následne pridáme nakrájané slivky a huby, majorán a rascu. Všetko dobre premiešame a pražíme okolo 10 minút.

Prípravíme si väčšiu nádobu (brytfannu alebo pekáč). Uložíme vrstvu rebier, môžeme ju posypať sladkou paprikou, na to položíme vrstvu kapusty, opäť vrstvu rebier a navrch položíme kapustu. Pekáč prikryjeme a pečieme v rúre okolo 2 hodín pri teplote 180 stupňov.

Pečené zemiaky: 500-600 g nevelkých zemiakov umyjeme a ošúpeme. Nakrájame na polovice, osolíme, pokvapkáme trochou oleja a poukladáme navrch v pekáči s kapustou. Po dvoch hodinách pečenia odokryjeme veko a opäť vložíme do rúry na 20 minút, aby sa zemiaky upiekli dohneda.



ZUPA Z KUREK

Koło Gospodyń Wiejskich JASIENICA

Składniki:

- 1 marchewka • 2 pietruszki • kawałek selera • 30-40 g kurek • masło
- cebula • śmietana • koperek • sól • pieprz

Przygotowanie:

Ugotować wywar z warzyw (marchewka, pietruszka i seler). 30-40 dkg kurek podsmażyć na maśle z cebulą, dodać do wywaru. Zupę zabielić śmietaną, doprawić solą i pieprzem. Posypać koperkiem. Najlepiej podawać z ziemniakami.

KURIATKOWÁ POLIEVKA

Krúžok dedinských gazdiniek JASIENICA

Ingrediencie:

- 1 mrkva • 2 petržlenové vřate • kúsok zeleru • 30-40 g kuriatok • maslo
- cibuľa • smotana • kôpor • soľ • korenje

Spôsob prípravy:

Uvaríme vývar zo zeleniny (mrkva, petržlen a zeler). Na masle s cibuľou opražíme 30-40 dkg kuriatok a pridáme ich do vývaru. Do polievky pridáme smotanu, dochutíme ju soľou a korením. Posypeme kôprom. Podávame ideálne so zemiakmi.



CIAP KAPUSTA Z KARCZKIEM

Koło Gospodyń Wiejskich JASIENICA

Składniki:

- Kapusta: • ½ kg kiszzonej kapusty • 2-3 ziemniaki
- 30 g boczku wędzonego • cebula • sól • pieprz
- Karczek: • 70-80 dkg karczku • sól • czosnek
- słodka papryka • kminek • olej

Przygotowanie:

Kapusta: ½ kg kiszzonej kapusty ugotować. Do ugotowanej kapusty dodać 2-3 ugotowane, lekko pogniecione widelcem ziemniaki, 30 dkg boczku wędzonego wysmażonego na skwarki, dodać cebulę, doprawić solą i pieprzem.

Karczek: 70-80 dkg karczku natrzeć solą, czosnkiem, słodką papryką, kminkiem, trochę oliwą. Zostawić na pół godziny, a następnie upiec w piekarniku do miękkości.

„PANČKRAUT” S KRKOVIČKOU

Krúžok dedinských gazdiniek JASIENICA

Ingrediencie:

- Kapusta: • ½ kg kyslej kapusty • 2-3 zemiaky
- 30 g údenej slaniny • cibuľa • soľ • korenje
- Krkovička: • 70-80 dkg krkovičky • soľ • cesnak
- sladká paprika • rasca • olej

Spôsob prípravy:

Kapusta: Uvaríme ½ kg kyslej kapusty. Do uvarenej kapusty pridáme 2-3 uvarené zemiaky, ktoré zľahka popučíme vidličkou, 30 dkg údenej slaniny opečenej na škvarky, pridáme cibuľu, ochutíme soľou a korením.

Krkovička: 70-80 dkg krkovičky potrieme soľou, cesnakom, sladkou paprikou, rascou a trochou olivového oleja. Necháme odstáť na pol hodiny a potom upečieme v rúre do mäkka.





ZRAZY Z MIĘSA MIELONEGO

Koło Gospodyń Wiejskich CZECHOWICE-DZIEDZICE GÓRNE

Składniki:

- 500-700 g mięsa mielonego (wołowego lub wieprzowego)
- 200 g boczku wędzonego • mały por • średnia cebula czerwona
- kiszzone ogórki • ostra musztarda • majeranek • sól • pieprz • mąka
- ziele angielskie • liść laurowy • grzybki suszone • tłuszcz

Przygotowanie:

500-700 g mięsa mielonego posolić, popieprzyć i wymieszać. 200 g boczku wędzonego, mały por, średnią cebulę czerwoną, kiszzone ogórki drobno posiekać, dodać ostrej musztardy, majeranku, sól i pieprz i wszystko wymieszać. W ten sposób otrzymujemy farsz do zrazów.

Z mięsa formujemy cienkie placki i do środka nakładamy farsz, lepimy robiąc kule, a potem lekko je spłaszczamy, obtaczamy w mące i obsmażamy na tłuszczu z obu stron.

Dolewamy 0,5 l bulionu, dodajemy ziele angielskie, liść laurowy, grzybki suszone – dusimy 0,5 h. Na koniec odrobinę tłuszczu, zasmażkę z cebuli i 1 łyżki mąki dodajemy do zrazów. Jeżeli wyjdzie mało sosu dodajemy wodę i chwilę gotujemy. Podajemy z ziemniakami i dowolną surówką.

ROLÁDOVÉ FAŠÍRKY

Kružok dedinských gazdiniak CZECHOWICE-DZIEDZICE GÓRNE

Ingrediencie:

- 500-700 g mletého mäsa (hovädzieho alebo bravčového)
- 200 g údenej slaniny • malý pór • stredne veľká červená cibuľa
- kyslé uhorky • pikantná horčica • majorán • soľ • korenie • múka
- nové korenie • bobkový list • sušené huby • tuk

Spôsob prípravy:

500-700 g mletého mäsa osolíme, okoreníme a premiešame. 200 g údenej slaniny, malý pór, stredne veľkú červenú cibuľu, kyslé uhorky nakrájame nadrobno, pridáme pikantnú horčicu, majorán, soľ a korenie, a všetko premiešame. Takto získame plnku do roládových fašírok.

Z mäsa vytvarujeme tenké placky – do nich vložíme plnku, zlepíme ich do tvaru gule, a následne ich mierne sploštíme, obalíme v múke a opečieme na tuku z oboch strán.

Zalejeme bujónom (0,5 l), pridáme nové korenie, bobkový list, sušené huby a dusíme 0,5 hodiny. Nakoniec do rolád pridáme trochu tuku, cibulovú zápražku a 1 polievkovú lyžicu múky. Ak je omáčky príliš málo, prilejeme vodu a necháme chvíľu povariť. Podávame so zemiakmi a ľubovoľným zeleninovým šalátom.

WARKOCZE Z KARCZKU

Koło Gospodyń Wiejskich CZECHOWICE-DZIEDZICE GÓRNE

Składniki:

KARCZEK: • 1 kg karczku (ok. 8 plasterów) • sól • pieprz • musztarda
SAŁATKA Z WODĄ GAZOWANĄ: • 1 kg kapusty • 2 cebule • 3 kolorowe papryki • 1 szklanka oleju
• 1 szklanka cukru • ¾ szklanki oleju • 1 i ½ łyżki soli • koperek • 1 l wody gazowanej

Przygotowanie:

Karczek: 1 kg karczku (ok. 8 plasterów) zabajcować w soli, pieprzu, musztardzie. Pozostawić przez noc w lodówce, następnie każdy plaster naciąć, tak żeby spleść warkocz, a na końcu spiąć wykałaczką. Dusić do miękkości. Podawać z ziemniakami i sałatką.

Sałatka z wodą gazowaną: kapustę, cebulę, papryki pokroić drobno, dodać resztę składników, wszystko razem wymieszać i gotowe.

VRKOČE Z KRKOVIČKY

Kružok dedinských gazdiniek CZECHOWICE-DZIEDZICE GÓRNE

Ingrediencie:

KRKOVIČKA: • 1 kg krkovičky (cca 8 plátkov) • soľ • korenie • horčica
ŠALÁT S PERLIVOU VODOU: • 1 kg kapusty • 2 cibule • 3 farebné papriky • 1 pohár oleja
• 1 pohár cukru • ¾ pohára oleja • 1,5 polievkovej lyžice soli • kôpor • 1 liter perlivej vody

Spôsob prípravy:

Krkovička: 1 kg krkovičky (cca 8 plátkov) napacujeme soľou, korením, horčicou a necháme odstáť na noc v chladničke, následne narežeme každý plátek tak, aby sme mohli zaplietť vrkoč, a na konci ho pripevníme špáradlom. Dusíme do mäkka. Podávame so zemiakmi a šalátom.

Šalát s perlivou vodou: kapustu, cibuľu a papriky nadrobno nakrájame, pridáme ostatné suroviny, všetko spolu premiešame a máme hotové.





