

HEFCIK KULINARNY

Z kuchni nie tylko warnijski gburki

Zespół redakcyjny:

Magdalena Bujewicz-Mydlak, Agata Grzegorzczuk-Wosiek, Krzysztof Matys,
Jowita Muszałowska, Monika Nowakowska, Wojciech Krzysztof Szalkiewicz,
Katarzyna Zinkiewicz

Projekt okładki (na podstawie prac Anastazji Fietisowej), koncepcja graficzna, łamanie

– Krzysztof „Pixel” Matys

O ile nie zaznaczono inaczej – zdjęcia z archiwum Powiatu Olsztyńskiego



© Copyright by Powiat Olsztyński / Wydawnictwo Media Butterfly

Wydawca:

Media Butterfly Sp. z o.o.

Prezes Zarządu – Magdalena Iwańska

ul. Turkowskiego 14, 10-691 Olsztyn

biuro@mediabutterfly.pl, tel. (89) 541 93 41

Olsztyn 2026

ISBN 978-83-974902-1-5

Biblioteczka Świętej Warmii vol. 9



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

KUCHNIA WARMIŃSKA DAWNIEJ I DZIŚ...



Obraz kuchni warmińskiej, wyłaniający się spośród obyczajów, dawnych receptur i opowieści miejscowej ludności, z dzisiejszej perspektywy zdawać się może czymś nieco odległym. Już same nazwy, choć niezwykle dźwięczne i malownicze, jak dzyndzałki, karmuszką, breja, brukowiec, kuchy, fafernuchy czy nowolatka, opisują w dużym stopniu nieistniejącą już rzeczywistość. Czy faktycznie potrawy te, wraz z czarną kuchnią i okopconym kominem pośrodku domostwa, drewnianą ławą i prostymi naczyniami, istnieją już tylko we wspomnieniach? Czy może są jeszcze przestrzenie, gdzie tętnią pełnią życia, dając obraz naszej warmińskiej tożsamości? Trzeba zacząć od przypomnienia, jaką ona była.

Warmia, od XIII wieku często nazywana ziemią świętą, nawet w potrawach odwoływała się do religijnych zapamiętań jej mieszkańców. Rok liturgiczny przenikał się z życiem codziennym, wyznaczając okresy ścisłego postu, jak i dni, kiedy wolno było jeść bardziej obficie. Widoczne to było szczególnie w kuchni ludowej, wiejskiej, w której obok potraw mięsnych, tłustych i dostatnich, był bury groch, tłuczone ziemniaki i wszechobecna kasza. Gdzieś w tym wszystkim znajdowała też swoje miejsce kuchnia zamkowa ze średniowiecznym rysem. Już nie tak przywiązana do ziemi, ale jednak bazująca na produktach dostępnych lokalnie.



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gbur

Obok tych dwóch kwitła, szczególnie za panowania XBW Ignacego Krasickiego, kuchnia pałacowa wielmożnych biskupów warmińskich w Lidzbarku Warmińskim. Tu spotykała się sarmacka tradycja z zagranicznymi modami, tworząc niepowtarzalną mieszaninę smaków i zapachów, promieniującą na cały region.

Ta wielorakość, różnorodność i bogactwo jest do dnia dzisiejszego tym najbardziej rozpoznawalnym rysem przedwojennej warmińskiej tożsamości kulinarnej. Powojenna jest już inna. Tworzą ją głównie przyzwyczajenia, obyczaje i receptury przywiezione przez ludzi, którzy przybyli na te tereny po 1945 roku.

stali', po czym żegnając się wodą święconą wychodzą, we drzwiach jeszcze wołając: 'ostańta sia z Bogam!'".

Współczesną potrawą, uznaną za symbol lokalnej, tradycyjnej kuchni, mimo niewątpliwie kresowego rodowodu, są dzyndzałki z hreczką i skrzczkami. To nic innego jak pierogi, których nazwa wywodzi się od dzyndzli, czyli „uszu” widocznych po ulepieniu na brzegach. Ciasto powstaje z mąki pszennej, a nadzienie stanowi kasza gryczana (hreczka). Podawane są ze skwarkami (skrzczkami) z podsmażonego boczku z czosnkiem i przyprawione majerankiem, solą i pieprzem. W wersji z nadzieniem z surowego mięsa wołowego - przypominają litewskie kołduny.



Symbolami tradycyjnej dawnej oraz tradycyjnej współczesnej kuchni warmińskiej są kuchy i dzyndzałki. Ten pierwszy towarzyszył rdzennym Warmiakom przez wieki, na co dzień i od święta. „Zitajcie tu nas!” – witał gości w progu chałupy gospodarz-gbur i częstował ich kieliszkiem porzeczkowego wina oraz... kuchem. Najczęściej słodkim drożdżowym ciastem z wielką umiejętnością pieczonym przez gospodynię w rozmaitych formach. Jak wspominał w książce „Kiermasze na Warmii” ksiądz Walenty Barczewski: „Zaraz po wieczery większa część gości zbierała się 'pod dom', [...] Goście muszą wziąć ze sobą przynajmniej po kuchu z kiermasu 'do posmaki na tych, co w domu ło-

Warmińską kulinarną przeszłość i teraźniejszość łączą niewątpliwie zupy rybne. Oczywiście w krainie niezliczonych jezior, stawów, rzek, strug oraz morskiego wybrzeża. Tak jak i za czasów starodawnych Prusów, tak i dziś przyrządzane na różne sposoby są pozycją wręcz obowiązkową w każdym menu. Inną polewką z wiekowymi tradycjami jest też i czernina...

Ukształtowana przez stulecia kuchnia warmińska „skończyła się”, jak i cała tradycja tych ziem, wraz z II wojną światową. Ona gruntownie zniszczyła dawny świat.



Hefcik Kulinarny. Z kuchni nie tylko warmiński gburki



Miejsce autochtonów zajęli osadnicy z różnych części dawnej II Rzeczypospolitej. Głównie „zza Bugu”, z Kresów. Ale dużą grupę stanowili też mieszkańcy centralnej Polski. Osiedlono tu także Ukraińców, deportowanych z terenów Polski południowo-wschodniej w ramach akcji „Wisła”. Oni przywieźli ze sobą kresowo-słowiańską „bazę” dla nowej już kuchni regionalnej – „warmińsko-mazurskiej”, w dużym stopniu stanowiącej fuzję różnych zwyczajów, mód i wpływów. Wprawdzie przedwojenne tradycje regionalne uległy zatarciu, ale zastąpiły je nowe, ukształtowane przez

powojenne dziesięciolecie. Jest też naturalną kolejną rzeczą, że szefowie kuchni dawne tradycyjne dania próbują serwować w nowych odstonach.

Obecnie regionalność, nie tylko warmińskiej kuchni, wyznacza lokalność używanych produktów, miejsce, w którym powstają potrawy, a przede wszystkim umiejętności i poczucie smaku kucharki czy kucharza, którzy je przyrządzają...

Agata Grzegorzczyk-Wosiek





Partnerzy



HEFCIKOWE PRZEPISY

- 9 **Bitki wołowe po warmińsku** (obiadowa) – KGW „BartąGO!wie” w Bartągu
- 10 **Grzybowa z wędzonym jesiotrem** (zupa – polewka) – KGW „BartąGO!wie” w Bartągu
- 13 **Warmińskie smarowidło z gęsi** (przekąska – poczekalnik) – KGW w Bartołtach Wielkich
- 15 **Okoń w sosie kurkowym** (obiadowa) – KGW w Bartołtach Wielkich
- 17 **Wiosenny krem z pokrzywy** (zupa – polewka) – KGW „Bęsia”
- 19 **Karmuszka warmińska** (zupa – polewka) – KGW w Borkach Wielkich
- 20 **Plince z pomoćką z dodatkiem chipsa z boczku i komosy** (obiadowa) – KGW w Borkach Wielkich
- 23 **Warmińska Bo(t-r)owianka** (zupa – polewka) – KGW „Botowianki” w Botowie
- 25 **Gulasz Forszmak** (obiadowa) – KGW w Brąswaldzie
- 26 **Warmińska zupa grzybowa z klopsami** (zupa – polewka) – KGW w Brąswaldzie
- 29 **Zaklepka – chłodnik** (zupa – polewka) – KGW „Dorotki” w Dorotowie
- 31 **Warmińskie pierogi z mięsem** (obiadowa) – KGW w Dywitach
- 33 **Karp duszony w kiszzonej kapuście** (obiadowa) – KGW w Gadach
- 34 **Śledzie na kwaszonej śmietanie** (przekąska – poczekalnik) – KGW w Gadach
- 37 **Pierogi z grzybami** (obiadowa) – KGW „Giławianki” w Giławach
- 39 **Paprykarz z leszcza i szczupaka** (przekąska – poczekalnik) – KGW „Ładne Kwiatki” w Kamionce
- 41 **Byczki Babci Basі** (obiadowa) – KGW „Klebabki” w Klebarku Małym
- 43 **Ciasto ze śliwkami** (deser) – KGiGW w Lichtajnach
- 44 **Pierogi z jagodami** (przedpołudnik – podobiadek) – KGiGW w Lichtajnach
- 47 **Bulwiaki warmińskie z soczewicą i sosem z leśnych kurek** (obiadowa) – KGW „Łęgobabki” w Łęgajnach
- 49 **Gołąbki z lina w liściach chrzanu w sosie z pieczonych czerwonych warzyw** (obiadowa)
– KGW „Marcinkowianki” w Marcinkowie
- 50 **Kaczka pieczona po biskupiemu** (obiadowa) – KGW „Marcinkowianki” w Marcinkowie
- 53 **Dzyndzałki warmińskie z hreczką po najdymowsku, zwane tudzież Pierogami Bogdana** (obiadowa)
– KGW „Malinki” w Najdymowie
- 55 **Warmińska zupa rybna** (zupa – polewka) – KGW „Nowalijki” w Nowej Wsi
- 57 **Kwaśna zupa z kluskami z denka** (zupa – polewka) – KGW w Podleśnej
- 59 **Farszynki** (obiadowa) – KGW „Dziarskie Babki” w Raszagu
- 61 **Kaczka po warmińsku z zasmażoną kapustą** (obiadowa) – KGW w Rentynach
- 63 **Karmuszka warmińska – zupa gulaszowa** (zupa – polewka) – KGiGW w Różyńce
- 64 **Grzybowiki wg przepisu babci Genowefy** (kolacyjna – zacierz) – KGiGW w Różyńce
- 67 **Zupa rybna z dodatkiem raka** (zupa – polewka) – KGW „Stawigudziarki” w Stawigudzie
- 69 **Prosta i smaczna sałatka ziemniaczana** (przekąska – poczekalnik) – KGW „Szałstry”
- 70 **Kapusta po warmińsku** (przekąska – poczekalnik) – KGW „Szałstry”
- 73 **Mistrzowska golonka po warmińsku** (obiadowa) – Zakłady Mięsne WARMIA
- 75 **Śledziowy dwustój warmiński** (przekąska – poczekalnik) – Gospodarstwo Rybackie GADY

