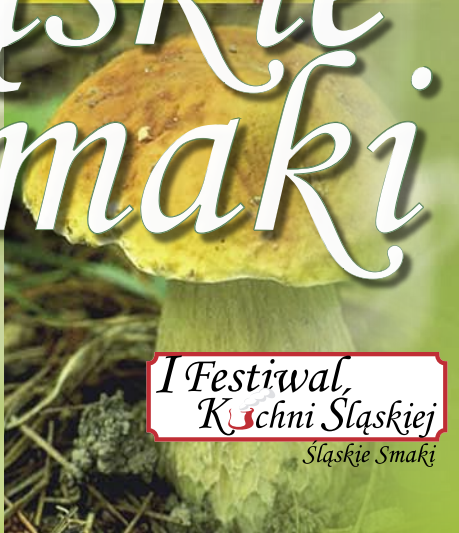




*Tradycyjne
przepisy
Kuchni
Śląskiej*



Śląskie Smaki



*I Festiwal
Kuchni Śląskiej
Śląskie Smaki*



Śląskie Smaki

Spis przepisów

Kuchnia śląska jest zróżnicowana i niezwykła. Wpłynęła na to swoista mieszanka kultur. Krzyżowały się tu bowiem kulinarne wpływy niemieckie, czeskie, austro-węgierskie, czy żydowskie. Kuchnia śląska jest jedną z najlepiej rozpoznawalnych kuchni w kraju. Smaczna, różnorodna i pożywna, obok gwary stanowi jeden z istotnych wyróżników mieszkańców Śląska. Kuchnia ta oferuje bogactwo potraw, na które składają się dania proste, treściwe, przygotowywane ze składników ogólnie dostępnych i tanich, jak i dania wykintne, złożone, zwykle pojawiające się na świątecznym stole. Różnorodność zup, mięs, ciast, trunków przyciąga do stołu nawet najwybredniejszych smakoszy. W folderze zamieściliśmy przepisy zebrane podczas I Festiwalu Kuchni Śląskiej „Śląskie Smaki 2006”. Zamieszczone przepisy mają wielką zaletę – potrawy są łatwe do przygotowania, smaczne, a składniki niezbędne do ich sporządzenia powszechnie dostępne. Mam nadzieję, że przyrządzanie potraw, zaprezentowanych na I Festiwalu Kuchni Śląskiej – „Śląskie Smaki 2006” sprawi Państwu wiele przyjemności. Zapraszam do kuchni i życzę smacznego!

Jan Grela
Prezes
Śląskiej Organizacji Turystycznej



Koło Gospodyń Wiejskich z Ornontowic – laureatki I miejsca w kategorii amatorzy oraz wręczający „Złoty Druszlak 2006” Jan Grela – prezes SOT

	Żurek śląski.....	4
	Polywka z ziemniakami.....	4
	Zupa szczawiowa	5
	Siemieniotka z kaszą jęczmienną.....	5
	Polewka na maślanie	6
	Prażuchy ziemniaczane z wędzonką i kapustą zasmażaną po Rybarsku	6
	Prażonki.....	7
	Prażuchy (Kluski tłone).....	7
	Ciaper kapusta z żeberkami.....	8
	Garnuszek żniwiarza	8
	Kapusta z grochem	9
	Pierogi z grzybami	9
	Kapusta z fasolą zasmażana	10
	Gołębie duszone w sosie śmietanowym z podgrzybkami.....	10
	Gicz cielęca duszona w sosie pomidorowym.....	11
	Rolada zagłębiowska.....	11
	Połędwiczki wieprzowe faszerowane smażoną z grzybami podane z zapiekanką ziemniaczaną w sosie piwnym	12
	Makówki	12
	Kopa.....	13
	Cieszyńskie poleśniki	13

Śląskie Smaki

Żurek śląski

Składniki:

- Wymar do żuru
- 2 l wody
- 700 g wędzonego, surowego boczku
- włoszczyzna
- 3 suszone grzybki
- 2 cebule
- 500 g surowego boczku, kielbasy i wędzonki
- 2 łyżki tłuszczu do smażenia
- 1/2 l zakwasu (ukiszzonego z żytniej mąki)
- 3 ziarenka ziela angielskiego
- sól, pieprz czarny, czosnek, liście laurowe, majeranek, natka pietruszki
- 2 jajka
- śmietana 30%

