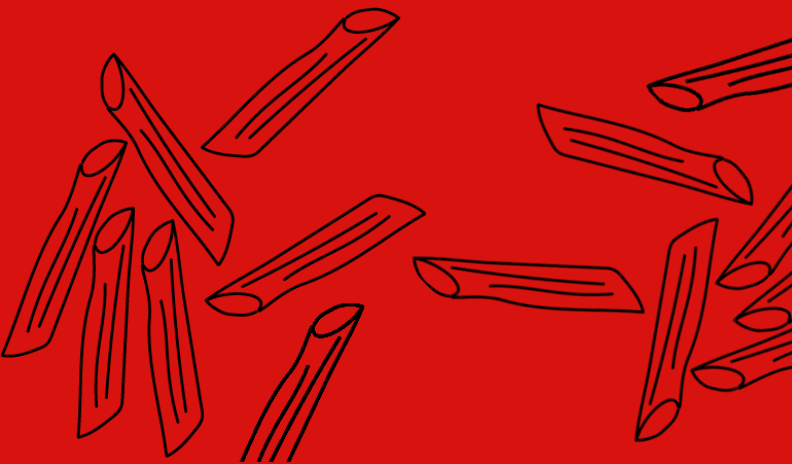




WITKACOWSKA  
KSIĄŻKA  
KUCHARSKA



# SPIS TREŚCI

CZERWONO - ZIELONA PASTA KANAPKOWA PANI BENI	STR. 1
SMALCZYK Z FASOLI MARYSI	STR. 2
DOMOWA GRANOLA AGATY	STR. 3
CHLEB PANI KASI CZECZOTT	STR. 4
ZDROWE PANKEJKI Z SERKIEM WIEJSKIM AGATY	STR. 5
BOCZNIAKOWATE W SOJOWYM MARYSI	STR. 6
DAL PODSTAWOWY WERKI	STR. 7
BURITTO JAGODY	STR. 8
KLUSKI ŚLĄSKIE PANI BENI	STR. 9
PASTA PEPERONATA PANI BUKAŁY	STR. 10
QUICHE PANI HISZPAŃSKIEJ	STR. 11
SAŁATKA ADY	STR. 12
SAŁATKA ZIEMNIACZANA (KARTOFFELSALAT) MAMY MATI	STR. 13
KREWETKI Z MAKARONEM I MASCARPONE PANI JOANNY	STR. 14
MAKARON SOBA Z KURCZAKIEM I WARZYWAMI PANI BIDY	STR. 15
PASTA "POLLO" PICANTE PANA RAFAŁA SZCZĘŚNEGO	STR. 17
WARZYWA FASZEROWANE MIELONYM MIĘSEM	STR. 19
NOODLE SOBA Z SOSEM FISTASZKOWYM PANA RAFAŁA SZCZĘŚNEGO	STR. 21
BLOK CZEKOLADOWY ANI	STR. 23
KLASYCZNE CHOCOLATE CHIP COOKIES AGATY	STR. 24
CIASTKA Z PORZECZKAMI MARYSI	STR. 25
CIASTO ANI DLA POCZĄTKUJĄCYCH	STR. 26
CIASTO RAFAELLO BEZ PIECZENIA PANI MARIOLKI	STR. 27
FAWORKI ANKI	STR. 28
SZYBKI SERNIK NA ZIMNO PANI MARIOLKI	STR. 29
SZARLOTKA BARTKA	STR. 30
CYNAMONKI PANI KASI STEFANIUK	STR. 31
BROWNIE Z KARMELEM I KAWOWĄ BEZĄ OD ADY	STR. 33

A decorative border consisting of a grid of small, stylized squares surrounds the central text. The border is composed of 20 squares per side, forming a frame around the page.

# ŚNIADANIA

# CZERWONO - ZIELONA PASTA KANAPKOWA PANI BENI

Przepis na pastę kanapkową, prostą, niewymagającą czasu i odżywczą. Pasta jest na bazie koncentratu pomidorowego, który stosuję często w swojej kuchni, ze względu na jego wartość odżywczą i smakową. Jest on przede wszystkim robiony z pomidorów, które zbierane są latem.

## SKŁADNIKI:

- ½ szklanki pestek słonecznika
- ½ szklanki koncentratu pomidorowego
- pęczek pietruszki
- łyżka oliwy (lub więcej, jeśli pasta będzie za gęsta)
- 1-2 ząbki czosnku (wedle uznania)
- sól, pieprz, ew. papryka wędzona i inne ulubione przyprawy



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Pestki słonecznika miksujemy w blenderze.
2. Dodajemy koncentrat pomidorowy.
3. Dodajemy drobno posiekaną pietruszkę.
4. Dodajemy oliwę do uzyskania pożądanej konsystencji.
5. Dodajemy przeciśnięty przez praskę czosnek.
6. Dodajemy przyprawy.

# SMALCZYK Z FASOLI MARYSI

*Kolejna, przepyszna wersja smalczyku, wzbogacająca zestaw przepisów na pasty, hummusy, smalczyki wegańskie, wszechobecne w wielu kuchniach. Doskonale komponuje się z chlebem Pani Kasi Czeczott.*

## SKŁADNIKI:

- 1 puszka białej fasoli (400g)
- 1 łyżka oleju
- ½ łyżki sosu sojowego
- 1 łyżeczka majeranku
- 1 goździk
- 3 łyżki zimnej wody
- 2 liście laurowe
- 2 ziela angielskie
- 1 ziarno jałowca
- 4 suszone śliwki/morele
- kilka suszonych żurawin
- świeży pieprz, sól

## SPÓSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Cebulę kroimy w kostkę.
2. Na patelni rozgrzewamy olej, dodajemy posiekaną cebulkę wraz z zieleciem, jałowcem, goździkiem i liśćmi laurowymi.
3. Smażymy na małym ogniu, aż cebulka będzie złota.
4. W międzyczasie odcedzamy i płuczemy fasolę.
5. Fasolę blendujemy z sosem sojowym, majerankiem, szczyptą pieprzu, soli i wodą.
6. Śliwki/morele kroimy na małe kawałki.
7. Z podsmażonej cebulki wyławiamy przyprawę.
8. Do zblendowanej fasoli dodajemy cebulkę i suszone owoce.
9. Dokładnie mieszamy.
10. Doprawiamy do smaku solą i pieprzem.
11. Podajemy obowiązkowo ze swojskim chlebem i kiszonym ogórkiem.

CZAS PRZYGOTOWANIA: OK. 40 MIN



# DOMOWA GRANOLA AGATY

Po odkryciu przeze mnie możliwości robienia własnej granoli całkowicie przestałam wiedzieć sens kupowania tej ze sklepu, bo ta homemade jest od niej tysiąc razy lepsza. Z ręką na sercu mogę obiecać, że ta granola to najlepsza i najsmaczniejsza granola, jaką jadłam w życiu. Jest świetną propozycją na śniadanie (w połączeniu z jogurtem/mlekiem i świeżymi owocami smakuje obłędnie!), ale też idealnie sprawdzi się jako przekąska, którą można ze sobą gdziekolwiek zabrać!

