

# zapiiekanki suflety tarty

STANISŁAW WŁODEK



STANISŁAW WŁODEK

# zapiekanki suflety tarty



Wydanie IV



WAIRA

WARSZAWA 1981

ISBN 83-225-0028-9

Recenzent inż. Anna Ners  
Redaktor Aleksandra Chomicz  
Projekt okładki i ilustracje  
Krzysztof Mackiewicz  
Rysunki Roman Oksiutycz  
Redaktor techniczny  
Kalina Grzechocińska  
Korektor Danuta Witkowska

WSZELKIE PRAWA ZASTRZEŻONE  
PRINTED IN POLAND

WYDAWNICTWO „WATRA”

Warszawa 1981. Wydanie IV. Nakład 30 000 + 150 egz.  
Ark. wyd. 4,9. Ark. druk. 4,16. Symbol 10445/RK.  
Format B6. Papier druk. mat. kl. V 70 g. 70X100.  
Druk z przygotowalni poprzedniego wydania ukończono w marcu 1981 r. Cena zł 15.— Rzeszowskie Zakłady Graficzne, Rzeszów ul. Marchlewskiego 19.  
Zam. 2796/80.

wstep



Potrawy zwane zapiekankami wywodzą się zasadniczo z kuchni francuskiej:

Francuzi, jak wiadomo, znani są z oszczędności, u żadnej gospodyni nie zmarnuje się tam najdrobniejsza pozostałość ze śniadania, obiadu czy kolacji: wszystko zostanie starannie schowane, zabezpieczone i zużyte w najbliższym czasie. Tak powstały zapiekanki — najlepsza forma wykorzystania resztek mięsnych i rybnych — z dodatkiem ryżu, ziemniaków, klusek oraz sosu, śmietanki i tartego sera, często przypraw ziołowych. Wszystko się drobno kraje, miesza i zapieka w piecyku.

Z czasem zaczęto wymyślać nowe i udoskonalać przyjęte już kompozycje składników. Smak dania zależy przecież od sposobu jego przyrządzenia, np. ziemniaki — ugotowane w wodzie i podane jako tzw. z wody — inaczej smakują niż odparowane i utłuczone — polane słoninką z cebulą. Jeszcze inny smak ma purée z masłem, śmietaną i gałką muszkatołową oraz frytki lub ziemniaki podsmażone na tłuszczu czy wreszcie zapiekane z najrozmaitszymi dodatkami i przyprawami, posypane po wierzchu tartym serem. Podobnie jest z innymi produktami. Najjaskrawiej widać tę różnicę w smaku w przypadku zapiekanki jarzynowej po rosyjsku. Ta wyjątkowo aromatyczna, o bardzo specyficznym smaku, potrawa zupełnie nie przypomina warzyw przygotowanych w sposób konwencjonalny, tak jak się zwykle podaje do drugiego dania obiadowego.

Chociaż Francuzi wymyślili zapiekanki, spotyka się je również w kuchniach innych narodów. Już w dawnej kuchni rosyjskiej występuje kilka podobnych potraw. Mają swoje zapiekanki Grecy, Hiszpanie i mieszkańcy krajów południowych. Najczęściej przyrządza się je tam łącząc bakłażany, pomidory, cukinię, cebulę, resztki mięsa i przyprawiając na ostro.

W książce tej znajdują czytelnicy zapiekanki proste i tanie, w których składniki wymieszane i zalane sosem lub śmietanką są posypane tartym serem i zapieczone, suflety — bardziej skomplikowane o charakterystycznym smaku, zapachu i wyglądzie oraz potrawy zapiekane

w cieście. Najczęściej mięsa lub ryby z aromatycznymi przyprawami zapieczone są w cieście tzw. francuskim lub kruchym.

Na uwagę zasługują zapiekanki z tzw. „frutti di mare”, czyli krabów, krewetek, muli, raczków. Dla nas są to „owoce morza” raczej niedostępne, ale dla ciekawości podano tu kilka przepisów. Amatorów bardziej skomplikowanych dań zainteresują na pewno tarty. Potrawy te są bardzo rozpowszechnione we Francji. Podaje się je głównie na deser. Tarty robi się z kruchego (na słodko) lub francuskiego ciasta i zapieka w płaskich formach blaszanych (ostatnio już pokrytych teflonem).

Do zapiekanek wypada zaliczyć bardzo popularne danie włoskie, które nie ma odpowiednika w naszym języku, a powszechnie nazywa się pizza. Ojczyznę pizzy jest Neapol — pizza alla napoletana, ta słynna, od której wywodzą się wszystkie odmiany tego popularnego dania w całych Włoszech, Francji i innych krajach. Francuzi mają swoją odmianę — la pizza provençal.

Pizza jest to cienki, okrągły placek z ciasta drożdżowego z położonymi na wierzchu pomidorami, anchois, oliwkami, kaparami, przyprawiony aromatycznymi ziołami oraz pieprzem i zapieczony.

Jest to bardzo ostre w smaku i aromatyczne danie, do którego pija się wina lekkie — białe, czerwone i rose (różowe): Frascati, Chiarretto, młode Chianti.

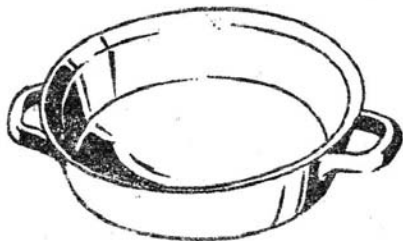
\*

Do wykonania niektórych zapiekanek potrzebne są umiejętności i uwaga podczas przygotowania. Szczególnie istotne jest to przy wykonywaniu sufletów.

Potrawy, do których zachęcam w tej książce, wymagają zastosowania odpowiednich naczyń. Jest ich coraz więcej w naszych sklepach. Do bardzo efektownych należą wszelkiego rodzaju naczynia z kamionek i szkła żaroodpornego. Są one rozmaite — duże z przykryciem i bez, płaskie, z rączkami, małe — dla jednej osoby, okrągłe, owalne, prostokątne, zaokrąglone. Każde z tych naczyń ma swoje przeznaczenie. Do tart owocowych i zapiekanek w cieście najlepiej nadają się formy blaszane.

**Naczynia żeliwne, emaliowane  
[1]**

- Płaskie naczynie bez przykrycia do zapiekania pod beszamelem.



- Naczynie z przykrywką stosowane do zapiekania w piekarniku.



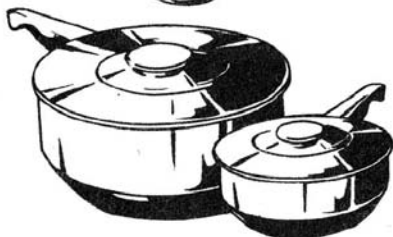
- Głębokie naczynie do zapiekania, np. dania węgierskiego typu lecsó.

## Naczynia kamionkowe [2]

- Naczynia głębokie z przykrywką, różnych wielkości, również jednoporcjowe.



- Naczynia półgłębokie z rączką — bardzo wygodne do podawania na stół. Zastosowanie wielostronne.



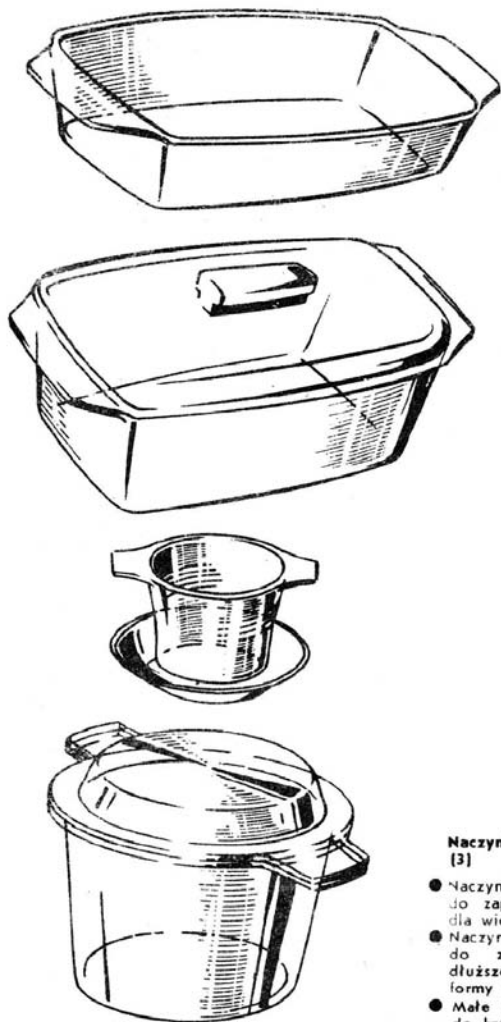
- Naczynia płaskie bez przykrycia, różnych wielkości, do zapiekania krótkiego.



- Forma do sufletów — wysokości 8—10 cm.

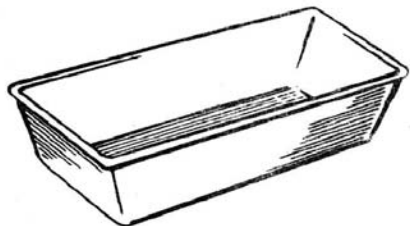
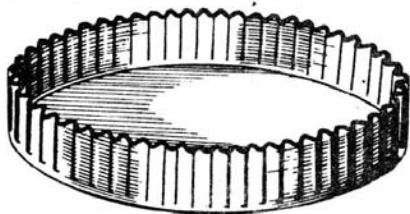






**Naczynia szklane, żaroodporne  
[3]**

- Naczynie płaskie lub półpłaskie do zapiekania pod beszamelem dla większej liczby osób.
- Naczynie głębokie z przykryciem do zapiekania wymagającego dłuższego czasu (bywają również formy okrągłe).
- Małe zapiekanki jednoporcjowe do krótkiego zapiekania.



Naczynia metalowe blaszane —  
formy do tart [5]

- Blacha płaska karbowana (bywa  
teflonowana) do tart z owocami.
- Blacha do zapiekania w cieście  
— może być różnej wielkości.

Oprócz odpowiednich naczyń warto zaopatrzyć się w przyprawy, tak niezbędne przy przyrządzaniu tych dań. Do najczęściej stosowanych należą: pieprz (czarny i biały), ziele angielskie, gałka muszkatołowa, tymianek, rozmaryn, listek laurowy, czosnek, cebula, zielona pietruszka i cynamon (ten ostatni w zapiekankach słodkich). Można stosować również mieszankę kilku różnych ziół, np.: po 1 części — bazylii, cząbrku, tymianku, rozmarynu i po pół części — macierzanki i estragonu.

Wreszcie ostatnią i bardzo ważną przyprawą przy sporządzaniu zapiekanek jest ser. Najczęściej stosuje się ser utarty w specjalnie do tego celu przystosowanej maszynie, która również może służyć do mielenia orzechów i migdałów. Czasami wystarczy ser drobno pokrajać w kostkę lub w paseczki. Do zapiekania należy wybierać sery twarde i półtwarde, najlepszy jest parmezan i grojer (Grueyere), a z półtwardych cheddar. Mogą też być użyte łatwiej dostępne u nas sery, takie jak tyłżycki, edamski — byle były ostre i dobrze się topiły. Sery należy przechowywać w suchym i chłodnym miejscu, bowiem nie lubią one niskich temperatur, zwłaszcza sery świeże i dojrzewające (camembert i brie, rokpol).

Ważnym składnikiem zapiekanek rybnych są sosy, najczęściej:

Sos beszamelowy — zasmażkę z mąki i masła rozprowadza się wywarem z gotowania ryb.

Sos pomidorowy — przesmażoną cebulę, koncentrat pomidorowy i szczyptę przypraw ziołowych rozprowadza się wywarem i białym winem.

Sos mornay — odmiana sosu beszamelowego z dodatkiem tartego sera grojera lub parmezanu.

Sos geneński — zasmażkę z mąki i masła, przesmażoną cebulę oraz drobno posiekaną szynkę rozprowadza się wywarem z ryby i czerwonym winem (lekkim).

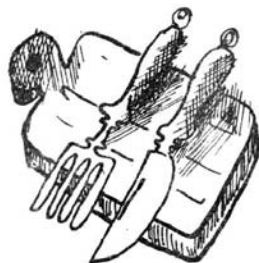
\*

Obok każdego przepisu umieszczono specjalne oznakowanie w postaci małych rondelków ułatwiające orientację w stopniu trudności przyrządzania potrawy:

1 rondelk — to potrawa bardzo łatwa w przyrządzaniu

2 rondelki — to potrawa już nieco bardziej skomplikowana

3 rondelki — to już potrawa dosyć trudna w przygotowaniu i droższa.



# zapiekanki mięsne



## WOŁOWINA ZAPIEKANA I

Przygotowanie: 30 min.

Gotowanie purée: ok. 25 min. + zapiekanie: ok. 25 min.

**500 g posiekanej wołowiny, 3 łyżki posiekanej cebuli, 2 łyżki smalca ze skwarkami, 1 szklanka sosu pomidorowego, 1 łyżka zielonej pietruszki, 1 ząbek czosnku, szczypta tymianku, 2 łyżki rodzynek**

**Na purée: 1 kg ziemniaków, 1 łyżka masła, pół szklanki mleka, sól, pieprz, gałka muszkatołowa, tarty żółty ser i tarta bułka**



Cebulę lekko zrumienić na smalcu, włożyć posiekaną wołowinę, przesmażyć na ostrym ogniu. Dodać sos pomidorowy i wszystkie przyprawy: posiekaną pietruszkę, pieprz, sól, utarty czosnek i tymianek. Dusić na wolnym ogniu ok. 10 min. Dodać optukane i przebrane rodzyнки. Tak przygotowane mięso włożyć do wysmarowanego masłem naczynia i przykryć purée z ziemniaków. Posypać tartym serem wymieszonym z tartą bułką. Wstawić do piekarnika o temperaturze 200°C na ok. 30 min. Potrawę podawać bardzo gorącą, na obiad lub kolację — z zieloną sałatą przyprawioną czosnkiem.

**Przygotowanie purée.** Ugotowane ziemniaki utłuc i przetrzeć przez specjalną maszynkę do purée, dodać masło i mleko, doprawić solą, pieprzem i gałką muszkatołową. Dokładnie wymieszać.

## WOŁOWINA ZAPIEKANA II

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 15 min.

**450 g posiekanej wołowiny, 750 g ziemniaków, 4—5 jaj, 3 cebule, 2 łyżki masła, pół szklanki mleka, 1—2 łyżki pasty pomidorowej**



Ziemniaki ugotować w mundurkach, obrać i pokrajać w plasterki. Drobno posiekane cebule przesmażyć na maśle; gdy zaczną się rumienić, włożyć mięso i razem przesmażyć, następnie dodać pastę pomidorową, szklankę rosółu, przyprawić solą i pieprzem, przykryć i dusić 15—20 min. W żaroodpornym naczyniu wysmarowanym masłem ułożyć na dnie warstwę ziemniaków (2/3), masę mięsną, przykryć warstwą ziemniaków, zalać jajkami ubitymi z mlekiem z dodatkiem soli i pieprzu, posypać tartym serem. Wstawić do piekarnika o temperaturze 200°C na 15 min.

## WOŁOWINA ZAPIEKANA Z SARDELAMI

Przygotowanie: ok. 30 min.

Pieczenie mięsa: ok. 1 godz. + zapiekanie: 30 min.

