

# **NOWALIJKI**

## **RECEPTURY Z NAJSTARSZYCH KSIĄŻEK KUCHARSKICH Z REGIONU KUJAWSKO-POMORSKIEGO**

opracował

Jarosław Dumanowski

Centrum Dziedzictwa Kulinarnego UMK w Toruniu

[jd@umk.pl](mailto:jd@umk.pl)

[www.facebook.com/kuchniastaropolska](http://www.facebook.com/kuchniastaropolska)

## **Wstęp**

Zamieszczone niżej receptury pochodzą z najstarszych ksiąg kucharskich z regionu kujawsko-pomorskiego. Wśród nich znalazły się aż trzy książki kucharskie z Grudziądza (jedna była opublikowana po niemiecku), jedna z Torunia (w dwóch nieznacznie różniących się wersjach) oraz książki z Inowrocławia i Żnina.

Proponujemy receptury na nowalijki, warzywa i owoce dostępne późną wiosną i na początku lata. To, co naprawdę będzie dostępne, zależy od pogody i odrobiny szczęścia. Pamiętajmy, że warto używać produktów świeżych, lokalnych i sezonowych: są one najlepsze, najtańsze i najzdrowsze.

Przepisy te są pewną inspiracją. Zawartych w nich wskazań nie musimy stosować dosłownie, ważne, by nam do czegoś posłużyły i byśmy spróbowali je zrozumieć. Podczas konkursu będziemy oceniać przede wszystkim smak potrawy – to zawsze jest najważniejsze, ale weźmiemy też pod uwagę ich wygląd i sposób badania. Ważnym elementem oceny będzie też przedstawienie receptury i wykonanej na jej podstawie potrawy. Dlaczego ją wybraliśmy, co nas w tym zaciękało, jak to przyrządziliśmy i dlaczego akurat nasza potrawa zasługuje na zwycięstwo? Umiejętność opowiedzenia o swojej pracy, przedstawienia jej innym, zaciękania swoim dziełem to coś bardzo ważnego. Nie zapominajmy o tym!

Więcej historycznych receptur z różnych epok i regionów możemy znaleźć na fanpage'u „Kuchnia staropolska” na Facebooku. Opowieści o dawnych ksiągkach kucharskich można obejrzeć na kanale YouTube „Kuchnia bardzo staropolska”. O tym jak i po co czytać dawne książki kucharskie dowiemy się z książki J. Dumanowski, M. Kasprzyk-Chevriaux, *Kapłony i szczeżuje. Opowieść o zapomnianej kuchni polskiej* (wydawnictwo Czarne).

A najstarsze polskie książki kucharskie wydajemy od wielu lat w serii „Monumenta Poloniae Culinaria” publikowanej przez Muzeum Pałacu Króla Jana III w Wilanowie – do tej pory ukazało się aż dziewięć tomów. W oparciu o te książki i bardzo stare receptury Muzeum organizuje także warsztaty, pokazy i lekcje kulinarne, do udziału w których serdecznie zachęcamy.

*Jarosław Dumanowski*

# Receptury

1. **M. Hooff, Martha. *Eine zuverlässige Rathgeberin in der Kochkunst und in den meisten anderen Zweigen der Hauswirthschaft*, M. Hooff, Martha. *Eine zuverlässige Rathgeberin in der Kochkunst und in den meisten anderen Zweigen der Hauswirthschaft*, Grudziądz 1866.**

## Zupa szczawiowa

Z liści szczawiu usuwa się grube fragmenty, zalewa się go wodą i stawia na ogniu. Należy wziąć sporo szczawiu, bo podczas gotowania traci on na objętości i łatwo o zbyt rzadką zupę.

Do ugotowanego i przetartego przez sito szczawiu dodaje się żółtko, śmietanę i mąkę, soli, dokładnie kawałek masła i ponownie zagotowuje.

Szczaw można też gotować w bulionie z kury lub cielęciny, nie należy jednak nigdy oszczędzać na jajach, śmietanie i maśle, jeśli zależy nam na dobrym smaku. Na 2 osoby trzeba liczyć jedno żółtko. Jeśli brakuje jaj, to trzeba zadowolić się większą ilością mąki.

Do zupy podaje się jaja ugotowane na półmiękkko albo kluski z mąki pszennej.

## Szparagi

Szparagi obiera się zaczynając od dołu i posuwając się w kierunku główki (nie skrobiąc) dość grubo, szczególnie wtedy, gdy przyrządza się niezbyt młode szparagi.

Następnie należy je umyć, związać łykiem po 15-18 sztuk, postawić na ogniu w dużej ilości wody, tylko delikatnie posolić i ugotować do miękkości, co następuje zazwyczaj po pół godziny gotowania. Przesolone szparagi tracą swój delikatny smak. Gotują się szybko, przed podaniem trzeba sprawdzić, czy już są miękkie.

