



Tradycyjne przepisy kuchni regionalnej Opolszczyzny i Czech Środkowych

Tradiční recepty regionální kuchyně Opolského vojvodství a Středočeského kraje

Folder przygotowany w ramach programu
„Uczenie się przez całe życie” COMENIUS REGIO PARTNERSKIE PROJEKTY

Folder byl zřízen v rámci projektu
„Celoživotní vzdělávání” PARTNERSTVÍ COMENIUS REGIO

www.kz-regio.wodip.opole.pl

O programie

Program Comenius Regio Partnerski Projekt „*Uczenie się przez całe życie*” to międzynarodowe przedsięwzięcie mające na celu wymianę doświadczeń, współpracę i unowocześnienie nauczania w zakresie kształcenia zawodowego.

W skład programu wchodzi dwa regiony partnerskie:

- Region I obejmuje instytucje województwa opolskiego: Kuratorium Oświaty w Opolu wraz z Zespołem Szkół Zawodowych nr 1 w Strzelcach opolskich oraz Wojewódzkim Ośrodkiem Kształcenia Informatycznego i Politechnicznego w Opolu
- Region II to obszar Czech Środkowych reprezentowany przez Wydział Szkolnictwa i Sportu w Pradze wraz ze Szkołą Średnią i Zawodową, Szkołą Zawodową w Kladno oraz Instytutem Szkoleniowym w Nymburk.

Celem projektu jest podniesienie atrakcyjności i jakości kształcenia zawodowego poprzez zastosowanie i upowszechnienie nowoczesnych metod nauczania i wprowadzenie kształcenia modułowego.

Materiały zebrała i opracowała Małgorzata Tacica

Redakcja i przygotowanie do druku: Aleksandra Wnuk-Cejzik

Tłumaczenie: Wioletta Chuchel

Tradiční česká kuchyně

Tradycyjna kuchnia czeska



Bramborová polévka

50 g tuku

375 g brambor

20 g celeru

20 g petržele

25 g mrkve

25 g cibule

5 g česneku

60 g hladké mouky

0,5 g majoránky

0,5 g mletého pepře

0,5 g kmínu

5 g sušených hub

1,5 l vody

10 g soli

Cibulku oloupeme a nakrájíme nadrobno. Ostatní zeleninu očistíme a nakrájíme. Houby namočíme.

Na oleji zpěníme cibulku, přidáme kmín a hladkou mouku a smažíme dozlatova. Pak zalijeme 1,5 l vody, rozšleháme a uvedeme do varu. Přidáme houby. Vaříme cca 30 minut. Potom přidáme nakrájenou zeleninu a vaříme dalších cca 20 minut. Následně přidáme brambory a vaříme skoro do měkka. Dochutíme česnekem, podle chuti osolíme, přidáme majoránku a bramboračku už jen krátce povaříme.

Kartoflanka

50 g tłuszczu

375 g ziemniaków

20 g selera

20 g pietruszki

25 g marchwi

25 g cebuli

5 g czosnku

60 g mąki

0,5 g majeranku

0,5 g zmielonego pieprzu

0,5 g kminku

5 g suszonych grzybów

1,5 l wody

10 g soli

Cebulę obrać i drobno pokroić. Resztę warzyw oczyścić i pokroić. Grzyby namoczyć.

Cebulę zeszklić na oleju, dodać kminek i mąkę, podsmażyć na złoto. Zalać 1,5 l wody, wymieszać, doprowadzić do wrzenia. Dodać grzyby i gotować około 30 minut. Dodać pokrojone warzywa i gotować następnie 20 minut. Następnie dodać ziemniaki i gotować do miękkości. Doprawić czosnkiem, majerankiem, osolić. Chwilę pogotować.



Kulajda

2 hrsti nakrájených hub

3 větší brambory

sůl a kmín

1 smetana

2 lžíce hl. mouky

kopr (nejlépe čerstvý, popř. sterilovaný)

1 vejce

ocet na dochucení

tuk (máslu)

1,5 l vody nebo vývaru

Rozehřejeme máslo, přidáme 2 vrchovaté lžíce hladké mouky, trochu zasmažíme, aby byla jíška světlá. Zalijeme vývarem nebo vodou, přidáme houby a vaříme cca 30 minut. Potom vložíme brambory nakrájené na kostičky a vaříme do změknutí.

Potom do kulajdy přidáme kopr a dochutíme solí a octem. Nakonec vmícháme smetanu a krátce povaříme. Při expedici do polévky vkládáme zastřené vejce (vejce vklepneme do vroucí osolené vody s octem a vaříme asi 4-5 minut).

Kulajda

2 garście krojonych grzybów

3 duże ziemniaki

Sól i kminek

1 śmietana

2 łyżki mąki

Koperek (najlepiej świeży, ew. konserwowy)

1 jajko

Ocet do smaku

Tłuszcz (masło)

1,5 l wody lub bulionu

Masło rozpuścić, dodać 2 czubate łyżki mąki, przygotować jasną zasmażkę. Zalać wywarem lub wodą, dodać grzyby i gotować około 30 minut. Pokrojone w kostkę ziemniaki dodać do wywaru i gotować aż będą miękkie.

Następnie do kulajdy dodać koperek i doprawić solą i octem. Na koniec dodać śmietanę, zamieszać i chwilę gotować. Podawać z gotowanym jajkiem (jajko wrzucić do wrzącej, osolonej wody i gotować ok. 4-5 minut).



Krkonošské kyselo

120 g chlebového kvásku

40 g másla nebo sádla

hrst sušených hub (nejlepší je směs)

300 g brambor

1 středně velká cibule

900 ml vody
200 ml mléka
2 vejce
sůl
kmín

Chlebový kvásek zředíme malým množstvím vlažné vody a necháme několik hodin, nejlépe přes noc, vykynout. Houby s kmínem vložíme do hrnce, přidáme oloupané, omyté a na kostičky nakrájené brambory. Přilijeme vodu, osolíme a uvaříme doměkka. Poté přidáme vykynutý kvásek a povaříme. Na másle nebo sádle osmažíme drobně nakrájenou cibuli a přisypeme ji do polévky. Nachystáme si řídká míchaná vajíčka, která servírujeme přímo do talířů nebo je vložíme do polévky.

V některých oblastech se jí kyselo s brambory na loupačku, jinde se brambory vaří zvlášť, nakrájejí se na kostičky a přidají do polévky.

Žurek karkonoski

120 g zakwasu (żuru)
40 g masła lub smalcu
garść suszonych grzybów (najlepiej mieszanych)
300 g ziemniaków
1 średnia cebula

900 ml wody
200 ml mleka
2 jajka
sól
kminek

Do zakwasu dodać małą ilość letniej wody i pozostawić na kilka godzin, najlepiej na noc, do wyrośnięcia. Grzyby włożyć do garnka, dodać kminek oraz obrane i pokrojone w kostkę ziemniaki. Zalać wodą, posolić i gotować aż zmiękną. Następnie dodać zakwas i chwilę gotować. Na masle lub smalcu usmażyć drobno pokrojoną cebulę i dodać ją do zupy. Przygotować rzadką jajecznicę, podawać ją bezpośrednio do talerza lub dodać do żuru.

W niektórych rejonach żur podaje się z ziemniakami gotowanymi w łupinach, w innych ziemniaki gotuje się osobno, kroi w kostki i dodaje do zupy.



Rajská omáčka

- olej
- 1 mrkev
- 1/4 celeru
- 1 petržel
- 1 cibule
- 1 kousek celé skořice
- 8 kuliček nového koření
- 20 kuliček celého pepře
- 3 bobkové listy
- 3 lžíce cukru
- ocet
- 300 g rajského protlaku
- 500 ml hovězího vývaru
- kousek citronové kůry
- 2 lžíce másla
- 4 lžíce hladké mouky

Pro základ rajské omáčky osmahneme na nakrájenou mrkev, celer, petržel a cibuli. Okořeníme celou skořicí, novým kořením, celým pepřem a bobkovým listem. Pak v základu omáčky necháme zkaramelizovat tři lžíce cukru a zastříkneme octem. Přidáme rajský protlak a restujeme. Základ zalijeme hovězím vývarem, provaříme půl hodiny, přidáme kousek citronové kůry a zahustíme jíškou z másla a hladké mouky. Provaříme dalších 45 minut a propasírujeme přes sítko. Rajskou omáčku případně dochutíme.

Sos pomidorowy

- olej
- 1 marchew
- 1/4 selera
- 1 pietruszka
- 1 cebula
- 1 cały kawałek cynamonu
- 8 ziaren ziela angielskiego
- 20 ziaren pieprzu

- 3 liście laurowe
- 3 łyżki cukru
- ocet
- 300 g przecieru pomidorowego
- 500 ml bulionu z wołowiny
- kawałek skórki z cytryny
- 2 łyżki masła
- 4 łyżki mąki

Na bazę sosu pomidorowego na oleju zrumienić pokrojoną marchew, seler, pietruszkę i cebulę. Całość doprawić cynamonem, zielem angielskim, ziarnami pieprzu i liściem laurowym. Następnie w bazie karmelizować trzy łyżki cukru, skropić octem. Dodać przecier pomidorowy i podsmażyć. Bazę sosu zalać bulionem z wołowiny, gotować pół godziny, dodać kawałek skórki z cytryny i zagęścić zasmażką z masła i mąki. Gotować następnie 45 minut, po czym przetrzeć przez sitko. Sos pomidorowy można ewentualnie doprawić.



Koprová omáčka

lžíce másla nebo hery

2 lžíce hladké mouky

vývar z masa nebo kostí

asi 2 dl mléka

2 - 2,5 dl smetany

svazek čerstvého kopru

sůl, ocet, cukr

Opraný kopr najemno pokrájíme. V kastrolu rozpustíme tuk, přidáme mouku a za stálého míchání usmažíme světlou jíšku. Zalijeme vývarem nebo vodou, přidáme mléko, rozmícháme a necháme asi 40 minut vařit. Přidáme kopr. Pak omáčku dochutíme solí, cukrem a octem, zjemníme smetanou a necháme přejít varem. Podáváme s vařeným hovězím masem nebo vejcem natvrdo. Jako příloha se hodí vařené brambory nebo houskový knedlík.

Sos koperkowy

łyżka masła lub margaryny

2 łyżki mąki

wywar z mięsa lub kości

szklanka mleka

szklanka śmietany

pęczek świeżego kopru

sól, ocet, cukier

Koperek opłukać i drobno posiekać. W garnku roztopić tłuszcz, dodać mąkę i stale mieszając przygotować jasną zasmażkę. Zalać wywarem lub wodą, dodać mleko, zamieszać i gotować około 40 minut. Dodać koperek. Następnie przyprawić solą, cukrem i octem, dodać śmietanę i przez chwilę gotować. Podawać z gotowaną wołowiną lub jajkiem na twardo. Do sosu pasują gotowane ziemniaki lub knedelkami (houskový knedlík).



Houbová omáčka

150 g čerstvých hub

30 g sádla

malá cibule

50 g sádla

50 g hladké mouky

1/2 cibule

1 l vody

ocet, cukr, sůl

smetana

Dobře očištěné a opláchnuté houby pokrájíme na větší, ale tenké plátky. Rozpustíme menší porci sádla, přidáme jemně nakrájenou cibuli, zpěníme, přidáme houby a podusíme. Z tuku, hladké mouky, cibule a vody připravíme základní omáčku, osolíme, přidáme dušené houby. Vaříme cca půl hodiny. Ochutíme solí, cukrem a octem. Omáčku zjemníme přidáním smetany.

Sos grzybowy

150 g świeżych grzybów

30 g smalcu

mała cebulka

50 g smalcu

50 g mąki

1/2 cebuli

1 l wody

ocet, cukier, sól

śmietana

Dobrze oczyszczone i wypłukane grzyby pokroić na cienkie plasterki. Rozpuścić mniejszą porcję smalca, dodać drobno pokrojoną cebulkę, całość zeszklić. Dodać grzyby i dusić. Z tłuszczu, mąki i wody przygotować bazę sosu. Posolić, dodać duszone grzyby i gotować około pół godziny. Doprawić do smaku solą, cukrem i octem. Na koniec dodać śmietanę.



Bramborák

8 velkých brambor
8 stroužků česneku

hladká mouka

olej

1 vejce

majoránka, sůl

Brambory oloupeme a zároveň s česnekem nastrouháme na jemno. V míse smícháme s vajíčkem; přidáme majoránku a sůl. Je-li třeba, můžeme lehce zahustit moukou.