## SKŁADNIKI:

- 4 szklanki płatków owsianych
- 1 ½ szklanki pokrojonych orzechów i/lub nasion
- ¾ łyżeczki soli
- ½ łyżeczki cynamonu
- ½ szklanki rozpuszczonego oleju kokosowego/oliwy z oliwek
- ½ szklanki płynnego miodu

PORCJE: 8  
CZAS PRZYGOTOWANIA: OK. 26 MIN



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Nagrzewamy piekarnik do 175 stopni C i wykładamy blachę papierem do pieczenia.
2. W dużej misce mieszamy ze sobą płatki owsiane, orzechy i/lub nasiona, sól i cynamon.
3. Dodajemy olej oraz miód. Dobrze mieszamy tak, żeby wszystko się ze sobą połączyło.
4. Przekładamy granolę na blachę i używamy łyżki, żeby równomiernie ją rozprowadzić.
5. Pieczemy do momentu, aż będzie złocista, od 21 do 24 minut.
6. Ważny krok: czekamy, aż granola wystygnie (ok. 45 min) i przez ten czas nic z nią nie robimy. Jest to niezbędne do tego, żeby potem była chrupiąca (nie chcemy przecież miękkiej granoli).
7. Po upływie ok. 45 min możemy połamać ją na kawałki.
8. Granolę przechowujemy w słoikach/szczelnych pojemnikach na jedzenie. Wytrzyma tak od 1 do 2 tygodni.

# CHLEB PANI KASI CZECZOTT

To przepis, który towarzyszy mi od dzieciństwa. Chleb pieczony przez Mamę rozświetlał mroki PRL. Od kiedy sama zaczęłam piec, ten chleb podbija serca moich znajomych i przyjaciół. Pojawiał się wielokrotnie u nas w szkole, na święcie chleba (tak, był taki czas kiedy świętowaliśmy nadejście jesieni...) na różnych uroczystościach, na finałach WOŚP. Zalety: pyszny, szybko się robi, do zrobienia nawet przez osoby początkujące, mnóstwo wariantów według gustu i uznania. Wady: brak.

## SKŁADNIKI:

- 0,5 kg mąki pszennej
- 0,5 l wody
- 30 g drożdży (1/3 kostki)
- 70 g otręb, czyli połowa opakowania (mogą być zamiast nich płatki owsiane)
- po 1 łyżce ulubionych przypraw (wersja klasyczna: pieprz ziołowy, zioła prowansalskie, bazylia, tymianek)
- 1 łyżka cukru
- dodatki np. orzechy, pestki dyni, słonecznika, czarnuszka, rodzyнки, żurawina, co dusza zapagnie
- troszkę masła do wysmarowania formy
- 1 łyżka soli

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Z 0,5 l wody odlewamy troszkę do miseczki
2. Rozpuszczamy w niej drożdże z cukrem.
3. Smarujemy formę masłem i wysypujemy otrębami (lub płatkami owsianymi – wtedy chleb ładniej wygląda).
4. W misce mieszamy wodę ze wszystkimi składnikami, pod koniec mieszania dodajemy drożdże.
5. Przekładamy ciasto do formy.
6. Włączmy piekarnik na 180 stopni C.
7. Piekarnik się nagrzewa, chleb rośnie, a my w tym czasie sprzątammy pobjowisko.
8. Wkładamy chleb do pieca na godzinę.
9. Po wyjęciu z pieca wyciągamy chleb z formy i studzimy odwrócony „do góry nogami”.



# ZDROWE PANKEJKI Z SERKIEM WIEJSKIM AGATY

Od zawsze byłam wielką fanką panekjków na śniadanie (i nie tylko). Te placuszki są naturalnie słodzone bananem, niezwykle proste w wykonaniu (wszystko razem ze sobą miksujemy), a co najważniejsze – są puszyste, syte i przepyszne!! Zdecydowanie najlepszą częścią jest dekorowanie ich – tutaj można się zabawić (ja szczególnie polecam połączenie masła orzechowego i owoców).

## SKŁADNIKI:

- ½ szklanki płatków owsianych
- ½ średniego banana
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- ½ łyżeczki cynamonu
- 1 jajko
- ¼ szklanki serka wiejskiego
- szczypta soli
- opcjonalne dodatki: świeże owoce, masło orzechowe, jogurt, miód

PORCJE: 4 PANKEJKI  
CZAS PRZYGOTOWANIA: OK. 45 MIN



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Umieszczamy wszystkie składniki w blenderze i dokładnie miksujemy do momentu, aż utworzy się gładka masa.
2. Rozpuszczamy na patelni olej (kokosowy/roślinny). Pankejki smażymy na średnim ogniu na złoto z obu stron (jak zaczynają się pojawiać pęcherzyki, przekreścamy pankejki na drugą stronę).
3. Na koniec możemy ozdobić pankejki dowolnymi dodatkami (owocami, masłem orzechowym, jogurtem, pestkami dyni, miodem).



A decorative border consisting of a grid of small, stylized squares surrounds the central text. The squares are arranged in a rectangular frame, with the top and bottom edges being slightly longer than the sides. Each square contains a smaller, concentric square, creating a pattern of nested squares.

# OBIADY

# BOCZNIAKOWATE W SOJOWYM MARYSI

Obiad – marzenie: pyszny, wegański, łatwy do zrobienia, zimą rozgrzewający.

Polecam, Kasia Czeczott

## SKŁADNIKI:

- 500 g boczniaków
- 150 – 200 g szpinaku
- 1 papryczka chili
- kawałek imbiru
- 2 ząbki czosnku
- olej

sos:

- 1 łyżka miodu/syropu roślinnego
- 1 łyżka soku z cytryny
- 3 łyżki sosu sojowego

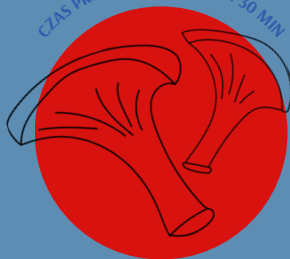
do podania:

- ryż, orzechy nerkowca

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Boczniaki kroimy w paski.
2. Imbir i czosnek drobno siekamy, papryczkę drobno kroimy.
3. W miseczce rozrabiamy sos – dokładnie mieszamy miód, sok z cytryny i sos sojowy.
4. Zagotowujemy wodę na ryż i zaczynamy gotować.
5. W czasie gdy ryż się gotuje, na patelni podgrzewamy olej i podsmażamy imbir, czosnek i papryczkę.
6. Dodajemy na patelnię boczniaki i smażymy na dużym ogniu, aż grzyby zmiękną i zmniejszą swoją objętość.
7. Dodajemy szpinak i smażymy jeszcze około 2 – 3 minuty.
8. Na patelnię wlewamy sos i podgrzewamy przez chwilę.
9. Podajemy z ryżem i orzechami.

PORCJE: 2  
CZAS PRZYGOTOWANIA: OK. 30 MIN



# DAL PODSTAWOWY WERKI

Danie ekspresowe, idealne do przygotowania po długim dniu w szkole, do którego można dodać niemal wszystkie warzywa zalegające w lodówce. Zawsze tak samo pyszne i przywodzące na myśl obiad w restauracji z kuchnią zagraniczną z okazji imienin cioci.

## SKŁADNIKI:

- 1-2 ąbki czosnku
- 1 cebula
- niepełna szklanka czerwonej soczewicy
- 1 puszka pomidorów krojonych
- 3-4 łyżki mleczka kokosowego z puszki
- 1 łyżka przyprawy curry/garam masala/własnej mieszanki
- ½ łyżeczki płatków chilli
- olej do smażenia
- sól do smaku
- natka pietruszki lub kolendra
- ugotowany ryż
- opcjonalnie warzywa: marchewka/batat/dwa ziemniaki/papryka/etc.

PORCJE: 2  
CZAS PRZYGOTOWANIA: OK. 45 MIN



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Na patelni rozgrzewamy olej i podsmażamy pokrojoną w kostkę cebulę.
2. Do zeszkłonej cebuli dodajemy przyprawy i pokrojony w plasterki czosnek, smażymy parę minut.
3. Jeśli dodajemy warzywa, to kroimy je w drobną kostkę i wrzucamy na patelnię, znowu chwilę smażymy.
4. Wlewamy pomidory z puszki i około szklanki wody, gotujemy wszystko pod przykryciem, aż warzywa lekko zmiękną.
5. Wsypujemy soczewicę i gotujemy ostatnie 15 minut, w trakcie dolewamy trochę wody, jeśli jest zbyt sucho.
6. Próbuujemy, jeśli warzywa są już ugotowane to dodajemy mleczko kokosowe, sól i natkę pietruszki lub kolendrę, ostatni raz zagotowujemy.
7. Podajemy z ryżem i gotowe!