Ugotowane szparagi wyjmuje się z wody, odsącza na sicie, układa na misie, rozcina łyko i serwuje ułożone główkami do środka. Szparagi podaje się ze zrumienionym masłem lub innym z opisanych sosów do szparagów, można też podać do nich raki. Szparagi serwuje się do wędzonego łososia albo surowej szynki.

Po obraniu szparagi można też pokroić na kawałki długości cala, a gdy ugotują się do miękkości, dodać do nich trochę jasnej zasmażki z mąki i masła, słodkiej śmietany i troszkę kwiatu muszkatołowego. Do tak przyrządzanych szparagów bierze się tylko trochę wody, żeby nie powstało zbyt dużo sosu.

### **Szparagi z marchewką**

Szparagi i młode marchewki w równych ilościach należy umyć, obrać, pokroić na kawałki długości cala i w niewielkiej ilości lekko posolonej wody postawić na ogniu. Gdy zmiękną, dodaje się do nich jasnej zasmażki z mąki i masła, trochę cukru, odrobinę kwiatu muszkatołowego i wedle uznania trochę bardzo drobno posiekanej natki pietruszki. Wszystko to gotuje się, aż powstanie gęsty sos.

Szparagi z marchewką podaje się do smażonego klopsa, sznycla, surowej szynki i in.

### **Sosy do szparagów i kalafiora**

#### **Bez jaj i cukru, ale ze śmietaną**

W tyglu przygotowuje się jasną zasmażkę z mąki pszennej i świeżego masła, dolewa do niej trochę bulionu warzywnego i sporo słodkiej śmietany.

Sos zagotowuje się i szybko polewa warzywa, żeby masło się nie oddzieliło. Wedle uznania można doprawić niewielką ilością kwiatu muszkatołowego.

#### **Ze śmietaną i cukrem oraz ewentualnie z jajami**

Słodką śmietaną wymieszaną z niewielką ilością bulionu warzywnego stawia się na ogniu, a gdy się gotuje, zagęszcza mąką pszenną i dodaje kilka żółtek (ich użycie nie jest jednak konieczne). Ugotowany gęsty sos doprawia się cukrem, niewielką ilością soli i kwiatem muszkatołowym.

#### **Bez śmietany i cukru**

W tyglu przygotowuje się jasną zasmażkę z drobnej mąki pszennej i świeżego masła, dolewa trochę bulionu warzywnego, gotuje, aż stanie się gęste i doprawia odrobiną kwiatu muszkatołowego. Kto lubi, może dodać do sosu kilka żółtek.

Jeśli sos serwuje się do szparagów albo kalafiora z rakami, wtedy do wszystkich trzech jego wersji dodaje się sporo masła z raków i ich mięso.

### **Kalarepa**

Kalarepę obiera się dość grubo aż do białej części i kroi ją w małe plastry. Do gotowania bierze się tylko młode i miękkie główki. Po pokrojeniu blanszuje się je we wrzącej wodzie, odlewa wodę, a następnie gotuje kalarepę do miękkości w bulionie wołowym lub baranim. Przygotowuje się do niej zasmażkę z mąki, dorzuca drobno posiekaną natkę pietruszki i dodaje ugotowane mięso. Jeśli nie serwuje się zupy ugotowanej na mięsie, to można ugotować kalarepę z warzywami.

Kalarepę można też pokroić na podłużne kawałki, ugotować w lekko osolonej wodzie i podać z jednym z opisanych wyżej sosów do szparagów. Kalarepę podaje się do smażonego klopsa, kotletów i in.

### **Faszerowana kalarepa**

Bierze się dość dużą, ale wciąż młodą i miękką główkę kalarepy, obiera, myje i usuwa środek w taki sposób, że najpierw odcina się plaster od góry, który wykorzysta się potem jako pokrywkę. Kalarepę napełnia się dobrym farszem albo masą na klopsy, nakłada pokrywkę i związuje każdą główkę czystą białą nicią. Układa się kalarepę w dość wąskim naczyniu, zalewa wodą albo lekkim bulionem mięsnym, lekko soli i powoli gotuje do miękkości. Następnie dodaje się kilka ziaren ziela angielskiego, zasmażkę z masła oraz mąki i podgotowuje sos, aż stanie się gęsty. Sosu nie potrzeba dużo.

Jeśli kto lubi, może dodać też kilka drobno posiekanych sardeli i kaparów oraz odrobinę soku z cytryny. Nie należy dodawać śledzia czy plasterków cytryny bez pestek. Przed podaniem ostrożnie usuwa się nic.

### **Faszerowana główka kapusty**

Duże twarde główki białej kapusty oczyszcza się z luźnych i uwiedłych liści. Wycina się twardą część łodygi, ale niezbyt głęboko, żeby liście nie zaczęły odstawać od główki. Od dolnej części główki odcina się pokrywkę na grubość dwóch palców, usuwa wewnątrz główki, usunięte liście (ale nie twardą łodygę) sieka się bardzo drobno i miesza z dobrą masą na klopsy.