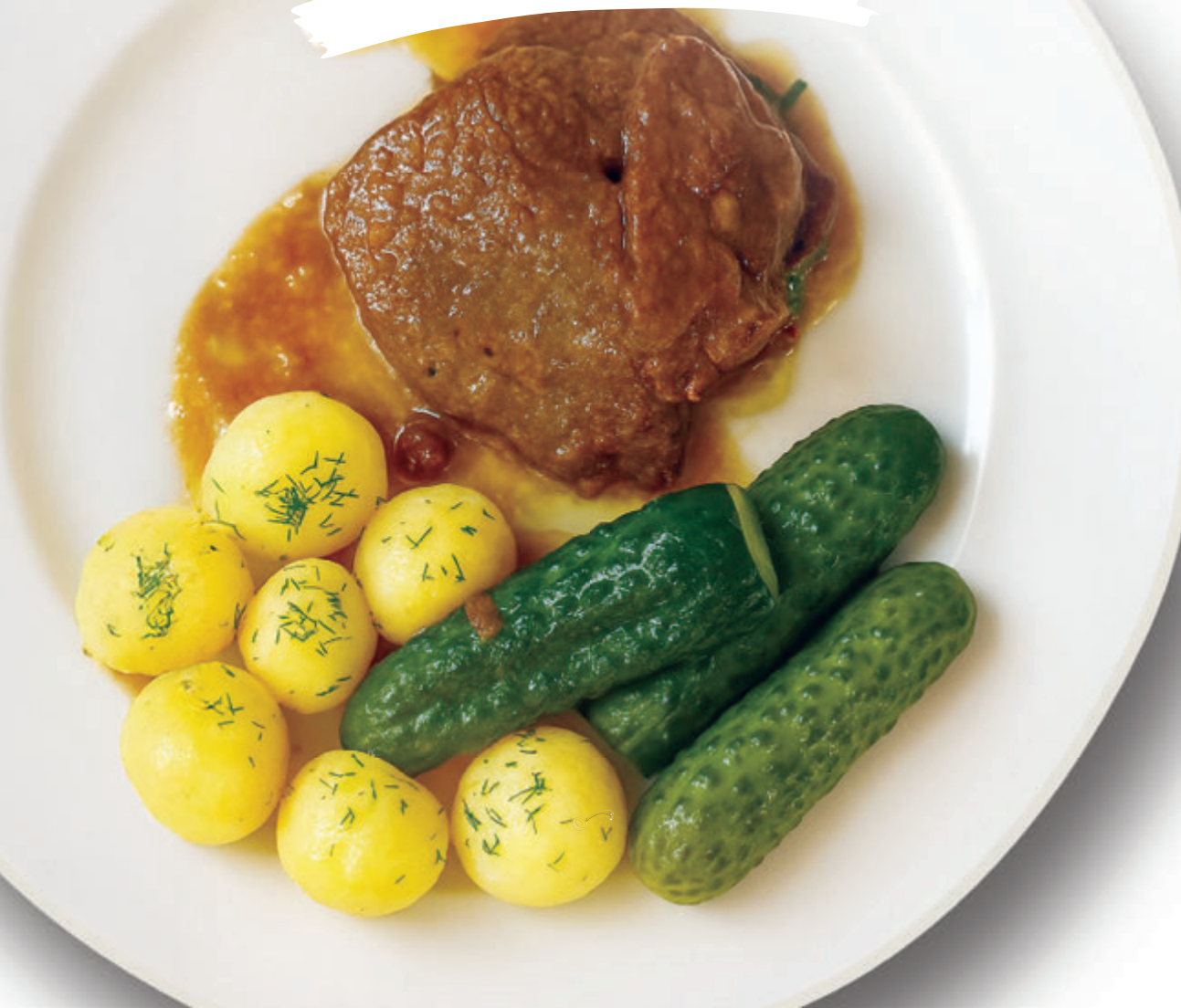


Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Agnieszka Korbańska
Liliana Jabłońska-Kaczmaryk
Karolina Tybuchowska-Hartlińska
Katarzyna Jankowska

**Koło Gospodyń Wiejskich „BartąGO!wie”
w Bartągu**





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warmiński gburki

NA OBIAD

BITKI WOŁOWE PO WARMIŃSKU

*Zmodyfikowany przepis zaczerpnięty
z przepisników kuchni warmińskiej*

Przygotowanie:

Wołowinę pokroić w plasty po ok. 1 cm grubości. Każdy plaster lekko rozbić tłuczkiem, posypać solą i świeżo mielonym pieprzem. Obtoczyć delikatnie w mące.

Obsmażanie (20 minut): Na smalcu i maśle rozgrzanym na patelni obsmażyć bitki z obu stron na złoty kolor (po ok. 3–4 minuty na stronę). Mięso przełożyć do garnka żeliwnego lub rondla.

Warzywa i przyprawy (15 minut): Na tej samej patelni zeszklić pokrojoną w piórka cebulę. Dodać starte na grubych oczkach marchew, pietruszkę i seler. Pod koniec dodać przeciśnięty czosnek. Całość przesmażyć ok. 5 minut.

Duszenie (1 godzina 45 minut): Warzywa przełożyć do garnka z mięsem. Zalać bulionem, dodać liście laurowe, ziele angielskie i ziarna pieprzu. Dusić pod przykryciem na bardzo małym ogniu (ok. 1 godz. 45 minut), aż mięso będzie miękkie. W razie potrzeby dolać odrobinę bulionu lub wody.

Wykończenie sosu (10 minut): Gdy mięso będzie miękkie, wyjąć liście laurowe i ziele angielskie. Sos doprawić majerankiem, solą i pieprzem do smaku. Można zmiksować część warzyw, aby sos był bardziej aksamitny.

Podanie:

Delikatne bitki wołowe w gęstym, pachnącym sosie podane w eleganckiej, białej porcelanie. Mięso oblane lśniącem sosem, posypane świeżym koperkiem, tworzy harmonijny kontrast barw. Obok – gotowane ziemniaki w całości, również otulone koperkiem, symbolizujące prostotę warmińskiej kuchni. Całość dopełnia chrupiący ogórek małosolny, podany na małej deseczce, który nadaje daniu świeżości i przełamuje jego treściwy charakter.

Składniki (na 6 porcji)

wołowina z udźca
– 1,2 kg (ok. 12 plastrów po 100 g)
cebula – 3 sztuki (ok. 45 dag)
marchew – 20 dag (2 sztuki)
pietruszką (korzeń) – 10 dag (1 sztuka)
seler (korzeń) – 10 dag (1 kawałek)
czosnek – 3 ząbki
smalec gęsi lub wieprzowy – 2 łyżki (30 g)
masło – 1 łyżka (15 g)
mąka pszenna – 2 łyżki (20 g)
bulion wołowy – 800 ml
liść laurowy – 3 sztuki
ziele angielskie – 5 ziaren
pieprz czarny ziarnisty – 6 ziaren
sól – do smaku
pieprz czarny mielony – do smaku
świeży majeranek
– 1 łyżeczka (lub 1/2 łyżeczki suszonego)
świeża natka pietruszki
– 1 pęczek (do posypania)





Hełcik Kulinarny. Z kuchni nie tylko warmiński gburki

ZUPA – POLEWKA GRZYBOWA Z WĘDZONYM JESIOTREM

Zmodyfikowany przepis zaczerpnięty z przepiśników kuchni warmińskiej

Przygotowanie:

Świeże grzyby oczyścić, pokroić w plasterki. Jeśli używamy suszonych – zalać ciepłą wodą na minimum 1 godzinę, potem odcedzić, a wywar zachować.

Podsmażenie: Na maśle i oleju zeszklić posiekaną cebulę. Dodać grzyby i chwilę podsmażyć, aż puszczą aromat.

Gotowanie wywaru: Do garnka wlać bulion (ewentualnie z dodatkiem wywaru z moczenia grzybów). Dodać marchew, pietruszkę i seler pokrojone w drobną kostkę. Dorzuć liście laurowe, ziele angielskie i pieprz w ziarnach. Gotować 15 minut.

Dodanie ziemniaków: Ziemniaki obrać, pokroić w kostkę, wrzucić do zupy. Gotować kolejne 15 minut.

Dodanie grzybów: Do zupy przełożyć podsmażone grzyby z cebulą. Gotować jeszcze 10 minut.

Wędzony jesiote: Filet z jesiotra pokroić w kostkę lub większe kawałki. Dodać do zupy pod koniec gotowania, aby tylko się ogrzał (nie gotować długo, by nie stracił smaku).

Zaprawienie śmietaną: Śmietanę roztrząpać z łyżką mąki i kilkoma łyżkami gorącej zupy, następnie wlać do garnka, cały czas mieszając.

Doprawić solą i świeżo mielonym pieprzem do smaku.

Wykończenie: Zupę podawać gorącą, posypaną świeżym koperkiem.

Podanie:

Zupa serwowana w porcelanowej bulionówce z uchem, by podkreślić jej domowy charakter i wygodę degustacji. Na powierzchni unoszą się grzyby leśne, a centralnie spoczywa delikatny kawałek wędzonego jesiotra. Całość zwieńczona kropłą śmietany i gałązką koperku. Obok, na małej deseczce, podany kawałek warmińskiego chleba żytniego na zakwasie oraz cienki chips ziemniaczany, dodający chrupkości.

Składniki (na ok. 6 porcji)

grzyby leśne świeże – 30 dag (np. podgrzybki, borowiki, maślaki) lub suszone – 5 dag, wcześniej namoczone w 300 ml wody

jesiote wędzony – 25 dag (filet, bez ości)

bulion warzywny lub rybny – 1,5 litra

ziemniaki – 40 dag (ok. 5 średnich sztuk)

marchew – 15 dag (1 większa sztuka)

pietruszkę korzeń – 10 dag (1 sztuka)

seller – 10 dag (kawałek)

cebula – 1 sztuka (ok. 10 dag)

śmietana 18% – 200 ml

masło – 3 dag (1 łyżka)

olej rzepakowy – 2 łyżki (20 ml)

mąka pszenna – 1 łyżka (10 g)

liść laurowy – 2 sztuki

ziele angielskie – 3 sztuki

pieprz czarny ziarnisty – 6 sztuk

sól – do smaku

świeży koperek – 1 mały pęczek (ok. 20 g)





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



**Koło Gospodyń Wiejskich „BartąGO!wie”
w Bartągu**





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Bożena Szubert
Jadwiga Rehberg
Albina Rydel

**Koło Gospodyń Wiejskich
w Bartołtach Wielkich**





Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

NA PRZEKĄSKĘ – POCZEKALNIK WARMIŃSKIE SMAROWIDŁO Z GĘSI

Przepis Babci Róży, przekazywany z pokolenia na pokolenie

Składniki:

dwa gęsie udka (lub ok. 1 kg mięsa gęsiego z innych części tuszki)

sadło gęsie lub smalec z gęsi ok. 0,5 kg do 1 kg (w zależności od ilości mięsa, tak aby całkowicie je przykryć)

150 ml dobrego soku jabłkowego

2-3 żdźbła trawy żubrowej (turówki wonnej)

2-3 ząbki czosnku

2-3 liście laurowe

kilka ziaren ziela angielskiego

sól, świeżo zmielony czarny pieprz (do smaku)

1-2 słodko-winne jabłka (np. szara reneta) dodane w połowie gotowania

Przygotowanie:

Marynowanie mięsa (opcjonalne, ale polecane dla smaku): Mięso z gęsi natrzyj solą i czarnym pieprzem. Do soku jabłkowego dodaj pokrojone w plasterki ząbki czosnku, liście laurowe, ziele angielskie i żdźbła trawy żubrowej. Zalej mięso marynatą i wstaw do lodówki na 24 godziny.

Wytapianie smalcu: Sadło gęsie (jeżeli używasz surowego) pokrój w drobną kostkę i wytop na małym ogniu w rondlu o grubym dnie. Chrupiące skwarki możesz odłożyć (świetnie pasują np. do krupniku). Jeśli używasz gotowego smalcu gęsiego, po prostu go roztop. Połącz roztopiony smalec z ewentualnym smalcem pozostałym z pieczenia korpusów gęsich, jeśli taki posiadasz. Tłuszczu musi być tyle, aby całkowicie przykryć mięso.

Gotowanie mięsa: Mięso gęsie (razem z przyprawami z marynaty i trawą żubrową, jeśli marynowałeś) włóż do rondla z gorącym smalcem. Gotuj na bardzo wolnym ogniu przez 2-3 godziny, a nawet 4-5 godzin, aż mięso będzie bardzo miękkie i łatwo będzie odchodzić od kości; czas gotowania zależy od wielkości i rodzaju mięsa. Jeśli dodajesz jabłka, obierz je, oczyść z gniazd nasiennych, pokrój na kawałki i dodaj do rondla w połowie gotowania mięsa po 1,5-2 godzinach.

Rozdrabnianie i łączenie: Gdy mięso jest dostatecznie miękkie wyjmij je z rondla, kości usuń. Mięso poszarp widelcem na małe kawałki (włókna). Wymieszaj poszarpane mięso z wytopionym tłuszczem i przyprawami z rondla. Dopraw jeszcze solą i pieprzem do smaku.

Podanie:

Smarowidło podawane jest z pajdą wiejskiego chleba, solą i kiszonym ogórkiem.



Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

NA OBIAD

OKOŃ W SOSIE KURKOWYM

Przepis przekazywany z pokolenia na pokolenie

Przygotowanie:

Kurki dokładnie oczyścić (duże przekroić na pół). Na patelni rozpuścić 1 łyżkę masła, dodać kurki i smażyć na średnim ogniu, aż woda odparuje, a grzyby zaczną się rumienić. Doprawić solą i pieprzem, odłożyć na bok.

