



# Kulinarne podróże po LGD „Ziemi Chełmskiej”





*Kulinarne podróże  
po LGD „Ziemi Chełmskiej”*

Koncepcja i opracowanie:

**Lokalna Grupa Działania „Ziemi Chełmskiej”**

**ul. 11 Listopada 2, pok. 105**

**22-100 Chełm**

**e-mail: [biuro@ziemiachelmska.pl](mailto:biuro@ziemiachelmska.pl)**

**[www.ziemiachelmska.pl](http://www.ziemiachelmska.pl)**

Wydawca:

PUHP Multiprof Krzysztof Kowalczyk

Chełm 2014

ISBN 978-83-63600-60-0

*Publikacja bezpłatna*



### ***Kulinarne podróże po LGD „Ziemi Chełmskiej”***

to zbiór tradycyjnych przepisów kucharskich przekazywanych od lat, z pokolenia na pokolenie, wśród mieszkańców Chełmszczyzny. Zebrano je podczas przeprowadzonych przez LGD „Ziemi Chełmskiej” konkursów (m.in.: „Jabłkowe różności”, „Ziemniaczane wariacje”, „Tradycyjny sernik pieczony”, „Najlepiej wypieczony chleb wiejski”). Z przyjemnością przekazujemy Państwu te przepisy jako element tradycji kulinarnych, zachęcając do ich wypróbowania. Smacznego!





## ZIEMNIACZANE WARIACJE



## KARTACZE

Koło Gospodyń Wiejskich Raciborowice Kolonia,  
gm. Białopole  
Anna Pietraszek, Teresa Wolnicka, Petronela Szadowska,  
Anna Repeć, Danuta Kaniosz

### Składniki:

- 2 kg ziemniaków gotowanych
- 2 kg ziemniaków surowych
- 10 dag mąki ziemniaczanej
- 10 dag mąki pszennej
- 1 jajo
- 1 łyżeczka soli
- farsz mięsny lub farsz z soczewicy

### Wykonanie:

**Ciasto:** połowę ziemniaków gotujemy i przekręcamy przez maszynkę. Drugą połowę ścieramy na tarce, wyciskamy i łączymy z ugotowanymi ziemniakami, dodając mąkę ziemniaczaną i pszenną oraz jajo. Solimy do smaku.

**Farsz:** mięso (łopatkę lub szynkę) przekręcamy przez maszynkę, dodajemy cebulę oraz trochę pieprzu i majeranku. Formujemy owalne pierogi, nadziewamy i gotujemy w osolonej wodzie do chwili wyptynięcia około 15 min.





# KUĆMOK

gm. Leśniowice

## Składniki:

- 1 ½ - 2 kg ziemniaków
- 2 małe cebule
- 3 jaja
- 5 łyżek mąki pszennej
- 1 kg żeberek
- pieprz, sól do smaku

## Wykonanie:

Ziemniaki ścieramy na tarce o małych oczkach. Do powstałej masy dodajemy startą cebulę, mąkę, jaja, pieprz i sól. Tak przygotowaną masę wykładamy na blachę (podłużna foremka).

W masę wkładamy wcześniej podduszone z cebulką żeberka. Pieczemy ok. 1 ½ godziny. Po upieczeniu i ostudzeniu delikatnie wykładamy na tackę i polewamy sosem – najlepiej czosnkowym.

## Sos czosnkowy:

- 1 mały jogurt naturalny
- 5 ząbków czosnku
- sól do smaku

Sól i czosnek zmiażdżyć i połączyć z jogurtem. Doprawić do smaku. Schłodzić w lodówce.









## PIEROŻKI ZIEMNIACZANO-DROŻDŻOWE

Elżbieta Łuczkiwicz, Rakolupy, gm. Leśniowice

### **Składniki:**

- 1 kg mąki
- ½ kg ziemniaków
- ½ kostki margaryny
- 10 dag drożdży
- 5 jaj
- cukier waniliowy
- 1 litr oleju do smażenia
- dżem (według uznania)

### **Wykonanie:**

Ziemniaki obieramy i gotujemy. Odcedzamy i ciepłe mieszamy z margaryną. Gdy ostygną, mielimy. W ½ szklanki gorącej wody rozpuszczamy cukier. Studzimy i dodajemy drożdże. Wszystkie składniki łączymy, starannie zagniatamy ciasto i odstawiamy do wyrośnięcia. Po wyrośnięciu bierzemy małe kulki ciasta, nadziewamy dżemem i formujemy jak pierożki (gotowane z łądną falkaną). Tłuszcz rozgrzewamy i smażymy pierożki. Odsączamy je na papierowym ręczniku i osypujemy cukrem pudrem.



# KARTOFLANIEC

Alfreda Mikołajczuk, Dubienka, gm. Dubienka

## Składniki na ciasto:

- 1 kg ziemniaków
- 2 szklanki mąki pszennej
- 3 jaja
- ½ szklanki śmietany

## Składniki na farsz:

- ½ kg wędzonego boczeku
- ½ kg dowolnej wędliny
- ½ kg pieczarek
- 2 cebule
- żółty ser
- natka pietruszki

## Wykonanie ciasta:

Ziemniaki gotujemy i przekręcamy przez maszynkę, dodajemy mąkę, jaja i śmietanę. Wyrabiamy ciasto jak na kopytki i dzielimy na porcje - jedna powinna wystarczyć na wykonanie placka o średnicy 20-24 cm.

## Wykonanie farszu:

Boczek, wędlinę oraz cebulę kroimy w kostkę, podsmażamy i studzimy. Farsz doprawiamy do smaku solą i pieprzem.