Masą wypełnia się główkę kapusty, sznurkiem na krzyż przywiązując się do niej pokrywkę, owija w serwetę po 2-3 główki razem i gotuje w osolonej wodzie w odpowiednio dużym naczyniu. Trwa to około 2-3 godziny, więc trzeba albo zacząć przygotowania wcześniej, albo przyrządzić masę na klopsy poprzedniego wieczora, jeśli nie chcemy spóźnić się z obiadem.

Ugotowane główki odsącza się, układa w głębokiej misie, usuwa sznurek i polewa sosem śledziowym.

**2. Kuchnia polska: niezbędny podręcznik dla kucharzy i gospodyń wiejskich i miejskich oraz poradnik w wielu gałęziach gospodarstwa domowego, Toruń 1885.**

**Chłodnik ze szczawiu, buraczków lub botwiny**

Utrzeć sporą garść pokrajanego zielonego kopru z solą, odgotować usiekanego szczawiu, buraków czerwonych lub botwiny, ostudzić, włożyć trochę gęstwiny i część rosołu dla kwasu, śmietany dwie kwarty, zamieszać to wszystko, a w miarę, jak będzie gęsto lub kwaśno, rozrządzać rosołem lub śmietaną tak, aby zupa była biała i zawieszista. Na samym wydaniu włożyć kilka kawałków lodu, kilka jaj na gęsto ugotowanych i pokrajanych na cztery części, parę drobno skrajanych ogórków, kopę szyjek rakowych lub ugotowanej jakiej dużej ryby, a w niedostatku ich, cielęciny pieczonej, pokrajać w drobne podłużne paski.

Jeżeli są kalafiory lub szparagi, można je dodać w kawałkach, osobno ugotowane w wodzie i ostudzone.

**Zupa agrestowa**

Ugotować agrestu ile potrzeba, przefasować przez sito, rozprowadzić wodą o tyle, ile chce się mieć zupy, zabielić ją śmietaną i mąką, osłodzić, zaziębić w lodzie i wydać na stół. Tym samym sposobem robi się zupa z jabłek, gruszek, śliwek albo i wszelkich innych owoców na zimno, który to gatunek zup nazywają garuskami.

**Zupa szczawiowa**

Obierz dosyć sporą ilość szczawiu, podłóż w rondel łyżkę masła, wsyp na to szczaw i postaw na ogień, niech się dusi; gdy miękki, zarzuć szczyptą mąki, rozmieszaj i odstaw, niech wychłodnie; poczem wbij w to sześć żółtek, kwartę kwaśnej śmietany, wymieszaj, rozprowadź rosołem o tyle, o ile ci zupy potrzeba, zagotuj mieszając i wydaj na stół z grzankami, albo z kaszą perłową. Kaszę trzeba najprzód wypłukać w zimnej wodzie a potem osobno zagotować na gęsto, odłożyć na sito, odłożyć na sito, aby obeschła, i gdy się zupa z śmietaną zagotuje, wówczas ją włożyć. Można i z ryżem dać; jeżeli już ku jesieni, a szczaw stary, udusić na maśle, przez sito przefasować, z resztą postąpić jak wyżej.

Zimową porą używa się do tej zupy szczawiu marynowanego. Bierze się go pół kwarty, wymacza lub wypłókuje z soli i postępuje jak wyżej.

Chcąc mieć szczawiową zupę postną, postępuje się zupełnie tak, jak z szczawiową zupą mięsną, tylko zamiast rosółu, używa się czystej wody, zabiela ją śmietaną i wydaje z jajami faszerowanymi lub bez takowych.

### **Zupa z grochu zielonego**

Młodego grochu wyłuskanego nastawić w rosole, dodając do niego jedną cebulkę, zielonej pietruszki, kopru i gotować na miękko; poczem fasować, go przez sito. Gdy już przetarty wszystek groch, zaprawić zupę z łyżką masła i pół łyżką mąki, dwoma żółtkami na 4 osoby, a rozgrzawszy tylko, żeby się nie gotowała, wylać w wazę, podając osobno drobne w kostkę krajane grzanki, smażone na maśle.

### **Purée z marchwi**

Ugotować bulion jak zwyczajnie. Wziąć kilkanaście oczyszczonej i pokrajanej młodej marchwi, zalać bulionem, dodać kawałek masła i dusić pod pokrywą; skoro udusi się na miękko, przefasować, rozpuścić kawałek masła, wsypać parę łyżek mąki, podmacerować tem marchew, wymieszać, włożyć trochę cukru i rozprowadzić bulionem, żeby zupa nie była zbyt gęsta; ogrzać i wydać z osuszonymi grzankami.

Takie zupy można dawać z rozmaitych jarzyn, jako to: brukwi, rzepy, zielonego grochu i. t. p.