Smażenie ryby: Filety okonia osuszyć papierowym ręcznikiem. Doprawić solą i pieprzem. Na dużej patelni rozgrzać oliwę z resztą masła. Filety ułożyć skórą do dołu i smażyć przez około 3-4 minuty, aż skóra będzie chrupiąca i złociста. Następnie przewrócić na drugą stronę i smażyć jeszcze przez 1-2 minuty. Ryba powinna być gotowa. Zdjąć ją z patelni i trzymać w ciepłym miejscu.

Na tej samej patelni, na której smażona była ryba, zeszklić drobno posiekaną szalotkę. Zmniejszyć ogień, wlać śmietanę, dodać podsmażone kurki. Sos gotować na wolnym ogniu przez 2-3 minuty, aż zgęstnieje. Dodać posiekany koperek, doprawić do smaku solą i pieprzem.

Podanie:

Filety z okonia wyłożyć na talerze, połączyć obficie sosem kurkowym. Podawać bezpośrednio po przygotowaniu. Danie świetnie komponuje się z puree ziemniaczanym lub świeżymi, sezonowymi warzywami.

Składniki:

4 filety z okonia ze skórą (około 150-200g każdy)

200 g świeżych kurek

1 mała szalotka lub 1/2 małej cebuli

100 ml śmietany kremówki 30%

2 łyżki masła

1 łyżka oliwy

1 pęczek drobno posiekanego koperku

sól i pieprz do smaku





Hełcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Wioletta Weremczuk
Ewa Domańska
Kazimiera Roman
Jadwiga Rehberg
Grażyna Kwas
Albina Rydel
Ewa Obuchowicz

**Koło Gospodyń Wiejskich
w Bartołtach Wielkich**





Hefcik Kulinarny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Dorota Chyczewska
Marta Piskorz
Marzenna Bigus
Henryka Ścierzyńska
Joanna Sieradzka
Małgorzata Knakowska

Koło Gospodyń Wiejskich „Bęsia”





Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

ZUPA – POLEWKA WIOSENNY KREM Z POKRZYWY

Przepis tradycyjny, przekazywany z pokolenia na pokolenie

Składniki:

5 ziemniaków (ok. 300-500 gram)
1 marchew
1 pietruszka
pół selera
por
2 średnie cebule
6 ząbków czosnku
0,5 kg liści pokrzywy
1 l bulionu (na żeberkach ok. 0,5 kg)
2 łyżki masła klarowanego
10 dag sera feta
grzanki tostowe według uznania
8 plastrów boczku z grilla

Przygotowanie:

Ugotować wywar z żeberek i warzyw, następnie dodać pokrojone w kostkę ziemniaki. Usmażyć na maśle drobno pokrojone cebulę i czosnek, dodać do gotujących się ziemniaków. Umyte liście pokrzywy pokroić, dodać do zupy, doprawić solą i pieprzem. Gotować około 15-20 minut, aż liście pokrzywy będą miękkie. Po ugotowaniu zblendować.

Podanie:

Do bulionówek wlewamy krem. Na wierzch kruszymy fetę, posypujemy grzankami i kładziemy plastry grillowanego boczku. Ozdabiamy liśćmi pokrzywy.



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Bogumiła Pstrągowska

**Koło Gospodyń Wiejskich
w Borkach Wielkich**





Hefcik Kulinarny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

ZUPA – POLEWKA KARMUSZKA WARMIŃSKA

Przepis naszej babci

Składniki:

500 g łopatkı wieprzowej
500 g boczku wieprzowego
3 szt. marchewki
3 szt. pietruszki (korzeń)
2 seleri naciowe
150 g fasoli białej
150 g fasoli czerwonej
300 g białej kapusty
2 szt. cebuli
1 śmietana 18%
1 koncentrat pomidorowy
2 liście laurowe
5 g soli
3 g pieprzu
18 g majeranku
50 g natki pietruszki
10 g mąki

Przygotowanie:

Fasolę namoczyć przez ok. 10 godzin lub noc. Po namoczeniu ugotować do miękkości – ok. 60 min. Marchew, pietruszkę i cebulę kroimy w kostkę. Kapustę siekamy. Łopatkę wieprzową kroimy w grubszą kostkę i oprószamy mąką. Boczek dzielimy na mniejsze kawałki. W dużym garnku podgrzewamy smalec i smażymy na złoty kolor boczek oraz łopatkę. Dodajemy sól, pieprz i majeranek. Po podsmażeniu dodajemy pokrojoną cebulę i wszystko razem dusimy 10 minut. Następnie dodajemy posiekaną kapustę, pietruszkę, marchew, seler i liście laurowe. Zalewamy wszystko wodą, tak aby zakryć wszystkie składniki i dusimy przez 1 godzinę. Po tym czasie dodajemy fasolę i koncentrat pomidorowy. Dalej gotujemy przez 20 minut.

Podanie:

Zupę nakładamy do głębokich talerzy, dodajemy łyżkę śmietany 18% oraz swojski chleb. Dekorujemy posiekaną natką pietruszki.



Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

NA OBIAD PLINCE Z POMOĆKĄ Z DODATKIEM CHIPSA Z BOCZKU I KOMOSY

Przepis babci Bogumiły Pstrągowskiej

Przygotowanie:

Ziemniaki umyć i obrać. Zetrzeć na tarce o małych oczkach. Odcedzić. Dodać jajka, pieprz, sól. Zetrzeć 1 cebulę, dodać mąkę pszenną i wymieszać. Zostawić w temperaturze pokojowej na 15 minut, następnie przemieszać.

Rozgrzać olej na patelni. Masę ziemniaczaną nakładać większą łyżką kuchenną i rozprowadzać na okrągły placek. Smażyć na złocisty kolor z obu stron.

Przez praskę przecisnąć twaróg do miski. Dodać 2-4 łyżki śmietany 18%, sól i pieprz do smaku, przeciśnięty przez praskę czosnek oraz resztę cebuli. Wszystkie składniki wymieszać i odstawić na 15 minut.

Komosę umyć i cienko posiekać. Poporcjować boczek na plastry i usmażyć do uzyskania chipsa.

Podanie:

Na półmisku ułożyć placek i 2 łyżki masy twarogowej, powtórzyć tak jeszcze z dwoma plackami. 3 placki z masą twarogową mają być ułożone jeden pod drugim. Na tak ułożone placki położyć 1 plaster boczku i posypać komosą do dekoracji.

Składniki:

1 kg ziemniaków
2 jajka
pieprz do smaku
sól do smaku
25 g mąki pszennej
50 g cebulki podsmażonej
1 kg twarogu tłustego
6 ząbków czosnku
1 cebula
1 śmietana 18%
100 g boczku wędzonego w plastrach
garść zielonej komosy drobno posiekanej
olej – do smażenia



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



| fot. Bogumiła Pstrągowska

Koło Gospodyń Wiejskich w Borkach Wielkich





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Maria Grzejka
Elżbieta Balcerzak
Krystyna Golaszewska
Bożenna Kunka (z przodu)
Ewa Wolińska
Małgorzata Kunka
Bogumiła Kasprzak

**Koło Gospodyń Wiejskich
„Botowianki” w Botowie**





Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

ZUPA – POLEWKA WARMIŃSKA BO(T-R)OWIANKA

*Przepis źródłowy pochodzi z internetu,
po czym został zmodyfikowany przez Botowianki*

Składniki:

600 g mięsa wieprzowego (my używamy topatki i szynki)

200 g boczku wędzonego

po 150 g ugotowanej fasoli białej i czerwonej

250 g kapusty białej

3 średnie marchewki

2 cebule

3 łodygi naciowego lub kawałek selera korzeniowego

150 ml przecieru z cukinii (własnego wyrobu)

1/2 łyżeczki nasion kminku

1/2 łyżeczki suszonego tymianku

1 łyżeczka suszonego majeranku

kilka listków lubczyku

sól

pieprz

3 pętka białej lub wędzonej kielbasy (własnego wyrobu)

10 g suszonych grzybów

Przygotowanie:

Mięso pokroić w grubszą, a boczek w mniejszą kostkę. Do garnka wrzucić najpierw boczek i wytopić z niego jak najwięcej tłuszczu. Następnie włożyć mięso wieprzowe i dokładnie obsmażyć z każdej strony, po czym dodać kminek, lubczyk, tymianek oraz posiekaną cebulę. Kiedy cebula zeszkli się, wlać szklankę wody i dodać posiekaną kapustę, pokrojoną w talarki marchew, pokrojony seler, skrojoną kielbasę oraz grzyby (wcześniej namoczone w wodzie ok. godziny). Dolać wody, tak aby przykryła warzywa i mięso, następnie dusić na małym ogniu ok. godziny, aż mięso będzie miękkie. Dodać przecier pomidorowy, fasolę i gotować jeszcze ok. 10 minut. Doprawić solą i pieprzem oraz innymi przyprawami (według uznania) do smaku.

Podanie:

Zupę podajemy z kwaśną śmietaną i pietruszką.



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Danuta Herwert

**Koło Gospodyń Wiejskich
w Brąswaldzie**





Hefcik Kulinarny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

NA OBIAD GULASZ – FORSZMAK

Tradycyjny przepis rodzinny Danuty Herwert przekazywany przez pokolenia

Składniki:

jajka – 2-3 szt.

mięso mielone – 1 kg

kielbasa podwawelska – 3 szt.

ogórki kiszzone – 6-8 szt.

papryka czerwona, żółta, zielona – razem
łącznie 6-9 szt.

pieczarki duże – 10 szt.

koncentrat pomidorowy – 1 szt.

przyprawy: pieprz, sól, papryka słodka,
papryka chilli (doprawiamy wedle
uznania)

olej do smażenia

Przygotowanie:

Przyprawiamy mięso mielone, formujemy z niego bardzo małe kuleczki mięsne/ kotleciki. Smażymy je na brązowo. Kielbasę kroimy w ćwiartki/ plasterki i dodajemy do smażonych kotletów. Smażymy do zarumienienia. Do garnka wlewamy wodę/ bulion – gotujemy. Warzywa kroimy w kostkę, plasterki lub paski, wrzucamy do garnka i dusimy. Wysmażoną kielbasę wraz z kotlecikami wrzucamy do garnka z gotującymi się warzywami. Dusimy wszystko do miękkości (ok. godziny, może być troszkę dłużej lub krócej). Podczas gotowania należy sprawdzać miękkość warzyw. Mieszmamy od czasu do czasu, aby nic się nie przypaliło.

Gdy warzywa są już miękkie, dodajemy koncentrat pomidorowy i przyprawy. Doprawiamy wedle uznania.

Dodatkowe informacje:

Dla równowagi smaku, gdy koncentrat jest zbyt octowy, można dodać 1 łyżeczkę cukru. Natomiast gdy danie wyszło mało gęste, można opcjonalnie zagęścić zasmażką z mąki lub samą mąką.

Podanie:

Danie podajemy z pieczywem lub z ziemniakami.



Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

ZUPA – POLEWKA WARMIŃSKA ZUPA GRZYBOWA Z KLOPSAMI

Przepis rodzinny Marii Fiałkowskiej

Przygotowanie:

Przygotowujemy mięso mielone: dodajemy jajka, sól, pieprz, namoczoną w mleku lub wodzie bułkę. Mieszymy wszystko. Formujemy bardzo małe kuleczki mięsne / kotleczki, obsmażamy na brązowo i odstawiamy na bok.

Do garnka wlewamy wodę oraz wcześniej namoczone grzyby suszone wraz z wodą, w której się moczyły. Wrzucamy pokrojoną w drobną kostkę marchewkę, pietruszkę, seler oraz cebulę. Wszystko gotujemy.

Gdy warzywa będą prawie miękkie, dorzucamy ziemniaki – również pokrojone w kostkę i wszystko razem gotujemy do miękkości. Gdy wszystko jest już miękkie, wrzucamy klopsiki i całość doprawiamy solą i pieprzem wedle uznania. Dodajemy drobno pokrojoną natkę pietruszki i koper. Gotujemy chwilę dalej.

Na samym końcu dodajemy śmietankę 18%. Zagotowujemy chwilę i odstawiamy.

Dodatkowe informacje:

Polecam najpierw przeczytać przepis od początku do końca, aby nie pominąć żadnego szczegółu.

