



internetowa
galeria
seniora



Zofia Jankowska

KULINARIA



„Lubiła gotować mama, lubiła teściowa i mnie to przypadło do gustu. Gotowały z produktów dostępnych i tanich, bo takie to były czasy. Podglądałam ich gotowanie i zjadałam wszelkie pyszności. Po przejściu na emeryturę dałam upust swej kulinarnej fantazji. Gotuję i piekę proste potrawy. Wszystkie dosmaczam ziołami z mojego ogrodu: lubczykiem, rozmarynem, oregano, tymiankiem, koperkiem, pietruszką, majerankiem ... Smakują całej rodzinie. Może zasmakują i Wam ...”

Zofia Jankowska
słuchaczka U3W Malbork

Babka



Babka, która zawsze się udaje:

5 jajek i 1,5 szklanki cukru zmiksować, dodać 1 szklankę mąki ziemniaczanej, 2 łyżki mąki pszennej, 2 łyżeczki proszku do pieczenia, 1 szklankę oleju, olejek rumowy i na koniec 2 łyżeczki octu. Piec w 180 st. przez 50- 60 min.

Schab suszony



Schab suszony:

1,5 kg schabu, 1,5 szklanki cukru. Obsypujemy i wkładamy na 36 godz. w przykrytym naczyniu do lodówki. Potem wyjmujemy, myjemy, dokładnie osuszamy ręcznikiem. Następnie obtaczamy w 1,5 szklanki soli + 1 łyżka soli peklowej i wkładamy na 36 godz. w przykrytym naczyniu do lodówki. Wyjmujemy, myjemy, osuszamy i obtaczamy w czosnku niedźwiedzim, czosnku zwykłym, zmiążdżonym pieprzu i majeranku. Ponownie wkładamy na 36 godz. do lodówki. Wyjmujemy, wkładamy do siatki i suszymy przy ciepłym kaloryferze 5 dni.

Kotleciki warzywne z dipem



Kotleciki:

1 seler, 4 ziemniaki, 1 marchewka - ugotować. Przecisnąć przez praskę, dodać jajko, bułkę tartą, płatki owsiane, sól, pieprz, paprykę i zagnieść. Na patelni zeszklić cebulkę pokrojoną w kostkę dodać, wymieszać i smażyć.

Dip:

łyżkę jogurtu, łyżkę śmietany, 2 ząbki czosnku przecisnąć przez praskę, dodać sól i pieprz do smaku.



Pigwa do zimowej herbatki



Konfitura:

2 kg pigwy lub pigwowca pociąć, wybrać gniazda nasienne, nie obierać ze skóry. Wkładamy do garnka, wlewamy 1/2 l wody, gotujemy do miękkości, dodajemy szklankę miodu, odstawiamy z ognia, mieszamy, można zblendować. Podgrzewamy na małym ogniu i gorący mus wkładamy do słoiczków. Odwracamy do góry dnem. Stosować 1-2 łyżeczki do herbatki.

Drożdżowe trójkąty z jabłkami



Ciasto:

40 dkg mąki pszennej, 150 ml mleka, 50 ml śmietany, 30 g masła, 15 g świeżych drożdży, 2 łyżki oliwy, 3 łyżki cukru, 1 jajko, 1 cukier waniliowy, szczypta soli.

Farsz:

3 jabłka obrać, pokroić w kostkę, 3 łyżki posiekanych orzechów włoskich, cynamon i cukier do smaku. Krótco podgrzać na patelni, żeby się połączyły składniki.

Ciasto po wyrośnięciu rozwałkować na okrągłe placki, przeciąć na 4 kawałki i w takich trójkątach ponacinać brzegi. Na środek kładziemy farsz, zawijamy nacięte brzegi jeden na drugi tworząc kratkę. Piec 20 min w 180 st.

Ocet jabłkowy



Ocet jabłkowy:

Skórki z jabłek lub pokrojone jabłka (bez gniazd nasiennych) ułożyć w słoju i zalać przegotowaną, ostudzoną wodą z cukrem.

Zalewa: 2-3 łyżki cukru na 1 litr wody.

Co kilka dni mieszamy. Po 3 tygodniach zlewamy do butelek.

