

S. ANASTAZJA
PUSTELNIK FDC

103 CIASTA SIOSTRY ANASTAZJI

Wydawnictwo WAM

WSTĘP

*Hałas, tortas, rwetes, wrzawa,
Łoskot, łomot jak w młockarni,
W izbie parno, świąt kurzawa,
Drzwi wciąż skrzypią do spiżarni,
Znoszą masła, jaja, sery,
Mąki, cukry i korzenie...
(Humoreski XIX-wieczne)*

Znaczny wpływ na rozwój sztuki wypieku różnych smakołyków miały obchody uroczystości religijnych i świeckich oraz związane z nimi regionalne zwyczaje. Tak było we Włoszech, kiedy w XV wieku w Mediolanie, na Boże Narodzenie, pokazano bardzo oryginalny wypiek – panettone – czyli chleb Toniego, popularna do dziś – nie tylko we Włoszech – drożdżowa babka z rodzynekami, tradycyjnie stawiana na świątecznym stole, gdy uroczyście wspomina się pamiątkę narodzin Jezusa.

Z upływem czasu, i dzięki pomysłowości przyrządzających wypieki, różne ciasta zaczęły przybierać coraz to wymyślniejsze kształty. Włoskie tor-

rone (*dost. wieża*) – nugat w kształcie wieży – powstał z migdałów i ubitego z cukrem białka, a uformowany był w białych opłatkach na kształt wieży. Natomiast pieczona na Wielkanoc włoska colomba (*dost. gołębicą*) – drożdżowe ciasto z bakaliami – przypomina swym kształtem gołębicę.

W tradycji polskiej, bardzo znany jest baranek z cukru lub z ciasta drożdżowego, wypiekany na Wielkanoc, oraz mazurek – placek będący specjalnością kuchni polskiej.

Klasztory z dawien dawna miały swoje charakterystyczne przepisy na sporządzanie różnych potraw i nalewek, zwłaszcza win, likierów i piwa. By tylko wspomnieć benedyktynekę czy likier Chartreuse wytwarzany kiedyś w XVIII wieku w klasztorze kartuzów w La Grande Chartreuse we Francji. Ten słynny likier korzenno-ziołowy (seledynowy i żółty) produkowany jest obecnie w Hiszpanii w Tarragonie według starej zakonnej receptury, otoczonej ścisłą tajemnicą.

Siostry dominikanki w hiszpańskiej Salamance do dzisiaj robią z ucieranych gotowanych żółtek, cukru pudru i dodatku różnych ziołowo-korzennych likierów, znakomite cukierki, zawijane w specjalne bibułki i pakowane w ręcznie ozdobione przez nie papierowe pudełka.

Starosądeckie i krakowskie klarysky sporządzają wyśmienite konfitury i pieką z ich dodatkiem pyszne ciasta. Starowiejskie siostry służebniczki wypiekają na wielkie zakonne uroczystości jedyne w swoim rodzaju drożdżowe rogaliki z czekoladą, cukrową różą lub bakaliami. Tak dobre, że palce lizać.

Słynne toruńskie pierniki, cieszące się popularnością od XVI wieku, swą karierę zawdzięczają zakonnikom, które wyrabiając je, nadały im nazwę od imienia klasztoru św. Katarzyny. Nazwa katarzynki przetrwała do dzisiaj, choć klasztoru już dawno nie ma, a pierniki ciągle rozślawiają miasto Kopernika.

Pierniki w Polsce przyrządzane były najczęściej na święta Bożego Naro-

dzenia. Nazwa piernik pochodzi od przyprawy korzennej *pieprznej*, czyli po staropolsku *piernej*.

W Poznaniu znane są tzw. rogałe świętomarcińskie, a ich wypiek związany jest z listopadowymi obchodami świętego Marcina, patrona młynarzy.

Klasztorny rodowód mają też piernikowe mikołaje pieczone na szóstego grudnia i biszkopty, czyli ciasto słodkie – podwójnie pieczone i wysuszone. Doskonale nadawało się ono do zabrania w uciążliwą podróż, odbywaną kiedyś często przez mnichów, bo było lekkie, słodkie, pożywne i nie psujące się.