1—1,2 kg wołowiny na pieczeń lub połówicy,  
1 cebdła, 2 łyżki masła, 1 pudełko sardeli  
(anchois), 1 śledź korzenny lub 2 sardynki  
korzenne, 1 bułka kajzerka, 1 łyżka tartej  
bułki, 6—8 ziemniaków, pół szklanki mleka,  
3 łyżki śmietany, 1 łyżka mąki, 1 łyżka tartego  
żółtego sera, sól, pieprz, ziele angielskie, listek  
laurowy, 2 żółtka, gałka muszkatolowa



Mięso wołowe po obrumienieniu na patelni upiec w piekarniku z cebulą, z dodatkiem tłuszczu. Gdy mięso będzie miękkie, pokrajać w plastry i odstawić. Zrobić farsz sardelowy: wymoczonego śledzia korzennego lub 10 filetów anchois oczyścić z ości i skóry; utrzeć w moździerzu (porcelanowym). Jeśli będą zbyt słone, można je przez 2—3 min. pogotować w wodzie. Dodać łyżkę masła, utarte jabłko, cebulę upieczoną z solą, bułkę namoczoną w mleku i wyciśniętą lub purée z ziemniaków, ziele angielskie, gałkę muszkatolową, 2 żółtka. Wszystko dokładnie przetrzeć przez sitko.

W naczyniu do zapiekania wysmarowanym masłem układać platy wołowiny przekładane farszem. Całość zalać śmietaną wymieszaną z mąką, posypać tartym serem, położyć kilka kawałeczków masła i wstawić do piekarnika na ok. 30 min.

Podawać z zieloną sałatką przyprawioną czosnkiem. Do zapiekaneek mięsnych najbardziej odpowiednie jest wino czerwone wytrawne, lekkie. Podaje się je w dużych pucharach-kieliszkach ochłodzone do temperatury 16—18°C. Latem, w czasie upałów, wino może być nieco chłodniejsze.

## KURA Z GROSZKIEM ZAPIEKANA W CIEŚCIE

Przygotowanie: 1 godz.

Zapiekanie: 45 min.



1 kura (ok. 1 kg), 1 puszka zielonego groszku (paczka mrożonego), 125 g masła, 5 młodych cebul ze szczyptką, 1 jajko, sól, pieprz, cukier

**Ciasto francuskie z 300 g mąki**

Kurę podzielić na części. Z nóg (udka) i piersi oddzielić kości, posolić i popieprzyć. Resztę kury zostawić na rosół. Mięso obsmażyć na maśle na niedużym ogniu, aby było na wpół miękkie i ładnie obrumienione. W tym samym tłuszczu poddusić cebulę pokrajaną w kostkę tak, aby zmiękła. Do naczynia do zapiekania wysmarowanego masłem włożyć cebulę, groszek (mrożony raz obgotować), posolić i popieprzyć, na wierzchu ułożyć przygotowaną kurę. Przykryć ciastem francuskim dopasowując brzegi do formy. Naciąć nożem szachownicę na cieście i posmarować ubitym jajkiem. Wstawić do bardzo gorącego (230°C) piekarnika na 15 min., następnie zmniejszyć temperaturę do 160—180°C i trzymać jeszcze 30 min. tak, aby ciasto ładnie się zrumieniło.

**Przygotowanie ciasta francuskiego.** W chłodnym miejscu ząrobić mąkę (300 g) z wodą (pół szklanki) na dosyć ściśle ciasto. Rozwałkować na foremny prostokąt grubości 0,5 cm. Na połowie tego prostokąta rozłożyć cieniutkimi plątkami masło (150—200 g — musi być twarde), złożyć na pół i rozwałkować na taki sam prostokąt. Czynność tę powtórzyć 5—6 razy. Tak przygotowane ciasto przechowywać w chłodnym miejscu.

## ZAPIEKANKA Z DROBIEM

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 30—40 min.



Pół gotowanej kury (ewentualnie resztki z drobiu), 250 g pieczarek, 2 cebule, 1 cytryna, 50 g masła, 150 g śmietanki, sól, pieprz, gałka muszkatołowa, 350 g klusek (kolanka, rurki), 50 g tartego żółtego sera

Do tej potrawy doskonale nadają się resztki z drobiu: skrzydełka, grzbiet, szyja i podroby. Ugotować rosół z dużą ilością włoszczyzny. Mięso z kury obrać. Posiekane cebule i pieczarki przesmażyć z łyżką masła. Pieczarki dobrze jest przed smaženiem skropić cytryną. Gdy woda wyparuje, przyprawić solą, pieprzem, gałką muszkatołową; dodać śmietankę i dusić jeszcze ok. 5 min. Kluski gotować ok. 5 min. w dużej ilości osolonej wody. Wymieszać mięso, kluski i pieczarki (część klusek zostawić do przykrycia całości). Przygotowaną masę włożyć do wysmarowanego masłem naczynia żaroodpornego, pokryć kluskami, posypać tartym serem, na wierzchu położyć kilka kawałków masła. Wstawić do piekarnika na 30—40 min., aby się lekko zapiekła.

## KRÓLIK W CIEŚCIE ZAPIEKANY

Przygotowanie: 1 godz. 20 min.

Zapiekanie: ok. 1,5 godz.

1 królik — ok. 1,30 kg, 200 g słoniny, 100 g szynki lub niezbyt tłustego boczku, 2 cebule, 2 łyżki zielonej pietruszki, 1 ząbek czosnku rozarty z solą, 1 jajo

S o s: marchew, cebula, szczypta ziół, 1 szklanka białego wina

Ciasto francuskie z 300 g mąki





Królika wytrybować z kości. Na kościach ugotować wywar z dodatkiem marchwi, cebuli i ziół oraz szklanki wina i wody. Gotować ok. 1 godz. tak, aby mięso odchodziło od kości, a płynu zostało nie mniej niż szklanka. Wywar odcedzić przez sito. Mięso królika — podzielone na małe kawałki — przesmażyć na łyżce drobno posiekanej słoniny. Nie rumienić. Następnie wymieszać z przygotowanym sosem i dusić ok. 30 min. na wolnym ogniu tak, aby całość tworzyła gęstą masę. Odstawić i ostudzić. Resztę słoniny rozgnieść z czosnkiem, cebulą, pietruszką i szynką lub boczkiem pokrajanym w cienkie paseczki. Wymieszać razem z przygotowanym królikiem. Przyprawić do smaku solą i pieprzem.

Formę do zapiekania (średnicy 24 cm) wysmarować masłem i posypać mąką, wyłożyć ciastem i podwinąć brzegi na wysokości 3 cm. Napełnić przygotowanym farszem. Brzegi ciasta wysmarować rozbitym jajkiem i przykryć krążkiem ciasta, lekko przyciskając brzegi, aby się skleiły, posmarować jajkiem i naciąć nożem ukośnie szachownicę. Wstawić do gorącego piekarnika o temperaturze 250°C na 20 min., następnie zmniejszyć do 220°C i trzymać potrawę kolejne 20 min. Potem przez dalsze 40 min. piec w temperaturze nie wyższej niż 180—200°C. Jeśli ciasto wcześniej się zrumieni — przykryć papierem lub folią aluminiową.

## ZAPIEKANE GICZE CIELĘCE

Przygotowanie: ok. 30 min.

Gotowanie: 1 godz. 15 min. + zapiekanie: 20 min.

2—3 gicze cielęce (najlepiej zadnie), 2 duże kawałki skóry wieprzowej, 2 marchwie, 2—3 cebule, 1 łyżeczka ziół, 1 szklanka białego wytrawnego wina, 1 kieliszek koniaku, 5 łyżek tartego żółtego sera, 1 szklanka śmietanki (gęstej), 1 żółtko, sól, pieprz



Z giczy wykrajać po 2—3 plastry mięsa, dosyć grube, razem z kością tnąc poprzecznie (najlepiej poprosić o to rzeźnika), aby otrzymać

6 porcji. W rondlu położyć na dnie płat skóry wieprzowej tłuszczem do dołu, przykryć drobno pokrajaną marchwią i cebulą, na wierzchu położyć plastry giczy. Posolić, dodać trochę pieprzu, zioła, wino i koniak. Przykryć drugą skórą wieprzową i dusić na wolnym ogniu pod przykryciem ok. 1 godz. 15 min.

W naczyniu do zapiekania ułożyć gicze wraz z jarzynami; skóry wyrzucić. Do sosu z duszenia dodać niewielką ilość wody (2—3 łyżki) lub rosółu i dodać do mięsa. W śmietance rozprowadzić żółtko, połączyć po wierzchu potrawę, posypać jeszcze tartym serem. Wstawić do piekarnika (200°C) na 20 min. Potrawa nie powinna się gotować, a tylko zapiec. Podawać z zielonym groszkiem, kluskami, fasolką szparagową lub ryżem po kreolsku.

**Przygotowanie ryżu po kreolsku.** Do ugotowanego ryżu dodać szafran w takiej ilości, aby otrzymać kolor złocisty. Szafran można zastąpić przyprawą curry. Wymieszać, dokładnie przykryć i wstawić w ciepłe miejsce, aby ryż doszedł.

Jest to potrawa francuska, chłopska. Dlatego ładnie byłoby podać ją w stylu „wiejskim”. Do potrawy pije się wino czerwone, cięższe.

## CIEŁĘCINA ZAPIEKANA POD BESZAMELEM

Przygotowanie: 3 godz.

Zapiekanie: ok. 35 min.

1,5 kg cielęciny na pieczeń [zadniej], 6—8 plastrów baleronu, 50 g masła, mleko, sól.  
**Sos beszamelowy:** 1 łyżka masła, 2 łyżki mąki, 1 szklanka mleka, 2 łyżki tartego sera [parmezan], 1 szklanka śmietanki, gałka muskatołowa



Ładny kawałek cielęciny zalać mlekiem i zostawić na ok. 2 godz. Po wyjęciu z mleka wytrzeć do sucha i posolić. Obsmażyć na patelni na ostrym ogniu ze wszystkich stron i piec w piekarniku polewając masłem (ok. 1 godz.). Gdy nieco przestygnie, pokrajać w grube plastry. Zapiekać najlepiej w okrągłym metalowym półmisku, który na-

leży wysmarować masłem. Układa się na nim wokół plastry cięliny posmarowane po obydwu stronach sosem beszamelowym i przekłada plasterami baleronu. W środku można ułożyć kilka bukiecików kalafiora ugotowanego na pół twardo. Wszystko zalać obficie sosem beszamelowym, posypać tartym serem i wstawić do piekarnika na ok. 35 min., aby ser się zarumienił. Jest to znakomite danie na kolację, jeśli pozostaną nam resztki pieczeni z obiadu.

**Przygotowanie sosu beszamelowego.** Sos ten należy do wykwintniejszych dodatków do dań tak mięsnych, jak i jarzynowych. Używa się go zwykle do zapiekania. Masło stopić w rondlu, dodać mąkę, starannie mieszając (drewnianą łyżką) rozprowadzić mlekiem — oczywiście poza ogniem, aby sos był zupełnie rzadki i bez grudek. Zagotować. W tej formie można go przechowywać w lodówce. Przed użyciem zaciągnąć żółtkiem; doprawić śmietanką, gałką muszkatołową, solą i pieprzem; na koniec dodać łyżkę tartego sera.

## PASZTET W CIEŚCIE

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 1 godz.



500 g wieprzowiny z karkówki, 500 g wołowiny z łopatki, 300 g szynki, 200 g słoniny, 1 mała cebula, 2 łyżki zielonej pietruszki, 1 listek laurowy, 1 kieliszek koniaku, sól, pieprz, 1 jajko

Ciasto francuskie z 500 g mąki

Wszystkie składniki drobno posiekać (mięso przepuścić przez maszynkę), dobrze wymieszać, doprawić solą i pieprzem. Odstawić na 1,5 godz. Ciasto francuskie (p. przepis dodatkowy str. 14) rozwałkować na grubość 4 mm, w możliwie foremny prostokąt, pasujący do formy (na długość), w której będziemy zapiekali.

Nałożyć do środka przygotowany farsz, do którego dodać jeszcze kieliszek koniaku. Zawinąć zalepiając ciasto ubitym jajkiem, a następnie smarując nim całość. Dla ozdoby naciąć nożem na

wierzchu dowolny wzór. Również końce zlepić jajkiem. Wstawić do bardzo gorącego piekarnika (250°C) na 20—30 min. Gdy ciasto się zrumieni — zmniejszyć ogień do 180°C i piec dalsze 30 min. przykrywając ewentualnie folią aluminiową. Podawać gorące.

**Uwaga:** Ciasto francuskie po rozwałkowaniu należy przyciąć dokładnie do formatu nożem i pamiętać, aby nie smarować brzegów jajkiem. Brzegi posmarowane jajkiem skleją się i ciasto nie będzie mogło rozdzielić się przy pieczeniu.

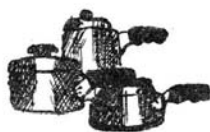
## GOŁĘBIE ZAPIEKANE

Przygotowanie: ok. 1 godz.

Zapiekanie: 35 min.

3 gołębie, 50 g masła, 200 g wątróbek z drobiu, 200 g boczku wędzonego, 200 g pieczarek (małych), 12 cebulek, po szczypcie szałwii i tymianku, 100 g wina madera, kieliszek koniaku, sól, pieprz, jajko

Ciasto francuskie z 250 g mąki [p. przepis str. 14]



Ciasto przygotować wcześniej i przetrzymać w chłodnym miejscu. Oplukane oczyszczone gołębie obrumienić na maśle ze wszystkich stron. Wyjąć i na tym samym maśle lekko obsmażyć wątróbki, również odłożyć, a zarumienić na patelni drobno pokrajany boczek. Po wyjęciu go i odłożeniu w tym tłuszczu przesmażyć pieczarki (w całości).

W naczyniu do zapiekania ułożyć pokrajane na półwki gołębie i wszystkie przygotowane składniki, doprawić solą, pieprzem, tymiankiem i szałwią. Skropić maderą i koniakiem. Przykryć płatem ciasta grubości 4 mm. Aby ciasto nie rozerwało się, można oblepić formę wokół i na krzyż paskami z ciasta, posmarować ubitym jajkiem i dopiero położyć płat ciasta na wierzchu. Posmarować również jajkiem i wyciąć na wierzchu dowolny wzór. Całość wstawić do piekarnika o temperaturze 200—220°C, po 15 min. zmniejszyć do 180°C. Gdy ciasto będzie rumiane — podawać.

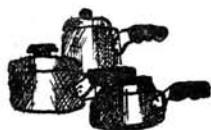
## CYNADERKI Z WOŁOWINĄ ZAPIEKANE W CIESCIE

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 1 godz. 45 min.

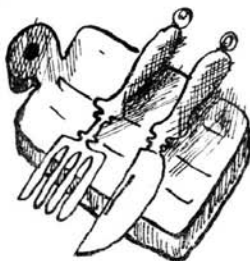
750 g chudej wołowiny (rostbef), 500 g cynaderek (cielęcych lub wieprzowych), 300 g pieczarek, 1 łyżka zielonej pietruszki, 1 łyżeczka tymianku, sól, pieprz, gałka muszkatołowa, jajko

Ciasto francuskie z 250 g mąki (p. przepis str. 14)



Wołowinę pokrajać wraz z kością na plastry grubości nie mniejszej niż 1 cm, przyprawić solą, pieprzem i gałką muszkatołową. Wyłożyć dno naczynia do zapiekania przygotowanymi kotletami (mogą wchodzić na boki, w miarę duszenia przesuną się na dno). Drobnoposiekane pieczarki udusić w maśle, aż wyparuje z nich woda. Namoczone uprzednio w mleku cynaderki oczyścić z twardych części, pokrajać na kawałki i wymieszać razem z pietruszką, tymiankiem i posiekaną cebulą; ułożyć na mięsie i zalać rosółem, w takiej ilości, aby lekko przykrywał całość. Przykryć ciastem francuskim na grubość 4 mm. Posmarować rozbitym jajkiem, naznaczyć nożem ukośną szachownicę. Wstawić do piekarnika przy 200°C na 30 min., następnie zmniejszyć do temperatury 180°C na dalszą 1 godz. pieczenia.

