



SIOSTRA ANASTAZJA
PUSTELNIK FDC

WIELKA KSIĘGA SPECJAŁÓW SIOSTRY ANASTAZJI

WSTĘP
O. JACEK SIEPSIAK SJ

WYDAWNICTWO WAM



© Wydawnictwo WAM, 2014

Korekta:
Anna Piecuch

Projekt okładki
opracowanie graficzne i zdjęcia:
Andrzej Sochacki

ISBN 978-83-277-0156-5

WYDAWNICTWO WAM
ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków
tel. 12 62 93 200 • faks 12 42 95 003
e-mail: wam@wydawnictwowam.pl
www.wydawnictwowam.pl

DZIAŁ HANDLOWY
tel. 12 62 93 254-255 • faks 12 62 93 496
e-mail: handel@wydawnictwowam.pl

KSIĘGARNIA WYSYŁKOWA
tel. 12 62 93 260, 12 62 93 446-447
faks 12 62 93 261
e.wydawnictwowam.pl

Druk i oprawa: Drukarnia Skleniarz, Kraków

WSTĘP

Coraz częściej budzi się we mnie pragnienie zatrzymania się, podarowania sobie i innym czasu na smakowanie posiłku, delektowanie się nim, ucieszenie zapychem, odkrywanie nowych lub odnajdywanie znanych, przywołujących wspomnienia smaków. Najczęściej jednak zabiegana codzienność sprowadza posiłek do czynności rutynowej.

Rzadko bywamy naprawdę głodni. Święta nie kojarzą się już nam z czasem, kiedy można się w końcu najeść. Większość z nas stać na to, by nie czekać miesiącami na specjalny dostępny tylko przy specjalnych okazjach. A jednocześnie jakże często brakuje nam czasu na porządne świętowanie. A jak już padamy ze zmęczenia, to nie mamy energii i ochoty na to, by to świętowanie urządzić jak należy.

Uczutowanie, właściwie we wszystkich kulturach, jest nieodłącznym elementem różnych uroczystości. Smakowanie czasu wolnego to nie tylko podziwianie przyrody, nie tylko gry i zabawy towarzyskie, spacer, sport, książka, film i muzyka, ale również specjalne smaki kulinarne,

kosztowanie ulubionych potraw, dzielenie się z miłym towarzystwem owocami twórczej pracy w kuchni. Jakość przeżywania specjalnych okazji zależy też od jakości spożywanych specjalów.

Stąd pomysł na tę książkę. Siostra Anastazja, doceniana przez już milionowe rzesze czytelników, ma w swoim dorobku potrawy na specjalne okazje. A to oznacza, że dzieli się z nami przepisami na obiady, czyli przystawki, zupy, kremy, dania główne, dodatki i sałatki nie tylko wykwintne, ale i podkreślające radość ze spotkania z przyjaciółmi. Jak to już wielokrotnie udowodniła, przepisy przez nią przygotowane rzeczywiście wychodzą wspaniale i prawie każdy może się nimi posłużyć.

Życzymy Drogim Czytelnikom radości ze świętowania specjalnych okazji, a także by każdy posiłek przygotowany wg przepisów Siostry Anastazji stawał się zachętą do smakowania życia, we wszystkich jego wymiarach.