### **Zupa zimna (na 12 osób)**

Wstawić do lodu trzy kwarty kwaśnej śmietany, wlać do niej dwie kwarty soku z kwaśnych ogórków, wymieszać i pozostawić w lodzie. Potem obrać kilka świeżych ogórków, pokrajać je i posolić jak na mizeryą. Mieć pół kopy naobieranych szyjek i nóżek z raków, odpieczonego kapłona albo przynajmniej kawał cielęcej pieczeni, pokrajać jedno czy drugie w drobne kawałeczki, albo jeżeli już jest groch zielony, albo szparagi, pokrajać toż samo na drobno, odgotować w słonej wodzie, obrać drobną garść liści burakowych z tej skórki, którą powleczone są badyłki; skrajać te badyłki w kostkę i odgotować także w słonej wodzie, które to wszystkie ingrediencye, gdy już należą miękko, dodawszy do nich jeszcze kilka jaj, ugotowanych na twardo i skrajanych, włożyć razem do tej śmietany z sosem ogórkowym w lodzie stojącej, zamieszać delikatnie, skosztować czy dość słone, co być powinno. Zupa w ten sposób przygotowana powinna dokładnie zaziębnąć. Jeżeli nagła potrzeba, można dorzucić do niej kawałek czystego lodu, dodać do tej zupy kopru drobnego, zsiekanego

z szczypiorem i zagotowanego, który także w tę zupę dodać potrzeba. Wreszcie podać tę zupę na stół ze wszystkimi ingrediencyami.

### **Szpinak lub lebioda**

Naobieraj z korzonków i innej nieczystości, opłócz w wielkiej ilości wody, spuść do wrzącej wody, posól, zagotuj kilka razy, odcedź na durszlaku, przelej zimną wodą i usiekaj nie bardzo drobno; poczem zrób z masła i mąki zaprażkę, daj ten szpinak do niej, rozmieszaj, rozprowadź na wolno rosołem, jeżeli zaś w poście, to słodką śmietanką, osól, zagotuj i daj na półmisek, obłóżywszy go omletem, który się tak sporządza: Rozbij 3 lub 4 jaja na talerzu w małej ilości mleka słodkiego, rozpuść na patelni masła jak włoski orzech, wlej te jaja do niego i smaź aż się całkiem zetną tak jak naleśnik. Potem zwiń to w trąbkę, przysmaż znowu cokolwiek i pokraj na calowe kawałki, tem obłóż szpinak w koło i daj na stół, albo nakraj z bułki grzanek, maczaj w słodkim mleku, potem w rozbitem jajku, posmaż na rumiano w rozpalonej tłustości i tem obłóż szpinak, albo narób drobnych kotletów z jakiego mięsiwa, podsmaż i tem garniruj. Równie można szpinak niemieckimi kielbasami obłóżyć.

### **Szczaw świeży na jarzynę**

Wziąć dużo masła, włożyć usiekany i sparzony szczaw i dusić w niem, a gdy już dobrze miękki, włożyć parę łyżek śmietany, trochę cukru, poddusić i obłóżyć grzaneczkami podsmażonemi w maśle lub cielęcymi kotletami.

### **3. A. de Saint-Paul, *Ilustrowany kucharz polski. Praktyczny podręcznik kuchenny i spiżarniany zawierający wypróbowane przepisy gotowania tanich a smacznych potraw*, Inowrocław 1899.**

#### **Chłodnik**

Kwas buraczkowy lub kwas z kiszonych ogórków, rozprowadza się wodą, aby był lekko tylko kwaskowy, gotuje się i szumuje, tak odgotowany i precedzony, wynosi się piwnicy lub na lód; do wazy kładzie się następujące rzeczy, niekoniecznie wszystkie, spiżarnia wskaże jakie są: obgotowane i obrane szyjki i nóżki rakowe, jaja twarde na cztery pokrajane części, drobno posiekany szczypiorek i koperek, w talarki pokrajane ogórki świeże i kiszone, trochę sparzonej boćwinki, tj. młodych listków ćwikły. Jeżeli chłodnik nie postny, cielęca lub wołowa pieczeń

w kostkę pokrajana, jesiotr pieczony także w kostkę pokrajana, jesiotr pieczony także w kostkę krajany; ostudzony już kwas zaprawia się dobrą bitą śmietaną; jeżeli chłodnik ma być dobry, bierze się tyle śmietany, ile się użyło kwasu. Tak rozmięczony kwas ze śmietaną leje się do wazy, do której wrzucić można czysto opłukanego i potłuczonego w średnie kawałki.

### **Podczas**

Gdy kapusta zaczyna dopiero związać główki, zerwać młodych liści, kapusty, brukwi i kalarepy, umyć, zaparzyć gorącym mlekiem lub wodą i dobrze obgotować, odcedzić i usiekać drobno, osobno rozprowadzić zasmażki łyżką wodą, dodać masła o trochę cukru, w to włożyć siekany podczas i dusić; gdy gotowy posolić do smaku, wydać na półmisek, obkładając gotowanym wędzonym ozorem, boczkiem lub grzankami.

### **Szpinak**

Naprzód należy szpinak dobrze przebrać grube łodygi odrzucić, w ziemnej wodzie kilka razy umyć i zalawszy słoną wodą, zagotować; potem odcedzić wycisnąć z wody i siekać, spora łyżkę zasmażki rozprowadzić śmietanką słodką, dodać masła, w to włożyć siekany szpinak i dusić jeszcze. Podaje się do kotletów cielęcych lub obkładany jajami twardymi w połówkach.