Směs necháme dvacet minut odstát a pak na pánvi smažíme placky. Je-li těsto moc řídké, můžeme buďto přidat mouku, nebo odlít tekutinu.

Placki ziemniaczane

8 dużych ziemniaków
8 ząbków czosnku

mąka

olej

1 jajko

majeranek, sól

Ziemiaki obrać i drobno posikać z czosnkiem. W misce wymieszać z jajkiem, dodać majeranek i sól. W razie potrzeby zagęścić mąką. Masę pozostawić na dwadzieścia minut a następnie usmażyć na patelni placki. W przypadku zbyt rzadkiego ciasta można dodać mąkę.



Selská omeleta

60g cibule

60g slanina bez kůže

60g sádlo

600g brambory vařené loupané

pepř černý mletý

12 ks vajec

sůl

Jemně nakrájenou cibuli osmahneme do růžova na sádle se slaninou, nakrájenou na kostičky a částečně roztavenou, přidáme na hrubší nudle, hranolky nebo kostky nakrájené brambory, mírně opeříme, promícháme

a krótko osmahneme. Osmahnutou směs zalijeme rozmíchanými, mírně osolenými vejci a v troubě rychleji zapečeme. Upečenou omeletu ihned podáváme.

Omlet chłopski

60g cebuli

60g słoniny bez skóry

60g smalec

600g gotowanych obranych ziemniaków

mielony pieprz czarny

12 jaj

sól

Drobno posiekaną cebulkę zeszklić na smalcu i na pokrojonej w kostkę, lekko podsmażonej słoninie. Dodać ziemniaki pokrojone w paski, słupki lub kostkę, całość lekko oprószyć pieprzem, wymieszać i zarumienić. Zarumienioną masę zalać roztrzepanymi, lekko osolonymi jajami. Całość zapiekać w piekarniku. Upieczony omlet podawać natychmiast po wyjęciu z piekarnika.



Nastavovaná kaše s cibulkou

250 g trhaných krupek

400 g oloupaných brambor

mléko

sůl, pepř, majoránka, česnek

1 velká cibule

60 g sádla

Přebrané krupky propláchněte studenou vodou, vsypte do vařící osolené vody, zamíchejte a uvařte doměkka. Oloupané brambory opláchněte ve studené vodě, pokrájejte na stejně velké kousky, vložte do vařící osolené vody a uvařte doměkka. Vařené brambory ocedte, prolisujte, přidejte vařící mléko (asi 1.5 dcl), rozšlehejte, přidejte vařené krupky, sůl, pepř, rozemnutou majoránku a prolisovaný česnek a promíchejte. Kaši rozdělte na talířky, přelijte sádlem, na němž jste dozlatova osmažili drobně pokrájenou cibuli, a podávejte. Vhodným doplňkem jsou sterilované okurky nebo zeleninový salát.

Zagęszczona kasza z cebulką

250 g kaszy jęczmiennej

400 g obranych ziemniaków

150 ml mleka

sól, pieprz, majeranek, czosnek

1 duża cebula

60 g smalcu

Kaszę przepłukać zimną wodą, wsypać do osolonego wrzątku, zamieszać i gotować do miękka. Obrane ziemniaki wypłukać w zimnej wodzie, pokroić na równe kawałki, włożyć do osolonego wrzątku i ugotować do miękka. Ugotowane ziemniaki odcedzić, utłuc lub przepuścić przez prasę, dodać gorące mleko, masę ubić. Dodać ugotowaną kaszę, sól, pieprz, majeranek i przeciśnięty czosnek. Całość wymieszać. Kaszę rozdzielić na talerze, polać podsmażoną na smalcu cebulką. Podawać z ogórkami konserwowymi lub sałatką warzywną.



Svíčková na smetaně

750 g hovězí zadní
50 g špeku
sůl
mletý pepř
lžíce octa
1 větší mrkev
1 celer (asi 200 g)
1 menší petržel
1 větší cibule
200 g másla
celý pepř - asi 10 kuliček
nové koření - 4 kuličky
2 bobkové listy

špetka tymiánu
šťáva z 1 citronu
200 ml smetany ke šlehání + trochu mléka
hladká mouka na zahuštění
cukr

Prošpikujeme maso, osolíme, opepříme, posypeme nastrouhanou zeleninou (očistit), cibulí, kořením, pokapeme citronovou šťávou, lehce zastříkneme octem a polijeme rozpuštěným máslem. Necháme přes noc v lednici odležet.

Druhý den maso podlijeme malým množstvím vody (asi 2 dcl) a dusíme v troubě pod poklicí doměkka. Měkké maso vyjmeme, odstraníme koření. Zeleninu se šťávou přelijeme do hrnce a pomalu přivedeme k varu. Zahustíme hladkou moukou. Zalijeme smetanou ke šlehání a provaříme. Nakonec vše přecedíme, podle chuti dosolíme, okyselíme citronovou šťávou, octem nebo přisladíme. Maso nakrájíme na jednotlivé porce, vložíme ho zpět do omáčky a prohřejeme. Výborné s brusinkovým kompotem a houskovým knedlíkem.

Polędwica na śmietanie

750 g polędwicy wołowej

50 g słoniny

sól

pieprz mielony

łyżka octu

1 duża marchew

1 seler (ok. 200 g)

1 mała pietruszka

1 duża cebula

200 g masła

10 ziaren pieprzu

4 ziarna angielskiego ziela

2 liście laurowe

szczypta tymianku

sok z 1 cytryny

200 ml śmietany kremówki + odrobina mleka

mąka do zagęszczenia

cukier

Mięso naszpikować słoniną, posolić, popieprzyć, posypać startymi warzywami, cebulą, przyprawami, skropić sokiem z cytryny, lekko spryskać octem i polać rozpuszczonym masłem. Pozostawić na noc w lodówce.

Następnego dnia mięso zalać małą ilością wody (ok 200ml) i dusić w piekarniku pod przykryciem aż będzie miękkie. Miękkie mięso wyjąć, usunąć przyprawy. Warzywa i sos przelać do garnka i powoli doprowadzić do wrzenia. Zagęścić mąką, zalać śmietanką kremówką, chwilę gotować. Na koniec wszystko odcedzić, doprawić do smaku solą, zakwasić sokiem z cytryny, octem lub posłodzić.

Mięso pokroić na porcje, włożyć do sosu i lekko podgrzać. Doskonała z żurawiną i knedelkami (houskový knedlík).



Hovězí guláš

- 750 g hovězí maso - kliška nebo přední
- 300 g cibule
- sádlo nebo olej
- rajský protlak
- mletá sladká paprika 2 lžíce
- majoránka 3 lžíce
- hladká mouka 2 lžíce
- brambora nebo střída ze dvou krajíců chleba na zahuštění
- 2-3 stroužky česneku
- Sůl

Cibuli nakrájíme nahrubo a osmahneme na sádle nebo oleji. Přidáme osolené maso, nakrájené na kostky a orestujeme. Posypeme 2 lžícemi papriky, přidáme rajský protlak a 2 lžíce hladké mouky na zahuštění. Chvilku ještě osmahneme a trochu podlijeme vodou. Dusíme do poloměkka. Průběžně přiléváme dle potřeby horkou vodu. Pokud guláš ještě potřebuje zahustit, po hodině dušení nastrouháme najemno bramboru a dáme do guláše, vaříme ještě půl hodiny. Brambora se rozvaří a zahustí ho. Lze zahustit i nadrobno pokrájenou chlebovou střídou, pak zahušťujeme až 10 minut před koncem varu.

Na konci vaření přidáme dle chuti 2 prolisované stroužky česneku, dochutíme solí, pepřem, majoránkou.

Podáváme s chlebem nebo knedlíkem, posypané nakrájenou cibulí.

Gulasz wołowy

- 750 g wołowiny – goleń lub polędwica
- 300 g cebuli
- smalec lub olej
- przecier pomidorowy
- mielona słodka papryka 2 łyżki
- majeranek 3 łyżki
- mąka 2 łyżki
- ziemniak lub 2 kromki chleba bez skórek do zagęszczenia
- 2-3 ząbki czosnku
- sól

Cebule pokrojí w grubą kostkę i zarumienić na smalcu lub oleju. Dodać posolone, pokrojone w kostkę mięso i obsmażyć. Posypać 2 łyżkami papryki, dodać przecier pomidorowy i 2 łyżki mąki do zagęszczenia. Przez chwilę smażyć, po czym podlać odrobiną wody. Dusić na półmiękkko. W trakcie duszenia w razie potrzeby podlewać gorącą wodą. W przypadku, kiedy gulasz potrzebuje jeszcze zagęszczenia, po godzinie duszenia dodać utarty ziemniak i gotować jeszcze pół godziny. Rozgotowany ziemniak zagęści gulasz. Można również zagęścić gulasz drobno pokrojonym chlebem. Gulasz zagęszczamy 10 minut przed końcem gotowania.

Na koniec doprawić do smaku 2 przetartymi ząbkami czosnku, solą, pieprzem, majerankiem. Gulasz podawać z chlebem lub knedelkami, posypany pokrojoną cebulą.



Moravský vrabec

vepřová plec a bůček

sádlo

2 větší cibule

5 str. česneku

kmín, sůl, pepř

Maso pokrájíme na větší kousky, cibuli zpěníme na sádle, přidáme maso, rozdrcený česnek, kmín a sůl. Krátce osmahneme po všech stranách, podlijeme trochou vody, vložíme do trouby a pečeme při 200°C. Podáváme s houskovými nebo bramborovými knedlíky, jako přílohu dušené zelí nebo špenát.

Moravský vrabec

karkówka i boczek

smalec

2 duże cebule

5 ząbków czosnku

kminek, sól, pieprz

Mięso pokroić na duże kawałki, cebulę zeszklić na smalcu, dodać mięso, rozgnieciony czosnek, kminek i sól. Krótко obsmażyć ze wszystkich stron, podlać wodą, włożyć do piekarnika i piec w temperaturze 200°C. Podawać z knedelkami (houskový lub bramborový knedlík) oraz z duszoną kapustą lub szpinakiem.



Špekové knedlíky

- 250 g uzeného bůčku
- 50 g slaniny
- 500 g žemlí
- 150 g hrubé mouky
- sůl
- 2 vejce
- pepř
- muškátový květ
- petrželku
- 4 dl mléka

Vařený bůček a slaninu nakrájíme na malé kostičky, vložíme do pekáčku, mírně osmažíme, přidáme na kostičky nakrájenou žemli a vše za míchání v troubě osmažíme. Do mísy vložíme mouku, přidáme sůl, vejce, špetku pepře a květu, sekanou petrželku, mléko a vymícháme řídké těsto. Přidáme maso se žemlí, promícháme a necháme odpočinout. Z těsta tvoříme menší kulaté knedlíky a vaříme asi 15 minut v osolené vodě. Podáváme napůl rozkrojené s dušeným zelím přelité orestovanou cibulkou.

Knedle ze słoninką

- 250 g wędzonego boczku
- 50 g słoniny

- 500 g bułki
- 150 g mąki
- sól
- 2 jajka
- pieprz
- gałka muskatołowa
- nać pietruszki
- 400 ml mleka

Gotowany boczek i słoninę pokroić na małe kosteczki, włożyć do rondelka, lekko obsmażyć, dodać pokrojoną w kostki bułkę. Opiekać w piekarniku od czasu do czasu mieszając. Do miski wsypać mąkę, dodać sól, szczyptę pieprzu i gałki muskatołowej, jajka, posiekaną natkę, mleko, rzadkie ciasto wymieszać. Dodać mięso z bułką, wymieszać i odstawić. Z ciasta uformować małe, okrągłe knedliki i gotować w osolonej wodzie ok. 15 minut. Podawać rozkrojone na pół z duszoną kapustą, polane smażoną cebulką.