Wykonanie:

W 2 l wody ugotować wędzony boczek z dodatkiem włoszczyzny, aby powstał wywar (po ugotowaniu wyjąć z wywaru boczki i włoszczyznę). Grzybki namoczyć w wodzie i obgotować. Pokroić boczki, cebulę, kielbasę i zesmażyć. Połączyć wywar z wędzonego boczku z podsmażonymi: cebulką, boczkiem i kielbasą oraz podgotowanymi grzybami i wywarem z nich. Dodać sól, liście laurowe, ziele angielskie, pieprz czarny, 2 ząbki czosnku, dołączyć zakwas. Gotować ok. 20 min., dodać majeranek i natkę pietruszki

Potrawa przygotowana przez Zagrodę Plastyczno-Kulinarną „Maciejówka” z Żarek Letniska.

Zagroda Plastyczno-Kulinarna „Maciejówka”
Ostrów, ul. Jurajska 70, 42-311 Żarki Letnisko
Tel. +48 34 365 18 38

i gotować jeszcze 10 min. Sprawdzić smak i doprawić według własnego gustu. Zupę podawać z ugotowanym na twardo jajkiem i kwaśną śmietaną.

Dawniej, każda gospodyni zakwas do żuru przygotowywała samodzielnie, kisząc mąkę żytnią, tzw: szrutkę na wodzie, w garnku zwanym żurokiem. Zaczynam fermentacji był tzw: nociostek – surowe ciasto chlebowe lub skórka razowego chleba. Aromat i smak żuru wzbogacał ząbek czosnku, odrobina soli i cukru.



Zupa szczawiowa

Wykonanie:

Ugotować wywar z kości schabowych, dodając włoszczyznę oraz szczaw uprzednio zesmażony na maśle. Po ugotowaniu wyjąć

kości i włoszczyznę. Wywar należy zaprawić śmietaną z dodatkiem mąki. Zupę podawać z ugotowanym na twardo i pokrojonym jajkiem.

Potrawa przygotowana przez Koło Gospodyń Wiejskich z Ryczowa.

Składniki:

- 0,5 kg kości schabowych
- peczeń szczawiu
- włoszczyzna (dwie marchewki, kawałek selera, pietruszka, por, cebula)
- 150 ml śmietany 30%
- 2 łyżki mąki
- 1 łyżka masła
- 1 jajko ugotowane na twardo



Siemieniotka z kaszą jęczmienną

Wykonanie:

Gotować nasiona konopi, odlewając wodę kilka razy, aby pozbyć się smaku gorzycy. Kiedy nasiona konopi zaczną pękać należy je odcedzić i ucierać drewnianą pałką na sitku, przelewając wodą, aby uzyskać mleczko. Powstałe mleczko zagotować z wodą i główką cebuli. Wygotowaną cebulę wyjąć, a do mleczka dodać słodką śmie-

tanę. Przyprawić pieprzem, solą i cukrem. Zupę podawać z kaszą jęczmienną uprażoną.

Nazwa potrawy pochodzi od głównego składnika: konopi lnianych czyli siemienia lnianego. Stare, wigilijne danie śląskie. Według wierzeń ludowych potrawa ta miała magiczną moc dzięki dużej ilości zawartych w niej ziaren.

Składniki:

- 1 kg nasion konopi
- 1 cebula
- 100 ml słodkiej śmietany
- sól
- cukier
- pieprz

Wykonanie:

Maślanek należy zagotować, zrobić zasmażkę z mąką i wody. Zasmażkę wlać do gotującej się maślanek, energicznie mieszając. Po zagotowaniu dodać śmie-

nę wymieszaną z żółtkiem. Przyprawić solą. Polywkę okraszyć boczkiem przetopionym z cebulą. Ziemiaki ugotować oddzielnie i dodać do polywki.

Potrawa przygotowana przez Zespół Folklorystyczny „Wrzos” z Ryczowa Kolonii.