Podanie:

Danie podajemy z pieczywem lub zjadamy bez żadnego dodatku.

Składniki:

mięso mielone (najlepiej z łopatki) – 1 kg
jajka – 3 szt.
bułka (kajzerka) – 1 szt.
marchewka – 2 szt.
grzyby suszone – 70 g
pietruszką – 1 szt.
seler – 1 szt.
ziemniaki – 1 kg
cebula – 1 szt.
koper – 1 mały pęczek
natka pietruszki – 1 mały pęczek
mała śmietana 18% – 1 szt. 200 g
sól
pieprz
mleko/woda





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



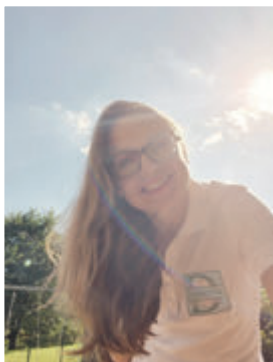
Maria Fiałkowska

**Koło Gospodyń Wiejskich
w Braszewie**





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Justyna Szczechowicz

**Koło Gospodyń Wiejskich „Dorotki”
w Dorotowie**





Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

ZUPA – POLEWKA ZAKLEPKA – CHŁODNIK

Przepis autorski

Składniki:

1 l kefiru
1 l maślanki
2 słoiczki (ok. 40-50 dag) gotowanych
tartych buraczków
12-15 szt. ogórków gruntowych
5-7 szt. ogórków korniszonów
1 pęczek rzodkiewki
1 pęczek botwiny
150-200 ml koncentratu buraczanego
10 jaj
5 ząbków czosnku
koper
szczypior
30 g cukru
sól
Jeżeli nie jest to sezon na botwinę i rzod-
kiewkę, można pominąć te składniki.

„Pomysł zaczerpnięty od sąsiadki, której mama pracowała w sklepie mleczarskim 'Krowa', więc maślanka i kefir, które są podstawą tej potrawy, często znajdowały miejsce w kuchni. Przepis na zaklepkę trochę podkreśliłam swoimi ulubionymi smakami, czyli czosnkiem, rzodkiewką i szczypiorem”.

J. Szczechowicz

Przygotowanie:

Jaja gotujemy na twardo i kroimy w grubą kostkę (dwa można zostawić w połówkach do dekoracyjnego podania potrawy). Posiekany czosnek i botwinę blanszujemy na maśle, studzimy. Świeże ogórki kroimy w kosteczkę (bez gniazd nasiennych), korniszony i rzodkiewkę kroimy w kostkę, koperek i szczypior siekamy. W dużym garnku mieszamy wszystkie składniki dodając koncentrat, kefir i maślankę. Słodzimy i solimy wedle gustu, wstawiamy do lodówki na ok. 2 godziny.

Podanie:

Można podawać z ziemniakami i okrasą, z jajkiem, koperkiem lub szczypiorkiem.



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Renata Chalimoniuk

**Koło Gospodyń Wiejskich
w Dywitach**





Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

NA OBIAD WARMIŃSKIE PIEROGI Z MIĘSEM

Przepis autorski

Składniki:

1600 g żeberek wieprzowych
5 szt. marchewki (średnie)
1 szt. pietruszka (średnia)
1/2 szt. selera (średni)
6 szt. ziela angielskiego
6 szt. pieprzu czarnego ziarnistego
5 ząbków czosnku
1 garść majeranku
sól, pieprz, papryka słodka mielona
1 szt. cebuli (średnia)

Okrasa:

2 szt. cebuli
3 łyżki masła
300 g boczku wędzonego (lub surowego)

Składniki na ciasto:

500 g mąki pszennej
1 jajko
2 łyżki masła
1/2 łyżeczki soli
200 ml bardzo ciepłej wody

Przygotowanie:

Farsz: Gotujemy żeberka w lekko osolonej wodzie z warzywami: marchewką, pietruszką, selerem, zielem angielskim, pieprzem ziarnistym i czosnkiem. Gdy mięso zmięknie (około 1,5 godziny), wyjmujemy je i studzimy. Oddzielamy mięso od kości. Przepuszczamy mięso przez maszynkę do mielenia razem z częścią ugotowanych warzyw (np. marchewką, pietruszką, selerem). Doprawiamy farsz do smaku: dodajemy sól, pieprz, majeranek, paprykę słodką, czosnek. Cebulę kroimy w kostkę, podsmażamy, dodajemy do mięsa i dokładnie mieszamy.

Ciasto: Przesiewamy 500 g mąki na stolnicę. Robimy dołek pośrodku, dodajemy sól i jajko. Dodajemy 2 łyżki miękkiego masła i powoli wlewamy 200 ml gorącej wody. Wyrabiamy gładkie, elastyczne ciasto. Rozwałkowujemy ciasto na placki i wykrawamy kółka. Na środek każdego kółka nakładamy farsz i zlepiamy brzegi, formując pierogi.

Okrasa: Cebulę i boczek drobno kroimy i smażymy na patelni. Pod koniec dodajemy łyżeczkę masła. Doprawiamy solą i pieprzem.

Gotowanie pierogów: Gotujemy pierogi w osolonej wodzie. Liczymy około 5 minut od momentu wypłynięcia na powierzchnię. Gotujemy na średnim ogniu. Pierogi wyjmujemy łyżką cedzakową i układamy na półmisku.

Podanie:

Podajemy na talerzach lub półmiskach okraszone cebulą i boczkiem, można ozdobić świeżymi ziołami.



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Marlena Tubis

**Koło Gospodyń Wiejskich
w Gadach**





Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

NA OBIAD KARP DUSZONY W KISZONEJ KAPUŚCIE

Na bazie starej książki kucharskiej Henryka Dębskiego „Współczesna Kuchnia Polska” (Warszawa 1983)

– przepis zmodyfikowany przez Marlenę Tubis

Składniki:

2 płaty karpia
3 ząbki czosnku
2 łyżki suszonego majeranku
liść laurowy, ziele angielskie, sól
250 g kiszonej kapusty
olej rzepakowy
100 g masła
cebula
pieprz mielony
70 g suszonej śliwki
natka pietruszki

Przygotowanie:

Oczyszczamy płaty karpia. Ości i skrawki pozostałe po filetowaniu zalewamy wodą, dodajemy liście laurowe, ziele angielskie. Gotujemy na wolnym ogniu 15 minut od momentu zagotowania.

Filety karpia kroimy na mniejsze kawałki. Dwa ząbki czosnku, majeranek i sól ucieramy, nacieramy tym kawałki karpia i odstawiamy. W rondlu rozgrzewamy 2 łyżki oleju i dodajemy 50 g zmrożonego masła, ziele angielskie, liść laurowy, pół łyżeczki majeranku. Mieszmamy.

Gdy masło się rozpuści, szklimy drobno posiekaną cebulę i czosnek. Następnie dodajemy kiszoną kapustę. Po 3 minutach zalewamy kapustę wcześniej przygotowanym wywarem rybnym. Dusimy wszystko do momentu, aż kapusta będzie na wpół ugotowana. Doprawiamy, dodajemy pozostałą część masła oraz resztę wywaru i gotujemy. Pod koniec gotowania dodajemy śliwki.

Na dnie naczynia żaroodpornego układamy część kapusty ze śliwkami. Na kapustę kładziemy kawałki karpia (skórą do góry). Całość przykrywamy pozostałą kapustą. Pieczemy w piekarniku nagrzanym do 180 stopni przez 15 minut.

Podanie:

Podajemy karpia posypanego natką pietruszki. Danie można serwować na zimno lub na ciepło.



Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

NA PRZEKĄSKĘ – POCZEKALNIK ŚLEDZIE NA KWASZONEJ ŚMIETANIE

Przepis ze „Współczesnej Kuchni Polskiej” zmodyfikowany przez M. Tubis

Przygotowanie:

Ziemniaki gotujemy w mundurkach, po ostygnięciu obieramy i kroimy w kostkę. Śledzie odmaczamy (jeśli jest taka potrzeba), kroimy na mniejsze kawałki. Na dno miseczki układamy krojoną cebulę, liść laurowy, ziele angielskie, układamy śledzia, posypujemy pieprzem grubo mielonym oraz ziołowym, zalewamy olejem, odstawiamy na kilka godzin. Śmietanę ubijamy do uzyskania puszystości, doprawiamy solą i pieprzem.

Podanie:

W małej miseczce układamy na dno pokrojone ziemniaki, posypujemy pieprzem grubo mielonym, na to dwie łyżki ubitej śmietany, kawałki śledzia. Z jednej strony układamy drobno posiekaną cebulę, z drugiej szczypiorek.

Składniki:

*4 płaty śledzia solonego
1 kg ziemniaków
400 g śmietany kwaszonej 18%
szczypiorek
cebula
olej rzepakowy
liść laurowy, ziele angielskie, pieprz
czarny, pieprz ziołowy, sól*





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Koło Gospodyń Wiejskich
w Gadach





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Diana Świdarska
Małgorzata Taday

**Koło Gospodyń Wiejskich
„Giławianki” w Giławach**





Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warijski gburki

NA OBIAD

PIEROGI Z GRZYBAMI

To tradycyjna potrawa warmińska. Nasz przepis, gdzie nadzieniem są kurki, cebula oraz ser włoski ricotta, to swego rodzaju wariacja na temat tradycyjnego dania. Wszystkim smakuje!

Składniki

Ciasto:

mąka – 1 kg

masło – 100 g

jajka – 2

sól – 10 g

woda do uzyskania odpowiedniej gładkości ciasta

Nadzienie:

kurki (oczyszczone i posiekane) – 1 kg

ser ricotta – 200 g

2 cebule

posiekany pęczek zielonej pietruszki

sól i pieprz do smaku

Przygotowanie:

Zaczynamy od ciasta. Na stolnicę wysypujemy mąkę, dodajemy sól, wbijamy jajka i dodajemy ciepłe masło. Ciasto wyrabiamy, odstawiamy na pół godziny. Robimy nadzienie: kurki podsmażamy lekko na maśle, dodajemy podsmażoną cebulę i schładzamy. Do zimnych grzybów dodajemy ricottę, posiekaną pietruszkę, mieszamy i doprawiamy solą i pieprzem. Nadzienie wstawiamy do lodówki. W tym czasie wałkujemy ciasto na grubość 1–2 mm. Szklanką wycinamy krążki, nakładamy łyżeczkę nadzienia i skleamy brzegi. Gotowe pierogi gotujemy około 5 minut w osolonym wrzątku. Wyjmujemy i polewamy masłem.

Podanie:

Pierogi podajemy na talerzu razem z dodatkami: dla wegetarian to sos kurkowy sporządzony z grzybów, cebuli, czosnku i śmietany, dla osób, które jedzą mięso – z okrasą ze smażonego boczku wędzonego.



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Krystyna Niewiadomska
Anna Nieczepa
Grażyna Żarnowska

**Koło Gospodyń Wiejskich
„Ładne Kwiatki” w Kamionce**





Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

PRZEKĄSKA – POCZEKALNIK PAPRYKARZ Z LESZCZA I SZCZUPAKA

Przepis Grażyny Sadłowskiej z przekazu ustnego

Składniki:

szczupak filet – 0,5 kg
leszcz filet – 0,5 kg
kasza gryczana niepalona – 250 g
seler – 1/2 szt.
1 duża pietruszka
2 dwie czerwone papryki
3 średnie marchewki
1 duża cebula
por (tylko biała część)
2 ząbki czosnku
masło – 150 g
bulion warzywny – 100 ml
pasta pomidorowa – 250 ml
przyprawy: miód, pieprz, sól, majeranek,
papryka ostra, słodka wędzona, imbir,
kminek, tymianek

Przygotowanie:

Ryby usmażyć na maśle. Następnie bardzo dokładnie obrać z ości. Ryby rozdrobnić widelcem. Kaszę gryczaną ugotować al dente w osolonej wodzie. Warzywa (marchew, seler, pietruszkę) zetrzeć na tarce na dużych oczkach. Cebulę, czosnek i por bardzo drobno pokroić.

Rozpuścić masło na głębokiej patelni i podsmażyć cebulę, czosnek i pora. Do podsmażonych warzyw dodać pozostałe jarzyny i dusić. Gdy warzywa będą miękkie, dodać rozdrobnioną rybę. W razie potrzeby podlać bulionem.

