KUCHNIA ŚWIĄTECZNA. Wigilijne dania

Wieczór dwunastu dań

Postna wieczerza wigilijna jest tradycją polską i unikalną. Kolacja składająca się z dwunastu bezmięsnych potraw to kucharskie wyzwanie, ale i jedyna okazja w roku do spróbowania na przykład kompotu z suszonych owoców.

Wykwintny barszcz czerwony

Składniki: 1 kg buraków ćwikłowych, 3 łyżki miodu, 10 suszonych śliwek, sól i pieprz do smaku

Buraki wyszorować szczoteczką, ugotować w łupinach, ostudzić, obrać i zetrzeć na tarce jarzynowej o grubych oczkach. Zalać litrem wody i powoli podgrzewać doprowadzając do wrzenia. Gotować na wolnym ogniu ok. 10 minut. Odstawić do ostygnięcia i przecedzić. Śliwki umyć, namoczyć i ugotować w niewielkiej ilości wody tak, aby powstała szklanka wywaru śliwkowego, połączyć go z wywarem z buraków. Zagotować, dodać miód i przyprawić do smaku. Podawać gorący do pasztecików lub z kapustą z grzybami.

Barszcz z fasolą

Składniki: pęczek włoszczyzny na wywar, szklanka śmietany, 0,5 kg buraków, 10 dag fasolki perłowej, suszone grzyby, koperek, sól, pieprz, cukier, 2 ząbki czosnku, liść laurowy, zakwas lub sok z cytryny

Fasolę namoczyć i ugotować. Buraki ugotować i zetrzeć na tarce o grubych oczkach. Warzywa pokroić w paseczki, ugotować wywar i odcedzić. Do wywaru przełożyć fasolę, starte buraki, ugotowane i posiekane grzyby. Doprawić przyprawami i zakwasem. Zagotować ze śmietaną.

Wigilijna zupa fasolowo-śliwkowa

Składniki: 0,5 kg fasoli Jaś, kostka masła, 30 dag suszonych śliwek (bez pestek), sól i pieprz do smaku

Uprzednio namoczoną fasolę przełożyć do 3-litrowego garnka i ugotować na półmiękko, po czym dodać suszone śliwki, przyprawić solą i pieprzem i gotować do miękkości. Na patelni rozpuścić kostkę masła (przesmażyć na złoty kolor), dodać 2 łyżki mąki, zrobić zasmażkę, wlać do zupy i zagotować.

Zupa z karpia

Składniki: 1 karp (ok. 1,30 kg), 3 marchewki, 2 pietruszki, pół selera, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziarnisty i mielony, majeranek, śmietana kremówka, mąka, przyprawa typu vegeta, sól

Sprawionego karpia gotujemy z włoszczyzną i przyprawami. Wyjmujemy rybę z wywaru, studzimy, obieramy z ości i rozdrabniamy na kawałki. Warzywa kroimy w małą kostkę i łączymy z wywarem. Doprawiamy przyprawami i zagęszczamy śmietaną wymieszaną z łyżką mąki i zagotowujemy.

Zupa migdałowa

Składniki: 20 dag migdałów, 1 l mleka, 2 jajka, 3 łyżki cukru, kawałek cynamonu, 4 goździki

Migdały zalać wrzątkiem, obrać ze skórki i dokładnie zemleć. Mleko zagotować z cynamonem i goździkami. Z białek ubić pianę i wsypać cukier, dalej ubijając. Nabierać łyżką małe porcje piany i kłaść na gotujące się mleko. Po chwili wyjąć pianki

fot. Jolanta Markowska

Mak, ryby i kapusta to baza wigilijnych potraw

i rozłożyć na talerzach. Żółtka utarte z łyżką cukru i zmielone migdały rozprowadzić przecedzonym gorącym mlekiem (wlewać je powoli, cały czas mieszając). Zalać pianki zupą.