ROLADA WOŁOWA Z KLUSKAMI ŚLĄSKIMI, MODRĄ KAPUSTĄ I SOSEM

Koło Gospodyń Wiejskich IŁOWNICA

Składniki:

- Składniki na rolady: • 1 kg mięsa wołowego • 30 dkg boczku
• 30 dkg kiełbasy • 2 cebule • 4 ogórki kiszane • 2 marchewki
Składniki na kluski śląskie: • 1 kg ziemniaków • 1 jajko
• 20 dkg mąki ziemniaczanej
Składniki na modrą kapustę: • 1 kapusta • 2 cebule • 2 jabłka
• żurawina • olej • sól • pieprz • ocet • cukier

Przygotowanie:

Rolada: mięso wołowe pokroić na plastry, rozbić, posmarować musztardą, posolić, popieprzyć, ułożyć paski z boczku, kiełbasy, cebuli, ogórka, marchewki, następnie zwinąć i dusić 1,5 godziny.

Kluski śląskie: ugotowane ziemniaki przepuścić przez maszynkę, dodać 1 jajko, mąkę ziemniaczaną, wyrobić i formować kulki, na środku zrobić dziurkę.

Modro kapusta: modrą kapustę poszatkować, ugotować w osolonej wodzie, odcedzić, dodać drobno krojoną cebulę, starte jabłko, żurawinę, przyprawić octem, solą, pieprzem, cukrem, dodać olej i wymieszać.

Powstały sos z rolad zabielić śmietaną, dodać czerwone wino.

HOVÄDZIA ROLÁDA SO SLIEZSKYMI KNEDLIČKAMI, ČERVENOU KAPUSTOU A OMÁČKOU

Krúžok dedinských gazdiniek IŁOWNICA

Ingrediencie:

- Ingrediencie na rolady: • 1 kg hovädzieho mäsa • 30 dkg slaniny
• 30 dkg klobásy • 2 cibule • 4 kyslé uhorky • 2 mrkvy
Ingrediencie na sliezske knedličky: • 1 kg zemiakov • 1 vajce
• 20 dkg zemiakovej múky
Ingrediencie na červenú kapustu: • 1 kapusta • 2 cibule • 2 jablká
• brusnice • olej • soľ • korenie • ocot • cukor

Spôsob prípravy:

Roláda: hovädzie mäso nakrájame na plátky, vyklepeme, potrieme horčicou, osolíme, okoreníme, poukladáme prúžky slaniny, klobásy, cibule, uhorky, mrkvy, následne zrolujeme a dusíme 1,5 hodiny.

Sliezske knedličky: uvarené zemiaky pomelieme mlynčekom, pridáme 1 vajíčko, zemiakovú múku, vyformujeme guľky a v strede urobíme jamku.

Červená kapusta: červenú kapustu nakrájame, uvaríme v osolenej vode, scedíme, pridáme nadrobno nakrájanú cibuľu, nastrúhané jablko, brusnice, ochutíme octom, soľou, korením, cukrom, pridáme olej a premiešame.

Do omáčky z rolád pridáme smotanú a červené víno.



SUM PIECZONY ZE SZPARAGAMI Z GRILLA

Koło Gospodyń Wiejskich IŁOWNICA

Składniki:

- sum
- przyprawa do ryb
- rozmaryn
- szparagi
- przyprawa do grilla
- sól
- pieprz

Przygotowanie:

Rybę oczyścić, zasolić, doprawić przyprawą do ryb, rozmarynem, zostawić do następnego dnia. Na drugi dzień upiec.

Szparagi oczyścić, przyprawić przyprawą do grilla, solą i pieprzem i ugrillować.

PEČENÝ SUMEC S GRILOVANOU ŠPARGLOU

Krúžok dedinských gazdiniek IŁOWNICA

Ingrediencie:

- sumec
- korenie na ryby
- rozmarín
- špargľa
- korenie na grilovanie
- soľ
- korenie

Spôsob prípravy:

Rybu očistíme, osolíme, okoreníme korením na ryby a rozmarínom, a necháme odstáť do druhého dňa. Na druhý deň upečieme.

Špargľu očistíme, ochutíme korením na grilovanie, soľou, korením a ugrilujeme.



PIEROGI Z MIĘSEM OKRASZANE BOCZKIEM

Koło Gospodyń Wiejskich BIERY

Składniki:

- Ciasto na pierogi: • 1 kg mąki • 1 szklanka ciepłej wody • 1 jajko
Farsz: • 1 kg mięsa mielonego • 1 cebula • 2 jajka • sól • pieprz

Przygotowanie:

Farsz: mięso poddusić z cebulą, do ostudzonego mięsa dodać jajka, wyrobić, doprawić solą i pieprzem.

Ciasto na pierogi: Wszystkie składniki umieścić w misce, ciasto zarobić dodając ciepłej wody. Rozwałkować i sklejać pierogi w środku umieszczając farsz. Gotować w osolonej wodzie (4-5 min.). Podawać z usmażonym boczkiem.

MÄSOVÉ PIROHY SO SLANINOU

Krúžok dedinských gazdiniek BIERY

Ingrediencie:

- Cesto na pirohy: • 1 kg múky • 1 pohár teplej vody • 1 vajčko
Plnka: • 1 kg mletého mäsa • 1 cibuľa • 2 vajička • soľ • korenie

Spôsob prípravy:

Plnka: Mäso podusíme s cibuľkou, k vychladnutému mäsu pridáme vajička, zamiesime, ochutíme soľou a korením.

Cesto na pirohy: Všetky ingrediencie vložíme do misy a s pridaním teplej vody vymiesime cesto. Pirohy rozvalkáme a zlepíme tak, aby sa v ich strede nachádzala plnka. Varíme v osolenej vode (4-5 minút). Podávame s opraženou slaninkou.



POLEWECZKA (zupa z grzybów leśnych)

Koło Gospodyń Wiejskich BIERY

Składniki:

- 1 kg grzybów leśnych • 3 litry wody • cebula • seler • por • pietruszka • 0,5 litra śmietany 30%

Przygotowanie:

Grzyby pokroić, poddusić na maśle z cebulą. Ugotować wywar z warzyw – zmiksować. Wszystkie składniki połączyć i gotować do miękkości. Zabielić śmietaną, doprawić do smaku solą i pieprzem. Posypać pietruszką zieloną lub koperkiem.

„POLIEVOČKA” (polievka z lesných hríbov)

Kružok dedinských gazdiniek BIERY

Ingrediencie:

- 1 kg lesných húb • 3 litre vody • cibuľa • zeler • pór • petržlenová vňat' • 0,5 litra smotany (30%)

Spôsob prípravy:

Huby nakrájame a podusíme na masle s cibuľou. Uvaríme zeleninový vývar a zmiešame. Všetky ingrediencie zmiešame a varíme do mäkka. Pridáme smotanu, dochutíme soľou a korením. Posypeme petržlenovou vňat'ou alebo kôprom.



PRZEPISY GOSPODYŃ WIEJSKICH Z MIKROREGIONU DOLINY TERCHOWSKIEJ

RECEPTY DEDINSKÝCH GAZDÍN Z MIKROREGIÓNU TERCHOVSKEJ DOLINY

DOLNOTYŽYŃSKA ROLADA

Składniki:

- 1,5 kg karkówki wieprzowej • 1 kg kapusty kiszzonej • 0,5 kg boczku wędzonego • 2 łyżki smalcu wieprzowego • 1 większa cebula • 2 łyżki mąki tortowej • sól • pieprz • kminek • 2 kg ziemniaków • masło • szczypiorek

Przygotowanie:

Kapustę kiszoną wypłukać według potrzeby. Boczek pokroić w kostkę i podsmażyć. Dodać pokrojoną cebulę, podsmażyć, następnie dodać kapustę kiszoną, doprawić i podsmażyć z solą, pieprzem i kminkiem. Pozostawić do ostygnięcia.

Karkówkę pokroić w plastry, osuszyć z każdej strony, doprawić solą i pieprzem. Na każdym plastrze położyć kapustę i zwinąć roladki. Obsmażyć z każdej strony na smalcu, ułożyć w brytfannie, podlać bulionem i wstawić do piekarnika na 30 minut. Sos zagęścić mąką, chwilę pogotować, doprawić. Podawać z gotowanymi ziemniakami.

DOLNOTIŽINSKÝ ZÁVITOK

Ingrediencie:

- 1,5 kg bravčovej krkovičky • 1 kg kyslej kapusty • 0,5 kg údenej slaniny • 2 PL bravčovej masti • 1 väčšia cibuľa • 2 PL hladkej múky • soľ • korenie • rasca • 2 kg zemiakov • maslo • pažitka

Spôsob prípravy:

Kyslú kapustu podľa potreby premyjeme. Slaninu nakrájame na kocky a opražíme. Pridáme nakrájanú cibuľu a opražíme ju, potom pridáme kyslú kapustu, ktorú ochutíme a opražíme soľou, korením a rascou. Necháme vychladnúť.

Bravčovú krkovičku nakrájame na plátky, poklepeme z každej strany, osolíme, okoreníme. Na každý plátok dáme kapustu a zaviníme. Závitok opražíme z každej strany na masť, poukladáme na pekač, podlejeme vývarom dáme na 30 minút do rúry. Šťavu zahustíme s hladkou múkou, necháme povariť, dochutíme a podávame s varenými zemiakmi.