Z ciasta wałkujemy placki jak na pizzę, o średnicy 20-24 cm. Każdy placek smarujemy koncentratem pomidorowym i posypujemy natką pietruszki. Farsz wykładamy na rozwałkowane placki, posypujemy startym żółtym serem oraz pokrojonymi pieczarkami. Następnie każdy placek zwijamy jak roladę i pieczemy przez ½ godziny w temperaturze 180°C. Upieczony, ciepły kartoflaniec można do smaku posypać startym żółtym serem oraz polać ketchupem.



# PLACEK PO LEŚNIEWICKU (PLACEK ZIEMNIACZANY Z GULASZEM)

gm. Leśniewice

## Składniki na gulasz:

- 1 kg mięsa wołowego lub wieprzowego
- 2 duże cebule
- 2 czerwone papryki
- ząbek czosnku
- 3-4 łyżki mąki
- 10 - 1 litr bulionu (drobiowego lub warzywnego)
- 1 łyżka koncentratu pomidorowego
- 3-4 ziarenka ziela angielskiego
- 2 łyżki papryki słodkiej w proszku
- kilka łyżek oleju do smażenia
- pieprz i sól

## Składniki na placki ziemniaczane:

- 1 ½ kg dużych ziemniaków
- 2 jaja
- 2 czubate łyżki mąki ziemniaczanej oraz 2 łyżki mąki pszennej
- 1 cebula
- sól, pieprz

## Do dodania:

Śmietana gęsta 12%, chrzan

## Przygotowanie:

Paprykę kroimy w cienkie paski. Mięso kroimy w kostkę, obtaczamy w mące i rumienimy na rozgrzanym oleju, przekładamy do garnka. Na patelni smażymy pokrojoną w kostkę cebulę i również przekładamy do garnka. Dodajemy ziele angielskie oraz przeciśnięty przez praskę czosnek. Zalewamy bulionem i dusimy około 35 min. Po tym czasie dodajemy świeżą paprykę oraz paprykę w proszku. Dusimy, a na koniec doprawiamy solą i pieprzem.

## Placek:

Ziemniaki, cebulę i czosnek obieramy i ścieramy na tarce. Dodajemy jaja, mąkę i doprawiamy solą i pieprzem. Smażymy placek na całej patelni. Na połówkę placka nakładamy gulasz i nakrywamy drugą połówką placka. Śmietaną mieszamy z chrzaniem, nakładamy na placek.







## PIEROŹKOWE SZALEŃSTWO I NIE TYLKO



# PIEROGI Z DUSZĄ (Z DUSZĄ)

Lilla Skibicka, Rogatka, gm. Dubienka

### Składniki:

#### Ciasto:

- 5 dag drożdży
- ½ litra mleka
- 5 łyżek cukru
- 1 kg mąki
- ¾ kostki masła
- 6 żółtek
- 2 jaja
- sól

#### Nadzienie:

- 15 dag maku
- 40 dag fasoli „Jaś”
- 3 łyżki cukru
- ¼ kostki masła
- 2 białka
- sól
- suszone gruszki, śliwki, wiśnie

### Wykonanie:

**Ciasto:** drożdże mieszamy z ciepłym mlekiem (½ szklanki), 2 łyżkami cukru i 2 łyżkami mąki. Zostawiamy do wyrośnięcia. Do osobnego naczynia wsypujemy mąkę. W mące robimy dołek i wlewamy rozczyń. Jaja ucieramy z żółtkami i dodajemy do ciasta. W trakcie wyrabiania ciasta dodajemy resztę mleka, sól i roztopione masło. Wyrabiamy, aż pojawią się pęcherzyki i ciasto będzie błyszczące.

**Farsz:** fasolę moczymy przez 12 godz. Mak zalewamy wrzącą wodą i gotujemy przez ok. 10 min., studzimy i ucieramy. Fasolę gotujemy i ucieramy do konsystencji puree. Suszone owoce gotujemy 45 min., a następnie kroimy w kostkę. Ubijamy pianę z białek i łączymy wszystkie składniki nadzienia. Formujemy pierogi i nadziewamy. Smarujemy na wierzchu rozmąconym białkiem i pieczemy około 40 min.



# PIEROGI PIECZONE Z KASZĄ GRYCZANĄ

Maria Dziedzic, Rakolupy, gm. Leśniowice

## Składniki na około 30 szt.:

### Ciasto:

- 2 kg mąki pszennej
- 2 łyżeczki soli
- 2-3 łyżki cukru
- 5 dag drożdży
- 1 litr + 1 szklanka mleka

### Farsz:

- 1 kg kaszy gryczanej
- 1 kostka białego twarogu
- 4-5 ziemniaków
- sól, pieprz, vegeta, trochę skwarek z mięsem



## Wykonanie:

**Ciasto:** drożdże rozrabiamy z 1 łyżeczką cukru i 2 łyżeczkami wody, wsypujemy mąkę do miski, dodajemy sól, cukier, rozrobione drożdże i podgrzane (ale nie gorące) mleko, wyrabiamy ciasto i odstawiamy do wyrośnięcia.

**Farsz:** gotujemy kaszę i ziemniaki. Ugotowane ziemniaki rozgniatamy. Do kaszy i ziemniaków dodajemy skwarki i studzimy. Dodajemy ser i przyprawiamy do smaku. Nadziewamy pierogi, wierzch smarujemy rozmąconym jajem i odstawiamy na chwilę do wyrośnięcia. Wkładamy pierogi do rozgrzanego piekarnika i pieczemy 20-25 min. w temperaturze 180°C, aż się zarumienią.







