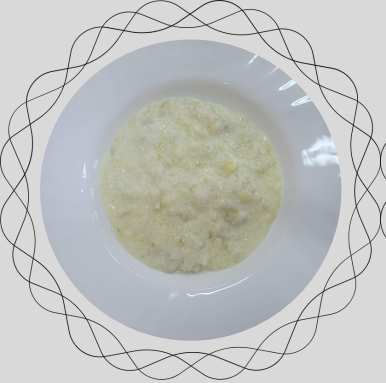
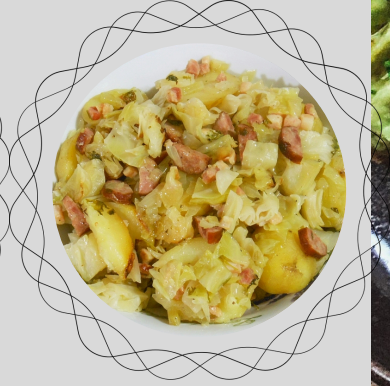


Zupa ze skubanych klusek

Składniki :

- ziemniaki
- sól
- łyżka masła
- woda
- śmietana 30%

Przygotowanie:
Do startych mocno odciśniętych ziemniaków dodać sól, wymieszać. Do garnka wlać trochę wody, zagotować i skubać łyżką ciasto do gotującej wody. Gotować kilka minut, dodać śmietanę 30% i łyżkę masła.



Szmek futer

Składniki :

- 1 kg ziemniaków,
- 0,5 kg kapusty kiszonej,
- boczek lub słonina,
- sól,
- pieprz

Przygotowanie:
1 kg ziemniaków w łupinach ugotować, następnie obrać i pokroić w plasterki. Nożem ugotowane posiekać. Dodać pół kilograma ugotowanej kiszonej kapusty. Boczek lub słoninę stopić, sól, pieprz do smaku. Na koniec wszystko wymieszać.

Regionalne potrawy podmoklańskie przygotowane, a także spisane przepisy przez seniorki w ramach projektu „W pełni życia spełniamy marzenia"

Projekt dofinansowany ze środków programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+" na lata 2021–2025

Stowarzyszenie Rozwoju i Ochrony Dziedzictwa Kulturowego Regionu
"PRZYJAŹNI PODMOKLOM"
podmokle@podmokle.pl
Tel.: 68 351 2152, NIP: 9730924419
66-110 Babimost, Podmokle Małe 30
KRS: 0000302805

POTRAWY REGIONU BABIMOJSKIEGO

Szneki z glancem

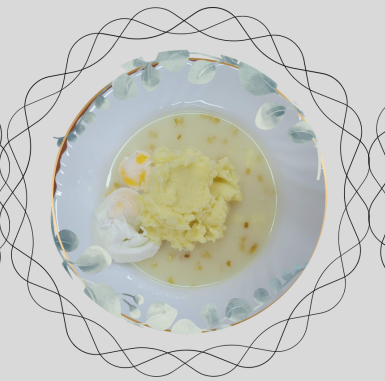
Składniki:

- 250 g mąki
- 50 g cukru
- 1 szklanka letniego mleka.
- 1 jajko, 2 żółtka
- 50 g świeżych drożdży.
- 150 g roztopionego i wystudzonego masła
- 2 łyżki cukru
- 1 cukier wanilinowy
- 1/4 łyżeczki soli

lukier:

- 1 białko
- 3/4 szklanki cukru pudru
- 1-2 łyżki soku z cytryny

Przygotowanie:
Zrobić rozczyn z drożdży, łyżeczki cukru, 3 łyżek mleka i posypać trochę mąki. Kiedy drożdże podrosną dodać resztę składników i wyrobić, można robotem.
Odstawić do wyrośnięcia.
Ciasto zagnieść, jeżeli trzeba dodać mąki, uformować 8 wałeczków, posmarować masłem i zwinąć 8 ślimaczków.
Jeżeli mają być "wypasione" posypać kruszonką.
Piec w temp. 180-190 stop., około 20 min, do zrumienienia.
Utrzeć lukier, posmarować nim ostudzone szneki i będzie glanc!

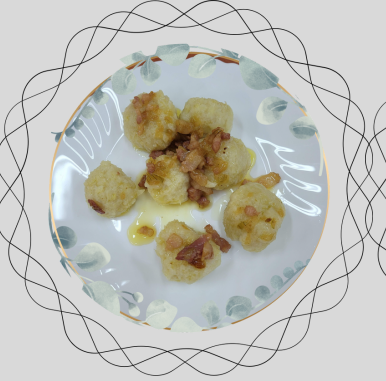


Kwaśne jaja

Składniki :

- 2 litry wody,
- 8 jaj (najlepiej z wiejskiego kurnika),
- 1 łyżkę octu,
- 3 łyżki śmietany
- pęczek włoszczyzny,
- 1 duża cebula,
- liść laurowy, bobkowy listek, pieprz, sól.