# BURITTO JAGODY

Miałam ochotę na coś nowego, a jedną z nielicznych rzeczy, które znajdowały się wtedy w mojej kuchni, był batat. Przypomniały mi się samosy z ziemniakami, które jadłam w knajpce w Budapeszcie i postanowiłam zrobić swoją daleko odbiegającą od oryginału wersję.

## SKŁADNIKI:

- 1 batat
- 2 tortille
- dowolne warzywa - ja wzięłam małą marchewkę i paprykę
- mała cebula
- 2-4 łyżki jogurtu lub śmietany
- 2-3 ząbki czosnku
- sos sojowy
- opcjonalnie olej sezamowy
- opcjonalnie sriracha (można też dodać więcej ostrej papryki)
- przyprawy: sól czosnkowa, garam masala, curry, kardamon, przyprawa kebab-gyros, kmin rzymski, papryka słodka, chili, sól, pieprz



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Obieramy bataty, kroimy na spore kawałki i gotujemy ok. 15-35 minut, aż będą na tyle miękkie, aby dało się je ugnieść na puree.
2. W międzyczasie kroimy resztę warzyw w kosteczkę, plasterki, czy jak sobie wymarzymy.
3. Smażymy wszystko oprócz jednego ząbka czosnku, aż będzie gotowe.
4. Następnie możemy zabrać się za przygotowywanie sosu czosnkowego: do małej miseczki wrzucamy jogurt lub śmietanę oraz zgnieciony lub drobno pokrojony czosnek. Doprawiamy solą czosnkową, solą i pieprzem.
5. Ugniatamy bataty, przyprawiamy.
6. Wszystko razem z sosem układamy na tortilli, zawijamy, a następnie podsmażamy na patelni.

Voilà!

# KLUSKI ŚLĄSKIE PANI BENI

*Kluski śląskie to dla Ślązaka świętość, a każde ich przyrządzenie to absolutnie ambicjonalna czynność. Efekt musi być zgodny z wzorcem, który jest powszechny. Każda tradycyjna rodzina śląska ma pełno opowieści o udanych i nieudanych kluskach, kiedy, komu i jak smakowały. Spróbujcie przygotować, są proste i naprawdę smaczne, mogą być bazą wielu bardzo różnych obiadów, ale też można zjeść je tylko z masłem. Do dzieła!*

## SKŁADNIKI:

- 1½ kg ziemniaków
- 1 jajko
- mąka ziemniaczana
- sól



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. 1,5 kg ziemniaków gotujemy z łyżeczką soli, a następnie przeciskamy przez praskę. Masa powinna być puszysta.
2. Do masy dodajemy jajko i mieszamy rękami.
3. Dzielimy całą masę na 4 równe części, odkładamy na bok ¼ masy, a puste miejsce wypełniamy mąką ziemniaczaną.
4. Odłożone ¼ masy łączymy z resztą, mieszamy wszystko rękami na pulchne ciasto.
5. Bierzymy trochę ciasta, formujemy wałek, dzielimy na odcinki, z których następnie rękami formujemy okrągłe kluseczki, itd.
6. Kluseczki wrzucamy na wrzątek lekko osolony, kiedy wypłyną - podajemy.
7. Kluski znakomicie nadają się do zjedzenia z masłem, również z cukrem, ale także z sosami np. pieczarkowym czy cebulowym. Oczywiście tradycyjnie towarzyszy im na talerzu rolada mięsna i „modro” kapusta. Zawsze podaje się je bezpośrednio zrobione.

Smacznego!

# PASTA PEPERONATA PANI BUKAŁY

*(Ja tego niestety nie wymyśliłam, jest to przepis Jamiego Olivera) Lubię włoską kuchnię (nie tylko kuchnię, ale kraj, kulturę, literaturę...), a pasty są genialnym sposobem na szybki, ale dobry obiad. Fakt, że Włosi mają ponad 300 rodzajów makaronu zawsze mnie zdumiewał. Ta pasta jest wyjątkowa – po prostu pasta i basta.*

## SKŁADNIKI:

- 400 g makaronu rigatoni lub penne
- 2 czerwone i 2 żółte papryki
- 2 czerwone cebule
- 2 ząbki czosnku
- pęczek zielonej pietruszki
- 2 łyżki octu balsamicznego
- 2 garście startego parmezanu
- 2 łyżki śmietany
- trochę oliwy, sól, pieprz



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

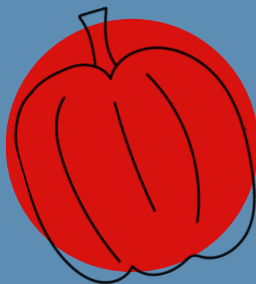
1. Przygotowujemy dużą patelnię i rozgrzewamy na niej trochę oliwy.
  2. Paprykę kroimy na kawałki i dusimy (?) powoli przez 15 minut.
  3. Dodajemy pokrojone cebule i dalej dusimy przez 20 minut.
  4. W międzyczasie gotujemy makaron rigatoni lub penne.
  5. Do papryki z cebulą dodajemy drobno pokrojone łyżki natki i czosnek.
  6. Dodajemy sól, pieprz, ocet, połowę parmezanu i śmietanę.
  7. Wszystko musimy dobrze wymieszać, a następnie dodać do tego makaron.
  8. Na koniec posypujemy resztą parmezanu i pokrojoną natką pietruszki.
- Buon appetito.

# QUICHE PANI HISZPAŃSKIEJ

*Nie kisz!*

## SKŁADNIKI:

- ciasto francuskie (nie Blikle!)
- 2 jajka
- śmietana (potrzebna będzie tylko łyżka)
- sól
- pieprz
- blok żółtego sera
- mleko
- warzywa (dowolne, które lubimy)



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Ciasto francuskie rozkładamy na dnie naczynia.
2. Brzegi ciasta nakłuwamy widelcem.
3. Mieszmamy w misce 2 jaja + łyżkę śmietany + sól + pieprz + dużo startego sera żółtego + mleko. Wszystko to powinno mieć konsystencję gęstego ciasta do naleśników.
4. Wlewamy wszystko do formy i wkładamy do pieca (160°C - 180°C).
5. EWENTUALNIE: do farszu można dodać warzywa (paprykę, pieczarki, brokoły, szpinak).

Et voilà!

# SALATKA ADY

## SKŁADNIKI:

- większa pojedyncza pierś z kurczaka
- 1 cebula cukrowa
- 1 papryka
- garść orzechów włoskich
- masło/oliwa
- opcjonalnie 1 łyżeczka miodu
- ser feta
- duża garść świeżych liści szpinaku
- $\frac{1}{4}$  szklanki kaszy kuskus



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Kaszę zalewamy wrzątkiem.
2. Pierś z kurczaka kroimy w kostkę, dodajemy sól, pieprz, curry i smażymy.
3. Cebulę kroimy w piórka.
4. Paprykę kroimy w paseczki lub kostkę.
5. Orzechy prażymy na patelni na odrobinie masła lub oliwy, ewentualnie dodajemy trochę miodu.
6. Ser feta kroimy w kostkę.
7. Wszystkie składniki delikatnie mieszamy, odstawiamy na 15 minut i gotowe.