III. miejsce w kategorii amatorzy

Polywka z ziemniakami

Składniki:

- 1 l maślanek
- 2-3 łyżki słodkiej śmietany
- 1 żółtko
- woda
- 1 łyżka mąki
- sól
- 100 g boczku surowego
- 1 mała cebula
- 2 ziemniaki

Śląskie Smaki

6

Składniki:

- 2 l maślanki
- 200 g boczku
- 2 cebule średnie
- 200 ml śmietany
- 2 ząbki czosnku
- 1 liść laurowy
- 3 ziarenka ziela angielskiego
- szczypta majeranku
- pieprz
- 250 ml bulionu warzywnego
- 2 łyżki smalcu

Wykonanie:

Gotować maślankę ok. 20 min., odcedzić, aby oddzielić twaróg od serwatki, która stanowi podstawowy składnik zupy. Pokroić boczek

i cebulę w kostkę, zrumienić na smalcu, następnie dodać przyprawy, zalać przygotowaną serwatką. Dodać bulion i śmietanę.

Potrava przygotowana przez Restaurację „Austeria” w Sławkowie.

Restauracja „AUSTERIA”
41-260 Sławków, ul. Rynek 2
www.austeria.slawkow.org.pl
Tel. + 48 32 261 18 34

Polewka na maślanie

II. miejsce w kategorii amatorzy

Prażuchy ziemniaczane z wędzonką i kapustą zasmażaną po Rybarsku

Składniki:

- Wędzone mięso wieprzowe z kością
- 2 kg mięsa wieprzowego z kością wędzonego (żeberka, schab z kością)
 - sól
 - czosnek, kolendra
 - liść laurowy
 - szczypta cukru
 - drewno śliwy
 - ziele angielskie

Prażuchy

- 2 kg ziemniaków
- olej
- pieprz, sól
- 1 cebula
- 3 łyżki śmietany

Kapusta zasmażana

- 1 kg kapusty kiszzonej
- 300 g boczku wędzonego
- 2 ziemniaki obrane
- mąka
- 1 marchew – utarta na tarce o grubych oczkach
- 1 cebula
- 2 ząbki czosnku
- sól, pieprz, kminek

Wykonanie:

1. Wędzonka: mięso dokładnie umyć i odsączyć na ściereczce. Włożyć do zalewy na 9-12 dni (zalewa: 3 l wody, sól, ziele angielskie, liść laurowy, czosnek, kolendra, cukier, wszystko to zagotować i wystudzić). Po okresie peklowania mięso wędzić ok. 2 godziny, używając drewna ze śliwy. Mięso przed podaniem, podgrzać w piekarniku.

2. Prażuchy: ziemniaki obrać, wypłukać i zetrzeć na tarce o drobnych oczkach,

doprawić do smaku i przełożyć do rondla na rozgrzany olej. Dodać śmietanę, smażyć na wolnym ogniu, często mieszając.

3. Kapusta zasmażana: kapustę przepłukać i odcedzić, zagotować w wodzie z marchwią, tartymi 2 ziemniakami i przyprawami. Dodać zasmażkę z mąki pszennej na boczku wędzonym i cebuli. Doprawić solą i pieprzem.

Prażuchy podawać z wędzonką i kapustą zasmażaną

Potrava przygotowana przez Koło Gospodyń Wiejskich z Rybarzowic.

Prażonki

Wykonanie:

Ziemniaki obrać i skroić w plasty lub kostkę grubości ok. 3 cm. Pokroić w plasty boczku, kielbasę i cebulę. Dno garnka wyłożyć jedną warstwą boczku i tłuszczem odpornym na wysoką temperaturę np. smalcem, przykryć warstwą ziemniaków i cebuli – posolić, popieprzyć, następnie ułożyć warstwę kielbasy i boczku, czynność powtórzyć po kolei, aż do wypełnienia garnka. Wszystkie przykryć liśćmi kapusty (liście powinny wystawać za pokrywę) i założyć pokrywę, którą należy mocno przykryć. Garnek ustawić na otwartym ogniu

(najlepiej na ognisku) i piec ok. 40-50 min.

Prażonki (nazywane także duszakami czy pieczonkami) – potrawa wywodząca się z regionu zawierciańskiego – Poręby. Prażonki zawdzięczają swój początek porębskiej fabryce garnków żeliwnych, ponieważ to tu wyprodukowany został pierwszy kociołek, w którym przyrządza się potrawę. W 2006 roku prażonki zostały wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych.

Potrava przygotowana przez Koło Gospodyń Wiejskich z Poręby-Niwiek.

Według przepisu Koła Gospodyń Wiejskich „Karlinianki” z Zawiercia-Karłina, składnikami prażonek mogą być także buraki, które należy ułożyć odpowiednio po warstwie ziemniaków.