Kiedy sięgnę pamięcią do wspomnień kulinarnych, to okazuje się, że najlepszą leguminę jadłem jednak w nowicjacie jezuickim. Sporządzona była z wiejskiej śmietany i dużej ilości pachnących leśnych poziomek, czasami była też o smaku cytrynowym, z dodatkiem świeżej skórki z cytryny. Wieloletnia kucharka w kolegium w Starej Wsi, siostra Maria, Janina Orzeł, przyrządzała te wspaniałe leguminy na de-

ser dla zakonników i zaproszonych gości na specjalne okazje. Zwykle podawano taką pyszną leguminę podczas uroczystości odpustowych Matki Boskiej Zielnej. Pamiętam, że wiele lat później, już jako kapłan, jechałem na odpust starowiejski z intencją, aby, owszem, być na sumie, pomodlić się, poświęcić zioła, ale i skosztować tej wyśmienitej leguminy.

Gdy nadchodziła jesień, przychodził czas kiszenia kapusty. W ogromnych dębowych beczkach deptano ją – specjalnie ugniatającym chodem – był to tzw. kapuściany krok. Dodawanie soli, jabłek, kminku, marchwi, oraz wylewanie powstałego, spienionego soku z ugniatanej kapusty, to niemalże utrwalony w mej pamięci „kapuściany rytuał”, jakże dobrze zapamiętany z nowicjackich dni.

Także niezapomniany zapach pieczonego razowego chleba i podpłomyków, wydobywający się z pieca w klasztornej kuchni, towarzyszy mi zawsze, ilekroć odwiedzam nasze

stare kolegium w południowo-wschodniej Polsce. Pamiętam, jak przed włożeniem ciasta chlebowego do pieca, siostra Maria kreśliła nad nim znak krzyża i wypowiadała pobożną formułę: *Rośnij chlebie, jak chwała Boża w niebie*.

Smak jaglanej kaszki przyrządzonej na mleku (a podanej tylko jednemu, najmłodszemu zakonnikowi w liturgiczne Święto Młodzianków) już dawno zapomniałem. Nic w tym dziwnego, bowiem później dostawali ją inni współbracia – jak każe zakonna jezuicka tradycja – najmłodsi wiekiem.

Przypominam sobie, jak kiedyś nasz zakonny brat, Andrzej Rutzki, który był znakomitym kucharzem i cukiernikiem, zwykł mawiać, że kucharz musi mieć trzy podstawowe rzeczy, aby przygotować coś dobrego: przede wszystkim musi *mieć produkty*, z których można coś zrobić, dalej *musi chcieć z nich coś przyrządzić* i wreszcie *musi mieć smak*. Szybko przekonałem się o słuszności tych stwierdzeń, zwłaszcza

kiedy sam zacząłem eksperymentować, próbując coś smacznego upiec.

Dzisiaj wiem, że nie wystarczy: *mieć, chcieć i mieć smak*, ale potrzebna jest jeszcze książka kucharska, aby móc *wiedzieć*, jak coś przyrządzić i upiec. Wiem także, iż nie wystarczy ściśle zachowanie receptury książkowej, bo wiem istnieją jeszcze pewne „tajemnice sztuki”, których nie da się przelać na papier.

Umiejętność pieczenia nabywa się przede wszystkim przez doświadczenie i wieloletnią praktykę. Oczywiście, książkowe przepisy i rady kulinarne są bardzo przydatne i pomocne szczególnie wszystkim początkującym.

Siostra Anastazja Pustelnik ze Zgromadzenia Córek Bożej Miłości, wieloletnia kucharka i gospodyni w różnych domach zakonnych, w niniejszej publikacji dzieli się swym bogatym doświadczeniem w pieczeniu ciast. Przepisy tutaj zawarte zostały wielokrotnie wypraktykowane i sprawdzone

przy różnych okazjach, czego sam doświadczyłem. Uznanie zawsze budził nie tylko oryginalny smak dokonanego wypieku, ale również jego kształt i dekoracja.

Wydanie zbioru przepisów na ciasta siostry zakonnej Anastazji Pustelnik wpisuje się w ciąg przeróżnych zakonnych tradycji sztuki kulinarnej. Myślę, że mogą z nich skorzystać zarówno ci, którzy mają już pewne doświadczenie, jak i stawiający dopiero pierwsze kroki w tej fascynującej dziedzinie. Wszystkim życzę udanych wypieków i polecam ich opiece patronki kucharzy i cukierników, zapobiegliwej św. Marcie.