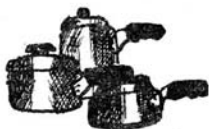
Podawać gorące, z ziemniakami po angielsku — ponieważ jest to danie z kuchni angielskiej. Ziemniaki pokrajane w kostkę i na pół obgotowane smaży się na tłuszczu na rumiano.



## KOTLETY BARANIE ZAPIEKANE

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: ok. 45 min.



**6 kotletów baranich, 100 g masła, 2 szklanki białego wytrawnego wina, 5 łyżek posiekanej cebuli, 1 ząbek czosnku, 1 łyżeczka do kawy tymianku, 1 listek laurowy, 1 kg ziemniaków, sól, pieprz**

Kotlety lekko obrumienić na maśle. Patelnię przepłukać dwiema łyżkami rosółu, sos zlać na kotlety i odstawić. Na reszcie masła przesmażyć cebulę nie rumieniąc jej. Obrane ziemniaki pokrajać na cienkie plasterki i obgotować w osolonej wodzie, odcedzić. W płaskim naczyniu żaroodpornym ułożyć kotlety na przesmażonej cebuli tak, aby nie nakładały się na siebie, lecz leżały płasko. Podlać sosem, posolić i popieprzyć, posypać tymiankiem i utartym czosnkiem, podlać szklanką wina i wodą (pół szklanki). Przykryć wszystko ziemniakami ułożonymi płasko i wlać tyle wina, aby ziemniaki były do połowy przykryte. Wstawić do gorącego piekarnika, przykrywając płatkami folii aluminiowej, w razie potrzeby podlać wodą lub winem. Gdy ziemniaki będą miękkie, zdjąć folię, zwiększyć ogień i zapiekać, aż ziemniaki się mocno podrumienią. Podawać w naczyniu, w którym potrawa się zapiekała, z sałatą zieloną doprawioną czosnkiem. Do baraniny podaje się lekkie, czerwone wino wytrawne o temperaturze 16—18°C.

## BARANINA ZAPIEKANA PO CYPRYJSKU — MUSSAKA

Przygotowanie: 1 godz.

Zapiekanie: ok. 1 godz.



**750 g posiekanej baraniny (łopatka), 6 bakłażanów, 4 cebule, 2 ząbki czosnku, po pół łyżeczki do kawy tymianku i kolendru, listek laurowy, 2 jaja, oliwa, sól, pieprz**

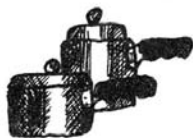
Bakłażany pokrajać wzdłuż na plasterki grubości ok. 1 cm, posolić i odstawić na ok. 30 min. Następnie odcedzić sok, a warzywa wytrzeć do sucha i obsmażyć na oliwie na ostrym ogniu z obu stron. Odłożyć na bibułę, aby obciekły z oliwy. Gdy ostygną, wyłożyć nimi dno i boki naczynia do zapiekania. Cebulę posiekać i przesmażyć z czosnkiem oraz z dodatkiem przypraw w oliwie, włożyć mięso. Gdy mięso będzie zrumienione, doprawić solą i pieprzem, przykryć i dusić ok. 15 min. Zdjąć z ognia, przestudzić i układać w naczyniu do zapiekania przekładając bakłażanami, które powinny pokryć całość. Przykryć arkuszem folii aluminiowej i wstawić do gorącego piekarnika na ok. 1 godz. Gdy potrawa zacznie się gotować, zmniejszyć ogień. Podawać z sosem pomidorowym z dodatkiem przyprawy cayenne.

Danie polecane dla tych, którzy chcą się popisać znajomością kuchni egzotycznej. Do tego wino madera.

## MUSSAKA PO GRECKU

Przygotowanie: ok. 1 godz.

Zapiekanie: 45 min.



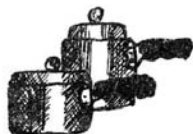
Po 300 g posiekanej wołowiny i baraniny, 6 bakłażanów, 1 duża cebula, 2 jaja, 100 g tartego żółtego sera, 150 g oliwy, sól, pieprz, cynamon lub gałka muskatołowa

Bakłażany obrać i pokrajać wzdłuż. Wrzucić do wrzątku z dodatkiem łyżki oliwy, gotować 2 min., wyjąć na sito i osuszyć. Następnie obsmażyć na oliwie, wyłożyć na papier, aby dobrze obciekły, odstawić. Drobno posiekaną cebulę przesmażyć na oliwie i wymieszać z posiekanym mięsem z dodatkiem soli, pieprzu, mielonego cynamonu lub gałki muskatołowej oraz tartego sera. W podłużnym naczyniu żaroodpornym wysmarowanym oliwą układać warstwami bakłażany i mięso, zalać dwoma jajami ubitymi jak na omelet i posypać lekko tartym serem. Wstawić do piekarnika o temperaturze 180°C na 45—60 min.

## BARANINA ZAPIEKANA Z CURRY

Przygotowanie: 45 min.

Zapiekanie: 20 min.



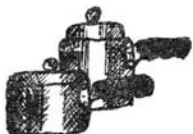
400 g posiekanej baraniny, 2 cebule, 1 jajo, 1 bułka, 6 łyżek tartej bułki, 100 g masła, 4 łyżki mąki kukurydzianej, 2 łyżki curry, 2 szklanki mleka, liście laurowe

Cebulę utrzeć na tarce, wymieszać dokładnie z mięsem i bułką namoczoną w mleku i odcisniętą, dodać 2 łyżki tartej bułki oraz jajo, doprawić solą i pieprzem. Formować niewielkie kulki, obtoczyć w bułce tartej, a następnie obrumienić na oliwie lub maśle. Resztę masła stopić w rondelku, dodać mąkę kukurydzianą, sól, pieprz oraz curry, mieszając wlać mleko. Zagotować, aby uzyskać zagęszczenie sosu. W żaroodpornym naczyniu wysmarowanym masłem położyć na dnie 3-4 liście laurowe oraz kulki z mięsa, zalać przygotowanym sosem, posypać tartą bułką wymieszaną z łyżką tartego sera. Wstawić do piekarnika na 20 min. Podawać na gorąco z ryżem.

## MÓZGI ZAPIEKANE

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 20 min.



2-3 mózgi cielęce [4 wieprzowe, 1 wołowy], sól, pieprz, gałka muszkatowa, zielony koperek, 5-6 jaj, tarta bułka, 1,5 łyżki masła, tarty żółty ser

Mózgi obgotować w osolonej wodzie z octem. Po ostudzeniu przetrzeć przez sito, dodać żółtka, pieprz, ziele angielskie, gałkę muszkatową, sól, koperek, łyżkę masła. Wymieszać. Ubić pianę z białek i dodać do przygotowanych mózgów, wymieszać.

Naczynie żaroodporne wysmarowane masłem posypać tartą bułką, włożyć przygotowaną masę i posypać tartą bułką wymieszaną z tar-



tym serem. Można również zapiekać w kokilkach lub zapiekankach mięsnych, kiedy chcemy potrawę podać na bardzo eleganckim przyjęciu. Wtedy każda osoba dostaje „własną” zapiekankę.

Mózgi w kokilkach podaje się jako gorącą przekąskę, zaraz po przybyciu gości — na stojąco z koktajlem lub szampanem. Również bardzo wykwintną potrawą są mózgi z sosem rakowym.

**A oto przepis na sos rakowy:** 24 raki wymyte i oczyszczone, ale żywe, wrzucić do wrzątku i gotować 15 min. Wyjąć szyjki i mięso ze szczypiec, odłożyć do przybrania. Wszystkie skorupy rozgnieść w morderzu, przesmażyć na maśle i dodać szklankę rosółu. Następnie przetrzeć przez sito, przelewając kilkoma łyżkami rosółu. Otrzymany wywar zaprawić zasmażką z masła i mąki (po łyżce), dodać pół szklanki śmietanki, sok z cytryny i łyżkę parmezanu. Po zagotowaniu lepiej przecedzić przez sitko, aby otrzymać idealną gładkość sosu. Można dodać posiekany koperek. Wyjętą z piekarnika potrawę ozdobić szyjkami i szczypcami rakowymi oraz poleć sosem rakowym.

## MÓZGI ZAPIEKANE POD BESZAMELEM

Przygotowanie: ok. 30 min.

Zapiekanie: ok. 30 min.



**5—6 mózgów cielęcych, 150 g masła, 750 g cebuli,**

**Sos beszamelowy: 3 jaja, 1,5 szklanki mleka, 75 g sera grojera, sól, pieprz, gałka muszkatołowa**

Mózgi gotować w wodzie z octem ok. 10—15 min. Po odlaniu wody oczyścić mózgi z żyłek i części twardych. Drobno posiekaną cebulę gotować kilka minut w wodzie lub oliwie, odcedzić. Przygotować z mąki, masła i mleka sos beszamelowy (przepis dodatkowy str. 18). Dodać utarty ser, sól, pieprz i gałkę muszkatołową. Uprzednio przygotowaną cebulę przetrzeć przez sitko i dodać do beszamelu, zaciągając trzema żółtkami.

Naczynie do zapiekania wysmarować masłem, włożyć mózgi i zalać sosem beszamelowym, posypać tartym serem, ewentualnie również

tartą bułką i wstawić do piekarnika na ok. 30 min., aby ser ładnie się zapiekł. Do mózgów podajemy rizling.

## JAJKA ZAPIEKANE Z SZYNKĄ I



Przygotowanie: 20 min.

Zapiekanie: 10 min.

**6 jaj, 6 plasterów szynki, 100 g śmietanki, 60 g tartego żółtego sera, sól, pieprz, masło**

Jaja ugotować na twardo, ostudzić w zimnej wodzie, obrać ze skorupki i owijać w płaty szynki. W wysmarowanym masłem naczyniu do zapiekania układać ściśnięte płaty szynki, zalać śmietanką wymieszaną z połową ilości sera, solą i pieprzem. Po wierzchu posypać resztą sera i położyć kawałeczki masła. Wstawić do gorącego piekarnika na 10—12 min.

## JAJKA ZAPIEKANE Z SZYNKĄ II

Przygotowanie: 10 min. (jeśli mamy sos pomidorowy)

Zapiekanie: 15 min.

**6 jaj, 150 g szynki,**

**Sos pomidorowy: 2 łyżki koncentratu pomidorowego lub 50 dkg pomidorów, 2 cebule, sól, pieprz, zielona pietruszka, tarty żółty ser**



Jaja gotować 4 min. we wrzącej wodzie. Szynkę pokrajać w kostkę. Na żaroodpornym półmisku wysmarowanym masłem ułożyć jaja i zalać sosem pomidorowym wymieszanym z szynką i tartym serem. Przyprawić do smaku solą i pieprzem oraz zieloną pietruszką. Wstawić do piekarnika na ok. 15 min.

**Przygotowanie sosu pomidorowego:** 1 kg pomidorów, 2 duże cebule, łyżeczka do kawy ziół, listek laurowy, ząbek czosnku, 2—3 łyżki oliwy

Pokrajaną cebulę dusić w oliwie 10 min. na wolnym ogniu; nie rumienić! Dodać pomidory pokrajane w ćwiartki i przyprawy. Dusić jeszcze ok. 20 min. Przetrzeć całość przez sito. Można ewentualnie przelać 2—3 łyżkami rosółu. Na koniec doprawić solą i pieprzem. Taki sos przyrządza się we Włoszech i południowej Francji. U nas zwykle robi się zasmażkę z mąki i masła oraz dodaje śmietanę.

## SZYNKA ZAPIEKANA I

Przygotowanie: 10 min.

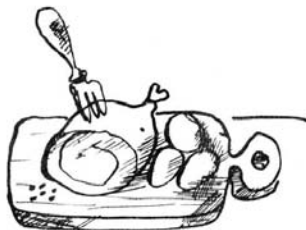
Gotowanie: 30 min. + zapiekanie: 15 min.

**6 plasterów szynki, 1 seler, 60 g masła, 3 łyżki tartej bułki**

**S o s: 2 łyżki mąki, 2 łyżki masła, 4—5 łyżek śmietanki, 2 szklanki mleka, 150 g tartego żółtego sera, sól, pieprz, gałka muszkatołowa**



Obrany seler pokrajać tak, jak ziemniaki na frytki, ugotować w osolonej wodzie, nie rozgotować. Następnie obsmażyć lekko na maśle. W każdy płatek szynki zawinąć jeden lub dwa kawałki selera i układać w wysmarowanym masłem naczyniu do zapiekania. Przygotować sos z mąki i masła, rozprowadzić mlekiem, stale mieszając, aby nie powstawały grudki. Dodać śmietankę i połowę tartego sera, przyprawić solą, pieprzem i gałką muszkatołową. Sosem zalać szynkę, posypać tartym serem i tartą bułką, a na wierzchu położyć kilka kawałeczków masła. Wstawić do piekarnika.



## SZYNKA ZAPIEKANA II

Przygotowanie: 15 min.

Zapiekanie: 20 min.



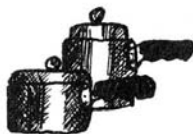
Sucharki dietetyczne, 6 plasterów szynki, 150 g sera w plasterkach (grojer, ementalski, gouda), 75 g tartego żółtego sera, 3 łyżki tartej bułki  
S o s: 2 łyżki mąki, 3 łyżki masła, 3 szklanki mleka, 75 g tartego żółtego sera, sól, pieprz

Przygotować sos podobnie jak beszamelowy, przyprawić solą i pieprzem, dodać tarte ser i gotować jeszcze 3—4 min. W naczyniu do zapiekania wysmarowanym masłem ułożyć warstwami: namoczone w mleku sucharki (tak, aby pokryły dno), plasterki szynki, ser pokrojony w plasterki, szynkę; na wierzchu położyć sucharki maczane w mleku. Polać przygotowanym sosem, posypać tartym serem wymieszonym z tartą bułką i wstawić do piekarnika na ok. 20 min.

## ZAPIEKANKA FRANCUSKA

Przygotowanie: 10 min.

Zapiekanie: ok. 45 min.



2 paczki szpinaku mrożonego lub 1,5 kg świeżego, 4—5 jaj, 1,5 szklanki mleka, 2 duże łyżki mąki, 2 plastry szynki lub 200 g kiełbasy, albo tłuste mięso, kilka cienkich plasterów słoniny (do przykrycia), sól, pieprz, czosnek, tymianek

Posiekać szynkę (lub inną wędlinę albo mięso), utarty czosnek wymieszać ze szpinakiem, jajami i mlekiem, dodać mąkę, wymieszać dokładnie z szynką, przyprawić do smaku solą, pieprzem i tymiankiem. Włożyć do wysmarowanego naczynia żaroodpornego i przykryć płatem słoniny. Wstawić do piekarnika na ok. 45 min.

## PORY ZAPIEKANE Z SZYNKĄ I JAJAMI



Przygotowanie: 30 min.

Gotowanie: 30 min. + zapiekanie: 15 min.