KAPUSTNICA

Składniki:

- 1 kg kapusty kiszzonej • 2 kawałki kiełbasy staromiejskiej • 0,5 kg topatki wieprzowej • 2 cebule • 4 ząbki czosnku • liść laurowy • kminek • ziele angielskie • pieprz czarny • sól • majeranek • czerwona papryka w proszku • 3 obrane ziemniaki • 0,5 kg mąki krupczatki • 1 jajko • sól • olej

Przygotowanie:

Kapustę gotować razem z mięsem i całymi kawałkami kiełbasy. Dodać cebulę, kminek, pieprz, liść laurowy. Wyjąć kiełbasę, pokroić mięso i kapustę, dodać czosnek, majeranek, doprawić czerwona papryką. Haluszkę: obrać ziemniaki, zetrzeć na drobnej tarce, dodać jajko i mąkę. Wyrobić ciasto, posolić, rozwałkować na ok. 2 mm, pociąć na mniejsze kawałki i porwać na jeszcze mniejsze części. Haluszkę gotować w osolonej wodzie, przepłukać, pozostawić do osączenia. Przełożyć do miski, skropić olejem, żeby się nie posklejały. Dodawać do kapustnicy wedle uznania.

KAPUSTNICA

Ingrediencie:

- 1 kg kyslej kapusty • 2 ks staromestskej klobásy • 0,5 kg bravčovej lopatky • 2 cibule • 4 strúčiky cesnaku • bobkový list • rasca • nové • čierne koren timer • sol' • majorán • červená mletá paprika • 3 očistené zemiaky • 0,5 kg polohrubej múky • 1 vajce • sol' • olej

Spôsob prípravy:

Kapustu dáme varit' spolu s mäsom a klobáskou vcelku. Pridáme cibuľu, rascu, koren timer, bobkový list. Klobásy vyberieme, mäso aj kapustu nakrájame, pridáme cesnak, majorán, dochutíme mletou paprikou. Na halušky si očistíme zemiaky, postrúhame ich na jemno, pridáme vajce a múku. Vypracujeme cesto, osolíme, rozvaľkáme asi na 2 mm, pokrájame na menšie kúsky a trháme halušky. Uvaříme v osolenej vode, premyjeme, necháme odkvapkať. Dáme do misky, pokvapkáme olejom, aby sa nezlepili. Podľa potreby pridávame do kapustnice.



ŠTEDRÁK – PLACEK WIGILIJNY

Składniki:

- 30 dkg grubej mąki • 30 dkg mąki krupczatki • 300 ml mleka • 12 dkg margaryny • 10 dkg cukru • 3 dkg drożdży • 3 żółtka • skórka z cytryny • sól

Nadzienie śliwkowe: • 20 dkg powideł śliwkowych • starta skórka cytrynowa

Nadzienie orzechowe: • 23 dkg mielonych orzechów • 200 ml mleka • 8 dkg cukru • 1 wanilia • skórka cytrynowa

Nadzienie makowe: • 20 dkg maku • 200 ml mleka • 12 dkg cukru • 1 dkg masła • 1 wanilia • skórka cytrynowa

Nadzienie serowe: • 30 dkg twarogu • 8 dkg cukru • 8 dkg masła • 2 żółtka + piana z białek • 1 wanilia • skórka z cytryny

Przygotowanie:

Nadzienie z maku i orzechów należy gotować, pozostałe nadzienia wystarczy po prostu wymieszać. Wyrośnięte ciasto podzielić na części.

Rozwałkowany pierwszy płąt posmarować nadzieniem śliwkowym, drugi nadzieniem orzechowym, trzeci nadzieniem makowym, czwarty płąt nadzieniem serowym, a na wierzchu położyć piąty płąt. Upiec na wysmarowanej tłuszczem blasze, a następnie pozostawić na niej do wyrośnięcia na pół godziny. Piec przez 30-40 minut.

ŠTEDRÁK

Ingrediencie:

- 30 dkg hrubej múky • 30 dkg polohrubej múky • 3 dcl mlieka • 12 dkg Hery • 10 dkg cukru • 3 dkg droždia • 3 žltka • citrónová kôra • sol'

Slivková plnka: • 20 dkg slivkového lekváru • postrúhaná citrónová kôra

Orechová plnka: • 23 dkg mletých orechov • 2 dcl mlieka • 8 dkg cukru • 1 vanilka • citrónová kôra

Maková plnka: • 20 dkg maku • 2 dcl mlieka • 12 dkg cukru • 1 dkg masla • 1 vanilka • citrónová kôra

Tvarohová plnka: • 30 dkg tvarohu • 8 dkg cukru • 8 dkg masla • 2 žltky + sneh z bielkov • 1 vanilka • citrónová kôra

Spôsob prípravy:

Plnka z maku a orechov sa varí, ostatné plnky sa len miešajú. Vykysnuté cesto rozdelíme na časti.

Rozvaľkaný prvý plát potrieme slivkovou plnkou, druhý plát orechovou plnkou, 3. plát makovou plnkou, 4. plát tvarohovou plnkou, navrch dáme 5. plát. Pečieme na vymastenom plechu, ešte predtým necháme podkysnúť polhodinu na plechu. Pečieme 30-40 minút.



ZUPA GRZYBOWA Z WARZYWAMI I ZACIERKAMI

Składniki:

- 1 średnia cebula • natka pietruszki lub nać selera • olej • pieprz czarny mielony • Vegeta • majeranek • kminek mielony • cukier kryształ
- ziemniaki • grzyby suszone lub świeże • 1 pełna łyżka mąki tortowej • olej
- 1 jajko • 2 garście mąki krupczatki • 1 łyżka letniej wody

Przygotowanie:

Cebulę obrać, pokroić w kostkę i podsmażyć. Następnie obrać ziemniaki i pokroić w kostkę. Posiekać natkę pietruszki lub selera. Jeśli używamy suszonych grzybów, należy je najpierw namoczyć w gorącej wodzie i pozostawić w niej na jakiś czas. Kiedy cebula się zeszkli, zalać bulionem i pozwolić jej trochę się poddusić. Dodać pieprz, kminek, czerwoną paprykę, Vegetę, sól, odrobinę cukru, posiekaną natkę pietruszki oraz grzyby i całość dusić przez chwilę. Następnie dodać ziemniaki, poddusić je z resztą składników. Zalać bulionem, aby ziemniaki były przykryte. Przykryć garnek pokrywką (zostawić szparę) i powoli gotować na małym ogniu.

Aby zrobić zacierki, należy rozbić jedno jajko na talerzu i wymieszać je z odrobiną letniej wody. Na blat wysypać około dwóch garści mąki krupczatki, doprawić solą i na środku zrobić dołek, do dołka wlać roztrzepane jajko. Wyrobione ciasto powinno być twardsze, bardziej zwarte. Zetrzeć ciasto na tarce do sera, porządnie posypać mąką i odstawić, aż ziemniaki się ugotują.

Gdy ziemniaki są już ugotowane, odsiać mąkę od zacierki przez sito i wysypać je do zupy. Wymieszać, aby kluseczki się nie skleiły, w razie potrzeby dodać wody i podgotować. W międzyczasie zrobić zasmażkę z 1 płaskiej łyżki mąki tortowej. Mąkę wysypać na rozgrzany olej, a gdy zasmażka zacznie zmieniać kolor, dolewać odrobinę wody cały czas mieszając. Wlać do zupy, wymieszać. Na zakończenie doprawić majerankiem, ewentualnie pieprzem.

HUBOVÁ POLIEVKA SO ZELENINOU A MRVENICOU

Ingrediencie:

- 1 stredne veľká cibuľa • petržlenová alebo zelerová vňať • olej
- mleté čierne korenje • vegeta • majorán • rasca mletá • kryštalový cukor
- zemiaky • huby sušené alebo čerstvé • 1 PL hladkej múky • olej • 1 vajce
- 2 hrste polohrubej múky • 1 PL vlažnej vody

Spôsob prípravy:

Cibuľu si očistíme, nakrájame na kocky a osmažíme si ju. Potom si očistíme zemiaky a nakrájame ich na kocky. Petržlenovú alebo zelerovú vňať si tiež nakrájame. Ak použijeme sušené huby, tak si ich najprv namočíme v horúcej vode a necháme trochu postáť. Keď máme cibuľu opraženú, podlejeme si ju bujónom a necháme trocha podusiť. Pridáme korenje, rasca, ml. červenú papriku, vegetu, sol', troška cukru, nakrájanú vňať a huby a celé necháme trochu dusiť. Následne si pridáme zemiaky a necháme takisto trocha podusiť. Podlejeme bujónom, aby sme mali zaliate zemiaky. Prikrýjeme si hrniec pokrievkou (trošku odokrytou) a necháme pomaly variť na miernom ohni.

