

Przepisy na regionalne potrawy wigilijne

Wigilia Bożego Narodzenia to jedna z najważniejszych i najpiękniejszych polskich tradycji. Jednym z jej elementów jest uroczysta kolacja składająca się z dwunastu potraw, które często jemy tylko w tym dniu. Mogą być one rozmaite, ale wszystkie powinny być postne. Każdej należy spróbować, by zapewnić sobie szczęście w przyszłym roku. Potrawy różnią się od siebie w zależności od regionu, ale na polskich stołach na pewno nie zabraknie barszczu czerwonego z uszkami lub zupy grzybowej, kapusty z grzybami, karpia, śledzi i kompotu z suszonych owoców.

BEATA LEKSZYCKA

Kaszuby

Śledzie po kaszubsku

SKŁADNIKI: 1/2 kg śledzi solonych, 1 kg cebuli, koncentrat pomidorowy, 10 śliwek suszonych, garść namoczonych rodzynek, pieprz, sól, majeranek, mleko, olej.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA: Śledzie moczyć w mleku przez kilka godzin. Olej rozgrzać na patelni, dodać pokrojoną w pióra cebulę i zeszklić. Dorzucić śliwki oraz rodzyнки i smażyć przez ok. 10 min. Na koniec dodać koncentrat pomidorowy, majeranek, pieprz i dokładnie wymieszać. Smażyć jeszcze przez około 5–10 min. Całość wkładać do dużego słoika warstwami – cebula, śledzie, cebula. Odstawić do lodówki, najlepiej na 24 godziny.



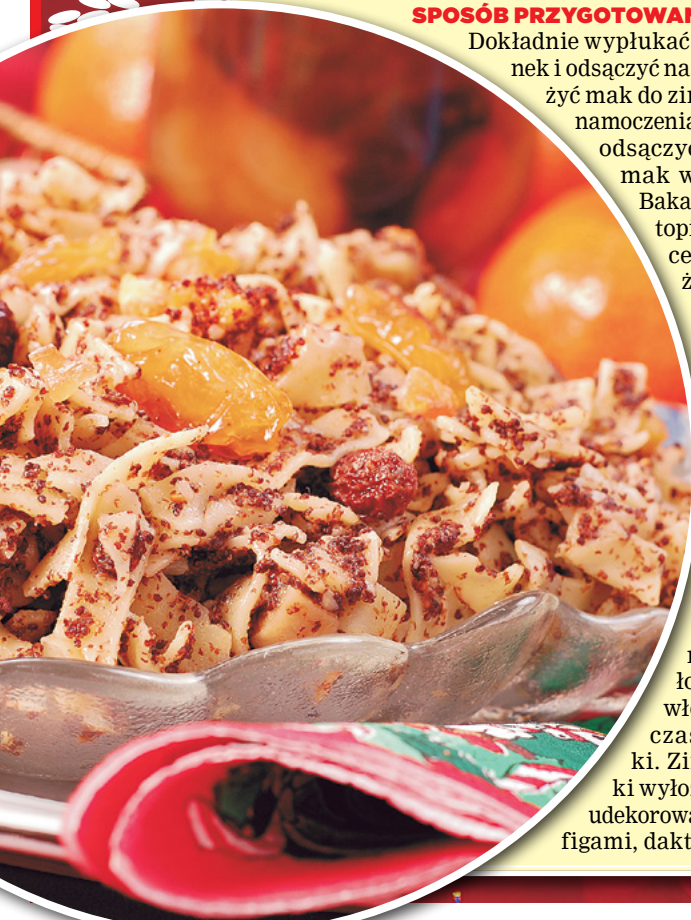
Wielkopolska

Makielki

SKŁADNIKI: 500 g maku, 300 g bakalii (rodzyńki, migdały, orzechy, skórka pomarańczowa, rodzyńki, morele, figi, suszone śliwki, daktyle), 300 g masła, 3 jajka, 5 czerstwych kajzerek, otarta skórka z cytryny, 3 łyżki miodu, 1/2 l mleka, cukier, bakalie do dekoracji.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Dokładnie wypłukać mak z wszelkich drobinek i odsączyć na sicie. Następnie przełożyć mak do zimnej wody, odstawić do namoczenia na około dobe. Sparzyć, odsączyć i trzykrotnie zemleć mak w maszynce do mięsa. Bakalie drobno posiekać. Roztopić masło i jeszcze gorące wlać do maku. Dodać żółtka, posiekane bakalie, miód oraz skórkę z cytryny. Dodać cukier do smaku i wszystko razem wymieszać. Bułki pokroić na małe kawałki, a następnie zalać ciepłym, ale nie gorącym mlekiem. Gdy zmiękną, dodać do maku. Z białek ubić pianę i delikatnie wymieszać z masą makową. Przełożyć do miski, włożyć na jakiś czas do lodówki. Zimne makielki wyłożyć na talerz, udekorować orzechami, figami, daktylami.



Śląsk

Zupa migdałowa

SKŁADNIKI: 15 dag migdałów, 2 l mleka, 4 łyżki cukru, 1 filiżanka ryżu.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA: Migdały sparzyć wrzątkiem, obrać ze skórki, wysuszyć i przepuścić przez maszynkę. Mleko zagotować z cukrem. Ryż ugotować na sypko. Do gorącego mleka dodać migdały i gotować dalej na bardzo małym ogniu przez ok. 15 minut. Do wazy włożyć ugotowany ryż i zalać zupą.