**12 średnich porów, 6 plastrów szynki, 6 jaj,  
6 łyżek śmietanki, 100 g tartego żółtego sera,  
50 g masła**

**Sos: 75 g masła, 75 g mąki, 3 szklanki  
mleka, sól, pieprz, gałka muskatołowa**

Pory opłukać i obrać, odciąć część zieloną (zachować do zupy) i gotować je w osolonej wodzie ok. 20 min. Odcedzić. Jaja ugotować na twardo i pokrajać w kostkę. Szynkę pokrajać w drobną kostkę, dodać śmietanę, pokrajane jaja i połowę tartego sera lub 50 g pokruszonego rokopu. Delikatnie wymieszać. Przygotować sos beszamelowy (p. przepis dodatkowy). Naczynie żaroodporne wysmarować masłem i ułożyć na dnie mieszaninę szynki, jaj, sera i śmietanki, na wierzchu ułożyć jeden obok drugiego pory, zalać sosem beszamelowym, posypać tartym serem, położyć kawałeczki masła i wstawić do piekarnika na 15—20 min.; zrumienić.

## PORY ZAPIEKANE Z SZYNKĄ



Przygotowanie: 15 min.

Gotowanie: 15 min. + zapiekanie: 15 min.

**1—1,5 kg porów, 6 plastrów szynki,  
Sos: 1 łyżka mąki, pół szklanki mleka, 1 łyżka  
masła, 100 g tartego żółtego sera**

Oczyszczone, opłukane pory poobcinać do wymiarów plastrów szynki i gotować w osolonej wodzie ok. 15 min., odcedzić. Zawijać po 2 lub 3 pory w plaster szynki i układać w wysmarowanym masłem naczyniu do zapiekania. Zalać białym sosem przygotowanym z masła, mąki i mleka. Sos ewentualnie można rozprowadzić smakiem z go-

towanych porów, a zamiast mleka dodać 2—3 łyżki śmietanki. Posypać tartym serem i położyć kilka kawałeczków masła. Wstawić do piekarnika o temperaturze 200°C na 15 min.

## ZAPIEKANKA PIKARDYJSKA

Przygotowanie: 50 min.

Zapiekanie: 30 min.



**Naleśniki:** 125 g mąki, 2 jaja, szklanka mleka, łyżka oliwy, sól  
100 g masła, 6 plastrów szynki, 500 g pieczarek, 100 g tartego żółtego sera, szklanka śmietanki, sól

Przygotować naleśniki. Drobno pokrajane pieczarki przesmażyć na maśle, gdy odparują — dodać 2 łyżki śmietanki i łyżkę tartego sera. Przyprawić solą i pieprzem.

Na każdym naleśniku kłaść plaster szynki, smarować grubo pieczarkami, zrolować i układać w wysmarowanym masłem półmisku żaroodpornym jeden obok drugiego (w jednej warstwie). Połączyć śmietanką, posypać tartym serem, lekko posolić i popieprzyć. Zapiec w piekarniku o temperaturze 200°C.

## ZAPIEKANKA NA SPOSÓB HISZPAŃSKI

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 20 min.



**8 jaj, 250 g szynki (lub bekonu), 4 cebule, 4 pomidory, 1 ząbek czosnku, 2 łyżki tartego żółtego sera, 4 łyżki śmietanki, masło, oliwa, sól, pieprz**

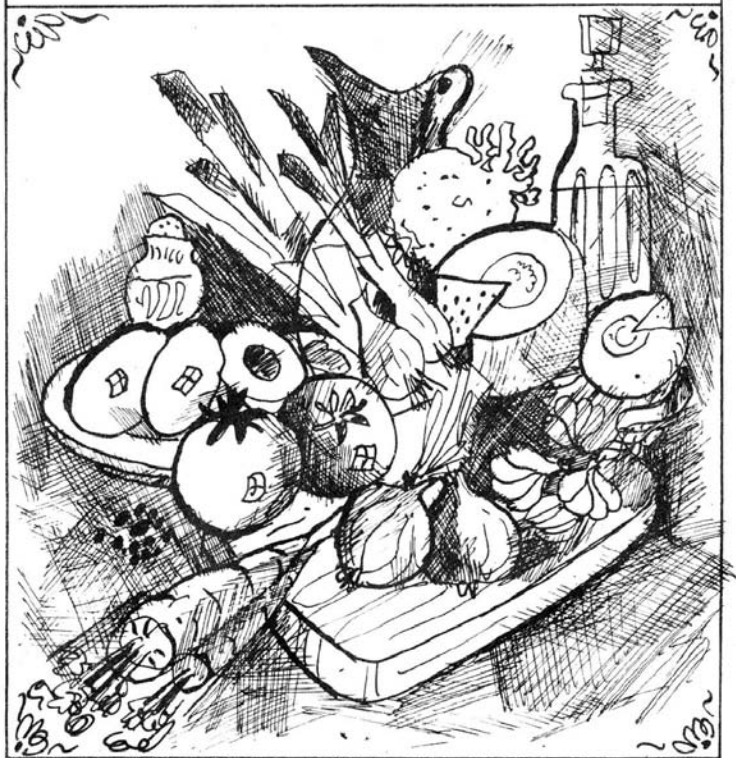
Pokrajane cebule i czosnek przesmażyć na oliwie, następnie dodać pomidory obrane ze skórki i bez pestek. Dokładnie wymieszać, aby

powstał jednolity krem. Dodać szynkę pokrajaną w kostkę, doprawić do smaku solą i pieprzem.

Jaja ubić i usmażyć omlet na łyżce masła i łyżce oliwy, uważając, aby się nie przypalił; należy widelcem lub łyżką podważać brzegi i spód omletu. Do żaroodpornego naczynia wysmarowanego oliwą lub masłem włożyć przygotowaną masę pomidorową i przykryć ją omletem, aby spód omletu był na wierzchu. Całość polać śmietanką, posypać tartym serem i zapiec szybko w gorącym piekarniku.



# zapiekanki z jaj i jarzyn

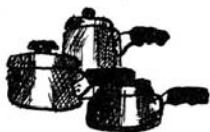




## MOSKIEWSKA SOLANKA ZAPIEKANA

Przygotowanie: 15 min.

Duszenie kapusty 1 godz. + zapiekanie: 45 min.



**1 kg kapusty kwaszonej, 100 g masła, 1 łyżka mąki, 750 g mięsa z rosółu lub pieczonego (wołowe, cielęce, dziczyzna, drób itp.), 1 cebula, 2 kwaszone ogórki, 10 korniszonów, 10 marynowanych grzybków, 10 oliwek**

Drobno posiekaną cebulę usmażyć na maśle, dołożyć kapustę i dusić, aż będzie miękka. Zaprawić łyżką mąki.

Mięso drobno pokrajać. W naczyniu do zapiekania ułożyć warstwami kapustę i posiekane mięso. Przykryć drobno pokrajanymi ogórkami, korniszonami, grzybkami, oliwkami, podlać sosem mięsny lub rosółem. Wstawić do piekarnika pod przykryciem na 30—45 min. Solankę przygotowuje się również ze świeżej kapusty, dodając po ugotowaniu 2—3 kiszone jabłka lub pomidory. Potrawę tę, z dodatkiem ziemniaków, można podać na obiad.

## ZIELONA ZAPIEKANKA Z WARZYW

Przygotowanie: 40 min.

Gotowanie: ok. 30 min. + zapiekanie: 15 min.



**400 g kapusty (włoskiej), 400 g szpinaku, 400 g porów, 100 g słoniny, 150 g cebuli, 50 g masła, 4 jaja, 250 g śmietanki, sól, pieprz, gałka muskatołowa**

Warzywa ugotować każde osobno, odsączyć dokładnie i przepuścić przez maszynkę. Następnie przesmażyć na maśle. Słoninę drobno pokrajać i przesmażyć. Dodać posiekaną cebulę (nie rumienić), włożyć warzywa i dusić kilka minut. Zdjąć z ognia, dodać całe jaja

i śmietankę, przyprawić solą, pieprzem, gałką muszkatołową, wymieszać. Wyłożyć do dużego, płaskiego półmiska żaroodpornego. Zapiekać w temperaturze 180—200°C tak długo, aż na wierzchu powstanie skorupka. Zapiekankę tę można podawać jako gorącą przekąską lub na zimno.

## ZAPIEKANKA JARZYNOWA PO ROSYJSKU

Przygotowanie: ok. 30 min.

Zapiekanie: 1,5 godz.



**1 kg kapusty, 1 kg ziemniaków, 300 g rzepy, 300 g brukwi, 300 g marchwi, 2 duże cebule** (latem można dodać: zielony groszek, kalafior, kabaczek, fasolę szparagową, kalarepę)

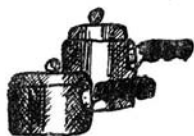
Warzywa obrać, opłukać, odsączyć i pokrajać na niewielkie kawałki lub paski. Dokładnie wymieszać i włożyć do kamiennego lub żeliwnego garnka wysmarowanego masłem, przykryć szczelnie i wstawić do piekarnika (nie solić) na ok. 1,5 godz. Podawać, kiedy warzywa będą miękkie. Osobno podać stopione masło w sosjerce. Soli się na talerzu.

Jest to danie z dawnej kuchni rosyjskiej, bardzo smaczne i oryginalne, polecane jaroszom (wegetarianom) i osobom będącym na diecie.

## ZAPIEKANA CYKORIA

Przygotowanie: 20 min.

Duszenie + zapiekanie: ok. 1 godz.



**2 kg cykorii, 80 g masła, 1 łyżka mąki, 200 g śmietanki, 100 g tartego sera grojera, cytryna, sól, pieprz, gałka muszkatołowa**

Cykorię umyć i pokrajać na kawałki ok. 1,5 cm, wysuszyć w ścierce. Po skropieniu cytryną wrzucić na masło i dusić mieszając, aż zmiękną.

nie i wyparuje z niej nadmiar wody — nie rumienić. Posypać łyżką mąki, wymieszać dokładnie i jeszcze chwilę trzymać na ogniu. Dodać śmietankę, 3/4 ilości sera, sól, pieprz, gałkę muszkatołową do smaku, wymieszać i włożyć do wysmarowanego masłem naczynia do zapiekania, posypać serem, położyć kawałeczki masła na wierzchu i wstawić do piekarnika o temperaturze 200°C na ok. 1 godz.

## ZAPIEKANE SZPARAGI

Przygotowanie: ok. 1 godz.

Zapiekanie: 20 min.



1—1,5 kg szparagów

**Sos beszamelowy:** 50 g masła, 50 g mąki, 1,5 szklanki mleka, 2—3 łyżki tartego żółtego sera, sól, pieprz, 100 g tartego sera

Szparagi oskrobać, odciąć część twardą (grube końce) i ugotować w osolonej wodzie do miękkości (ok. 45—60 min.). Przygotować sos beszamelowy (p. przepis str. 18). W płaskim naczyniu do zapiekania (najlepiej w okrągłym półmisku metalowym) posmarowanym masłem ułożyć szparagi czubkami do środka, nie grubiej niż 2 warstwy, zalać sosem beszamelowym, posypać tartym serem i wstawić do piekarnika. Zrumienić.

Można ładne, dojrzałe pomidory obrać ze skórki, pokrajać w plastry, ułożyć na szparagach, zalać sosem i dopiero wtedy zapiec. Będzie to wariant tej eleganckiej zakąski. Wtedy podać białe wytrawne wino ochłodzone do 4°C.



## ZAPIEKANKA MACEDOŃSKA

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 1 godz.



**Kaliafior, karczochy, kalarepa, zielony groszek, fasola szparagowa, żółta i zielona, papryka (razem 1,5—2 kg)**

**S o s : łyżka mąki, 50 g masła, 2 szklanki śmietany, sól, pieprz, papryka, 2 łyżki tartego żółtego sera i tarta bułka**

Warzywa pokrajać w kostkę, paski itp. i gotować we wrzącej osolonej wodzie, ale nie rozgotować. Dokładnie odsączyć, wymieszać i włożyć do naczynia do zapiekania.

Przygotować z mąki i masła zasmażkę, rozprowadzić ją śmietaną, przyprawić solą, pieprzem i papryką. Tym sosem polać warzywa. Całość posypać serem z tartą bułką i wstawić do piekarnika na 1 godz. Potrawa powinna się ładnie zrumienić.

## ZAPIEKANKA JARZYNOWA Z WĘDZONKĄ



Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 1 godz.

**1 kg warzyw, 50 g masła, łyżka mąki, po ok. 5 dkg boczku, bekonu i kielbasy, szklanka rosółu**

Warzywa pokrajać, przesmażyć (ok. 3 min.) na maśle, posypać łyżką mąki, wymieszać.

Wędliny pokrajać w plasterki, lekko przesmażyć na patelni. Ułożyć warzywa na zmianę z wędliną w naczyniu żaroodpornym, polać szklanką rosółu, przykryć warzywa, wstawić do piekarnika na ok. 1 godz.

## FASZEROWANA KAPUSTA PO ROSYJSKU — ZAPIEKANA



Przygotowanie: 15 min.

Zapiekanie: ok. 1 godz.

**1** główka kapusty (ok. 1,5 kg), **2** szklanki tartej bułki, **100** g masła, **3** szklanki śmietany

Kapustę oczyścić z wierzchnich liści i wyciąć głąb dosyć szeroko (najlepiej używać do tego celu kapusty cukrowej, białej o płaskich główkach). Włożyć kapustę do naczynia żeliwnego, w którym potrawa będzie zapiekana. Wycięty głąb drobno posiekać i wymieszać z tartą bułką, włożyć do otworu po głąbie, a resztę posypać dokoła kapusty, nałożyć małymi kawałkami masło, polać śmietaną, posypać tartym serem i wstawić do piekarnika na ok. 1 godz. Jest to doskonałe danie z dodatkiem młodych ziemniaków lub kaszy gryczanej.

## KAPUSTA FASZEROWANA NA SPOSOB FRANCUSKI — ZAPIEKANA

Przygotowanie: 15 min.

Zapiekanie: 1—1,5 godz.



**1** główka kapusty (średniej wielkości, luźna), **450** g mięsa mielonego, **450** g kiełbasy, **100** g tartego sera, **2** bułki namoczone w mleku, **75** g masła, **3** jaja, **1** cebula, bazylię, gałka muszkatołowa, sól, pieprz

Kapustę po wyjęciu głąba obgotować przez 3—5 min. Mięso mielone wymieszać ze zmieloną kiełbasą, dodać drobno posiekaną cebulę, bułkę namoczoną w mleku i wyciśniętą oraz jaja; przyprawić do smaku. Naczynie do zapiekania wysmarować masłem i układać liście kapusty, przekładając je przygotowanym farszem. Na dnie i na wierzchu ułożyć grube warstwy liści. Polać szklanką bulionu, posypać serem i wstawić do piekarnika na ok. 1,5 godz.

## ZAPIEKANE ZIEMNIAKI ZE ŚMIETANĄ

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 30 min.



**2 kg ziemniaków, 1 kg cebuli, tłuszcz i szklanka śmietany, 2 żółtka, tarty żółty ser, bułka, pieprz**

Ziemniaki obrać, ugotować, pokrajać w plasterki. Pokrajaną cebulę przesmażyć na tłuszczu, wymieszać z ziemniakami i włożyć do wysmarowanego tłuszczem naczynia do zapiekania, zalać śmietaną rozmieszaną z żółtkami, dodać nieco pieprzu i łyżkę sera. Na wierzchu posypać tartym serem wymieszanym z tartą bułką. Wstawić do piekarnika na ok. 30 min.

## ZIEMNIAKI ZAPIEKANE PO BRETOŃSKU

Przygotowanie: 20 min.

Zapiekanie: 1,5 godz.