## **4. *Kuchnia polska: niezbędny podręcznik dla kucharzy i gospodyń wiejskich i miejskich oraz poradnik w wielu gałęziach gospodarstwa domowego, Toruń 1901.***

### **Barszcz żytni na świeżej botwinie**

Ugotować w wodzie sporo usiekanej botwiny, młodych buraczków, kopru i szczypiorku z solą, wziąć trochę tej gęstwiny, dolać barszczu białego żytniego, zaprawić dobrą śmietaną z mąką i wydać na stół, kładąc w zupę jaja na twardo gotowane lub faszerowane.

Taki sam żytni barszcz na rosole z burakami, włożywszy kilka główek słodkiej kapusty pokrajanej w drobne ćwiartki, oddzielnie ugotowanej, bardzo dobrze smakuje. Kwas żytni robi się przez nalanie ciepłą wodą mąki razowej i postawienie na 48 godzin w ciepłe dla zakiszenia; to samo robi się z jęczmienia śrutowanego, a będzie klarowniejszy.

### **Zupa szparagowa**

W miesiącu lipcu kiedy szparagi są już niesmaczne, lub gdy się ma dużo drobnych, pokrajać szparagi na kawałki, zagotować je w osolonym ukropie, żeby gorycz odeszła, a następnie włożyć w rosół i gotować; a gdy się dobrze rozgotują, przefasować przez durszlak, zaprawić na 4 osoby łyżką masła z mąką i zagotować razem, lub kto lubi, 1/8 litrem śmietany świeżej nie kwaśnej bardzo, zamiast masła. Na 4 osoby bierze się pół kopy szparagów. Osobno mieć zostawionych nieco pokrajanych na długość cala, ugotowanych oddzielnie w wodzie, włożyć w wazę podając na stół. Jeżeli zupa bez śmietany, to wydając rozbić w wazie 2 żółtka i w rozbite lać gorącą zupę.

### **5. *Tania kucharka, zawierająca liczne przepisy na tanie i smaczne przyrządzenie różnych potraw, o szczególnie zup, sosów, jarzyn, potraw mięsnych i postnych, Grudziądź 1906.***

### **Galarepa**

Galarepa musi być młoda i nie łyczata w środku. Obrac ją, pokrajać w kostki lub podłużne cienkie paseczki, opłukać, nalać zimną wodą, ale tylko do połowy galarepy i gotować; gdy na pół zmięknie, włożyć w nią trochę pokrajanego liścia. Zasmażkę robi się białą z mąki i masła lub smalcu; roztworzyć sosem od galarepy, wlać w galarepę i jeszcze razem gotować. Gotowana z kawałkiem mięsa skopowego lub wieprzowego przerosłego – jest lepsza.

### **Zupa szczawiowa**

Szczaw dobrze obrany, opłukany i drobno usiekany, smaży się w maśle- roztwarza się rosółem, lub smakiem z włoszczyzny i zaprawia się kwaśną śmietaną z dodatkiem mąki. Do tej zupy daje się jaja na twardo gotowane, drobno krajane, można też dać grzanki z bułki, w maśle osmażone.

**6. Nauka gotowania do użytku ludu polskiego, ułożona z prac konkursowych:  
Marii Reszelskiej, Stanisławy Mittmann i Stefanii Królikowskiej, Grudziądz  
1915.**

**Zupa z marchwi**

Pokrajać w talarki 6 lub 8 oskrobanych i opłukanych marchewek, nalać litrem gotującej wody, wsypać łyżkę cukru, osolić i gotować wolno pod pokrywą mniej więcej godzinę. Krótco przed wydaniem przefasować, zrobić zasmażkę z łyżki masła i łyżki mąki, rozprowadzić smakiem z marchwi i zagotować.

**Zupa z rabarbaru**

½ funta rabarbaru obrać z wierzchniej skórki, pokrajać, dodać starego chleba i gotować zupełnie jak zupę z jabłek<sup>1</sup>.

**Zupa ze szczawiu**

Rozgotować 3 łyżki ryżu albo perłowej kaszy w litrze wody, osolić, dodać włoszczyzny, a na samym końcu pęczek szczawiu, który się po ugotowaniu wyjmuje. Zasmażyć kawałek masła z garścią siekanego szczawiu i okrasić tem zupę.