o. Jacek Siepsiak SJ

SIOSTRA ANASTAZJA RADZI

1. Przystawki należy podawać przed daniem głównym. Mogą być przygotowane na zimno lub gorąco.
2. Przy sporządzaniu zup warto pamiętać:
 - warzywa przeznaczone do gotowania należy zalewać wrzącą, osoloną wodą w takiej ilości, aby były zakryte i gotować pod przykryciem,
 - warzywa zielone oraz zawierające gorzkie, piekące składniki, jak kapusta czy kalafior, po zagotowaniu – odkryć i dalej gotować bez przykrycia,
 - warzyw obranych i rozdrobnionych nie należy moczyć w wodzie,
 - podczas gotowania zup, należy pamiętać o uzupełnieniu wodą wyparowanego wywaru,
 - podprawianie zupy polega na jej zagęszczeniu mąką wymieszaną z zimnym wywarem, mlekiem lub śmietaną. Dobrze roztrzępaną zawiesinę wlewa się do wrzącej zupy i przez chwilę zagotowuje. Do zagęszczenia zup można stosować – zamiast mąki pszennej – mąkę kukurydzianą.
3. Omlety smaży się, z obu stron, na wolnym ogniu – nie mieszając – na złoty kolor. Wierzch omletu powinien być lekko ścięty.
4. Jaja – użyte do niektórych potraw – powinny mieć nieuszkodzone skorupki. Przed użyciem należy je dokładnie umyć, a nawet sparzyć.
5. Do przygotowania potraw mięsnych, jak również ryb, należy zawsze wybierać kawałki świeże, jędrne i odpowiedniej barwie.

ROZPOZNANIE MIĘSA:

Mięso wołowe: mięso z młodych sztuk ma barwę czerwoną, tkanka jest soczysta, tłuszcz, który przerasta część tuszy, odznacza się barwą kremoworóżową. Mięso ze starych sztuk ma kolor ciemnoczerwony, tłuszcz żółtawy, przerośnięty błonami.

Cielęcina ma kolor bladoróżowy, na jej powierzchni nie ma tłuszczu, natomiast tłuszcz wewnętrzny ma również odcień bladoróżowy.

Mięso wieprzowe: mięso z młodych sztuk ma kolor jasnoróżowy, ze starych jest ciemnoróżowe.

Mięso drobiu: z ptaków młodych jest smaczne i delikatne. Drób stary ma odstającą, zrogowaciałą łuskę na nogach, chropowatą skórę, a zakończenie mostka twarde.

Ryba: świeża odznacza się swoistą wonią i przylegającą do skóry łuską; skrzela są jasnoczerwone, a mięso jest barwy bladoróżowej.

6. W niektórych przepisach celowo nie podano rodzaju tłuszczu – jego wybór zależy od możliwości i własnych upodobań smakowych. Jednak wiele przepisów zaleca użycie masła klarowanego, które nie przypala się nawet w bardzo wysokiej temperaturze, nadaje się do zup, smażenia warzyw, ryb, delikatnych mięs, naleśników czy placków. Również nadaje się do wypieków ciast z dodatkiem masła. Potrawy z użyciem masła klarowanego uzyskują wyjątkowy smak i aromat. Poza tym masło klarowane jest bardzo zdrowe i odżywcze. Poniżej zamieszczono domowy sposób uzyskania masła klarowanego. Najlepiej przygotować jego większą ilość, ponieważ przechowywane w lodówce – nawet przez kilkanaście tygodni – nie psuje się i nie jełczeje.

MASŁO KLAROWANE

Kilka kostek masła (najlepiej świeżego, o jak najmniejszej zawartości oleju roślinnego) włożyć do dużego garnka i wolno podgrzewać. Gdy całkowicie się rozpuści – zmniejszyć temperaturę. Na jego powierzchni utworzy się piana (zawieszina z białka), którą należy pracować i dokładnie zbierać łyżką cedzakową dotąd, dopóki nie uzyskamy prawie czystego płynu o żółtym zabarwieniu. Następnie należy odstawić płynne masło do czasu, aż pozostałe „zanieczyszczenia” opadną na dno. Wtedy ostrożnie zlać płyn do szerokiego naczynia (najlepiej miski) uważając, by nie przelać części zanieczyszczonej. Tak otrzymane czyste masło schłodzić w lodówce. Podzielić nożem na porcje i korzystać w miarę potrzeby.

7. Ze względu na różne rodzaje piekarników, w przepisach podana jest przybliżona temperatura pieczenia jak i czas pieczenia danej potrawy.
8. Wszystkie przepisy opracowane zostały na 5-6 osób.