**1,2—1,5 kg ziemniaków, 300 g boczku, 15 małych cebulek, 2 pomidory lub koncentrat, 1,5 szklanki rosółu, 1 szklanka wina, 1 duża łyżka mąki, 5—6 ząbków czosnku, sól, pieprz, zioła**

Boczek pokrajać w plasterki i przesmażyć z cebulą, posypać mąką, włożyć do żaroodpornego naczynia, wlać rosół i wino, dodać pokrajane w plastry pomidory i ziemniaki, doprawić solą, pieprzem oraz czosnkiem, wymieszać, przykryć i zapiekać ok. 1,5 godz.



## FASZEROWANE ZIEMNIAKI — ZAPIEKANE

Przygotowanie: 10 min. + pieczenie ziemniaków

Zapiekanie: 20 min.



**6 dużych ziemniaków, 1 cebula, 30 g masła, sól, pieprz**

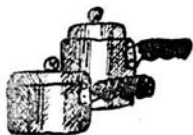
**Sos: 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, 250 g śmietanki, gałka muszkatołowa**

Upiec 6 dużych jednakowych ziemniaków. Ściąć z wierzchu plasterki, wydrążyć ostrożnie mniej więcej połowę zawartości miąższu. Drobno posiekaną cebulę przesmażyć na maśle na lekko złoty kolor. Wymieszać z wydrążoną masą ziemniaków, dodać soli i pieprzu, nałożyć do wydrążonych ziemniaków, przykryć ściętym plasterkiem i wstawić do piekarnika na ogniotrwałym półmisku. Podawać z sosem śmietanowym. Jako dodatek — surówka z czerwonej kapusty.

## ZIEMNIAKI POD BESZAMELEM

Przygotowanie: 10 min.

Zapiekanie: 20 min.



**1 kg ziemniaków, 2 łyżki masła, 3 łyżki mąki, 1 żółtko, po pół szklanki mleka i śmietanki, 3 łyżki tartego żółtego sera, 150 g wędliny, zielona pietruszka i koperek**

Ziemniaki ugotowane w mundurkach obrać i pokrajać<sup>1</sup> w plasterki. Przygotować sos beszamelowy (p. przepis str. 18). Wędlinę drobno posiekać i wymieszać z połową sosu beszamelowego, dodając posiekaną zieloninę. Połączyć z ziemniakami — ostrożnie, aby nie pokruszyć ziemniaków, włożyć do płaskiego naczynia do zapiekania lub na ogniotrwały półmisek, zalać resztą beszamelu, posypać tartym serem. Wstawić do piekarnika na 20 min. Potrawa powinna się z wierzchu zrumienić.

## ZAPIEKANKA Z ZIEMNIAKÓW Z RYBĄ

Przygotowanie: 25 min. + gotowanie ziemniaków: 30 min.

Zapiekanie: 25 min.



**600 g filetów z dorsza, 1 kg ziemniaków, 3 marchwie, 2 cebule, tymianek, listek laurowy, goździk, pietruszka z natką, 100 g octu winnego, 4—5 jaj, 5 łyżek śmietanki, 150 g białego sera, 60 g masła, 50 g tartego żółtego sera, sól, pieprz, gałka muszkatołowa**

Obrać cebule i naszpikować je goździkami. Marchew obrać i pokrajać w plasterki. W naczyniu zagotować 2 l wody z octem, włożyć marchew, cebulę, tymianek, liść laurowy i pietruszkę. Przyprawić solą i sporą ilością pieprzu. Gdy warzywa będą miękkie — odstawić. Ugotować ziemniaki w mundurkach w osolonej wodzie. Do zimnej marynaty włożyć rybę i na małym ogniu doprowadzić do zagotowania. Gotować bardzo wolno 15—20 min. Jaja utrzeć z białym serem i śmietanką na jednolitą masę, dodać ugotowaną rybę, razem utrzeć. Ziemniaki zemleć w maszynce i połączyć z przygotowaną masą. Przyprawić solą, pieprzem i gałką muszkatołową. Dokładnie wymieszaną masę włożyć do wysmarowanego masłem naczynia, posypać tartym serem i wstawić do piekarnika na ok. 25 min. Podawać gorące, z surówką z czerwonej kapusty.

## ZAPIEKANKA Z UTARTYCH ZIEMNIAKÓW

Przygotowanie: 10 min.

Zapiekanie: 30 min.



**6 dużych ziemniaków, 5 jaj, 3 szklanki młyna, 3 łyżki śmietanki, 150 g tartego żółtego sera, 75 g masła, sól, pieprz, zielona pietruszka**

Obrane ziemniaki utrzeć na tarce o średnich otworach. Rozgrzać piekarnik. W salaterce ubić trzepaczką jaja, połowę sera, młyna,

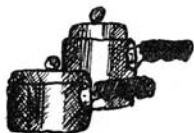


dodać posiekaną zieloną pietruszkę, przyprawić solą i pieprzem. W wysmarowanym masłem naczyniu do zapiekania ułożyć ziemniaki i zalać przygotowaną mieszanką. Posypać resztą sera i położyć kawałeczki masła na wierzchu. Wstawić do piekarnika na ok. 30 min.

## ZAPIEKANKA Z ZIEMNIAKÓW PO FLAMANDZKU

Przygotowanie: 30 min.

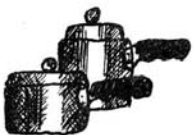
Zapiekanie: 2 godz.



**2 kg ziemniaków, 1 kg cebuli, 125 g masła, 500 g śmietanki, 300 g jasnego piwa (butelka), 100 g tartego sera (parmezan), sól, pieprz, gałka muszkatołowa**

Cienko pokrajaną cebulę zrumienić na połowie ilości masła (na wolnym ogniu). Obrane ziemniaki pokrajać na cienkie plasterki, włożyć do salaterki i zalać częścią śmietanki, oraz połową piwa. Wymieszać z serem, solą, pieprzem i gałką muszkatołową. Do naczynia żaroodpornego włożyć 1/3 ilości ziemniaków, przykryć połową cebuli i tak układać warstwami. Ostatnią warstwę powinny stanowić ziemniaki. Całość zalać resztą śmietanki i piwa. Położyć na wierzchu kilka kawałeczków masła. Wstawić do piekarnika o temperaturze 220°C na 2 godz. Gdy z wierzchu ziemniaki się zrumienią, można temperaturę zmniejszyć do 180°C. Zapiekankę można podawać jako samodzielne danie lub też do mięs z rożna czy pieczeni. Jest to doskonałe danie na okres wiosenny, gdy ziemniaki już nie są smaczne, a młodych jeszcze nie ma.

## ZIEMNIAKI ZAPIEKANE PO LIOŃSKU



Przygotowanie: 25 min. + gotowanie ziemniaków: 25 min.

Smażenie i zapiekanie: 30 min.

**50 g cebuli, 1,5 kg ziemniaków, 125 g masła i oliwa, sól, pieprz, zielona pietruszka**

Ziemniaki ugotować w mundurkach, po przestudzeniu obrać, pokrajać w plasterki i smażyć na maśle z oliwą na wolnym ogniu, aby się lekko zrumieniły. Na drugiej patelni zrumienić na reszcie masła cebulę cienko pokrajaną w plasterki. Wymieszać razem, doprawić solą i pieprzem i wstawić na 10—15 min. do piekarnika. Przed podaniem posypać zieloną pietruszką.

## ZIEMNIAKI ZAPIEKANE Z WĘDLINĄ



Przygotowanie: 15 min

Zapiekanie: 30 min.

**1 kg ziemniaków, 75 g masła, 5 jaj, 200—300 g wędliny, 2 łyżki tartego żółtego sera, 2 łyżki masła**

Masło utrzeć w makutrze z trzema jajami całymi i dwoma żółtkami. Dodać ziemniaki przekręcone przez maszynkę oraz drobno pokrajaną wędlinę. Razem utrzeć. Wymieszać, włożyć do żaroodpornego naczynia wysmarowanego masłem, posypać tartym serem i na wierzchu położyć kilka kawałków masła. Zapiekać w piekarniku ok. 30 min. Podawać ze stopionym masłem i z surówką.

## ZAPIEKANKA SABAUDZKA



Przygotowanie: 40 min.

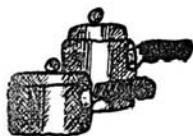
Zapiekanie: ok. 1,5 godz.

**2 kg ziemniaków, 250 g tartego żółtego sera, 1,5 l rosółu z drobiu bez tłuszczu, 100 g masła, czosnek, sól, pieprz, gałka muskatołowa**

Obrane ziemniaki pokrajać na cienkie plasterki, dodać 3/4 ilości tartego sera, sól, pieprz i gałkę muskatołową. Wymieszać. Naczynie do zapiekania wysmarować grubo masłem i rozgniecionym czosnkiem,

posypać częścią sera (zostawić dużą łyżkę sera). Włożyć ziemniaki, zalać rosółem, posypać resztą sera, położyć kilka kawałków masła. Postawić na ogniu, a gdy potrawa zacznie się gotować, wstawić do piekarnika (180°C) na ok. 1,5 godz. Gdy lekko się zrumieni, przykryć folią aluminiową. Należy pamiętać, że ziemniaki muszą się wolno gotować. Podawać do mięs pieczonych lub jako danie samodzielne — z surówką.

## ZIEMNIAKI ZAPIEKANE Z ZIOŁAMI



Przygotowanie: 25 min.

Zapiekanie: ok. 1,5 godz.

**1,5 kg ziemniaków, czosnek, listek laurowy, łyżeczka tymianku, łyżka zielonej pietruszki, 4 łyżki smalcu gęsiego, sól, pieprz**

Obrane ziemniaki pokrajać na cienkie plasterki, przepłukać zimną wodą, odcedzić. Naczynie do zapiekania wysmarować łyżką smalcu gęsiego, włożyć 1/3 ziemniaków, lekko posolić, popieprzyć i posypać połową ziół (pokruszony listek laurowy i tymianek razem wymieszane) oraz delikatnie przyprawić czosnkiem (zioła nie powinny dominować zapachem, jedynie podnosić smak dania). Znowu położyć warstwę ziemniaków, posypać ziołami i doprawić, przykryć resztą ziemniaków, lekko posypując solą, pieprzem i przyprawami. Dodać tłuszcz gęsi i wlać tyle wody, aby pokryła ziemniaki. Zagotować i po zagotowaniu trzymać na małym ogniu, aż wyparuje woda i zostanie tylko tłuszcz. Wstawić wtedy do piekarnika o temperaturze 220°C, aby dokończyć gotowania i zarumienić. W tym momencie można zmniejszyć temperaturę piekarnika do 160°C na jeszcze ok. 20 min. Taką zapiekanekę podaje się najczęściej do mięs pieczonych lub smażonych.

## ZIEMNIAKI ZAPIEKANE INACZEJ I

Przygotowanie: 15 min.

Zapiekanie: 2 godz.



**1,5 kg ziemniaków, 1,5 szklanki mleka, 5 łyżek śmietanki, 3 jaja, 200 g tartego żółtego sera, sól, pieprz, łyżeczka masła**

Obrane ziemniaki pokrajać w cienkie plasterki. Mleko, śmietankę, jaja i 150 g sera ubić razem trzepaczką. W dużym naczyniu do zapiekania wysmarowanym czosnkiem i masłem ułożyć warstwy ziemniaków, połączyć przygotowaną mieszaniną, posypać resztą sera, położyć kawałeczki masła na wierzchu. Wstawić do piekarnika na ok. 2 godz. w temperaturze 160—180°C.

Jeżeli zależy nam na szybszym przygotowaniu zapiekanki, należy ugotować ziemniaki na półtwardo, potem pokroić i zapiekać.

## ZIEMNIAKI ZAPIEKANE INACZEJ II

Przygotowanie: 15 min.

Zapiekanie: 1 godz. 15 min.

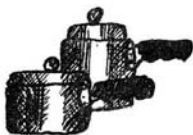


**1,5 kg ziemniaków, 3 jaja, 1 szklanka śmietanki, pół szklanki mleka, 150 g tartego żółtego sera, sól, pieprz, gałka muszkatołowa, czosnek**

Obrane ziemniaki pokrajać na cienkie plasterki. Naczynie żaroodporne wysmarować rozgniecionym ząbkem czosnku i układać warstwami ziemniaki, przesypując je solą, pieprzem, gałką muszkatołową i tartym serem (zostawić dwie łyżki sera). Mleko, śmietankę oraz jaja wymieszać i tą mieszaniną zalać przygotowane ziemniaki, posypać resztą sera. Przykryć i wstawić do piekarnika na 1 godz. 15 min.

Jest to bardzo prosta i smaczna zapiekanka ziemniaczana. Można ją podawać do pieczonego mięsa i drobiu.

## MATAFAN



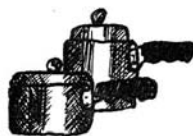
Przygotowanie: 10 min.

Smażenie i zapiekanie: ok. 25 min.

**30 g mąki, 4 jaja, 1 szklanka mleka, 50 g masła, sól, pieprz**

Przygotować dużą patelnię (26 cm). Włączyć piekarnik i nagrzać go do temperatury 250°C. W salaterce ubić mąkę, jaja i mleko, dodać nieco soli i pieprzu. Na rozgrzonym maśle smażyć ciasto, lekko poruszając patelnię i podważając widelcem brzegi, aby nie przypalić. Gdy ciasto jest dobrze zrumienione pod spodem, a z wierzchu jeszcze płynne, wstawić je do piekarnika. Potrawę można podać z boczkiem, bekonem lub kielbasą, które należy pokroić w kostkę lub w paski, lekko przesmażyć na patelni i położyć na cieście w momencie wstawiania do piekarnika. Gdy potrawa będzie z wierzchu rumiana, podawać — najlepiej z zieloną sałatą.

## JAJA ZAPIEKANE Z ROKPOLEM



Przygotowanie: 10 min.

Gotowanie: 20 min. + zapiekanie: 10 min.

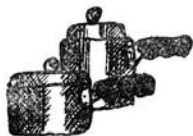
**6 jaj, 150 g rokpolu, 100 g tartego żółtego sera, 100 g masła, 1 duża łyżka mąki, 2 szklanki mleka, 4 łyżki śmietanki, sól, pieprz**

Jaja ugotować na twardo w osolonej wodzie (10 min), ostudzić w zimnej wodzie, obrać i przekrajać wzdłuż na połowę. Wyjąć żółtka i utrzeć z połową masła i serem rokpołem; lekko przyprawić pieprzem. Farszem wypełnić białka. Ułożyć połówki jajka w szerokim płaskim żaroodpornym półmisku wysmarowanym masłem. Z reszty masła, mąki i mleka przygotować sos, przyprawić go śmietanką, solą i pieprzem. Dodać połowę tartego sera, delikatnie mieszając trzymać jeszcze chwilę na wolnym ogniu. Tym sosem zalać jajka, posypać resztą sera i wstawić do piekarnika na ok. 10 min. Można podawać jako przekąskę.

## JAJA ZAPIEKANE ZE SZPINAKIEM

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: ok. 25 min.



**6—9 jaj, 1 kg szpinaku świeżego lub 1 paczkę mrożonego, 250 g szczawiu, 100 g masła, 1 szklanka sosu beszamelowego, pół szklanki śmietanki, 50 g tartego żółtego sera, sól, pieprz, gałka muszkatołowa**

Jaja ugotować na twardo, ostudzić w zimnej wodzie, obrać ze skorupki. Świeży szczaw i szpinak po zagotowaniu drobno posiekać i dusić w łyżce masła tak długo, aż woda wyparuje. Dodać sól, pieprz, gałkę muszkatołową i śmietankę, wymieszać. Żaroodporne naczynie wysmarować masłem i włożyć szpinak i szczaw, z wierzchu ułożyć jaja, lekko je wgniatając, przykryć beszamelem (patrz przepisy dodatkowe), posypać tartym serem, położyć kawałeczki masła i wstawić do piekarnika. Zrumienić.

