s. Anastazja
Pustelnik FDC

143 PRZYSMAKI
SIOSTRY ANASTAZJI

Wydawnictwo WAM

WSTĘP

Kuchnia od dawna podporządkowana była podwójnemu rytmowi – zmiennych pór roku oraz liturgicznemu kalendarzowi. Wiosna przynosiła nowalijki, dzisiaj dostępne przez cały rok. Rzodkiewki, sałatę, pierwsze ogórki, młode ziemniaczki. Kiedy po raz pierwszy jadło się mizerię, stary obyczaj kazał uderzyć się w czoło łyżką, aby uczcić zielono-białą, ogórkowo-śmietanową odmianę po długich miesiącach obecności na stole kiszonej kapusty, kiszonych ogórków, buraczków z lekka zalatujących piwnicą. Podobnie rzecz się miała z młodymi ziemniaczkami, pstrokatymi od koperku, ziemniaczkami nie z południa Europy, nie z północnej Afryki, ale rodzimymi. A przecież wiadomo, że żadne ziemniaki nie smakują tak jak polskie...

Lato było czasem kurczaków, które już na tyle podrosły, że można było je

nadziać smakowitą mieszaniną bułeczki, wątróbki i zielonej pietruszki – i do piekarnika! Kurczakom obowiązkowo towarzyszyła wspomniana już mizeria. A kiedy targowiska poczerwieniały od truskawek, kuchnię wypełniała cudowna woń tych owoców, smażonych po wcześniejszej kąpieli – osobno każdą jagódkę! – w spirytusie.

Jesień pachniała w kuchni smażonymi powidłami, grzybami suszonymi nad kuchenną blachą, dziczyzną, szatkowaną kapustą, która następnie trafiała do dębowej beczki, często w towarzystwie jabłek. Do dębowych beczek wędrowały też ogórki – w towarzystwie ząbków czosnku, dębowych liści, chrzanowych ostrużyn.

Zimowe kuchenne wonie były bardziej zawiesiste, krzepkie – kapuśniaku, grochówki, zupy fasolowej, mięs bardziej tłustych niż podawane w lecie, bo wraz z mrozami przychodziły zachcianki na coś wieprzowego, golonko-

wego, boczkowego, przychodziła chęć na tłusty bigos...

Tak kuchnią rządziła natura, ale przecież jeszcze był inny rytm, wspomniany na początku kalendarz liturgiczny, nanizane na nić czasu kolejne święta i poprzedzające je okresy – Adwent, Boże Narodzenie z poprzedzającą je Wigilią, Wielki Post i wybuchająca po nim radosna Wielkanoc.

Andrzej Kozioł

SIOSTRA ANASTAZJA PRZYPOMINA

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. Zawsze wybieramy jaja 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. Ciasto kokosowe jest najlepsze wtedy, gdy piecze się je krótko w dość ciepłym piekarniku. Im dłużej trwa pieczenie, tym ciasto jest twardsze.
7. Kruche ciasto przed pieczeniem należy ponakłuwać widelcem w kilku miejscach.
8. Sernik zostawić w piekarniku aż do wystygnięcia.
9. Ciasto jest upieczone wtedy, gdy jest zarumienione, odstaje od brzegów formy, a drewniany (suchy) patyczek włożony do ciasta jest po wyjęciu czysty, bez przylepionych grudek ciasta.

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. Piana będzie się lepiej ubijała, jeżeli do białek dodamy szczyptę soli.
12. Jabłka – dokładnie umyte, obrane i rozdrobnione – należy skropić sokiem z cytryny, nie będą ciemniały.
13. Rodzynki przed dodaniem do ciasta należy dokładnie umyć, sparzyć, osuszyć i obtoczyć w mące. A wysuszone rodzynki znów staną się miękkie, jeżeli włożymy je na pół godziny do soku z cytryny.
14. Jeżeli do ciasta używamy świeżych owoców (np. truskawek, wiśni, śliwek), to po ich dokładnym wymyciu i obsuszeniu, należy je obtoczyć w bułce tartej. Pozwoli to na uniknięcie zakalca.
15. Do przygotowania masy można użyć – według własnego uznania – masła lub margaryny.
16. Jeżeli podczas przygotowywania kremu masa się zwarzy, należy ją lekko podgrzać, cały czas mieszając.
17. Jeżeli w przepisie nie podano składników polewy i jej wykonania, należy przygotować polewę według przepisu ze str. 16.