W książce oznaczono przepisy według stopnia trudności:



bardzo łatwe

łatwe

trudniejsze

Składniki:

3 kg mięsa (wołowe, wieprzowe, drobiowe)
1/2 kg podgardla wieprzowego
1/2 kg wątroby wieprzowej
2-3 cebule
8 jaj
5 dag suszonych grzybów
2 marchewki
2 pietruszki
1 średni seler
1 łyżeczka zmielonej gałki muskatołowej
2-3 ziarna ziela angielskiego
1-2 listki laurowe
tłuszcz
bułka tarta
sól
pieprz

Wykonanie:

Jarzyny z zielem angielskim i listkami laurowymi zagotować. Do wrzątku dodać mięso i podgardle. Posolić i gotować. Grzyby namoczyć (najlepiej przez noc) i ugotować. Wątrobę pokroić, dodać pokrojone cebule i razem podsmażyć. Ugotowane mięso zemieć w maszynce wraz z grzybkami, wątroba i jarzynami. Czynność powtórzyć dwukrotnie. Dodać żółtka, gałkę muskatołową, sól i pieprz do smaku. Dobrze wymieszać. Jeżeli pasztet jest za suchy, można dodać trochę wywaru. Z białek ubić pianę i dodać do pasztetu. Dobrze wymieszać i przełożyć do formy (blaszanej lub aluminiowej) wysmarowanej tłuszczem i obsypanej tartą bułką. Piec w piekarniku w temp. 160-180 st. C przez ok. 1 godz.





ZUPA KREM DYNIOWY Z CZOSNKIEM



Składniki:

*2 kg obranej dyni
2 marchewki
2 l bulionu (ok.)
3-4 ząbki czosnku
10 dag serka topionego
1 szklanka śmietany 30% (ok.)
3 łyżki oleju
sól
pieprz*

Wykonanie:

Dynię i marchewki pokroić w kostkę i osobno obsmażyć na oleju. Przełożyć do naczynia, zalać bulionem i gotować do miękkości. Lekko przestudzić, dodać serek topiony i całość zmiksować. Doprawić do smaku. Do gorącego kremu dodać przeciśnięty przez praskę czosnek oraz śmietanę. Wymieszać.

Krem z dyni podawać z groszkiem ptyśowym jako samodzielne danie. Można też zupę posypać uprażonymi na patelni pestkami dyni.





PIEROGI SMAŻONE Z ZIEMNIAKÓW

CIASTO ZIEMNIACZANE

Składniki:

1/2 kg ugotowanych i mielonych ziemniaków

1 jajo

1 łyżka oliwy

20 dag mąki ziemniaczanej (ok.)

olej do smażenia

Wykonanie:

Do mielonych ziemniaków dodać jajo, oliwę i mąkę ziemniaczaną. Szybko wyrobić ciasto na gładką masę. Podsypując mąką, niewielkimi porcjami rozwałkować ciasto i wykrawać krążki. Na środek każdego nałożyć nadzienie, złożyć na pół i dobrze skleić brzegi. Gotowe pierogi smażyć w głębokim i dobrze rozgrzanym tłuszczu na złoty kolor.

FARSZ

Składniki:

1/2 kg ugotowanej kapusty kiszzonej

15 dag białego sera

1 cebula

2-3 łyżki tłuszczu

sól

pieprz

Wykonanie:

Cebulę pokrojoną w drobną kostkę zeszklić na tłuszczu. Z ugotowanej kapusty odcisnąć nadmiar wody i dodać zeszkloną cebulę oraz pokruszony ser. Wymieszać i doprawić do smaku. Farszem nadziewać pierogi.

Pierogi smażone można podawać na gorąco jako samodzielne danie obiadowe lub na zimno – jako przekąskę.