Składniki:

- 3 kg ziemniaków
- 300 g boczku surowego wędzonego
- 0,5 kg kielbasy cienkiej
- 3-4 duże cebule
- smalec
- jeden lub dwa liście kapusty (może być także sałata)
- sól
- pieprz mielony

Można także dodać buraki.

Do pieczenia należy użyć żeliwny bądź aluminiowy garnek (kociołek) z pokrywą zakręcaną na śrubę.

Prażuchy (Kluski tłone)

Wykonanie:

Przesianą mąkę zrumienić na patelni na jasnożółty kolor, następnie przełożyć do garnka, zalać wrzącą, osoloną wodą i rozcierać drewnianą łyżką do uzyskania jednolitego ciasta. Usmażyć pieczarki, następnie dodać je do ciasta i wymieszać, pozostawić na gorącej płycie na

1/2 godziny, nie dopuszczając do zagotowania. „Prażuchy” podawać okraszone słoniną i usmażoną cebulą.

Potrava przygotowana przez Koło Gospodyń Wiejskich „Rokicanki” z Rokitna.

Składniki:

- 2 szklanki mąki (40 dag)
- 1/2 l wody
- sól
- 200 g pieczarek
- 50 g słoniny
- 1 cebula

7



Śląskie Smaki

Składniki:

- 2 kg kapusty kiszzonej
- 2 kg żeberek
- 2 łyżki smalcu
- warzywa: seler, por, cebula, marchewka
- 2 ząbki czosnku
- natka pietruszki
- 3 ziarenka ziela angielskiego
- 1 liść laurowy
- pieprz biały
- 2 kg ziemniaków

(wszystkie proporcje można zmniejszyć o połowę)

Ciaper kapusta z żeberkami

Wykonanie:

Żeberka umyć, pokroić na porcje, ugotować w wodzie z dodatkiem wszystkich warzyw. Mięso gotować ponad godzinę, aż stanie się miękkie. Kapustę pokroić i ugotować. Dodać ziele angielskie i liść laurowy (po ugotowaniu dodatki te można usunąć). Kapustę odcedzić i dodać

do niej wywar z gotujących się żeberek, wymieszać i doprawić pieprzem. Ugotować ziemniaki, utłuc, dodać do nich smalec i pieprz biały. Przyprawione ziemniaki wymieszać z kapustą (jeżeli masa jest zbyt gęsta, dodać wywaru) i podawać z żeberkami.

Potrava przygotowana przez Koło Gospodyń Wiejskich z Ornontowic.



Kapusta z grochem

Wykonanie:

Cały groch umyć, namoczyć na kilka godzin, ugotować w tej samej wodzie. Groch luskany gotować oddzielnie. Kapustę posiekać nożem i ugotować. Ugotowaną kapustę wymieszać z grochem

luskany. Część grochu całego dodać do kapusty, pozostałą część przetrzeć przez sito i połączyć z kapustą. Doprawić zasmażką z boczku, maki i posiekanej cebuli oraz solą i pieprzem.

Potrava przygotowana przez Ośrodek Wypoczynkowy „Rycerka” w Rycercie Dolnej.

Ośrodek Wypoczynkowy „Rycerka” 34-370 Rajca, Rycerka Dolna Tel. +48 33 864 40 67

Składniki:

- 1 kg kapusty kiszzonej
- 20 g grochu luskanego
- 20 g grochu całego
- 2 cebule
- 60 g boczku
- 30 g maki
- pieprz czarny, sól

Garnuszek żniwiarza



Składniki:

- 1 kg umytych ziemniaków w skórkach
- 500 g fasolki szparagowej
- 250 g kiszonych ogórków
- 400 g wieprzowiny bez kości
- 400 g wołowiny bez kości
- 100 g wędzonego surowego boczku
- 1 duża cebula
- 1 ½ szklanki esencjalnego rosolu wołowego
- 2 łyżki smalcu
- 2 łyżki masła
- mąka
- sól
- pieprz
- cząber
- pieprz ziołowy
- 1 cytryna

Wykonanie:

Mięso pokroić w cienkie plastry, rozbić tłuczkiem, skropić sokiem z cytryny. Tak przygotowane mięso posypać przyprawami, obłoczyć w mące, usmażyć na smalcu, przełożyć do rondla, podlać rosółem i dusić. Boczek i cebulę pokroić w kostkę i lekko zrumienić na kostkę. Fasolkę ugotować, następnie wystudzić. Ogórki pokroić w grubą kostkę. Ugotowane ziemniaki w skórkach skroić w plastry. Z masła i maki zrobić zasmażkę, dodać wywar z fasolki, gotować do chwili aż sos zgęstnieje. Zasmażkę, ogórki i fasolkę dodać do sosu

z duszonego mięsa i doprawić do smaku. Danie podawać ułożone warstwowo.