18. Wszystkie przepisy opracowane są na foremkę o wymiarach 23x38 cm.
19. W niektórych przepisach celowo nie podano rodzaju tłuszczu – należy użyć według własnych upodobań i możliwości.
20. Surówki należy przyrządzać na krótko przed podaniem.
21. Do sałatek można wykorzystać gotowy sos sałatkowy lub przygotować samemu według poniższego przepisu:

    Składniki:
    3 łyżki przegotowanej wody
    3 łyżki oliwy
    1-2 łyżki soku z cytryny
    musztarda do smaku
    drobno pokrojony koperek
    (jeżeli chcemy otrzymać sos koperkowy)
    przeciśnięty przez praskę czosnek
    (jeżeli chcemy otrzymać sos czosnkowy)
    sól, pieprz

    Wykonanie:
    Podane składniki wymieszać i doprawić do smaku.

22. 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.

23. Kilka 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. Jak domowym sposobem uzyskać masło klarowane – patrz str. 12. 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 (zawiesina z białka), którą należy pracowicie i dokładnie zbierać łyżką cedzakową dotąd, dopóki nie uzyskamy prawie czystego płynu o żółtym zabarwieniu. Następnie odstawiamy płynne masło do czasu, aż pozostałe „zanieczyszczenia" opadną na dno. Wtedy ostrożnie zlewamy płyn do szerokiego naczynia (najlepiej miski) uważając, by nie przelać części zanieczyszczonej. Tak otrzymane czyste masło schładzamy w lodówce i dzielimy nożem na porcje, wykorzystując w miarę potrzeby.

PRZEPISY PODSTAWOWE

BISZKOPT JASNY

Składniki:

6 jaj
1 szklanka cukru kryształu
1 szklanka mąki
1 płaska łyżeczka proszku do pieczenia

Wykonanie:

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

BISZKOPT CIEMNY

Składniki:

6 jaj
1 szklanka cukru kryształu
3/4 szklanki mąki pszennej
2-3 łyżeczki kakao
1 łyżeczka proszku do pieczenia

Wykonanie:

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

LUKIER I

Do dekoracji ciasteczek drobnych

Wykonanie:
Białko połączyć z cukrem pudrem, dodać kwasek cytrynowy i ucierać w misce, aż do uzyskania takiej konsystencji, by powstała masa dająca się rozprowadzić na powierzchni ciasta. Jeśli lukier jest za rzadki, należy dodać cukru pudru.
Większą ilość lukru można otrzymać, proporcjonalnie zwiększając ilość podanych składników.

Składniki:
10 dag cukru pudru
1 białko
odrobina kwasku cytrynowego

LUKIER II

Do dekoracji ciast drożdżowych, bab drożdżowych i ucieranych

Wykonanie:
Cukier ucierać z wodą i kwaskiem cytrynowym do uzyskania jednolitej masy. Jeżeli lukier jest za gęsty, należy dodać odrobinę gorącej wody. Rzadki lukier można zagęścić, dodając więcej cukru pudru.

Składniki:
10 dag cukru pudru
2 łyżki gorącej wody
odrobina kwasku cytrynowego

POLEWA

Składniki:

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

Wykonanie:

W wodzie rozpuścić żelatynę. Cukier, kakao, margarynę i rozpuszczoną żelatynę dobrze wymieszać i stopniowo podgrzewać do połączenia wszystkich składników. Nie dopuścić do zagotowania. Po przestudzeniu (lekko ciepła) dodać (po łyżce) śmietanę. Roztrzepać.

KARMEL

Składniki:

15 dag cukru kryształu
1/2 szklanki wody (ok.)

Wykonanie:

Cukier roztopić na patelni, aż do uzyskania złotego lub ciemnobrązowego koloru. Do ciepłego dolać wodę i wymieszać. Powstałe grudki rozpuścić, chwilę podgrzewając i ciągle mieszając powstały karmel.