CZEKOLADOWE NALEŚNIKI Z SEREM I OWOCAMI

CIASTO NALEŚNIKOWE

Składniki:

2 jaja
2 szklanki mleka
3/4 szklanki gazowanej wody
1/2 łyżeczki soli
2 szklanki mąki pszennej
1 łyżka naturalnego kakao

Wykonanie:

Wymieszać wszystkie składniki trzepaczką i ubijać do uzyskania jednolitej masy. Gdy ciasto będzie za gęste, dodać trochę mleka. Gotowe ciasto naleśnikowe pozostawić na około 30 min.

Na rozgrzaną i posmarowaną olejem patelnię wylewać porcję ciasta i smażyć z obu stron.

NADZIENIE SEROWE

Składniki:

30 dag sera białego
1 łyżka cukru pudru
1/2 łyżeczki ekstraktu waniliowego
2 łyżki oleju

Wykonanie:

Ser rozdrobnić widelcem, wymieszać z cukrem pudrem i ekstraktem waniliowym.

Dodatki:

bita śmietana
2 szklanki pokrojonych owoców

Usmażone naleśniki posmarować serem i złożyć w trójkąt. Podawać z bitą śmietaną i kawałkami owoców.

Składniki:

1 kg piersi z indyka
20 dag suszonych moreli
150 ml czerwonego wina
10 dag masła
2 gałązki tymianku
2-3 łyżki musztardy
sól
pieprz

Wykonanie:

Morele namoczyć w winie (2 godz.). Mięso natrzeć solą i pieprzem. Rozbić, rozłożyć i wyrównać. Połowę masła roztopić. Mięso posmarować masłem, położyć musztardę, rozdrobiony tymianek, odsączone morele. Zwinąć roladę, obwiązać sznurkiem, oblać pozostałym masłem i winem, zawinąć w folię i upiec.





SPIS TREŚCI

Wstęp	5
-------------	---

Siostra Anastazja radzi	7
-------------------------------	---

PRZYSTAWKI

Ryba po królewsku	10
Szczupak w galarecie	11
Szczupak gotowany	12
Ryba w zalewie	13
Karp w galarecie	14
Śledzie w sosie mlecznym	15
Śledzie z cebulką	16
Pstrąg w sosie jarzynowym	17
Rolada z żółtego sera	18
Pieczarki nadziewane	19
Jaja nadziewane	19
Jaja nadziewane z sosem tatarskim	20
Jaja w galarecie	21
Galaretka jarzynowa	22
Rolada ziemniaczana ze szpinakiem	23
Rolada ziemniaczana z kapustą	24
Rolada szpinakowa	25
Rurki z szynką i chrzanem	26
Kanapki z szynką i majonezem	27
Bób zapiekany z czosnkiem	27
Bób z grzybami	28
Cukinia zapiekana z grzybami	29
Przystawka z jaj	30
Salatka w pomidorach	31
Naleśniki z sałatą	32
Nadziewane kalarepki i pomidory	33
Nadziewana papryka	34
Salatka jarzynowa	35
Pasztet z białej fasoli	36
Pasztet z grzybami	37
Pasztet ze śliwkami	38
Schab faszerowany w galarecie	39
Kurczak z orzeszkami	40
Salatka z kurczakiem i grzankami	41
Salatka	42