Smacznego!

ks. Stanisław Groń SJ

SIOSTRA ANASTAZJA RADZI

1. Mąkę do ciasta zawsze należy starannie przesiewać.
2. Mąkę mieszamy najpierw z proszkiem do pieczenia, a dopiero potem dodajemy resztę składników.
3. Foremki należy zawsze smarować tłuszczem i obsypać tartą bułką (lub wyłożyć specjalnym papierem).
4. Wybieramy jajka o nieuszkodzonych skorupkach. Przed użyciem należy je dokładnie umyć (nawet sparzyć), a następnie wbijać pojedynczo do osobnego naczynia.
5. Biszkopt po upieczeniu należy pozostawić jeszcze przez chwilę w wyłączonym piekarniku.
6. Sernik zostawić w piekarniku aż do wystygnięcia.
7. Piana będzie się lepiej ubijała, jeżeli do białek dodamy szczyptę soli.
8. Kruche ciasto przed pieczeniem należy ponakłuwać widelcem w kilku miejscach.

9. Do przygotowania masy można użyć – według własnego uznania – masła lub margaryny.
10. Do spulchniania niektórych ciast można wykorzystać, rzadko dziś stosowany, amoniak spożywczy w postaci proszku. Jego działanie podobne jest do proszku do pieczenia. Amoniak spożywczy jest dostępny w sprzedaży.
11. Jeżeli podczas przygotowywania kremu masa zwarzy się, należy ją lekko podgrzać, cały czas mieszając.
12. Jeżeli w przepisie nie podano składników polewy i jej wykonania, należy przygotować polewę według przepisu ze str. 17.
13. Wszystkie przepisy opracowane są na foremkę o wymiarach 23x38 cm.



PRZEPISY PODSTAWOWE

POLEWA

Wykonanie:

1. W wodzie rozpuścić żelatynę.
2. Cukier, kakao, margarynę i rozpuszczoną żelatynę dobrze wymieszać i stopniowo podgrzewać do połączenia wszystkich składników.

Nie dopuścić do zagotowania.

3. Po przestudzeniu (lekko ciepła) dodać (po łyżce) śmietanę.
4. Roztrzepać.

Składniki:

*13 dag margaryny,
5 łyżek cukru pudru,
3 łyżki kakao,
2 łyżki wody,
1 łyżka żelatyny,
5 łyżek kwaśnej,
gęstej śmietany.*

PLACEK KRUCHY I

Wykonanie:

1. Na stolnicę wysypać mąkę. Zmieszać z proszkiem do pieczenia i amoniakiem.
2. Dodać margarynę i posiekać nożem.
3. Cukier utrzeć z żółtkami i dodać do mąki.
4. Dodać śmietanę i lekko zarobić ciasto.
5. Ciasto wyłożyć równo na formę do pieczenia.
6. Piec w temp. 200-220°C przez 20 min.

Składniki:

*60 dag mąki,
30 dag margaryny,
15-20 dag cukru kryształu,
4-5 żółtek,
2 łyżeczki proszku
do pieczenia,
1/2 łyżeczki amoniaku,
2-3 łyżki kwaśnej śmietany.*

PLACEK KRUCHY II

Składniki:

*4 szklanki mąki,
3 żółtka,
20 dag margaryny,
1 szklanka cukru kryształu,
3 łyżki kwaśnej śmietany,
1 cukier waniliowy,
2 łyżeczki proszku
do pieczenia.*

Wykonanie:

1. Mąkę zmieszać z proszkiem do pieczenia.
2. Margarynę zetrzeć na tarce o dużych oczkach i dodać do mąki.
3. Dokładnie zmieszać składniki.
4. Żółtka, cukier, cukier waniliowy roztrześć w śmietanie.
5. Dodać do mąki z margaryną i wyrobić ciasto.
6. Wyłożyć równo na formę do pieczenia.
7. Piec w temp. 200°C przez ok. 20-30 min.

BISZKOPT JASNY

Składniki:

*6 jajek,
1 szklanka cukru kryształu,
1 szklanka mąki,
1 płaska łyżeczka proszku
do pieczenia.*

Wykonanie:

1. Białka ubić na sztywno, dodać cukier i żółtka.
2. Dodać mąkę zmieszaną z proszkiem i lekko wymieszać.
3. Wylać na formę do pieczenia.
4. Piec w temp. 160-180°C ok. 30-40 min.

BISZKOPT CIEMNY

Wykonanie:

1. Białka ubić na sztywno, dodać cukier i żółtka.
2. Dodać mąkę zmieszaną z proszkiem, na końcu kakao i lekko wymieszać.
3. Wylać na formę do pieczenia.
4. Piec w temp. 160-180°C ok. 30-40 min.