Pastę pomidorową podsmażyć osobno na łyżce masła i miodu. Dodać do ryb z warzywami. Doprawić solą, pieprzem, słodką i wędzoną papryką i odrobiną imbiru, kminku, tymianku i majeranku. Wszystko razem dusić na małym ogniu, uważając, aby nie rozgotować kaszy.

Podanie:

Podawać na zimno z pieczywem i ogórkiem kiszonym, w formie kanapki lub oddzielnie.



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Bożena Mielnik
Ewa Febel
Agnieszka Ruszczyk
Krystyna Lubak
Anna Matys
Hanna Wróblewska

**Koło Gospodyń Wiejskich
„Klebabki” w Klebarku Małym**





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warmiński gburki

NA OBIAD BYCZKI BABCI BASI

Składniki (ok. 50 pierogów)

Farsz:

1 kg ziemniaków
200 g cebuli
200 g boczku wędzonego
1 łyżeczka cząbrku
1 łyżeczka majeranku
sól i pieprz do smaku
1/3 szklanki oleju

Ciasto:

1 kg mąki pszennej
1/2 łyżeczki soli
ok. 1 szklanka mocno gorącej wody

Okrasa:

20 g boczku wędzonego
20 g cebuli
odrobina oleju do podsmażenia

Przepis na pierogi zwane dziś „Byczkami Babci Basi” wywodzi się z Klebarka Małego na Warmii. To receptura przekazywana z pokolenia na pokolenie w rodzinie jednej z „Klebabek”.

Powstała w czasach, gdy kuchnia warmińska była przede wszystkim prosta i oszczędna, oparta na tym, co dawała ziemia. Ziemniaki, cebula i odrobina mąki tworzyły syćący posiłek, który towarzyszył mieszkańcom przy pracy w polu i w gospodarstwie. Babcia Basia, znana w swojej okolicy z gospodarności i zaradności, doprowadziła tę

potrawę do perfekcji – zasmażając ziemniaki i cebulę na farsz, który otulała cienkim ciastem pierogowym.

Z biegiem lat farsz wzbogacono o skwarki z wędzonego boczku oraz aromatyczne przyprawy – cząber i majeranek – które podkreślają jego charakter i nadają mu wyrazistości.

„Byczki Babci Basi” to dziś symbol lokalnej kuchni Klebarka Małego – skromnej w składnikach, ale bogatej w smak, historię i wspomnienia. Jako Koło Gospodyń Wiejskich podtrzymujemy tę tradycję, wierząc, że właśnie w takich daniach kryje się prawdziwe dziedzictwo kulinarne Warmii.

Przygotowanie:

Farsz: Ziemniaki obrać, zetrzeć na tarce i dobrze odcisnąć z nadmiaru wody. Cebulę i boczek pokroić w drobną kostkę, podsmażyć na oleju. Do podsmażonej cebuli i boczku dodać starte, odcisnięte ziemniaki. Doprawić solą, pieprzem, cząbrem i majerankiem. Smażyć, mieszając, aż masa zgęstnieje i nabierze złocistego koloru.

Ciasto: Mąkę przesiać do miski, dodać sól. Stopniowo wlewać gorącą wodę i wyrobić elastyczne ciasto. Ciasto przykryć ściereczką i odstawić na kilkanaście minut, aby odpoczęło.

Formowanie i gotowanie: Ciasto rozwałkować na stolnicy i wykrawać kółka. Na każde kółko nałożyć farsz i dokładnie zlepić pierogi. Wrzucać partiami do osolonej, wrzącej wody i gotować do momentu, aż wypłyną na powierzchnię. Wyjmować łyżką cedzakową i podawać gorące.

Okrasa: Boczek i cebulę pokroić w drobną kostkę, następnie podsmażyć na patelni, aż się zrumienią i uwolnią aromat. Gorącą okrasą polewać świeżo ugotowane pierogi.

Podanie:

Pierogi najlepiej smakują polane złocistymi skwarkami z cebulką i boczkiem. Tradycyjnie na Warmii podawano je także z kubkiem zimnego, zsiadłego mleka – taki duet idealnie podkreśla prostotę i swojskość „Byczków Babci Basi”.



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gbarki



Irena Hajduk
Bożenna Szalkowska
Krystyna Szelugowska
Lucyna Tyzo-Szałkowska
Bożena Szalkowska
Magdalena Hajduk

**Koło Gospodyń i Gospodarzy Wiejskich
w Lichtajnach**





Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

DESER

CIASTO ZE ŚLIWKAMI

Składniki

Ciasto kruche:

2,5 szkl. mąki krupczatki
2 łyżeczki proszku do pieczenia
250 g masła (zimnego)
5 żółtek
3 łyżki cukru pudru
szczypta soli

Masa piankowa:

5 białek
1 szkl. drobnego cukru
2 budyń śmietankowy (bez cukru)
0,5 szkl. oleju (np. rzepakowego)
1 opak. cukru wanilinowego.

Dodatkowo:

ok. 500-600 g śliwek (najlepiej węgerek),
przekrojonych na pół i bez pestek
1 łyżka mąki ziemniaczanej
cukier puder do posypania (opcjonalnie)

dotatkem zawsze pojawiało się na stole podczas rodzinnych spotkań i żniwnych wieczerzy. Receptura opiera się na tradycyjnym cieście kruchym, które dzięki odpowiednim proporcjom i domowym składnikom zyskuje lekkość i wilgotność. Kwasowo-słodki smak śliwek idealnie równoważy delikatną słodycz ciasta, tworząc deser prosty, ale pełen wspomnień i lokalnego charakteru. Choć przepis był wielokrotnie zapisywany na pożółkłych kartkach zeszytów naszych babć, jego smak pozostał niezmienny — to prawdziwy smak końcówki lata na Warmii i Mazurach.

Bożena Szalkowska

Przygotowanie:

Kruche ciasto: W dużej misce wymieszaj mąkę z proszkiem do pieczenia, cukrem pudrem i szczyptą soli. Dodaj pokrojone w kostkę zimne masło i siekaj nożem lub rozcieraj palcami, aż powstanie kruszonka. Dodaj żółtka i szybko zagnieć ciasto. Podziel je na dwie części, pierwszą wylep spód blachy (ok. 25 x 30 cm lub okrągłej) wyłożonej papierem do pieczenia. Drugą część ciasta zawiń w folię i włóż do lodówki. Spód podpiecz w piekarniku nagrzanym do 190°C (góra-dół) przez 20 minut, aż lekko się zarumieni. Odstaw do przestudzenia.

Masa piankowa: Białka ubij na sztywną pianę, stopniowo dodając cukier i cukier wanilinowy. Kiedy piana będzie lśniąca, dodaj powoli proszek budyniowy, delikatnie mieszając. Na końcu cienką stróżką wlej olej, cały czas delikatnie mieszając, aż masa będzie jednolita.

Składanie ciasta: Na podpieczony i wystudzony spód wylóż masę z białek. Na wierzchu ułóż połówki śliwek obtoczone w mące ziemniaczanej, skórką do dołu. Wyjmij resztę ciasta z lodówki i rozkrusz w formie kruszonki, bezpośrednio na wierzch, równomiernie przykrywając śliwki.

Pieczenie: Piecz w temperaturze 190°C przez około 30-40 minut, aż wierzch ładnie się zarumieni.

Podanie:

Po wystudzeniu ciasto można oprószyć cukrem pudrem. Najlepiej smakuje lekko schłodzone — wtedy kruche ciasto i pianka najlepiej się kroią.

Przepis pochodzi z moich rodzinnych stron na Warmii i Mazurach. Przekazywany jest w naszej rodzinie z pokolenia na pokolenie. Jego korzenie sięgają czasów powojennych, kiedy to prostota i dostępność składników decydowały o smaku domowych wypieków. Śliwki dojrzewające późnym latem w przydomowych sadach były jednym z najcenniejszych owoców sezonu, a ciasto z ich



Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

PRZEDPOŁUDNIK – PODOBIADEK PIEROGI Z JAGODAMI

Ten przepis na pierogi z jagodami wywodzi się z warmińsko-mazurskiej wsi, gdzie sezon na jagody był zawsze wyjątkowym czasem. Las dawał to, co najlepsze — świeże, drobne, pachnące jagody, zbierane wcześniej rano przez dzieci i dorosłych. Tego samego dnia lądowały w miękkim, ręcznie rozwałkowanym cieście, przygotowywanym przez babcie i mamy. To danie to kwintesencja letniego smaku i rodzinnego ciepła. Tradycyjnie podawane były z odrobiną śmietany i cukru — prosto, ale z miłością. Dziś te pierogi są nie tylko wspomnieniem dzieciństwa, ale i hołdem dla prostoty i sezonowości kuchni Warmii i Mazur.

Przygotowanie:

Ciasto: Mąkę przesiej do miski, dodaj sól. Wlej gorącą wodę z olejem i wymieszaj najpierw łyżką, potem zagnieć rękami gładkie, elastyczne ciasto (w razie potrzeby dodaj odrobinę mąki). Przykryj ciasto wilgotną ściereczką lub folią i odstaw na 20-30 minut, by odpoczęło.

Nadzienie: Jagody delikatnie wymieszaj z cukrem i mąką ziemniaczaną (tuż przed lepieniem, by nie puściły za dużo soku).

Lepienie pierogów: Rozwałkuj ciasto na cienki placek (ok. 2-3 mm), wycinaj kółka np. szklanką. Na środek każdego kółka nakładaj łyżeczką jagody i dokładnie zlepi brzegi. Odkładaj pierogi na lekko oprószoną mąką deskę lub ściereczkę.

Gotowanie: W dużym garnku zagotuj osoloną wodę. Wkładaj pierogi partiami, delikatnie mieszając. Gotuj 2-3 minuty od momentu wypłynięcia na powierzchnię.

Wskazówki: Ciasto będzie bardziej elastyczne i łatwe w lepieniu, jeśli woda będzie naprawdę gorąca (ale nie wrząca!). Jeśli robisz pierogi wcześniej — układaj je luźno, by się nie posklejały lub posyp lekko mąką ziemniaczaną. Można je również mrozić — najlepiej jeszcze surowe.

Podanie:

Podawaj na ciepło z kleksem śmietany, posypane cukrem lub polane roztopionym masłem.

Składniki

Ciasto na pierogi:

3 szkl. mąki pszennej (typ 450-500)
około 1 szkl. gorącej wody
2 łyżki oleju
szczypta soli

Nadzienie:

400-500 g świeżych jagód (lub mrożonych, wcześniej rozmrożonych i odsączonych)
2-3 łyżki cukru (opcjonalnie więcej — do smaku)
1 łyżka mąki ziemniaczanej





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Jan Orzechowski, Rafał Orzechowski,
Aneta Orzechowska, Bożenna Szalkowska,
Magdalena Hajduk, Krystyna Szelugow-
ska, Anita Dobrzeńska, Irena Hajduk,
Bożena Szalkowska, Marta Grzybowska,
Teresa Karwowska, Marcin Szalkowski
na dole: Ewa Orzechowska,
Piotr Orzechowski, Zuzanna Szalkowska,
Aurelia Grzybowska, Julia Pechta,
Iga Sołtysiak, Lucyna Tyzo-Szalkowska

**Koło Gospodyń i Gospodarzy Wiejskich
w Lichtajnach**





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Marzanna Moszczyńska
Marta Kusiak
Ewa Nastaj
Paulina Kozak
Hanna Cybruch
Anna Gorczyńska
Iwona Zielińska

**Koło Gospodyń Wiejskich
„Łęgobabki” w Łęgajnach**





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warmiński gburki

NA OBIAD

BULWIAKI WARMIŃSKIE Z SOCZEWICĄ I SOSEM Z LEŚNYCH KUREK

Przepis własny Koła „Łęgobabki”

Składniki:

2 kg żółtych ziemniaków
2 marchewki
3 cebule
500 g świeżej zielonej kapusty
250 g czerwonej soczewicy
250 g kurek
300 ml śmietanki 30%
1,5 kostki masła
200 g mąki ziemniaczanej
100 g mąki tortowej
2 jajka
sól, pieprz
szczypiorek
kietki rzodkiewki

Przygotowanie:

Farsz: Namoczyć soczewicę w wodzie przez ok. 3 godziny, odlać nadmiar wody i zmielić dwukrotnie. Kapustę drobno poszatkować, marchew zetrzeć na średnich oczkach, 2 cebule pokroić w kostkę. Warzywa podsmażyć na 1 kostce masła. Dodać soczewicę, wymieszać, doprawić solą i pieprzem.