ZUPY

KREMY

DANIA JEDNOGARNKOWE

Barszcz czerwony – kiszenie	44
Żur wielkanocny	45
Żurek z serwatki	46
Zupa grzybowa	47
Rosół	48
Rosół z makaronem	49
Grochówka z grzankami	50
Kapuśniak z kiszonej kapusty	51
Kapuśniak ze słodkiej kapusty	52
Krupnik z jajkiem	53
Leczo	54
Botwinka	55
Zupa z suszonych borowików	56
Zupa z kurkami	57
Zupa ogórkowa z ryżem	58
Krem z porów z grzankami	59
Zupa pomidorowa z lanym ciastem	60
Zupa pieczarkowa z grzankami	61
Zupa z mięsem mielonym	62
Zupa neapolitańska z łazankami	63
Zupa węgierska	64
Zupa z kurczaka	65
Zupa z ogórkami kiszonymi	66
Wywar jarzynowy z jajkiem	67
Kwaskówka	68
Zupa czosnkowa	69
Zupa fasolowa z grzybkami i czosnkiem	70
Zupa koperkowa	71
Zupa porowa	72
Zupa szczawiowa	73
Zupa z cukinii	74
Zupa z kalarepki (Fildukusowa)	75
Zupa krem dyniowy z czosnkiem	76
Zupa krem jarzynowy z jajkiem	77
Bulion z suszonych grzybów z pierożkami	78
Zupa krem kalafiorowo-brokułowy	79
Zupa krem szpinakowy	80
Zupa krem z brukselki	81

Zupa krem z dyni		Knedle ziemniaczane z mięsem	118
z płatkami migdałowymi	82	Knedle ze śliwkami I	119
Zupa krem z marchewki	83	Kopytka pikantne	120
Zupa wiśniowa	84	Kluski leniwe	121
Zupa mleczna z dyni		Kopytka	121
z kluseczkami rwanymi.....	85	Smażone pierogi z grzybami	122
Zupa mleczna z dyni z kluskami	86	Pierogi ruskie	123
Zupa mleczna – ścieranka	87	Pierogi z kapustą i grzybami	124
Chłodnik buraczany	88	Pierogi z mięsem i kapustą	125
Chłodnik koperkowy	89	Pierogi ze szpinakiem	
Parówki po węgiersku	90	i białym serem	126
Bigos z pieczarek	91	Pierogi z kaszy gryczanej	
Moussaka	92	z pieczarkami.....	127
Bigos z kapusty kiszonej z grzybami	93	Pierogi z kaszy gryczanej	
Bigos z kapusty kiszonej	94	z białym serem.....	128
Potrawka z kurczaka	95	Pierogi z owocami	129
Flaczki	96	Pierogi z serem	129
Flaczki jarzynowe	97	Pierogi smażone z ziemniaków	130
Gulasz jarzynowy	98	Pierogi z bobem	131
Gulasz	99	Pierogi z fasolą	132
Gulasz po węgiersku	100	Pierogi z soczewicą	133
Gulasz z soczewicy	101	Uszka z fasolą	134
Paluszki mięsne w sosie warzywnym	102	Uszka z bobem	135
Krem z kurek.....	103	Naleśniki z farszem szpinakowym	136
Potrawka z indyka z warzywami	104	Naleśniki z farszem jarzynowym	137
Serduszka w sosie koperkowym	105	Czekoladowe naleśniki	
Królik w potrawce	106	z serem i owocami.....	138
Królik w śmietanie.....	107	Omlet z żurawiną	139
Bogracz	108	Omlet szpinakowy	140
		Omlet z jarzynami	141
		Omlet z porem	142
		Łazanki z kapustą i warzywami	143
		Łazanki z kapustą i pieczarkami	144
		Spaghetti z pomidorami	145
		Makaron faszerowany szpinakiem	146
		Makaron z bakłażanem	147
		Makaron z brokułami	148
		Makaron z cukinią	149
		Makaron z grzybami	150
		Makaron z karczochami	151
		Makaron z marchewką	152
		Makaron ze szpinakiem	153
		Makaron z suszonymi pomidorami	154
		Makaron z papryką	155
		Makaron z sosem serowym	156
		Makaron z pietruszką.....	157
		Makaron z topionym serem	158

DANIA GŁÓWNE

Risotto	110
Risotto z pieczarkami	111
Kotlety z jaj	112
Pyzy grzybowe	113
Pyzy z kapustą	114
Pyzy z białym serem	115
Knedle z białym serem I	116
Knedle z białym serem II	117