Plněné bramborové knedlíky uzeným masem

- 750 g brambor uvařených ve slupce
- 220 g hrubé mouky
- hrubá mouka na obalení
- 80 g dětské krupičky
- 1 vejce
- sůl
- 250 g uzeného vařeného masa (bůček, plec, krkovice)
- 1 velká cibule
- 2 lžíce sádla

Uzené vařené maso nakrájíme na kostičky, osmahneme na troše sádla a necháme vychladnout. Uvařené brambory oloupeme a nejemno nastrouháme nebo prolisujeme na vál nebo do mísy. Přidáme prosetou mouku, krupičku, vejce, sůl a rychle zpracujeme na tuhé hladké těsto. Z těsta vyválíme váleček o průměru asi 4 cm a nakrájíme ho na silnější plátky. Každý plátek v dlani trochu roztáhneme a zploštíme, naplníme uzeným masem, okraje spojíme k sobě a vytvarujeme kulaté knedlíky. Obalíme je v hrubé mouce a vložíme do vroucí osolené vody. Vaříme v dostatečně velkém hrnci asi 12-15 minut. Cibuli oloupeme, nakrájíme nejemno a osmahneme dozlatova na sádle. Knedlíky podáváme s dušeným zelím a osmaženou cibulí.

Knedle ziemniaczane faszerowane wędzonym mięsem

750 g ugotowanych ziemniaków w mundurkach

220 g mąki krupczatki

mąka do obtoczenia

80 g kaszki manny

1 jajko

sól

250 g wędzonego gotowanego mięsa (boczek, łopatka, karkówka)

1 duża cebula

2 łyżki smalcu

Wędzone ugotowane mięso pokroić w kostki, obsmażyć na odrobinie smalcu i dostawić do wystygnięcia. Ugotowane ziemniaki obrać, utłuc lub przepuścić przez prasę na stolnicę lub do miski. Dodać przesianą mąkę, kaszkę mannę, jajko, sól i szybko wyrobimy na gładkie, sztywne ciasto. Z ciasta utoczyć wałeczek o średnicy ok. 4 cm i pokroić go na grubsze krążki. Każdy krążek w dłoni odrobinę spłaszczyć, rozciągnąć i napęnić wędzonym mięsem. Zlepić, formując kulę. Obtoczyć w mące i wrzucić do wrzącej osolonej wody. Gotować w wystarczająco dużym garnku ok. 12-15 minut. Cebulę obrać, drobno posiekać i zarumienić na smalcu. Knedelki podawać z duszoną kapustą i smażoną cebulką.



Cmunda po kaplicku

cmunda:

600 g brambor,

asi 150 g hladké mouky,

1 vejce,

sůl,

pepř,

mletý kmín,

majoránka,

3 stroužky česneku,

tuk na smažení.

Zelí:

500 g kysaného zelí,

1 syrový brambor,

cukr,

sůl.

Uzené:

500 g uzeného masa.

- Oloupané brambory najemno nastroháme, přidáme hladkou mouku, vejce, sůl, rozetřený česnek, koření.
- Smažíme placky na rozpáleném tuku.
- Uzené maso uvaříme nebo rozpaříme - dle druhu masa.
- Zelí podlijeme, pokud je kyselejší propláchneme a uvaříme do měkka.
- Během vaření přidáme najemno nastrohaný malý brambor a promícháme.
- Dochutíme solí a cukrem, pokud je to potřeba.

Podáváme – na bramborák dáme zelí a na něj plátek uzeného masa.

Cmunda po kaplicku

Cmunda:

600 g ziemniaków,

ok. 150 g mąki,

1 jajko,

sól,

pieprz,

mielony kmin,

majeranek,

3 zębki czosnku,

Tłuszcz do smażenia.

Kapusta:

500 g kiszonej kapusty,

1 surowy ziemniak,

cukier,

sól.

Wędzonka:

500 g wędzonego mięsa.

- Obrane ziemniaki zetrzeć na tarce, dodać mąkę, jajko, sól, roztarty czosnek, przyprawy.
- Smażyć placki na gorącym tłuszczu.
- Wędzone mięso ugotować lub zaparzyć – w zależności od rodzaju mięsa.
- Kapustę zalać wodą i ugotować do miękka. W przypadku, kiedy jest bardzo kwaśna, można ją wcześniej przepłukać.
- W trakcie gotowania dodać mały utarty ziemniak i zamieszać.
- W razie potrzeby doprawić do smaku solą i cukrem.

Podawać– na placek ziemniaczany dać kapustę a na nią porcję wędzonego mięsa.



Sekaná pečeně

500 g hruběji umletého masa (60 % vepřového a 40 % hovězího)

2 vejce

2 velké toasty s odkrojenou kůrkou

½ dl smetany

1 středně velká cibule

30 g anglické slaniny

2 lžice sušené drhnuté majoránky

sůl, pepř

K umletému masu přidáme jemně nasekanou cibulku osmahlou do sklovata na anglické slanině pokrájené na drobné proužky, dále toasty nasáklé smetanou, veškeré koření a sůl a dvě vejce. Důkladně promícháme a prohněteme. Vytvarujeme šišku, kterou vložíme do vhodného pekáčku a celou ji potřeme bílkem. Vložíme do trouby a pečeme 60 – 80 minut při 200 stupních Celsia za občasného podlití vodou. Nakrájíme a ihned servírujeme. Ideální přílohou jsou vařené brambory, bramborová kaše nebo bramborový salát.

Pieczeń rzymska

500 g grubo zmielonego mięsa (60 % wieprzowego i 40 % wołowego)

2 jajka

2 duże kromki tostowego chleba bez skórki

50 ml śmietany

1 średniej wielkości cebula

30 g boczku wędzonego

2 łyżki suszonego majeranku

sól, pieprz

Do mielonego mięsa dodać drobno posiekaną cebulę, zeszkloną na wędzonym boczku, drobno pokrojonym na paski, następnie namoczone w śmietanie kromki chleba tostowego, przyprawy, sól i dwa jajka. Dokładnie wymieszać i wyrobić. Uformować stożek, włożyć do formy i całość posmarować białkiem. Wstawić do piekarnika i piec 60 – 80 minut w 200 st.C, od czasu do czasu podlewać wodą. Pokroić i natychmiast podawać. Ideálním dodatkiem do pieczeni jest sałatka ziemniaczana, całe lub tłuczone ziemniaki.



Kuře na paprice

1 kuře

sůl, pepř

cibule

paprika sladká

olej

mouka hladká

smetana

Očištěné kuře rozčtvrtíme. Na oleji osmahneme drobně nakrájenou cibulku, přidáme papriku a zalijeme vodou. Kuře osolíme, opeříme a vložíme do základu. Dusíme doměkka. Poté kuře vyjmeme a šťávu zahustíme světlou jíškou, kterou jsme si dopředu připravili. Za občasného míchání vaříme do zhoustnutí a potom prováříme asi 45 minut. Omačku zjemníme smetanou a trochu povaříme. Hotovou omáčkou přelijeme na talíři čtvrtky kuřat. Vhodná příloha – těstoviny, houskové knedlíky.

Kurczak w papryce

1 kurczak

sól, pieprz

cebula

papryka słodka

olej

mąka

śmietana

Oczyszczonego kurczaka poćwiartować. Na oleju podsmażyć drobno pokrojoną cebulkę, dodać paprykę i zalać wodą. Kurczaka posolić, przyprawić pieprzem i włożyć do bazy. Dusić do miękka. Następnie wyjąć kurczaka a sos zagęścić, przygotowaną wcześniej, jasną zasmażką. Gęstniejący sos mieszać od czasu do czasu, następnie gotować około 45 minut. Na koniec do sosu dodać śmietanę i przez chwilę gotować. Gotowym sosem polewać ćwiartki kurczaka. Odpowiednie dodatki - makaron, knedle (houškové knedlíky).



Kapr na modro

1 kapr
2 l vody
2 cibule
2 mrkve
1 menší celer
1 malý pórek
kousek celerové natě
zelená petrželka
100 ml bílého vína nebo octa zředěného vodou
1 bobkový list
10 zrněk pepře
sůl
citronová šťáva

Ve větším hrnci přivedeme vodu k varu a vložíme do ní oloupanou a na kolečka nakrájenou cibuli, očištěnou a drobně rozkrájenou mrkev, celer a pórek spolu s opranou petrželkou, celerovou natí a bobkovým listem. Osolíme, přidáme víno nebo rozředěný ocet, pepř a na mírném ohni 20 minut vaříme. Kapra opereme a dbáme přitom, abychom nepoškodili kůži, neboť jinak by se kapr nezbarvil pěkně domodra. Vnitřek kapra osolíme a zakapeme citronovou šťávou. Vložíme jej opatrně do zeleninového vývaru a připravujeme 15–20 minut (nesmí se vařit, vývar udržujeme stále jen pod bodem varu). Měkkého kapra podáváme na nahřáté míse obloženého vařenými brambory s máslem. Můžeme podávat s majonézou ochucenou křenem.

Karp na niebiesko

1 karp
2 l wody
2 cebule
2 marchewki
1 mały seler
1 mały por
kawałek selera naciowego
nać pietruszki
100 ml białego wina lub octu z wodą
1 liść laurowy
10 ziarenek pieprzu
sól
sok z cytryny

W dużym garnku zagotować wodę. Do wrzątku włożyć pokrojoną w krążki cebulę, oczyszczoną i drobno pokrojoną marchewkę, seler i por razem z wyplukaną natką, selerem naciowym i liściem laurowym. Posolić, dodać wino lub rozcieńczony ocet, pieprz i gotować na wolnym ogniu 20 minut. Karpia należy dokładnie umyć od środka. Na zewnątrz tylko krótko opłukać tak, aby nie uszkodzić skóry i śluzu. W innym przypadku karp nie zabarwi się na niebiesko. Wnętrze karpia posolić i skropić sokiem z cytryny. Włożyć delikatnie do warzywnego wywaru i trzymamy 15–20 minut (nie może się gotować, wywar utrzymujemy tuż przed punktem wrzenia). Miękkiego karpia podawać na ogrzanym półmisku obłożonego gotowanymi ziemniakami z masłem. Można również podawać z majonezem przyprawionym chrzanem.



Kapr na černo

600 g kapra,
60 g kořenové zeleniny,
20 ml octa,
1 menší cibule,
divoké koření (celý pepř, nové koření, bobkový list),
tymián,
citron,
sůl,
12 g strouhaného perníku,
20 g cukru,
20 g švestkových povidel,

200 ml červeného vína,
15 g hrozinek,
10 g mandlí,
20 g sušených švestek,
60 g másla

Zeleninu nakrájíme na kolečka a ve větším hrnci zalijeme vodou. Přidáme ocet, cibuli, všechno koření, citronovou kůru, sůl a povaříme 15 minut. Do mírně vařícího vývaru vložíme porce kapra a táhneme 15 minut. Vařenou rybu vyjmeme na mísu. Do menšího množství vývaru dáme nastrouhaný perník a dobře promícháme. Přidáme polovinu karamelového cukru, povidla, víno a vaříme do zhoustnutí. Omáčku přecedíme, ochutíme druhou polovinou cukru, citronovou šťávou, nahrubo nasekanými spařenými mandlemi, rozinkami a sušenými švestkami, přidáme máslo a povaříme. Do hotové omáčky vložíme uvařenou rybu. Kapr načerno je chutnější, připravíme-li jej den předem. Pokrm pak ohříváme v parní lázni, aby se ryba nerozpadla.

Karp na czarno

600 g karpia,
60 g warzyw korzeniowych,
20 ml octu,
1 mała cebula,
przyprawy korzenne (ziarna pieprzu, ziele angielskie, liść laurowy),
tymianek,
cytryna,
sól,
12 g utartego piernika,
20 g cukru,
20 g powideł śliwkowych,
200 ml czerwonego wina,
15 g rodzynek,
10 g migdałów,
20 g suszonych śliwek,
60 g masła

Warzywa pokroić w krążki i w dużym garnku zalać wodą. Dodać ocet, cebulę, wszystkie przyprawy korzenne, skórkę z cytryny, sól i gotować 15 minut. Do lekko gotującego się wywaru włożyć porcje karpia i gotować 15 minut. Ugotowaną rybę wyjąć na półmisek. Do mniejszej ilości wywaru wsypać utarty piernik i dobrze wymieszać. Dodać połowę skarmelizowanego cukru, povidła, wino i gotować aż zgęstnieje. Sos odcedzić, przyprawić drugą połową cukru, sokiem z cytryny, grubo posikanymi sparzonymi migdałami, rodzynkami i suszonymi śliwkami. Dodać masło i gotować. Do gotowego sosu włożyć ugotowaną rybę. Karp na czarno smakuje lepiej, jeśli jest przygotowany dzień wcześniej. Danie odgrzewamy wtedy w parowarze, aby ryba się nie rozpadła.