Garnuszek żniwiarza wywodzi się ze starej receptury gospodyń z okolic Żarnowca. Dzisiaj przygotowuje się go rzadko, jedynie na uroczystości dożynkowe. Kilkadziesiąt lat temu kobiety zanosili mężczyznom pracującym przy żniwach naczynie wypełnione dwoma rodzajami mięsa, i warzywami. „Garnuszek” był bardzo syćcą potrawą, w pełni zaspakajał głód żniwiarzy i dodawał im sił do dalszej pracy.

Potrava przygotowana przez Koło Gospodyń Wiejskich z Żarnowca.

Pierogi z grzybami

Wykonanie:

Przygotować farsz: grzyby namoczyć na 12 godzin w słodkim mleku. Następnie ugotować w osolonej wodzie, ostudzić i drobno pokroić. Grzyby zesmażyć z posiekaną cebulą, doprawić solą i pieprzem. Przygotować ciasto: mąkę uformować w stożek z wgłębieniem pośrodku. Wlać do niego olej i wodę, powoli zarabiając. Kiedy powstanie spójna masa, wyrabiać ciasto tak długo, aż będzie gładkie i elastyczne. Ciasto rozwałkować cienko, wycinać szklanką krążki, nakładać na nie

farsz grzybowy.

Krążki z farszem złożyć na pół i zlepić. Pierogi wrzucić na osoloną wodę i gotować. Po wypłynięciu na wierzch, gotować jeszcze 4 min. Po odcedzeniu wody, pierogi są gotowe do spożycia.

Potrava przygotowana przez Ośrodek Wypoczynkowy „Rycerka” w Rycercie Dolnej.

Ośrodek Wypoczynkowy „Rycerka” 34-370 Rajca, Rycerka Dolna Tel. +48 33 864 40 67



Składniki:

- 400 g maki
- 1 szklanka gorącej wody
- 1 łyżka oleju
- 50 g grzybów suszonych
- 1 cebula
- 40 g tłuszczu
- sól, pieprz



Śląskie Smaki



Kapusta z fasolą zasmażana

Składniki:

- 1 kg kapusty białej
- 150 g fasoli
- 100 g słoniny
- 1 średnia cebula
- 1/2 pęczka pietruszki
- 1/2 pęczka koperku
- 1 kostka bulionu
- 2 szczypty soli
- 2 szczypty jarzynki
- 1 łyżka octu (albo 3 jabłka kwaśne średnie)
- 1 1/2 łyżki mąki pszennej
- 50 ml wody

Wykonanie:

Kapustę pokroić, włożyć do garnka z wodą, gotować aż zrobi się miękka. Po ugotowaniu kapustę odcedzić, posolić, dodać kostkę bulionu i wlać 1 łyżkę octu. Wszystko wymieszać, przykryć pokrywką. Następnie pokroić słoninę w kostkę, stopić ją. Do stopionej słoniny dodać cebulę drobno posiekaną, zrumienić ją na złoty kolor,

dodać 1 1/2 łyżki mąki, siekaną pietruszkę i koperek. Wszystko zesmażyć na złoty kolor i dolać wody, po czym zagotować na patelni. Przełać zasmażkę z patelni do garnka z kapustą, wymieszać. Ugotować fasolę, ugnieść, włożyć do garnka z kapustą, wymieszać i zostawić pod przykryciem na 15 minut.

Potrava przygotowana przez koło Gospodyń Wiejskich „Bzowanie” z Bzowa



III. miejsce w kategorii profesjonalści

Gicz cielęcy duszony w sosie pomidorowym

Wykonanie:

Gicz z przyprawami (czosnek, bazylija, wegeta, pieprz, sól) podsmażamy na oleju i podlewamy wodą (około 1/2 szklanki). Następnie dodajemy pomidory, pieczarki

i cebulę pokrojone w grubą kostkę i wszystko razem dusimy około 30 minut. Podajemy z kluskami śląskimi i kapustą zasmażaną.