Carbonara	159	Sakiewki napełniane kapustą	198
Makaron Ministra	160	Gołąbki z kaszą	
Makaron z kurczakiem i szpinakiem.....	161	w sosie pieczarkowym	199
Zapiekanka z makaronem	162	Gołąbki z ryżem i grzybami	200
Racuchy drożdżowe	163	Gołąbki z ryżem i mięsem	201
Racuchy z jabłkami	164	Gołąbki z ziemniakami	202
Kluski drożdżowe gotowane		Gołąbki z suchym ryżem	203
na parze	165	Potrawka jarzynowa	204
Jabłka w cieście biszkoptowym	166	Kalafior panierowany	205
Ryż zapiekany z grzybami	167	Kalafior smażony w cieście	206
Ryż zapiekany z warzywami	168	Brukselka smażona w cieście	207
Papryka nadziewana kaszą gryczaną	169	Cukinia zapiekana z pomidorami	208
Kalarepka w sosie koperkowym	170	Ser smażony	209
Kalarepka z wody	170	Mięso drobiowe – Sposób I	210
Jarskie kotleciki z ciecierzycy		Mięso drobiowe – Sposób II	211
z sosem czosnkowym.....	171	Kurczak po kolumbijsku	212
Zapiekanka z cukinii I	172	Filet z kurczaka z kapustą	213
Zapiekanka z cukinii II	173	Kurczak w sosie warzywnym	214
Zapiekanka grzybowa	174	Kurczak w szparagach	215
Zapiekanka z ziemniaków	175	Kotlet drobiowy.....	216
Zapiekanka kalafiorowo-brokułowa	176	Piersi z kurczaka I	217
Zapiekanka z bakłażana	177	Piersi z kurczaka II	218
Zapiekanka z cukinii i pomidorów	178	Szaszłyk w kurczaku	219
Zapiekanka z cukinii i sera	179	Filet z kurczaka faszerowany kurkami	220
Zapiekanka ziemniaczana		Roladki drobiowe w sosie	
z warzywami	180	z pestkami dyni	221
Ziemniaki zapiekane faszerowane		Filety drobiowe	
masą koperkowo-paprykową	181	w sosie pomidorowym.....	222
Kotleciki z rolady ziemniaczanej		Filet z kurczaka w sosie warzywnym.....	223
ze szpinakiem.....	182	Kurczak nadziewany cytryną	224
Kotlety z selera z jabłkiem		Roladki z indyka z mozzarellą.....	225
i pomidorem.....	183	Filety w marynacie	
Kotlety ryżowe z pestkami dyni	184	z jabłkami i cebulką	226
Kotlety serowe	185	Kotleciki z kurczaka mielonego	227
Kotlety z fasoli	186	Kurczak w krakersach	228
Kotlety z gotowanych ziemniaków	187	Zapiekany kurczak	
Kotlety z jaj faszerowane pieczarkami.....	188	w sosie śmietanowo-porowym.....	229
Kotlety z kapusty włoskiej	189	Udka nadziewane śliwkami	230
Kotlety z kaszy manny	190	Udka z majonezem	231
Placki z cukinią i białym serem	191	Udka nadziewane pieczarkami.....	232
Placki ziemniaczane zapiekane		Kurczak z kokosem	233
z kapustą kiszoną.....	192	Udka pieczone	234
Placki ziemniaczane	193	Udka nadziewane mięsem mielonym	235
Placki z dyni	194	Udka nadziewane porem	
Placki z selera	195	i słonecznikiem	236
Placki z kapustą kiszoną	196	Zapiekanka z kurczaka z pieczarkami	
Kotlety à la gołąbki	197	w sosie cebulowym	237