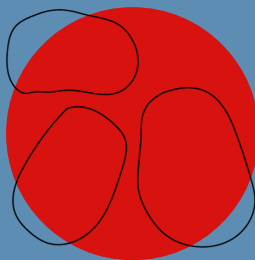


# SALATKA ZIEMNIACZANA (KARTOFFELSALAT) MAMY MATI

Wszyscy wokół mnie twierdzą, że nie potrafię gotować. I pewnie mają rację... Ale jest jedno danie (tylko jedno!?), które wychodzi mi zawsze i wszędzie – muszę mieć tylko te cztery składniki. Niebo w gębie i gwarancja sukcesu! ZA KAŻDYM RAZEM!

## SKŁADNIKI:

- 1 kilogram ziemniaków
- 1 niewielki słoik majonezu
- 1 duży słoik ogórków konserwowych
- 1 mały słoik cebulki konserwowej
- pieprz do smaku



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Ziemniaki gotujemy w mundurkach, studzimy. Po ostudzeniu obieramy i kroimy w talarki.
  2. Odsączone ogórki też kroimy w talarki, dodajemy do pokrojonych ziemniaków.
  3. Dodajemy cebulki ze słoika i majonez. Wszystko mieszamy.
  4. Do smaku dolewamy nieco zaprawy z ogórków (tej „wody”, która jest w słoiku, gdy nie ma już w nim ogórków).
  5. Dosypujemy pieprzu, do smaku.
  6. Mieszamy energicznie raz jeszcze... i gotowe!
- Smacznego!

# KREWETKI Z MAKARONEM I MASCARPONE PANI JOANNY

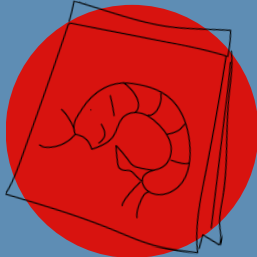
Popisowe danie mojego męża, zawsze mnie zachwyca wirtuozeria, z jaką je przygotowuje.

## SKŁADNIKI:

- 18 surowych krewetek
- mała cebula
- 4-5 ząbków czosnku
- mała papryczka pepperoni
- dwa pomidory
- 2 łyżki sera mascarpone
- 250 g (1 paczka) makaronu Mie noodles
- 6 łyżek oleju ryżowego
- ½ kieliszka białego wytrawnego wina
- pieprz, sól, świeża pietruszki
- 1 łyżka masła

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

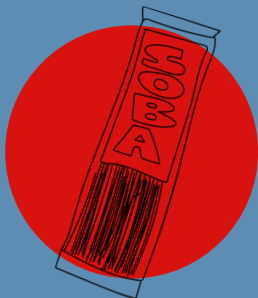
1. Obieramy krewetki, lekko posypujemy solą.
2. Miażdżymy czosnek z solą i pieprzem.
3. Parzymy pomidory, usuwamy skórkę i gniazda z nasionami, resztę kroimy w kostkę.
4. Cebulę kroimy w drobną kostkę.
5. Na rozgrzaną patelnię wlewamy 2-3 łyżki oleju.
6. Wrzucamy cebulę, dorzucamy czosnek.
7. Dodajemy pomidory.
8. Przekładamy zawartość patelni do innego naczynia.
9. Na patelnię wlewamy 2-3 łyżki oleju, rozgrzewamy go, a następnie kładziemy na patelnię krewetki.
10. Na dużym ogniu, przez 4-5 minut smażymy krewetki, od czasu do czasu potrząsamy patelnią, nie przekładamy krewetek.
11. Dolewamy wino, czekamy, aż część wina odparuje.
12. Dodajemy odłożony sos.
13. Dodajemy łyżkę stołową masła.
14. W międzyczasie gotujemy makaron przez około 6 minut.
15. Do sosu dodajemy odcedzony makaron, partiami, aby dobrze wymieszać.
16. Dodajemy serek mascarpone.
17. Nakładamy na talerze, posypujemy posiekaną pietruszką.



# MAKARON SOBA Z KURCZAKIEM I WARZYWAMI PANI BIDY

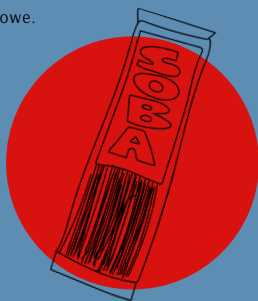
## SKŁADNIKI:

- 1 pierś z kurczaka (można podmienić na wieprzowinę (np. schab czy polędwicę) lub tofu)
- 1 łyżka sosu sojowego
- 1/2 łyżeczki cukru
- 1 łyżeczka oleju
- Warzywa (można podmienić na inne):
- 1/2 brokuła
- 1 czerwona papryka
- 2 marchewki
- 1 cebula
- 1 pęczek szczypiorku
- 1 łyżka koncentratu pomidorowego lub ulubionej pasty pomidorowej, bądź gęstego przecieru
- 3 łyżki sosu sojowego
- 1 łyżka sosu rybnego
- 1 łyżka miodu
- 2 łyżki wody
- 2 ząbki czosnku
- 1 mały kawałek świeżego imbiru
- Pozostałe:
- 2 "pęczki" makaronu soba
- olej do smażenia



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Brokuła dzielimy na różyczki. Paprykę i marchew kroimy w krótkie cienkie paski, a cebulę w piórka.
  2. Teraz sos. Do miski dodajemy koncentrat pomidorowy, sos sojowy, sos rybny, miód, wodę oraz drobno posiekany lub przeciśnięty przez praskę czosnek i imbir.
  3. Całość mieszamy i odstawiamy na chwilę na bok.
  4. Mięso myjemy, osuszamy, po czym kroimy w cienkie paski lub inne mniejsze kawałki na jeden kęs.
  5. Dodajemy sos sojowy, cukier oraz olej, mieszamy i również odstawiamy na chwilę na bok.
  6. Makaron gotujemy nieco krócej, niż wskazuje czas na opakowaniu, bo będziemy go jeszcze wkładać na patelnię.
  7. Ugotowany odcedzamy, przelewamy wodą (by zatrzymać gotowanie).
  8. Rozgrzewamy patelnię z niewielką ilością oleju do smażenia.
  9. Na gorący olej wkładamy kurczaka i mieszając, smażymy na dość dużym ogniu, aż mięso straci surowość, ale nie zarumieni się.
  10. Dodajemy warzywa - najpierw cebulę, krótko smażymy i dodajemy marchewkę z papryką, smażymy aż lekko zwiótczeją i na koniec różyczki brokuła. Trzymamy na średnim ogniu przez 2-3 minuty, co jakiś czas mieszając, aż nabiorą połysku. W trakcie smażenia podlewamy sosem.
  11. Na koniec dodajemy ugotowany makaron soba i polewamy pozostałym sosem. Chwilę podgrzewamy.
  12. Posypujemy pokrojonym szczypiorkiem i gotowe.
- Smacznego!