Mrveničku si urobíme tak, že na tanier si rozbijeme jedno vajčko, rozmiešame si ho s troškou vlažnej vody. Na pracovnú dosku si dáme asi tak za dve hrste polohrubej múky, osolíme a do stredu si urobíme jamku, do ktorej dáme rozmiešané vajčko. Vymiešané cesto má byť pevnejšie, tvrdšie. Nastrúhame ho na strúhadle na syr, poriadne zasypeme múkou a necháme odpočinúť pokiaľ sa nám uvaria zemiaky.

Keď máme zemiaky už uvarené, tak si mrveničku preosejeme od múky cez sitko a dáme si ju do polievky. Zamiešame, aby sa nám nezlepila dokopy, dolejeme ak treba vodu a necháme variť. Zatiaľ si urobíme zápražku z 1 PL zarovnanej hl. múky. Múku si opražíme na oleji, keď nám začne zápražka chytať farbu, podlejeme si ju troškou vody a stále miešame. Nalejeme ju do polievky, premiešame. Na zaver pridáme majoránku, prípadne dokoreníme.





ODWRÓCONY KOTLET Z TŁUCZONYMI ZIEMNIAKAMI I SAŁATKĄ

Składniki:

ODWRÓCONY KOTLET: • mięso wieprzowe • sól • pieprz • Vegeta
• bułka tarta • jajka • olej • leczo
PURE ZIEMNIACZANE: • ziemniaki • sól • masło i mleko
SAŁATKA Z MARCHEWKI Z CZOSNKIEM: • marchew • czosnek • olej
• sól • cukier • ocet

Przygotowanie:

ODWRÓCONY KOTLET: mięso umyć, pokroić w plastry, posolić, popieprzyć i obtoczyć w bułce tartej. W międzyczasie roztrześć jajka z solą i obtoczyć w nich przygotowane mięso, a następnie smażyć na oleju. Obsmażone mięso ułożyć w naczyniu do zapiekania, zalać zmiksowanym leczem i doprawić Vegetą. Dodać odrobinę wody i piec w rozgrzanym piekarniku.

PURE ZIEMNIACZANE: ziemniaki ugotować w osolonej wodzie. Ugotowane ziemniaki odcedzić i utłuc. Dodać masło, gotowane mleko i wymieszać na gładką masę.

SAŁATKA Z MARCHEWKI Z CZOSNKIEM: marchewkę obrać i zetrzeć ją razem z czosnkiem na grubej tarce. Dodać sól, cukier, ocet, olej i na koniec wszystko razem wymieszać.

OBRÁTENÝ REZEŇ SO ZEMIAKOVOU KAŠOU A MIEŠANÝM ŠLÁTOM

Ingrediencie:

OBRÁTENÝ REZEŇ: • bravčové mäso • soľ • korenie • vegeta
• strúhanka • vajička • olej • lečo
ZEMIAKOVÁ KAŠA: • zemiaky • soľ • maslo a mlieko
MRKOVÝ ŠALÁT S CESNAKOM: • mrkva • cesnak • olej
• soľ • cukor • ocot

Spôsob prípravy:

OBRÁTENÝ REZEŇ: mäso umyjeme, nakrájame na rezance, osolíme, okoreníme a klepeme v strúhanke. Medzitým si rozšľaháme vajička so soľou a pripravené mäso máčame vo vajičku a následne opečieme na oleji. Opečené mäso poukladáme do pekáča, zalejeme rozmixovaným lečom a dochutíme vegetou. Prilejeme trochu vody a dáme piecť do vyhriatej rúry.

ZEMIAKOVÁ KAŠA: zemiaky uvaríme v slanej vode. Uvarené zemiaky ocedíme a popučíme. Pridáme maslo, zovreté mlieko a zamiešame na kašu.

MRKOVÝ ŠALÁT S CESNAKOM: Mrkvu očistíme a spolu s cesnakom nastrúhame na hrubšom strúhadle. Pridáme soľ, cukor, ocot, olej a nakoniec spolu všetko premiešame.

SZULAŃCE Z MAKIEM

Składniki:

- 500 g ziemniaków
- 200 g mąki tortowej (lub orkiszowej)
- 1 jajko
- szczypta soli

Przygotowanie:

Ziemniaki ugotować w mundurkach. Ostudzić, obrać i zetrzeć na drobnej tarce. Dodać mąkę, jajko, sól i wyrobić ciasto tak, aby się nie kleiło. Ciasto podzielić na 3 części i na podsypanej mąką stolnicy zrolować każdy kawałek w jeden duży wałek (jeśli mamy mniejszą stolnicę, dzielimy ciasto na mniejsze kawałki i robimy mniejsze wałki). Następnie nożem kroić skośne kawałki o długości 3-4 cm. Włożyć szulańce do wrzącej wody, a kiedy wypłyną na powierzchnię, gotować je jeszcze przez 4 minuty. Wyjmować przy pomocy sitka. Następnie rozgrzać masło na patelni, podsmażyć szulańce, dodać zmielony mak, orzechy lub bułkę tartą i dosłodzić do smaku miodem lub cukrem.

Warianty: z bułką tartą

ŠŮĽANCE S MAKOM

Ingrediencie:

- 500 g zemiakov
- 200 g hladkej múky (alebo špaldovej)
- 1 vajčko
- štipka soli

Spôsob prípravy:

Zemiaky uvaríme v šupke. Necháme vychladnúť, ošúpeme a nastrúhame ich na jemno. Pridáme múku, vajčko, soľ a vypracujeme cesto, tak aby sa nelepilo. Cesto si rozdelíme na 3 časti a na pomúčenej doske si každé cesto ušľáme do jedného veľkého šúľanca (ak máme menšiu dosku, cesto si rozdelíme ešte na menšie kusy a tie šľáme). Následne nožom došikma odkrajujeme šúľance dlhé tak 3-4 centimetre. Šúľance vkladáme do vriacej vody a keď vyplávajú na povrch, necháme ich ešte 4 minúty povariť. Vyberáme sitkom. Potom už stačí iba na panvici rozohriať maslo, šúľance zohriať, pridať namletý mak, orechy alebo strúhanku a dosladiť podľa chuti medom alebo cukrom.

Varianty: so strúhankou.



PLACEK NA ZSIADŁYM MLEKU

Składniki:

- 350 g mąki krupczatki • 280 g cukru • 2 jajka • 100 ml oleju
- 2 łyżki kakao • 0,5 l zsiadłego mleka/kefiru • 2 łyżeczki sody oczyszczonej
- 100 g czekolady do gotowania • dżem

Przygotowanie:

Wszystkie składniki umieścić w jednej misce i dobrze wymieszać trzepaczką. Wylać na blachę posmarowaną masłem i posypaną mąką lub na blachę wyłożoną papierem do pieczenia. Piec w temperaturze 180 stopni przez co najmniej 30 minut. Na prawie ostudzonym cięście rozsmarować dżem i polać roztopioną czekoladą do gotowania. Można też posypać orzechami, wiórkami kokosowymi lub migdałami.

KYŠKOVÝ KOLÁČ

Ingrediencie:

- 350 g polohrubej múky • 280 g kryštálového cukru • 2 vajcia
- 1 dcl oleja • 2 PL kakaa • 0,5 l kyslého mlieka/kyšky • 2 KL sódy bikarbóny
- 100 g čokolády na varenie • džem

Spôsob prípravy:

Všetky ingrediencie dáme do jednej misy a dobre zamiešame metličkou. Vylejeme na plech potretý maslom a posypaný múkou alebo vystlaný papierom na pečenie. Pečieme na 180 stupňoch aspoň 30 minút. Na skoro vychladnutý koláč natrieme džem a polejeme rozpustenou čokoládou na varenie. Môžeme ešte ľubovoľne posypať orechami, kokosom alebo mandľami.



GNIAZDA OS

Składniki:

- 1 kg luksusowej mąki krupczatki • 0,5 l mleka • 1 kostka drożdży
- 1 opakowanie proszku do pieczenia • 3 łyżki cukru • 2 łyżeczki soli
- 1 cukier wanilinowy • skórka z cytryny • 200 ml oleju • 2 całe jajka

Przygotowanie:

Zrobić rozczyn, dodać pozostałe składniki i wyrobić ciasto. Pozostawić do wyrośnięcia. Następnie podzielić ciasto na 2 części i każdą rozwałkować na kształt prostokąta. Posmarować każdą część masłem i posypać cukrem cynamonowym. Na wierzchu posypać wiórkami masła. Ciasto zwinąć jak roladę i pokroić na krążki o grubości ok. 2 cm. Przełożyć na blachę, posmarować roztrzepanym jajkiem. Piec w temperaturze 160-180 stopni przez co najmniej 30 minut. Z tego ciasta można przygotować roladę, rogaliki lub ciasto morawskie.

OSIE HNIEZDA

Ingrediencie:

- 1 kg výberovej polohrubej múky • 0,5 l mlieka • 1 kocka droždia
- 1 prášok do pečiva • 3 PL cukru • 2 KL soli • 1 vanilínový cukor
- citrónová kôra • 2 dcl oleja • 2 celé vajčka

Spôsob prípravy:

Urobíme si kvások, pridáme ostatné ingrediencie a urobíme cesto. Necháme ho vykysnúť. Následne ho rozdelíme na 2 polovice a rozvaľkáme na obdĺžnik. Každú časť natrieme maslom a posypeme škoricovým cukrom. Trochu masla nastrúhame aj navrch. Cesto zrolujeme ako roládu a krájame asi 2 cm hrubé kolieska. Preložíme na plech, potrieme vajčkom. Pečieme pri 160-180 stupňoch asi 30 minút. Z tohto cesta môžeme robiť závin, rožtky alebo moravské koláče.