Restauracja „Jędrusiowa Izba”
42-470 Siewierz, ul. Rynek 18
www.jedrusiowaizba.pl
Tel. +48 32 674 16 84

Składniki:

- 500-600 g giczy cielęcej
- 200 g pomidory świeże
- 100 g pieczarki
- 100 g cebula
- czosnek
- bazylija
- wegeta
- pieprz
- sól
- olej

I. miejsce w kategorii profesjonalści

Gołąbki duszone w sosie śmietanowym z podgrzybkami



Składniki:

- 5 gołąbki młodych (nietoty)
- 200 g podgrzybków świeżych lub mrożonych
- 150 ml śmietany kremowej
- ząbek czosnku
- olej
- 100 g masła
- 50 g mąki pszennej
- natka pietruszki
- 100 g cebula
- sól, pieprz

Wykonanie:

Gołąbki oprószyć solą i pieprzem. Mocno je podsmażyć na oleju, dodać cebulę, podlać wywarem i dusić do miękkości. Grzyby podgotować do sosu. Następnie zmiksować grzyby z sosem uzyskany

z duszenia gołąbków, zagęścić zasmażką z mąki i masła, dodać śmietany i pietruszki. Podawać w całości polane sosem i posypane siekaną pietruszką.

Potrava przygotowana przez Zespół Szkół Gastronomiczno-Hotelarskich w Tarnowskich Górach.

Zespół Szkół Gastronomiczno-Hotelarskich
42-600 Tarnowskie Góry,
ul. K. Miarki 17
Tel. +48 32 285 38 61



Rolada zagłębiowska

Wykonanie:

Mięso rozbić tłuszcikiem. Grzyby i cebulę pokroić w kostkę, przysmażyć na maśle, posolić i dodać ziarnka jałowca. Podsmażone grzyby nałożyć na rozbitą schab, zawinąć, szczelnie zawiązać i usmażyć na złoty kolor na oleju. Przygo-

tować sos do rolady: ugotować śmietanę z borowikami, przyprawić solą i pieprzem do smaku, zmiksować grzyby. Roladę przed podaniem przekroić i polać sosem.

Potrava przygotowana przez Restaurację „Austeria” ze Sławkowa.

Restauracja „AUSTERIA”
41-260 Sławków, ul. Rynek 2
www.austeria.slawkow.org.pl
Tel. +48 32 261 18 34

Składniki:

- 0,5 kg schabu wołowego
- 10 g świeżych podgrzybków
- 10 g mrożonych kurek
- 2 średnie cebule
- pieprz, sól
- 1/2 kostki masła
- kilka ziaren jałowca
- 0,10 l oleju
- 0,10 kg świeżych borowików
- 0,10 l śmietany

Śląskie Smaki

Polędwiczki wieprzowe faszerowane smażoną z grzybami podane z zapiekanką ziemniaczaną w sosie piwnym

II. miejsce w kategorii profesjonalści

Składniki:

- Polędwiczki**
– 400 g polędwiczek wieprzowych
– 3 jajka
– 1 cebula
– 150 g borowików
– sól, pieprz

- Zapiekanka**
– 600g ziemniaków
– 1 cebula
– 1 pęczek natki pietruszki
– 100 g boczku
– 3 jajka
– 200 g mąki pszennej

- Sos**
– 0,33 ml piwa ciemnego
– 50 g rodzynek
– 50 g śliwek suszonych
– szczypta cynamonu
– 150 g boczku
– 2-3 kromki bez skórki chleba razowego (w celu zagęszczenia sosu)
– 1 cebula

Wykonanie:

Przygotować farsz: tzw. smażonkę z grzybami (zesmażyć razem: cebulę, borowiki przyprawione solą i pieprzem, natomiast jajka usmażyć osobno). Polędwiczkę rozbić tłuczkiem, faszerować smażonką z grzybami i zawiązać jak roladę. Faszerowaną polędwiczkę położyć na patelnię, obsmażyć i dusić na tłuszczu. Przygotować zapiekankę: ziemniaki utrzeć na tarce, do-

dać boczek, natkę pietruszki, cebulę, mąkę, jajka i przyprawy. Wszystko to usmażyć. Na patelni przyrządzić sos: podsmażyć cebulę i boczek, zalać ciemnym piwem i bazą spod pieczonego wcześniej mięsa, dodać śliwki, rodzyнки, cynamon i zagęścić chlebem razowym. Podawać polędwiczki polane sosem z zapiekanką ziemniaczaną.