Kurczakowa fantazja	238	Pieczona łopatką	274
Kurczak w sosie śmietanowym	239	Golonka gotowane	275
Ziołowe filety z kurczaka	240	Kotlety schabowe z pieczarkami	276
Kurczakowe kule nadziewane		Polędwica wieprzowa	276
serem i boczkiem	241	Pieczeń wieprzowa duszona w warzywach	277
Rolada drobiowa	242	Pieczeń wieprzowa na winie	278
Roladki z oliwkami	243	Kotlety w sosie migdałowym	279
Naleśniki z kurczakiem	244	Klopsiki w sosie koperkowym	280
Roladki drobiowe z brokułami	245	Mięsne kulki w sosie warzywnym	
Rolady drobiowe z mięsem mielonym	246	z makaronem	281
Makaron z kurczakiem		Kotlety schabowe zapiekane	
i płatkami migdałowymi	247	z pasztetem	282
Mięso drobiowe w naleśniku	248	Kotlety z szynką i żółtym serem	283
Zapiekane filety z kurczaka		Kotlety faszerowane	284
w sosie cebulowym	249	Kotlety schabowe z żółtym serem	285
Mięso drobiowe mielone	250	Schab z sherry	286
Kaczka nadziewana wątróbką	251	Kotlety schabowe gotowane	287
Kaczka nadziewana pieczarkami	252	Schab z nadzieniem ze śliwek	288
Kaczka pieczona z warzywami	253	Schab po prowansalsku	289
Rolada z udźca indyka	254	Kotlety schabowe z farszem	290
Indyk w cebuli	255	Kotlet schabowy	291
Indyk z miętą		Schab z boczkiem	292
w sosie słodko-ostrym	256	Schab duszony	293
Potrawka z indyka	257	Zrazy bite z jarzynami	294
Rolada z indyka		Karczek w sosie sojowym	295
z morelami i śliwkami	258	Karczek w kapuście kiszzonej	296
Roladki z indyka		Befsztyk po angielsku	296
nadziewane brokułami	259	Karczek pieczony w całości	297
Rolada z indyka z serem feta		Karczek z ananasek	298
i suszonymi pomidorami	260	Żeberka z miodem	299
Roladki z indyka z serem pleśniowym	261	Potrawka wieprzowa ze śliwkami	300
Filet z indyka z szynką	262	Kotlety z ananasek i żurawinami	301
Rolada z indyka I	263	Żeberka w jarzynach	302
Rolada z indyka II	264	Rolada z karczku faszerowana kapustą	303
Filet z indyka	265	Rolada z boczku	
Królik pieczony	266	nadziewana kurczakiem	304
Królik duszony z warzywami	267	Rolady z jarzyną	305
Pieczeń szynkowa		Rolada z mięsa mielonego	306
faszerowana śliwkami	268	Rolada z mięsa mielonego	
Polędwica wieprzowa		nadziewana żółtym serem	307
z suszonymi pomidorami	269	Rolada z karkówki	308
Pieczeń wieprzowa z marchewką	270	Rolada schabowa	309
Rolada z boczku faszerowana mięsem	271	Rolada schabowa	
Kotlety schabowe zawijane		z suszonymi pomidorami	310
z pieczarkami	272	Rolada z karczku	
Pulpety zapiekane		faszerowana szpinakiem	311
w sosie koperkowym	273	Rolada z karczku i mięsa drobiowego	312

