

# Sekrety

## ŚLĄSKIEJ KUCHNI



Kulinary e-BOOK  
w ramach projektu

 **nowiny.pl**  
**kupujesmakuje**  
*Wybieram polskie produkty*

# PARTNERZY PROJEKTU

## Kupuję-Smakuję. Wybieram polskie produkty

SPONSOR GŁÓWNY

# MIESZKO

SPONSOR GŁÓWNY EKSTRA



PATRON HONOROWY

Patronat Marszałka  
Województwa Śląskiego  
Jakuba Chęstowskiego



Województwo  
Śląskie

PARTNERZY PROJEKTU



PATRON BRANŻOWY



PATRON BRANŻOWY



POMYSŁ I REALIZACJA



PATRONI MEDIALNI



# CORAZ BLIŻEJ ŚWIĘTA, CORAZ BLIŻEJ ŚWIĘTA!

**A**z nimi nasze ulubione smaki i potrawy, które tworzą wyjątkową atmosferę podczas rodzinnych spotkań i wspólnego kolędowania. Boże Narodzenie to czas, na który czekamy z ułasknieniem cały rok, często ze względu na specjalnie przygotowywane dania, które nie powtarzają się w pozostałe dni roku. Przygotowujemy je, wkładając w nie tylko odpowiednie produkty czy składniki, ale też całe serce.

Niektórzy trzymają się receptur przekazywanych z pokolenia na pokolenie, inni szukają nowości, a my proponujemy Wam tradycję w nieco innym wydaniu. W tym kulinarnym e-booku znajdziecie autorskie przepisy mistrzów kuchni I i II edycji naszego specjalnego projektu „Kupuję – Smakuję. Wybieram polskie produkty” – Michała Krotkiego, Tomasza Szypuły i Magdaleny Raszki, a także 6 potraw zgłoszonych do ubiegłorocznego konkursu „Sam kupuję-smakuję” – wśród których każdy, z pewnością znajdzie coś dla siebie.

Wyjątkowy projekt „Kupuję – Smakuję. Wybieram polskie produkty” Wydawnictwa Nowiny ma na celu promocję polskiej żywności oraz wzmacnianie wizerunku polskich producentów i sprzedawców, dlatego zachęcamy Was



**EKIPA ORGANIZACYJNA PROJEKTU „KUPUJĘ-SMAKUJĘ. WYBIERAM POLSKIE PRODUKTY 2021”**

do wybierania produktów i wyrobów lokalnych, regionalnych i polskich producentów nie tylko od święta.

**Życzymy Wam radosnych i smaczných Świąt Bożego Narodzenia!**

## PRZEPISY:

Karp w panierce	7	Stek z łososia z patelni	17
Szynka wieprzowa	8	Magiczny tort o smaku świąt	19
Pierś z kaczki	9	Lodowa szarlotka	22
Klasyczny stek z sezonowanego rostbefu	10	Sernik świąteczny z bakaliami	24
Łosoś na makaronie	11	Domowa moczka	25
Pieczeń z karczku	12	Ciasto marchewkowe	27
Cięta polędwiczka wieprzowa	13	Ryba po grecku	28
Polędwiczka sous vide	14	Drożdżowe kapuśniaczki	29
Antrykot urugwajski z grilla	15	Ciasteczka świąteczne	30
Filet z karpia	16	Domowa zapiekanka makaronowa	31
		Świąteczna sałatka jarzynowa	32



POWIAT  
RACIBORSKI  
– prawdziwa  
oaza śląskich  
smaków



# MICHAŁ KROTKY

szeff kuchni Restauracji Młyn  
w Raciborzu

Z gastronomią związany od 14 lat, licząc od ukończenia technikum gastronomicznego. Od 9 lat na stanowisku szefa kuchni. Do gotowania podchodzi bardzo ambitnie, starannie i z uśmiechem, dzięki czemu w każdej kuchni czuje się jak ryba w wodzie. Pobyt w Londynie i praca w restauracji z gwiazdką Michelin uświadomiły mu, że nie ma dla niego rzeczy niemożliwych. Aktualnie od 5 lat szef kuchni restauracji Młyn w Raciborzu. Nieustannie się rozwija, poznając i testując nowe potrawy i smaki. Gotowanie to jego pasja, którą rozwija całe życie.



Poleca **Michał Krotky**

# KARP W PANIERCE

z chleba na naturalnym zakwasie według starych i sprawdzonych receptur, podany na ciepłej sałatce ze smażonych na oliwie sezamowej mini ziemniaczków, oliwek, marnowanych oraz solonych pieczarek, rucoli oraz prażonych ziaren



## SKŁADNIKI

- 180 g nacinanych filetów z karpia
- bułka tarta lub panierka PANKO
- 30 ml oleju sezamowego
- 100 g ziemniaków
- 30 g oliwek
- 20 g pieczarek marynowanych
- 20 g cebulki marynowanej
- 40 g rucoli
- 5 g prażonego słonecznika
- 5 g prażonych nasion dyni

## PRZYGOTOWANIE

Filety z karpia w zalewie z soli, pieprzu, białej cebuli oraz marynacie z pieczarek i mini cebulek wstawiamy na minimum 24h w lodówce pod przykryciem lub folią spożywczą.

Ziemniaczki kroimy w cząstki i smażymy na rozgrzanej patelni z oliwą sezamową, dodając soli i pieprzu, resztę składników oraz na samym końcu pokażną garść rucoli.

Filety z karpia w klasycznej panierce z bułki tartej (można też użyć panierkę PANKO) smażymy na patelni.

