

ZA-LEŚNY PRZEPISOWNIK



Za górami, za lasami, za siedmioma rzekami powstała w leśnym zagajniku miejscowość **ZALESIE GÓRNE...** Było to niedaleko stolicy, w której niegdyś rezydował król. W latach 30tych XX wieku, więc całkiem niedawno pośród leśnych działek zaczęli zamieszkiwać ludzie. Od lat w naszej miejscowości kościół najpierw drewniany, a potem murowany stanowił centrum życia. Zalesie Górne rozwijało się... Zaczęły się tworzyć miejsca potrzebne do życia: sklep, szkoła, apteka, kościół, stacja kolejowa. Nikt jednak nie zapomniał leśnego charakteru tego miejsca. Szczyptę lasu i zalesiańskiej tradycji włożyliśmy do naszego Za-LEŚNEGO PRZEPISOWNIKA.



PRZEPISY



- 1 Dzikie początek
- 2 Zajęcze przysmaki
- 3 Leśne lembasy
- 4 Hubertowe grzybobranie
- 5 Przysmak borsuka
- 6 Czerwony kapturek
- 7 Pasta młodych wilcząt
- 8 Zajęczy trop
- 9 Uroczysko
- 10 Przysmak jelenia
- 11 Bez pragnienia



Przepisy do pobrania:



Dziki początek



Składniki:

2-3 kg szynki z dzika

5-6 czosnku

sól, pieprz

tymianek

ziele angielskie

liść laurowy

rozmaryn

jałowiec

pokruszone grzyby



Sposób wykonania:

- Mięso umyć, osuszyć ręcznikiem papierowym. Przygotować marynatę: W moździerzu rozgnieść pieprz, tymianek, ziele angielskie, rozmaryn, jałowiec. Liście laurowe i grzyby pokruszyć. Dodać przeciśnięty czosnek
- Do garnka lub brytfanny w której będziemy piec mięso wlać olej oraz dodać wszystkie przyprawy oraz czosnek, dokładnie wymieszać
- Do marynaty włożyć mięso, tak by dokładnie je pokryła. Przykryć i odstawić na 24-48 h w chłodne miejsce, najlepiej do lodówki. Mięso w trakcie marynowania obrócić kilka razy
- Po tym czasie mięso włożyć do piekarnika nagrzanego do 200 st C (grzałka górna i dolna). Piec około 1 godziny, co jakiś czas polewać mięso sosem w którym się piekło. Odwrócić w trakcie pieczenia. Następnie ustawić piekarnik na 120 st C, aż mięso będzie odchodzić od kości. Wyjąć gotowe mięso, jak ostygnie i odpocznie pokroić na plastry. Podawać z ulubionymi dodatkami



Zajęcze przysmaki



Składniki:

0.5 kg	mięsa zająca
0.2 kg	wątroby wieprzowej
1	cebula
10 dkg	surowego boczku
1	marchewka
1	pietruszką
2	czerstwe kajzerki
4	jajka
10 dkg	śloniny
15 gr	suszonych grzybów

Przyprawy: 1 liść laurowy, 4 ziarna ziela angielskiego
5 ziaren pieprzu czarnego, 10 ziaren jałowca
1/4 łyżeczki imbiru, szczypta gałki muskatołowej
sól, pieprz czarny mielony, masło i bułka tarta do formy

Sposób wykonania:

- Połącz grzyby, mięso, boczek, obraną marchewką, pietruszką i cebulą. Włóż do garnka i zalej niewielką ilością wody. Dodaj liść laurowy, pieprz, ziele angielskie i sól, duś na małym ogniu, aż mięso będzie miękkie (40-50 min)
- Wątrobę umyj i oczyść z błon, pokrój na kawałki. Włóż do rondelka, zalej wywarem z mięsa i duś 8-10 minut.
- W międzyczasie bułki namocz w pozostałym wywarze z mięsa
- W maszynce z sitkiem o małych otworach dwukrotnie zmiel mięso, wątrobę, boczek i odcisnięte bułki. Do otrzymanej masy dodaj jajka, imbir, gałkę muskatołową, mielony pieprz i 4 zmiażdżone ziarna jałowca. Wyrób na jednolitą masę, posól.
- Formę wysmarowaną tłuszczem i wysypaną tartą bułką napełnij masą pasztetową do 3/4 wysokości. Wierzch pasztetu przykryj dużym płatem lub kilkoma paskami śloniny, a na niej ułóż resztę ziaren jałowca
- Formę szczelnie przykryj. Pasztet gotuj na parze przez półtorej godziny lub piecz około godziny w piekarniku nagrzanym do temperatury 190°C. Po upieczeniu ostudź i wyjmij z formy