## JAJA POD BESZAMELEM ZE SZPINAKIEM

Przygotowanie: 15 min.

Zapiekanie: 15 min.



**7 jaj, 1 paczka szpinaku mrożonego,  
Sos beszamelowy: łyżka mąki, łyżka masła, szklanka mleka, sól, pieprz, gałka muszkatołowa, masło, tarty żółty ser**

Jaja ugotować na twardo, pokrajać w plasterki, jedno posiekać drobno i odłożyć. Przygotować sos beszamelowy (p. dodatkowy przepis). Jaja ułożyć na płaskim, wysmarowanym masłem półmisku żaroodpornym, zalać sosem beszamelowym, posypać tartym serem i zapiec. Po wyjęciu z piekarnika obłożyć dookoła gorącym szpinakiem, posypać posiekanym jajkiem i zieloną pietruszką.

## JAJA MOLLET ZAPIEKANE POD BESZAMELEM

Przygotowanie: 20 min.

Zapiekanie: 20 min.



Po 1 lub 2 jaja na osobę,

**Sos beszamelowy:** łyżka masła, łyżka mąki, pół szklanki mleka, 50 g tartego żółtego sera, sól, pieprz, gałka muszkatołowa, zielona pietruszka

Jaja gotować 5—6 min. we wrzącej wodzie, po ostudzeniu zimną wodą, obrać. Przygotować sos beszamelowy (p. przepis dodatkowy). Ułożyć jaja w wysmarowanym masłem naczyniu żaroodpornym, posypać szczyptą ziół aromatycznych, zalać sosem beszamelowym, oprószyć tartym serem i wstawić na ok. 20 min. do gorącego piekarnika. Przed podaniem posypać posiekaną pietruszką.

## JAJA PO BASKIJSKU



Przygotowanie: 40 min.

Zapiekanie: 10 min.

6 jaj, 10—15 raków lub 150 g krewetek, 150 g pieczarek, 100 g masła, duża łyżka mąki, sól, pieprz, cytryna, łyżeczka ziół

Jaja ugotować na twardo (10 min.). Raki dokładnie opłukać, wyciągnąć przewód pokarmowy (czarna kiszeczką). Raki wrzucić do wrzątku i gotować 10 min., wywar zachować. Wyjąć mięso z ogona, szyjki i łap (szczypcy), jeśli raki duże. Wszystkie skorupy rakowe utłuc w moździerzu, wrzucić do wywaru i jeszcze gotować z dodatkiem masła (łyżka) przez kilka minut, aby uzyskać ok. 2 szklanek wywaru. Przecedzić i gotować w nim (10 min.) opłukane pieczarki z dodatkiem łyżki oliwy i soku z cytryny. Następnie wyjąć pieczarki. Przygotować biały sos, robiąc zasmażkę z łyżki masła i łyżki mąki, rozprowadzając wywarem. Jaja pokrajać wzdłuż na pół, wyjąć żółtka. Szyjki rakowe, pieczarki i żółtka posiekać z dodatkiem soli, pieprzu

i ziół, wymieszać. Tym farszem napęłnić białka jaj. Ułożyć w naczyniu do zapiekania uprzednio wysmarowanym masłem i zalać białym sosem. Wstawić do piekarnika na ok. 10 min.

Jest to danie bardzo eleganckie i godne najwybredniejszego podniebienia. Można je podać jako zakąskę z białym wytrawnym winem, dobrze ochłodzonym, np. węgierskim Debroi Harslevelu.

## **JAJA ZAPIEKANE Z KREWETKAMI**

Przygotowanie: 15 min.

Zapiekanie: 10 min.



**6 jaj, 150 g krewetek, 100 g masła, łyżeczka ziół, 3 łyżeczki musztardy, zielona pietruszka, 100 g śmietanki**

Jaja zgotować na twardo, obrać ze skorupki, pokrajać wzdłuż na pół i ułożyć w żaroodpornym naczyniu wysmarowanym masłem. Na każdej połówce położyć po pół łyżeczki (do kawy) dobrej musztardy, posypać zieloną pietruszką, szczyptą bazylii i ząbkami czosnku utartym z solą. Krewetki drobno pokrajać i wymieszać ze śmietanką. Zalać tym jaja, położyć na wierzchu kawałeczki masła, posypać tartym serem i wstawić do piekarnika o temperaturze 200°C na 15 min.

## **POMIDORY ZAPIEKANE Z JAJAMI**

Przygotowanie: 10 min.

Zapiekanie: 30 min.



**6 jaj, 6 dużych pomidorów, 150 g tartego żółtego sera, 100 g masła, sól, pieprz, tymianek**

Ugotować jaja na twardo w osolonej wodzie (10 min.). Dorodne pomidory sparzyć wrzątkiem, obrać ze skóry i pokrajać na plastry. Posolić i położyć na sicie, aby obciekły. Jaja pokrajać w plasterki



W wysmarowanym masłem naczyniu żaroodpornym ułożyć najpierw warstwę pomidorów, posypać pieprzem i tymiankiem, następnie warstwę jajek — posypując je serem i kładąc kawałeczki masła. Układać tak warstwami, ostatnią posypując obficie serem. Wstawić do piekarnika na ok. 25 min.

### SZPINAK ZAPIEKANY Z BOCZKIEM

Przygotowanie: 10 min.

Zapiekanie: 30 min.

2 paczki szpinaku mrożonego, 150—200 g boczku lub bekenu, 3 jaja, 360 g mleka, 3 łyżki śmietanki, 150 g tartego żółtego sera, masło, sól, pieprz



Szpinak podduśić w rondlu z dodatkiem łyżki masła. Boczek pokrajany w kostkę przesmażyć na patelni i dodać do szpinaku. Jaja ubić z mlekiem, śmietanką i tartym serem (100 g), przyprawić solą i pieprzem. Do wysmarowanego masłem naczynia do zapiekania włożyć szpinak i założyć przygotowaną mieszaninę, posypać resztą sera i wstawić do nagrzanego piekarnika na 15 min.

### NALEŚNIKI ZE SZPINAKIEM ZAPIEKANE

Przygotowanie: 25 min. (jeśli są naleśniki)

Zapiekanie: 30 min.

Ok. 15 naleśników (p. przepis str. 50), 2 paczki szpinaku mrożonego, 100 g masła, 150 g tartego żółtego sera, 100 g śmietanki, sól, pieprz, gałka muszkatołowa



Szpinak włożyć do rondelka, odparować nadmiar wody, dodać 2 łyżki śmietanki i 2 łyżki tartego sera, doprawić solą, pieprzem i gałką muszkatołową. Masą posmarować grubo naleśniki, zawinąć je i wło-

żyć do żaroodpornego naczynia posmarowanego masłem, zalać śmietanką, posypać tartym serem i położyć kilka kawałeczków masła na wierzchu. Wstawić do piekarnika na ok. 30 min.

### NALEŚNIKI Z ZIEMNIAKAMI ZAPIEKANE



Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 15—20 min.

**300 g mąki, ok. 600 g mleka, 2 jaja, 4 ziemniaki gotowane, 150-g tartego żółtego sera, tłuszcz do smażenia, 250 g śmietanki, sól**

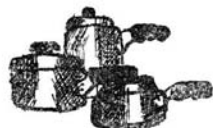
Ziemniaki przepuścić przez maszynkę. Z mąki, jaj, purée ziemniaczanego i mleka zarobić ciasto, jak na naleśniki — z dodatkiem soli. Smażyć naleśniki nieco grubsze niż zwykle i układać je w naczyniu do zapiekania (możliwie o takiej samej średnicy), wysmarowanym masłem, przesypując każdy naleśnik serem i polewając łyżką śmietanki. Całość zalać śmietanką, posypać serem i wstawić do piekarnika, aby się potrawa zapiekła.

**Uwaga.** Naleśniki można podawać dwojako: jako podstawowy składnik zapiekanek, zawijane z różnymi farszami i układane ciasno w podłużnej formie — obok siebie lub jeden na drugim, przekładane farszami, zalane śmietanką i posypane serem. W tym ostatnim przypadku forma do zapiekania powinna być tej samej średnicy, co naleśniki. Do przekładania stosować resztki mięsa, warzywa, pasty rybne, sery białe — przyprawione na ostro lub na słodko, grzyby.

### NALEŚNIKI FASZEROWANE — ZAPIEKANE

Przygotowanie: 20 min. (jeśli są naleśniki)

Zapiekanie: 15 min.



**12—18 naleśników (p. przepis niżej)  
300 g kurek, 70 g masła, 1 łyżeczka zielonej pietruszki, 1 cebula, 4—5 jaj, 250 g śmietanki, 1 łyżka tartego żółtego sera, sól, pieprz**

Na maśle przesmażyć drobno posiekaną cebulę (nie rumienić), dodać posiekaną zieloną pietruszkę i pokrajane w paski grzybki. Dusić pod przykryciem ok. 20 min. Odstawić do przestygnięcia. Następnie, dodać rozbite z pieprzem i solą jaja. Przygotowanym farszem smarować naleśniki, zawijać i układać na żaroodpornym półmisku wysmarowanym masłem. Połączyć śmietanką, posypać tartym serem i wstawić do piekarnika na ok. 15 min.

**Przygotowanie naleśników:** W celu otrzymania 15 naleśników (średniej wielkości) należy wziąć 6—7 dużych łyżek mąki, 2—3 jaja (żółtka), szczyptę soli i mleko lub wodę. Żółtka ukręcić z mąką, dodać mleko; powinno się uzyskać konsystencję świeżej śmietanki. Odstawić na 1 godz., następnie ubić białka na sztywną pianę; aby piana lepiej się ubiła, dodać — przy naleśnikach słodkich — pół łyżeczki cukru, przy innych — szczyptę soli (można też dodać łyżkę oliwy lub masła, ale raczej w pierwszej fazie ucierania jaj z mąką). Pianę połączyć z ciastem ostrożnie mieszając. Smażyć dość cienkie naleśniki na patelni o średnicy 13—14 cm.

## PLACEK ZE SZPINAKIEM



Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 30 min.

**500 g szpinaku, po 250 g mąki, białego sera i masła, 100 g śmietanki, 3 jaja, sól, pieprz, gałka muszkatołowa**

Szpinak — dokładnie opłukany w kilku wodach — odsączyć i grubo posiekać. Mąkę zarobić z jajkami, dodać pokruszony ser, śmietankę, sól, pieprz i gałkę muszkatołową. Razem wyrobić. Dodać szpinak, dokładnie wymieszać i włożyć do wysmarowanego masłem naczynia do zapiekania. Piec ok. 30 min. w temperaturze 200°C. Gdy ciasto z wierzchu się zrumieni — placek gotowy. Połączyć zrumienionym masłem lub podać je osobno w sosjerce. Jako dodatek — zielona sałata.

## ZAPIEKANKA MIĘSNO-SZPINAKOWA

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 20 min.



**C i a s t o:** 500 g mąki, 2 jaja, 1 paczka szpinaku mrożonego, resztki mięsa z rosolu, 250 g pieczarek lub innych grzybów (maślaki, borowiki), 2 łyżki śmietanki, 1 łyżka masła, 50 g tartego żółtego sera

Zagnieść dosyć ściśle ciasto z mąki, jaj i odsączonego szpinaku. Rozwałkować cienko i skośnie pokroić na łazanki o wymiarach 3X5 cm. Gotować w osolonej wodzie z dodatkiem dwu łyżek oliwy. Mięso posiekać. Cienko pokrajane pieczarki przesmażyć na maśle na ostrym ogniu, aż wyparuje z nich woda, doprawić śmietaną, solą i pieprzem. Wymieszać mięso z kluskami. Przełożyć do wysmarowanego masłem naczynia do zapiekania, posypać tartym serem. Bardzo suchy ser można wymieszać z łyżką mleka lub śmietanki i wtedy dopiero połączyć potrawę. Wstawić do piekarnika na ok. 20 min. Jest to doskonałe danie na letnią kolację lub dietetyczny obiad.

## ZAPIEKANKA ZE SZPINAKU I

Przygotowanie: 40 min.

Gotowanie: 10 min. + zapiekanie: 15 min.



**2 kg szpinaku świeżego lub paczkę mrożonego, 20 g masła, 2 jaja, 50 g tartego żółtego sera, sól, pieprz**

Przebrany, opłukany szpinak wrzucić na osoloną wrzącą wodę i raz zagotować. Po odsączeniu drobno posiekać. W naczyniu do zapiekania wysmarowanym masłem ułożyć przygotowany szpinak. Jaja ubić widelcem, dodać trochę soli, pieprzu oraz łyżkę tartego sera. Zalać szpinak, posypać tartym serem i wstawić do piekarnika na 15 min.

## ZAPIEKANKA ZE SZPINAKU II

Przygotowanie: 20 min.

Zapiekanie: ok. 1 godz.



**1,5 kg szpinaku (cykorii lub sałaty zielonej),  
Sos beszamelowy: 100 g masła, 150 g  
śmietanki, 4 łyżki mąki, 3 szklanki mleka, 200 g  
tartego żółtego sera, duża kromka białego chle-  
ba lub bułka, sól, pieprz**

Szpinak (cykorię lub sałatę) zagotować w małej ilości wody, odsączyć. Przygotować sos beszamelowy i dodać do niego połowę śmietanki, sól i pieprz. Mięsz chleba lub bułki pokruszyć i wymieszać z pozostałą śmietanką. W naczyniu do zapiekania ułożyć warstwę szpinaku (cykorii czy sałaty), posolić, posypać pieprzem, połać 2—3 łyżkami beszamelu i posypać serem. Układać warstwy aż do wyczerpania składników. Z wierzchu połać beszamelem. Do śmietanki z bułką dosypać tarty ser i połać całość. Położyć kawałki masła. Wstawić do piekarnika o temperaturze 160°C na ok. 1 godz.

## MAKARON ZAPIEKANY Z SZYNKĄ I Z GRZYBAMI

Przygotowanie: 25 min.

Zapiekanie: 15 min.



**300—400 g makaronu (długie wstążki), 350 g  
pieczarek, 350 g szynki, 100 g masła, 150 g  
tartego żółtego sera, sól, pieprz**

Gotować makaron (wstążki lub łazanki własnej roboty) w dużej ilości osolonej wody ok. 20 min. Opłukane pieczarki pokrajać i smażyć w  $\frac{1}{3}$  ilości masła ok. 10 min. Szynkę pokrajać w kostkę. Naczynie do zapiekania posmarować masłem i układać warstwami makaron, szynkę i pieczarki, doprawiając solą, pieprzem i tartym serem. Skończyć warstwą makaronu, całość posypać serem i wstawić do bardzo gorącego piekarnika na ok. 15 min. Jako dodatek można podać sos pomidorowy lub surówkę z pomidorów.

## KLUSKI ZAPIEKANE Z FARSZEM

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 20 min.

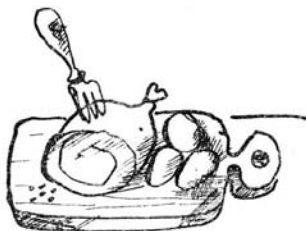
**500 g klusek (kolanka, rurki), 300 g posiekanej cielęciny, 200 g gotowanego mięsa z rosołu lub tłustej szynki, 1 pęczek natki pietruszki, 1 ząbek czosnku, szczypta bazylii, sól, pieprz, 1 jajko**

**Sos: 2 łyżki oliwy, 1 cebula, 1 kg pomidorów (50 g koncentratu lub pomidory w puszcze), listek laurowy, tymianek, rozmaryn, sól, pieprz, 150 g tartego żółtego sera, łyżka masła**



**Przygotowanie sosu pomidorowego:** drobno posiekaną cebulę przesmażyć na oliwie — nie rumienić, dodać pomidory — obrane i bez pestek. Gotować ok. 30 min. z dodatkiem przypraw. Przetrzeć przez sito. Drobno posiekane mięso z rosołu lub szynkę (można użyć jedno i drugie) wymieszać z cielęciną. Dodać posiekaną natkę pietruszki, utarty z solą czosnek, bazylię, sól i pieprz. Przesmażyć całość na oliwie i odstawić do ostygnięcia.