BRYNDZOWE HALUSZKI

Składniki:

- 1200 g ziemniaków • 400 g mąki krupczatki • gruba mąka według potrzeb
- 500 g bryndzy • 300 g boczku wędzonego • sól

Przygotowanie:

Wędzony boczec pokroić na drobną kostkę i na suchej patelni bez tłuszczu wytopić drobne skwarki. Boczec sam z siebie wydziela wystarczająco dużo tłuszczu. Wskazane jest odlewanie wytopionego tłuszczu do miski, żeby się nie przypalił. Wyłączyć ogień pod gotowymi skwarkami i odstawić. W większym garnku zagotować osoloną wodę, a zanim zacnie wrzeć, przygotować ciasto na haluszkę. Obrane i umyte ziemniaki zetrzeć na najdrobniejszej tarce. Dodać odrobinę soli, mąkę krupczatkę i dobrze wymieszać. Jakość ziemniaków ma duże znaczenie. Jeśli zawierają dużo wody i ciasto wydaje się rzadkie, trzeba je zagęścić grubo mieloną mąką do uzyskania pożądanej konsystencji. Ciasto powinno być gęste, ale nie za bardzo. Najbezpieczniejszym sposobem jest stopniowe zagęszczanie ciasta i gotowanie małej kluski na próbę. Kluski nie powinny się rozpadać, powinny zachować kształt, ale jednocześnie być miękkie. Jeśli to się uda, wyjąć kawałek ciasta z miski i używając sitka do haluszek przecisnąć ciasto do gotującej się wody. Wymieszać chochlą i poczekać, aż wypłyną na powierzchnię. Zmniejszyć ogień i krótko pogotować. Wymieszać i stopniowo wyjmować haluszkę. Przełożyć haluszkę natychmiast do większego, głębszego naczynia, w którym została roztarta świeża bryndza. Wszystko razem wymieszać. W taki sam sposób ugotować i wymieszać z bryndzą wszystkie haluszkę. Dodać „haluszkowicę”, czyli wodę, w której gotowały się haluszkę, dzięki której gotowa masa z bryndzy stanie się delikatniejsza. Ułożyć haluszkę na talerzu i okraszyć skwarkami z boczku. Popijać zętycą albo kefirem, a jeśli ich nie mamy, mlekiem.

BRYNDZOVÉ HALUŠKY

Ingrediencie:

- 1200 g zemiakov • 400 g polohrubej múky • hrubá múka podľa potreby
- 500 g bryndze • 300 g údenej slaniny • soľ

Spôsob prípravy:

Najprv si vyškvárimo obyčajnú údenú voňavú slaninu, ktorú nakrájame na malé kocky a na suchej panvici bez tuku vytopíme maličkú škvarky. Slanina si sama pustí tuku dost'. Tuk je dobré priebežne odoberať stranou do misky, aby sa príliš nepripaľoval. Hotové škvarky vypneme a dáme bokom. Do väčšieho hrnca dáme variť osolenú vodu a kým nám zovrie, pripravíme cesto na halušky. Očistené a umyté zemiaky nastrúhame do misky na najjemnejšom strúhadle. Pridáme trocha soli, polohrubú múku a poriadne premiešame. Veľmi záleží od kvality zemiakov. Ak obsahujú veľa vody a cesto sa nám zdá riedke, zahustíme ho ešte podľa potreby hrubou múkou do požadovanej konzistencie. Malo by byť hustejšie, ale nie až príliš. Najbezpečnejší spôsob je zahusťovať postupne a vždy jednu malú halušku skúsiť samú uvariť vo vode a ochutnať. Nesmie sa rozpadnúť, musí držať tvar, ale zároveň byť mäkká. Keď sa nám toto podarí, odoberieme z misky kus cesta a halušky pretlačíme cez sitko na halušky do vriacej vody. Premiešame varechou a počkáme, kým vyplávajú na povrch. Teplotu znížime a ešte krátko halušky povaríme. Premiešame a halušky postupne vyberáme. Halušky prekladáme hneď do väčšej, hlbšej nádoby, kde sme rozmrvili čerstvú bryndzu. Všetko spolu premiešame. Takto obvaríme a premiešame s bryndzou všetky halušky. Do hotových pridáme „haluškovicu” – vodu, v ktorej sa halušky varili, čím sa hotová bryndzová masa stane jemnejšia. Pri servírovaní dáme na tanier bryndzové halušky a polejeme ich slaninkovými škvarkami. Ak nemáte zinčicu alebo acidko, stačí zapíjať pohárom mlieka.





ROLADA / STRUDEL

Składniki:

- Rolady (makowe i orzechowe): • 500 g mąki tortowej • 250 g masła
• 200 ml mleka • 20 g świeżych drożdży • 3 łyżki cukru pudru
• 1 jajko • 1 żółtko • odrobina soli
- Nadzienie orzechowe: • 300 g zmielonych orzechów włoskich
• 5 łyżek cukru • 5 łyżek oleju roślinnego
- Nadzienie makowe: • 200 g mielonego maku
• 5 łyżek cukru • 5 łyżek oleju roślinnego

Przygotowanie:

Rozkruszyć drożdże w odrobinie mleka i zrobić rozczyn. Wyrobić ciasto, wymieszać mąkę z cukrem, masłem, jajkiem, pozostałym mlekiem i dodać rozczyn. Wymieszać i po wymieszaniu pozostawić do wyrośnięcia na około 1 godzinę w ciepłym miejscu. Na posypanej mąką stolnicy uformować ciasto w dużą kulę, a następnie podzielić je na 3 równe części. Każdą część rozwałkować na prostokąt. Zmielony mak wymieszać z cukrem. To samo zrobić z orzechami. Ułożyć przygotowane nadzienie na rozwałkowanym cieście i polać je 5 łyżkami oleju roślinnego. Każdy kawałek ostrożnie zwijać i dociskać, aby nie popękało podczas pieczenia. Koniec rolady „uszczelniamy” roztrzepanym jajkiem i przekładamy rolady na blachę wyłożoną papierem do pieczenia. Pozostawić w ciepłym miejscu do wyrośnięcia na 15 minut. Posmarować roztrzepanym jajkiem wymieszanym z 1 łyżeczką mleka i odrobiną cukru. Piec w temperaturze 180 stopni przez ok. 30 minut. Po upieczeniu wyjąć z piekarnika i przykryć ściereczką kuchenną. Pozostawić do ostygnięcia, pokroić i podawać.

Warianty: mak, orzech włoski, jabłko i kombinacje.

ZÁVIN / ŠTRÚDLA

Ingrediencie:

- Závin (makový a orechový): • 500 g hladkej múky • 250 g masla
• 200 ml mlieko • 20 g čerstvého droždia • 3 PL práškového cukru
• 1 vajce • 1 žltok • trochu soli
- Orechová plnka: • 300 g mletých vlašských orechov
• 5 PL kryštálového cukru • 5 PL rastlinného oleja
- Maková plnka: • 200 g mletého maku
• 5 PL kryštálového cukru • 5 PL rastlinného oleja

Spôsob prípravy:

V troške mlieka si rozdrvíme droždíe a urobíme si kvások. Vymiešame cesto, múku si zmiešame s cukrom, maslom, vajcom, zvyšným mliekom a pridáme aj kvások. Necháme miešať a cca 1 hodinku po vymiešaní necháme vykysnúť na teplom mieste. Na pomúčenej doske si cesto spojíme do veľkej guľky a následne ho rozdelíme na 3 rovnaké časti. Každú časť si rozvalkáme do tvaru obdĺžnika. Mletý mak si zmiešame s cukrom. To isté urobíme aj s orechmi. Takto pripravené plnky navrstvíme na rozvalkané cesta a polejeme ich 5 lyžicami rastlinného oleja. Každé cesto opatrne zrolujeme a stlačíme, aby nám pri pečení nepraskalo. Koniec rolky „zalepíme” rozšľahaným vajíčkom a presunieme rolky na plech na pečenie, ktorý sme si vyložili papierom. Necháme na teplom mieste vykysnúť 15 minút. Potrieme rozšľahaným vajíčkom, do ktorého sme pridali 1 lyžičku mlieka a trochu cukru. Pečieme pri teplote 180 stupňov cca. 30 minút. Upečené vyberieme a zakryjeme utierkou alebo uterákom. Necháme vychladnúť, nakrájame a podávame.

Varianty: makový, orechový, jablkový a kombinácie.

SMAROWIDŁO ZE SKWARKAMI

Składniki:

- 250 g skwarków • 1 mniejsza cebula • 2 jajka • musztarda
- pieprz czarny mielony • sól • ogórki konserwowe • czosnek – opcjonalnie

Przygotowanie:

Jajka ugotować na twardo, obraną cebulę drobno posiekać. Do zmielonych skwarek dodać utarte jajka, cebulę, musztardę, sól i pieprz. Smarowidło podawać z plasterkami ogórka lub doprawić czosnkiem.