[» ZOBACZ VIDEO](#)

Poleca **Michał Krotky**

# SZYNKA WIEPRZOWA

marynowana w czosnku i ziołach przez 48h, pieczona w naczyniu żaroodpornym podana na czerwonej kapuście duszonej w aromacie goździków, anyżu, cynamonu i miodu



## SKŁADNIKI

- 200 g szynki wieprzowej (najlepiej kulka)
- marynata: 6 ząbków czosnku, garść świeżego rozmarynu, garść świeżego tymianku, 10 g pieprzu młotkowanego, sól (50 g na 1 litr wody)
- 10 g papryki suszonej słodkiej
- 200 g czerwonej kapusty
- 4 szt. goździków
- 4 szt. anyżu
- 1 laska cynamonu
- 1 łyżka miodu
- 100 ml czerwonego wina wytrawnego
- 200 ml soku porzeczkowego

## PRZYGOTOWANIE

Wszystkie składniki do zalewy wkładamy do garnka i zagotowujemy, odstawiamy, aby się ostudziła. Wkładamy szynkę na 48h do lodówki pod przykryciem, aby nabrała smaku i skruszała. Po wyciągnięciu osuszamy, nacieramy suszoną słodką papryką (lub inną przyprawą), olejem i wkładamy do naczynia żaroodpornego wypełnionego małą ilością wody lub rosółu – pieczemy przez 90 min na 190 stopni, co 30 min odwracając.

Czerwoną kapustę kroimy w paski nożem lub w robocie. Wszystkie składniki wkładamy do garnka i zagotowujemy – przez pierwsze 15 min pod przykryciem następnie bez, aby zredukować płyn, na końcu dodając miód, aby nadać słodki smak oraz szklisty wygląd.

[» ZOBACZ VIDEO](#)



Poleca **Michał Krotky**

# PIERŚ Z KACZKI

sous vide ze świeżymi ziołami oraz pieprzem, podana z blanszowaną zieloną fasolką szparagową w szynce włoskiej, kluseczkami z serem ricotta oraz sosem z zredukowanego czerwonego wina ze śliwkami suszonymi, redukcją balsamiczną i masłem



## SKŁADNIKI

- 200 g piersi z kaczki
- szczypta pieprzu
- szczypta tymianku
- 30 ml sosu sojowego
- świeży lub suszony imbir (opcjonalnie)
- 150 g zielonej fasolki szparagowej (w całości)
- 2 plastry szynki włoskiej
- 6 kluseczek buraczanych, nadziewanych mascarpone z kawałkami orzecha włoskiego firmy PERINO

## SKŁADNIKI NA SOS

- 50 ml czerwonego wina
- 50 g suszonych śliwek
- 20 g cukru
- 10 ml redukcji balsamicznej
- 40 g zimnego masła

## PRZYGOTOWANIE

Kaczkę umieszczamy w odpowiednim woreczku do sous vide, dodajemy wszystkie składniki, wakuujemy oraz umieszczamy w kąpieli wodnej ustawionej na temperaturę 59 stopni na 2 godziny. Można użyć również pieca z funkcją parowania – te same parametry.

Sos przygotowujemy na bazie czerwonego wina wytrawnego. Śliwki suszone kroimy w paski lub cząstki, zalewamy winem, dodajemy cukier i redukujemy przez kilka minut na dużym ogniu. Na koniec dodajemy redukcję balsamiczną (może być smakowa) oraz kawałek zimnego masła, dzięki czemu uzyskamy kremową konsystencję oraz smak. Kluseczki gotujemy w osolonej wodzie z dodatkiem koncentratu pomidorowego, aby ich kolor był wyrazisty, a smak bardziej intensywny.

[» ZOBACZ VIDEO](#)

Poleca **Michał Krotky**

# KLASYCZNY STEK Z SEZONOWANEGO ROSTBEFU

podany z ratatouille warzywnym w aromacie ziół i goździków z frytkami z batatów



## SKŁADNIKI

- 220 g steku z rostbefu
- 30 g papryki czerwonej
- 30 g papryki żółtej
- 30 g papryka zielonej
- 30 g cukinii
- 30 g cebuli jasnej
- 5 g tymianku
- sól
- pieprz
- 10 g czosnku
- 100 ml passaty pomidorowej
- 150 g batatów lub frytki z batatów

## PRZYGOTOWANIE

Steka kroimy po 200-220 g, delikatnie solimy oraz skrapiamy oliwą, wcierając delikatnie całość w mięso, zostawiamy na chwilę na blacie, aby nabrał temperatury pokojowej. Warzywa pokrojone w kosteczkę średniej wielkości smażyjemy, a następnie dodajemy przyprawy, zioła i passatę pomidorową, chwilę gotując i redukując – konsystencja powinna być gęsta, z niewielką ilością płynnego sosu.

Bataty oczyszczamy i kroimy w paski w skórce – delikatnie obgotowujemy, osuszamy, skrapiamy oliwą oraz solą i pieczemy w piekarniku na 190 stopni przez około 10-15 min. Można również użyć frytkownicy z nagrzanym olejem do 190 stopni.

Steka smażyjemy na bardzo mocno rozgrzanej patelni grillowej (bez tłuszczu) przez 30 sekund z każdej strony – następnie od preferencji stopnia wysmażenia wkładamy do pieca nagrzanego do 200 stopni.

[» ZOBACZ VIDEO](#)

Poleca **Michał Krotky**

# ŁOSOŚ NA MAKARONIE

z pesto bazyliowym, parmezanem oraz kiełkami słonecznika



## SKŁADNIKI

- 180 g filetów z łososia (ze skórą lub bez)
- 150 g makaronu tagliatelle (może być smakowy)

## Pesto:

- 20 g orzeszków pini
- 20 g parmezanu
- 100 ml oliwy z oliwek
- sól
- 2 doniczki świeżej bazylii
- 2 ząbki czosnku
- kiełki słonecznika, groszku lub inne do przystrojenia
- limonka

## PRZYGOTOWANIE

Łososa skórujemy lub łuskujemy i zostawiamy ze skórą, do smażenia na patelni opruszamy delikatnie solą. Wszystkie składniki do pesto bardzo dokładnie blendujemy na dużych obrotach do uzyskania jednolitej, prawie kremowej konsystencji, bez grudek.