Kluski ugotować w dużej ilości osolonej wody z dodatkiem oliwy. Odcedzić i ostudzić. Wymieszać kluski z farszem. W naczyniu do zapiekania wysmarowanym masłem ułożyć kluski, dodać łyżkę sera i 2—3 łyżki sosu pomidorowego. Wymieszać. Zalać wszystko sosem pomidorowym, posypać tartym serem. Wstawić do gorącego piekarnika na 20 min.



## ZAPIEKANKA NEAPOLIŃSKA

Przygotowanie: 5 min.

Gotowanie: 15 min. + zapiekanie: 15 min.



**5 jaj, 200 g makaronu włoskiego łamanego, szklanka sosu pomidorowego, 50 g masła, 50 g tartego żółtego sera, sól, pieprz, ewentualnie 250 g pieczeni lub drobiu gotowanego czy pieczonego**

Jaja ugotować na twardo i pokrajać w plasterki. Makaron ugotować w dużej ilości wrzącej osolonej wody z dodatkiem oliwy. Odcedzone kluski ułożyć w wysmarowanym masłem naczyniu do zapiekania. Obłóżyć plasterkami jaj, zalać sosem pomidorowym (p. przepis str. 53), posolić, popieprzyć, posypać tartym serem i zapiec w gorącym piekarniku. Można dodać resztki mięsa lub drobiu gotowanego czy pieczonego, które należy przedtem posiekać.

## SPAGHETTI ZAPIEKANE

Przygotowanie: 20 min.

Zapiekanie: 20 min.



**250 g spaghetti, 2 papryki, 250 g pomidorów, 250 g cebuli, 200 g szynki, tarty żółty ser, sól, pieprz, czosnek**

Spaghetti ugotować w dużej ilości osolonej wody i odcedzić. Cebulę i paprykę pokrajać w paski i prześmażyć na oliwie. Pomidory bez skórki i pestek pokrajać w plasterki. Szynkę pokrajać w kostkę. W naczyniu do zapiekania wysmarowanym masłem układać warstwami makaron przekładając papryką, cebulą, pomidorami i szynką, lekko przesypując serem i przyprawami. Całość posypać tartym serem i położyć kawałeczki masła. Wstawić do piekarnika i zapiekać przez ok. 20 min.

## MAKARON ZAPIEKANY Z ANCHOIS

Przygotowanie: 10 min.

Gotowanie: 15 min. + zapiekanie: 15 min.



**300 g makaronu (kolanka lub rurki łamane), 2 pudełka filetów anchois, 150 g tartego parmezanu lub innego żółtego sera, 6 łyżek oliwy, sól, pieprz**

Makaron ugotować w dużej ilości osolonej wody (ok. 15 min.). W tym czasie drobno posiekać połowę filetów anchois. Wymieszać je z oliwą i podgrzewać w kąpeli wodnej. Lekko doprawić pieprzem. Dobrze odsączone kluski układać w naczyniu do zapiekania wysmarowanym masłem i posypanym parmezanem. Ułożyć 2 lub 3 warstwy, polewając każdą sosem z anchois i posypując parmezanem. Na wierzchu ułożyć całe filety anchois, posypać resztą sera i wstawić do bardzo gorącego piekarnika na kilka minut. Potrawa powinna się ładnie zrumienić.

## ZAPIEKANKA Z RYZEM PO GRECKU



Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 30 min.

**300 g pomidorów, ok. 300 g resztek mięsa, 250 g ryżu, 2 duże cebule, sól, pieprz, gałka muszkatołowa**

Oplukany ryż gotować w wodzie (o objętości 2,5 raza większej niż objętość ryżu) ok. 20 min. Posiekaną cebulę przesmażyć na maśle i wymieszać z posiekanym mięsem, przyprawić solą, pieprzem i gałką muszkatołową. Pomidory bez pestek i skórki pokrajać. W naczyniu do zapiekania wysmarowanym masłem układać warstwami: ryż, mięso i pomidory. Zalać rozbitymi jajami, posypać serem. Wstawić na 30 min. do piekarnika.



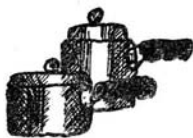
## ZAPIEKANKA Z PORÓW PO JAPONSKU

Przygotowanie: 15 min.

Zapiekanie: 25 min.

**Ok. 12 porów (tylko część biała), 1 bułka namoczona w mleku, tartą bułką, tarty żółty ser**

**Sos beszamelowy: 1 łyżka mąki, 1 łyżka masła, po pół szklanki mleka i śmietanki, 1 żółtko, 1 łyżka tartego żółtego sera**



Pory bardzo dokładnie optukać, odciąć zielone liście (zachować do zupy) i gotować ok. 3—4 min. Rozdrobnić bułkę namoczoną uprzednio w mleku i wyciśniętą, wymieszać z posiekanymi porami, lekko posolić i popieprzyć. Płaskie naczynie do zapiekania wysmarować masłem, ułożyć przygotowane pory i zalać sosem beszamelowym (p. przepis dodatkowy), posypać tartym serem wymieszanym z tartą bułką. Wstawić do piekarnika na 25 min.

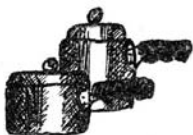
## ZAPIEKANKA Z PORÓW

Przygotowanie: 15 min.

Gotowanie: 15 min. + zapiekanie: 15 min.

**1,5 kg porów, 30 g masła**

**Sos: 1 łyżka mąki, 1 łyżka masła, 1 żółtko, 150 g tartego żółtego sera, sól, pieprz**



Pory oczyścić i dokładnie optukać, odkrajać część zieloną, a białą gotować w osolonej wodzie ok. 15 min. Wyjąć, dobrze odsączyć, pokrajać na cienkie plasterki i przesmażyć na maśle. Ułożyć w naczyniu do zapiekania, zalać sosem beszamelowym (p. przepis dodatkowy), posypując tartym serem. Wstawić do piekarnika na 20 min. **Uwaga.** Pory są bardzo smaczne pod każdą postacią. Zawierają poza tym cenne składniki odżywcze. Stanowią doskonałą przekąskę zdrową i lekko strawną. Mogą być znakomitym daniem na kolację lub dodatkiem do różnych mięs, szczególnie ciemnych.

## PORY ZAPIEKANE PO FLAMANDZKU



Przygotowanie: 15 min.

Gotowanie: 15 min. + zapiekanie: 15 min.

**1 kg porów, 300 g szynki lub ozorów peklowanych**

**Sos biały: 50 g masła, łyżka mąki, 2 szklanki piwa, sól, tarty żółty ser**

Pory oczyszczone i opłukane (część górną zieloną odkroić) gotować w osolonej wodzie 15 min. Po wyjęciu dokładnie odcedzić. W naczyniu do zapiekania wysmarowanym masłem ułożyć pory, przykryć szynką lub ozorkami pokrajanymi w paski. Zalać białym sosem przyrządzonym z mąki, masła (zasmażka) i rozprowadzonym jasnym piwem. Posypać tartym serem i wstawić do piekarnika na ok. 15 min.

## TARTA Z PORÓW W BESZAMELU

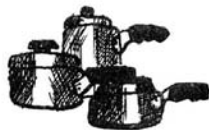
Przygotowanie: 30 min. + ciasto 1 godz. wcześniej

Zapiekanie: ok. 45 min.

Forma blaszana do tart (okrągła, karbowana, płaska)

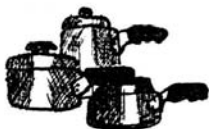
**Ciasto: 400 g mąki, 200 g masła, woda, sól**

**1 kg porów (tylko część biała), 3—4 jaja, 1 szklanka mleka, 60 g mąki, 50 g tartego żółtego sera, 1 łyżka masła**



Ciasto należy przygotować na 1 godz. wcześniej (minimum). Pory oczyszczone, opłukane i przycięte gotować w małej ilości osolonej wody 15 min., odcedzić i drobno pokrajać. Przygotować sos beszamelowy, zaciągnąć żółtkami, doprawić solą i pieprzem, dodać pory i pianę ubitą z białek. Formę uprzednio wysmarowaną masłem i posypaną mąką wyłożyć ciastem, dodać sos. Wstawić do piekarnika silnie rozgrzanego, po 20 min. zmniejszyć temperaturę do 180°C.

## ZAPIEKANKA Z CUKINI I RYŻU



Przygotowanie: 25 min.

Zapiekanie: 40 min.

**Ok. 2 kg cukini, 3 łyżki ryżu, 1 szklanka śmietanki, 3 jaja, 200 g utartego sera edamskiego, sól, pieprz, gałka muszkatołowa**

Cukinię obrać, pokrajać w grube plastry i rzucić na gotującą osoloną wodę (ok. 3 l). Gotować 10 min. Odsączyć na cedzaku. Przełożyć do naczynia do zapiekania, wsypać ryż ugotowany na półtwardo (na sypko). Jaja ubić ze śmietanką, dodać utarty ser; doprawić solą, pieprzem i gałką muszkatołową; zalać cukinię, lekko mieszając widelcem. Wstawić do piekarnika (180°C) na ok. 40 min. Ryż powinien być miękki (wchłonąć wodę z cukini), wierzch — mocno rumiany.

**Uwaga.** Cukinia to warzywo zielone, wielkości dużych ogórków, lekko nakrapiane. Ostatnio łatwo dostępne w handlu.

## ZAPIEKANKA BAŁKAŃSKA



Przygotowanie: 20 min.

Zapiekanie: 40 min.

**Po 750 g pomidorów, bakłażanów i cukini, 3 cebule, 150 g tartego żółtego sera, 50 g tartej bułki, 1 szklanka oliwy**

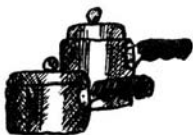
Cukinię i bakłażany obrać i pokrajać na plasterki. Obgotować przez 5 min. w osolonej wodzie. Odcedzić i dokładnie odsączyć. Pomidory pokrajać na grube plastry. Cebulę pokrajać i przesmażyć w trzech łyżkach oliwy. Naczynie do zapiekania wyłożyć cebulą i układać warstwami bakłażany, cukinię i pomidory, przesypując każdą warstwę solą, pieprzem oraz serem i polewając oliwą. Zakończyć warstwą pomidorów i posypać tartą bułką. Wstawić do piekarnika o temperaturze 180°C na ok. 40 min.

Ta zapiekanka może służyć jako dodatek do mięsa z rusztu lub pieczonego, ale również stanowi danie samodzielne. Gdy bakłażany i cukinia są stosunkowo młode i świeże, wystarczy je opłukać, wytrzeć do sucha i nie obierając od razu krajać na plasterki.

## ZAPIEKANKA Z CUKINI I

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 30 min.



**3—8 szt. cukini, 8 pomidorów, 2 zębki czosnku, 1 duża cebula, 2 łyżki posiekanej zielonej pietruszki, szczypta tymianku, 100 g tartego żółtego sera, 4 łyżki białego wytrawnego wina, 100 g oliwy, sól, pieprz**

Cukinię obrać i pokrajać w cienkie plasterki (0,5 cm). Podgrzać oliwę, dodać posiekany czosnek i smażyć w tym cukinię na wolnym ogniu tak długo, aż wyparuje nadmiar wody i warzywo zmięknie. Wyjąć na cedzak, odsączyć. Na patelni, na małej ilości oliwy, przesmażyć cebulę, obrane pomidory bez pestek, dodać tymianku i dusić ok. 20 min. Przetrzeć przez sito. Doprawić solą, pieprzem i dodać zieloną pietruszkę. Do wysmarowanego masłem naczynia do zapiekania włożyć połowę cukini, posypać tartym serem i nałożyć połowę pomidorów, potem następną warstwę cukini. Polać winem, posypać resztą sera, wstawić do piekarnika i zapiec. Podawać z ryżem po kreolsku, najlepiej na letnią kolację. Do tego wino białe, wytrawne.



## ZAPIEKANKA Z CUKINI II



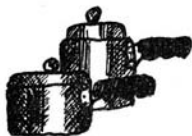
Przygotowanie: 10 min.

Gotowanie: 25 min. + zapiekanie: 15 min.

**6—8 małych cukini (ok. 1,5 kg), 100 g pomidorów, 100 g cebulek, 4 jaja, oliwa, sól, pieprz, zioła**

Cukinię obrać i pokrajać na plasterki (małych cukini można nie obierać), przesmażyć na oliwie. Oddzielnie przesmażyć drobno pokrajaną cebulę. Połączyć razem i jeszcze smażyć mieszając ok. 10 min. Do masy dodać pokrajane na ćwiartki pomidory (bez pestek i skórki) i żółtka; przyprawić do smaku. Wymieszać z ubitymi białkami. Całość przełożyć do wysmarowanego masłem naczynia żaroodpornego, skropić oliwą. Zapiekać w piekarniku 15 min. Podawać na gorąco.

## DYNIA ZAPIEKANA I



Przygotowanie: 20 min.

Zapiekanie: 45 min. — 1 godz.

**2 kg dyni żółtej, 100 g masła, 2 łyżki mąki, po 1 szklance mleka i śmietanki, 4 jaja, sól, pieprz, gałka muszkatołowa**

Obraną dynię pokrajać na kawałki i dusić z masłem (3/4 ilości) na wolnym ogniu, aż zmięknie. Przetrzeć przez sito. Jeśli przecier będzie zbyt rzadki, odparować na ogniu. Z reszty masła i mąki zrobić zasmażkę, rozprowadzić mlekiem, następnie śmietanką, zagotować. Dodać przecier z dyni, przyprawić solą, pieprzem i gałką muszkatołową, wbić 4 całe jaja. Dokładnie wymieszać. W naczyniu do zapiekania wysmarowanym masłem ułożyć przygotowaną masę, na wierzchu położyć kawałeczki masła i wstawić do piekarnika o temperaturze 200°C. Zapiec na rumiano.

## DYNIA ZAPIEKANA II

Przygotowanie: 45 min.

Zapiekanie: 20 min.



**1 kg lub więcej dyni żółtej, 2 duże ziemniaki, 150 g tartego sera (parmezan, grojer, cheddar), 150 g masła, 4 jaja, sól, pieprz, gałka muskatołowa, tarta bułka**

Dynię i ziemniaki obrać i pokrajać w kostkę. Gotować ok. 30 min. z kostką cukru. Odcedzić i przetrzeć przez sito, utrzeć na purée. Dodać połowę masła, utarty ser i jaja, przyprawić solą, pieprzem i gałką muskatołową. Dokładnie wymieszać. Naczynie do zapiekania wysmarować masłem i włożyć przygotowane purée, posypać tartą bułką, położyć kawałeczki masła na wierzchu. Wstawić do piekarnika na 20 min.

## KABACZKI FASZEROWANE — ZAPIEKANE

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: ok. 40 min.