OŠVARKOVÁ NÁTIERKA

Ingrediencie:

- 250 g oškvarok • 1 menšia cibuľa • 2 vajička • horčica
- mleté čierne koren timer • soľ • sterilizované uhorky • cesnak – voliteľné

Spôsob prípravy:

Vajička uvaríme natvrdo, očistenú cibuľu nakrájame nadrobno. Do pomletých oškvarok pridáme postrúhané vajička, cibuľu, horčicu, soľ a koren timer. Nátierku môžete podľa chuti ozvláštniť pokrájanou uhorkou alebo cesnakom.



OSUCHY – PODPŁOMYKI

Składniki:

- 1 kg mąki krupczatki • 1 łyżka smalcu wieprzowego • 1 kostka drożdży
- 1 łyżka cukru • mleko • sól

Przygotowanie:

Podgrzać mleko do momentu, aż będzie letnie. Dodać drożdże, łyżkę cukru i wymieszać. Dodać pozostałe składniki, dobrze wyrobić i pozostawić do wyrośnięcia. Wyrośnięte ciasto wyłożyć na stolnicę, dodać farsz z kapusty i ziemniaków. Ciasto pokroić zgodnie z tym, jaka ma być wielkość podpłomyków.

Farsz z kapusty: Kapustę dusić na smalcu lub oleju, dodać dużo skwarków z boczku.

Nadzienie ziemniaczane: Ziemniaki ugotować, „zatrzeć” (utłuc), dodać boczek i szczypiorek.

Warianty: kapusta, ziemniaki, wariant mieszany.

OSÚCHY

Ingrediencie:

- 1 kg polohrubej múky • 1 PL bravčovej masti • 1 kocka kvasníc
- 1 PL cukru • mlieko • soľ

Spôsob prípravy:

Mlieko dáme zohriať, aby bolo vlažné. Pridáme kvasnice, lyžicu cukru a rozmiešame. Pridáme zvyšné prísady, dobre vymiesime a necháme cesto vykysnúť. Vykysnuté cesto dáme na tablu a do cesta dáme kapustovú a zemiakovú plnku. Cesto si vykrojíme aké chceme mať posúchy, väčšie alebo menšie.

Kapustová plnka: Kapustu dusíme na masti alebo oleji, pridáme k nej veľa slaninových oškvarok.

Zemiaková plnka: Zemiaky uvaríme, „poštúchame” (popučíme) a pridáme slaninu spolu s pažitkou.

Varianty : kapustové, zemiakové, zmiešané (úhrabkové).



MORAWSKIE BUCHTY

Składniki:

- 500 g mąki krupczatki • 120 g cukru • 30 g drożdży
- 2 żółtka • 100 g tłuszczu • 300 ml letniego mleka • szczypta soli
- Farsz: • 250 g miękkiego sera twarogowego
- 1 opakowanie cukru waniliowego • do smaku cukier • skórka z cytryny
- powidła śliwkowe • 1 łyżeczka mielonego cynamonu
- Kruszonka: • 6 łyżek mąki krupczatki • 6 łyżek cukru • 50 ml oleju

Przygotowanie:

Przygotować rozczyń z letniego mleka, cukru i drożdży. Mąkę przesiać do miski, dodać cukier, miękki tłuszcz, żółtka i sól. Dodać rozczyń, mleko i wyrobić na gładkie ciasto. Oprószyć mąką, przykryć ściereczką i pozostawić do wyrośnięcia w ciepłym miejscu. Na posypanej mąką stolnicy rozwałkować ciasto i wycinać szklanką kółka, jak na pączki. Przygotować nadzienie: Ser twarogowy wymieszać z cukrem pudrem, cukrem waniliowym, skórką z cytryny i cynamonem. Napętnić każde wycięte kółeczko nadzieniem i zwinąć jak na buchty.

Następnie zrobić w nich dołki przy pomocy szklanki lub kieliszka o dnie o średnicy 4 cm. Przycisnąć każdy kawałek ciasta dnem szklanki, aby powstał dołek. Każdy dołek wypełnić powidłami.

Przygotować kruszonkę: Wymieszać mąkę, cukier i olej, aby uzyskać grudkowatą konsystencję. Posmarować brzegi ciasta żółtkiem i posypać powidłami kruszonką, również po bokach. Pozostawić do wyrośnięcia, a następnie ułożyć na wysmarowanej tłuszczem blasze do pieczenia. Piec w temperaturze 200 stopni w piekarniku elektrycznym przez około 35 minut.

Pozostawić na chwilę do ostygnięcia i posypać cukrem pudrem.

MORAVSKÉ BUCHTY

Ingrediencie:

- 500 g polohrubej múky • 120 g kryštálového cukru • 30 g droždia
- 2 ks žltka • 100 g tuku • 300 ml vlažného mlieka • štipka soli
- Plnka: • 250 g jemného tvarohu • 1 ks vanilkového cukru
- podľa chuti kryštálového cukru • citrónovej kôry
- slivkového lekváru • 1 ČL mletej škorice
- Posýpka: • 6 PL polohrubej múky • 6 PL kryštálového cukru • 0,5 dcl oleja

Spôsob prípravy:

Z vlažného mlieka, kryštálového cukru a droždia pripravíme kvások. Do misky preosejeme múku, pridáme cukor, zmäknutý tuk, žltky a soľ. Pridáme kvások, mlieko a vypracujeme hladké cesto. Poprášime ho múkou, prikryjeme utierkou a na teplom mieste necháme vykysnúť. Na pomúčenej doske si rozvalkáme vykysnuté cesto a povykrajujeme kolieska s pohárom, ako na šišky. Pripravíme si plnku: Tvaroh si vymiešame s kryštálovým cukrom, vanilkovým cukrom, citrónovou kôrou a škoricom. Naplníme každý jeden kus kolieska a zatočíme ako na buchty.

Potom si do nich vytlačíme jamky a to tak, že si pripravíme pohár, aby jeho dno malo 4 cm. Zatláčime na každý jeden kus koláča dno pohára a vznikne nám jamka. Každú jamku si naplníme lekvárom.

Pripravíme si posýpku: Múku, kryštálový cukor a olej si zmiešame dokopy, aby sme dostali hrudkovitú štruktúru. Okraje koláčikov si potrieme žltkom a lekvár zasypeme posýpkou, aj boky. Necháme ešte vykysnúť a potom dáme na vymastený plech. Pečieme na 200 stupňov v elektrickej trúbe asi 35 minút.

Upečené necháme chvíľku vychladnúť a posypeme práškovým cukrom.





PAGACZE ZE SKWARKAMI

Składniki:

- 350 g mąki tortowej
- 35 g smalcu wieprzowego
- 15 g świeżych drożdży
- 200 ml letniego mleka
- 2 łyżki białego wina (opcjonalnie)
- 1-2 łyżeczki soli
- 250 g zmielonych skwarków
- 1 jajko (do posmarowania)

Przygotowanie:

Najlepsze będą ze świeżo zmielonych skwarków. Posolić ciasto w zależności od tego, czy skwarki są słone czy nie. Aby ułatwić ich rozprowadzanie na cieście, należy je wcześniej wyjąć z lodówki.

Zaczynamy od przygotowania ciasta drożdżowego. Do połowy letniego mleka wkruszyć drożdże, pozostawić do napęcznienia. Nie dodawać cukru. Mąkę wymieszać z solą, dodać miękki smalec, wino i wyrośnięty rozczyn. Stopniowo dodawać resztę mleka, w miarę jak mąka będzie się wchłaniać. Wyrabiać, aż ciasto zacznie się odklejać od naczynia. Ciasto powinno być elastyczne i łatwe do wyrabiania. Nie pozostawiać do wyrośnięcia, ale natychmiast rozwałkować je na lekko posypanej mąką powierzchni roboczej na grubość około 1 cm. Rozwałkować okrągłe ciasto do kształtu kwadratu rozwałkowując rogi, w ten sposób można nadać mu kształt. Na cieście rozsmarować mielone orzechy, następnie zwinąć ciasto w rulon i złożyć na pół, ukrywając miejsce łączenia ciasta. Uformować płaski kształt, przykryć folią, ułożyć na talerzu i wstawić do lodówki na pół godziny. Ciasto rośnie nawet po wstawieniu do lodówki. Po upływie określonego czasu rozwałkować ciasto niezbyt cienko na lekko oprószonej mąką powierzchni. Pęcherzyki powstające podczas wałkowania wskazują na jakość ciasta. Ciasto ponownie zwinąć, złożyć na pół, przykryć i odstawić do lodówki na kolejne pół godziny. Wszystkie czynności powtórzyć łącznie 3 razy. Nadzienie nie powinno wyciekać. Po ostatnim wyjęciu z lodówki, rozwałkować ciasto na grubość 2 cm. Oстрым przedmiotem wykonać na powierzchni gęstą siatkę. Wykrajac pagacze mniejszą okrągłą foremką lub szklanką z cienkim brzegiem. Ciasto nie powinno się kleić i powinna być widoczna struktura, którą tworzą warstwy. Ciasto ułożyć na blasze wyłożonej papierem do pieczenia. Pozostawić do wyrośnięcia na 15 minut, w tym czasie rozgrzać piekarnik do 200°C lub w przypadku termoobiegu do 180°C. Przed pieczeniem posmarować roztrzepanym jajkiem. Piec do momentu zarumienienia, około 15 minut. Ciasto należy uważnie obserwować. Po wyjęciu z piekarnika należy poczekać ze skosztowaniem, aby nie narazić się na problemy żołądkowe. Pagacze są pyszne zarówno na ciepło, jak i na zimno.