# PASTA „POLLO” PICANTE PANA RAFAŁA SZCZĘSNEGO

*Pasta „pollo” picante to danie, które często przyrządzam z moim bliskim znajomym Adamem. To Adam pokazał mi ten przepis. Adam jest człowiekiem traktującym przepisy i instrukcje poważnie do tego stopnia, że żadna zamiana składników czy zmiana ilości poszczególnych produktów nie wchodzi w grę. Ja za to często gotuję bez przepisu... ale nie pasta „pollo” picante. Sam nie wiem dlaczego. Może obawiam się, że Adam się dowie?*

## SKŁADNIKI:

- 250 g ulubionego makaronu (najlepiej penne lub rigatoni, ponieważ makarony o tym kształcie wypełnią się sosem, co sprawi, że danie będzie jeszcze lepsze)
- 150/200 g. roślinnego „kurczaka” - w tym momencie na rynku dostępnych jest wiele różnych wariantów, osobiście polecam Qrczaka Apollo w wersji złocistej
- 250 ml śmietany roślinnej - najlepiej sojowej lub orkiszowej, w wersji wegetariańskiej można użyć zwykłej
- 1 garść pomidorków koktajlowych
- 1 garść liści szpinaku
- 1 lub 2 łyżki harissy - im więcej tym danie będzie bardziej pikantne
- Trochę oliwy, soli i pieprzu
- 1 lub 2 łyżki płatków drożdżowych nieaktywne (wersja vegan) lub parmezan (wersja wege)



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Gotujemy makaron wg instrukcji. Makaron powinien być ugotowany al dente.
2. „Kurczaka” kroimy na mniejsze kawałki i wrzucamy na rozgrzaną w głębszej patelni oliwę, mieszając tak by każda strona „kurczaka” się podsmażyła.
3. Dodajemy harisnę, smażyemy mieszając tak by wszystkie kawałki były pokryte harisną. Im więcej harisny, tym danie będzie bardziej pikantne.
4. Wlewamy śmietanę, mieszamy, doprawiamy solą i pieprzem do smaku, smażyemy do momentu, aż sos zacznie nam gęstnieć.
5. Dodajemy całe lub pokrojone na połówki pomidorki koktajlowe, mieszamy delikatnie tak by ich nie zmiażdżyć, chcemy by zachowały swój kształt.
6. Powoli dodajemy ugotowany wcześniej makaron do sosu, cały czas mieszając. Należy uważać by nie dodać za dużo makaronu, nie chcemy aby nasze danie było zbyt „suche”.
7. Dodajemy garść liści szpinaku, mieszamy.
8. Wykładamy na talerz i posypujemy płatkami drożdżowymi lub parmezanem do smaku.

Smacznego!

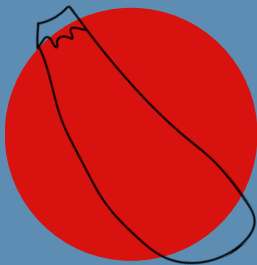


# WARZYWA FASZEROWANE MIELONYM MIĘSEM

*Okolicznościowy przegląd tygodnia (i lodówki), czyli jak nakarmić gospodarzy i gości eleganckiego Sylwestra lub grilla na działce: przepis uniwersalny całoroczny, a do stworzenia dania wykorzystujemy to, co jest akurat dostępne w najbliższym dyskoncie na B, L, etc. Bazowałam na przepisie z [mniammniam.com](http://mniammniam.com).*

## SKŁADNIKI:

- różne spore warzywa, np. cukinie, pomidory, kolorowe papryki (w oryginalnym przepisie były też ziemniaki i bakłażany) – tyle żeby zmieściły się na blasze
- będzie nam też potrzebna cała główka czosnku – o tym dalej...



- farsz:
  - mielone mięso według upodobań, ok. 0,5 kg
  - 1-2 cebule, parę ząbków czosnku (u mnie dużo :-))
  - koncentrat pomidorowy, ale dobry będzie też ajwar (szczególnie polecam ostrą wersję :-))
  - jakaś fajna mieszanka przypraw
  - trochę wody
  - olej do smażenia

sos:

- koncentrat pomidorowy (ja użyłam passaty)
- szklanka wody
- cebula, albo i dwie
- mięsz z wydrążonych pomidorów
- słodka wędzona papryka, pieprz czarny

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

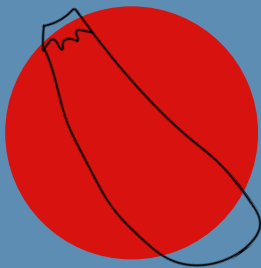
1. Pomidory pozbawiamy czubków i wydrążamy miąższ (nie wyrzucamy!!!), pozostałe warzywa kroimy wzdłuż na pół i wydrążamy do utworzenia „łódeczek”. (Ziemniaki i bakłażany obsmażamy na oleju, ale to już za dużo roboty, więc rezygnujemy z ziemniaków i bakłażanów.)
2. Piekarnik rozgrzewamy do 180 stopni C.

Farsz:

1. Siekamy cebulę, czosnek kroimy na drobne kawałeczki, wszystko smażymy na rozgrzanym oleju ok. 1-2 minuty, cały czas mieszając, żeby nie przypalić czosnku, bo będzie ohydny; cebula ma być lekko zeszkłona. Dodajemy mięso i smażymy do zmiany jego koloru (niekoniecznie na czarny).
2. Dolewamy wodę, koncentrat (ajwar), przyprawy, sól, pieprz. Mieszu mieszu i dusimy na małym ogniu ok. 15 minut. Odstawiamy.

Sos:

1. Obraną cebulę siekamy na cienkie piórka; koncentrat (passatę) mieszamy z wodą, papryką mieloną i miąższem z wydrążonych pomidorów.
2. Dużą blachę smarujemy olejem, wlewamy na to sos, na którym rozrzucałyśmy piórka cebuli.
3. Na sosie wykładamy napełnione farszem warzywa (można posypać tartym serem), i tu wkracza... cały na biało czosnek, którego nieobrane ząbki wtykamy między warzywa.
4. Pieczemy do miękkości warzyw – ok. 40 minut.





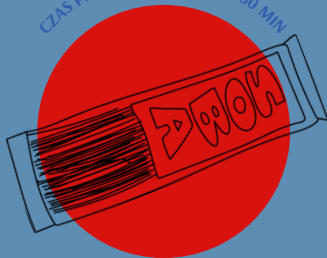
# NOODLE SOBA Z SOSEM FISTASZKOWYM PANA RAFAŁA SZCZĘŚNEGO

*Kuchnia azjatycka to chyba moja ulubiona kuchnia. Uwielbiam odwiedzać sklepy z azjatyckimi produktami, próbować nowych rzeczy, łączyć ze sobą, na pierwszy rzut oka, mało kompatybilne składniki. To danie jest świetne o każdej porze roku, o każdej porze dnia. Jest bardzo lekkie, sycące no i przede wszystkim jest niesamowitą kombinacją różnych smaków! No i w całości składa się ze składników roślinnych.*

## SKŁADNIKI:

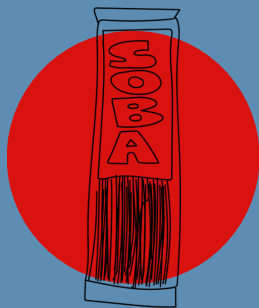
- 150 g makaronu gryczanego soba - dostępny we wszystkich sklepach z kuchnią azjatycką
- ½ szklanki masła lub kremu orzechowego
- ½ limonki
- 2 lub 3 łyżki sosu sojowego
- 1 łyżka oleju sezamowego
- 1 ząbek czosnku
- 3 cm imbiru
- Garść orzeszków ziemnych
- Garść czarnego sezamu
- 1 cebula dymka (opcjonalnie)

PORCJE: 2  
CZAS PRZYGOTOWANIA: OK. 30 MIN



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Gotujemy noodle soba wg instrukcji. Po ugotowaniu koniecznie przelewamy je zimną wodą i czekamy aż ostygną.
2. Siekamy czosnek i imbir na bardzo drobne kawałki.
3. Przekładamy masło/krem orzechowy do naczynia, w którym będzie nam wygodnie mieszać lub blendować (opcja dla mniej cierpliwych) wszystkie składniki sosu.
4. Do masła orzechowego dodajemy posiekane czosnek i imbir oraz sos sojowy i energicznie mieszamy na gładką masę. Sos powinien zmienić kolor na ciemniejszy.
5. Wyciskamy sok z limonki, dodajemy sok do sosu orzechowego i mieszamy.
6. Dodajemy olej sezamowy, tak by sos miał wyczuwalny sezamowy posmak.
7. Na suchej patelni prażymy orzechy i sezam do momentu, w którym poczujemy zapach prażenia. Często potrząsamy patelnią, aby nic się nie przypaliło.
8. Wracamy do sosu, który powinien smakować kwaśno/orzechowo/sezamowo. Aby go rozrzedzić, stopniowo dodajemy trochę ciepłej wody i mieszamy. Sos powinien stać się jaśniejszy. Jeśli przez wodę nie jest wystarczająco słony, dodajemy trochę sosu sojowego.
9. Gotowy sos dodajemy do noodli soba, dokładnie mieszamy, tak aby sos „oblepiał” cały makaron.
10. Na talerzu posypujemy uprażonymi orzechami, sezamem i posiekaną dymką.