## PIEROGI PO BIAŁOPOLSKU

Koło Gospodyń Wiejskich Białopole, gm. Białopole

### Składniki:

- 1 kg ziemniaków
- 1 kg mąki pszennej
- około 1 litra wody
- 1 kostka białego sera
- 2 duże cebule
- boczek do smażenia
- sól i pieprz do smaku

### Wykonanie:

Robimy ciasto jak na pierogi. Ziemniaki obieramy, myjemy i ścieramy na tarce. Topimy boczeczek na patelni i szklimy na nim pokrojoną cebulę. Na patelnię wrzucamy starte ziemniaki i wszystko razem podsmażamy. Na końcu dodajemy biały ser, wszystko przyprawiamy i dokładnie mieszamy. Przygotowane ciasto rozwałkowujemy na kształt prostokąta o wymiarach 15 cm na 10 cm, smarujemy farszem i zwijamy jak roladę. Gotujemy w osolonej wodzie około 10 min. Przed podaniem kroimy w plastry dowolnej szerokości. Pierogi podajemy gorące, ze śmietaną, z sosem czosnkowym lub skwareczkami. Wyśmienicie smakują również podsmażone.

## CIASTO CUKINIOWE

Elżbieta Tomasiak, Teresin, gm. Białopole

### Składniki:

- 2 jaja
- 1 ½ szklanki cukru
- ½ szklanki oleju
- 1 ½ szklanki cukinii startej na małych oczkach i osączonej z soku
- 2 szklanki mąki
- 1 ½ łyżeczki sody
- 2 łyżeczki kakao
- 2 łyżeczki cynamonu

### Wykonanie:

Jaja ucieramy z cukrem, dodajemy olej i dobrze mieszamy. Dodajemy resztę składników i wlewamy całość do tortownicy o średnicy 26 cm, posmarowanej masłem i wysypanej bułką tartą, bądź wyłożonej papierem. Pieczemy około 50 min. w temperaturze 180°C. Ciasto możemy przełożyć dżemem.



# PIERÓG DROŹDZOWO-JAGLANY

Elżbieta Łuczkiwicz, Rakołupy, gm. Leśniowice

## Składniki:

- 5 szklanek mąki
- 1 szklanka mleka
- 1 kostka margaryny lub masła
- 5 płaskich łyżek cukru
- szczypta soli
- cukier waniliowy
- 1 szklanka kaszy jaglanej (ugotować na sypko i ostudzić)

## Nadzienie:

- suszone owoce
- dżem

## Wykonanie:

**Ciasto:** drożdże rozrabiamy w letnim mleku, dodajemy łyżkę cukru i  $\frac{3}{4}$  łyżki mąki. Gdy rozczyln „ruszy”, dodajemy resztę mąki, roztopione letnie masło, wystudzoną kaszę jaglaną, cukier, sól i dokładnie wyrabiamy ciasto, aż znacznie odchodzić od rąk i miski. Przykrywamy ściereczką i odstawiamy w ciepłe miejsce do wyrośnięcia.

**Nadzienie** (owoce mogą być różne, jakie lubimy): suszone owoce moczymy wcześniej w gorącej wodzie, a gdy zmiękną, odcedzamy i kroimy w cienkie krótkie paseczki - jeśli będą mało słodkie, można dosłodzić. Mieszmamy z dżemem, aby farsz się nie rozpadł.

Gdy ciasto podrośnie, wyjmujemy z miski na stolnicę, rozwałkowujemy na jeden duży placek lub kilka mniejszych. Nakładamy farsz owocowy, zwijamy w rulon, końce zlepimy, wkładamy na wąską blaszkę, smarujemy roztrzepanym jajem (można posypać rozdrobnionymi orzechami). Odstawiamy jeszcze chwilę do wyrośnięcia, a następnie wstawiamy do piekarnika i pieczemy ok. 45 min. Po upieczeniu smarujemy słoninką i posypujemy cukrem pudrem.





# KOTLETY MIELONE Z PIECZARKĄ

Jolanta Wicińska, Wojślawice, gm. Wojślawice

## Składniki:

- 1 kg mięsa mielonego wieprzowego
- 2 jaja
- 2 kromki chleba czerstwego (do moczenia)
- 1 bułka tarta
- ½ łyżeczki mąki ziemniaczanej
- 2 cebule średnie
- 2 ząbki czosnku
- ½ kg pieczarek
- natka zielonej pietruszki
- 2 kostki rosółowe drobiowe
- sól, pieprz prawdziwy, olej



## Wykonanie:

Chleb i bułkę krótko moczymy w wodzie. Natkę pietruszki myjemy, osuszamy i siekamy. Do mięsa mielonego dodajemy wcześniej namoczony i odcisnięty z wody chleb oraz posiekane składniki, tj. bułkę, jaja, sól, pieprz prawdziwy, posiekaną pietruszkę, starty na tarce czosnek, cebulę oraz kostki rosółowe rozpuszczone w gotującej się wodzie, które podniosą dodatkowo smak potrawy oraz dodadzą jej soczystości. Wszystkie składniki dokładnie mieszamy ze sobą, wsypując mąkę ziemniaczaną i bułkę tartą w takiej ilości, aby mięso nie kleiło się do dłoni. Następnie opłukaną, osuszoną pieczarkę otaczamy mięsem mielonym. Formujemy kotleciki oraz otaczamy w bułce tartej. Smażymy z obu stron na rozgrzanym oleju.