**Druga zupa szczawiowa**

Garść szczawiu oczyścić, opłukać i gotować kwadrans w litrze wody, następnie przefasować lub posiekać drobno, osolić, zabielić pół szklanką śmietany z 2 łyżkami mąki i jeszcze raz zagotować. W dni mięsne można gotować szczaw na rosole, który się gotuje z kości i różnych

---

<sup>1</sup> Zupa z jabłek. 4 jabłka ostrugać, wykrajać pestki i środki i ugotować w kwarcie wody z kawałkiem cynamonu. Przetrzeć, aby kawałków nie było i dolać zaprawkę z mleka słodkiego z mąką oraz cukru wedle potrzeby. Można także gotować zupę, biorąc połowę jabłek i połowę gruszek; do tego jednak muszą być jabłka kwaśne; Zupa z jabłek z chlebem. 4 opłukane jabłka pokrajać, włożyć jedną ósmą funta rozmoczonego starego chleba (ile potrzeba, aby była gęsta), cynamonu i skórkę od cytryny, wlać litr wody i wszystko rozgotować. Przetrzeć przez cedzidło, dodać cukru, trochę soli i masła, i jeśli zupa nie dosyć kwaśna, dodać kwasu cytrynowego. Kwas cytrynowy kupić można w każdej drogerii, a zastąpi zupełnie cytrynę.

odpadków mięsnych. Podać z ziemniakami, można dodać do zupy parę jajek na twardo ugotowanych.

### **Zupa z koperku**

Wygotować w litrze wody garść koperku. Osobno zasmażyć łyżkę masła z 2 łyżkami mąki, rozprowadzić smakiem z kopru, zagotować i przecedzić. Na wydaniu wrzucić 2 łyżki zielonego kopru i pietruszki lub mniej, wedle smaku. Zamiast masła można zupę zabielić śmietaną. Wtedy bierze się ½ szklaneczki kwaśnej śmietany z 2 łyżkami mąki, rozklepać i wlać do zupy.

### **Zupa z selerów**

Jedną całą selerę ostrugać i ugotować we wodzie. Zarumienić kawałek masła z łyżką kaszki pszennej i rozprowadzić smakiem od selery, osolić i zagotować. Rozbić żółtko i przelać na nie zupę na wydaniu. Z pozostałej selery można zrobić w ten sam lub na drugi dzień sałatkę jak w rozdziale VII.

### **Zupa z pietruszki**

Garść zielonej pietruszki zagotować w litrze wody, zasmażyć łyżkę masła z 2 łyżkami mąki, rozprowadzić wygotowanym smakiem z pietruszki, osolić i zagotować. Podać z kartoflami albo kluskami.

### **Szpinak**

Korzonki i żółkłe liście, także i kwiecie, jeżeli już jest, odkrajać lub z zagonka wprost rwać same liście. Wypłukać 3-4 razy, włożyć do wrzącej wody i 10 minut gotować. Przekroić, dobrze wycisnąć i drobniutko posiekać. Do rondelka kładzie się łyżkę tłuszczu, pół łyżki mąki, przemieszać dobrze, włożyć w to szpinak posiekany i kilka minut przesmażyć, dobrze osolić, troszkę opieprzyć i dobrze przemieszać. Szpinak jest bardzo zdrowy, szczególnie też dla słabych dzieci, tylko trzeba im dawać bez pieprzu. W ten sam sposób można gotować lebiodę, czyli komosę, młodą pokrzywę i liście od ćwikły, te ostatnie trzeba dłużej gotować, a lebiodę wprzód godzinę namoczyć, bo trochę gorzka.

### **Galarepa**

Młodą galarepę ostrugać i pokrajać w plasterki. Zielone listki opłukać, pokrajać drobno i sparzyć wrzącą wodą i gotować razem z galarepą, dodając kawałek tłustego mięsa, skórki od słoniny albo łożku. Na wydawaniu zaprawić tłustością z mąką zapaloną i zagotować. Starszą

galarepę, z której listki nie są już do użycia, gotuje się na pół z marchwią, krając tak samo jak marchew w kosteczki. Mendel galarepy, podług wielkości, starczy z 1 funtem mięsa dla 5-8 osób.

### **Kapusta słodka na jarzynę**

Obrać kapustę z wierzchnich listków (ale na słodką lepiej jest mieszać z włoską), przekrajać na ćwiartki, sparzyć, przestudzić, wycisnąć z wody i gotować na wrzącej wodzie jak inne jarzyny. Można ją też gotować z mięsem i razem z mięsem wydać. Bierze się na przykład funt mięsa wieprzowego albo skopowego, główkę białej i główkę włoskiej kapusty.

### **Kapusta przymuszana**

Poszatkować obraną kapustę, sparzyć należycie, a gdy przestygnie, wybrać w rondelk w rumiany smalec, dodać octu, soli i kilka kwaśnych jabłek, nakryć i niech się na wolnym ogniu dusi, aż będzie ugotowaną. Na wydaniu zaprawić tłustością z mąką.

## **7. D. Wyrybkowska, *Praktyczna kuchnia domowa*, Żnin 1937.**

### **Zupa z młodej zieleńki**

Oplukać w zimnej wodzie garść przebranego szczawiu, garść szpinaku, 3 główki sałaty, pęczek zielonej pietruszki – wszystko drobno posiekać rzucić na dobry rosół, przyrządzony na kościach. Posolić i gotować 20 minut, po czym podprawić pół filiżanką śmietany, w której rozbito 1 żółtko i dwie łyżki mąki. Jako dodatek do zupy podać kaszkę krakowską, ugotowaną i pokrajaną w kostkę.