Poduszcзки rumowo-cytrynowe



Poduszcзки rumowo-cytrynowe:

2 szklanki mąki, szczypta soli, 10 dkg cukru, 3 jajka, łyżeczka proszku do pieczenia, 10 dkg masła, 2 łyżki rumu, skórki z cytryny i pomarańczy starte po wyparzeniu. Zagniatamy ciasto i wkładamy do lodówki na godzinę. Potem ciasto wałkujemy, tnjemy na prostokąty i smażyemy w głębokim oleju z obu stron. Po ostygnięciu posypujemy cukrem pudrem.

Placki ziemniaczane inaczej



Placki ziemniaczane inaczej:

5 dużych ziemniaków obieramy i ścieramy, 1 cebulę ścieramy, dodajemy 1 jajko, 2-3 łyżki kaszy mannej, 125 g twarogu wkruszamy, sól, pieprz i przesmażoną w kostkę czerwoną paprykę.

Smażymy placki i podajemy z kwaśną śmietaną.

Chleb z czarnuszką



Chleb z czarnuszką:

3,5 szklanki mąki pszennej, 20 g drożdży kruszymy w mąkę, dodajemy 3 łyżki ziaren (len, słonecznik, sezam), 1 łyżkę soli i 1 łyżkę cukru, 2 szklanki ciepłej wody. Mieszamy i zostawiamy na 25 min pod ściereczką. Ponownie mieszamy i wkładamy do uprzednio wysmarowanej margaryną lub wyłożonej papierem do pieczenia blaszki keksowej, posypujemy czarnuszką i zostawiamy na 25 min. Piec 50 min. w 200st. Po upieczeniu wyjmujemy gorący z blaszki.

Placki z gotowanych ziemniaków z grzybami



Placki:

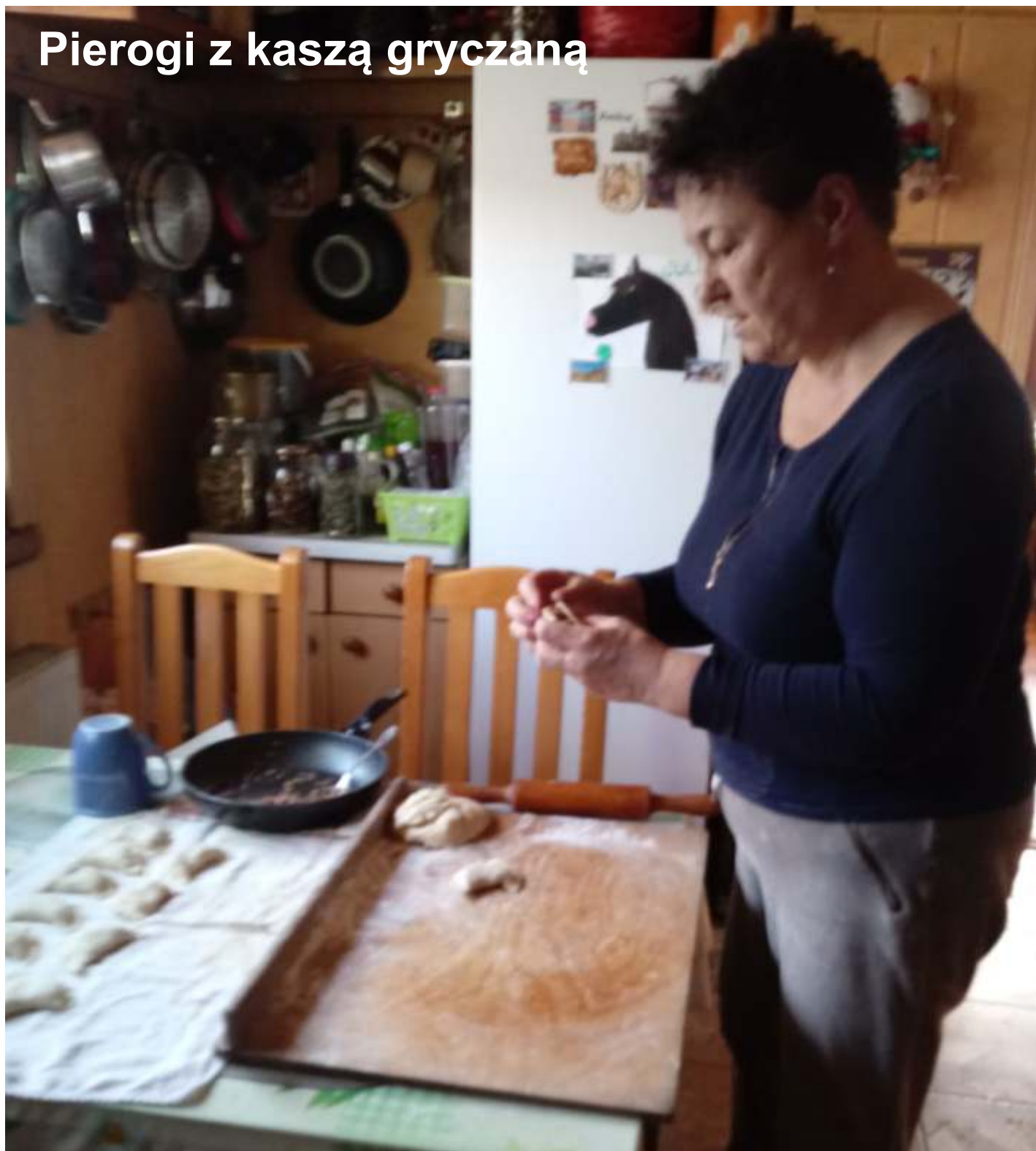
90 dkg ugotowanych ziemniaków, 2 jajka, 1 łyżeczka soli, 2,5 szklanki mąki pszennej. Wyrobić na jednolitą masę (można dodać mąki jak będzie się kleić).