Ciasto ziemniaczane: Obrane ziemniaki podzielić na 2 części – 1 kg ugotować i ostudzić, 1 kg zetrzeć na drobnej tarce, odcedzić przez gazę lub pieluchę tetrową. Połączyć ziemniaki, dodać jajka, mąkę ziemniaczaną, mąkę tortową, sól i wyrobić gładką masę. Podzielić na porcje po ok. 80 g, uformować płaski krążek, nałożyć 50 g farszu, zamknąć, formując płaską kulkę. Gotować w osolonej wodzie przez 8 minut od wypłynięcia.

Sos kurkowy: Kurki zblanszować w osolonej wodzie. 1 cebulę pokroić w kostkę, zeszklić na 0,5 kostki masła. Dodać kurki i podsmażyć na złoto. Dodać śmietankę, mieszać do redukcji. Doprawić solą i pieprzem.

Podanie:

Na talerz wlać 2 łyżki gorącego sosu kurkowego. Ułożyć 2 sztuki bulwiaków na sosie. Posypać obficie szczypiorkiem i kietkami rzodkiewki.



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Agnieszka Ostrowska
Halina Piotrowska
Danuta Kwiatkowska
Dorota Król
Jolanta Zaniewska
Anna Mikulak(siedząca)

**Koło Gospodyń Wiejskich
„Marcinkowianki” w Marcinkowie**



fot. Dorota Król





Hełicki Kulinarny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

NA OBIAD

GOŁĄBKI Z LINA W LIŚCIACH CHRZANU W SOSIE Z PIECZONYCH CZERWONYCH WARZYZW

Składniki

Farsz:

600 g fileta z lina (bez skóry i ości)
100 g kaszy jaglanej lub ryżu
1 cebula
2 ząbki czosnku
30 g masła
pęczek koperku, natka pietruszki
10 g sól
5 g pieprz
10 g zióła polskie

Liście do zawijania:

12-14 dużych liści chrzanu (świeżych,
sparzonych wrzątkiem)

Sos z pieczonych czerwonych warzyw:

3 czerwone papryki
1 batat
1/2 dyni
2 pomidory malinowe (lub 1 puszka
krojonych)
1 średni burak
1 marchew
1 czerwona cebula
3 łyżki oleju rzepakowego tłoczonego na
zimno
1 łyżeczka miodu
1 łyżeczka octu jabłkowego
sól, pieprz – 5 g
2 g liści lauowych
10 g ziół polskich
100 ml wina białego półwytrawnego

*Tradycyjne gołąbki przygotowane w nietypowej odsto-
nie. Ryba – lin – owinięta w liście chrzanu, podawana
w aromatycznym sosie z pieczonych czerwonych warzyw.
Potrawa łączy dawne sposoby wykorzystania darów
wody i ogrodu z nowoczesnym podejściem do kuchni re-
gionalnej.*

Przygotowanie:

Farsz: Kaszę (lub ryż) ugotować do miękkości (ok. 15 mi-
nut), wystudzić. Filet z lina oczyścić z ewentualnych ości,
posiekać lub zmielić w maszynce. Na maśle zeszklić cebulę
i czosnek, dodać do ryby. Połączyć rybę z kaszą i posieka-
nym koperkiem i natką pietruszki. Doprawić solą, pieprzem,
ziołami. Dusić na małym ogniu przez 30-45 minut.

Liście: Liście chrzanu sparzyć krótko wrzątkiem (ok. 0,5
min.), żeby stały się elastyczne. Na każdy liść nakładać por-
cję farszu i zawijać w małe gołąbki.

Sos: Paprykę, buraka, marchew i cebulę włożyć do piekar-
nika nagrzanego do 200°C i piec ok. 30 minut (aż warzy-
wa zmiękną i się zarumienią). Obrać paprykę i buraka ze
skórek.

Zblendować warzywa razem z pomidorami, dodać miód,
ocet, sól, pieprz, zioła i wino – doprawić wedle uznania.
Jeśli sos jest zbyt gęsty, dolać trochę bulionu warzywnego
lub rybnego.

Podanie:

Najlepiej smakują ze świeżymi ziemniakami z koperkiem
albo kromką wiejskiego chleba.

Można posypać świeżym koperkiem lub natką pietruszki.



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warmiński gburki

NA OBIAD KACZKA PIECZONA PO BISKUPIEMU

Szlachetne danie kuchni warmińskiej, nawiązujące do dawnych, uroczystych receptur. Kaczka duszona i pieczona z ziołami, podana z wykwintnym sosem z czerwonej porzeczki, który podkreśla smak mięsa i nadaje mu wyrazistą nutę.

Przygotowanie:

Kaczka: Kaczkę oczyścić, natrzeć solą, pieprzem i majerankiem. Do środka włożyć czosnek, rozmaryn i pokrojone jabłko. Posmarować masłem. Włożyć do naczynia żaroodpornego i piec w 180°C przez ok. 2 godziny, podlewając wytapiającym się tłuszczem.

Sos z porzeczki: Porzeczki zasypać miodem i poddusić na małym ogniu. Dodać czerwone wino (lub bulion), ocet jabłkowy, sól i pieprz. Gotować do zgęstnienia. Sos powinien być aksamitny, lekko kwaśny, z nutą słodczy.

Ziemniaczki: Ugotować ziemniaki w mundurkach do „półmiękości”. Rozgrzać masło klarowane lub smalec, podsmażyć ziemniaki do złocistej skórki. Posypać solą i koperkiem tuż przed podaniem.

Podanie:

Kaczkę podajemy w całości lub kroimy na porcje, polewamy sosem porzeczkowym.

Podajemy z opiekаныmi ziemniakami. Opcjonalnie z surówką z czerwonej kapusty albo świeżymi warzywami z ogrodu.

Składniki

Kaczka:

- 1 kaczka (ok. 2–2,5 kg)
- 2 jabłka kwaśne (np. antonówka)
- 3 ząbki czosnku
- 2 gałązki świeżego rozmarynu
- 2 łyżki majeranku
- 2 łyżki masła
- 3 łyżki soli
- 3 łyżki pieprzu

Sos z czerwonej porzeczki:

- 300 g czerwonej porzeczki (świeżej lub mrożonej)
- 2 łyżki miodu lipowego
- 100 ml czerwonego wina (opcjonalnie – można zastąpić bulionem)
- 1 łyżka octu jabłkowego
- sól, pieprz do smaku

Opiekane ziemniaczki:

- 1 kg młodych ziemniaków
- 3 łyżki masła klarowanego lub smalcu gęstszego
- 1 łyżeczka soli gruboziarnistej
- świeży koperek





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gbarki



**Koło Gospodyń Wiejskich
„Marcinkowianki” w Marcinkowie**





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Natalia Iwańska
Iwona Skawińska
Katarzyna Modlak
Dominika Dembowska
Monika Antczak
Dorota Szymańczuk
Jolanta Nikucka
Bogumiła Bieńczyńska-Pyda
Żaneta Gozdera

**Koło Gospodyń Wiejskich
„Malinki” w Najdymowie**



fot. Dorota Szymańczuk



Hełicki Kulinarny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

NA OBIAD

DZYNDZAŁKI WARMIŃSKIE Z HRECZKĄ PO NAJDYMOWSKU, ZWANE TUDZIEŻ PIEROGAMI BOGDANA

Przepis babci z Mostkowa, która robiła pierogi podobne w smaku

Składniki (na około 50 szt.)

Farsz:

600 g mięsa mielonego (najlepiej wieprzowo-wołowe)
300 g pieczarek
1 cebula
120 g kaszy gryczanej
200 ml sosu warzywnego
przyprawy do smaku (majeranek, sól, pieprz, czosnek, gałka muskatołowa, czubryca)

Ciasto:

0,5 kg mąki pszennej
80 ml oleju rzepakowego
250 ml ciepłej przegotowanej wody
2 szczypty soli
mąka do podsypywania

Przygotowanie:

Farsz: Mięso obsmażyć na patelni z odrobiną oleju do odparowania wody, dodać przyprawy. Zalać sosem warzywnym i dusić pod przykryciem na małym ogniu około 30 minut. Na oddzielnej patelni obsmażyć na odrobinie oleju drobiutko pokrojone pieczarki. Jak odparuje z nich woda, dołożyć grzyby do mięsa i dalej dusić. Cebulę drobno pokroić i zeszklić. Dołożyć do reszty. Gdy mięso będzie już miękkie, odstawić do wystygnięcia. Kaszę gryczaną ugotować w oddzielnym garnku z odrobiną soli. Jak wystygnie, wymieszać z resztą farszu, doprawić solą i pieprzem. Całkowity czas duszenia około godziny, zależy od rodzaju mięsa.

Ciasto: Zagniatamy ciasto po wymieszaniu wszystkich składników na stolnicy. Ugniatamy tak długo, aż będzie elastyczne, jedwabiste i nie będzie się kleiło. Dobrze jak ciasto odetchnie ok. 15 minut przykryte ściereczką.

Ciasto dzielimy na 2 części. Wałkujemy na stolnicy do grubości około 2 mm, wykrawamy kółka o średnicy 8 cm. Na każdy nakładamy łyżkę farszu i skleamy. Pierogi wrzucamy do wrzącej osolonej wody. Od wypłynięcia gotujemy 3-5 minut.

Podanie:

Pierogi Bogdana najlepiej smakują obsmażone na patelni na oleju rzepakowym, polane cebulką uduszoną na maśle.



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gbarki



Dorota Tetmer
Magdalena Kowalska
Marzena Siemaszko
Malwina Jasnoch

**Koła Gospodyń Wiejskich
„Nowalijki” w Nowej Wsi**



fot. Malwina Jasnoch





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warmiński gburki

ZUPA – POLEWKA WARMIŃSKA ZUPA RYBNA

*Przepis pochodzi z broszury opracowanej przez KGW „Nowalijki”
pt. „Przepiśnik Warmiński – Kuchnia Południowej Warmii”*

Składniki

Bulion:

głowy, kręgosłupy i płetwy ryb słodko-
wodnych (np. szczupak, karp, duży okoń,
pstrąg), ewentualnie małe płotki, ukleje
włoszczyzna (bez kapusty)
liść laurowy, ziele angielskie, czarny
pieprz, sól
woda

Potrawa:

bulion rybny
włoszczyzna (marchew, pietruszka, seler,
por, cebula, czosnek)
łyżka klarowanego masła lub oliwy
tuszkę dużych ryb użytych do bulionu
ziemniaki
gałązka lubczyku, kilka gałązek tymianku,
estragon
suszone grzyby
sól, pieprz
koperek, natka pietruszki

Przygotowanie:

Bulion: Wszystkie składniki zalać zimną wodą. Gotować na małym ogniu przez kilka godzin.

Przedzić, uzyskując esencjonalny bulion.

Potrawa: Włoszczyznę pokroić i zeszklić każde warzywo oddzielnie na maśle w dużym garnku.

Dodać wrzątek do pożądanej objętości. Dodać pokrojone ziemniaki, zioła, grzyby, bulion i płaty wybranej ryby. Gotować na małym ogniu do miękkości (ok. 20 minut). Pod koniec dodać zmielony pieprz, sól i koperek. Delikatnie rozdzielić mięso ryby na mniejsze kawałki.

Na talerzach posypać natką pietruszki.

Podanie:

Zupę podawać ciepłą, najlepiej spożywać na świeżym warmińskim powietrzu.





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Mirosława Guska

**Koło Gospodyń Wiejskich
w Podleśnej**





Hełcik Kulinarny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

ZUPA – POLEWKA KWAŚNA ZUPA Z KLUSKAMI Z DENKA

*Przepis na zupę pochodzi z rodzinnych tradycji pani Mirosławy,
która nauczyła się ją gotować od swojej teściowej*

Składniki

Zupa:

3 l esencjonalnego wywaru mięsno-warzywnego z solą, liściem laurowym i zielem angielskim

garść suszonych leśnych grzybów

0,5 l soku z kiszonej kapusty

3 czubate łyżki śmietany 18%

duża szczypta czubrycy zielonej

świeżo mielony pieprz

Kluski:

1 kg białych ziemniaków, starkowanych jak na placki

1 jajko w temperaturze pokojowej

duża szczypta soli

3 czubate łyżki mąki żytniej

3 czubate łyżki mąki pszennej

Przygotowanie:

Zupa: Ugotuj esencjonalny wywar mięsno-warzywny. Dodaj do niego sok z kiszonej kapusty i suszone grzyby. Gotuj na wolnym ogniu przez 15 minut. Do miseczki ze śmietaną wlej łyżkę wywaru i dokładnie wymieszaj. Dodaj mąkę i ponownie wymieszaj. Śmietaną z mąką wlej do zupy, wymieszaj. Dodaj pieprz i czubrycę. Gotuj na wolnym ogniu jeszcze przez 3 minuty.