Restauracja „Orange Club”
41-400 Mysłowice,
ul. Brzezińska 28a
Tel. +48 32 318 27 65

Potrava przygotowana przez Restaurację „Orange Club” z Mysłowic.

I. miejsce w kategorii amatorzy

Kopa

Wykonanie:

Placki ananasowe: Białka z cukrem ubić na sztywną pianę na gorąco (tzn. włożyć garnek z białkami i cukrem do miski z ciepłą wodą ok. 40°C), do ubitych białek dodać wiórki kokosowe ciągle mieszając, następnie formować placki różnej wielkości od największego do najmniejszego (aby potem można było nadać ciastu kształt kopca) na formie wyłożonej papierem i piec w piekarniku rozgrzanym do 180°C.

Bakalie: Ananas pokroić w paski, rodzyńki sparzyć wodą, odcedzić zostawić do wychłodzenia, następnie namoczyć w zalewie spirytusowej, pozostawiając na noc. Migdały sparzyć, obrać ze skórki i pokroić w paseczki. Krem: Masło zmiksować lub utrzeć na puszysto,

jajka ubić z cukrem. Ubite jajka wlewać powoli cienką stróżką do masła, cały czas mieszając, dodać spirytus.

Pokrojony ananas, rodzyńki, migdały wymieszać z kremem. Placki kokosowe nasączyć sokiem z ananasa i przełożyć kremem w kolejności od najmniejszego do największego placka. Ubić 1 śmietanę kremówkę 30-36% na sztywno. Przełożone kremem placki w formie kopca, oblać śmietaną i posypać startą gorzką czekoladą.

Deser przygotowany przez Koło Gospodyń Wiejskich z Ornontowic.

Składniki:

- Placki ananasowe**
– 6 białek
– 12 dużych łyżek cukru

- 400 g wiórek kokosowych

- Bakalie**
– 1 puszka ananasa
– 100 g rodzynek
– 200 g spirytusu
– 100 g migdałów

- Krem**
– 1 kostka masła
– 2 jajka
– 4 łyżki cukru
– 250-200 ml śmietany słodkiej 30-36%



Cieszyńskie poleśniki

Składniki:

- Ciasto:**
– 1 kg mąki gładkiej
– 100 g cukru
– 1 jajko café
– 1 żółtko
– 80 g drożdży
– 0,6 l mleka
– 1 płaska łyżeczka soli
– 150 g masła

- 16 liści kapusty białej o średnicy ok. 30 cm
– 300 g piernika (startego)
– 300 g cukru pudru
– 1 l mleka
– 2 łyżki cukru
– 400 g masła
– 2 łyżeczki cynamonu

Wykonanie:

Przygotować ciasto drożdżowe: do mąki dodać pokruszone drożdże, wlać mleko, dodać łyżeczkę cukru i mieszać, aż drożdże się rozpuszczą. Pozostać do wyrośnięcia. Stopić masło, dodać cukier, sól, jajko, żółtko i wymieszać. Otrzymaną masę dodać do ciasta, wyrobić, aż będzie gładkie i suche. Pozostawić na ok. 10 min. do lekkiego wyrośnięcia. Umyć liście kapusty i sparzyć. Na 8 liści kapusty nałożyć po 3 łyżki ciasta i rozprowadzić rów-

nomiennie. Pozostawić do lekkiego wyrośnięcia, potem upiec w piekarniku w temp. 180-200°C. Po upieczeniu każdą porcję przykryć drugim liściem, obrócić na drugą stronę i dalej piec. Kiedy poleśnik jest gotowy, obrać go z liści i pozostawić do wystygnięcia. Wystygnięte nasączyć mlekiem ugotowanym z cukrem, posypać cukrem pudrem, tartym piernikiem i stopionym masłem i ułożyć na dwa stosy po 4 sztuki. Pozostawić na kilka godzin. Przed podaniem odgrzać w piekarniku.

Potrava przygotowana przez Koło Gospodyń Wiejskich Cieszyń-Mnisztwo.