Farsz:

25 dkg grzybków suszonych (ugotowanych) lub świeżych pokroić w kostkę. 2 cebulki też kroimy w kostkę i smażymy razem. Doprawiamy solą i pieprzem.

Z przygotowanej masy ziemniaczanej formujemy placki. Każdy napełniamy łyżeczką farszu i smażymy na złoty kolor.

Pierogi z kaszą gryczaną



Ciasto:

1 kg mąki pszennej, 1 jajko, 2 szklanki gorącej wody, 3/4 szklanki oleju, szczypta soli.

Farsz:

1,5 szklanki kaszy gryczanej, 30 dkg wątróbki i 2 cebule, sól, pieprz, papryka, jajko. Cebulkę i wątróbkę pokrojone w kosteczkę doprawiamy i podsmażamy. Dodajemy jajko i ugotowaną kaszę. Ciasto wałkujemy, wykrawamy kółka, nadziewamy i gotujemy. Można jeść z cebulką lub kwaśną śmietanką.

Ciasto bez pieczenia



Ciasto bez pieczenia:

25 dkg płatków kukurydzianych mocno pognieść, dodać 1 mały słoik nutelli, wymieszać i włożyć do tortownicy, mocno ubić.

0,5 l śmietany 30% ubić z 1 cukrem waniliowym. Rozpuszczoną żelatynę (3 łyżeczki w 3/4 szklanki gorącej wody) - ostudzić, zmiksować ze śmietaną i wyłożyć do tortownicy.

Na wierzch kładziemy owoce i zalewamy 2 rozpuszczonymi galaretkami - lekko tężejącymi.

Kotlety - placki z kurczakiem



Kotlety - placki z kurczakiem:

30 dkg pieczarek, 2 cebule pociąć w paski i przesmażyć na oleju aż cebulka się zeszkli. Dodać pierś kurczaka pociętą w cienkie paski. Dodać 2 łyżki vegety, 1 łyżeczkę przyprawy do kurczaka, 2 jajka, 2 łyżki mąki ziemiaczanej. Wszystko dobrze wymieszać i smażyć nakładając łyżką.

Zakwas buraczany



Zakwas buraczany:

w słoju układamy obrane i pokrojone buraki, zalewamy przegotowaną wodą z 1 łyżką soli, 4 ząbkami czosnku, 4 listkami laurowymi, 8 ziarenkami ziela angielskiego. Na wierzch układamy kawałek razowego chleba owiniętego w gazę. Słoik zakrywamy gazą. Po 5-6 dniach zlewamy i pijemy na czczo szklanekę lub gotujemy barszcz.

Mikstura na odporność



Mikstura na odporność:

1/2 szklanki miodu, 1/2 szklanki wody przegotowanej, 1/4 octu jabłkowego i główka czosnku pociętego drobniutko.

Odstawić na dobę, przecedzamy i pijemy po 5 kropel profilaktycznie chorzy po 2 łyżeczki.