OŠKVARKOVÉ PAGÁČE

Ingrediencie:

- 350 g hladkej múky
- 35 g bravčovej masti
- 15 g čerstvého droždia
- 2 dcl vlažného mlieka
- 2 PL bieleho vína (nemusí byť)
- 1-2 ČL soli
- 250 g mletých oškvarkov
- 1 vajce (na potrebie)

Spôsob prípravy:

Najlepšie budú z čerstvých mletých oškvarkov. Soľ do cesta pridáme podľa toho, či sú oškvarky slané alebo nie. Aby sa ľahšie natierali na cesto, vyberte ich skôr z chladničky.

Začneme prípravou kysnutého cesta. Do polovice vlažného mlieka rozdrobíme droždie, necháme ho napučať. Cukor tam tentoraz nedávame. Múku premiešame so soľou, pridáme mäkkú masť, víno a vzídený kvások. Zvyšok mlieka prilievame postupne, ako ho múka hlce. Miesime, kým sa cesto neoddeľuje od misy. Je pružné a poddajné. Nedávame ho kysnúť, ale hneď ho na jemne pomúčenej pracovnej doske rozvalkáme na hrúbku asi 1 cm. Okrúhle cesto rozvalkáme na štvorhranné tak, že tlačíme pri valkaní cesto do rohov, tým sa dá formovať. Na cesto natrieme mleté oškvarky, zrolujeme ho a prehneť na polovicu, pričom spoj cesta bude skrytý. Utľapkáme ho na plochý útvar, zakryjeme fóliou a na tanieri vložíme do chladničky na pol hodiny. Cesto aj v chlade kysne. Po uplynutí času roládu rozvalkáme nie moc natenko na mierne pomúčenej podložke. Bublinky pri valkaní naznačujú kvalitu cesta. Znova ho zrolujeme, preložené na polovicu zakryjeme a necháme v chlade ďalšiu pol hodinu. Celkovo zopakujeme 3 krát. Plnka nevyteká. Po poslednom pobyte v chlade cesto rozvalkáme na hrúbku 2 cm. Na povrchu urobíme ostrým predmetom hustú mriežku. Pagáčiky vykrajujeme menšou okrúhlou formičkou alebo pohárom s tenkým okrajom. Cesto sa nelepí a ukazuje krásnu štruktúru prekladaných vrstiev. Ukladáme ich na plech s papierom na pečenie. Necháme ich 15 minút podkysnúť, zatiaľ vyhrejeme rúru na 200°C alebo teplotu vzduchu na 180°C. Pred pečením ešte pagáčiky potrieme rozšľahaným vajčkom. Pečieme do ružova, približne 15 minút. Treba ich so záujmom sledovať. Po vytiahnutí z rúry s ochutnavaním počkáme, aby sme si neprivodili žalúdočné problémy. Sú vynikajúce teplé aj studené.



KWASKA

Składniki:

- 2 kg ziemniaków • 1 kg kapusty kiszonej • 0,5 kg wędzonej karkówki
- 0,5 kg łopatki wieprzowej • 0,3 kg wędzonej kiełbasy
- 0,1 kg boczku wędzonego • 2 średnie cebule
- 5-7 ząbków czosnku • sól • pieprz czarny mielony • papryka czerwona

Przygotowanie:

Kapustę włożyć do garnka, gotować, mięso i kiełbasę pokroić w kostkę razem z czosnkiem. Woda w garnku powinna przykryć składniki. Ziemniaki pokroić w kostkę, posolić i ugotować w innym garnku. Boczek podsmażyć na patelni, dodać pokrojoną cebulę, pieprz i paprykę. Odcedzić ugotowane ziemniaki, ale zachować wodę, w której się gotowały. Ziemniaki utłuc i wymieszać z ugotowaną kapustą, dodać podsmażony boczek, dokładnie wymieszać i w razie potrzeby dodać wody z ziemniaków według własnego uznania, aby uzyskać odpowiednią konsystencję.



KVASKA

Ingredieniec:

- 2 kg zemiaków • 1 kg kyslej kapusty • 0,50 kg údenej krkovičky
- 0,50 kg bravčovéj pliecky • 0,30 kg údenej klobásy
- 0,10 kg údenej slaniny • 2 stredne veľké cibule
- 5-7 strúčkov cesnaku • soľ • mleté čierne koreníe • červená paprika

Spôsob prípravy:

Do hrnca dáme varit' kapustu a na kocky pokrájame mäso a klobásu spolu s cesnakom. Vody dáme toľko, čo pokryje suroviny, zemiaky pokrájame na kocky a posolíme a varíme v inej nádobe. Na panvici upražíme slaninku, pridáme pokrájajú cibuľku, koreníe a papriku. Uvarené zemiaky ocedíme, ale vodu zo zemiakov si ponecháme. Popučíme zemiaky a zmiešame s uvarenou kapustou, pridáme upraženú slaninku, dôkladne premiešame a ak treba, podľa vlastného zväženia pridáme vodu zo zemiakov, aby sme docielili priemernú hustotu.

CIASTO Z KRUSZONKĄ

Składniki:

- 1 kostka drożdży • 3 łyżki cukru • pół łyżeczki soli
- 30-40 dkg mąki (krupczatka + tortowa)
- 1 jajko • szczypta proszku do pieczenia • 1 łyżka oleju • skórka z cytryny
- owoce do smaku (jabłka, śliwki, jagody, porzeczki, mogą być też owoce z kompotu)
- Kruszonka: • pół filiżanki cukru • filiżanka mąki • pół kostki masła (lub innego tłuszczu)

Przygotowanie:

Do miski wlać letnie mleko i drożdże, dodać cukier, dosypać 4-5 łyżki mąki, odstawić na 10 minut. Następnie dodać pozostałe mleko, jajko, olej, sól, skórkę z cytryny, szczyptę proszku do pieczenia i mieszać przez 2-3 minuty. Stopniowo dodawać pozostałą mąkę i wyrobić gładkie ciasto, które nie będzie przywieralo do miski. Przykryć ściereczką i zostawić do wyśnięcia na około 2 godziny. Przełożyć ciasto na posypaną mąką stolnicę, rozwałkować i przełożyć na blachę wyłożoną papierem pergaminowym. Na cieście ułożyć owoce według smaku. W misce wymieszać kruszonkę, dodać mąkę, cukier i posiekać miękkie masło, posypać ciasto. Wstawić do nagrzanego piekarnika i piec w temperaturze 170 stopni przez 25-30 minut, pozostawić do ostygnięcia, następnie podawać.

POSÝPKOVÝ KOLÁČ

Ingredieniec:

- 1 kocka drożdžia • 3 PL cukru • pol lyžičky soli
- 30-40 dkg múky (polohrubá + hladká)
- 1 vajce • štipka prášku do pečiva • 1 PL oleja • citrónová kôra
- ovocie podľa chuti (jablká, slivky, čučoriedky, ríbezle, môže byť aj zavárané ovocie)
- Posýpka: • pol šálky cukru • šálka múky • polovička kocky masla (alebo tuku)

Spôsob prípravy:

Do misky dáme vlažné mlieko a droždíe, pridáme cukor, zasypeme 4-5 PL múky, necháme 10 minút postáť. Následne pridáme zvyšné mlieko, vajce, olej, soľ, citrónovú kôru, štipku prášku do pečiva a 2-3 minúty miešame. Postupne pridávame ostatnú múku a vypracujeme hladké cesto, ktoré sa nelepí na misku. Prikrývame utierkou a necháme ho vykysnúť asi 2 hodiny. Potom cesto dáme na pomúčenú dosku, rozvaľkáme a uložíme na plech vyložený papierom. Na cesto dáme ovocie podľa chuti. V miske si vymiešame posýpku, dáme múku, cukor a nakrájame mäkké maslo, posypeme koláč a dáme do vyhriatej rúry a pečieme pri 170 stupňoch 25-30 min, necháme vychladnúť a podávame.



LISNÍK – CIASTO ZIEMNIACZANE Z PIECA

Składniki:

- 1 kg ziemniaków • 5 ząbków czosnku • 20 dkg mąki tortowej
- 1 łyżeczka soli • 1 łyżeczka majeranku • kminek
- 2 jajka • 15 dkg boczku • 1 cebula

Przygotowanie:

1 kg ziemniaków zetrzeć na tarce, dodać 5 ząbków czosnku i 20 dkg mąki tortowej, 1 łyżeczkę soli, 1 łyżeczkę majeranku, odrobinę kminku, jajka, następnie wymieszać. Wrzucić na patelnię 15 dkg boczku i 1 cebulę, podsmażyć na złoty kolor i dodać do masy, dobrze wymieszać i wylać na wysmarowaną tłuszczem blachę. Piec w temperaturze 180°C przez około 35-40 minut.