Roladki schabowe nadziewane kapustą kiszoną.....	313	Uszka wigilijne	345
Sakiewki	314	Kapuśniaczki	346
Sakiewki schabowe	315	Ślimaczki do barszczu	347
Wieprzowina z serem	316	Dufinki	348
Rolady z kaszą	317	Ryż	348
Rolada z polędwicy wołowej.....	318	Babeczki do barszczyku	349
Bitki wołowe panierowane	319	Bułka cysterska.....	350
Bitki wołowe	320	Marchewka przysmażana	350
Cielęcina w kurkach leśnych	321	Placek grzybowy	351
Rolada wieprzowo-wołowa	322	Zapiekana kapusta kiszona z Jałkiem.....	352
Rolady z płatów wołowych	323	Salatka z wędzonym kurczakiem i kalarepką.....	353
Rolady wołowe ze śliwkami	324	Kapusta z grochem	354
Łosoś zapiekany w żółtym serze.....	325	Kapusta z grzybami	355
Zapiekanka z łososiem i szpinakiem w sosie śmietanowym	326	Kapusta ze śliwkami	356
Zapiekanka rybna	327	Chrzan wielkanocny z jajkiem	357
Karp pieczony w migdałach	328	Chrzanowy krem	358
Karp smażony	329	Chrzan z dereniem	358
Ryba zapiekana z jabłkiem i serem żółtym	330	Chrzan z jabłkami	359
Ryba w sosie szpinakowym	331	Ćwikła z chrzanem.....	360
Szczupak smażony	332	Kapusta pekińska z brzoskwiniami	360
Ryba po grecku	333	Salatka z ogórków kiszonych	361
Pstrąg pieczony podany z sosem śmietanowo-pleśniowym	334	Marchewka z groszkiem	361
Pstrąg pieczony w warzywach	335	Salatka z kapusty białej	362
Ryba zapiekana w śmietanie	336	Salatka z rukoli i sałaty lodowej	363
Ryba zapiekana w jarzynach	337	Salatka z selera.....	364
Kotlety rybne	338	Salatka warzywna	364
		Salatka z mleczka i jaj	365
		Salatka zielona I	366
		Salatka zielona II.....	366
		Salatka z pieczonym schabem i żółtym serem	367
		Salatka z cielęciną	368
		Salatka z kalafiora i brokuła	369
		Salatka z oliwkami	369
		Salatka z kapusty włoskiej z musztardą....	370
		Salatka z kapusty pekińskiej	370
		Salatka z brokułami	371
		Salatka strzępiasta z kurczakiem.....	372
		Salatka z marchewki	373
		Salatka z kurczakiem i bakalią	374
		Salatka z buraczków czerwonych I	375
		Salatka z buraczków czerwonych II	376
		Salatka z buraczków czerwonych III	376
		Salatka z buraczków czerwonych IV	377
		Salatka z indykiem i papryką	378

DODATKI

DO DAŃ

„Grzybek” do zup czystych	340
Kostka z kaszy manny	341
Groszek ptyśowy	341
Kluseczki rwane	342
Łazanki	342
Krokiety naleśnikowe z kapustą i grzybami	343
Krokiety z pieczarkami	344

Salatka jarzynowa z kukurydzą i żółtym serem	379	Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorami	392
Salatka na każdą okazję	380	Surówka z kiszonej kapusty	392
Salatka z pieczarek I	381	Surówka z białej kapusty I	393
Salatka z pieczarek II	381	Surówka z białej kapusty II	394
Salatka z pieczarek III	382	Surówka z porów I	394
Salatka z kurczakiem	383	Surówka z porów II	395
Salatka grecka	384	Surówka z czerwonej kapusty I	395
Salatka z selera I	385	Surówka z czerwonej kapusty II	396
Salatka z selera II	385	Surówka z czerwonej kapusty III	396
Kapusta czerwona Kasi duszona w soku z winogron	386	Surówka z marchewki	397
Czerwona kapusta z rodzynkami	387	Surówka z marchewki z chrzanem	397
Czerwona kapusta z wędzonym boczkiem	387	Surówka z czarnej rzepy	398
Salatka z kaszą kuskus	388	Surówka z białej rzepy	398
Salatka z żółtym serem i porem	388	Surówka z kapusty pekińskiej	399
Salatka z fasolką szparagową i żółtym serem	389	Surówka z kapusty pekińskiej i winogron	399
Zapiekana biała kapusta	390	Surówka z selera I	400
Zapiekana kiszona kapusta	390	Surówka z selera II	400
Surówka z sałaty lodowej i awokado	391		
Surówka z zielonej sałaty i sera feta	391	Alfabetyczny spis przepisów	401