Składniki:

*6 jajek,
1 szklanka cukru kryształu,
3/4 szklanki mąki pszennej,
2-3 łyżeczki kakao,
1 łyżeczka proszku
do pieczenia.*

BISZKOPT ORZECHOWY I

Wykonanie:

1. Białka ubić na sztywno, dodać cukier i żółtka.
2. Dodać mąkę zmieszaną z proszkiem, na końcu orzechy i bułkę tartą. Wszystko lekko wymieszać.
3. Wylać na formę do pieczenia.
4. Piec w temp. 180°C przez ok. 30 min.

Składniki:

*4 jajka,
4 łyżki zmielonych orzechów,
3 łyżki bułki tartej,
4 łyżki cukru kryształu,
1 łyżka mąki pszennej,
1/2 łyżeczki proszku
do pieczenia.*

BISZKOPT ORZECOWY II

Składniki:

*5 jajek,
15 dag zmielonych orzechów,
5 łyżek cukru kryształu,
5 łyżek mąki pszennej,
1/2 łyżeczki proszku
do pieczenia.*

Wykonanie:

1. Białka ubić, dodając po 1 łyżce cukru.
2. Dodać żółtka i lekko wymieszać.
3. Dodać orzechy, mieszając.
4. Zmieszać mąkę z proszkiem do pieczenia i dodać do reszty, mieszając.
5. Wylać na formę do pieczenia.
6. Piec w temp. 180°C przez ok. 30 min.



PLACKI
TORTY
CIASTA...

*W książce oznaczono przepisy
według stopnia trudności:*

bardzo łatwe



łatwe



trudniejsze



SNIKERS



CIASTO

Wykonanie:

1. Przygotować ciasto kruche (str. 18).
2. Ciasto podzielić na pół i upiec 2 placki w temp. 200-220°C przez 20-30 min.

Składniki:

*30 dag mąki,
20 dag margaryny,
5 żółtek,
1 łyżka kwaśnej śmietany,
10 dag cukru pudru,
1 łyżeczka proszku
do pieczenia.*

CIASTO KOKOSOWE

Wykonanie:

1. Białka ubić z cukrem.
2. Dodać kokos, lekko wymieszać i piec w temp. 160-180°C przez 25-30 min.

Składniki:

*20 dag wiórków kokosowych,
1 szklanka cukru,
5 białek.*

CIASTO ORZECHOWE

Wykonanie:

1. Połowę orzechów pokroić, a drugą połowę zemeść.
2. Białka ubić z cukrem, dodać resztę składników, lekko wymieszać i piec w temp. 160-180°C przez 25-30 min.

Składniki:

*15 dag orzechów,
5 białek,
2 łyżki bułki tartej,
1 łyżeczka proszku
do pieczenia,
3 łyżki cukru kryształ.*

Składniki:

2 szklanki mleka,
1 cukier waniliowy,
5 żółtek,
1 budyń śmietankowy,
3 łyżki cukru kryształu,
2 1/2 łyżki mąki pszennej,
40 dag masła.

KREM

Wykonanie:

1. W 1/2 szklanki zimnego mleka rozrobić budyń z mąką pszenną i żółtkami.
2. Resztę mleka zagotować z dodatkiem cukru waniliowego i kryształu.
3. Wlać przygotowany budyń i zagotować.
4. Masło utrzeć i dodawać ostudzony krem, ciągle ucierając.

Przełożenie placka:

Placek kruchy – krem – ciasto kokosowe – krem – ciasto orzechowe – krem – placek kruchy.

Połączyć polewą kakaową.

Dowolnie przybrać według gustu i upodobania (można posypać wiórkami kokosowymi).

SZCZYPTA DUCHOWEJ SŁODYCZY:

Ten robi najwięcej, kto robi [dobrze] jedną rzecz.

św. Ignacy Loyola





ANANASEK

Składniki:

*1 puszka ananasów,
1 budyń śmietankowy
lub waniliowy.*

Składniki:

*1/2 szklanki białek,
1/2 szklanki cukru kryształu,
15 dag wiórków kokosowych.*

Upiec jasny biszkopt (str. 18).

MASA BUDYNIOWA

Wykonanie:

1. Z puszki ananasów odlać sok.
2. Na soku ugotować budyń śmietankowy lub waniliowy.
3. Owoce ananasa pokroić w kostkę, połączyć z budyniem i przestudzić.

PIANA

Wykonanie:

1. Białka ubić z cukrem.
2. Dodać kokos i lekko wymieszać.

Przełożenie placka:

Biszkopt – masa budyniowa – piana.