Rýžový nákyp

1 hrnek rýže
2–3 hrnky mléka
špetka soli
kousek celé skořice
100 g Hery
3 vejce
5 lžic moučkového cukru
1 vanilkový cukr
500 g konzervovaného ovoce (meruňky, švestky)
tuk na vymazání formy
šťáva z kompotů

Mléko zahřejeme, osolíme, vsypeme rýži, přidáme špetku soli a skořici. Za stálého míchání přivedeme směs k varu, zmírníme a uvaříme doměkka. Během vaření je třeba rýži často míchat a případně dolévat mléko. Uvařená rýže by měla být mazlavá. Rýži odstavíme.

Žloutky ušleháme se změkklým tukem do pěny a vmícháme je do zchladlé rýže. Z bílků vyšleháme sníh a 2/3 dávky zlehka vmícháme k rýži. Do vymazaného pekáče rozetřeme vrstvu rýže, poklademe okapaným ovocem, opět vrstvu rýže, navrch zbytek ovoce a 1/3 sněhu. Pečeme ve vyhřáté troubě při 200 °C dozlatova. Než se nákyp zapeče, svaříme kompotovou šťávu na konzistenci sirupu, kterým poléváme jednotlivé porce nákypu.

Zapiekany ryż

1 kubek ryżu
2–3 kubki mleka
szczypta soli
kawałek kory cynamonowej
100 g margaryny
3 jajka
5 łyżek cukru pudru
1 cukier waniliowy
500 g owoców w puszcze (morele, śliwki)
tłuszcz do wysmarowania formy
zalewa z owoców

Mleko podgrzać, posolić, wsypać ryż, dodamy szczyptę soli i cynamon. Stale mieszając doprowadzić mleko do wrzenia, zmniejszyć ogień i ugotować na miękko. W trakcie gotowania należy ryż często

mieszac i w razie potrzeby dolewać mleko. Ugotowany ryż powinien mieć lepką konsystencję. Ryż odstawić.

Żółtka ubić z miękkim tłuszczem na pianę i wymieszać z wystygłym ryżem. Białka jaj ubić na sztywną pianę i 2/3 porcji delikatnie wymieszamy z ryżem. Do posmarowanej tłuszczem formy włożyć warstwę ryżu, warstwę odcedzonych owoców, ponownie warstwę ryżu a na wierzch resztę owoców i 1/3 ubitych białek. Piec w piekarniku nagrzanym do 200 °C aż wierzch zrobi się złoty. W międzyczasie zagotować zalewę z owoców i doprowadzić do konsystencji syropu, którym się polewa porcje zapiekanego ryżu.



Dukátové buchtičky s vanilkovým krémem

350 g hladké mouky

100 g másla

1 vejce

mléko

3 lžíce cukru

12 g droždí

sůl

hladká mouka na vyválení

Vanilkový krém:

2 žloutky

4 dl mléka

½ balíčku pudinkového prášku s vanilkovou příchutí

2 lžíce cukru

vanilkový cukr

Droždí rozmícháme se dvěma lžícemi cukru, když zřídne, přidáme tři lžíce vlažného mléka a dvě lžíce mouky, rozmícháme a necháme na teplém místě vykynout. Do misky prosejeme mouku a sůl, přidáme vykynutý kvásek, vejce, lžíci cukru a polovinu dávky rozehrátého másla a mlékem zaděláme vláčné těsto. Misku přikryjeme utěrkou a těsto necháme vykynout na teplém místě, asi hodinu. Když těsto zdvojnásobí svůj objem, rozválíme je na válečky asi 1,5–2 centimetry silné a nakrájíme je na stejně dlouhé dílky. Naskládáme je do pekáčku vymaštěného máslem a promastíme je rozehrátým máslem, když je dno pekáčku plné, buchtičky pomastíme a stejně naskládáme i druhou vrstvu. Po vykynutí upečeme buchtičky do červena. Podáváme je teplé, přelité vanilkovým krémem. Příprava krému: V části mléka rozmícháme pudinkový prášek, vlijeme je do ostatního horkého mléka, přidáme cukr a uvaříme hladký krém za stálého míchání. Sejmeme jej z plotýnky, doplníme žloutky rozkvedlanými ve lžíci mléka, vanilkovým cukrem a dobře rozmícháme.

Buleczki z kremem waniliowym

350 g mąki
100 g masła
1 jajko
mleko
3 łyżki cukru
12 g drożdży
sól
mąka na wałkowanie
krem waniliowy:
2 żółtka
4 dl mleka
½ paczki budyniu o smaku waniliowym
2 łyżki cukru
cukier waniliowy

Drożdże zmieszać z dwiema łyżkami cukru, kiedy zrobią się rzadkie, dodać trzy łyżki mleka i dwie łyżki mąki. Całość wymieszać i odstawić w ciepłe miejsce do wyrośnięcia. Do miski przesiać mąkę i sól, dodać wyrośnięty zaczyn, jajko, łyżkę cukru i połowę porcji rozpuszczonego masła, mlekiem wyrobić gładkie ciasto. Miskę przykryć ściereczką i zostawić ciasto w ciepłym miejscu do wyrośnięcia na około godzinę. Kiedy ciasto podwoi swoją masę, rozwałkować je na waleczki o grubości ok. 1,5–2 cm i pokroić je na równej wielkości cząstki. Wyłożyć je na blachę wysmarowaną masłem i polać rozgrzanym masłem, kiedy dno blachy jest pełne. W ten sam sposób ułożyć drugą warstwę i zalać rozgrzanym masłem. Po wyrośnięciu piec aż buleczki się zarumienią. Podawać ciepłe, polane kremem waniliowym.



Kynuté ovocné knedlíky

250 ml vlažného mléka
špetka soli
trochu cukru
2 lžíce Solamylu nebo 2 vejce
1 lžíce rozehřátého másla

500 g polohrubé mouky
2 lžičky sušeného nebo 1/2 čerstvého droždí

Po vykynutí těsto propracujeme a odkrajujeme nožem nebo lžící malé kousky. Prsty nebo pomocí rozvalovacího válečku těsto roztáhneme, naplníme čerstvým anebo rozmraženým ovocem, džemem apod. Dobře zabalíme a necháme cca 15 minut kynout. Vložíme do vroucí osolené vody a vaříme cca 12 minut. V půlce knedlíky otočíme.

Po vytažení knedle propícháme, aby se nesrazily. Můžeme pařit na páře nebo parním hrnci.

Owocowe knedle drożdżowe

250 ml letniego mleka
szczypta soli
odrobina cukru
2 łyżki mąki ziemniaczanej (skrobi) lub 2 jaja
1 łyżki rozpuszczonego masła
500 g mąki
2 łyżeczki suszonych lub 1/2 świeżych drożdży

Po wyrośnięciu ciasto wyrobić i odkrajać nożem lub łyżką małe kawałki. Palcami lub wałkiem ciasto rozciągnąć, wypełnić świeżymi lub mrożonymi owocami, dżemem itp. Dokładnie zawinąć i zostawić na około 15 minut do wyrośnięcia. Włożyć do wrzącej osolonej wody i gotować około 12 minut. W połowie gotowania knedle odwrócić.

Po wyciągnięciu knedle przekłuć, aby się nie skurczyły. Można również gotować knedle na parze lub w parowarze.



Buchty plněné

250 ml vlažného mléka
150 g rozpuštěného másla
2 žloutky
špetka soli
50 g krystalového cukru

1 sáček vanilkového cukru
2 lžíce citronové šťávy (nebo citronky)
strouhaná kůra z jednoho citronu (nebo 1 lžička sušené citronové kůry)
500 g hladké mouky
1 lžička sušeného nebo 1/4 čerstvého droždí

Po vykynutí těsto propracujeme na pomoučněné ploše nebo na silikonovém vále, těsto se nelepi a nemusí se podsypávat, rozdělíme na cca 24 ks nebo postupně odkrajujeme stejné kousky těsta, které rukama roztáhneme tak, aby se daly naplnit. Plníme tvarohovou náplní (tvaroh smíchaný s cukrem, rozinkami, zahustíme 1 – 2 lžícemi vanilkového pudinku v prášku nebo 1 žloutkem), povidly, makovou náplní, džemem, Nutelou apod. Kraje spojíme a vytvoříme bochánky. Dáváme pozor, aby byly dobře uzavřené (prsty pevně přitlačíme), aby nám náplň nevytékala. Spojem dolů skládáme nejlépe do pekáčku nebo na plech s vyšším okrajem a vždy každou ze všech stran pomašlujeme rozpuštěným máslem. Neskládáme moc vedle sebe, ještě nakynou! Necháme cca 45 minut kynout pod utěrkou, pak potřeme rozpuštěným máslem a dáme péct do vyhřáté trouby při 190°C / cca 20 minut.

Nadziewane bułeczki

250 ml letniego mleka
150 g rozpuszczonego masła
2 żółtka
szczypta soli
50 g cukru kryształu
1 opakowanie cukru waniliowego
2 łyżki soku z cytryny (lub kwasku cytrynowego)
starta skórka z jednej cytryny (lub 1 łyżeczka suszonej skórki z cytryny)
500 g mąki
1 łyżeczka suszonych lub 1/4 świeżych drożdży

Wyrośnięte ciasto wyrobić na posypanej mąką desce lub na silikonowej stolnicy, ciasto nie powinno się lepić, nie trzeba go podsypywać. Podzielić go na około 24 porcje lub stopniowo oddzielać równe kawałki, formować w rękach w taki sposób, by można je było napełnić. Nadziewamy je masą twarogową (twaróg zmieszany z cukrem, rodzynkami, zagęszczony 1 – 2 łyżkami budyniu waniliowego w proszku lub 1 żółtkiem), powidłami, masą makową, džemem, Nutellą itp. Końce złączyć i uformować małe bułeczki. Należy zwracać uwagę by były one szczelne (przyciskamy palcami), tak by nadzienie nie wyciekło. Miejscem gdzie bułeczka była łączona na dół, ułożyć na wysokiej blasze i każdą dokładnie ze wszystkich stron posmarować rozpuszczonym masłem. Nie układać zbyt blisko siebie, jeszcze wyrosną! Pozostawić na około 45 minut do wyrośnięcia pod ściereczką, ponownie posmarować rozpuszczonym masłem i piec w piekarniku rozgrzanym do 190°C / około 20 minut.

Opolszczyzna- Przepisy kuchni regionalnej

ZUPY/ POLÉVKY



Wodzionka

2-3 ząbki czosnku,

1l wody,

2 kromki czerstwego chleba lub bułki,

1/2 łyżeczki soli,

1 łyżka masła lub kawałek wędzonego boczku

Obrany czosnek rozetrzeć z solą, wymieszać z chlebem pokrajanym w drobną kostkę i zalać wrzącą wodą. Okrasić masłem lub stopionym boczkiem. Można przyprawić do smaku pieprzem i ewentualnie kilkoma kroplami przyprawy do zup.

Wodzionka

2-3 stroužky česneku,

1l vody,

2 krajíce starého chleba anebo žemle,

1/2 lžičky soli,

1 lžiče másla anebo kus bůčku

Oloupaný česnek utřeme se soli, promícháme s chlebem, který dřív nakrájíme na kostičky a vše zalijeme vařící vodou. Omastíme máslem anebo škvarky. Můžeme taky ochutit pepřem, případně maggi.



Zupa wigilijna siemionka (albo siemieniotka)

20 dag nasion konopi ,
1l mleka słodkiego surowego,
1 szklanka śmietany
ewentualnie słodkiego mleka,
2-3 łyżki mąki jaglanej lub
2 łyżki pszennej,
1 łyżeczka soli,
2 łyżki cukru,
2 szklanki kaszy jęczmiennej

Nasiona konopi przepłukać, zalać (2 szklanki) wodą i w przeddzień gotowania postawić do namoknięcia. Gotować w tej samej wodzie przynajmniej 2 godz. (w miarę potrzeby dolewać po trochu wody), aż popękają łuski i pokaże miąższ. Wywar odcedzić, a konopie zemiać. Do miazgi wlać szklankę lub dwie gorącej wody, dobrze wymieszać, i gotować 20 min. Odcedzić. Jeżeli łuski nie są dostatecznie wypłukane, jeszcze raz je przepłukać niewielką ilością gorącej wody. Wywar i płyn z przepłukania połączyć i przecedzić przez gęste sitko. Do wywaru (powinno go być około 3/4 l) wlać mleko, i ciągle mieszając (lubi się przypalić), zagotować. Mąkę jaglaną lub mąkę pszenną rozmącić ze śmietaną lub mlekiem, wlać do zupy, mieszając zagotować. Osolić i dodać cukier. Podać z nie soloną ugotowaną na sypko kaszą.