# DESERY

# BLOK CZEKOLADOWY ANI

Poniżej znajdziecie prosty przepis na blok czekoladowy mojej mamy, czyli słodki deser na zimno, który towarzyszy mi od kiedy pamiętam na wszelkich urodzinach, czy innych spotkaniach jako pyszna przekąska – milego “gotowania”!<3

## SKŁADNIKI:

- 1 kostka margaryny Kasia
- niepełna szklanka cukru
- 5 łyżek dobrego kakao w proszku
- pół paczki zmielonych migdałów
- 3 szklanki mleka w proszku
- dodatki wg gustu: herbatniki, rodzynki, orzechy włoskie, pokruszone migdały

PORCJE: W ZALEŻNOŚCI OD UŻYTYCH FOREMEK  
CZAS PRZYGOTOWANIA: OK. 30 MIN + PARĘ GODZIN



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Stawiamy garnek z kostką margaryny na małym ogniu i czekamy aż się rozpuści.
2. Gdy będzie już płynna, zaczynamy mieszać i dodajemy cukier.
3. Kiedy cukier się rozpuści dodajemy kakao, cały czas mieszając.
4. Następnie dosypujemy miążgę migdałową i mieszamy do momentu, aż całość się zagotuje.
5. Wyłączamy palnik i czekamy chwilę aż masa przestygnie - w międzyczasie można troszkę podjadać, ale musimy uważać, żeby się nie poparzyć!)
6. Do przestygniętej masy dodajemy herbatniki i mieszamy (ja mieszam ręcznie drewnianą łyżką)
7. Później dodajemy mleko w proszku, a na końcu rodzynki, orzechy i inne, cały czas mieszamy.
8. Ciepłą masę przekładamy do foremek (ja używam podłużnych aluminiowych), a jak masa wystygnie wkładamy foremki do lodówki na kilka godzin – SMACZNEGO!!

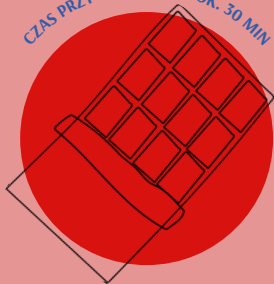
# KLASYCZNE CHOCOLATE CHIP COOKIES AGATY

Wszyscy chwalą i wszyscy się nimi zajadają. Myślę, że to wystarczająca rekomendacja.

## SKŁADNIKI:

- 1 szklanka miękkiego masła
- 1 szklanka białego cukru
- 1 szklanka cukru trzcinowego
- 2 duże jajka (temperatura pokojowa)
- 3 szklanki mąki pszennej
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej
- ½ łyżeczki proszku do pieczenia
- 1 łyżeczka soli morskiej
- 2 szklanki pokrojonej czekolady

PORCJE: 30 SZTUK  
CZAS PRZYGOTOWANIA: OK. 30 MIN



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Nagrzewamy piekarnik do 175 stopni C. Wykładamy blachę papierem do pieczenia odstawiamy na bok.
2. W oddzielnej misce łączymy ze sobą mąkę, sodę, sól i proszek do pieczenia. Odkładamy na bok.
3. Za pomocą ręcznego miksera ubijamy masło i cukry do momentu, aż będą połączone.
4. Wbijamy jajka i ubijamy wszystko, aż będzie puszyste.
5. Dodajemy suche składniki i wszystko ze sobą mieszamy.
6. Dodajemy pokrojoną czekoladę i wkomponowujemy ją w utworzoną masę.
7. Bierzemy ok. 2-3 łyżki ciasta (można też na oko), formujemy je w kulki i umieszczamy na blasze.
8. Pieczemy przez ok. 8-10 min do momentu, aż dopiero ZACZNĄ brązowieć.
9. Pozwalamy im odpocząć na blasze przez 2 min, a następnie przekładamy na talerz.

Pamiętajmy, aby w porę wyjąć ciasteczka z piekarnika – w chwili wyjmowania ich mogą wciąż wyglądać na nie do końca upieczone. Ciasteczka przechowujemy w szczelnych pojemnikach na jedzenie w temperaturze pokojowej. Wytrzymają do 5 dni.

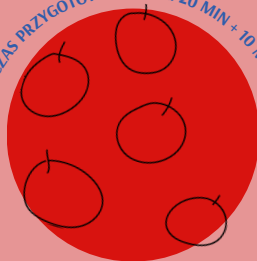
# CIASTKA Z PORZECZKAMI MARYSI

Ten przepis, razem z ciasteczkami, dostałam od Marysi w bardzo trudnym dla mnie czasie. Najpyszniejsze ciasteczka jakie jadłam, rozpraszacze smuteczków, no po prostu poezja. Kasia Czczott

## SKŁADNIKI:

- 125 g masła
- 150 g mąki
- 150 g cukru
- 3 łyżki zmielonych migdałów
- 1 jajko
- 1 łyżeczka ekstraktu waniliowego
- 100 g gorzkiej czekolady
- 150 g czerwonych porzeczek (mogą być mrożone – rozmrożone i odsączone)

PORCJE: 20  
CZAS PRZYGOTOWANIA: OK. 20 MIN + 10 MIN



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

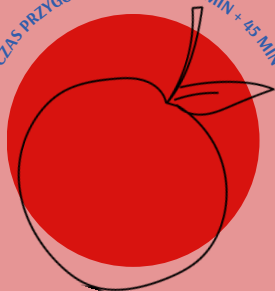
1. Siekamy czekoladę na drobne kawałki.
2. W misce umieszczamy masło, cukier, mąkę, migdały, ekstrakt, jajko i miksujemy do otrzymania gładkiej masy.
3. Dodajemy drobinki czekolady i mieszamy. Ciasto będzie klejące – to normalne.
4. Płaską blachę wykładamy papierem do pieczenia.
5. Piekarnik nagrzewamy do 190 stopni C.
6. Masę ciasteczkową nabieramy łyżką i wykładamy na blachę w dużych odstępach – ciastka rozlewają się na boki.
7. Każde ciastko spłaszczamy łyżką i wciskamy w nie owoce czerwonej porzeczki.
8. Pieczemy przez ok. 10 minut do zeżłocenia się brzegów.
9. Wyjmujemy z piekarnika i studzimy.

# CIASTO ANI DLA POCZĄTKUJĄCYCH

## SKŁADNIKI:

- 4 jajka
- 1 szklanka cukru (drobnoziarnisty lub puder), można nieco mniej jeśli wolimy ciasto mniej słodkie
- 1 i  $\frac{1}{2}$  szklanki mąki pszennej
- $\frac{3}{4}$  szklanki oleju
- po 1 łyżeczce proszku do pieczenia, sody, cynamonu i kakao
- szczypta soli
- kopiały talerz pokrojonych w kosteczkę jabłek (najlepsze antonówki lub renety)
- garść posiekanych orzechów ew. innych bakali

CZAS PRZYGOTOWANIA: OK. 30 MIN + 45 MIN



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Całe jajka miksujemy z cukrem na puszystą masę, dodajemy po kolei pozostałe składniki.
2. Na końcu wysypujemy jabłka i bakalie – mieszamy łyżką i przekładamy do foremki.
3. Pieczemy 45 minut w temperaturze 175 stopni C (do suchego patyczka).