Makaron gotujemy w osolonej wodzie al dente, odcedzamy i podgrzewamy na patelni z dużą ilością pesto, które dodajemy do makaronu zaraz przed podaniem, aby nie utraciło koloru i konsystencji. Na koniec można dodać starty parmezan oraz sok z limonki dla wzmocnienia smaku.

» ZOBACZ VIDEO

Poleca **Michał Krotky**

# PIECZEŃ Z KARCZKU

rolowana z flaniem ze szpinaku oraz suszonymi pomidorami, pieczona klasycznie w brytfannie



## SKŁADNIKI

- 1,5-2 kg karczku
- 400 g rozmrożonego szpinaku (brykiet)
- 50 g suszonych pomidorów
- 100 ml śmietany 30%
- sól
- pieprz
- papryka wędzona w proszku
- zioła suszone (posypka myśliwska lub mix przypraw do pieczenia)
- 10 ml oleju lub oliwy
- 50 g cebuli
- 5 ząbków czosnku
- sznurek wędliniarski

## PRZYGOTOWANIE

Czosnek i cebulę pokrojoną w półksiężycy smażymy na patelni z niewielką ilością oleju. Dodajemy pokrojone suszone pomidory. Można dodać trochę bulionu warzywnego lub wody. Na koniec dodajemy śmietanę i redukujemy, aby nadmiar wody odparował. Flan doprowadzamy do smaku solą i pieprzem, dodajemy rozmrożony i odsączony z wody szpinak. Karczek rozcinamy w poprzek i delikatnie rozwijamy na płasko (można go lekko rozklepać tłuczkiem), nacieramy przyprawami i suszonymi ziołami. Wykładamy na mięso flak z szpinakiem i zawijamy sznurkiem wędliniarskim. Mięso obsmażamy z każdej strony na dużej patelni, na gorącym oleju słonecznikowym. Następnie mięso przekładamy do brytfanny wypełnionej pokrojoną cebulą i niewielką ilością wody. W zależności od wielkości pieczemy pod przykryciem w temperaturze 180 stopni przez około 2h.

[» ZOBACZ VIDEO](#)

Poleca **Michał Krotky**

# CIĘTA POŁĘDWICZKA WIEPRZOWA Z BAZYLIĄ

zawijana w boczku i chruście z bakali, orzechów z pieprzem cytrynowym (na zdjęciu po lewej)



## SKŁADNIKI

- 180 g polędwiczki wieprzowej
- 30 g boczku wędzonego
- 3 g pieprzu cytrynowego
- 10 g orzechów włoskich
- 10 g orzechów ziemnych
- sól
- pieprz
- kilka listków bazylii

## PRZYGOTOWANIE

Porcję 180 g kroimy na 4-5 cm kawałki, solimy i pieprzymy. Każdy kawałek polędwiczki zawijamy w cienkie plastry boczku ze świeżymi liśćmi bazylii. Przygotowujemy panierkę – orzechy mielimy i przesypujemy do miseczki. Jajka roztrzepujemy w osobnym naczyniu. Owinięte w boczek polędwiczki panierujemy od dołu i od góry najpierw w jajku, następnie w orzechach. Całość smażymy z obu stron na patelni do uzyskania złotego koloru.

[» ZOBACZ VIDEO](#)

Poleca **Michał Krotky**

# POŁĘDWICZKA SOUS VIDE

marynowana w czerwonym winie, sosie sojowym oraz gałązką świeżego rozmarynu



## SKŁADNIKI

- 180 g połędwiczki wieprzowej
- 50 ml czerwonego wina wytrawnego
- 40 ml oleju rzepakowego
- 20 ml sos sojowego
- 4-5 ząbków czosnku
- 1 gałązka rozmarynu
- sól

## PRZYGOTOWANIE

Wyporcjonowaną połędwiczkę wkładamy do worka sous vide. Zalewamy wcześniej przygotowaną marynatą z czerwonego wina, oleju, sosu sojowego, siekanego czosnku i przypraw. Gotujemy w kąpeli wodnej w temperaturze 62 stopni przez 2 godziny.

[» ZOBACZ VIDEO](#)

Poleca **Michał Krotky**

# ANTRYKOT URUGWAJSKI Z GRILLA

z ziemniakami hasselback, zapiekanymi z mozarellą oraz kompozycją grillowanych warzyw w sosie balsamiczno-tymiankowym (na zdjęciu po prawej)



## SKŁADNIKI

- 220 g antrykotu urugwajskiego (sezonowanego)
- 150 g ziemniaków
- 50 g sera mozzarella
- 40 g papryki żółtej
- 40 g papryki czerwonej
- 40 g papryki zielonej
- 40 g cukinii
- 40 g cebuli
- 50 ml octu balsamicznego
- 30 ml sosu sojowego
- 10 g czosnku
- 1 gałązka lub szczypta tymianku
- sól

## PRZYGOTOWANIE

Antrykot lekko rozgniatamy pięścią, solimy i smarujemy małą ilością oliwy. Smażymy na patelni z obu stron i wkładamy na ok. 7 min do piekarnika do temperatury 200 stopni. Po wyciągnięciu z pieca zostawiamy mięso do ostygnięcia. Paprykę kroimy w ćwiartki i smażymy na patelni grillowej. Cukinię kroimy w grube plastry pod kątem, grillujemy na patelni. Do cukinii dodajemy pozostałe warzywa, a następnie dolewamy octu balsamicznego (lub octu winnego), sosu sojowego, czosnku oraz soli, pieprzu i tymianku i jeszcze przez chwilę podsmażamy.

Ziemniaki gotujemy, a następnie bardzo gęsto nacinamy, układamy na blaszce wyłożonej folią aluminiową. Na każdego ziemniaka kładziemy plasterka sera mozzarella i zapiekamy w piekarniku w temperaturze 200 stopni przez kilka minut.