Leśne lembasy



Składniki:

- 1 kg mąki
- 40g drożdży
- ½ l wody
- 1 łyż. soli
- 6 łyż. oleju

Do wykonania obrazu użyć dowolne zioła, warzywa i przyprawy

Sposób wykonania:



- Do dużej miski wsypać mąkę, dodać wodę, sól i drożdże, wymieszać składniki, tak aby dobrze się połączyły
- Do miski dodać 4 łyżki oliwy tak aby ciasto było dobrze otoczone oliwą, następnie miskę szczelnie przykryć folią spożywczą i włożyć do lodówki na 8-24 godz
- Po tym czasie formę do pieczenia posmarować łyżką oliwy i przełożyć ciasto z miski do formy, rozciągnąć ciasto palcami, robiąc w nim wgnięcia i zostawić do wyrastania w ciepłym miejscu pod przykryciem na około 1,5-3 godz
- Piekarnik mocno rozgrzać do 250 stopni, wyrośnięte ciasto odkryć i delikatnie zrobić kilka dziurek palcem, delikatnie polać oliwą, oprószyć solą, ozdobić leśny chleb ziołami, warzywami i przyprawami według własnej inspiracji,
- Włożyć do gorącego piekarnika i piec 16 – 20 min do momentu, aż leśny chleb będzie rumiany.

Hubertowe grzybobranie



Składniki:

- 4 szkl kaszy gryczanej
- 2,4 l bulionu warzywnego
- 1 kg pieczarki brązowe, podgrzybki
- 2 słoiki ciecierzycy
- 4 cebule
- 200 g szpinaku
- 2 łyż papryki wędzonej
- 4 łyż oleju
- 10 pomidorów suszonych
- czosnek, sól



Sposób wykonania:

- Cebulę pokroić w kostkę , podsmażyć na oleju
- Do cebuli dodać pokrojone w grubsze plastry pieczarki brązowe oraz podgrzybki, podsmażyć
- Ugotować kaszę gryczaną, wlać bulion, doprawić solą, papryką i ugotować do miękkości
- Ciecierzycę z suszonymi pomidorami i czosnkiem dodać do ugotowanej kaszy, dodać podsmażone grzyby
- Dorzucić liście szpinaku
- W wersji z mięsem - dodać upieczone kawałki dziczyzny



Przysmak borsuka



Składniki:

- 1 kg borówki brusznicy
- 1 kg gruszek
- 30 dkg cukru
- ½ szkl wody
- 2 cm kory z cynamonu
- 5 szt goździków



Sposób wykonania:

- Wodę zagotować z cukrem, do wrzącego syropu dodać borówkę
- Dusić 15 min pod przykryciem na małym ogniu
- Następnie dodać gruszkę i przyprawy i dusić 30 min
- Przełożyć do słoiczków i szczelnie zamknąć



Czerwony kapturek



Składniki:

- 1 kg buraków
- 3 ząbki czosnku
- ocet balsamiczny
- olej z orzechów włoskich

Bezpośrednio przed podaniem:

feta, sałata, orzechy

Sposób wykonania:

- Buraki w mundurkach ugotować, wystudzić obrać, pokroić w cieniutkie listki
- Przyprawić octem balsamicznym, czosnkiem drobno posiekanym
- Dodać pieprz, sól, olej z orzechów włoskich
- Pozostawić w lodówce na 24 godziny
- Przybrać serem fetą, rukolą lub innymi sałatami, orzechami włoskimi lub pekanami

Pasta młodych wilcząt



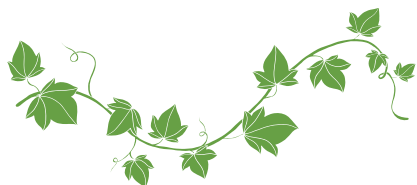
Składniki:

- 4 kg pomidorów
- 1,5 kg marchwi
- 1,5 kg słodkiej papryki
- 1 kg antonówek
- ½ kg cukru
- ½ szk octu
- 3 łyż soli
- 1 ½ szkl oleju
- 2 łyż ostrej papryki
- 2 główki czosnku

Sposób wykonania:

- Wszystkie składniki zmielić przez maszynkę
- Gotować przez 2-2,5 godziny
- Następnie dodać cukier, ocet, sól, olej i gotować 1 godzinę
- Potem dodać ostrą paprykę i czosnek przeciśnięty przez praskę i jeszcze gotować przez 15 minut
- Przełożyć do słoiczek i szczelnie zamknąć

Zajęczy Trop



Składniki:

- 120 gr masła miękkiego
- 100 gr mąki pszennej
- 60 gr orzechów pistacjowych
- 90 gr cukru
- 3 jajka
- 2 żółtka
- 1 łyż proszku do pieczenia

pistacje
kurdybanek świeżo zebrany w lesie
barwnik zielony naturalny

Sposób wykonania:

- Rozgrzej piekarnik do temp. 180 st C. Formę do muffinek natłuścić masłem i oprószyć mąką
- Do czystego naczynia włożyć pistacje (niesolone, bez skórki), cukier. Zmiksować. Odłożyć 1 łyżkę cukru pistacjowego do dekoracji.
- Do miski wbić masło, jajka, żółtka i wymieszać
- Dodać mąkę, proszek do pieczenia, kurdybanek i wymieszać
- Przelać do formy muffinkowej
- Piec 20-25 min (180 st C)



Uroczysko



Składniki:

450 g	szpinaku
2/3 szkl	oleju
1	cukru pudru
3	jajka
2	mąki
2	proszku do pieczenia
150	mascarpone (zimny)
200ml	śmietanki 36%
4 łyż	cukru oudru
1 łyż	wanilii

Sposób wykonania:

1 opakowanie śmietany fix (opcjonalnie)

- Świeży szpinak po umyciu włożyć do garnka i mieszając podgrzewać ok. 1 - 2 minuty aż zwiędnie, następnie zblendować na mus. Jajka ocieplić (lepiej się ubijają) - włożyć do miski, zalać bardzo ciepłą wodą z kranu i odstawić na kilkanaście minut, w razie potrzeby zmienić wodę na cieplejszą.
- Piekarnik nagrzać do 180 stopni C. Jajka wbić do miski, dodać cukier i ubić na puszystą oraz jasną masę. Następnie ubijając wlewać cieniutkim strumieniem olej.
- Dodać mus ze szpinaku i zmiksować na małych obrotach miksera do połączenia się składników w jednolitą masę. Oddzielnie przesiać mąkę i wymieszać z proszkiem do pieczenia. Przesypać do ubitych jajek i zmiksować na małych obrotach, tylko do połączenia się składników w jednolite ciasto. Masę wylać do formy o średnicy 24 cm. Piec przez ok. 40 - 45 minut do suchego patyczka. Wyjąć i ostudzić.
- Do misy miksera włożyć mocno schłodzony ser mascarpone oraz śmietankę, dodać cukier puder i wanilię. Ubijać przez kilka minut aż masa zwiększy objętość i będzie puszysta. Opcjonalnie można zmiksować ze śmietan - fix.
- Ciasto przekroić na 2 części. Dolną położyć na paterze lub na talerzu. Wyłożyć krem mascarpone. Z górnej zielonej części ciasta wybrać łyżeczką zielony środek i wyłożyć na krem. Pozostałej pustej "kopułki" ciasta nie wykorzystamy. Udekorować.

Przysmak jelenia



Składniki:

5	białek
250 g	cukru pudru
	szczypta soli
3	jajka
3	cytryny
100 g	masła
1/2 szkl	cukru

Sposób wykonania:

- Białka (najlepiej o temperaturze pokojowej) ubijamy wraz ze szczyptą soli na sztywną pianę, a następnie kontynuujemy ubijanie dosypując stopniowo, po łyżce, cukier puder.
- Kończymy ubijanie, aż cały cukier zostanie dodany do białek.
- Na arkuszach papieru do pieczenia układamy masę. Papier kładziemy na blachach do pieczenia. Blachy wstawiamy do piekarnika nagrzanego do 90 st.C z termoobiegiem lub 100 st.C bez termoobiegu. Suszymy bezy do skutku (ok 4-5 godzin).

KREM

- Dokładnie wymyć i wyparzyć cytryny, zetrzeć skórkę, wycisnąć sok z cytryny, do garnka wbić jajka i roztrzepać
- Dodać masło, sok z cytryny i cukier, włączyć grzanie, dokładnie wymieszać i dodać skórkę z cytryny, jak zgęstnieje i zagotuje się, przełożyć do słoiczków i zamknąć
- Można przechowywać w lodówce do dwóch tygodni.

Bez pragnienia



Składniki:

- 3 duże kwiaty białego bzu
(kwitnie w końcówce maja)

Opcjonalnie:
10 łyż syropu z bzu zrobionego
domowym sposobem



świeży rozmaryn
mięta do smaku
łyżka miodu



Sposób wykonania:

- Zmieszać składniki i zalać szklanką ciepłej wody.
- Odstawić na 1 godz.
- Dolać 1 l wody (może być gazowana)
- Podać z kruszonym lodem do smaku