Štědrovečerní polévka

20 dag konopných semen,
1l sladkého syrového mléka,
1 sklenice smetany

případně sladkého mléka,

2-3 lžíce jahelné mouky anebo

2 lžíce pšeniční mouky,

1 lžička soli,

2 lžíce cukru,

2 sklenice jáhlové kaše

Konopné semena propláchneme a zalijeme vodou (2 sklenice). Namočíme na několik hodin, nejlépe přes noc. Vaříme v téže vodě cca 2 hodiny (podle potřeby při vaření doléváme vodu), až popuká slupka. Vývar procedíme a konopí umeleme. Kaši zalijeme sklenici anebo dvěma vlažné vody, promícháme a vaříme 20 minut. Procedíme, a pokud slupka není dost vypláchnuta, ještě jednou propláchneme horkou vodou. Vývar a tekutinu promícháme a potřetí procedíme přes husté sítko. Do vývaru (mělo by být cca 3/4 l) vlijeme mléko, pořad mícháme a snažíme se, aby se nepřipálil. Zvolna uvedeme do varu. Jahelní anebo pšeniční mouku smícháme se smetanou anebo mlékem, vlijeme do polévky: mícháme a uvádíme do varu. Přidáme sůl a cukr. K polévce podáváme uvařenou bez soli jáhlovou kaši.



Żurek śląski

3-4 łyżki kwasu żytniego,

4-5 łyżek mąki żytniej,

3-4 dag wędzonego boczku,

lub słoniny,

1,5l wody,

kilka suszonych grzybów,

szczypta, kminku, sól

Kwas żytni wymieszać dobrze z letnią wodą i mąką. Pozostawić na 1-2 godz. w ciepłym miejscu. Grzyby zalać wodą (1l) i ugotować, po czym wlać wszystko do zacyznu z kwasu żytniego i mąki. Dodać sól i kmínek, gotować 25min mieszając. Okrasić wysmażoną słoniną. Jeżeli do żuru dodaje się kiełbasę, należy ją podgrzać w zupie. Zamiast wody można użyć wywaru z gotowanej szynki lub boczku.

Kyselo

3-4 lžíce chlebového kvasu z žitné mouky,

4-5 lžic žitné mouky,

3-4 dag uzeného bůčku,

anebo slaniny,

1,5 l vody,

sušené houby,

kmínek, sůl

Chlebový kvas zalijeme vlažnou vodou a přidáme mouku, rozšleháme a necháme 1-2 hodiny vykynout. Houby zalijeme vodou (1l) a uvaříme doměkka. Poté přidáme vykynutý kvásek, osolíme, přidáme kmín. Takto připravené kyselo necháme zvolna asi půl hodiny vařit. Nakonec přidáme drobně krájený a osmažený uzený bůček případně slaninu. Do hotové polévky při servírování můžeme přidat klobásu, kterou přihřejeme v polévce. Místo vody můžeme použít vývar z vaření šunky nebo bůčku.



Zupa z maślanki (polewka)

1l maślanki,
¼ l słodkiego mleka ze śmietaną,
4 łyżki mąki,
1 łyżka masła,
1 jajko,
Szczypta soli, kminek.

Mąkę rozmieszać z mlekiem i śmietaną, dodać do gotującej się maślanki. Dodać sól i masło. Gotować około 2-3 minut, potem zaciągnąć jajkiem (tzn. jajko rozmieszać dokładnie z wodą: 4 łyżki) i wlać ciągle mieszając, do gotującej się zupy. Odstawić. Zupę podawać z tłuczonymi ziemniakami lub pokrajanym w kostkę ciemnym chlebem. Na Śląsku najczęściej podaje się polewkę z maślanki z ziemniakami ugotowanymi w mundurkach obranymi i pokrajanymi w talarki.

Polévka z podmáslí

1l podmáslí,
¼ l sladkého mléka a smetany,
4 lžíce mouky,
1 lžíce másla,
1 vejce,
Sůl, kmínek.

Mouku promícháme s mlékem a smetanou a vléváme do vařícího se podmáslí. Přidáme sůl a máslo. Povaříme cca 2-3 minuty. Vejce osolíme, přidáme vodu (4 lžíce) a rozšleháme vidličkou. Pozvolna a za stálého šlehání je vléváme do vařící se polévky, kde vznikne jemná vaječná mlhovina. Stáhneme z ohně. Polévku podáváme s bramborovou kaší anebo kostičkami tmavého chleba. Na Slezsku nejčastěji k polévce s podmáslí se podává brambory vařené ve slupce, oloupané, nakrájené na plátky.



Rolady wołowe

5-6 plastrów wołowiny wielkości dłoni i grubości ok.1cm,

4 dag wędzonego boczku lub słoniny,

łyżka musztardy,

średnia cebula,

kiszony ogórek (niekoniecznie),

łyżka masła,

łyżka smalcu lub oliwy,

sól, pieprz.

Umyte mięso zbić z obu stron tłuczkiem, posolić i oprószyć pieprzem. Cebulę drobno pokrajać lub zetrzeć na tarce, boczek pokrajać w cieniutkie plastry lub drobną kostkę, a ogórek w paseczki lub kosteczkę. Każdy plaster mięsa posmarować cienko musztardą, posypać cebulą, położyć na każdym plasterku boczku i ewentualnie kawałek kiszzonego ogórka. Dobrze zwinąć i spiąć specjalną igłą lub obwiązać nitką. Rolady smażyć ze wszystkich stron na rozgrzanym tłuszczu. Gdy są brązowe, dolewać partiami wrzącą wodę (1-2 szklanki) i dusić pod przykryciem do miękkości. Podawać z kluskami śląskimi i sosem z pieczenia podprawionym śmietaną wymieszaną mąką.

Hovězí závitky

5-6 plátků hovězího masa,

4 dag uzeného bůčku anebo slaniny,

lžíce hořčice,

střední cibule,

kyselá okurka (ani není třeba),

lžíce másla,

lžíce sádla anebo oleje,

Sůl, pepř.

Maso jemně naklepeme, dochutíme solí, pepřem a každý kus namažeme hořčicí. Jemně nasekáme cibuli, slaninu nakrájíme na proužky, okurku nakrájíme na tenké hranolky. Přidáme kousky cibule, slaniny a okurky klademe na maso. Každý kus pevně svineme a uděláme závitky. Použijeme párátko nebo provázek. Nakonec dochutíme. Rozehříváme tuk, vkládáme rolády a opékáme do zlatova. Zalijeme teplým vývarem (1-2 sklenice) a dusíme asi 1 hodinu. Když jsou rolády již měkké, odstraníme párátko anebo nitě. Omáčku zahustíme trochou smetany a mouky. Podáváme se slezským knedlíkem a modrým zelím.



Schab sztygarski

50 dag schabu,

kawałek parówki

lub kiełbasy śląskiej

(takiej długości jak schab),

2 łyżki tłuszczu,

łyżka kminku,

½ szklanki rosółu

Umyty schab oddzielić od kości. Nakroić wzdłuż poziomo, posypać solą, pieprzem i połową papryki. W nacięciu włożyć obraną ze skórki kiełbasę, obwiązać całość nitką i zrumienić ze wszystkich stron na rozgrzanym tłuszczu. Podlać mięso rosółem i podduśić chwilę pod przykryciem. Następnie upiec mięso w piekarniku, bez przykrycia. Pod koniec pieczenia posypać kminkiem. Z upieczonego schabu zdjąć nitki i pokrajać go w plastry. Na pozostałym tłuszczu zrumienić lekko cebulę, dodać przecier pomidorowy, resztę papryki, roztarty czosnek, mąkę i zagotować. Tak przygotowany sos wylać na półmisek i ułożyć na nim plastry schabu. Podawać z ziemniakami i surówką z kapusty.

Karé důlního

50 dag karé,
párek
anebo slezská klobása
(stejně délky jako karé),
2 lžíce tuku,
lžíce kmínku,
½ sklenice vývaru
Sůl, pepř,

Vepřové karé důkladně opláchneme a vcelku vykrojíme kosti. Do masa prořízneme kapsu. Otvor i povrch posypeme soli, mletou paprikou a pepřem. Klobásu anebo parek vložíme do připravené kapsy a otvor sešijeme nití. Karé osmažíme v rozehřátém tuku po všech stranách. Maso podlijeme vývarem, zakryjeme a vložíme do pekáče, chvíli zapékáme. Maso odkryjeme a pečeme dozlatova. Koncem pečení posypeme kmínkem. Po upečení maso vyjmeme a krájíme na plátky. Přidáme nakrájenou cibuli, rozmačkaný česnek, mletou papriku, rajčatový protlak, mouku a uvedeme do varu. Omáčku vylijeme na misku a na ní uložíme plátky karé. Maso podáváme se zelím a bramborami.



Śląski raj

50 dag wędzonki
(szynka, boczek),

2l vody,
średniej wielkości cebula,
25 dag suszonych owoców z przewagą śliwek,
4 dag masła lub,
masła roślinnego,
2 łyżki cukru,
szczypta utartej skórki z cytryny,
kilka kropel soku cytrynowego,
2 łyżki mąki.

Mięso opłukać, włożyć do wrzątku (2l) i gotować z cebulą do miękkości. Owoce opłukać, namoczyć w zimnej wodzie (3 szklanki). Gotować ok. 15min w tej wodzie, w której się moczyły. Można dodać trochę wywaru, w którym gotowała się szynka. Z mąki i masła zrobić jasnożółtą zasmażkę, połączyć z owocami i pokrajaną szynką. Doprawić do smaku cukrem i sokiem z cytryny. Zagotować. Podawać z kluskami, np. śląskim.

Slezské nebe

50 dag uzeného vepřového bůčku anebo šunky,
2l vody,
Střední cibule,
25 dag sušených švestek a jiné zamíchané sušené ovoce,
4 dag másla anebo,
Rostlinní máslo,
2 lžíce cukru,
čerstvě nastrouhaná citronová kůra,
několik kapek citrónové šťávy
2 lžíce mouky.

Maso opláchneme, vložíme do vařící vody (2l) a vaříme s cibulí doměkka. Ovoce propláchneme a zalijeme studenou vodou (3 sklenice), namočíme na několik hodin. Vaříme cca 15min v téže vodě. Můžeme přidat vývar ze šunky. Připravujeme světle žlutou jíšku z másla a hladké mouky. Poté smícháme s nakrájenými plátky vepřového bůčku anebo šunky, sušeného ovoce a citronové kůry. Ochutíme cukrem a citronovou šťávou. Uvedeme do varu. K pokrmu se obvykle podávají slezské bramborové knedlíky.



Golonka w piwie

golonka tylnia

0,5 l piwa jasnego

2 cebule

3 ząbki czosnku

ziele angielskie, liść laurowy, pieprz w ziarnach, sól

Golonkę umyć, opalić, ponacinać skórę. Z piwa i przypraw zrobić marynatę. Mięso marynować w lodówce min. 6h (najlepiej całą noc), całość dusić pod zamknięciem w piekarniku ok. 3h. Mięso wyłożyć na blachę i piec jeszcze pół godziny w maksymalnie nagrzanym piekarniku, aby się zarumieniło.

Vepřové koleno pečené na pivě

vepřové koleno

0,5 l světlého piva

2 cibule

3 stroužky česneku

nové koření, bobkový list, pepř, sůl

Koleno omyjeme, očistíme, kůži nařízneme. Uděláme marinádu z piva a přísad. Maso necháme marinovat v ledničce minimálně 6 hodin (nejlépe celou noc), vše pak dusíme v troubě asi

3 hodiny. Maso vyndáme a položíme na půl hodiny na vyhřátý pekáč.



Kotlety mielone („karminadle“)

25 dag mięsa wieprzowego,

25 dag mięsa wołowego,

jajko,

czerstwa bułka,

średnia cebula,

sól, pieprz,

tarta bułka

tłuszcz.