Przygotowanie:
Do wody włożyć włoszczyznę, cebulę, przyprawy i gotować do momentu, aż warzywa staną się miękkie. Całość zaciągnąć mąką, następnie dodać ocet. Do wrzącej potrawy wbić jaja i gotować jeszcze 5 minut. Na koniec dodać śmietanę.
Podawać z ziemniakami duszonymi.



Szare kluski z boczkiem

Składniki:

- 1,5 kg ziemniaków
- 2 – 3 jajka
- sól
- mąka
- 20 dag boczku wędzonego

Przygotowanie :
Ziemniaki obrać, opłukać i zetrzeć na tarce o drobnych oczkach. Starte ziemniaki zostawić aby puściły sok. Nadmiar soku zlać. Następnie do ziemniaków wbić jajka, posolić (do smaku), wsypać mąkę i dobrze wymieszać (mąki nasypać tyle, aby konsystencja była gęsta i można było łatwo nabierać na łyżkę).
W garnku zagotować posoloną wodę i na gotującą się nakładać łyżką ciasto (łyżkę maczać w gorącej wodzie, aby nie przywierało).Kluseczki gotować ok. 10 min. od momentu wypłynięcia.
Wędzony boczek pokroić w kosteczkę i usmażyć na patelni. Łyżką cedzakową wybierać kluseczki na talerz i polać usmażonym boczkiem.
Szare kluski można podawać z maślanką, kefirem, śmietaną. Mogą też być dodatkiem do mięsa.

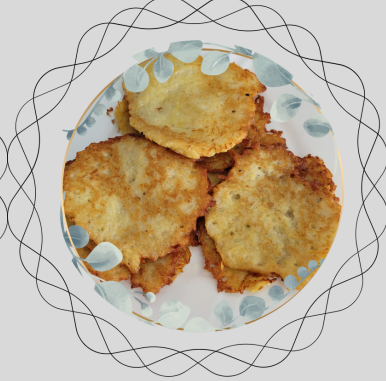
Pyry z twarogiem

Składniki:

- 250 g twarogu półtłustego
- 150 g śmietany 10%-18%
- szczypiorek
- sól
- czarny pieprz

Dodatkowo:
po 2 duże ziemniaki osobę

Przygotowanie:
Ziemniaki szorujemy szczoteczką pod bieżącą wodą, gotujemy bez obierania, czyli w mundurkach w osolonej wodzie. Można dodać cebulę pokrojoną w bardzo drobną kosteczkę.
Twaróg rozdrabniamy widelcem w misce, dodajemy śmietanę, szczypiorek, wszystko dokładnie łączymy. Doprawiamy solą i sporą ilością pieprzu.
Ugotowane ziemniaki kroimy na pół, nakładamy po dużej łyżce twarogu, wierzch posypujemy pieprzem, drobno pokrojoną cebulką i resztą szczypiorku.
Podajemy z olejem lnianym.

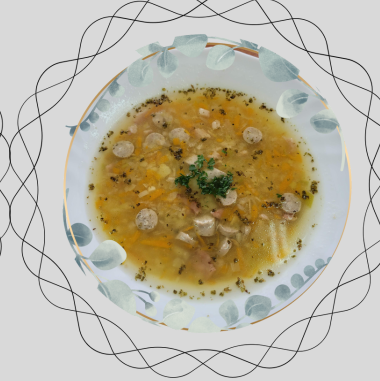


Muńce

Składniki (ok. 12 sztuk):

- 1/2 kg ziemniaków
- 1/2 łyżki mąki pszennej
- 1/4 cebuli
- 1 jajko
- sól
- olej roślinny do smażenia

Przygotowanie
Ziemniaki obrać i zetrzeć na tarce o małych oczkach bezpośrednio do większej i płaskiej miski. Zostawić je w misce bez mieszania.
W międzyczasie odlewać zbierający się sok, delikatnie przytrzymując ziemniaki, nadal ich nie mieszać. Na koniec docisnąć dłonią do miski i odlać jeszcze więcej soku. Dodać mąkę, drobno startą cebulę, jajko oraz dwie szczypty soli.
Rozgrzać patelnię, wlać olej.
Masę ziemniaczaną wymieszać.
Nakładać porcje masy (1 pełna łyżka) na rozgrzany olej i rozprowadzać ją na dość cienki placek. Smażyć na średnim ogniu przez ok. 2 - 3 minuty na złoty kolor, przewrócić na drugą stronę i powtórzyć smażenie.
Odkładać na talerz wyłożony ręcznikami papierowymi.
Placki ziemniaczane najlepsze są prosto z patelni gdy są chrupiące.



Kwyrlonka

Składniki:

- ziemniaki
- woda
- marchewka
- cebula
- ząbek czosnku
- przyprawy (majeranek, ziele angielskie, bobkowe listko, sól, pieprz, pietruszka)
- kiełbasa
- boczek

Przygotowanie:
Ziemniaki i marchewkę pokroić w kostkę, dodać przyprawy i ugotować. Kiełbasę (w całości, lub pokrojoną w kostkę) usmażyć z boczkiem i cebulą i pod koniec gotowania dodać do zupy.
Ziemniaki można podusić.
Smacznego.