Kluski: Do dużego garnka wlej wodę, osól ją i doprowadź do wrzenia. Do starkowanych ziemniaków dodaj jajko, sól, wymieszaj. Następnie mąkę żytnią i pszenną dobrze wymieszaj. Ciasto powinno być gęstsze niż na placki. W razie potrzeby dodaj więcej mąki, żytniej i pszennej w jednakowych proporcjach. Na denku (drewnianej desce do krojenia) rozprowadź cienką warstwę ciasta ziemniaczanego. Zgarniaj łyżką małe kluski do wrzącej wody. Po ich wypłynięciu gotuj jeszcze 3 minuty. Wyjmuj kluski łyżką cedzakową do druzzlaka.

Podanie:

Kluski nałóż do talerza i zalej zupą. Można oprószyć natką pietruszki.



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Milena Cygan
Katarzyna Jabłońska
Aleksandra Bitowta

**Koło Gospodyń Wiejskich
„Dziarskie Babki” w Raszągu**





Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warmiński gburki

NA OBIAD FARSZYNKI

Składniki

Ciasto:

- 1,5 kg ziemniaków (waga po obraniu)
- 2 jajka
- 1 szklanka mąki ziemniaczanej (160 g)

Farsz:

- 1 kg grzybów kurek lub ewentualnie pieczarek
- 2 średniej wielkości cebule
- 50 g sera żółtego (można pominąć)
- przyprawy: sól, pieprz ziółowy
- dodatkowo: bułka tarta, olej do smażenia

Sos kurkowy:

- 250 g kurek
- 1-2 łyżki oleju roślinnego
- 1/2 cebuli
- 1 ząbek czosnku
- 1 łyżka masła
- 200 ml śmietanki do zup i sosów 18%

Przepis na farszynki wywodzi się z tradycyjnej kuchni warmińsko-mazurskiej. Zgodnie z podaniami ustnymi przepis na tę potrawę przywiozły ze sobą gospodynie, które zostały przesiedlone po II wojnie światowej z Kresów Wschodnich. Receptura powstała na terenach wiejskich z potrzeby tworzenia syćących i prostych dań z wykorzystaniem tego, co było aktualnie dostępne w gospodarstwie. Kiedyś ludzie jedli sezonowo. Natomiast ziemniaki były dostępne zazwyczaj przez cały rok. Przepis na farszynki, podobnie jak inne przepisy na dania ludowe, był przekazywany ustnie z pokolenia na pokolenie. Współcześnie członkinie pielęgnują recepturę na farszynki i inne regionalne przepisy, które stały się lokalnym

dziedzictwem. Farszynka jest dzięki temu jednym z symboli kuchni Warmii i Mazur. Nazwa wywodzi się od farszu, którym są nadziewane. Receptura przypomina kartacze. Jednak farszynki są smażone, zaś kartacze gotowane.

Przygotowanie:

Ziemniaki (najlepiej stare) należy ugotować w osolonej wodzie, pozostawić do ostygnięcia, a następnie przepuścić przez maszynkę do mielenia mięsa. Zmielone ziemniaki wymieszać z jajkami i mąką. Ugniatać, aż masa zrobi się elastyczna i nie będzie kleić się do rąk, w razie potrzeby trzeba dosypać mąki. Cebulę pokroić w kostkę, smażyć na oleju do momentu, aż zacznie nabierać złocistego koloru. Dodać kurki lub pieczarki, startowane wcześniej na tarce o dużych oczkach. Smażyć, aż cała woda z grzybów wyparuje. Doprawić do smaku.

Gotową masę ziemniaczaną należy uformować w rulon, odciąć plaster ciasta, spłaszczyć na dłoni i na środku położyć farsz. Następnie zawinąć brzegi, formując owalny lub okrągły kotlet. Każdy kotlet panierować w bułce tartej i smażyć na gorącym tłuszczu lub piec w piekarniku rozgrzanym do 190° C do momentu, aż farszynki zaczną się rumienić (około 30-35 minut).

Sos kurkowy do farszynek: Oczyszczyć kurki i opłukać, następnie osuszyć. Większe grzyby pokroić. Na większej patelni na oleju zeszklić pokrojoną w kosteczkę cebulę. Dodać drobno starty czosnek (lub przeciśnięty przez prasę) i chwilę podsmażyć. Dodać masło, a po jego roztopieniu wrzucić kurki. Smażyć przez ok 5-6 minut, co chwilę mieszając oraz doprawić solą i pieprzem. Wlać śmietankę i zagotować. Gotować przez ok. 3 minuty. Można dodać posiekany koperek.

Podanie:

Farszynki to wyjątkowe i smaczne danie, które można łączyć z różnymi dodatkami. Nasze Koło Gospodyń Wiejskich „Dziarskie Babki” podaje farszynki zazwyczaj z sosem kurkowym oraz z farszem pieczarkowym. Można podać również z surówkami, duszonymi, sezonowymi warzywami. Farszynki można serwować na ciepło lub na zimno, co ułatwia ich serwowanie w trakcie przyjęcia.



Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Urszula Swoboda-Rydz
Katarzyna Król
Aneta Świeczkowska
Iwona Mojs-Oskierko
Joanna Wojtkiewicz
Krystyna Strasburg

**Koło Gospodyń Wiejskich
w Rentynach**





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

NA OBIAD KACZKA PO WARMIŃSKU Z ZASMAŻANĄ KAPUSTĄ

Składniki:

kaczka – 1 szt.
cebula – 1 szt.
sól – szczypta
pieprz – szczypta
liść laurowy – 2 szt.
ziele angielskie – 4 szt.
kwaśne jabłka – 5szt.
kapusta – 1 szt.
ziemniaki – 1 kg
kwasek cytrynowy – szczypta
cukier – 1 łyżeczka
smalec – 1 opak.

Przepis pochodzi od prababci mieszkańca Rentyn pana Pawła. Jego rodzina od pokoleń zamieszkuje naszą wieś. W jego rodzinnym domu na ważniejsze uroczystości przygotowywano właściwie kaczkę po warmińsku z zasmażaną kapustą.

Przygotowanie:

Kaczka: Porcję rosołową odciąć od kaczki, resztę mięsa poćwiartować. Na patelni rozgrzać tłuszcz (smalec), może być z gęsi. Części kaczki obsypać solą i pieprzem, obsmażyć z obu stron z obraną cebulą. Przełożyć do garnka, podlać tłuszczem z patelni i wodą, dodać listek laurowy i ziele angielskie. Dusić mięso do miękkości. Pod koniec duszenia dodać dwa kwaśne jabłka (np. antonówkę), obrane i pokrojone w ósemki. Na koniec uzupełnić sos, doprawić solą i pieprzem.

Kapusta: Poszatkować średnią kapustę. Posolić w misce, aby zmiękła. W garnku zeszklić pokrojoną cebulę, dodać kapustę, podlać wodą, dodać listek i ziele angielskie. Dodać 3 kwaśne jabłka pokrojone lub starte i dusić. Na koniec duszenia dodać szczyptę kwasku cytrynowego. Zrobić ciemny karmel z 2 łyżek cukru. Zagotować i odsmakować.

Podanie:

Podawać z ziemniakami lub chlebem.



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gbarki



Jacek Portalski

**Koło Gospodyń i Gospodarzy Wiejskich
w Różyńce**





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

ZUPA – POLEWKA KARMUSZKA WARMIŃSKA – ZUPA GULASZOWA

Danie, które łączy w sobie wpływy kuchni polskiej i niemieckiej, karmuszka pochodzi od słowa „karmić” i to mówi o niej wszystko

Składniki (porcja na 8 osób)

400 g łopatki wieprzowej
200 g boczku surowego, ogon wieprzowy,
kości wędzone
2 cebule
2 ząbki czosnku
1/2 główki młodej kapusty
150 g kapusty kiszonej
2-3 ziemniaki
1 puszka białej fasoli
1 puszka czerwonej fasoli
marchew, por, seler, liść laurowy, ziele
angielskie, kminek
150 g – śmietanka 30%
sól, pieprz do smaku

Przygotowanie:

Łopatkę i boczek kroimy w kostkę. Smażymy na rumiano na oleju rzepakowym lub smalcu. Do garnka wlewamy około 2,5 litra wody. Wkładamy ogon wieprzowy oraz kości wędzone i gotujemy. Po usmażeniu, łopatkę i boczek wrzucamy do garnka. Na patelni, na tym samym tłuszczu, obsmażamy cebulę i czosnek. Dodajemy do garnka. Także ziemniaki pokrojone w kostkę, liść laurowy, ziele angielskie, kminek, marchewkę, por, seler. Wszystko gotujemy około 45-50 minut. Kapustę drobno siekamy i dodajemy do zupy. Następnie fasolę białą i czerwoną. Gotujemy na małym ogniu przez około 15-20 minut, doprawiając do smaku. Na końcu wlewamy śmietankę 30%. Chwilę mieszamy.

Podanie:

Podajemy gorącą zupę razem z kromką chleba żytniego.



Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

NA KOLACJĘ – ZACIERZ GRZYBOWIKI WG PRZEPISU BABCI GENOWEFY

To danie, które odkąd pamiętam (a będzie to już ze 40 lat) zawsze gościło u mojej babci Genowefy (pochodziła z okolic Sępól). Wykorzystane są w nim produkty, które były łatwo dostępne w dawnych czasach.

Przygotowanie:

Ciasto naleśnikowe: Do naczynia miksującego dodajemy rozgrzane masło i pozostałe wszystkie składniki, wyrabiamy. Ciasto powinno mieć konsystencję gęstej śmietany. Odstawiamy na około 20 minut. Smażymy naleśniki.

Farsz: Leśne grzyby wcześniej obgotowujemy i odstawiamy do wystygnięcia. Kroimy w drobną kostkę. Kielbasę drobno kroimy i smażymy na niedużej ilości oleju lub smalcu. Dodajemy drobno pokrojoną cebulę. Chwilę smażymy. Dodajemy grzyby, majeranek, przecier pomidorowy, sól, pieprz do smaku. Smażymy na małym ogniu, tak aby woda z grzybów odparowała. Gdy farsz jest gęsty, odstawiamy do wystygnięcia. Na naleśniki nakładamy ostygnięty farsz i składamy w „kopertę”. Obsmażamy z każdej strony, aż lekko się zrumienia.

Podanie:

Naleśniki podajemy na ciepło.

Składniki (porcja 10 szt.)

Ciasto naleśnikowe:

50 g masła
300 g mleka 3,2%
300 g wody
250 g mąki pszennej typ 450
2 jajka
sól

Farsz:

500 g grzybów leśnych
300 g wędzonej kielbasy
cebula, majeranek, przecier pomidorowy,
sól, pieprz





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Jacek Portalski

**Koło Gospodyń i Gospodarzy Wiejskich
w Różyńce**





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Zofia Sokołowska
Karolina Lichota

**Koło Gospodyń Wiejskich
„Stawigudzianki” w Stawigudzie**





Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

ZUPA – POLEWKA

ZUPA RYBNA Z DODATKIEM RAKA

„Smaki jezior Warmii zamknięte w misce zupy”

Składniki (na 4–6 porcji)

Na wywar rybny:

rybne resztki (głowy, kręgosłupy – najlepiej sandacza, szczupaka, lina) – 500 g

raki w skorupkach – 500 g

marchew – 1

pietruszka – 1

selera – 1/2

por (biała część) – 1

liście laurowe – 2

ziele angielskie – 4-5 ziaren

czarny pieprz – 5-6 ziaren

sól do smaku

Do zupy:

filety rybne (np. sandacza, szczupaka) – 200 g

garść obranych raków (mogą być świeże lub wcześniej ugotowane)

białe wino (półwytrawnego lub wytrawnego) – 150 ml

krójone pomidory z puszki – 200 g

masło – 2 łyżki

świeża papryczka chili

czosnek (posiekany) – 1 ząbek

sól, pieprz, szczypta gałki muszkatołowej

świeży koperek i natka pietruszki do podania

cytryny – 1-2

limonka – 1

Warmia i Mazury słyną z malowniczych jezior, które od wieków kształtują krajobraz i lokalną kuchnię, opartą głównie na rybach i rakach. Nasza miejscowość w gminie Stawiguda leży wśród cennych przyrodniczo terenów, w pobliżu jezior takich jak Wulpińskie, Pluszne, czy najczystsze w regionie – Jezioro Łańskie. Zupa rybna z dodatkiem raka, którą proponujemy, łączy regionalne smaki z nowoczesnym podejściem, oddając ducha naszej kuchni.