ADWENT

Poprzedza Boże Narodzenie i jest oczekiwaniem na to święto, okresem przebiegającym w ciszy i spokoju. Nie ma charakteru pokutnego, ale powinien sprzyjać refleksji. A kulinarnie? Kulinarnie Adwent też jest czasem przygotowań do Wigilii i Bożego Narodzenia. W dawnych, przedlodówkowych czasach z okien zwieszały się zające – zapowiedź świątecznego pasztetu i comberka w śmietanie. Zające kruszały na mrozie, bo jeszcze wtedy zimy były prawdziwymi zimami. W okresie Adwentu kuchnia już zaczynała pachnieć ciastami, ale specyficznie. Nie drożdżowo, lecz korzennie, cynamonowo, goździkowo. Po prostu piernikami, które – podobnie jak kruche ciasteczka – dojrzewały w blaszanych puszkach, aby z czasem znaleźć się na świątecznym stole i na choince.

KOTLETY SCHABOWE ZAPIEKANE Z PASZTETEM

Składniki:

4 kotlety schabowe
1 jajo
1 łyżka mąki pszennej
2 małe puszki pasztetu drobiowego
2-3 łyżki drobno posiekanej natki pietruszki
10 dag sera żółtego
bułka tarta
tłuszcz
sól
pieprz

Wykonanie:

Kotlety doprawić i rozbić na płaty. Każdy kawałek obtoczyć w mące, w roztrzepanym jaju i bułce tartej. Usmażyć z obu stron. Ser pokroić w paseczki. Pasztet rozgrzać z 1 łyżką wody, dodać posiekaną natkę pietruszki i wymieszać. Na blaszkę przełożyć usmażone kotlety, na każdy nałożyć przygotowany pasztet i dekoracyjnie przybrać paskami sera żółtego. Zapiec przez chwilę w piekarniku.

Podawać na gorąco z ziemniakami, frytkami i surówkami lub na zimno z dodatkiem pieczywa.

CIELĘCINA W KURKACH LEŚNYCH

Składniki:

1/2 kg kurek z lasu (świeżych lub mrożonych)
1/2 kg cielęciny (lub filet z kurczaka)
masło klarowane
1/3 l śmietany słodkiej kremówki
1 szklanka białego wina półwytrawnego (lub półsłodkiego)
przyprawy
sól
pieprz

Wykonanie:

Cielęcinę pokroić na plastry, delikatnie rozbić tłuczkiem, pokroić na drobne kawałki lub pociąć na paski. Posolić i popieprzyć. Zarumienić na maśle i dodać oczyszczone kurki. Całość dusić ok. 20 min. Pod koniec podlać białym winem, jeszcze chwilę poddusić i zaprawić śmietaną.

Uwaga:

Grzyby mrożone należy na patelni zalać gorącą wodą. Poddusić chwilę, a następnie dodać do zarumienionej cielęciny.

Podawać z kopytkami, makaronem i dowolną sałatką.

PLACEK GRZYBOWY

Farsz

Składniki:

70 dag mięsa
50 dag pieczarek
kilka ugotowanych grzybków do smaku
6 jaj ugotowanych na twardo
8 średnich cebul
1 szklanka rosołu
2 łyżki pełne bułki tartej
1 ząbek czosnku
sól
pieprz

Wykonanie:

Mięso ugotować i zemleć. Cebule pokroić w kostkę i udusić z pieczarkami i suszonymi grzybkami. Wymieszać, dodać posiekane jaja, rosół (by farsz nie był zbyt suchy), bułkę tartą i przeciśnięty przez praskę czosnek. Całość ponownie wymieszać. Doprawić do smaku solą i pieprzem.

Ciasto

Składniki:

1/2 kg mąki
25 dag margaryny
5 żółtek
1 łyżeczka proszku do pieczenia
40 dag kwaśnej śmietany
1 zupa ogonowa z torebki
pieprz

Wykonanie:

Z podanych składników szybko wyrobić ciasto. Podzielić na 2 równe części. Dno blaszki wyłożyć jedną częścią ciasta, nałożyć farsz i przykryć drugą częścią ciasta. Piec w temp. 180 st. C do czasu zarumienienia się ciasta. Ciasto jest upieczone, gdy jego boki „odchodzą" od blaszki. Po upieczeniu pokroić na porcje i dekoracyjnie ułożyć na talerzu.

Podawać z czystym barszczem czerwonym.