

STYCZEŃ

BEZA ORZECHOWA Z MASĄ BRZOSKWINIOWĄ



Beza orzechowa

Składniki:

8 białek
30 dag cukru
30 dag mielonych orzechów
1 łyżeczka cynamonu

Wykonanie:

Białka ubić na sztywną pianę i stopniowo dosypywać cukier. Dodać orzechy z cynamonem i delikatnie wymieszać. Masę podzielić na dwie równe części i wylać na dwie blachy do pieczenia. Piec przez ok. 30 min w temp. 170°C. Po upieczeniu pozostawić do ostygnięcia.

Krem budyniowy

Składniki:

2 budynie śmietankowe
400 ml mleka
1 kostka masła
sok z 1/2 cytryny

Wykonanie:

Do 2/3 szklanki mleka dodać oba budynie i rozmieszać. Pozostałe mleko zagotować i do gotującego się mleka dodać rozpuszczony budyń. Gotować na małym ogniu, aż zgęstnieje, i wystudzić. Przystudzony budyń zmiksować z masłem i sokiem z cytryny.

Masa brzoskwiniowa

Składniki:

2 galaretki brzoskwiniowe
1 puszka brzoskwiń
350 ml wody

Wykonanie:

Wyjąć brzoskwinie z puszek i pokroić w drobną kostkę. Syrop z brzoskwiń zagotować z wodą. Dodać dwie galaretki w proszku i energicznie wymieszać, aż się rozpuszczą. Dodać pokrojone brzoskwinie, wymieszać i odstawić do przestudzenia.

Przełożenie ciasta

Dodatek:

1 opakowanie herbatników

Wykonanie:

Do jednej blaszki z bezą orzechową nałożyć połowę kremu budyniowego i równomiernie rozprowadzić. Nałożyć masę brzoskwiniową i wyrównać. Przykryć równomiernie pojedynczą warstwą herbatników. Nałożyć pozostałą masę budyniową i wyrównać. Delikatnie przełożyć z drugiej blachy bezą orzechową i docisnąć. Odstawić w chłodne miejsce, by stężała.

LUTY

TAGLIATELLE Z ŁOSOSIEM I SZPINAKIEM

Składniki:

30 dag świeżego łososa
20 dag szpinaku mrożonego
40 dag makaronu tagliatelle



2 ząbki czosnku
olej
pieprz
sól

Wykonanie:

Łososia posolić, popieprzyć i położyć na rozgrzanej patelni skórą do dołu. Gdy skóra się zrumieni, obrócić na drugą stronę. Podlać olejem i smażyć jeszcze przez 10 min. Rozdrobnić na duże kawałki. Na drugiej patelni odparować szpinak z dwoma ząbkami czosnku i odrobiną soli.

W garnku z osoloną wodą ugotować makaron. Gdy będzie *al dente*, przełożyć do szpinaku i wymieszać. Nakładać porcje na talerz i posypać kawałkami łososa. Podawać z sałatką z marchewki i ogórka.

Salatka

Składniki:

2 marchewki
2 ogórki
2 łyżki sosu winegret
pieprz
sól

Wykonanie:

Marchewki i ogórki pokroić w cieniutkie paseczki. Posolić, popieprzyć i wymieszać z sosem winegret.

MARZEC

MOUSSAKA



Sos

Składniki:

1 szklanka słodkiego mleka (najlepiej 3,2%)
1/2 l jogurtu naturalnego
2 surowe żółtka

Wykonanie:

Wszystkie składniki wymieszać.

Moussaka

Składniki:

1 duża cukinia
1 puszka pomidorów w całości (0,4 l)
70 dag mięsa mielonego wieprzowego
2 średnie cebule
3 ząbki czosnku
mąka pszenna
olej
papryka ostra w proszku
zioła prowansalskie
sól
pieprz

Wykonanie:

Cukinię umyć, pokroić razem ze skórką w plastry o grubości ok. 5 mm, posolić i odstawić na 30 min, aby odeszła woda. Następnie oprószyć mąką, podsmażyć z obu stron na oleju, aż lekko się zrumieni. Cebulę pokroić w kostkę, dodać przeciśnięty przez praskę lub drobno pokrojony czosnek i podsmażyć na oleju. Gdy cebula lekko się zeszkli, dodać przyprawione solą i pieprzem mięso i lekko podsmażyć, tak by nie było surowe.

Ułożyć warstwami w naczyniu żaroodpornym: cukinia – mięso – pomidory z sokiem – cukinia. Całość zalać sosem, wierzch posypać pieprzem, ostrą sproszkowaną papryką i ziołami prowansalskimi. Piec przez ok. 30–40 min w piekarniku w temp. 180°C. Danie podawać z ryżem ugotowanym na sypko.