[» ZOBACZ VIDEO](#)

Poleca **Michał Krotky**

# FILET Z KARPIA

leżakowany w przyprawach korzennych, smażony w delikatnej panierce Panko, podany na świątecznej kapuście z grzybami



## SKŁADNIKI

- 180 g karpia (w płacie)
- 3 g przyprawy do piernika
- 100 g cebuli białej
- 50 g panierki panko
- 1 jajko
- 100 g kapusty kiszzonej
- 50 g grzybów suszonych lub mrożonych (borowik, podgrzybek)
- 30 g marchewki
- sól
- pieprz
- 2 g kminku mielonego
- kilka listków liścia laurowy
- kilka kulek ziele angielskiego
- 5 g czosnku

## PRZYGOTOWANIE

Filet z karpia dokładnie oczyścimy w letniej wodzie z dodatkiem soli i octu, suszymy ręcznikiem papierowym. Cebulę siekamy i wykładamy nią miskę, posypujemy przyprawą piernikową, delikatnie mieszamy. Płat karpia kroimy na dość grube kawałki, solimy i wkładamy do miski, obkładając ponownie cebulą. Lekko dociskamy, aby cebula puściła soki. Foliujemy i odkładamy na minimum 48h do lodówki. Po tym czasie kawałki karpia wyciągamy z marynaty, panierujemy w panierce panko (lub zwykłej bułce tartej) i smażymy na patelni. Usmażoną rybę można jeszcze podpiec przez 3-4 minuty w piekarniku w temperaturze 190 stopni. Podajemy z klasyczną kapustą z grzybami. Kiszoną kapustę delikatnie płuczemy i gotujemy w wodzie z liściem laurowym, zieleń oraz kminkiem. Dodajemy wcześniej ugotowane suszone lub mrożone grzyby, dodajemy odrobinę czosnku. Doprawiamy solą i pieprzem do smaku.

[» ZOBACZ VIDEO](#)



Poleca **Michał Krotky**

# STEK Z ŁOSOSIA Z PATELNI

pieczony z pesto bazylowym, z warzywami julienne w sosie teriyaki, z mini ziemniaczkami w skórce



## SKŁADNIKI

- 180 g łososia (ze skórą lub bez)
- 40 g papryki żółtej
- 40 g papryki czerwonej
- 40 g papryki zielonej
- 40 g cukinii
- 40 g cebuli
- 50 ml sosu teriyaki
- 150 g drobnych ziemniaków (ugotowanych)
- sól
- 20 g masła
- 60 ml oliwy
- 2 doniczki bazylii
- 20 g parmezanu
- 10 g orzeszków pini
- 5 g czosnku

## PRZYGOTOWANIE

Pesto przyrządzamy ze świeżej bazylii, parmezanu, czosnku, orzechów pini, oliwy oraz soli – całość dokładnie blendujemy. Małe ziemniaczki skrapiamy oliwą i wstawiamy na blaszce wyłożonej folią aluminiową do piekarnika nagrzanego do temperatury ok. 200 stopni na ok. 10 min. Warzywa kroimy w paski i smażymy z przyprawami oraz sosem teriyaki. Po chwili delikatnie podlewamy wodą i podgrzewamy, aż woda odparuje. Filet z łososia, kroimy na mniejsze kawałki, solimy, pieprzymy i smażymy na patelni z niewielką ilością masła. Następnie układamy rybę na blaszkę, nakładamy na każdy kawałek pesto i pieczemy ok. 4 min w nagrzanym do 200 stopni piekarniku.

[» ZOBACZ VIDEO](#)

# TOMASZ SZYPUŁA

właściciel rodzinnej lodziarni  
– Lody Szypuła 1974  
czyli Lodziarni Miś w Raciborzu  
i Lodziarni pod Orzechem w Baborowie

Absolwent szkoły gastronomicznej w Raciborzu 1997. Mieszkaniec Raciborza. Mistrz Polski w lodach rzemieślniczych Exposweet Warszawa 2017. Uczestnik mistrzostw świata w lodziarstwie rzemieślniczym Copdell Mondo Rimini 2018. Wykładowca w międzynarodowej szkole cukierniczo-gastronomicznej Ashanti Łódź. Uczestnik indywidualnych mistrzostw świata w lodziarstwie rzemieślniczym w Bolonii we Włoszech, po dwuletnich eliminacjach i wygranej w polskim finale 2021 oraz wyróżniony w kategorii za najlepszy smak lodów w Europie na Gelato Festival World Masters 2021. Jego praca to ogromna pasja, którą dzieli się poprzez tworzenie nowych smaków lodowych, wyrobów cukierniczych i tortów nowoczesnych.



Poleca **Tomasz Szypuła**

# MAGICZNY TORT O SMAKU ŚWIĄT



## Finacier

### SKŁADNIKI

- 200 g mąki pszennej
- 80 g mączki migdałowej
- 7 g proszku do pieczenia
- 1 g soli
- 0,5 g kardamonu mielonego
- 0,5 g anyżu mielonego
- 15 g kandyzowanej skórki pomarańczowej
- 350 g cukru kryształ
- 350 g białek jaj
- 210 g masła palone

### PRZYGOTOWANIE

Zrobić masło palone – w garnku podgrzać masło do temperatury 144 stopni, aby laktoza się skarmelizowała i dała fajny orzechowy smak. Wszystkie suche składniki połączyć. Dodać do nich na 3 razy białko, a następnie palone masło. Przebrać do okrągłej tortownicy o średnicy 20 cm, tak aby ciasto po wyrośnięciu miało około 3 cm wysokości.

## Chrupka

### SKŁADNIKI

- tabliczka mlecznej czekolady
- 50 g pasta 100 % orzech laskowy
- 70 g prażynki

### PRZYGOTOWANIE

Rozpuścić czekoladę do 45 stopni. Dodać pastę orzechową oraz prażynki. Połączyć i gotowe.