Pierogi z kaszy gryczanej z dodatkiem mięty

Składniki ciasto: mąka, sól, gorąca woda

Składniki farsz: 40 dag kaszy gryczanej ugotowanej na sypko, 30 dag białego sera, 1-2 łyżki suszonej lub świeżej mięty, pół szklanki mleka, 2 łyżki cukru, sól do smaku

Ciasto na pierogi zrobić tradycyjnie – mąkę posolić i zalać gorącą wodą, najpierw mieszać drewnianą łyżką, a kiedy przestygnie zagnieść lekkie ciasto.

Ugotować kaszę w wodzie z mlekiem i ostudzić. Do kaszy dodać biały ser, posiekane listki mięty, doprawić do smaku solą albo cukrem (mogą być przyrządzone na słodko lub słono). Rożki wycięte z ciasta napełniać farszem, zakleić i gotować kilka minut. Ugotowane pierogi podawać podsmażone na maśle.

Wigilijne pierożki z suszonymi śliwkami (węgierki)

Składniki ciasto: mąka, sól, gorąca woda

Składniki nadzienie: suszone śliwki – sparzone, osączone i ostudzone

Ciasto pierogowe rozwałkować, wykrawać szklanką krążki. Nakładać śliwki, zakleić i ugotować. Do gotującej wody dodać kilka kropel oleju. Ugotowane pierożki omaścić olejem lnianym. Podawać na gorąco lub zimno.

Pierogi z soczewicą

Składniki ciasto pierogowe: mąka, sól, gorąca woda

Składniki farsz: szklanka soczewicy, 30 dag pieczarek, duża cebula, 3 łyżki tłuszczu, jajko, 3 łyżki tartej bułki, sól, pieprz

Soczewicę ugotować. Pieczarki opłukać, poszatkować. Cebulę obrać, posiekać i przesmażyć na tłuszczu. Dodać pieczarki i smażyć mieszając, aż odparuje sok, a po przestudzeniu zemleć razem z soczewicą. Do masy dodać jajko, tartą bułką oraz szczyptę majeranku, kminku, tymianku i kurkumy. Dokładnie wymieszać, przyprawić solą i pieprzem. Ulepić i ugotować pierogi. Podawać z czystym czerwonym barszczem.

Rolada z kapusty z fasolą po polsku

Składniki: 25 dag fasoli, kilka dużych liści białej kapusty, 2 cebule, 3 łyżki tłuszczu, 1 kg pieczarek, 2 jajka, bułka, mleko, sól, pieprz, czosnek, majeranek

Fasolę zalać wodą, zagotować i pozostawić na 2 godziny, następnie dodać majeranek, ugotować i odcedzić. Opłukane liście kapusty zalać wrzącą, osoloną wodą, ugotować na półmiękko i usunąć grube nerwy, uważając aby nie uszkodzić liści. Obraną cebulę drobno posiekać i usmażyć na złoty kolor. Pieczarki zemleć razem z namoczoną w mleku i odciśniętą bułką, wymieszać z jajkiem i fasolą, dodać przyprawy. Liście kapusty rozłożyć tak, aby jeden zachodził na drugi, następnie rozprowadzić na nich nadzienie i zwinąć w rulon. Obwiązać nitką jak baleron, polać tłuszczem i upiec w gorącym piekarniku. Zdjąć nitkę i pokroić ukośnie na porcje. Podawać polane sosem grzybowym.

Herbaciane roladki z suma z jarzynką

Składniki: 1 kg filetów z suma, 4 łyżki suchej herbaty, 10 dag pieczarek, duży por, cytryna, sól, pieprz do smaku, pół szklanki oleju do smażenia

Filety rybne pokroić na porcje, skrapić cytryną i zalać zimnym naparem herbaty zaparzonej w dwóch szklankach wody. Rybę wkłożyć do lodówki i pozostawić na 3-4 godziny. Pieczarki pokroić w plastry i usmażyć. Por blanszować 3 minuty w lekko osolonym wrzątku, odcedzić. Filety wyjąć z zalewy, osuszyć i posypać solą i pieprzem. Na filety rozłożyć zblanszowane pory i pieczarki, zwinąć w ruloniki i spiąć wykałaczką. Obsmażyć z każdej strony na oleju.