KWIECIEŃ

CIASTECZKA Z WISIENKĄ



Składniki:

25 dag kaszy manny
25 dag mąki tortowej
180 g cukru
32 g cukru waniliowego
2 jaja
125 g margaryny
1 łyżka śmietany
1 łyżeczka proszku do pieczenia
1/2 słoika wiśni smażonych

Wykonanie:

Kaszę, mąkę, proszek do pieczenia, cukier i cukier waniliowy wsypać do miski i wymieszać. Dodać jaja, pokrojoną margarynę, śmietanę i zagnieść jednolite, lekko klejące się ciasto. Nie obsypywać już mąką. Odrywać małe kawałki i formować kulki wielkości orzecha włoskiego. Kulki układać na blasze wyłożonej papierem do pieczenia. W każde ciasto delikatnie wcisnąć wisienkę. Piec w temp. 180°C przez ok. 15–20 min, aż się lekko zrumienią.

MAJ

ANANASOWA DELICJA



Ciasto

Składniki:

20 dag margaryny
20 dag cukru pudru
20 dag mąki pszennej
8 żółtek
1 łyżeczka proszku do pieczenia

Wykonanie:

Margarynę utrzeć z cukrem, stopniowo dodając żółtka, na końcu mąkę wymieszaną z proszkiem do pieczenia. Upiec ciasto w temp. ok. 180°C przez ok. 35 min.

Masa jogurtowa

Składniki:

3/4 l jogurtu naturalnego
4–5 płaskich łyżek żelatyny
cukier puder do smaku

Wykonanie:

Jogurt połączyć z cukrem pudrem oraz z rozpuszczoną w 1/2 szklanki wody żelatyną. Dobrze wymieszać.

Masa śmietankowa

Składniki:

3/4 l śmietanki 36%
2 galaretki koloru czerwonego
1–2 łyżki cukru pudru

Wykonanie:

Galaretki rozpuścić w 1 szklance wody. Śmietankę ubić z cukrem pudrem, dodając stopniowo tężejącą galaretkę. Wymieszać.

Złożenie ciasta

Dodatki:

delicje lub okrągłe biszkopty
2 puszki ananasów
wiśnie

Dno blaszki wyłożyć plastrami ananasa, w środek włożyć po jednej wiśni – masa śmietankowa – delicje (biszkopty) – masa jogurtowa – ciasto skropione syropem z ananasa – schłodzić – odwrócić ciasto do góry dnem – wierzch dekoracyjnie przyozdobić.

CZERWIEC

CIASTO CZEKOLADOWE Z PIAKĄ BEZOWĄ I TRUSKAWKAMI



Ciasto kruche

Składniki:

2 szklanki mąki
20 dag masła
7 czubatych łyżek cukru
3–4 łyżki kakao
2 żółtka
1 łyżeczka proszku do pieczenia

Wykonanie:

Przygotować ciasto kruche, podzielić na dwie części (2/3 i 1/3 ciasta) i włożyć do lodówki. Gdy się schłodzi, większą część ciasta zetrzeć na tarce o dużych oczkach równą warstwą bezpośrednio na blachę wyłożoną papierem do pieczenia. Lekko przycisnąć. Piec przez ok. 20 min w temp. 180°C. Po upieczeniu pozostawić do ostygnięcia.

Pianka bezowa

Składniki:

16 dag cukru pudru
6 białek
2 budynie waniliowe
230 ml oleju
sól

Wykonanie:

Białka z odrobiną soli ubić na sztywną pianę. Cały czas ubijając, dodawać po łyżce cukru pudru, budyń w proszku i olej.

Wykonanie ciasta

Dodatek:

50 dag truskawek

Wykonanie:

Pianę nałożyć równą warstwą na wystudzone kruche ciasto. Na pianę rozrzuścić truskawki, lekko wciskając niektóre w pianę. Na wierzch zetrzeć na tarce o dużych oczkach drugą część kruchego ciasta. Wstawić do piekarnika rozgrzanego do 190°C i piec przez ok. 30 min.

LIPIEC

BORÓWKOWA FANTAZJA



Spód ciasta

Składniki:

1 paczka herbatników
5 dag roztopionego masła
5 łyżek nutelli lub innego kremu czekoladowego

Wykonanie:

Herbatniki rozdrobnić w blenderze. Wymieszać z masłem i nutellą na gładką masę. Formę (24 cm × 24 cm) wyłożyć folią spożywczą i ułożyć na niej równą warstwę masy z herbatników. Schłodzić w lodówce.