LISNÍK

Ingrediencie:

- 1 kg zemiakov • 5 strúčikov cesnaku • 20 dkg hladkej múky
- 1 čajová lyžička soli • 1 čajová lyžička majoránky • rasca
- 2 vajčka • 15 dkg slaniny • 1 cibuľa

Spôsob prípravy:

1 kg zemiakov postrúhame na tretku, do toho rozpučíme 5 strúčikov cesnaku a 20 dkg hladkej múky, 1ČL soli, 1ČL majoránu, trochu rasce, vajčka a zmiešame. Na panvici si upražíme 15 dkg slaninky a 1 cibuľu, toto opražíme do zlatista a vlejeme do masy, dobre to spolu premiešame a vylejeme na vymastený plech. Pečíeme pri 180°C asi 35-40 min.



GLGANY (KULKI / KLUSKI ZIEMNIACZANE)

Składniki:

- 1,5 kg ziemniaków • 1 łyżka soli • 1 łyżka mąki tortowej

Przygotowanie:

Ziemniaki zetrzeć na tarce, następnie odsączyć masę na ściereczce, dodać mąkę, sól i wyrobić masę. Uformować kulki i wrzucić na wrzącą, osoloną wodę. Ułożyć na talerzu, okrasić skwarkami lub masłem.

Warianty: okraszone z dodatkiem bryndzy lub oscypka.

GLGANY (ZEMIAKOVÉ GULKY / KLUSKY)

Ingrediencie:

- 1,5 kg zemiakov • 1ČL soli • 1ČL hladkej múky

Spôsob prípravy:

Zemiaky postrúhame, potom ich vyzmýkame v plátenej utierke, pridáme múku, soľ a spracujeme na cesto. Robíme guľky a hádzeme do vriacej osolenej vody. Na tanieri omastíme rozpraženou slaninkou alebo maslom.

Varianty: omastené s bryndzou, oštiepkom.



PRZEPISY SZEFA KUCHNI ZDENKO KRAMARČÍKA
RECEPTY ŠÉFKUCHÁRA ZDENKA KRAMARČÍKA

Pstrag / kasza / jabłka /
buraki / szczaw

Składniki:

- 80 g wędzonego pstrąga • 80 g kaszy • 50 g jabłka
- 50 g buraków • 60 g gotowanych buraków • 1 łyżeczka soku z cytryny
- 1 łyżeczka miodu • sól • pieprz

Przygotowanie:

Ugotować kaszę w osolonej wodzie. Następnie wymieszać kaszę z posiekanymi ugotowanymi burakami, doprawić solą, pieprzem, miodem i sokiem z cytryny. Wymieszać wędzonego pstrąga z pokrojonym zielonym jabłkiem. Do dekoracji używać pokrojonych buraków i świeżych ziół.

Pstruh / krúpy / jablká /
cvikla / št'avel'

Ingrediencie:

- 80 g údeného pstruha • 80 g krúp • 50 g jablka
- 50 g cvikle • 60 g varenej cvikle • 1CL citróna
- 1CL medu • soľ • korenie

Spôsob prípravy:

Krúpy si uvaríme v osolenej vode. Následne ich zmiešame s nakrájanou varenou cviklou, dochutíme soľou, korením, medom a citrónovou št'avou. Údený pstruh zmiešame spolu s nakrájaným zeleným jablkom. Na dekoráciu používame na plátky nakrájanú farebnú cviklu a čerstvé bylinky.





Demikat – zupa z bryndzy, świeże grzyby, jeżyny i olej szczypiorkowy

Składniki:

- 80 g cebuli • 2 łyżki oleju • sól • pieprz • 100 ml oleju
- 80 g bryndzy • 30 g jeżyn • 30 g grzybów, np. borowików
- szczypiorek • 80 g ziemniaków

Przygotowanie:

Cebulę podsmażyć na oleju, dodać pokrojone ziemniaki, wlać śmietanę i dodać bryndzę, następnie wszystko razem zagotować. Na koniec wszystko razem zblendować, doprawić solą i pieprzem. Serwujemy niekonwencjonalnie z jeżynami i świeżymi borowikami. Można też użyć oleju szczypiorkowego, który powstanie po zblendowaniu świeżego szczypiorku z olejem.

Bryndzový demikát, čerstvé dubáky, černice a pažitkový olej

Ingrediencie:

- 80 g cibule • 2PL oleja • soľ • korenje • 1 dl smotany
- 80 g bryndze • 30 g černíc • 30 g húb, napr. dubákov
- pažitka • 80 g zemiakov

Spôsob prípravy:

Cibuľu si orestujeme na oleji, kde pridáme nakrájané zemiaky, zalejeme smotanou a pridáme bryndzu, následne spolu všetko povaríme. Na záver všetko rozmixujeme, dochutíme soľou a korením. Servírujeme netradične s černicami a čerstvými dubákmi. Môžeme použiť taktiež pažitkový olej, ktorý si pripravíme rozmixovaním čerstvej pažitky v oleji.

Schab z jelenia, słodkie ziemniaki, sos śliwkowy

Schab posolić solą i posypać pieprzem. Następnie obsmażyć na patelni, a potem piec przez 10-14 min w temperaturze 180°C. Ugotować słodkie ziemniaki (bataty) w osolonej wodzie z dodatkiem soku z pomarańczy. Przygotować sos z suszonych śliwek i czerwonego wina, dodając sos powstały przy pieczeniu kości jelenia. Wszystko razem zagotować, zagęścić zasmażką z masła, doprawić solą i pieprzem. Podawać ze świeżymi ziołami.

Jelení chrbát, sladký zemiak, slivková omáčka

Jelení chrbát si osolíme a okoreníme. Následně opečieme na panvici a potom pečieme 10-14 min na 180°C. Sladký zemiak (batat) varíme v osolenej vode s pridaním pomarančovej šťavy. Omáčku si pripravíme zo sušených sliviek a červeného vína, kde pridávame omáčku z pečených jeleních kostí. Všetko spolu prevaríme, zahustíme maslom a dochutíme soľou a korením. Pri servírovaní používame čerstvé bylinky.





Stowarzyszenie Lokalna Grupa Rybacka Bielska Kraina

ul. Tadeusza Regera 81
43-382 Bielsko-Biała
tel. 33 810 57 35, 725 449 170
e-mail: biuro@bielskakraina.pl
www.bielskakraina.pl



Miestna Akčná Skupina Terchovská Dolina

Námestie sv. Floriána 1002
Varín 013 03
tel. 421 917 978 756
e-mail: info@mas-td.sk
www.mas-td.sk

VEGA Studio Adv. Tomasz Müller
82-500 Kwidzyn, ul. Grudziądzka 22/3A
www.grupavega.pl, e-mail: biuro@grupavega.pl

Opracowanie tekstu i redakcja: LGR Bielska Kraina przy współpracy z Kołami Gospodyń Wiejskich z Polski i Słowacji

Zdjęcia: w książce wykorzystano zdjęcia z zasobów LGR Bielska Kraina przygotowanych podczas warsztatów i konkursów kulinarnych

Opracowanie graficzne i przygotowanie do druku: Joanna Müller

Wydanie pierwsze

Nakład: 1000 egz.

Egzemplarz bezpłatny

Wszelkie prawa zastrzeżone.

Kopiowanie i powielanie w jakiegokolwiek formie wymaga pisemnej zgody Wydawcy.

Wyłącznie odpowiedzialność za zawartość niniejszej publikacji ponoszą jej autorzy i nie może być ona utożsamiana z oficjalnym stanowiskiem Unii Europejskiej.

Wszelkie prawa zastrzeżone / All rights reserved

Printed in Poland – Kwidzyn 2021

ISBN 978-83-8056-329-2



STOWARZYSZENIE LOKALNA GRUPA RYBACKA BIELSKA KRAINA

ul. Tadeusza Regera 81, 43-382 Bielsko-Biała

tel. 33 810 57 35, 725 449 170

e-mail: biuro@bielskakraina.pl, www.bielskakraina.pl



Interreg
Polska-Słowacja

Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego



Lokalna Grupa
Rybacka
Bielska Kraina



MIESTNA AKČNÁ SKUPINA
**TERCHOVSKÁ
DOLINA**

„Nasze dziedzictwo kulinarne – łączymy smaki pogranicza”

Mikroprojekt jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Programu Współpracy Transgranicznej INTERREG V-A Polska-Słowacja 2014-2020 oraz z budżetu państwa za pośrednictwem Euroregionu Beskidy

„Naše kulinárske dedičstvo – spájame chute pohraničia”

Projekt je financovaný z prostriedkov Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci programu cezhraničnej spolupráce Interreg V-A Poľsko-Slovensko 2014-2020 a zo štátneho rozpočtu prostredníctvom Euroregionu Beskydy