Jarzynka do roladek: 20 dag marchewki, 40 dag ziemniaków, 20 dag białej części pora, pół szklanki warzywnego wywaru, 3 łyżki masła, sól, pieprz do smaku

Marchewkę i ziemniaki obrać, umyć i pokroić w grubsze słupki długości 5 cm, por pokroić w talarki. Warzywa podsmażyć na maśle, posypać solą i pieprzem. Następnie ok. 10 minut dusić w wywarze i odcedzić. Jarzynkę wykładamy na półmisek, a na niej układamy rybne roladki.

Mintaj zapiekany

Składniki: 80 dag mintaja (albo innej ryby morskiej), 2 duże czerwone cebule, 2 łyżki mąki, łyżka soku z cytryny, 3-4 łyżki oleju, łyżka masła, szklanka śmietany, 1 jajko, suszona bazylia, tymianek, starty rozmaryn, natka pietruszki lub koperek, szczypta cukru, pieprz, sól

Filety skropić sokiem z cytryny, posypać solą i zostawić na pół godziny w chłodnym miejscu. Drobno posiekaną cebulę zeszklić. Filety obtoczyć w mące, usmażyć na dobrze rozgrzanym oleju na złoty kolor. Żaroodporny półmisek wysmarować masłem, wyłożyć warstwą cebuli, na niej ułożyć filety, oprószyć solą i pieprzem. Śmietanę dokładnie wymieszać z jajkiem, dodać zioła, cukier, wymieszać, zalać rybę. Wstawić do nagrzanego piekarnika i piec 15-20 minut. Zapieczoną rybę posypać posiekaną zieleniną.

Łosoś wykwintny

Składniki: ok. 1 kg świeżego płata z łososia (ze skórą), sok z cytryny, 3 ząbki czosnku, 10 dag masła, koperek, szczypta soli, olej

Skórę łososia oczyścić z łusek, wypłukać i położyć na posmarowanej olejem folii aluminiowej. Rybę posolić, skropić obficie cytryną, posypać cienko pokrojonymi plasterkami czosnku i wiórkami masła oraz pokrojonym koperkiem. Folię składamy tak, by łosoś był w nim zamknięty i pieczemy przez około

25 minut w średnio nagrzanym piekarniku.

Kotlety mielone w greckim sosie

Składniki: 1 kg mielonej ryby, 2 łyżki masła, 2 bułeczki namoczone w mleku, 2 jajka, cebula zrumieniona na tłuszcz, sól, przyprawy, olej do smażenia

Składniki wymieszać tak, aby nadać masie kleistości. Formować kotlety, obtaczać w tartej bułce i smażyć na oleju.

Składniki sosu: 4 marchewki, 2 pietruszki, mały seler, por, czerwona papryka, 20 dag pieczarek, cebula, liść laurowy, ziele angielskie, koncentrat pomidorowy, przyprawy (sól, cukier, pieprz), natka pietruszki

Warzywa zetrzeć na tarce o grubych oczkach, dodać olej pozostały ze smażenia ryb, liść laurowy oraz ziele angielskie i ugotować w małej ilości wody. Na oleju zeszklić pokrojoną w kostkę cebulę z półplastrami pieczarek i pokrojoną w słupki papryką. Całość wymieszać z miękkimi warzywami i koncentratem pomidorowym, doprawić przyprawami i zagotować.

Na usmażone kotlety rybne wyłożyć gorące warzywa i pozostawić do wystudzenia. Jeśli sos jest zbyt rzadki, można go zagęścić mąką ziemniaczaną. Posypać natką pietruszki.

Tatar ze śledzia z rukolą

Składniki: 20 dag śledzi, czerwona cebula, 3 łyżki kaparów, mała żółta i czerwona papryka, pęczek rukoli, 2 łyżki octu z białego wina, 2 łyżki oliwy z oliwek, odrobina cukru, sól, pieprz

Przygotowane śledzie i cebulę pokroić w kostkę, dodać kapary i doprawić pieprzem. Oczyszczone papryki pokroić w paski. Ocet wlać do naczynia i doprawić cukrem, solą i pieprzem, stopniowo wlewać oliwę, cały czas ubijając. Umyte i osuszone listki rukoli obtoczyć w sosie i ułożyć na talerzykach. Wszystkie składniki tatara wymieszać i ułożyć na listkach rukoli. Podawać z białym pieczywem.