# KAPUSTA Z GROCHEM I GRZYBAMI

Stowarzyszenie Kobiet Wsi Teresin „Pod lipą”, Teresin, gm. Białopole

## Składniki:

- 2 kg kapusty kiszzonej
- ½ kg grochu zielonego lub żółtego
- garść grzybów suszonych lub świeżych
- olej lub słonina (zasmażona)
- 3 średnie cebule
- ewentualnie ½ kg ziemniaków ugotowanych i utłuczonych

## Wykonanie:

Gotujemy groch do miękkości. Kapustę kiszoną płuczemy, aby nie była zbyt kwaśna, a następnie gotujemy. Cebulę siekamy w kostkę, podsmażamy lekko na oleju lub smalcu. Wszystkie składniki mieszamy (można dodać skwarki ze słoniny). Doprawiamy do smaku pieprzem i solą. Gotujemy jeszcze trochę, aby wszystkie składniki dobrze się połączyły. Aby zagęścić potrawę, można dodać ugotowane, rozgniecione ziemniaki.





# KLOPSIKI Z WARZYWAMI

Koło Gospodyń Wiejskich Raciborowice, gm. Białopole  
Aneta Kwaśnik

## Składniki:

- 70 dag mieszanego mięsa mielonego
- 2 jaja
- 2 cebule
- 1 ziemniak
- 1 bułka
- duży słoik marynowanych warzyw (marchew, kukurydza)
- 30 dag pieczarek
- olej do smażenia

## Sos:

- 4 ziarenka ziela angielskiego
- 1 listek laurowy
- 1 kostka bulionowa
- 1 marchewka
- ½ łyżki mąki
- 1 łyżeczka śmietany

## Wykonanie:

Pieczarki kroimy i podsmażamy na oleju. Bułkę moczymy w mleku i odciskamy. Ziemniaka obieramy, ścieramy na tarce. Cebule kroimy i szklimy na oleju. Połowę cebuli dodajemy do mięsa razem z bułką, ziemniakiem, jajem i całość mieszamy. Przyprawiamy do smaku.

Z masy formujemy klopsiki, każdy faszujemy marynowanymi warzywami i pieczarkami. Podsmażamy na oleju.

Sos: resztę podsmażonej cebuli, marchewkę, przyprawy i kostkę bulionową zalewamy wodą doprowadzamy do wrzenia. Wkładamy podsmażone klopsiki i gotujemy. Zagęszczamy mąką wymieszaną ze śmietaną i gotujemy jeszcze ok. 5 min.





## NALEWKI



## NALEWKA CHRZANOWO-MIODOWA

Koło Gospodyń Wiejskich Białopole, gm. Białopole

### Składniki:

- ½ litra spirytusu
- ½ litra przegotowanej wody
- korzeń chrzanu
- 2 łyżki prawdziwego miodu

### Wykonanie:

Do szklanego słoja wlewamy przegotowaną, ostudzoną wodę, dodajemy 2 łyżki miodu, wlewamy spirytus i wrzucamy starty chrzan. Zakręcamy. Po tygodniu filtrujemy, przelewamy w butelki i odstawiamy na pół roku w ciemne miejsce. Im dłużej leżakuje, tym jej smak jest lepszy.

## NALEWKA Z PĘDÓW SOSNY

Wanda Żarnicka, Pobołowice-Kolonia, gm. Żmudź

### Składniki:

- 120 pędów sosny (zebrane w kwietniu - maju)
- 1 szklanka miodu
- 1 kg cukru
- 1 ½ litra wody
- 1 litr spirytusu

### Wykonanie:

Wodę zagotować z cukrem i gorącym wywarem zalać pędy sosny. Ostawić na 24 godziny. Po 24 godzinach zlać wywar, zagotować i ponownie zalać nim te same pędy. Znow odstawić na 24 godziny. Do wywaru wlać 1 szklankę miodu, wymieszać i przecedzić wywar przez ściereczkę. Dodać litr spirytusu, zamieszać i odstawić na ok. 3 tygodnie.

## NALEWKA DERENIOWA

Elżbieta Łuczkiwicz  
Rakołupy, gm. Leśniowice

### Składniki:

- 1 kg - 1,20 kg jagód derenia
- 1 litr spirytusu
- 1 kg cukru pudru

### Wykonanie:

Jagody derenia myjemy w zimnej wodzie, wsypujemy do słoja, zasypujemy cukrem i zalewamy spirytusem. Odstawiamy na 2-3 tygodnie, co jakiś czas potrząsając słojem, by cukier dobrze się rozpuścił. Po tym czasie zlewamy nalewkę, łączymy z ½ litrem zimnej przegotowanej wody. Mieszamy, rozlewamy do butelek i zostawiamy w chłodnym miejscu. Nalewka nadaje się do spożycia po 3 miesiącach, ale im dłużej stoi, tym jest smaczniejsza.



## NALEWKA Z KWIATÓW CZARNEGO BZU (MAJ / CZERWIEC)

gm. Leśniowice

### Składniki:

- 40 szt. kwiatu czarnego bzu
- 1 ½ kg cukru
- 2 pomarańcze
- 2 cytryny
- 2 kwaski cytrynowe

### Wykonanie:

Owoce pokroić w plastry (ze skórkami) i razem z kwiatami i cukrem wrzucić do naczynia (najlepiej sporego garnka) - wymieszać. Zostawić na 3 dni, aż puści sok. Dodać 2 litry przegotowanej, wystudzonej wody i wstawić do lodówki na 2 dni. Odcisnąć i przecedzić. Dodać 0,75 litra spirytusu i zostawić na 1 dzień. Przebrać do butelek.