Przygotowanie:

Wywar rybny – podstawa smaku: W dużym garnku umieść rybne resztki, obrane warzywa i przyprawy. Wlej ok. 1,5 litra zimnej wody i gotuj powoli przez 45 minut na małym ogniu. Następnie przecedź wywar przez sito, odrzucając resztki.

Aromatyczna baza zupy: Na maśle zeszklij czosnek wraz ze świeżą papryczką chili. Dodaj raki w skorupkach i smaż delikatnie przez 2-3 minuty. Wlej białe wino i pozwól mu lekko odparować. Do garnka z rakami wlej przygotowany wywar rybny oraz pomidory z puszki. Dodaj pokrojoną w dość dużą kostkę rybę. Gotuj całość ok. 10 minut na średnim ogniu. Na końcu dodaj odrobinę skórki z limonki i sok z cytryny oraz świeżego tymianku – podkreśzysz aromat i zrównoważysz smak rybny.

Podanie:

Zupę rybną z rakiem należy podawać na gorąco, tak aby w pełni wydobyć jej aromat i smak. Przed podaniem zupę posypujemy świeżo posiekanym koperkiem oraz natką pietruszki, które dodają jej świeżości i podkreślają rybny charakter dania. Zalecamy serwowanie zupy w głębokich, kamionkowych lub ceramicznych misach – najlepiej ręcznie wykonanych, w naturalnych odcieniach ziemi, co dodatkowo podkreśla rustykalny i regionalny charakter potrawy. Takie naczynie dobrze utrzymuje ciepło i nadaje całości wyjątkowego klimatu.

Do zupy idealnie pasuje pieczona bagietka lub domowe grzanki, które można podać osobno w wiklinowym koszyczku lub bezpośrednio na brzegu talerza.



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gbarki



Krystyna Soliwoda
Marcin Jastrzęmski
Kamila Jastrzęmska
Aleksander Leleniewski
Weronika Leleniewska
Gabriela Żyro

Koło Gospodyń Wiejskich „Szałstry”





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

NA PRZEKĄSKĘ – POCZEKALNIK ZIEMNIACZKI CIOCI WERCI NA GORĄCO

Przepis Warmiaczki

Składniki:

ziemniaki – 1 kg

cebula – 2 szt.

ogórki kiszzone – 5-7 szt. (w zależności od
upodobania stopnia kwaśności)

gęsta śmietana – 200 ml

mleko – 1 l

sól i pieprz do smaku

Przepis pochodzi od jednej z członkiń z naszego koła – cioci Werki, rodowitej Warmiaczki. W jej rodzinnym domu mama przygotowywała tę prostą i smaczną potrawę na obiad. Dawną kuchnię warmińską cechowała prostota oraz składniki z własnego gospodarstwa. Taki jest ten przepis – prosty, z regionalnych składników i bardzo smaczny.

Przygotowanie:

Ziemniaki obrać, umyć i ugotować w osolonej wodzie (tak jak dodatek do obiadu). Cebulę obrać i pokroić w drobną kostkę. Ogórki kiszzone również drobno pokroić. Ziemniaki, kiedy będą miękkie, odcedzić i rozgnieść najlepiej widelcem (nie za mocno). Do gorących ziemniaków dodać cebulę, ogórki oraz śmietanę, a następnie delikatnie wymieszać i gotowe.

Podanie:

Potrawę spożywano na gorąco, bezpośrednio po przyrządzeniu, koniecznie ze szklanką zimnego (najlepiej wiejskiego) mleka.



Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warnijski gburki

NA OBIAD KAPUSTA PO WARMIŃSKU

Kolejny prosty i smaczny przepis cioci Werki to tradycyjne mięsne danie obiadowe. Niegdyś gościło na niedzielnym wiejskim stole. Amatorzy golonki będą nim zachwyceni. Danie można przyrządzić zarówno na kuchence, ale również w tradycyjny sposób na ogniu, w kociołku.

Przygotowanie:

Golonkę włożyć do garnka, obłożyć kiszoną kapustą, zalać wodą tak, by przykryła mięso. Następnie należy dodać przyprawy. Na wierzch wsypać kaszę. Przykryć pokrywką i całość dusić około 2-2,5 godzin. W razie potrzeby można dolewać wody.

Podanie:

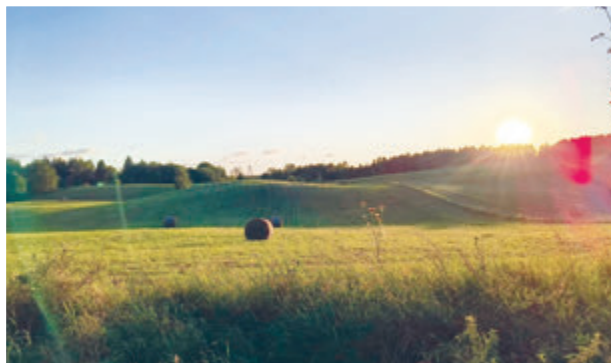
Potrawę spożywano na ciepło z gotowanymi ziemniakami.

Składniki:

kiszona kapusta – 1 kg
średnia golonka wieprzowa – 1 szt.
kasza jęczmienna gruba (nie pęczak)
– 125 g
miód – 2 łyżki
ziele angielskie – 5 szt.
liść laurowy – 3 szt.
można dodać kminek, sól i pieprz do
smaku
woda



Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



fot. Kamila Jastrzeńska

Koło Gospodyń Wiejskich „Szałstry”





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gbarki



Anna Obreńska
Karolina Olerńska
Iwona Korzeb
Magdalena Kaczyńska
Ireneusz Gąska
Marta Gąska

Sołectwo Kobyły





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warmiński gburki

NA OBIAD MISTRZOWSKA GOŁONKA PO WARMIŃSKU

Składniki

Golonka i sos:

3 szt. golonki wolno gotowanej ZM Warmia
włoszczyzna

50 g suszonych grzybów

2 średnie cebule

6 ząbków czosnku

1 łyżka chrzanu

1 łyżka ostrej musztardy

250 ml śmietanki 30%

natka pietruszki

masło klarowane do smażenia

przyprawy do smaku: sól, pieprz cayenne

Glazurowane śliwki:

8 śliwek

masło

miód, cukier, sok z cytryny

Sposób przygotowania

Golonki zapiec w piekarniku zgodnie z instrukcją na opakowaniu.

Cebulę i czosnek zeszklić na maśle klarowanym.

Włoszczyznę oraz wcześniej namoczone i pokrojone suszone grzyby przełożyć do naczynia żaroodpornego. Piec 30 minut w temperaturze 180°C (termoobieg).

Po tym czasie wyjąć naczynie, dodać śmietankę i piec kolejne 10 minut.

Następnie dołożyć podpieczoną golonkę i dusić jeszcze 10 minut. Doprawić solą i pieprzem cayenne do smaku.

Karmelizowane (glazurowane) śliwki

Na patelni rozpuścić masło, dodać miód, cukier i sok z cytryny, delikatnie podgrzewać.

Dodać umyte, przekrojone na pół śliwki bez pestek i ułożyć je skórą do dołu.

Kilkakrotnie obrócić śliwki na patelni, pilnując, aby się nie przypaliły.

Sposób podania

Na talerzu ułożyć pieczone warzywa oraz golonkę. Obok dodać glazurowane śliwki. Całość posypać posiekaną natką pietruszki.





Hefcik Kulinary. Z kuchni nie tylko warnijski gburki



Marlena
i Dariusz Tubis

Gospodarstwo Rybackie GADY





Hefcik Kulinaryny. Z kuchni nie tylko warmiński gburki

NA PRZEKĄSKĘ – POCZEKALNIK ŚLEDZIOWY DWUSŁÓJ WARMIŃSKI

Na Warmii kuchnia snuje opowieści, a Śledziowy Dwusłój Warmiński to jej najbardziej zaskakujący lokalny rarytas. Tu śledź spotyka boczek i tworzą nieoczywisty duet. Dawne receptury, lokalna pasja i odrobina kulinarnej odwagi – to wszystko zamknięte w jednym słoju. Przyjdź, spróbuj, daj się porwać smakowi, który z pewnością zostanie w pamięci.

Najstarszy przepis dotyczący pasztetu z ryby, który był spożywany w Prusach, których część stanowiła Warmia, znajduje się w tzw. „Królewskiej (Krzyżackiej) książce kucharskiej” – zbiorze receptur powstałym pod koniec XV wieku.

Autor „Königsberger Kochbuch”, zapewne jakiś brat-kucharz gotujący strawę dla wielkiego mistrza i innych krzyżackich dostojników oraz gości zakonu, w celu przygotowania „dobrego pasztetu” zalecał: *Weź rybę i oskrob tę i ściąggnij skórę, kiedy ją tutaj zechcesz, tak posiekaj ją na małe kawałki, posiekaj pietruszkę i szalwię tam jedną i dodaj do tego pieprz, imbir, cynamon i szafran, wymieszać to zechć jedno z drugim i z winem, i wykonaj z cienkiego [ciasta] pojemnik i włóż doń rybę i na nią tam wlej*
w i n o

i przykryj tę ciastem i chćej tak w około i naokoło [szczelnie] całą i przebij na górze [w tym zamkniętym pojemniku z ciasta] tam jedną dziurkę i zrób tam bąbel z ciasta i pozwól temu się całkowicie upiec...

Fakt, że pasztet z ryby znalazł się w „Königsberger Kochbuch” pokazuje, że potrawa ta nie tylko godna była stołu wielkich mistrzów, ale musiała też być popularna nie tylko w zamkowych kuchniach krzyżackich.

Ślady tej popularności widać m.in. także w „Dyariuszu z Heilsberga” księdza Michała Focha, długoletniego sekretarza przewielebnego Ignacego Krasickiego, Xsięcia Biskupa Warmińskiego. Pod datą 21 sierpnia 1790 r. odnotował w swoim dzienniku między innymi, że *pasztet mieliśmy dziś z śledzi świeżych holenderskich (...) y wszystkim bardzo do gustu przypaść...*

Ksiądz Fox w swoich dziennikach nie podał jednak przepisu na tenże pasztet. Pozostał on tajemnicą kucharza-specjalisty, pasztetnika przewielebnego XBW. Niemniej na podstawie starych ksiąg kucharskich można kusić się o jego odtworzenie.

Za sprawą starosty olsztyńskiego pod koniec 2024 roku taką „rekonstrukcję” przeprowadzili uczniowie Technikum Hotelarsko-Gastronomicznego w Olsztynku. Zaprezentowany na specjalnej konferencji prasowej Warmiński pasztet ze śledzia – szybko zyskał medialną sławę, ale także „wszystkim bardzo do gustu przypadł”. Przy współpracy z Powiatem Olsztyńskim jego produkcję rozpoczęło Gospodarstwo Rybackie Gady. Tam też, na podstawie przepisów z XIX-wiecznych ksiąg kucharskich, powstała jego „wzbogacona wersja” – Forszmak warmiński z boczkiem (*Ni to pasztet, ni to zapiekanka, na pewno coś więcej niż zwykła przekąska...*).

Obecnie w postaci śledziowego Dwusłoja Warmińskiego jest promowany jako niecodzienna pamiątka regionalna w ramach projektu „Warmia jest smaczna...”. Warto podkreślić, że z regionu pochodzą również jego podstawowe składniki: śledzie łowione w wodach Zalewu Wiślanego przez rybaków z warmińskich portów we Fromborku i Nowej Pastęce oraz ziemniaki – z lokalnych pól.



Biblioteczka Świętej Warmii



notatki