Sałatka różowa ze śledziem

Składniki: 50 dag matjasów, 25 dag konserwowych ogórków, duża cebula, 2 jabłka, 2 ugotowane buraki, 2 łyżeczki musztardy, kilka łyżek kwaśnej śmietany i majonezu, sól, pieprz, cukier do smaku

Śledzie wymoczyć, skropić cytryną i pokroić w cieniutkie paseczki. Obrać ogórki, cebulę jabłka oraz buraki. Składniki pokroić w kostkę, a buraki zetrzeć na tarce. Wymieszać śmietanę z majonezem i musztardą, przyprawić i połączyć z sałatą. Schłodzić w lodówce.

Sałatka fasolowo-śliwkowa

Składniki: 20 dag białej ugotowanej fasoli, 25 dag suszonych śliwek (bez pestek), 2 ugotowane i pokrojone w kostkę buraki, natka pietruszki, sos winegret

Fasolkę i buraki ugotować, ostudzić. Buraki i suszone śliwki pokroić w kostkę, dodać posiekaną natkę pietruszki i sos winegret. Sałatkę wymieszać i schłodzić w lodówce.

Makiełki

Składniki: 1i1/4 szklanki mąki, woda, 2 jajka, sól, 3/4 szklanki maku, 3 łyżki miodu, łyżka skórki pomarańczowej, 2 łyżki rodzynków, 2 łyżki posiekanych orzechów włoskich

Mak zalać wrzątkiem i trzymać na ogniu pod przykryciem tak długo, aż da się rozcierać w palcach. Następnie odcedzić na gęstym sicie i zemleć w maszynce do mielenia mięsa.

Wymieszać z miodem i bakaliami. Z mąki, jajek i wody zagnieść ciasto makaronowe i cienko rozwałkować, pozostawić na chwilę. Z ciasta wycinać małe romby i gotować w osolonej wodzie do miękkości. Gotowe kluski przelać sporą ilością zimnej wody, tak by się nie sklejały. Poczekać aż przeschną, a potem wymieszać z masą makową.

Bułeczki na miodzie z makiem

50 dag mąki pszennej, 3 dag świeżych drożdży, 1/4 litra mleka, 4 łyżki miodu, łyżeczka soli, łyżka mleka, jajko, mak do posypania

Mąkę przesiać do miski. Drożdże rozpuścić w małej ilości ciepłego mleka, dodać odrobinę cukru i wlać do przygotowanego w mące wgłębienia. Miskę przykryć ściereczką i pozostawić w ciepłym miejscu na 15 minut. Następnie dodać miód, resztę mleka i sól, wymieszać z mąką, dodać zaczyn i wyrobić tak, aby uzyskać pulchne, odstające ciasto. Ponownie pozostawić pod przykryciem do wyrośnięcia, a następnie uformować 12 bułeczek lub obwarzanków. Łyżkę mleka wymieszać z jajkiem, posmarować wierzch bułeczek i posypać makiem. Piec w dobrze nagrzanym piekarniku na złotobrązowo.

Orzechowiec luksusowy

Składniki ciasto: 40 dag margaryny, 40 dag cukru pudru, 8 jajek, 14 dag mąki ziemniaczanej, 14 dag mąki pszennej, 2 łyżeczki proszku do pieczenia, łyżeczka amoniaku, 10 dag mielonych orzechów, 10 dag wiórków kokosowych, olejek cytrynowy, 10 dag maku

Margarynę utrzeć z cukrem i żółtkami, oraz mąką pszenną. Na końcu dodać mąkę ziemniaczaną z proszkiem do pieczenia, amoniakiem i ubitą pianą z białek. Całość delikatnie wymieszać. Ciasto podzielić na 3 części. Do pierwszej dodać orzechy, do drugiej wiórki kokosowe i olejek cytrynowy, a do trzeciej mak. Każdy placek piec osobno w temperaturze 160-180 °C przez 20-25 minut.