## JABŁKOWE ROZMAITOŚCI



# JABŁECZNIK NA WYJĄTKOWE OKAZJE

Alfreda Mikołajczuk, Dubienka, gm. Dubienka

### Składniki:

#### Ciasto:

- 1 ½ szklanki mąki
- 3 łyżki masła
- 4 łyżki cukru pudru
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 2 łyżki zimnej wody
- 1 jajo

#### Nadzienie:

- 1 kg jabłek (najlepiej Szara Reneta)
- 3 budynie waniliowe bez cukru
- 2 szklanki białego wina
- 2 szklanki soku jabłkowego
- $\frac{3}{4}$  szklanki cukru
- 1 cukier waniliowy
- ½ litra śmietany 30%

### Wykonanie:

Z podanych składników zagniatamy ciasto i wstawiamy do lodówki na około 30 min.

Z podanych składników nadzienia gotujemy budyń (bez śmietany 30%). Schłodzone ciasto wyjmujemy z lodówki, rozwałkowujemy i wykładamy nim tortownicę o średnicy 24 cm włącznie z brzegami. Surowe, obrane jabłka kroimy w kawałki i wykładamy na ciasto. Zalewamy wszystko ciepłą masą budyniową. Pieczemy 90 min. w piekarniku nagrzanym do 175°C. Po upieczeniu odstawiamy do ostygnięcia. Śmietanę 30% ubijamy z 2 łyżkami cukru pudru i wykładamy na chłodne ciasto. Całość zalewamy 2 łyżkami ajerkonianu.

# JABŁECZNIK Z MASĄ JOGURTOWĄ

Lilla Skibicka, Rogatka, gm. Dubienka

## Składniki:

- 1 szklanka cukru
- 1 szklanka mąki pszennej
- ½ szklanki mąki ziemniaczanej
- 5 jaj
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia

## Masa jabłkowa:

- 1 kg jabłek
- 2 opakowania cukru waniliowego
- 1 opakowanie galaretki cytrynowej

## Masa jogurtowa:

- 1 szklanka jogurtu
  - 1 szklanka śmietany
  - ¾ szklanki cukru
  - 1 opakowanie galaretki wiśniowej
  - 3 łyżki soku z cytryny
- Tłuszcz do wysmarowania blachy, papier do pieczenia.

## Wykonanie:

### Ciasto:

Białka ubijamy, dodajemy cukier, żółtka, mąkę wymieszaną z proszkiem do pieczenia. Blaszkę smarujemy tłuszczem, wykładamy papierem do pieczenia. Ciasto przekładamy do foremki. Pieczemy 30 min.

### Masa jabłkowa:

Jabłka obieramy, ścieramy na tarce i smażymy 10 min. Do gorącej masy dodajemy galaretkę i cukier. Całość mieszamy.

### Masa jogurtowa:

Jogurt i śmietanę miksujemy z cukrem i sokiem cytrynowym. Galaretkę rozpuszczamy w ½ szklanki gorącej wody i studzimy. Łączymy z jogurtem.

Masę jabłkową wykładamy na ciasto. Masę jogurtową rozprowadzamy na zimniej masie jabłkowej. Dekorujemy polewą czekoladową lub według uznania.



## JABŁKA W KOPERTACH

Teresa Wilkos, Kamień Kolonia, gm. Kamień

### Składniki:

- kilka jabłek
- 2 szklanki mąki pszennej
- 1 kostka margaryny
- 1 jajo
- 2 łyżki gęstej śmietany
- 1 opakowanie proszku do pieczenia
- 2 łyżki cukru pudru

### Wykonanie:

Jabłka obieramy ze skórki, przekrajamy i wydrążamy gniazda nasienne. Z reszty składników zagniatamy ciasto i wstawiamy na ok. 1 godz. do lodówki. Schłodzone ciasto rozwałkowujemy na bardzo cienkie placki, a następnie wycinamy kwadraty wielkości jabłka. W kwadraty otulamy jabłka, zlepiając cztery rożki. Pieczemy na złoty kolor. Po ostygnięciu posypujemy cukrem pudrem.

## JABŁKOWA FANTAZJA

gm. Leśniowice

### Składniki na ciasto:

- 50 dag mąki
- 5 dag cukru
- 1 mały proszek do pieczenia
- 5 żółtek
- 1 kostka masła
- szczypta soli

### Reszta składników:

- 1 cukier waniliowy
- 2 łyżki śmietany
- 2 - 3 kg jabłek
- 25 dag cukru pudru
- dużo cynamonu
- 5 białek

### Wykonanie:

Ciasto wyrabiamy i dzielimy na połowę. Do jednej połowy ciasta dodajemy 2 łyżki śmietany, ugniatamy i wykładamy ciastem blaszkę wyłożoną poprzednio papierem do pieczenia. Drugą połowę wkładamy do zamrażalnika. Na ciasto wykładamy utarte na tarce o dużych oczkach jabłka połączone z cynamonem. Jabłka równo rozsmarowujemy i posypujemy cukrem waniliowym. Z białek ubijamy pianę, dodając 25 dag cukru pudru. Pianę wykładamy na ciasto, posypujemy startym na grubej tarce ciastem z zamrażalnika. Pieczemy ok. 1 godziny w 180°C.