### **Zupa szczawiowa**

Czysto oplukawszy i oczyściwszy z ogonków szczaw, sieka się go i rzuca na rozpuszczone masło. Gdy się dobrze zasmaży, fasuje się przez sito, zaprawia się tym śmietaną, dodając trochę mąki i rozprowadza rosołem. Do zupy tej podaje się grzanki, krajane w drobne kostki, lub jaja na twardo ugotowane i rozkrajane na cztery części.

### **Zupa szczawiowa z omletem**

Z włoścзыzny, jak na rosół, i dwóch suszonych grzybków ugotować półtora do dwóch litrów smaku na zupę. 10 dkg marynowanego szczawiu podusić z 6 dkg masła, rozprowadzić jarzynowym smakiem, raz zagotować. Łyżkę mąki rozbić w kwaterce kwaśnej śmietany, wlać do zupy, zagotować raz tylko. Wlać do wazy, do której włożyć 3 dkg świeżego masła. Na omlet rozetrzeć 3 żółtka z dobrą łyżką mąki, osolić, włożyć osobno usiekane grzyby z zupy, rozprowadzić wodą lub mlekiem na ciasto gęstsze, niż na naleśniki. Dodać ubite na sztywną pianę białka, wymieszać. Wlać na dużą patelnię z rozpuszczonym masłem lub smalcem. Zarumienić omlet od dołu. Wstawić na kilka minut do pieca, aby się ściał. Pokrajać na duże, równe kawałki i kłaść na talerze, nalewając zupę.

### **Zupa ze świeżych ogórków**

Pięć niedużych świeżych ogórków, po obraniu ze skórki, pokrajać w plasterki i dusić z kawałkiem masła na wolnym ogniu, aż zmiękną. Ugotować półtora litra smaku z włoścзыzny, precedzić go, uduszone ogórki przetrzeć przez sito. Łyżkę masła utrzeć dobrze z łyżką mąki, rozprowadzić szklanką słodkiej śmietanki, dodać do zupy i raz zagotować. W wazie przygotować dwa żółtka, roztarte z łyżeczką masła i łyżeczką dobrze usiekanego koperku, i wlać na to wazową łyżkę zupy. Podajemy ją z pasztecikami z ryżem i jajami, w cieście kruchym lub francuskim.

### **Chłodnik na zsiadłym mleku**

Zsiadłe mleko rozbić dobrze w garnku dodać śmietany i wymieszać. Ugotować kilka oczyszczonych młodych buraczków, a gdy prawie miękkie, wrzucić w nie pokrajaną drobno botwinkę i posiekany zielony koperek. Zagotować, gdy straci surowość, buraczki drobno pokrajać. Wszystko wystudzić, zimne włożyć do przygotowanego zsiadłego mleka, dodać ogórek kiszony, pokrajany w kostkę, parę jaj na twardo, pokrajanych na cząstki; chłodnik postawić na kilka godzin przed podaniem, aby go dobrze wystudzić.

### **Łodygi i liście młodej brukwi**

Obedrzeć tylko największe liście. Obrąć kilka małych korzeni i pokrajać je w ćwiartki. Następnie łodygi ułożyć jedna na drugą i pokrajać w małe kawałki. Przed pokrajaniem należy jarzynę płukać starannie, aż w wodzie nie będzie piasku. Jarzynę tę obgotować trochę, odlać i włożyć do słoniny zastawionej z zimną wodą. Po pół godzinie włożyć pokrajane ziemniaki,

ugotować je na miękko, po czym wyjąć słoninę i lekko popieprzyć jarzynę. Można też dodać trochę gałki muszkatowej.

### **Kalarepa duszona**

Młodą, obraną ze skóry kalarepę pokrajać w plasterki lub kostki, zalać wodą tyle, aby ją przykryła; posolić dodać trochę cukru i gotować, aż będzie zupełnie miękka, pod pokrywą. Zaprawić łyżką masła i pół łyżką mąki i dla koloru włożyć trochę karmelu.

### **Kalarepa po francusku**

Pokrajać w cienkie plasterki kalarepę, liście ze środka pokrajać w cienkie paski i wrzucić do osobnej gotującej wody, zagotować kilka razy, poczem wyłożyć na sito. Cebulę drobno posiekać, zasmażyć na biało z łyżką masła, włożyć kalarepę, podlać kilku łyżkami rosółu lub bulionem, dodać trochę gałki muszkatołowej, soli i dusić powoli. Gdy miękka, wrzucić garść kopru siekanego, posypać trochę mąką, podając na stół włożyć na stół kawałek surowego masła i wszystko dobrze zamieszać.