Składniki masa: szklanka zmielonych orzechów, szklanka mleka, 25 dag masła, 25 dag cukru pudru

Orzechy sparzyć mlekiem i ostudzić. Margarynę utrzeć z cukrem pudrem na pulchną masę. Dodawać orzechy, po łyżce, ciągle ucierając.

Kolejność przekładania placka: placek orzechowy – masa orzechowa, placek kokosowy – masa orzecho-

wa, placek makowy – polewa czekoladowa.

Keks makowy

Ciasto: szklanka mąki, szklanka maku, szklanka cukru pudru, 4 jajka, 3/4 kostki margaryny

1,5 łyżeczki proszku do pieczenia, zapach migdałowy lub rumowy, łyżeczka mąki ziemniaczanej, 4-5 łyżek posiekanych bakalii

Mak opłukać i pozostawić na sicie do wyschnięcia. Jajka ubić z cukrem na puszystą masę i wciąż ubijając dodawać stopniowo przesianą mąkę z proszkiem i mak. Na końcu dodać roztopiony i ostudzony tłuszcz, zapach oraz bakalie oprószone mąką ziemniaczaną, całość wymieszać. Wyłożyć ciasto do wysmarowanej tłuszczem keksówki i piec około 1 godziny.

Miodownik z nadzieniem

Składniki ciasto: 20 dag miodu, 7,5 dag masła, łyżka rumu, pół łyżeczki zmielonych goździków, 40 dag mąki, jajko, 12,5 dag cukru, szczypta soli, łyżeczka proszku do pieczenia, 2 łyżeczki cynamonu, otarta skórka z połowy cytryny

Składniki nadzienie: 10 dag miodu, 25 dag zmielonych orzechów, 2 łyżki rumu, 10 dag czekoladowych wiórków, 20 dag rodzynków

Składniki polewa: 20 dag cukru pudru, sok z połowy cytryny, białko jaja, kandyzowane czereśnie lub wiśnie

W garnku, na wolnym ogniu rozpuścić miód z masłem aż do uzyskania jednolitej masy. Dodać przesianą mąkę, jajko, cukier, sól, proszek do pieczenia i goździki. Ciasto wyrobić, rozwałkować na cienki plaster, podzielić na połowy. Jeden placek położyć na natłuszczonej blaszce.

Przygotować nadzienie. Miód ogrzać w naczyniu z wodą na tyle, by się rozpuścił, a następnie dodać startą czekoladę, orzechy, rum i rodzynki. Ciasto na blaszce pokryć przygotowaną w ten sposób masą i drugim plackiem. Piec w temperaturze 180 °C przez 30 minut. Po wystudzeniu posmarować lukrem (cukier puder utrzeć z białkami i sokiem cytrynowym na jednolitą masę). Ciasto pokroić na kawałki, na każdy położyć połówkę kandyzowanego owocu.

Wigilijny kompot z suszonych owoców

Składniki: suszone owoce (jabłka, gruszki, śliwki), woda, cukier lub miód, cynamon, imbir, gałka muszkatołowa

Suszone owoce zalewamy przegotowaną wodą tak, aby lustro wody znajdowało się 2-3 cm nad owocami. Odstawiamy na 12 godzin. Następnie całość gotujemy około 20 minut. Jeśli owoce wchłonęły zbyt dużo wody, trzeba jej dolać. Kompot dosładzamy cukrem lub miodem, jeśli trzeba. Wigilijny kompot z suszonych owoców można doprawić cynamonem, imbirem i gałką muszkatołową. Nie zaszkodzi też odrobina soku z cytryny dla złamania słodkiego smaku.

Ewa Wróbel DODR we Wrocławiu

fot. Jolanta Markowska

Pierogi z kapustą i grzybami

fot. Jolanta Markowska

Ciasteczka z dodatkiem miodu