CHLEBY



# CHLEB

Jolanta Ciszewska, Strzelce, gm. Białopole

## Składniki na zakwas:

(zakwas przygotować 3 dni przed pieczeniem chleba):

- ½ szklanki wody
- 1 dag drożdży
- 2 łyżki mąki pszennej
- 2 łyżki mąki żytniej
- szczypta soli

## Składniki na ciasto:

- 4 szklanki wody
- 2 płaskie łyżki soli
- 1 szklanka mąki żytniej (2000)
- 3 szklanki mąki żytniej (720)
- 1 szklanka mąki pszennej chlebowej
- 2 szklanki mleka zsiadłego lub słodkiego
- 2 dag drożdży
- siemię lniane, nasiona słonecznika, pestki dyni, kminek

## Wykonanie:

Wodę, sól, mąkę, zakwas, drożdże mieszamy i zostawiamy na 8 godzin. Następnie dodajemy 2 szklanki zsiadłego mleka lub mleka słodkiego, 7-8 szklanek mąki



pszennej, siemię, nasiona słonecznika, nasiona dyni, kminek i wyrabiamy ciasto. Pozostawiamy do wyrośnięcia, a następnie przekładamy do 3 wąskich foremek (keksówek). Ciasto wygładzamy i zostawiamy do wyrośnięcia w ciepłym miejscu. Piekarnik nagrzewamy do temperatury 200°C. Wyrośnięty chleb wkładamy do piekarnika. Pieczemy ok. 20 minut w temperaturze 200°C, a następnie zmniejszamy temperaturę do 180°C, pieczemy 1 godzinę. Po upieczeniu wyjmujemy chleb, wierzch smarujemy wodą i olejem, pozostawiamy do wystygnięcia.



# CHLEB

Alicja Kucińska, Teresin, gm. Białopole

## Składniki:

- 5 dag drożdży
- 50 dag zakwasu
- 60 dag mąki żytniej
- 60 dag mąki pszennej
- ½ litra serwatki lub mleka
- ½ łyżki soli

## Wykonanie:

Zakwas mieszamy z serwatką lub mlekiem oraz częścią mąki. Zostawiamy na 1 godz. do wyrośnięcia, a następnie dodajemy pozostałe składniki. Po wymieszaniu znowu pozostawiamy do wyrośnięcia. Przekładamy do blaszek, ciasto wygładzamy i jeszcze chwilę czekamy, aż zwiększy objętość. Piekarnik nagrzewamy do temperatury 180°C. Wyrośnięty chleb wkładamy do nagrzanego piekarnika i pieczemy 45 min. (wąskie blaszki) w temperaturze 180°C. Po upieczeniu wierzch smarujemy gorącą wodą.





## CHLEB ŻYTNÍ

Grażyna Czapka  
Kamień, gm. Kamień

### Zakwas:

- 20 dag mąki żytniej
- 1 szklanka wody ciepłej
- 2-3 ząbki czosnku

Składniki na zakwas mieszamy i odstawiamy na ok. 15 godzin w ciepłe miejsce.

### Ciasto:

- 80 dag mąki żytniej
- 70 dag mąki pszennej
- 10 dag drożdży
- 1 czubata łyżka soli
- ok. 1 litr ciepłej wody

### Wykonanie:

Do miski wsypujemy 40 dag mąki żytniej i 30 dag mąki pszennej, dodajemy zakwas rozrobiony z nie-

wielką ilością wody. Całość mieszamy tak, aby miało konsystencję gęstej śmietany. Dodajemy rozrobione drożdże. Zostawiamy całość do wyrośnięcia na ok. 1 godz. Następnie dodajemy 40 dag mąki żytniej, 40 dag mąki pszennej i 1 łyżkę soli. Wyrabiamy dodając wodę do uzyskania požądanej konsystencji. Przekładamy do wysmarowanych olejem lub innym tłuszczem blach. Odstawiamy na ok. 1 godz., aby ciasto chlebowe urosło, a następnie pieczemy w 200°C przez 1 godz.

## CHLEB PSZENNY NA PŁATKACH OWSIANYCH

Danuta Kolman, Żalasocze, gm. Dorohusk

### Składniki:

- 1 kg mąki
- 4 szklanki wody letniej
- 10 dag drożdży
- 1 ½ szklanki otrąb pszennych
- 1 szklanka płatków owsianych
- 10 dag słonecznika
- 1 łyżka soli
- 1 łyżka cukru
- 3 łyżki oleju

Drożdże rozprowadzamy z cukrem, solą i wodą. Dodajemy resztę składników i wyrabiamy ciasto, tak by odchodziło od ręki. Czekamy, aż urośnie, wkładamy do formy i zostawiamy jeszcze raz do wyrośnięcia. Pieczemy ok. 1 godz. w temp. 200°C.

# CHLEB ŻYTNIO-PSZENNY

Wanda Barej, Teresin, gmina Białopole

## Składniki na zakwas:

- 1 litr wody
- 2 dag drożdży
- 80 dag mąki żytniej przesianej

Składniki mieszamy i odstawiamy na minimum 12 godz.

## Składniki na ciasto:

- 3 ½ litra serwatki lub zsiadłego mleka
- 8 dag drożdży
- 3 kg mąki pszennej przesianej
- 3 ½ – 4 kg mąki żytniej przesianej

## Wykonanie:

Wszystkie składniki wyrabiamy ok. 30 – 40 min., a następnie odstawiamy do wyrośnięcia. Nakładamy do wąskich blaszek (ok. 8 szt.) wysmarowanych tłuszczem i jeszcze na moment odstawiamy do wyrośnięcia. Wstawiamy do gorącego pieca chlebowego i pieczemy przez ok. 1 – 1 ½ godz. Po wyjęciu z pieca wierzch chleba smarujemy słoiną i przykrywamy do odparowania.



# CHLEB PSZENNY Z PESTKAMI SŁONECZNIKA

Elżbieta Tomasiak, Teresin, gmina Białopole

## Składniki:

- 1 kg mąki pszennej
- 1 litr ciepłej wody
- 10 dag drożdży
- 3 łyżeczki cukru
- 1 łyżeczka soli
- 3 szklanki dodatków: ziarna słonecznika, ziarna dyni, siemię lniane, otręby pszenne, otręby żytnie.