Krem

Składniki:

80 dag jogurtu greckiego
4 łyżki cukru pudru
1 łyżeczka ekstraktu waniliowego
1/2 szklanki wiórków kokosowych
1 szklanka borówek
400 ml śmietanki kremówki 30%
4 łyżeczki żelatyny
1/2 szklanki gorącej wody
1 paczka herbatników kakaowych

Wykonanie:

1/2 szklanki borówek opłukać i gotować przez 5 min, przetrzeć na gładko. Pozostawić do wystudzenia. Żelatynę rozpuścić w gorącej wodzie i lekko przestudzić. Jogurt zmiksować z cukrem i ekstraktem waniliowym. Dodać 3/4 żelatyny, cały czas miksując. Delikatnie ubić śmietankę kremówkę i wymieszać z jogurtem. Krem podzielić na dwie części. Do jednej części dodać rozdrobnione w blenderze wiórki kokosowe. Dobrze wymieszać i rozprowadzić równą warstwą na schłodzonym spodzie z herbatników. Na wierzchu ułożyć warstwę z herbatników kakaowych i schłodzić w lodówce. Do drugiej części kremu dodać przetarte borówki, pozostałą część żelatyny i dokładnie wymieszać. Dodać 1/4 szklanki borówek, delikatnie wymieszać i wyłożyć równą warstwą na herbatniki. Włożyć do lodówki na 2–3 godz., by całość dobrze stężała. Przed podaniem posypać pozostałymi borówkami.

SIERPIEŃ

CHLEB NATALKI

Zakwas żytni

Składniki:

mąka żytnia
woda



Wykonanie:

Przygotować gliniane naczynie lub słoik o pojemności ok. 1 litra.

Pierwszy dzień

Wieczorem: 5 łyżek mąki i 5 łyżek wody dokładnie wymieszać. Naczynie przykryć ściereczką i odstawić w ciepłe miejsce (temp. pokojowa ok. 25°C)

Drugi, trzeci i czwarty dzień

Rano: zamieszać zakwas. W czwartym dniu w zakwasie powinny już pojawić się pęcherzyki powietrza. Wieczorem: dodać 1 łyżkę mąki i 1 łyżkę wody. Dokładnie wymieszać.

Piąty dzień

Zakwas jest gotowy i można go już wykorzystać do wypieku chleba. Zakwas, który pozostał niewykorzystany, należy wstawić do lodówki, nie dokręcając przykrywy słoika. Przed następnym pieczeniem chleba, 2–3 dni wcześniej, wyjąć zakwas z lodówki i dokarmiać mąką i wodą w takich samych proporcjach.

Chleb

Składniki:

1 kg mąki pszennej pełnoziarnistej
1/2 kg mąki żytniej
1 szklanka słonecznika
1 szklanka siemienia lnianego
1 szklanka otrębów pszennych
1 szklanka płatków owsianych
3 łyżeczki soli
4 łyżki oleju
6–8 szklanek letniej wody
1/2 l zakwasu

Wykonanie:

Wymieszać suche składniki z olejem. Dodać wodę oraz zakwas żytni i dokładnie wymieszać. Dwie foremki wyłożyć papierem do pieczenia. Do foremek przełożyć ciasto i odstawić w ciepłe miejsce na ok. 12 godz. do wyrośnięcia. Piec w temp. ok. 200°C przez ok. 70–80 min.

WRZESIEŃ

SERNIK Z JABŁKAMI BEZ PIECZENIA



Masa jabłkowa

Składniki:

1,5 kg jabłek
1/3 szklanki wody
2 galaretki cytrynowe

Wykonanie:

Jabłka obrać i pokroić w kostkę. Dusić z wodą na małym ogniu, aż zaczną się rozpadać. Zdjąć z ognia, dodać gala-

retki w proszku i wymieszać aż do rozpuszczenia galaretek. Odstawić do przestudzenia.

Masa serowa

Składniki:

1 kg sera białego
2 jaja
1 szklanka cukru
1/2 kostki masła
2 budynie waniliowe

Wykonanie:

Ser biały pokruszyć i przełożyć do garnka z jajkami, masłem i cukrem. Cały czas mieszając, gotować na małym ogniu. Wypaść budyń i dalej gotować, mieszając, aż znacznie bulgotać.

Wykonanie ciasta

Dodatek:

2 duże opakowania herbatników

Wykonanie:

Na dnie blachy do pieczenia ułożyć pojedynczą warstwę herbatników. Na herbatniki wyłożyć masę serową, wyrównać i przykryć warstwą herbatników. Wyłożyć na nie tężącą masę jabłkową, wyrównać i rozłożyć ostatnią warstwę herbatników. Rozprowadzić polewę czekoladową.

Polewa czekoladowa

Składniki:

1 czekolada gorzka
2 czekolady mleczne
250 ml śmietany kremówki

Wykonanie:

Podgrzać śmietanę i wsypać do niej pokruszone czekolady. Delikatnie podgrzewając (nie zagotować), mieszać aż do rozpuszczenia czekolady. Połączyć sernik. Sernik wstawić do lodówki i podawać schłodzony.