Zapiec w gorącym piekarniku na złoty kolor w temp. 180°C.

SZCZYPTA DUCHOWEJ SŁODYCZY:

Od chleba nie ma potrzeby tak bardzo się powstrzymywać.

św. Ignacy Loyola





PRZEKŁADANY

Składniki:

3 szklanki mąki,
22 dag margaryny,
18 dag cukru pudru,
1 łyżeczka proszku
do pieczenia,
5 łyżek kwaśnej śmietany,
6 żółtek.

Składniki:

1 kg jabłek,
1 łyżka cukru kryształu,
1 galaretka agrestowa.

Składniki:

6 białek,
1 szklanka cukru kryształu,
20 dag wiórków kokosowych,
1 łyżka mąki ziemniaczanej.

CIASTO

Wykonanie:

1. Przygotować jak ciasto kruche (str. 17).
2. Podzielić na 2 części.

MASA JABŁKOWA

Wykonanie:

1. Jabłka zetrzeć na tarce o dużych oczkach.
2. Podsmażyć z cukrem.
3. Pod koniec wsypać galaretkę agrestową i dokładnie wymieszać.

MASA KOKOSOWA

Wykonanie:

1. Białka ubić na sztywną pianę.
2. Dodać szklankę cukru kryształu.
3. Dodać kokos i mąkę ziemniaczaną.
4. Dokładnie wymieszać.



Składniki:

4 jajka,
12 dag orzechów mielonych,
3/4 szklanki cukru kryształu,
1 łyżka bułki tartej,
1 łyżka kakao,
1 łyżka mąki pszennej,
1 łyżeczka proszku
do pieczenia.

MASA ORZECHOWA

Wykonanie:

1. Białka ubić z cukrem.
2. Dodać żółtka i wymieszać.
3. Dodać resztę składników i dokładnie wymieszać.

Przygotowanie do pieczenia:

I ciasto kruche – masa jabłkowa – masa kosowa – masa orzechowa – II ciasto kruche.

Piec w całości w temp. 180-200°C przez 20-30 min.

SZCZYPTA DUCHOWEJ SŁODYCZY:

Nie sprzeciwiaj się nigdy, nawet najmniejszemu; zamiast zwyciężać, lepiej ustąpić każdemu.

św. Ignacy Loyola

Z MASĄ BRZOSKWINIOWĄ



BISZKOPT ORZECHOWY

Wykonanie:

1. Przygotować biszkopt orzechowy I (str. 19).
2. Upiec 2 cienkie biszkopty lub 1 grubszy i przekroić.
3. Piec w temp. 180°C przez 30-40 min.

Składniki:

8 jajek,
10 dag mielonych orzechów włoskich,
15 dag cukru kryształu,
10 dag mąki pszennej,
1 łyżeczka proszku do pieczenia.

BISZKOPT KOKOSOWY

Wykonanie:

1. Białka ubić z cukrem na sztywno i lekko wymieszać z kokosem.
2. Dodać mąkę, wymieszaną z proszkiem.
3. Piec w temp. 180°C przez ok. 30-40 min.

Składniki:

6 białek,
1/2 szklanki cukru kryształu,
15 dag wiórków kokosowych,
1 łyżka mąki ziemniaczanej,
1/2 łyżeczki proszku do pieczenia.

KREM DO PRZEŁOŻENIA CIASTA

Wykonanie:

1. Odlać sok z owoców. Jeśli nie będzie pełnej szklanki, uzupełnić wodą i ugotować budyń z 1 łyżką mąki i żółtkami.
2. Masło utrzeć z cukrem pudrem.
3. Dodać ostudzony budyń i ucierać.
4. Do masy dodać drobno pokrojone owoce.

Składniki:

1 puszka brzoskwiń,
25 dag masła,
6 żółtek,
1/2 budyniu śmietankowego,
1 łyżka mąki pszennej,
2-3 łyżki cukru pudru.

Przełożenie placka:

Biskopt orzechowy – krem – biskopt kokosowy – krem – biskopt orzechowy.

Ciasto polać polewą kakaową.

SZCZYPTA DUCHOWEJ SŁODYCZY:

*Tak Bogu ufaj, jakby całe powodzenie spraw
zależało tylko od Boga, a nie od ciebie; tak
jednak dokładaj wszelkich starań, jakbyś ty
sam miał to wszystko zdziałać, a Bóg nic zgoła.*

św. Ignacy Loyola