## Żelka mango/pomarańcza/goździki

### SKŁADNIKI

- 400 g puree z mango
- 130 g soku z pomarańczy
- 12 g żelatyny w listkach
- 75 g cukru
- 4 g goździków (całe)

### PRZYGOTOWANIE

Namoczyć żelatynę w bardzo zimnej wodzie. Puree z mango, sok pomarańczowy, cukier i goździki zagotować. Dodać namoczoną żelatynę i połączyć. Przykryć na 20 min, aby nastąpiła infuzja smaków. Odcedzić goździki, przelać do formy/rantu do zamrożenia.



## Mus z mlecznej czekolady z cynamonem

### SKŁADNIKI

- 90 g mleka 3,2%
- 45 g żółtek jaj
- 30 g cukru
- 6 g żelatyny w listkach
- 300 g śmietanki
- 200 g czekolady mlecznej wysokiej jakości

### PRZYGOTOWANIE

Żółtka i cukier utrzeć. Zagotować mleko z cynamonem i zalać żółtka, cały czas mieszając. Emulsję podgrzać do 82 stopni, zalać nią czekoladę i dodać odciśniętą żelatynę (zalane wcześniej wodą listki żelatyny należy po namoczeniu wyciągnąć z wody na papierowy ręcznik, aby odcisnąć wodę). Połączyć różgą, a następnie blenderem w celu stworzenia jednolitej emulsji. Ubić śmietankę na 3/4 i dodawać do niej mus na 3 razy.

## Polewa lustrzana

### SKŁADNIKI

- 300 g wody
- 10 g kakao 22/24%
- 250 g cukru
- 350 g syropu cukrowego
- 200 g słodzonego mleczka skondensowanego
- 20 g żelatyny w listkach
- 200 g dobrej jakości czekolady mlecznej

### PRZYGOTOWANIE

Wodę, cukier, syrop cukrowy podgrzać do 102 stopni. Następnie dodać kakao, mleczko słodzone oraz namoczoną żelatynę. Zmiksować. Dodać czekoladę i ponownie dokładnie zmiksować. Zabezpieczyć folią i odstawić do lodówki na 12h, aby wszystko odpowiednio się skryształizowało.

## Krem ubijany chantilly

### SKŁADNIKI

- 250 g śmietanki kremówki
- 150 g mascarpone
- 200 g białej czekolady
- 2 g żelatyny w listkach

### PRZYGOTOWANIE

Namoczyć żelatynę w bardzo zimnej wodzie. Zagotować śmietankę i zalać czekoladę. Proponuję dodać wanilię. Połączyć i dodać żelatynę. Po ostygnięciu czekolady i śmietanki do 39 stopni dodać mascarpone w temperaturze pokojowej i dokładnie zblendować. Odstawić przykryty krem do lodówki na 12h w celu kryształizacji.



## Składamy tort

Do rantu 18 cm wkładamy ciasto financier przycięte do okręgu o średnicy 16 cm. Między ciasto a rant wysypujemy cienko prażynkę. Wlewamy mus na ciasto i prażynkę do połowy wysokości rantu. Zmrażamy przez 10 minut. Następnie wkładamy krążek żelki owocowej i dodajemy pozostały mus.

Tort zamrażamy. Czas zamrożenia w domowej zamrażarce to ok 14h. Po tym okresie wyciągamy tort opalarką z rantu i oblewamy błyszczącą polewą. Dekorujemy ubitym kremem chantilly oraz świątecznymi dekoracjami jadalnymi. Tort wstawiamy do lodówki. Po upływie ok. 5 godzin będzie gotowy do krojenia.

» ZOBACZ VIDEO

Poleca **Tomasz Szypuła**

# LODOWA SZARLOTKA

w świątecznej odstonie



## SKŁADNIKI

### Kruszonka maślana

- 300 g masła
- 150 g mąki pszennej (typ 450)
- 50 g mączki migdałowej
- 100 g cukru
- 2 żółtka
- szczypta soli

### Sos waniliowy

- 150 ml mleka 3,2%
- 100 ml śmietanki 30%
- 40 g cukru
- 1 laska wanilii
- 3 żółtka

### Pozostałe składniki

- 100 g Lodów Szypuła  
– Wanilia Madagaskar
- 80 g jabłek (usmażonych jak do szarlotki, z cynamonem i miodem)
- 60 g ubitego kremu chantilly
- 10 g miodu do dekoracji
- 15 g skórki pomarańczowej kandyzowanej do dekoracji
- kruche dekoracje świąteczne

## PRZYGOTOWANIE

Przygotowanie sosu waniliowego: ucieramy cukier z żółtkami. Gotujemy mleko, śmietankę z wanilią. Zalewamy cienkim strumieniem utarte żółtka i wszystko razem podgrzewamy do temperatury 80-82 stopni. Sos możemy podawać na ciepło lub na zimno.

Wykonanie kruszonki: wszystkie składniki wyrabiamy razem, aż zaczną powstawać małe grudki ciasta. Kruszonkę wykładamy na blachę wyłożoną papierem do pieczenia i wkładamy na piekarnika nagrzanego do 170 stopni na ok. 15 min, do momentu aż kruszonka nabierze złotego koloru.

Na talerz nakładamy porcję 100 g lodów, 80 g prażonych jabłek, 60 g kremu chantilly (można wycisnąć z rękawa cukierniczego jak na zdjęciu), 50 g kruszonki oraz sos waniliowy i dekorujemy pozostałymi składnikami według uznania.

[» ZOBACZ VIDEO](#)

# MAGDALENA RASZKA

właścicielka pracowni tortów  
artystycznych Madlen  
w Świętochłowicach

Miłośniczka gotowania i pieczenia. Na co dzień oddana mama, która z miłości do dzieci i słodkości odkryła pasję do tworzenia fantazyjnych tortów i deserów. Obecnie prowadzi własną pracownię tortów artystycznych pod szyldem Madlen Torty Artystyczne w Świętochłowicach. Jej wypieki osładzają lokalne prywatne uroczystości i duże imprezy w mieście.