### **Kalarepa nadziewana**

Młodą kalarepę obrać ze skóry w ten sposób, żeby wierzchy pościąć wraz z drobnymi listeczkami, a kalarepę w środku wydrążyć łyżeczką od drażenia ziemniaków. Usiekać drobno wybraną miazgę, podsmażyć z masłem do miękkości, dodać drobno usiekanej pieczeni, wołowego szpiku, tartę bułki, soli, parę jaj, śmietany i zmieszać wszystko razem. Nadziać tym farszem kalarepki, nakryć każdą ściętym z niej wierzchem, ułożyć w rondelku, zalać bulionem lub wodą, posolić i gotować pod przykryciem. Gdy już jest na wpół miękka, wsypać cukru do smaku i gotować dalej. W końcu zrobić rumianą zaprażkę z łyżki masła i łyżki mąki, rozprowadzić smakiem spod kalarepek, zabarwić rumiano karmelem i dusić w tym sosie kalarepę jeszcze ½ godziny. Starą kalarepę można tak samo przyrządzać, tylko po wydrążeniu trzeba ją poprzednio ugotować i dopiero nałożyć farszem.

### **Marchew z groszkiem i szparagami**

Pokrajaną marchew podlać trochę wodą lub bulionem, dołożyć masła i gotować do miękkości. Osobno ugotować groszek i szparagi w słonej wodzie, nie zupełnie miękko i zmieszać razem z marchwią. Zasmażyć masła z mąką, wlać do marchwi i zagotować jeszcze raz. Można ją też zaprawić śmietaną rozbitą z mąką; przed wydaniem wsypać trochę usiekanego kopru.

### **Szparagi**

Właściwa porą na szparagi jest kwiecień i maj. Należy wybierać takie, które mają ciemno-fioletowe główki, a całe są białe. Każdy szparag należy ostrożnie od góry oskrobać, a niżej ostrugać, trzymając nóż płasko, dopóki nie zejdzie zupełnie włóknista powłoka, poczem wrzucać je do zimnej wody, aby nie zczerniały. Po wypłukaniu powiązać bawełną w małe pęczki i zagotować, potem wodę odlać i powtórnie zalać drugą gorącą, dodając na kopę szparagów dwie łyżki cukru i jedną łyżkę soli; gotować dobre pół godziny. Gdy już miękkie, wyjąć je na sito, rozwiązać, ułożyć na półmisku łebkami do środka i oblać zrumienionym masłem z bułeczką.

### **Szpinak**

Przebrany dobrze szpinak obrać z korzonków, płukać kilka razy i gotować w słonej wodzie. Gdy się zagotuje, wlać w durszlak, przelać dobrze zimną wodą, wycisnąć i usiekać drobno. Rozpuścić masła z tartą bułką lub mąką, włożyć szpinak, rozprowadzić bulionem lub słodką śmietaną, posolić i smażyć. Można go podać z kotletami, jajami sadzonymi lub omлетem.

### **Szpinak z jajami na twardo**

Szpinak przyrządzić tak samo jak z śmietaną, ułożyć w piramidkę na dużym okrągłym talerzu, naokoło obstawić plasterkami jaj, gotowanymi na twardo. Jaja należy krajać wzdłuż, na wierzchu zrobić z nich gwiazdkę.

### **Salata wiosenna**

Zrywa się najdelikatniejsze wypustki liściowe i czubki: pokrzywy wielkiej: babki zwykłej lub lancetowatej, komosy czyli lebiody, krawężnika, ogórecznika, roszonek itd. Wszystko to razem sieka się drobno i miesza z młodą śmietaną doprawioną cukrem i octem.

### **Salata z kielków chmielowych**

Młode kielki chmielu myje się, wiąże jak szparagi, wrzuca do wrzącej osolonej wody i gotuje się przez 15 minut. Po tym czasie wyjmuje się, wystudzi i polewa sosem saładowym.

### **Salata z portulaki**

Portulaka, znana pospolicie kurzą stópką, dopóki młoda, daje doskonałą sałatkę. Używać można całe gałązki, które się przyrządza następująco: nieco tartej bułki przysmaża się w maśle

na brunatno, dodaje się do tego pokrajane listki portulaki, potem dodaje się cokolwiek gęstej śmietany lub żółtko. Do tego podaje się ziemniaki.

### **Sałatka z brodawnika czyli mleczu**

Brodawnik, ponieważ jest bardzo gorzki, musi być przed użyciem bielony. W tym celu nakrywa się roślinki koszykiem, przykrywa się chrustem lub przysypuje się warstwą trocin. Gdy roślina przez tę warstwę zacznie się przedzierać, zrzuca się pokrywą, a bielone listki kroi się, przyprawia octem, solą i oliwą.

### **Sałatka z mleczu**

U nas używa się mleczu bardzo mało albo wcale. Francja jako „kraj jarzynowy” ocenia bardzo pożywne składniki mleczu, szczególnie wiosną spożywa go dużo. Mlecz przyrządzamy tak samo jak sałaty, ze śmietaną lub oliwą. Specjalnie dobry jest z oliwą. Na sałatkę wybieramy listki wąskie i najmłodsze, z braku tychże, zakopujemy mlecz na 2 dni do ziemi. Robimy to następująco: wykopujemy mały dołek w ziemi, wkładamy w niego mlecz, przykrywamy lekko słomą i ziemią. W ten sposób mlecz zbieleje i zmięknie.