Makówki

Wykonanie:

Ugotować mak w mleku wraz z miodem i masłem. Dodać połowę bakalii i na małym ogniu doprowadzić do wrzenia. Wystudzić masę. Chalkę pokroić na plastry. Układać warstwami chalkę i masę makową. Wierzch makówki posypać resztą bakalii.

Deser przygotowany przez Restaurację „Orange Club” z Mysłowic.

Restauracja „Orange Club”
41-400 Mysłowice,
ul. Brzezińska 28a
Tel. +48 32 318 27 65

Składniki:

- 1 chalka (słodka bułka)
– 200 g maku
– 200 ml mleka
– 50 g masła
– 2 łyżki miodu
– po 1 łyżce: migdałów, orzechów, rodzynek i skórki pomarańczowej



Latam z Katowic!
Międzynarodowy Port Lotniczy KATOWICE

● połączenia regularne
● połączenia czarterowe

GTL
Górnośląskie Towarzystwo Lotnicze S.A.
MIĘDZYNARODOWY PORT LOTNICZY KATOWICE

Wydrukuj kupon rabatowy!
www.gtl.com.pl

Michał, przewodnik:
"O, o właśnie... Są one takie rzędami... Puste... A potem już pełne piwa, z kapslami i etykietami... No ale żeby zobaczyć jak taka linia pędzi z prędkością 60 tysięcy butelek na godzinę to zapraszam do rozlewni..."

TYSKIE
MUZEUM PIWOWARSTWA

Informacje i rezerwacje wycieczek: tel.: 032 / 327 84 30; wycieczki.tyskie@kp.pl

**ZOBACZ NA ŻYWO
JAK WARZYMYPiwo**

KARCZMA RYCERSKA
W PODZIEMIACH ZAMKU OGRODZIENIECKIEGO

KUCHNIA REGIONALNA I SARMACKA

- BIESIADY
- OBIADY
- BANKIETY, RAUTY
- IMPREZY FIRMOWE

POLECAMY

- PRZEPÍORKI W PIWIE
- PRAŻONKI

tel. 0 32 67 32 991; 0 32 67 32 220
www.zamek-ogrodzieniec.pl

Zakłady Produkcyjne B-D Witold Brodzik Spółka Jawna
42-400 Zawiercie, ul. 11-go Listopada 2/4

jura skałka

Wytwórnia Wód „JURA-SKAŁKA” jest producentem wód źródlanych i napojów gazowanych o różnych smakach.

Woda „Jura-Skałka” jest wydobywana z ujęcia głębinowego (180 m) w strefie Jurajskiego Parku Krajobrazowego.

Charakteryzuje się wyjątkową czystością, zawartością niezbędnych dla organizmu składników mineralnych i mikroelementów.

Woda posiada atesty:
Państwowego Zakładu Higieny-Poznań
Instytutu Radiologii GIG-Katowice
Śląskiej Wojewódzkiej Stacji Sanepidu-Katowice

Wysoka jakość, przystępna cena,
6-cio miesięczny termin
przydatności do spożycia napojów
12-to miesięczny dla wody stanowią
o atrakcyjności naszych wyrobów.

Wytwórnia Wód Skałka k/Zawiercia
tel. 032 67 210 30, 032 67 013 00

*Poznaj Śląski Folklor
w najpiękniejszym wydaniu.
Zobacz zespół przyjmowany owacyjnie
na najsłynniejszych scenach całego świata.*

Zaproś nas do siebie.

Odwiedź naszą siedzibę i wstąp na próbę baletu.

Zapraszamy do Koszęcińskiego Pałacu!



Zespół Pieśni i Tańca

Śląsk

im. Stanisława Hadyny

42 – 286 Koszęcin, ul. Zamkowa 3
tel. (034) 3106 415, tel./fax (034) 3106 416
e-mail: sekretariat@zespolslask.pl, www.zespolslask.pl

Publikacja powstała przy udziale finansowym Urzędu Marszałkowskiego Województwa Śląskiego

Zdjęcia i teksty: Archiwum Śląskiej Organizacji Turystycznej

Tłumaczenia: Biuro Tłumaczeń „SECO translations”

INFO MAX[®] www.infomax.katowice.pl

Opracowanie graficzne: Jakub Jasiński, Infomax Katowice, Druk: Infomax Katowice



ŚLĄSKA ORGANIZACJA TURYSTYCZNA

Koncepcja i wydanie: Śląska Organizacja Turystyczna

Wydanie I

ISBN 83-924569-0-4