# CIASTO RAFAELLO BEZ PIECZENIA PANI MARIOLKI

## SKŁADNIKI:

- 400 g herbatników z ząbkami (2 opak.)
- 3 szklanki mleka
- 3 żółtka
- 3 łyżki mąki pszennej
- 3 łyżki mąki ziemniaczanej
- 200 g wiórków kokosowych
- szklanka cukru (można trochę mniej)
- mała torebka cukru waniliowego
- 200 g miękkiego masła

CZAS PRZYGOTOWANIA: OK. 30 MIN + SCHŁADZANIE



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Zagotowujemy dwie szklanki mleka, dodając do niego cukier i cukier waniliowy, co jakiś czas mieszamy.
  2. W drugim naczyniu mieszamy trzecią szklankę zimnego mleka z trzema łyżkami mąki pszennej, trzema łyżkami mąki ziemniaczanej oraz trzema żółtkami tak, aby nie było grudek.
  3. Wlewamy mleko z mąką i żółtkami do gotującego się mleka z cukrem i mieszamy.
  4. Powstały budyn studzimy, a następnie dodajemy do niego miękkie masło oraz 150 g wiórków kokosowych i wszystko razem miksujemy.
  5. Resztę wiórek kokosowych prażymy na suchej patelni na złoty kolor.
  6. Na średniej wielkości blaszce układamy herbatniki, wlewamy połowę budyniu, przykrywamy drugą warstwą herbatników, wylewamy pozostałą część budyniu, którą przykrywamy ostatnią warstwą herbatników.
  7. Na koniec równomiernie posypujemy uprażonymi wiórkami kokosowymi i schładzamy w lodówce.
- Powodzenia i smacznego!



# FAWORKI ANKI

Faworki mojej cioci to najbardziej chrupiące faworki na świecie!!

## SKŁADNIKI:

- 5 żółtek
- 1 całe jajko
- 3 szklanki mąki
- 1 szklanka kwaśnej śmietany
- 2 łyżki spirytusu
- ½ łyżeczki proszku do pieczenia
- 1 łyżka masła
- olej do smażenia

PORCJE: 90 SZTUK  
CZAS PRZYGOTOWANIA: OK. 90 MIN



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Mieszymy ze sobą wszystkie suche składniki, następnie dodajemy resztę (żółtka, całe jajko, śmietanę, spirytus, masło).
2. Wszystko mieszamy i zaczynamy wyrabiać ciasto, aby składniki ładnie się połączyły.
3. Kiedy masa będzie już gładka, przykrywamy ściereczką i odstawiamy na 30 min.
4. Po upływie czasu, wykładamy ciasto na stolnicę i zaczynamy je ponownie wyrabiać. Można je ubijać wałkiem. Rozwałkujemy, składać i ubijać.
5. Gdy ciasto będzie już wystarczająco napowietrzone, bardzo cienko je rozwałkowujemy – tak, aby lekko prześwitywało.
6. Wycinamy prostokąty i nacinamy je po środku, następnie wywijamy przez środek.
7. Smażymy faworki z każdej strony na rozgrzanym oleju, aż się zarumienią. W trakcie smażenia powinny rosnąć i pokrywać się dużą ilością pęcherzyków powietrza.

Wskazówka: im bardziej napowietrzone ciasto tym bardziej chrupiące faworki!

# SZYBKI SERNIK NA ZIMNO PANI MARIOLKI

## SKŁADNIKI:

- 3 duże serki waniliowe Rolmlec (po 200g)
- 4 galaretki (po 2 sztuki o różnych smakach)
- Owoce do dekoracji (np. truskawki, pomarańcze, mandarynki, brzoskwinie lub ananasy z puszek, etc.)
- Opcjonalnie trochę rodzynek
- Herbatniki lub biszkopty

PORCJE: TORTOWNICA  
CZAS PRZYGOTOWANIA: OK. 15 MIN + SCHŁADZANIE



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Na spodzie tortownicy układamy herbatniki lub biszkopty (a jak ktoś nie chce spodu z ciastek, to wykładamy tortownicę folią spożywczą).
  2. Dwie galaretki jednakowego smaku rozpuszczamy w 3 (!) szklankach gorącej wody. Odstawiamy do ostygnięcia (muszą być trochę zastygnięte, ale nie na sztywno!).
  3. Ostudzone galaretki miksujemy z trzema serkami (i opcjonalnie wsypujemy trochę rodzynek).
  4. Gotową masę wylewamy do tortownicy i wstawiamy do lodówki do zastygnięcia.
  5. W tym czasie pozostałe dwie galaretki rozpuszczamy w 3 szklankach gorącej wody i odstawiamy do ostygnięcia.
  6. Na zastygniętej pierwszej warstwie układamy owoce (jakie kto chce, ale oprócz kiwi, bo z kiwi galaretka nie zastyga!) i po troszku polewamy ostygniętymi galaretkami.
  7. Wstawiamy do lodówki do zastygnięcia.
- Powodzenia i smacznego!

# SZARLOTKA BARTKA

Przepis jest od mojej babci. Wybrałem go, ponieważ szarlotka smakowała jako jedno z ciast na klasowy Dzień Kobiet.

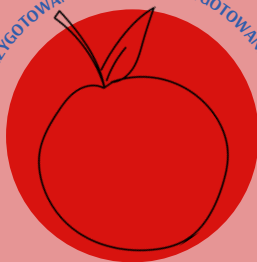
## SKŁADNIKI:

- 1 kg obranych jabłek
- $\frac{1}{3}$  szklanki wody
- 400 g cukru

ciasto:

- 175 g cukru
- 3 jajka
- 100ml oleju
- 100ml mleka
- 230g mąki
- 2 płaskie łyżeczki cynamonu
- 2 płaskie łyżeczki proszku do pieczenia
- Cukier puder do posypania

PORCJE: 20  
CZAS PRZYGOTOWANIA: OK. 1H + PRZYGOTOWANIE DŻEMU



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Dżem:

1. Jabłka obieramy i ścieramy na grubej tarce.
2. Gotujemy z wodą ciągle mieszając.
3. Gdy jabłka puszczą soki, dodajemy powoli cukier i cały czas mieszamy, aż jabłka się całkiem rozpadną.
4. Jeśli chcemy zostawić dżem na później, przekładamy go do słoików i wekujemy.

Ciasto:

1. Ubijamy jajka przez 3 minuty, dodajemy powoli cukier i ubijamy na puch.
2. Następnie dodajemy mleko oraz olej i ciągle ubijamy.
3. Rozgrzewamy piekarnik do 180 stopni.
4. W osobnej misce mieszamy mąkę, cynamon i proszek do pieczenia.
5. Mieszamy zawartość obu misek.
6. Połowę wylewamy na wyłożoną papierem do pieczenia blaszkę, a następnie wstawiamy do piekarnika na 15 min (aż się zarumieni).
7. Wyjmujemy spód z piekarnika, rozsmarowujemy dżem i wylewamy resztę ciasta.
8. Wstawiamy na 30 min do piekarnika ustawionego na 180 stopni (góra-dół).
9. Po wyjęciu, posypujemy cukrem pudrem.

# CYNAMONKI PANI KASI STEFANIUK

Lubię czytać kryminały. Szczególnie takie, w których bohaterowie są smakoszami i tyle samo czasu co śledztwu poświęcają jedzeniu. Zawsze wtedy mogę poznać nową potrawę. Tak było ze szwedzkimi kanelbullar, którymi zajadali się policjanci w powieściach Camilli Lackberg. To swojskie cynamonki.