Bułkę namoczyć w wodzie. Umyte mięso zemełć. Na tłuszczu zrumienić drobno pokrajaną cebulę. Do zmielonego mięsa dodać odciśniętą bułkę, zrumienioną cebulę, jajko, sól i pieprz; dokładnie wymieszać. Z masy formować okrągłe sznycelki, lekko je spłaszczyć, obtoczyć w tartej bułce i smażyć z obu stron na rozgrzanym tłuszczu.

Karbanátky

25 dag mleté vepřové krkovičky,

25 dag mletého hovězího masa,

vejce,

1 houska,

střední cibule,

sůl, pepř,

strouhanka

tuk.

Housku namočíme do vody, jemně nasekanou cibuli osmažíme na tuku, maso smícháme s vejcem, houskou, pepřem a soli. Pak uhněteme s cibulí. Ze směsi tvarujeme malé karbanátky, které obalujeme ve strouhance a osmažíme v rozeřtátém tuku po obou stranách dozlatova.



Schab wieprzowy po śląsku

5 łyżek oleju sojowego lu słonecznikowego,

3 łyżki powideł śliwkowych,

½ szklanki tartej bułki,

2 łyżki czerwonego wina,

łyżka mąki,

½ łyżeczki cukru,

sól,

3 goździki.

Schab pokroić w plastry, ugotować w osolonej wodzie na półmiękkko, wyjąć, przestudzić, obtoczyć w tartej bułce i smażyć na rozgrzanym oleju. W 2 szklankach wywaru, w którym gotował się schab, pogotować chwilę goździki, dodać powidła, cukier, rozprowadzoną wodą mąkę i sos zagotować; wlać wino, rozmieszać i zostawić chwilę na ogniu nie gotując. Sos doprawić do smaku solą i cukrem.

Slezské vepřové karé

75 dag karé,

5 lžic sójového anebo slunečnicového oleje,

3 lžíce švestkových povidel,

½ sklenice strouhanky,

2 lžíce červeného vína,

lžíce mouky,

½ lžičky cukru,

Sůl,

3 hřebíčky.

Karé krájíme na plátky a vaříme ve slané vodě na poloměkko. Poté maso vyndáme a necháme vychladnout. Vychladlé karé obalujeme ve strouhance a osmažíme v rozeřtém tuku. Ve 2 sklenicích vývaru, ve kterém se vařilo karé, vaříme hřebíčky, povidla, cukr, rozšlehanou s vodou mouku. Omáčku uvedeme do varu, vlijeme víno a necháme na mírném ohni. Omáčku ochutíme soli a cukrem.



Karp po śląsku

karp (ok. 1 kg),
2 cebule,
4 marchwie,
2 pietruszki,
mały seler,
2 pory,
4-5 ziaren jałowca,
szczypta tymianku,
liść laurowy,
2 szklanki piwa,
3łyżki utartego piernika,
garść rodzynek,
sól, cukier,
ocet winny do smaku.

Do rondla włożyć oczyszczone jarzyny i przyprawy. Zalać piwem i dwiema szklankami wody i gotować 25 minut. Następnie wsypać utarty piernik i gotować jeszcze 5 minut. Marchew i pietruszkę wyjąć, resztę jarzyn przetrzeć przez sito. Doprawić do smaku solą i cukrem i octem lub sokiem z cytryny. Do sosu dodać rodzynek. Oczyszczonego i pokrajanego w dzwonka karpia włożyć do gorącego sosu i gotować na małym ogniu. Gdy jest miękki ostrożnie wyjąć, ułożyć na półmisku i polać sosem. Podawać z ziemniakami. Sos powinien być słodko-kwaśny.

Kapr

kapr (cca 1 kg),
2 cibule,
4 mrkve,
2 petržele,
malý celer,
2 pórky,
4-5 kuliček jalovce,
tymián,
bobkový list,
2 sklenice piva,
3 lžíce strouhaného perníku,
hrst rozinek,
sůl, cukr,
ocet vinný.

Na dno rendlíku dáme zeleninu (cibuli, petržel, pórky, celer a mrkev) a koření. To prolejeme pivem a dvěma sklenicemi vody, vaříme cca 25 minut. Pote, přidáme strouhaný perník a vaříme dalších 5 minut. Mrkev a petržel vyndáme, potom přecedíme a propasírujeme ostatní zeleninu přes síto. Ochutíme soli, cukrem a vinným octem anebo citronovou šťávou. Do omáčky přidáme rozinky. Očištěného, vykuchaného, opláchnutého kapra rozdělíme na dvě půlky, pak naporcujeme a vložíme do horké omáčky. Vaříme na mírném ohni. Podáváme tak, že kapra na tácu na rybu přelijeme omáčkou a jako přílohu volíme brambory. Omáčka by měla být sladkokyselá.



Kluski śląskie

1kg ziemniaków,
mąka ziemniaczana,
1 jajko, 1 żółtko,
1 łyżeczka soli.

Ugotowane ziemniaki ostudzić i zmielić w maszynce do mięsa albo wycisnąć w prasce. Włożyć do miski, uklepać i wyrównać powierzchnię, podzielić na 4 części. $\frac{1}{4}$ część ziemniaków wyjąć i w to miejsce wsypać tyle mąki ziemniaczanej (można dodać 2-3 łyżki mąki pszennej), aby wypełnić powstałą lukę. Zagnieść ciasto, dodając wyjęte ziemniaki, jajko i żółtko: formować okrągłe kluski i wrzucać je na wrzącą osoloną wodę. Gdy wypłyną, pozostawić jeszcze na chwilę w wodzie (na bardzo słabym ogniu). Podawać z sosem mięsnym lub ze stopnionym masłem. UWAGA : Kluski śląskie można nadziewać farszem z gotowanego zmielonego mięsa rosółowego, z dodatkiem cebuli przesmażonej, pieprzu, soli i jajka.

Slezské bramborové knedlíky

1kg brambor,
bramborová mouka,
1 vejce, 1 žloutek,
1 lžička soli.

Uvařené a rozmačkané brambory dáme do velké mísy a rozdělíme na 4 stejné části. Jednu čtvrtku vyjmeme, uděláme v něm důlek, do kterého nasypeme bramborové mouku. Tímto způsobem je zaručen podíl 4 částí brambor – 1 částí mouky. Těsto vypracujeme. V dlaních uděláme kuličky a palcem v každém knedlíku uděláme důlek na omáčku. Knedlíky vložíme do vroucí vody s olejem, aby se neslepily – 3 až 4 lžíce. Čím je vody více, tím lépe. Knedlíky vaříme cca 2 minuty, pokud nevyplují na povrch vody. Podáváme s omáčkou, gulášem nebo prostě s cibulí opečenou na másle a kořením. POZOR: Slezské bramborové knedlíky můžeme plnit masovou nádivkou (cibuli smažit na oleji, přidat mleté maso z vývaru, sůl, pepř, vejce).



Makaron domowy (Swojskie nudle)

1 ¼ szklanki mąki,

2 jajka,

2 łyżki wody,

1 łyżka tłuszczu,

sól.

Do przesianej mąki na stolnicę dodać jajka i wodę, nożem zarobić ciasto, a gdy wszystkie składniki ciasta dobrze się połączą, wygnieść je rękami. Ciasto makaronowe nie musi być twarde, jeżeli trzeba, można – oprócz przewidzianej ilości – dodać jeszcze wody, łatwiej je się wtedy wygniata i wałkuje. Cienko rozwałkowane placki ciasta rozłożyć na serwecie do wysuszenia. W czasie suszenia odwrócić placki ciasta, aby równomiernie schło z obu stron. Nie należy ciasta przesuszyć, bo kruszy się w czasie zwijania i krojenia. Kroić ostrym nożem bardzo cienkie kluski i jeszcze rozsypać je do przesuszenia. Po włożeniu do dużej ilości wrzącej osolonej wody z

dotatkem łyżki tłuszczu makaron zamieszać, a następnie przykryć i przy wolnym wrzeniu wody gotować 6-8 minut. Odcedzić. Można go później przelać wodą, ale nie jest to konieczne.

Domáci nudle

1 ¼ sklenice hrubé mouky,

2 vejce,

2 lžíce vody,

1 lžíce tuku,

sůl.

Hrubou mouku prosejeme na vál a uděláme do ní důlek. Do důlku pak rozklepeme vejce a přidáme vodu. Osolíme a těsto nožem zaděláme. Pak pečlivě hněteme. Těsto nemusí být tvrdé, můžeme přidat víc vody než v receptu. Když máme těsto dostatečně promíchané, rozkrojíme je na menší díly. Každý díl na vále rozválíme na tenoučký plát. Ten pak necháme na čisté utěrce trochu uschnout, pak obrátíme. Pozor však, aby těsto nepřeschlo. Pak už by se nedalo krájet. Oschlé těsto srolujeme a krájíme nudle podle libosti. Nudle volně rozházíme po válu (nebo tam kde máme místo, sucho a místo) a necháme pořádně uschnout. Vaříme v osolené vodě s tukem cca 6-8 minut. Jakmile vyplavou, jsou hotové. Nudle scedíme a prolijeme vodou.



Modra kapusta

½ hlávky czerwonej kapusty,
10 dag boczku,
1 cebula,
sól, pieprz, ocet,
cukier do smaku.

Kapustę posatkować, zalać szklanką wody i gotować do miękkości. Dodać stopiony boczek i posiekaną cebulę. Przyprawić do smaku solą, pieprzem, cukrem i octem lub sokiem cytrynowym.

Modré zelí

1/2 hlávky červeného zelí
10 dag uzené slaniny
1 cibule

sůl, pepř, vinný ocet

cukr k ochucení

Zelí nadrobno nakrájíme, zalijeme sklenici vody a vaříme doměkka. Slaninu a cibuli nakrájíme na kostičky a opečeme na pánvi. Zelí promícháme se slaninou a cibulí. Teplé zelí dochutíme octem, případně citronovou šťávou, solí, pepřem a špetkou cukru.



Ciap-kapusta

Ugotować osobno 0,5kg kapusty kiszanej i 1kg kartofli. Wszystko odcedzić. Kapustę połączyć z ugniecionymi wcześniej kartoflami. Dodać do nich usmażone dwie cebule i 200g boczku wędzonego. Wszystko wymieszać i podawać na ciepło do mięsa pieczonego lub ugotowanego. Niektórzy przyrządzają tę potrawę w nieco rzadszej postaci, a uzyskują tę konsystencję dolewając na koniec nieco wywaru z kapusty lub kartofli. Ta ciaper-kapusta ma na śląsku wiele nazw, m.in. mozgoł, gerloczka, kartofelkraut, babraczka..

Ciap-kapusta

0,5 kg zeli a 1 kg brambor uvaříme zvlášť. Všechno scedíme. Zeli a rozmačkané brambory promícháme, přidáme na uzené slanině usmažené 2 cibule. Všechno promícháme a podáváme teplé, k tomu pečené či vařené maso. Je možné připravit jídlo v mírně řidší podobě, když na konci přidáme trochu vývaru z brambor nebo zeli.

Toto jídlo má ve Slezsku několik názvů, včetně ciaper-kapusta, mozgoł, gerloczka, kartofelkraut, babraczka.



Sałatka Jarzynowa („Kartofel salat“)

20 dag ziemniaków,
10 dag marchwi,
8 dag selera,
5 dag pietruszki korzeniowej,
10 dag fasolki perłówki,
10 dag ogórka kiszzonego,
10 dag groszku zielonego,
10 dag jabłek,
1-2 jajka na twardo,
5 dag grzybów marynowanych,
Sól, pieprz do smaku, majonez.

Fasolę wcześniej namoczyć i ugotować. Jajka umyć, ugotować na twardo, obrać. Warzywa wyszorować szczotką, umyć i ugotować w osolonej wodzie, po czym obrać ze skórki. Wszystkie składniki drobno pokrajać, wymieszać z majonezem, przyprawić do smaku solą, pieprzem i musztardą, przybrać talarkami jajek i oblać resztką majonezu.

Bramborový salát

20 dag brambor,
10 dag mrkve,
8 dag celer,
5 dag petržel - kořen,
10 dag fazole,
10 dag kyselých okurek,
10 dag sterilovaného hrášku,
10 dag jablek,
1-2 uvařené natvrdo vejce,
5 dag marinovaných žampionů,
sůl, pepř, majonéza.