Poleca **Magdalena Raszka**

# ■ SERNIK ŚWIĄTECZNY Z BAKALIAMI



## **SKŁADNIKI**

### **Orzechowy spód:**

- 100 g orzechów zmielonych ( włoskie, laskowe)
- 90 g migdałów
- 120 g zimnego masła
- 120 g mąki pszennej
- 100 g cukru pudru
- 2 żółtka

### **Masa serowa:**

- 70 g miękkiego masła
- 130 g cukru drobnego
- 8 g cukru waniliowego
- 5 żółtek, 7 białek
- 1 kg twarogu sernikowego
- 2 łyżki mąki ziemniaczanej
- 1 szklanka rodzynek

## **PRZYGOTOWANIE KRUCHEGO SPODU**

Wszystkie składniki szybko zagnieść, zawinąć w folię spożywczą i włożyć do lodówki na 30 min.

## **PRZYGOTOWANIE MASY SEROWEJ**

Masło z cukrem i cukrem wanilinowym ubić na puszystą masę. Dodawać po jednym żółtku i mieszać do połączenia, następnie dodać mąkę ziemniaczaną, krótko mieszać i całość połączyć z twarogiem sernikowym. Ubić pianę z białek z dodatkiem 2 łyżek cukru na bardzo sztywną masę. Ubite białka dodawać w trzech partiach i mieszać delikatnie szkatułą. Na koniec dodać rodzynek. Blachę do pieczenia wysmarować masłem i spód wykleić kruchym ciastem, które należy ponakłuwać widelcem. Na orzechowy spód wylać masę serową. Piec w 170 stopniach przez ok. 1h-1h 10 min. Po upieczeniu odstawić do całkowitego wystudzenia.

[» ZOBACZ VIDEO](#)



Poleca **Magdalena Raszka**

# DOMOWA MOCZKA

z najlepszego piernika



## SKŁADNIKI

- 200 g piernika
- 500 ml ciemnego piwa
- 300 g suszonych owoców (jabłka, morele, śliwki, daktyle, figi)
- 1 l wody
- 100 g orzechów włoskich
- 8 kostek czekolady mlecznej
- 1 łyżeczka masła
- 30 g płatków migdałów

## PRZYGOTOWANIE

Piernik pokroić w większą kostkę, zalać piwem i zostawić pod przykryciem na całą noc. Suszone jabłka pokroić na kawałki wielkości ok. 2-2,5 cm, resztę owoców pokroić w kostkę wielkości ok. 1 cm. Przełożyć do garnka, zalać wodą i zagotować. Orzechy pokroić na większe kawałki.

Piernik odsączyć z nadmiaru piwa za pomocą durszlaku lub sita, przełożyć do garnka, zblendować piernik na gładką masę i podgrzewać na małym palniku, ciągle mieszając. Gdy puree z piernika będzie gęstnieć, dolewać kompot z suszu w kilku partiach. Na koniec dodać całe owoce z kompotu, masło, czekoladę orzechy, płatki migdałów i całość zagotować. Mieszać cały czas. Konsystencja będzie przypominać budyń. Gorącą moczka przelać do pucharków, ozdobić wiórkami kokosa, orzechami lub migdałami. Deser jest najsmaczniejszy i słodszy na drugi dzień, kiedy smaki się „przegryzą”.

[» ZOBACZ VIDEO](#)

# A teraz...

Przepisy kulinarne  
naszych czytelników  
i mieszkańców regionu  
zgłoszone do konkursu  
„Sam Kupuję-Smakuję” 2020

# ...zobaczcie sami



Poleca **Tomasz Bieliński z rodziną z Raciborza**

# ■ CIASTO MARCHEWKOWE



## SKŁADNIKI

- 5 jajek
- 180 ml oleju
- 2 łyżki miodu
- 3 łyżki cukru/erytrytolu
- 300 g mąki żytniej pełnoziarnistej
- 1,5 łyżeczki proszku do pieczenia
- 0,5 kg marchwi
- 50 g żurawiny suszonej
- 50 g orzechów
- masło do wysmarowania formy

## PRZYGOTOWANIE

Jajka ubijamy mikserem. W trakcie miksowania dodajemy 3 łyżki cukru, 2 łyżki miodu i proszek do pieczenia. Mieszać, aż masa będzie idealnie gładka. Marchew zetrzeć na tarce, a orzechy drobno pokroić. Całość przesypujemy do wcześniej przygotowanej masy i mieszamy do połączenia składników. Przygotowujemy formę do ciasta i smarujemy ścianki masłem, a następnie przelewamy ciasto do formy. Rozgrzewamy piekarnik do temperatury 180 stopni i pieczemy ok. 50 minut

[» ZOBACZ VIDEO](#)

Poleca Rodzina Kuryłowicz z Raciborza

# RYBA PO GRECKU



## SKŁADNIKI

- 800 g filetów świeżego dorsza
- 0,5 kg marchewki
- kilka listków pietruszki
- 200 g selera
- 1 cebula
- 0,5 litra wody
- 1 łyżeczka soli
- 150 g passaty/ przecieru pomidorowego
- olej do smażenia
- szklanka mąki
- jajko
- 5 brukselek

## PRZYGOTOWANIE

Cebulę pokroić w kostkę, a seler i marchew zetrzeć na tarce. Warzywa przełożyć do garnka i zalać wrzątkiem. Dodać soli i gotować, aż warzywa będą miękkie. Następnie dodać przecier pomidorowy i gotować jeszcze 5 minut.

Teraz pora na usmażenie ryby. Rybę obtaczamy w mące i jajku, a następnie przekładamy na rozgrzany olej i smażymy, aż się zarumieni.

Usmażoną rybę przekładamy do pojemnika i zalewamy wcześniej ugotowanymi warzywami.

Całość odstawiamy do ostygnięcia. Według uznania można dodać brukseleki i udekorować pietruszką.