Mazowsze

Zupa grzybowa z kwasem z kiszonej kapusty

SKŁADNIKI: 1 l kwasu z kapusty, 5 l wody, 25 dag suszonych grzybów, garść kapusty kiszonej, 1 cebula, kilka listków laurowych, kilka kulek ziela angielskiego, 0,5 l śmietany, 1 łyżka mąki, sól, pieprz.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA: Grzyby moczyć przez noc w wodzie, dokładnie opłukać. Pokroić w paseczki i gotować w kwasie z kapusty wymieszanym z wodą. Dodać kapustę kiszoną, listek laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz i podpieczoną na ogniu cebulę. Gotować przez ok. 45 min. Zabielić kwaśną śmietaną rozczynioną z gorącą zupą i jedną łyżką mąki.

Podlasie

Kulebiak

SKŁADNIKI: Ciasto: 2,5 szklanki mąki, 10 g drożdży, 1 łyżka oleju, 1/3 szklanki mleka, 1/2 szklanki wody, 2 łyżeczki soli, 1 łyżeczka cukru, 1/4 kostki masła, 1 jajko. **Farsz:** 2 cebule, 200 g kapusty, 10 g grzybów suszonych namoczonych w wodzie, ząbek czosnku.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Farsz: kapustę włożyć do sita i przepłukać pod bieżącą wodą. Gotować z pokrojonymi grzybami w wodzie, w której się wcześniej moczyły. Przesmażyć pokrojoną w kostkę cebulę i posiekany czosnek. Dodać do kapusty i doprawić solą oraz pieprzem, wymieszać.

Kulebiak: zrobić rozczyń drożdży z mlekiem, wodą z cukrem, solą i olejem. Odstawić w ciepłe miejsce. Po 30 min zagnieść ciasto i ponownie odstawić. Gdy ciasto wyrośnie, rozwałkować je na prostokąt i posmarować rozpuszczonym masłem.

Ułożyć na nim kapustę (3 cm na brzegach pozostawić wolne). Całość zrolować.

Odstawić do wyrośnięcia. Posmarować roztrzepanym jajkiem i wstawić do piekarnika nagrzanego do 140 st. C, piec przez ok. 30 min.

Podhale

Moskole

SKŁADNIKI: 1 kg ugotowanych ziemniaków, 1 szklanka kefiru lub maślanek, 2 szklanki mąki pszennej, 1 płaska łyżka soli, 100 g masła, 4 ząbki czosnku, szczypta soli.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Do ugotowanych i zmielonych ziemniaków dodać kefir lub maślankę, sól oraz tyle mąki, aby dało się zagnieść ciasto. Ciasto rozwałkować na placek o grubości 1 cm i wyciąć owalne moskole. Delikatnie oprószyć je mąką i najlepiej piec na brzegu gorącej blachy pieca kuchennego. Placuszki można także usmażyć na patelni.

Podkarpacie

Kapusta z grochem

SKŁADNIKI: 100 g grochu łuskanego, 600 g kapusty kiszonej, 2 cebule, liść laurowy, masło, kminek, sól, pieprz.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Groch namoczyć na noc z kminkiem. Odcedzić i gotować w nowej wodzie, aż się rozgotuje. Kapustę poszatkwować. Jeśli jest zbyt kwaśna, opłukać wodą. Ugotować kapustę w drugim garnku, połączyć z ugotowanym grochem, dodać liść laurowy. Cebulę obrać, pokroić w kostkę i zeszklić na maśle, wlać do kapusty z grochem. Doprawić solą i pieprzem.

Lubelskie

Pulpety z karpia

SKŁADNIKI: 1,5 kg karpia, 1 marchew, 1 cebula, 1 pietruszka, kawałek pora, kawałek selera, 4 łyżki bułki tartej, 2 jajka, żelatyna, 2-3 liście laurowe, 4 kulki ziela angielskiego, 1/2 łyżeczki pieprzu czarnego, sól.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Oczyszczonego karpia podzielić na kawałki i włożyć do garnka razem z warzywami, liśćmi laurowymi, ziarnami pieprzu i ziela angielskiego. Lekko posolić i zalać wodą, tak aby ryba i warzywa były lekko przykryte. Gotować całość do momentu, aż mięso ryby będzie z łatwością odchodziło od ości. Ugotowaną rybę precedzić razem z warzywami przez gęste sito. Mięso oddzielić od ości i zemleć w maszynce do mielenia (warzywa odrzucić). Do mięsnej masy dodać jajka, bułkę tartą i przyprawy, dokładnie wyrobić. Z przygotowanej masy formować kulki, rękami lub dwoma łyżkami. Kulki rybne wrzucić na wrzącą wodę i gotować do momentu wypłynięcia na wierzch, następnie ułożyć w salaterce i udekorować ugotowaną marchewką. Z precedzonego wywaru rybnego odlać 1 szklankę płynu, podgrzać i rozpuścić w nim żelatynę (ilość żelatyny odpowiednia do zaleceń na opakowaniu). Rozpuszczoną żelatynę dodać do pozostałego wywaru, przyprawić solą i pieprzem, następnie zalać nią kulki rybne w salaterce.