## SKŁADNIKI:

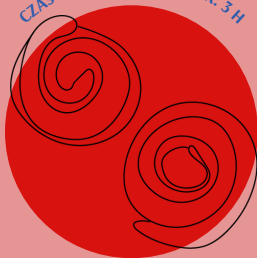
ciasto:

- 500 g mąki
- 2 jajka
- paczka suchych drożdży lub 40 g świeżych
- 60 g cukru
- 200 ml ciepłego mleka
- 80 g masła, roztopionego, ale wystudzonego
- szczypta soli

nadzienie:

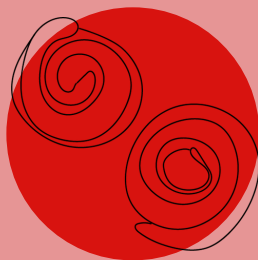
- 80 g masła
- 100 g cukru
- 3-4 łyżeczki cynamonu

PORCJE: 10 - 30  
CZAS PRZYGOTOWANIA: OK. 3 H



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Przygotowujemy ciasto drożdżowe. Jeżeli używamy świeżych drożdży musimy zrobić zaczyn, czyli świeże drożdże mieszamy z 3 łyżkami mąki, łyżką cukru i połową mleka i czekamy aż pojawią się znaki fermentacji, czyli bąble. Do dużej miski wsypujemy mąkę, cukier, suche drożdże (zaczyn) i jajka. Wlewamy mleko i mieszamy. Ciasto musi stać się kulą, która odchodzi od ścianek naczynia. Trwa to ok. 10 min.
2. Dodajemy masło i sól, mieszamy jeszcze 5 min.
3. Odstawiamy do wyrośnięcia na ok. 1-1½ godz.
4. Wykładamy ciasto na blat lekko podsypyany mąką i wałkujemy na prostokąt ok. 30x60 cm.
5. W czasie kiedy ciasto rośnie, przygotowujemy nadzienie. Dokładnie mieszamy składniki na gładką masę.
6. Na rozwałkowane ciasto rozsmarowujemy masę cytrynową.
7. Zwijamy prostokąt w rulon wzdłuż dłuższego boku. Mamy taki długi naleśnik z cytrynową.
8. Kroimy na większe lub mniejsze kawałki.
9. Układamy na blasze wyłożonej papierem do pieczenia i zostawiamy na ok. 30 min, żeby podrosły.
8. Rozgrzewamy piekarnik góra-dół do 180 stopni.
9. Przed włożeniem ciasteczek do piekarnika smarujemy je na wierzchu żółtkiem roztrzepanym z dwiema łyżeczkami mleka.
10. Pieczemy ok 20-30 min, zależy od wielkości.



# BROWNIE Z KARMELEM I KAWOWĄ BEZĄ OD ADY

Ten przepis to wersja light, uproszczona specjalnie dla mnie – osoby w kuchni doświadczonej ale bez szalu. Polecam osobom, które mają już doświadczenie w pieczeniu różnych ciast i bezy. Powiedzieć, że efekt jest oszalamiający, to nic nie powiedzieć. Przy okazji wspominam czas spędzony z Adą, którego uwieńczeniem było to ciasto. Nie zniechęcajcie się długością przepisu. Naprawdę warto podjąć to wyzwanie. Kasia Czeczott

## SKŁADNIKI:

ciasto:

- 125 g masła (pół kostki)
- 2 tabliczki gorzkiej czekolady
- $\frac{2}{3}$  szklanki cukru
- 2 duże żółtka
- $\frac{2}{3}$  opakowania śmietanki 36% UHT
- aromat waniliowy
- $\frac{3}{4}$  szklanki mąki
- 3 czubate łyżki kakao
- 1 łyżka kawy rozpuszczalnej
- szczypta soli

beza kawowa:

- 2 duże białka
- $\frac{1}{2}$  szklanki cukru
- 1 łyżeczka kawy rozpuszczalnej
- $\frac{1}{2}$  łyżeczki octu balsamicznego

karmel:

- $\frac{1}{2}$  szklanki cukru
- $\frac{1}{3}$  opakowania śmietanki 36% UHT
- 3 czubate łyżki masła
- szczypta soli

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Ciasto:

1. Roztopiamy 125 g masła i odstawiamy do przestudzenia.
2. Nastawiamy piekarnik na 170 stopni. Smarujemy formę masłem i wykładamy papierem do pieczenia.
3. Roztopiamy jedną tabliczkę czekolady w kąpielu wodnej, gdy tylko zacznie się topić mieszamy, zdejmujemy z palnika i odstawiamy do wystudzenia.
4. W dużej misce łączymy roztopione masło z  $\frac{2}{3}$  szklanki cukru za pomocą energicznych ruchów trzepaczką do otrzymania gęstej, ziarnistej i jasnej masy.
5. Dodajemy 2 żółtka (białka oddzielamy i przekładamy do dużej miski) i mieszamy aż uzyskamy jeszcze jaśniejszą, gładszą masę.
6. Powoli wlewamy  $\frac{2}{3}$  szklanki śmietanki oraz aromat waniliowy, cały czas mieszając dodajemy roztopioną czekoladę i mieszamy do uzyskania gładkiej czekoladowej masy.

7. Przesiewamy  $\frac{3}{4}$  szklanki mąki, 3 łyżki kakao, 1 łyżkę kawy i szczyptę soli i mieszamy z masą tylko do połączenia składników.

8. Drugą tabliczkę czekolady kroimy na małe kawałki i delikatnie łączymy z ciastem.

9. Ciasto przekładamy do formy i odkładamy na bok.

Beza kawowa:

1. 2 białka ubijamy mikserem na sztywną pianę. POWOLI dodajemy cukier w kilku porcjach.

2. Wykładamy beżę na masę czekoladową, tworząc łyżką „dołki” i „górkę” tak, by karmel mógł się w nich utrzymać.

3. Pieczemy ok. 25 minut, lub dłużej, w zależności od tego, jak bardzo „truflowe” ma być ciasto.

4. Wyjmujemy z piekarnika i studzimy całkowicie.

Karmel:

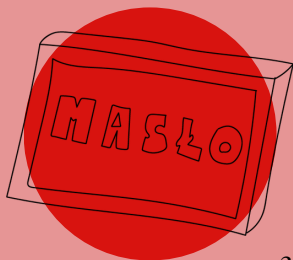
1. W garnuszku podgrzewamy cukier na dużym ogniu tak długo aż zacznie wilgotnieć przy krawędziach i topić się, cały czas mieszając drewnianą łyżką i uważając, by się nie spalił. Kiedy zaczną się tworzyć bladeżółte grudki cukru, skręcamy ogień na średni i mieszamy dalej, czekając aż cukier stopi się całkowicie.

2. Gdy cukier osiągnie złotobrazowy kolor, delikatnie dodajemy po kawałku masło, mieszając do rozpuszczenia. UWAŻAMY BY SIĘ NIE POPARZYĆ, BO KARMEŁ ZACZNIE BARDZO PRYSKAĆ.

3. Gdy masło się już rozpuści, powoli i ostrożnie wlewamy śmietankę na kilka razy, cały czas uważając, żeby się nie poparzyć, gdyż wejdzie w BARDZO gwałtowną reakcję z karmelem. Mieszamy do otrzymania gładkiej, lejącej masy.

4. Przelewamy do osobnego naczynia i odstawiamy do stężenia.

5. Wystudzone ciasto polewamy karmelem i serwujemy natychmiast.



Witkacowska Książka Kucharska!

Niech poza zbiorem przepisów stanowi ona inspirację do spotkań z innymi oraz dzielenia się tym, co dobre.

Dziękujemy wszystkim osobom, które podzieliły się swoimi przepisami. Szczególne podziękowania dla pana Roberta Szuchy za podsuniecie nam pomysłu oraz dla pana Rafała Szczęsnego za wsparcie w chwilach zwątpienia i pomoc techniczną.

Jagoda Bieńkowska

Jaga Górská

Werka Sobolewska

Kacha Rudnicka

Mati Multanowska

Ilustracje: Jagoda Bieńkowska