[» ZOBACZ VIDEO](#)

Poleca **Jadwiga Kutkowska z Radlina**

# DROŻDŻOWE KAPUŚNIACZKI



## SKŁADNIKI

- 3 łyżeczki cukru
- 200 ml mleka
- 500 g mąki tortowej
- 50 g margaryny
- 2 jajka
- cebula
- pieprz
- sól
- gałka muskatołowa
- 1 kg kapusty kiszanej
- 50 g suszonych grzybów
- 30 g drożdży

## PRZYGOTOWANIE

Przygotowujemy zaczyn, krusząc drożdże, do których dodajemy ciepłe mleko i cukier. Mieszamy i czekamy, aż drożdże zaczną pracować.

Do miski przesypujemy mąkę i dodajemy wcześniej przygotowany zaczyn. Dodajemy również margarynę, 2 żółtka i sól. Całość ugniatamy do momentu uzyskania jednolitej konsystencji. Odstawiamy ciasto do wyrośnięcia i robimy farsz.

Cebulę i grzyby drobno kroimy i podsmażamy. Kapustę gotujemy osobno, dodajemy sól, pieprz i gałkę muskatołową do smaku, a na sam koniec gotowania dodajemy usmażone wcześniej grzyby i cebulę.

Wyrośnięte ciasto wyrabiamy, rozwałkujemy i nakładamy farsz. Kapuśniaczki przed włożeniem do pieca należy posmarować od góry warstwą roztrzepanego żółtka jajka. Pieczemy w temperaturze 180 stopni przez ok. 20 minut.

[» ZOBACZ VIDEO](#)

Poleca **Danuta Michalik z Gogołowej**

# ■ CIASTECZKA ŚWIĄTECZNE



## SKŁADNIKI

- 2,5 szklanki mąki torowej
- 1 szklanka mąki ziemniaczanej
- 1 szklanka cukru pudru
- kostka masła
- kubek śmietany
- 3 żółtka
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 1 łyżeczka cynamonu
- 0,5 łyżeczki kakao
- 1 pomarańcza

## PRZYGOTOWANIE

Dodajemy wszystkie składniki wymienione powyżej i wyrabiamy ciasto. Ciasto dzielimy na 3 części. Do pierwszej dodajemy łyżeczkę cynamonu, do drugiej dołączamy startą skórkę pomarańczy, a trzeci fragment ciasta będzie zawierał pół łyżeczki kakao.

Ciasto wałkujemy i przy pomocy dostępnych foremek cukierniczych wycinamy kształty.

Ciasteczka pieczemy na papierze do pieczenia w piekarniku nagrzanym do 180 stopni.

Po 20 minutach pieczenia ciasteczka są gotowe. Ciasteczka można dodatkowo przyozdobić lukrem na bazie cukru pudru i wody oraz posypać bakaliami lub gotową posypką.

[» ZOBACZ VIDEO](#)

Poleca **Karolina Komor z Raciborza**

# DOMOWA ZAPIEKANKA MAKARONOWA

z brokołami i kurczakiem



## SKŁADNIKI

- 3 filety z kurczaka
- 500 g pieczarek
- 750 g makaronu
- 2 brokoły
- 250 g sera
- 300 g śmietany 12%
- 2 opakowania zupy pieczarkowej w proszku
- olej
- sól
- pieprz

## PRZYGOTOWANIE

Makaron gotujemy al dente w osolonej wodzie. Kurczaka kroimy w drobną kostkę i smażymy na rozgrzanym oleju, dodajemy sól i pieprz do smaku. Brokoły gotujemy w wodzie lub na parze (do uzyskania miękkości).

Wszystkie składniki przekładamy do naczynia żaroodpornego, następnie posypujemy tartym serem i polewamy śmietaną wymieszaną z zupą pieczarkową w proszku. Wkładamy zapiekankę do piekarnika rozgrzanego na 220 stopni i pieczemy ok. 10 min, aż ser się zarumieni.

[» ZOBACZ VIDEO](#)

Poleca **Liliana Kaniuch z Raciborza**

# ■ ŚWIĄTECZNA SAŁATKA JARZYNOWA



## SKŁADNIKI

- 3 marchewki
- groszek (pół puszki)
- kukurydza (pół puszki)
- 2 łyżki majonezu
- pół łyżki musztardy
- 3 jajka
- 3 duże ziemniaki
- seler
- 2 ogórki kiszzone
- sól, pieprz

## PRZYGOTOWANIE

Jajka, marchew i ziemniaki gotujemy. Następnie wszystko studzimy, obieramy i kroimy w kostkę. Kukurydzę z puszki i groszek odsączamy z zalewy i przepłukujemy pod bieżącą wodą. Dodajemy pokrojony w kostkę ogórek kiszony.

Wszystkie składniki przekładamy do jednej miski, dodajemy majonez, musztardę, sól i pieprz do smaku. Mieszamy. Sałatkę można udekorować pietruszką.

[» ZOBACZ VIDEO](#)