Fazole namočíme na několik hodin a uvaříme. Vejce uvaříme natvrdo, necháme vychladnout a oloupeme. Brambory ve slupce a kořenovou zeleninu uvaříme doměkka v osolené vodě, pak oloupeme. Brambory, zeleninu a vejce nakrájíme na menší kostičky. Přidáme majonézu, nadrobno nasekanou cibulku a na kostičky nakrájené okurky. Osolíme, opepříme a dle chuti přidáme hořčici. Salát ozdobíme plátky vejce a nakonec zalijeme majonézou.



Bigos śląski

60 dag łopatki wieprzowej,

60 dag kiszanej kapusty,

2 łyżki tłuszczu,

1 łyżeczka kminku,

1 łyżka przecieru pomidorowego,

1 łyżka mąki,

1 średnia cebula,

2 ząbki czosnku.

Umyte mięso natrzeć solą i czosnkiem. Pokrajać w kostkę, włożyć do rondla. Dodać posiekaną cebulę, tłuszcz i szklanę wody. Dusić pod przykryciem około 10 minut. Dodać kminek. Dusić aż mięso będzie miękkie, dodać przecier i rozmieszaną w niewielkiej ilości wody mąkę. Całość wymieszać z ugotowaną i odcedzoną kapustą. Chwilę jeszcze razem podusić.

Bigos śląski

60 dag vepřové plece,

60 dag kyselého zelí,

2 lžíce tuku,

1 lžička kmínu,

1 lžíce rajského protlaku,

1 lžíce mouky,

1 střední cibule,

2 stroužky česneku.

Omyté maso natřeme soli a přilisovaným česnekem, rozkrájíme na stejně veliké kousky. Maso vložíme do kastrolu s rozehřátým sádlem a po všech stranách ho osmahneme. Po chvíli přidáme nakrájenou cibuli a smažíme ji s masem dorůžova. Podlijeme trochou vody, aby se nám maso začalo dusit (10 minut). Přisypeme kmínem. Necháme několikrát vydusit, až maso zcela změkne. Přidáme rajsky protlak rozšlehaný s vodou a moukou. Uvařené zelí procedíme a promícháme s masem. Dusíme několik minut.



Groch z kapustą

1 szklanka puree z ziemniaków,

1 szklanka puree z grochu,

1 szklanka ugotowanej kiszzonej kapusty,

5 dag wędzonego boczku.

Puree z grochu i ziemniaków dokładnie wymieszać z kapustą, utrzeć i podgrzać w rondlu, suto kraszając stopionym boczkiem. Podawać z krupniokami na gorąco.

Hrach se zeli

1 sklenice bramborové kaše,

1 sklenice hrachové kaše,

1 sklenice vařeného kyselého zelí,

5 dag uzeného bůčku.

Hrachovou a bramborovou kaši důkladně promícháme se zelí, utřeme a ohřejeme v kastrolu. Přidáme opékaný bůček. Podáváme na teplo s jelitem (krupniok).

ŚLĄSKIE PRZETWORY SLEZSKÉ VÝROBKY



Słonina topiona („szmalec, tuste”)

50 dag słoniny,

20 dag cebuli,

Sól, pieprz.

Słoninę pokroić w bardzo drobną kostkę i stopić w większym naczyniu. Do lekko zrumienionej słoniny dodać drobno pokrajaną cebulę i wszystko razem jeszcze krótko podsmażyć. Przyprawić do smaku solą i pieprzem. Lekko przestudzoną słoninę przelać do kamiennego garnka lub słoja. Po zastygnięciu przechowywać w lodówce.

szmalec

50 dag slaniny,

20 dag cibule,

Sól, pieprz.

Slaninu krájíme na jemnou kostičku a tavíme v pánvi. Přidáme jemně nasekanou cibuli a smažíme. Ochutíme soli a pepřem. Mírně ochlazený smapec prolijeme do kamenného hrnce anebo sklenici. Uschováváme v ledničce.



Krupnioki śląskie

1 kg skórek wieprzowych i mięsa z głów,

20 dag wątroby wieprzowej,

20 dag okrawek z mięsa,

20 dag podgardla wieprzowego,

70 dag płucek wieprzowych,
25 dag skrawków ze słoniny świeżej,
1 kg krwi wieprzowej 70 dag kaszy gryczanej,
40 dag tłuszczu z gotowania głów i kości,
10 dag cebuli,
4-5 szt mielonego ziela angielskiego,
sól, pieprz naturalny, majeranek,
jelita cienkie.

Mięso z głów, okrawki, podgardle, płuca i skórki po dokładnym oczyszczeniu i umyciu ugotować w lekko osolonej wodzie. Obraną cebulę wraz ze skwarkami rozmoczonymi nieco w wywarze z mięsa i skór oraz surową wątrobę przepuścić przez maszynkę do mielenia mięsa. Kaszę przebrać. Wywar z mięsa, okrawków i płuc przecedzić. Na jego części ugotować kaszę na sypko. Odcedzone z wywaru po wystudzeniu składniki zemleć w maszynce i połączyć ze zmielonymi skwarkami, wątrobą i cebulą. Do zmielonej masy dodać napęczniałą kaszę, przyprawy, krew i tłuszcz z wywaru, całość dokładnie wymieszać i posmakować. Masa powinna być mocno pikantna. Jelita dokładnie wyczyszczone i wytarte solą napełnić przygotowaną masą, pozostawiając jednak trochę wolnej przestrzeni pomiędzy poszczególnymi odcinkami odkręconymi i zakończonymi patyczkiem. Wolne końce związać nitką lub szpagatem. Krupnioki włożyć do wrzącej wody i gotować na małym ogniu tak, aby wywar lekko mrugał. Gotować ok. 25 minut. Po ugotowaniu i wystudzeniu krupnioki można spożywać na zimno, smażone bez flaka lub grzane w wodzie.

Jelito

Kůže vepřového masa a masa z hlavy 1 kg

Vepřová játra 20 dkg

Kousky masa 20 dkg

Vepřový lalok 20 dkg

Vepřové plíce 70 dkg

Škvarky z čerstvé slaniny 25 dkg

Vepřová krev 1 kg

Pohanka 70 dkg

Tuk z vaření hlavy a kosti 40 dkg

Cibula 10 dkg

Nové koření mleté 4-5 ks

Sůl, pepř mletý, majoránka, tenké střevo

Maso z hlavy, zbytky, krku, plíc a kůže po důkladném vyčištění a umytí dáme vařit v mírně osolené vodě. Oloupané cibule se škvarky mírně namočené do vývaru z masa, kůží a syrovými játry umeleme. Vývar z masa, plíc a zbytků, procedíme. V části uvaříme krupici. Maso a jiné komponenty z vývaru po ochlazení meleme v kuchyňském robotu. Během mletí přidáme kousky jater a cibule. Pak přidáme krupici, koření, krev a tuk z vývaru, důkladně promícháme. Hmota by měla být výrazně kořeněná. Střeva musíme předem vyčistit a vytříit solí, pak vyplníme připravenou masou. Je třeba nechat trochu místa mezi úseky a ukončit dřívkem. Vážeme volné konce nití nebo provázkem. Krupnioki vložíme do vroucí vody a vaříme na mírném ohni, aby se vývar lehce zamlžil. Vaříme asi 25 minut. Po uvaření a vychladnutí krupnioki se dají jíst studené nebo smažené bez střeva anebo prohříváné ve vodě.



Bułczanka- žymloki opolskie

2 kg głowy wieprzowej,

2 kg podgardla wieprzowego,

80 dag wątroby wieprzowej,

1,5 kg czerstwych bułek,

30 dag cebuli,

5-7 ziarenek ziela angielskiego (zmielonego),

sól, gałka muszkatołowa, pieprz naturalny mielony, majeranek,

jelita cienkie

Jelita oczyścić dokładnie i wytrzeć solą. Głowę wieprzową, dokładnie oczyścić, opalić, oskrobać, opłukać pod bieżącą zimną wodą i ugotować w osolonej wodzie. Po ugotowaniu wywar precedzić, a mięso z głowy obrać. W uzyskanym wywarze ugotować podgardle z dodatkiem przypraw i cebuli, po czym ponownie odcedzić, a mięso po ostudzeniu wraz z cebulą zemieć w maszynce do mielenia mięsa na grubszym sicie. W uzyskanym wywarze namoczyć pokrojone w kostkę bułki. Wątrobę i obrane z głów mięso zemieć w maszynce do mięsa przy użyciu sita o drobniejszych otworach. Wszystkie składniki połączyć razem, dokładnie wymieszać i przyprawić do smaku. Masa nie powinna być rzadka. Przygotowaną masą napełniać jelita, które co 15-20 cm okręcać podobnie jak krupnioki. Napełnione jelita parzyć w gorącej wodzie lub wywarze z mięsa około 1 godziny.

Bułczanka

2 kg vařené vepřové hlavy,

2 kg vepřového laloku,

80 dag vepřových jater,

1,5 kg žemle,

30 dag cibule,

5-7 kuliček nového kořeni (mleté),

Sůl, muškátový oříšek, pepř, majoránka,

tenké střevo

Střevo důkladně vyčistíme a vytřeme solí. Vepřovou hlavu důkladně vyčistíme, opláchneme a uvaříme v osolené vodě. Vývar procedíme a stáhneme z hlavy maso. Ve vývaru vaříme lalok s cibulí a kořeni a vývar procedíme. Maso s cibulí meleme v kuchyňském robotu. Ve vývaru namočíme žemle nakrájenou na kostičky. Játra a maso z hlav meleme v kuchyňském robotu na jemno. Všechny komponenty důkladně mícháme a ochutíme. Pak střevo vyplníme připravenou masou. Je třeba nechat trochu místa mezi úseky (15-20 cm) a ukončit dřívkem, stejně jak to bylo u jelit. Vážeme volné konce nití nebo provázkem. Vložíme do vroucí vody a vaříme na mírném ohni cca hodinu.



Moczka- śląska potrawa wigilijna

25 dag suszonych owoców

(śliwki, jabłka, gruszki),

25 dag piernika,

10 dag rodzynek,

10 dag migdałów lub orzechów,

sól, cukier, sok z cytryny.

Piernik zetrzeć i namoczyć w letniej wodzie. Suszone owoce opłukać i namoczyć, po czym gotować z cukrem w tej samej wodzie: pod koniec gotowania dodać rodzyneki i rozmacony piernik. Zagotować. Z mąki i masła sporządzić zasmażkę, dodać do moczki. Doprawić do smaku solą, cukrem i sokiem z cytryny. Dodać orzechy i dokładnie wymieszać. Podawać dobrze ochłodzone.

Slezské štědrovečerní jídlo

25 dag sušených ovoci

(švestky, jablka, hrušky),

25 dag perníku,

10 dag rozinek,

10 dag mandli a ořechů,

Sůl, cukr, citronová šťáva.

Perník nastroháme a namočíme do vlažné vody. Sušene ovoce opláchneme a namočíme do téže vody. Poté vaříme s cukrem. Koncem vaření přidáme rozinky a perník. Uvedeme do varu. S mouky a másla uděláme jíšku a přidáme do moczki. Ochutíme soli, cukrem a citronovou šťávou. Přidáme ořechy a důkladně promícháme. Podáváme chlazené.

POTRAWY SŁODKIE MOUČNÍKY A DEZERTY



Makówki –śląska potrawa wigilijna

25dag zmielonego maku,

2-3 czerstwe bułki,

1l przegotowanego mleka,

lub wody,

4 łyżki cukru,

2 łyżki miodu

Mak zalać wrzącym mlekiem, dodać cukier, opłukane rodzynki, sparzone i pokrajane migdały bez skórki, masło i szczyptę soli, kakao i miód. Zagotować. Bułki pokrajać w plastry, układać warstwami w salaterce. Pierwszą warstwę stanowią kromki bułki, a ostatnią (wierzchnią)-mak. Podawać dobrze oziębione. Potrawa powinna stać kilka godzin, by bułki zmiękły i nasączyły się mlekiem. Jeżeli makówki chcemy przechowywać 2-3 dni, należy do zaparzenia maku użyć wody.

Makówki – slezské štědrovečerní jídlo

25dag mletého máku,

2-3 žemle,

1l vařeného mléka,

anebo vody,

4 lžíce cukru,

2 lžíce medu

Mák zalijeme vařícím mlékem, přidáme cukr, opláchnuté rozinky, nakrájené mandle bez slupky, máslo, špetku soli, kakao a med. Uvedeme do varu. Žemle krájíme na plátky a ukládáme vrstvy do mísy. První vrstva je žemle a poslední mák. Podáváme chlazené. Jídlo by mělo několik hodin uložené, aby se žemle namočila do mléka. Jestliže chceme mít makowki několik dnu, je lepší použít vodu místo mléka.