## Wykonanie:

Mieszmamy 150 ml wody, 3 łyżeczki cukru, 2 łyżki mąki oraz 10 dag drożdży. Gdy drożdże zaczną rosnać, dodajemy je do pozostałej mąki. Dolewamy pozostałą wodę. Wyrabiamy ciasto i dodajemy 3 szklanki dodatków. Przekładamy ciasto we wcześniej natłuszczone blaszki. Gdy ciasto wyrośnie do 2/3 wysokości blaszek, wkładamy je do piekarnika. Pieczemy w temp. 180 – 200°C przez 1 godz.







**SERNIKI...  
I PIERNIKI**





# BARWNY SERNIK

Barbara Dzieńkowska, Kamień, gm. Kamień

## Składniki:

### Ciasto:

- 6 jaj
- 1 margaryna
- 1 szklanka cukru
- 2 szklanki mąki
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 2 łyżki oleju

### Masa serowa:

- 1 ½ kg sera białego
- 1 ½ szklanki cukru
- 6 jaj
- 2 ½ łyżki mąki ziemniaczanej (niezbyt pełne)
- 2 łyżki margaryny
- aromat wg uznania
- ½ łyżeczki proszku do pieczenia

## Dodatkowo:

- czerwony kisiel
- 1 łyżka ciemnego kakao
- garść suchego maku

## Wykonanie:

Ciasto: margarynę ucieramy z cukrem, dodając po 1 jaju. Dodajemy resztę składników. Ciasto dzielimy na 3 części. Do jednej dodajemy czerwony kisiel, do drugiej kakao, a do trzeciej garść suchego maku.

## Masa:

Ser przekręcamy przez maszynkę. Następnie ucieramy z cukrem, dodając po 1 żółtku. Dodajemy resztę składników. Na końcu dodajemy ubitą pianę z białek i całość mieszamy. Masę serową wykładamy na blachę wysmarowaną tłuszczem. Na ser łyżką kładziemy na przemian 3 kolory ciasta. Pieczemy 50 min. w 180°C. Nie wyjmujemy zaraz po upieczeniu! Sernik najlepiej smakuje na drugi dzień.







# SERNIK WARSTWOWY

Alfreda Mikołajczuk, Dubienka, gm. Dubienka

## Składniki na ciasto:

- 3 szklanki mąki
- 25 dag masła
- 1 szklanka cukru
- 2 jaja
- 2 łyżki mleka
- 2 łyżki miodu
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej
- 1 cukier waniliowy

## Składniki na masę:

- 1 kg tłustego białego sera , trzykrotnie zmielonego
- 15 dag masła
- 6 jaj
- 1 szklanka mleka
- 1 szklanka cukru
- 1 cukier waniliowy
- 1 opakowanie budyniu (duże)
- 3 łyżki smażonej skórki pomarańczowej
- 1 słoiczek dżemu morelowego
- 1 opakowanie ciemnej polewy czekoladowej
- kawałek białej czekolady

## Wykonanie ciasta:

Mąkę mieszamy z sodą i siekamy z masłem. Dodajemy pozostałe składniki i zagniatamy ciasto. Ciasto dzielimy na 3 równe części, każdą część zawijamy w folię i schładzamy przez ok. 1 godz. w lodówce. Następnie każdą z części rozwałkowujemy na placek grubości 4-5 cm, wkładamy do formy wyłożonej papierem i pieczemy ok. 15 min. w temperaturze 180°C. Odstawiamy do wystygnięcia.

## Wykonanie masy:

Ser, jaja i masło podgrzewamy w garnku stale mieszając. Dodajemy cukier waniliowy i nadal na ogniu mieszamy do uzyskania gładkiej konsystencji. Wlewamy budyń rozpuszczony w chłodnym mleku i przez moment całość gotujemy, aż składniki ładnie się wymieszają. Na koniec dodajemy skórkę pomarańczową.

## Przełożenie:

Wystudzone placki smarujemy dżemem morelowym i wykładamy gorącą masę serową: placek-dżem-masa serowa, placek-dżem-masa serowa-placek-dżem-masa serowa. Kiedy ciasto wystygnie, polewamy ciemną czekoladą i oprószamy wiórkami białej czekolady.

# SERNIK MARYSI

Barbara Dzieńkowska, Kamień, gm. Kamień

## Składniki:

- 1 ½ kg białego sera
- 3 czubate łyżki mąki ziemniaczanej lub 2 budynie śmietankowe
- 2 szklanki cukru
- 18 łyżek margaryny
- 12 jaj
- duży zapach cytrynowy
- kasza manna

## Wykonanie:

Ubijamy pianę z jajek, ser ścieramy na tarce jarzynowej o dużych oczkach i dodajemy pozostałe składniki. Na koniec dodajemy ubitą pianę z białek i rozpuszczoną, schłodzoną margarynę. Wszystko delikatnie mieszamy. Dwie blaszki keksówki (nie duże) smarujemy tłuszczem i wysypujemy kaszą manną. Wykładamy masę serową. Pieczemy ok. 50 min. w temperaturze 180°C. Zostawiamy do ostygnięcia w piekarniku (przy lekko uchylonych drzwiczkach).







## SERNIK NA ZIMNO

Barbara Dzieńkowska, Kamień, gm. Kamień

### Składniki na masę serową:

- ½ kg sera
- 1 szklanka cukru pudru
- 1 kostka margaryny
- 4 żółtka
- 1 galaretka wiśniowa rozpuszczona w 1 szklance wody z 2 łyżeczkami żelatyny

### Składniki na pianę:

- 4 białka
- 1 szklanka cukru pudru
- 1 galaretka cytrynowa rozpuszczona w 1 szklance wody z 1 łyżeczką żelatyny

### Wykonanie:

Ser, cukier, żółtka i margarynę ucieramy na puch. Wlewamy tężejącą galaretkę. Całość mieszamy i wylewamy na wcześniej upieczony cienki biszkopt lub ciastka biszkopty maczane w rozpuszczonej galaretkę, np. żółtej.