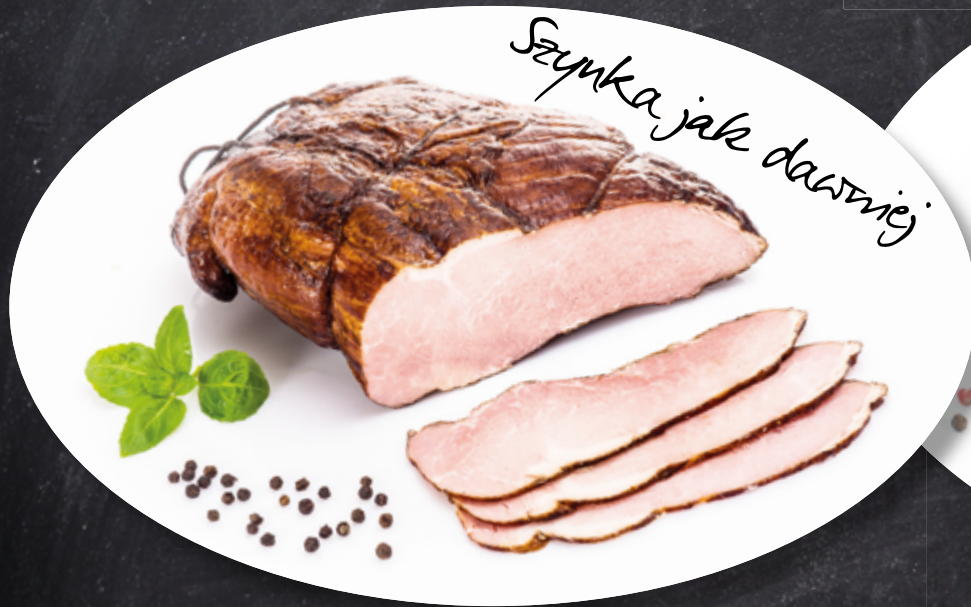


# HAGA®

## Smacznych Świąt!

Wędliny od pokoleń

*Szynka jak dawniej*



*Frankfurterki*



Produkty do kupienia w najlepszych sklepach rzeźniczo-wędliniarskich

Na mistrzowskie lody

**„Cud miód i orzeszki”**

zapraszam do lodziarni

„Miś” w Raciborzu oraz lodziarni

„Pod Orzechem” w Baborowie



# Tradycja na świątecznym stole

*Na zamówienie Klienta w naszych sklepach pieczemy boczki, schaby, żeberka, golonka, udka z kurczaka itd.*

**Kielbasa biała surowa**



**Kielbasa szefa**



**Kielbasa świąteczna**



**Kapusta świąteczna z podgrzybkami**



**Krokiety z kapustą i grzybami**



**Krokiety z serem i pieczarkami**



**Pierogi z kapustą i grzybami**



**Uszka z grzybami / uszka z kapustą i grzybami**



**Smakowite  
pieczarki  
marynowane, mini  
ogórki konserwowe,  
sałatka pieczarkowa czy  
cebulka srebrna.**

[www.pieczarki-tekmar.pl](http://www.pieczarki-tekmar.pl)



Brzmi zachęcająco?

Takie przysmaki tworzy już od ponad 20 lat firma **TEKMAR Z GODOWA**.

Z tych przetworów można przyrządzić pyszne dania i drobne przekąski na świąteczny stół i nie tylko.

**POLECAMY!**

Znajdziecie nas na półkach dużej sieci handlowej.



ul. Graniczna 11, 44-340 Godów, woj. Śląskie  
tel. 32 47 65 026 | [info@pieczarki-tekmar.pl](mailto:info@pieczarki-tekmar.pl) | [handel@pieczarki-tekmar.pl](mailto:handel@pieczarki-tekmar.pl)

# POLSKA RODZINNA FIRMA Z DŁUGOLETNIM DOŚWIADCZENIEM

W naszej ofercie znajdziesz:

- jaja zagrodowe z wolnego wybiegu, bez GMO
- makaron zagrodowy, z najwyższej jakości jaj
- szeroką gamę naturalnych miodów nektarowych

# JAJ-POL

P.P.U.H. JAJ-POL Sp. z o.o.

ul. 1 Maja 30, 44-230 Stanowice

tel. 784 913 199

[www.jaj-polstanowice.pl](http://www.jaj-polstanowice.pl) | [biuro@jaj-polstanowice.pl](mailto:biuro@jaj-polstanowice.pl)



# U nas wyśmienite smaki na świąteczny stół!



## W bogatym asortymencie:

- domowa garmazerka • świeże mięsa
- wyselekcjonowane wędliny



Zapraszamy do naszych sklepów w Raciborzu

📍 ul. Londzina 21, tel. 32 419 91 47

📍 ul. Opawska 124A, tel. 32 457 41 55

📍 ul. Słowackiego 58, tel. 32 417 83 61

**Jesteśmy otwarci: pn-pt 8.00 – 17.00, sb. 8.00 – 14.00**

**[www.mjm-wedzarnia.pl](http://www.mjm-wedzarnia.pl)**



POWSZECHNA SPÓŁDZIELNIA SPOŻYWCÓW  
WODZISŁAW ŚLĄSKI - istnieje od 1925r.

## „SPOŁEM” WODZISŁAW – z tradycją od lat...

...i tak to się zaczęło

„SPOŁEM” Powszechna Spółdzielnia Spożyców w Wodzisławiu Śląskim powstała w październiku 1925 roku, jako pierwsza na tym terenie.

Zajmujemy się handlem detalicznym, produkcją oraz nieruchomościami.

W obrębie miast Wodzisławia Śląskiego, Radlina i Pszowa posiadamy:

- 8 placówek spożywczych z logo „IMPULS– BLISKI”
- 5 sklepów **DELIKATESY CENTRUM**
- 2 sklepy **przemysłowe** z artykułami gospodarstwa domowego polskich producentów, są to: Gwarek i sklep na ul. Kubsza 10.

Oprócz działalności handlowej możemy poszczycić się **Zakładem Piekarniczym**, w którym produkcja oparta jest na tradycyjnej technologii wypieku w specjalnym piecu ceramicznym. Od samego początku stawiamy na jakość naszych produktów i niepowtarzalny smak. Nasze wyroby tworzone są według tradycyjnych receptur niezmiennych od wielu lat. Naszym klientom codziennie dostarczamy świeże, chrupiące pieczywo i słodkości, którym nie sposób się oprzeć. Dużym zainteresowaniem cieszy się pieczywo pszenno-żytnie na naturalnym zakwasie, chleb dla diabetyków, smaczny domowy kołacz z serem i z makiem, kołaczki, ciasteczka piwoszki czy kokosanki.

Największym kapitałem naszej Spółdzielni na przestrzeni minionych lat zawsze byli oddani pracownicy oraz członkowie Spółdzielni. Nasz największy atut, to ludzie związani z firmą.

*Dziękujemy naszym klientom za dotychczasowe zaufanie i życzliwość*



# CHERRISSIMO

życzy

*Wesołych Świąt!*