Śląski kotacz

1. Ciasto:

- 2 szkl. mąki
- 3 dkg. drożdży
- 2/3 szkl. mleka
- 8 dkg. masła
- 3 żółtka

- 2 łyżki cukru
- olejek waniliowy

2. Masa serowa:

- 50 dkg sera
- 2 jajka
- 8 dkg. masła
- 10 dkg. cukru

3. Kruszonka:

- 20 dkg. mąki
- 12 dkg roztopionego masła
- 12 dkg cukru

W przesianej mące zrobić dołek, wlać drożdże wymieszane z mlekiem i łyżeczką cukru - zamieszać i odstawić w ciepłe miejsce do wyrośnięcia. Gdy zaczyn podrośnie, dodać rozmącone żółtka, cukier, roztopione masło, olejek waniliowy - i zagnieść ciasto

Wyrabiać aż zacznie odchodzić od rąk. Ciasto wyłożyć do formy, przykryć ściereczką i odstawić w ciepłe miejsce do wyrośnięcia. Następnie nałożyć przygotowaną masę serową i kruszonkę. Piec 50 minut w 180 st. Po wystudzeniu posypać cukrem pudrem.

Slezský koláč

1. Těsto:

- 2 sklenice mouky
- 3 dkg droždí
- 2/3 sklenice mléka
- 8 dkg másla
- 3 žloutky

- 2 lžíce cukru
- vanilka

2. Nádivka tvarohová:

- 50 dkg měkkého tvarohu
- 2 vejce
- 8 dkg másla
- 10 dkg cukru

3. Máslová drobenka:

- 20 dkg mouky
- 12 dkg rozpuštěného másla
- 12 dkg cukru

Do mísy dáme prosátou mouku, přidáme cukr, rozpuštěný vlahý tuk, žloutky s vlahým mlékem zaděláme těsto s přidáním kvásku. Necháme dobře vykynout na teplém místě. Rukama vypracujeme vláčné těsto.

Těsto dáme do formy, přikryjeme utěrkou a zase necháme v teple vykynout. Pak přidáme tvarohovou nádivku a máslovou drobenku. Pečeme ve vyhřáté troubě na 180°C cca 50 minut. Po zchlazení povrch pocukrujeme



Buchty drożdżowe

50 dag mąki pszennej,

2 jajka,

1 szklanka mleka,

3 dag drożdży,

2 łyżki margaryny albo masła,

szczypta soli i cukru,

Drożdże z odrobiną cukru rozmieszać w ciepłym mleku i zostawić do wyrośnięcia. Do mąki dodać jajka, sól, roztopioną margarynę i na końcu wyrośnięte drożdże. Ciasto dokładnie wyrobić ręką, potem „wybić” drewnianą łyżką, przykryć czystą ściereczką i postawić w ciepłym miejscu do wyrośnięcia. Gdy wyrośnie formować okrągłe kluski i gotować na parze. Buchty można podawać polane masłem, z cukrem i owocami.

Buchty na páře

50 dag polohrubé mouky,

2 vejce,

1 sklenice mléka,

3 dag droždí,

2 lžíce margarínu anebo másla,

sůl a cukr,

Droždí se lžičkou cukru vymícháme do hladké kaše, zalijeme vlažným mlékem, zamícháme a necháme, až kvásek vyběhne. Do mísy prosejeme mouku, přidáme vejce, sůl, rozpuštěný margarín a na konci vzešlé droždí. Těsto důkladně zpracujeme rukama, pak „stloukáme“ dřevěnou lžicí, přikryjeme utěrkou a necháme kynout v teple. Z vykynutého těsta v dlaních uděláme buchty, které pak vaříme na páře. Buchty podáváme s rozpouštěným máslem, cukrem a ovocí.



Krem jajeczny cytrynowy („szpajza”)

4 jajka,

6 łyżek cukru,

sok z 1 cytryny,

otarta skórka z cytryny,

2 łyżeczki żelatyny.

Žółtka utrzeć z cukrem do białości. Dodawać po łyżeczce sok z cytryny. Wcześniej rozmieszać w odrobinie gorącej wody 2 łyżeczki żelatyny. Do utartych żółtek dodać skórkę cytrynową i sztywną pianę z białek. Na końcu wlać kroplami żelatynę, delikatnie mieszając. Przystudzić i przelać do dużej salaterki i wstawić do lodówki.

vaječný citronový krém

4 vejce,

6 lžiček cukru,

Citronová šťáva,

čerstvě nastrohaná citronová kůra,

2 lžičky želatiny.

Žloutky utřeme s cukrem. Přidáme pomalu citronovou šťávu. Želatínu necháme nabobtnat ve 2 lžících vody. K žloutkům přidáme citronovou kůru. Z bílků ušleháme tuhý sníh, který taky přidáme. Nakonec vlijeme po kapce želatínu. Promícháme, vychladlé prolijeme do mísy a ukládáme do ledničky.



Drobne pierniki

50 dag mąki,

½ kostki masła roślinnego lub margaryny,

25 dag miodu,

¾ szklanki cukru,

1 jajko

1 łyżeczka sody oczyszczonej,

½ opakowania przyprawy do pierników.

Miód utrzeć w misce z masłem lub innym tłuszczem, jajkiem i cukrem. Dodać przyprawę piernikową rozpuszczoną w łyżce wody, sodę i mąkę. Zagnieść ciasto, włożyć je do miseczki, przykryć talerzykiem i wstawić na 2-3 dni do lodówki lub w chłodne miejsce. Następnie ciasto rozwałkować do grubości ½ cm, wycisnąć pierniczki, układać na posmarowanej blasze. Pierniki można posmarować białkiem i posypać posiekanymi migdałami lub orzechami albo oblać czekoladą. Piec w temperaturze 180°C przez 15-20 minut. Można je dekorować według własnego upodobania

Perníčky

50 dag mouky,

½ rostlinného másla anebo margarínu,

25 dag medu,

¾ sklenice cukru,

1 vejce

1 lžička jedlé sody,

½ sáčku perníkového koření.

V míse utřeme máslo nebo margarín, vejce a cukr. Přidáme sodu, mouku a rozpuštěné ve lžici vody perníkové koření. Všechny ingredience velmi pečlivě zpracujeme. Těsto necháme v míse, přikryjeme talířkem a necháme alespoň 2 - 3 dny odpočinout v ledničce. U všech perníkových těst platí, že čím déle se rozleží, tím jsou aromatictější. Poté z těsta vyválíme placku asi ½ cm silnou a formičkami vypichujeme různé tvary a položíme na plech. Pečeme 15-20 minut v předem vyhřáté troubě na 180°C. Horké perníčky zdobíme jak je libo.



Anyžki

25 da cukru,

30 dag mąki,

4 jaja,

1 łyżeczka anyżu,

Anyż zemleć. Jaja umyć, wybić, dodać cukier i ubijać około 30-40 minut. Następnie dodać przesianą mąkę, całość delikatnie wymieszać łyżką, dodając jednocześnie zmielony anyż. Na wysmarowaną i wysypaną mąką blachę nakładać łyżeczką malutkie placuszki. Piec w piekarniku o niskiej temperaturze (suszyć). Anyžki można również formować za pomocą worka cukierniczego lub szprycy.

Anýzové cukroví

25 da cukru,

30 dag mouky,

4 vejce,

1 lžička pomletého anyže,

Cukr a vejce šleháme cca 30-40 minut. Poté prosejeme mouku a za stálého míchání pomalu přidáváme pomlety anyž. Vše důkladně promícháme. Na máslem potřené a moukou vysypaný plech nanášíme lžičkou kousky těsta a zvolna je upečeme (sušíme). Můžeme taky použít cukrářský pytlík anebo stříkačku.



Makrony

25 dag płatków owsianych,
10 łyżek cukru,
6 szt. białek jaj,
Cynamon, aromat migdałowy, sól.

Białka jaj ubić na sztywną pianę, dodać cukier i dalej ubijać, aż cukier całkowicie rozpuści się. Do sztywnej piany dodać płatki owsiane, szczyptę soli, szczyptę cynamonu i parę kropli olejku migdałowego. Całość delikatnie wymieszać. Na wysmarowaną tłuszczem blachę łyżką nakładać niewielkie kupeczki masy i piec w średnio nagrzanym piekarniku

Makrony

25 dag ovesných vloček,
10 lžic cukru,
6 bílků,
skořice, příchut' do pečiva - mandle, sůl.

Z bílků ušleháme tuhý sníh, přidáme cukr a dále šleháme, až se cukr úplně rozpustí. Do vyšlehaných bílků postupně jemně přidáváme ovesné vločky, špetku soli, špetku skořice a par kapek mandlové příchutě. Vše jemně promícháme. Na máslem potřený plech nanášíme lžičkou malé kousky těsta a pečeme ve středně nahřáté troubě.



Kokosanki – „kokosy”

25 dag wiórek kokosowych,

25 dag cukru pudru,

4-5 szt. białek.

Białka ubić na sztywną pianę, dodać cukier puder i dalej ubijać, aż cukier będzie dokładnie wymieszany i rozpuszczony. Dodać kokos, wymieszać. Formować tyżką jednakowej wielkości stożki i nakładać je na blachę dobrze wysmarowaną tłuszczem. Piec w niskiej temperaturze (suszyć) około 1 godziny.

Kokosky

25 dag kokosu,

25 dag moučkového cukru,

4-5 bílků.

Bílky ušleháme na tuhý sníh, přidáme cukr a dále šleháme, až se cukr úplně rozpustí. Přidáme kokos a vše jemně promícháme. Pak pomocí čajové lžičky tvoříme malé kopečky a klademe na dobře vymazaný plech. Při mírné teplotě kokosky spíše sušíme, než pečeme cca 1 hodinu.



Kompot z rabarbaru

Łodygi rabarbaru obrać z włókien, pokroić w kostkę i wrzucić na syrop cukrowy ze skórką cytrynową. Gdy się raz zagotuje kompot gotów.

Rebarborový kompot

Rebarboru oloupeme, nakrájíme na kostičky a přidáme do cukrového sirupu s citronovou šťávou. Jakmile uvedeme kompot do varu je hotov.



Kompot wigilijny

15 dag suszonych śliwek,
4-6 szt. fig suszonych,
6 dag rodzynek,
10 dag jabłek suszonych,
10 dag suszonych gruszek,
5 dag suszonych moreli,
20-25 dag cukru,
sok z połówki cytryny,
2-3 l wody

Śliwki, jabłka, gruszki i morele suszone opłukać i namoczyć w letniej przegotowanej wodzie. Po 4-5 godzinach dodać figi suszone, cukier i gotować w tej samej wodzie, w której moczyły się. Gdy owoce będą półmiękkie, dodać opłukane rodzynki. Gotować do miękkości wszystkich owoców na wolnym ogniu, po czym dodać sok z cytryny i wystudzić.

Štědrovečerní kompot

15 dag sušených švestek,
4-6 sušených fíků,
6 dag rozinek,
10 dag sušených jablek,
10 dag sušených hrušek,
5 dag sušených meruněk,
20-25 dag cukru,
citronová šťáva z půlky citronu,
2-3 l voda

Sušené švestky, jablka, hrušky a meruňky opláchneme a namočíme do vlažné vody. Po 4-5 hodinách přidáme sušené fíky, cukr a vaříme ovoce v téže vodě do poloměkkych. Rozinky omyjeme a přidáme do kompotu. Vše vaříme do měkka na mírném ohni. Na konec přidáme citronovou šťávu a necháme vychladnout.

Zebrała i opracowała

Małgorzata Tacica

Literatura:

1. „*Nowa Kuchnia Śląska*” pod redakcją Otylii Słomczyńskiej i Stanisławy Sochackiej, (1987), wyd. Instytut Śląski.
2. „*Kuchnia Śląska, Jodło, historia, kultura, gwara*”, Marek Szoltysek, (2003), Wydawnictwo Śląskie ABC
3. „*Śląska Kucharka Doskonała*” , zebrała i opracowała Elżbieta Łabońska, (1989), wyd. Fundacja dla Śląskiego Instytutu Naukowego