4 białka ubijamy z 1 szklanką cukru pudru. Dodajemy cukier i chwilę ubijamy. Pod koniec ubijania wlewamy tężejącą galaretkę. Całość mieszamy i wylewamy na masę serową.

# NIEDZIELNY PIERNIK HERBACIANY

Elżbieta Łuczkiwicz, Rakolupy, gm. Leśniowice

## Składniki

### Ciasto:

- 3 szklanki mąki
- 1 szklanka oleju
- 4 jaja
- torebka przyprawy do pierników
- 1 szklanka cukru, tłuszcz do formy
- 1 szklanka miodu
- 1 szklanka mocnej herbaty
- 2 łyżeczki sody

### Masa:

- 6 łyżeczek kaszy manny
- niepełna szklanka cukru
- 1 kostka masła lub margaryny
- ½ litra mleka
- sok z ½ cytryny

## Wykonanie

### Ciasto:

Do miski wysypujemy mąkę, dodajemy płynny miód, olej, chłodną herbatę, jaja, sodę, cukier i przyprawę do pierników. Mieszamy i wyrabiamy ciasto. Dzielimy na 2 równe części. Dwie jednakowe płaskie blachy smarujemy tłuszczem, układamy ciasto. Pieczemy 45 min. w temperaturze 160°C. Wyjmujemy i studzimy.

### Masa:

Szklankę mleka gotujemy z cukrem. Pozostałe mleko mieszamy z kaszą manną i wlewamy do gotującego się mleka. Mieszając gotujemy chwilę, uważając, aby się nie przypaliło. Studzimy. W misce miksujemy kostkę masła. Dodajemy po łyżce ostudzonej kaszy, cały czas miksując. Na końcu dodajemy sok z cytryny. Ostudzone placki przekładamy masą – resztą masy posmarujemy wierzch. Dekorujemy według gustu, może być to polewa czekoladowa lub kolorowe wiórki.











**RACUCHY,  
PLACKI  
PĄCZKI**



# PĄCZKI ZIEMNIACZANE

gm. Leśniowice

## Składniki:

- ½ kg gotowanych ziemniaków bez soli
- ¾ szklanki cukru
- 12 dag drożdży
- ½ szklanki mleka
- ½ kostki margaryny
- 4 jaja
- 2 łyżki octu lub spirytusu

## Wykonanie:

Z drożdży, mleka oraz odrobiny cukru robimy rozczyn. Gdy wyrośnie, dodajemy do niego mąkę, ciepłe ziemniaki, rozpuszczoną margarynę i oraz jaja ubite z cukrem. Zagniatamy wszystko razem i formujemy pączki. Smażymy na oleju. Można nadziać powidłami wedle uznania.

42









# RACUCHY PO KOCIEWSKU

Leokadia Muzyka, Kurmanów, gm. Białopole

## Składniki:

- 1 ½ szklanki mleka
- 3 dag drożdży
- 2 łyżki cukru
- 2 ½ szklanki mąki pszennej
- 2 jaja
- 1 łyżka roztopionego masła
- olej do smażenia
- 1 cukier waniliowy

## Wykonanie:

Do mleka dodajemy rozkruszone drożdże, 1 łyżeczkę cukru i podgrzewamy na małym ogniu, aż mleko będzie letnie. Wsypujemy ½ szklanki mąki, delikatnie mieszamy i odstawiamy w ciepłe miejsce. W osobnym naczyniu ubijamy jaja, dodajemy resztę cukru i wlewamy rozrobiony zaczyn. Wszystko mieszamy. Dodajemy resztę mąki i po wymieszaniu odstawiamy na ok. 1 godz., aż ciasto wyrośnie. Na koniec dodajemy cukier waniliowy i roztopione masło. Smażymy w gorącym oleju z dwóch stron.









## PLACKI Z WIŚNIAMI

Krystyna Szwedo, Teresin, gm. Białopole

### Składniki:

- 2 jaja
- 1½ szklanki mleka zsiadłego
- 2 łyżki cukru
- 2-3 szklanki mąki pszennej
- 1 łyżeczka czubata sody
- olej do smażenia
- cukier puder do posypania
- wiśnie świeże, wydrylowane, odsączone

### Wykonanie:

Wszystkie składniki (oprócz wiśni) dokładnie mieszamy. Ciasto powinno być gęściejsze niż ciasto naleśnikowe, jednak nie zbyt gęste.

Na patelni rozgrzewamy tłuszcz i wykładamy: łyżka ciasta, na ciasto wisienki i jeszcze na wierzch łyżka ciasta. Smażymy z obu stron. Posypujemy cukrem pudrem.





# PĄCZKI SEROWE

Krystyna Tryksa, Turka, gm. Dorohusk

## Składniki:

- ½ kg twarogu
- 5 jaj
- 2 szklanki mąki
- ¾ szklanki cukru
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej
- 1 łyżeczka octu
- 1 cukier waniliowy
- smalec lub olej rzepakowy do smażenia

## Wykonanie:

Ser przepuszczamy przez maszynkę. Wszystkie składniki dokładnie mieszamy, formujemy pączki i smażymy na rozgrzanym tłuszczu. Po smażeniu wykładamy na papier, aby odsączyć tłuszcz.