PAŹDZIERNIK

SAKIEWKI NAPEŁNIANE KAPUSTĄ



Ciasto

Składniki:

1 i 1/2 szklanki słodkiego mleka
1/2 szklanki wody
2 jaja
ok. 30 dag mąki pszennej
1 łyżeczka cukru
tłuszcz do natłuszczenia patelni
sól

Wykonanie:

Mleko połączyć z wodą i dodać pozostałe składniki. Dobrze wymieszać na jednolitą masę. Konsystencja powinna być nieco gęsta. Na patelni o większej średnicy rozgrzać tłuszcz i każdorazowo wylewać porcję ciasta, rozprowadzając równomiernie na całej jej powierzchni. Gdy ciasto zacznie odstawać od brzegów, naleśnik przewrócić na drugą stronę i lekko podrumienić. Usmażone naleśniki układać na talerzu jeden na drugim.

Dodatek:

3–4 plasterki sera żółtego
pęczek szczypiorku

Farsz z kapusty

Składniki:

1/2 kg kiszonej kapusty (lub słodkiej)
20 dag pieczarek
1 cebula
2–3 łyżki tłuszczu
sól
pieprz

Wykonanie:

Kapustę ugotować, odcisnąć wodę i drobno pokroić. Cebulę zeszklić na tłuszczu i dodać pokrojone pieczarki. Dusić do miękkości grzybów, po czym dodać ugotowanej kapusty. Całość wymieszać i doprawić do smaku. Na środku każdego naleśnika ułożyć nadzienie z kapusty. Brzegi zebrać i ostrożnie związać łyżką szczypiorku. Blaszke lub naczynie żaroodporne wyłożyć natłuszczonym masłem papierem i ułożyć sakiwki jedna obok drugiej. W środek wiązania włożyć kawałek sera żółtego. Przykryć i pozostawić w nagrzanym do 180°C piekarniku przez ok. 20 min. Podawać gorące, przybrane drobno posiekanym szczypiorkiem.

LISTOPAD

KURCZAK PIECZONY Z ZIELONĄ PASTĄ CURRY



Składniki:

1 duży kurczak
1 łyżka zielonej pasty curry
sok z 1 cytryny
1 łyżeczka pieprzu cytrynowego
2 łyżki oleju
1/2 łyżeczki soli

Wykonanie:

Kurczaka opłukać i przeciąć z przodu wzdłuż. Odwrócić plecami do góry i rozpląszczyć, mocno dociskając do dna brytfanki. Wymieszać pastę curry z sokiem z cytryny, solą, pieprzem i olejem. Uzyskaną marynatę natrzeć dokładnie kurczaka i na 1–2 godziny wstawić do lodówki. Piekarnik rozgrzać do temp. 150°C. Brytfankę z kurczakiem przykryć szczelnie folią aluminiową, wstawić do piekarnika i piec przez ok. 60 min, aż zmięknie. Zdjąć folię, podnieść temperaturę do 180°C i podpiec, aż skórka się zrumieni. Podawać z pieczonymi ziemniakami i buraczkami na ciepło.

GRUDZIEŃ

ORZECHOWE ANETKI



Składniki:

4 białka
6 dag orzechów włoskich
10 dag orzeszków ziemnych solonych
24 dag łuskanych ziaren słonecznika
6 łyżek bułki tartej
25 dag cukru pudru
1 łyżeczka cynamonu
2 łyżki likieru amaretto

Dodatki:

cukier puder
połówki orzechów

Wykonanie:

Orzechy i słonecznik drobno zemiać. Dodać pozostałe składniki i wymieszać na gładką masę. Odstawić do lodówki (może być nawet na noc). Ze schłodzonej masy formować kulki mniejsze od orzecha włoskiego. Obtoczyć w cukrze pudrze i ułożyć na blasze przykrytej papierem do pieczenia. Zrobić w każdej wgłębienie palcem i wetknąć w nie połówkę orzecha. Piec 15–20 min w temp. 180°C. Pozostać na blasze do schłodzenia.

Jeśli nie zaznaczono inaczej, przepisy są opracowane na foremkę o wymiarach 23 x 38 cm.

Polecamy wiele innych przepisów Siostry Anastazji w książkach Wydawnictwa WAM



BIOGRAFIA

najsympatyczniejszej siostry w Polsce
Siostra Anastazja.
Życie pełne smaku



WYDAWNICTWO WAM
ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków
tel. 12 62 93 200
e-mail: wam@wydawnictwam.pl

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



5 10000001054329
cena 12.90 zł
(w tym 23% VAT)

Zapraszamy do naszej KSIĘGARNI INTERNETOWEJ • **www.wydawnictwam.pl**
tel. 12 62 93 260 • e-mail: zamowienia@wydawnictwam.pl

Autorka przepisów: s. Anastazja Pastelnik FDC • Projekt graficzny i fotografie: Andrzej Sochacki • Fotografia na okładce: Dariusz Kobucki