**3 kabaczki (1—1,5 kg), 300 g posiekanej wieprzowiny, pół szklanki ryżu, 1—2 cebule, 3 łyżki śmietany, 2 łyżki pasty pomidorowej, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki, sól, pieprz, bazylija, szalwia**

Kabaczki obrać i wydrążyć, następnie pokrajać na plasterki grubości 3—4 cm. Mielone mięso wieprzowe wymieszać z ugotowanym na sypko ryżem, przyprawić solą i pieprzem oraz szczyptą bazylii i szalwii. Przygotowanym farszem nappełnić wydrążone kabaczki trochę powyżej brzegów. Ułożyć dosyć ściśło w wysmarowanym masłem naczyniu do zapiekania. Przygotować sos z mąki, masła, pasty pomidorowej i śmietany. Rozprowadzić rosół lub mlekiem.

Przyprawić. Sosem zalać kabaczkę. Całość przykryć i wstawić do piekarnika na 30—40 min.

**Uwaga.** Najlepsza kompozycja przypraw to: 4 części pieprzu czarnego, 2 części pieprzu białego, 1 część ziela angielskiego.

## BAKŁAŻANY ZAPIEKANE Z RYŻEM I JAJAMI

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 40 min.



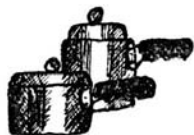
5—6 średnich bakłażanów, 1 kg pomidorów, 2 zębki czosnku, listek laurowy, szczypta tymianku, 1 łyżka zielonej pietruszki, 300 g tartego żółtego sera, sól, pieprz, oliwa, 6 jaj, 250 g ugotowanego ryżu

Obrane bakłażany pokrajać na niezbyt cienkie plasterki, posolić i odstawić na 30 min., osuszyć w ściereczce. Następnie przesmażyć na oliwie, gdy zaczną się rumienić, zdjąć z ognia, osączyć. Na tej samej oliwie przesmażyć czosnek; gdy się zrumieni wyjąć, a do oliwy dodać pomidory bez skórki i bez pestek, posiekaną zieloną pietruszkę, sól i pieprz. Poddusić połowę przygotowanej pasty pomidorowej, włożyć do naczynia do zapiekania, na nią przesmażone bakłażany, które posypać połową tartego sera, przykryć resztą pasty pomidorowej i posypać pozostałym serem. Wstawić do piekarnika na ok. 30 min. Podawać, gdy ser się zastygnie. Przybrać jajkami sadzonymi. Jako dodatek — ryż po kreolsku.

**Gotowanie ryżu:** Są dwa sposoby — I tradycyjny, dotyczy również wszystkich kasz, polega na gotowaniu przez kilka minut ryżu w wodzie w proporcji 1:2, z dodatkiem soli i tłuszczu (smalec, masło, margaryna, oliwa, lub zamiast wody — rosół). Gdy ryż będzie na wpółmiękki, nie mieszać, ale przykryć i wstawić do ciepłego piekarnika o temperaturze ok. 70°C na 1 godz. lub zawinąć w kilka warstw papieru i wstawić w ciepłe miejsce („między dwie poduszki”). Sposób stary jak świat — tak gotowały ryż nasze prababce — ale niezawodny.

II sposób polega na gotowaniu ryżu w dużej ilości osolonej wody — tak, jak makaron. Odsączyć na sicie i przelać zimną wodą.

## BAKŁAŻANY ZAPIEKANE Z BIAŁYM SEREM



Przygotowanie: 20 min.

Zapiekanie: ok. 30 min.

**3—4 bakłażany, 50 g oliwy, 250 g szynki, 500 g pomidorów, 100 g białego sera, 100 g sera cheddar, sól, pieprz**

Oplukane bakłażany przeciąć wzdłuż na pół i smażyć na oliwie ok. 10 min. Ułożyć w naczyniu do zapiekania, posolić i popieprzyć. Posypać drobno posiekaną szynką, przykryć pomidorami obranymi ze skóry i pokrajanymi w plasterki. Posypać białym serem zmieszonym z cheddarem. Na wierzchu położyć kawałeczki masła. Wstawić do piekarnika na ok. 30 min.

## ZAPIEKANKA Z BAKŁAŻANÓW



Przygotowanie: 20 min.

Zapiekanie: ok. 1 godz.

**6 średnich bakłażanów, 8 pomidorów, 1 szklanka śmietanki, 150 g tartego żółtego sera, bułka tarta, sól, pieprz**

Bakłażany obrać i wydrążyć, pokrajać na plastry, obsuszyć. Pomidory obrać ze skóry i usunąć pestki, pokrajać na plasterki. W naczyniu do zapiekania wysmarowanym masłem układać warstwami bakłażany i pomidory, przesypując serem i przekładając łyżką śmietany, lekko posolić i posypać pieprzem. Zakończyć układanie warstwą pomidorów, zalać resztą śmietany, posypać serem i tartą bułką. Wstawić na ok. 1 godz. do piekarnika o temperaturze 160—180°C.



## KALAFIOR ZAPIEKANY

Przygotowanie: 15 min.

Zapiekanie: ok. 50 min.



2—3 kalafiory,

**Sos beszamelowy:** 250 g śmietanki, 2 łyżki mąki, 60 g masła, 150 g tartego żółtego sera, cukier, sól, pieprz, gałka muszkatołowa

Kalafiory podzielić na różyczki, obcinając końce łodyżek. Dokładnie opłukać, gotować z dodatkiem cukru i soli na ostrym ogniu. Gdy woda się zagotuje, zmniejszyć ogień (żeby był jak najniższy). W ten sposób uniknie się przykrego zapachu, jaki wydzielają kalafiory przy gotowaniu. Sprawdzać miękkość widelcem, gdyż kalafiory powinny być lekko nie dogotowane. Odcedzić i przelać zimną wodą. Odstawić, aby dokładnie obciekły.

Z mąki, masła i mleka przygotować sos beszamelowy (p. przepis dodatkowy), dodać tarty ser, zostawiając dwie łyżki do posypania zapiekanki. Na żaroodpornym półmisku ułożyć delikatnie kawałki kalafiora — jeden obok drugiego, zalać sosem, posypać serem. Wstawić do gorącego piekarnika, aby potrawa ładnie się zrumieniła. Danie to można podawać jako zakąskę lub dodatek do mięs, najlepiej ciemnych.

## OGÓRKI ZAPIEKANE W ŚMIETANIE

Przygotowanie: 20 min.

Zapiekanie: 40 min.



3 ogórki, 50 g masła, 125 g śmietanki, 3 żółtka, sól, pieprz

Obrane ogórki przekrajać wzdłuż na cztery części, usunąć pestki, pokrajać w kostkę. Osuszyć w ściereczce i włożyć do naczynia ogniotrwałego, posolić. Posypać pieprzem, na wierzchu położyć kawałeczki masła. Wstawić do piekarnika o temperaturze 220°C na 30 min., po czym zalać śmietanką z rozbitymi żółtkami. Trzymać jesz-

cze ok. 10 min. w piekarniku, ale nie dopuścić do gotowania. Ogórki powinny nabrać połysku. Podawać jako dodatek do ciemnych mięs.

## OGÓRKI ZAPIEKANE INACZEJ



Przygotowanie: 30 min.

Gotowanie: 30 min.

**3 duże twarde ogórki, 1 cebula, 30 g masła, 30 g mąki, 200 g śmietanki, 50 g tartego żółtego sera, sól, pieprz, gałka muszkatołowa**

Ogórki obrać, przekrajać wzdłuż na cztery części i usunąć pestki; pokrajać w kostkę. Wrzucić na wrzącą soloną wodę i gotować ok. 10 min. Odcedzić. W rondelku przysmażyć na maśle drobno posiekaną cebulę, nie rumienić. Dodać mąkę i mieszając wlać śmietankę. Gdy sos zgęstnieje, zalać nim ogórki włożone do żaroodpornego naczynia wysmarowanego masłem. Posypać tartym serem, można przyprawić do smaku solą, pieprzem i gałką muszkatołową. Wstawić do piekarnika i zapiec. Zapiekanekę tę podaje się jako przekąskę, lub dodatek do mięs pieczonych.

## ZAPIEKANKA Z PIECZAREK PO PROWANSALSKU

Przygotowanie: 25 min.

Zapiekanie: 15 min.



**750 g pieczarek, 1,5 kg pomidorów, 1—2 ząbki czosnku, 2 łyżki zielonej pietruszki, 2 cebule, po łyżeczce tymianku i bazylii, 150 g tartego żółtego sera, 100 g masła, oliwa, sól, pieprz**

Pieczarki pokrajać na grube plastry i przesmażyć na maśle na dosyć ostrym ogniu. Po wyparowaniu wody przyprawić solą i pieprzem. Z pomidorów przygotować aromatyczny przecier z czosnkiem, zioła-

mi, cebulą i posiekaną pietruszką. Grzyby włożyć do naczynia do zapiekania wysmarowanego masłem lub oliwą albo do kokilek — gdy chcemy potrawę podać jako zakąskę. Połać przecierem pomidorowym, posypać tartym serem i położyć kilka kawałków masła. Wstawić do piekarnika na ok. 15 min.

Zapiekanka ta, z dodatkiem makaronu lub kładzionych klusek, stanowić może smaczne danie obiadowe.

## PIECZARKI ZAPIEKANE

Przygotowanie: 45 min.

Zapiekanie: 15 min.



750—1000 g pieczarek, ok. 1,5 kg pomidorów, 2 ząbki czosnku, 2 łyżki zielonej pietruszki, 2 cebule, 1 łyżeczka do kawy tymianku, 150 g tartego żółtego sera, 100 g oliwy i masła, sól, pieprz

Oplukane i pokrajane pieczarki usmażyć na ostrym ogniu, na maśle i oliwie, aż wyparują wodę. Posiekaną cebulę i czosnek lekko przesmażyć na maśle z oliwą, dodać pokrajane pomidory, tymianek i pietruszkę, dusić na wolnym ogniu ok. 30 min. Po przetarciu przez sito doprawić solą i pieprzem. Kokilki posmarować masłem, nałożyć pieczarki, zalać przygotowanym sosem, posypać serem i wstawić do piekarnika na ok. 15 min. Tak przygotowane danie nadaje się na elegancką przystawkę.

## ZAPIEKANKA Z ROKPOLEM

Przygotowanie: 20 min.

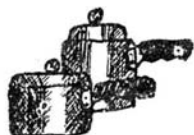
Zapiekanie: 20 min.



1 paczka ciasta „półfrancuskiego”, 250 g rokpolu, 5—6 jaj, 150 g śmietanki, sól, pieprz, gałka muskatołowa, masło

Małe naczynia do zapiekania — kokilki — wysmarować masłem i włożyć ciastem, lekko zawijając brzegi. Włożyć do każdej pokruszony rokpol. Odstawić w chłodne miejsce. Jaja ubić trzepaczką razem ze śmietanką, doprawić solą, pieprzem i gałką muszkatołową; można dodać łyżkę tartego sera (parmezan). Przygotowaną mieszankę rozlać równo do każdej kokilki i wstawić do gorącego piekarnika na 20 min.

## CEBULE FASZEROWANE — ZAPIEKANE



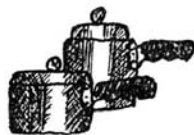
Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 25 min.

6 dużych cebul, 200 g mielonego mięsa, 60 g masła, 1 bułka, 1 jajko, 200 g rosółu, sól, pieprz

Obrane cebule gotować w wodzie 10 min. Po wyjęciu obsuszyć i wydrążyć. Część wydrążoną drobno posiekać i przesmażyć na maśle, dodać mięso i jeszcze chwilę razem smażyć mieszając. Miąższ bułki namoczyć w rosolu. Usmażone mięso wyjąć, dodać namoczoną bułkę, połowę rosółu i jajko. Przyprawić solą i pieprzem, dokładnie wymieszać i napełnić tym farszem wydrążone cebule. Ułożyć je w naczyniu do zapiekania, skropić resztą rosółu i położyć na każdej kawałeczki masła. Przykryć i wstawić do piekarnika na ok. 25 min.

## ZUPA CEBULOWA ZAPIEKANA



Przygotowanie: 20 min.

Gotowanie: 20 min. + zapiekanie: 15 min.

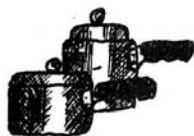
300 g cebuli, 1 łyżka mąki, 60 g masła, sól, pieprz, 4 łyżki śmietanki, 60 g tartego sera (ementaler), 6 grzanek z bułki lub białego chleba

Drobno posiekaną cebulę przesmażyć na maśle na ciemnozłoty kolor, oprószyć mąką i smażyć jeszcze kilka minut. Wlać wodę (4 szklanki), zagotować i zostawić na małym ogniu na ok. 20 min. Dodać sól i pieprz. Wzbogacić śmietanką, nalać do kokilek, na wierzchu położyć po dwie grzanki, posypać tartym serem i zapiec w piekarniku na bardzo mocnym ogniu, aby ser się zrumienił. Zupę podawać gorącą.

## ZAPIEKANKA Z CZERWONYM WINEM

Przygotowanie: 25 min.

Zapiekanie: 15 min.



**1 kg cebuli, 60 g masła, 2 łyżki mąki, 2 l wody, 250 g tartego sera (grojera), bułka wrocławska, sól, pieprz, gałka muskatołowa, 6 żółtek, 6 szklaneczek czerwonego wina**

Cebulę drobno posiekaną przesmażyć na maśle na kolor złoty, dodać 2 łyżki mąki i mieszając jeszcze raz przesmażyć. Dodać 4 szklanki wody i stale mieszając zagotować, po kilku minutach dodać resztę wody, wymieszać, dodać trochę soli, pieprzu i gałki muskatołowej. Gotować jeszcze 10 min. W tym czasie przygotować grzanki z bułki. Zupę rozlać do żaroodpornych naczynek, przykryć grzankami i posypać obficie tartym serem. Zapiekać wolno, w temperaturze 180°C — tak, aby wierzch był zarumieniony.

Przygotować tyle szklanek, ile będzie gości. W szklanki wbić po żółtku i nalać po 100 g czerwonego wytrawnego wina — ideałem byłoby czerwone porto. Z zapieczonej zupy podnosi się widelcem utworzoną z wierzchu skorupę i wlewa zawartość szklanki. Całość dokładnie wymieszać widelcem. Doskonała potrawa na mroźne dni.

**Uwaga.** Jest to potrawa będąca odmianą zupy cebulowej, bardzo oryginalna, pochodząca z południowych prowincji Francji. Trudność podania polega na tym, że trzeba mieć odpowiednie naczynia, najlepiej czarki, miseczki lub duże filiżanki z dwoma uszkami.

## 2 UPA SEROWA



Przygotowanie: 15 min.

Gotowanie: 15 min. + zapiekanie: ok. 20 min.

**6** plastrów sera grojera, 150 g tartego żółtego sera, 6 dużych cebul, 2 listki laurowe, 6 dużych grzanek, 1,5 łyżki masła, 2 l rosółu, 1—1,5 łyżki mąki, sól, pieprz

Drobno posiekaną cebulę zrumienić na maśle wraz z listkami laurowymi (2—3 szt.). Posypać mąką i mieszając jeszcze chwilę przetrzymać na ogniu. Wlać rosół i na małym ogniu gotować ok. 15 min. Po ugotowaniu przetrzeć zupę przez sitko. Kokilki wysmarować masłem, na dno położyć grzanki, posypać tartym serem, zalać zupą, przykryć płatem sera i wstawić do piekarnika na 15—20 min. Ser powinien się stopić i utworzyć skorupkę.

## PIZZA NEAPOLIŃSKA



Przygotowanie: ok. 1,5 godz.

Zapiekanie: ok. 20 min.

**Ciasto:** 300 g mąki, 15 g drożdży, 6—8 łyżek oliwy, 500 g pomidorów, 6 oliwek, 1 pudełko fileatów anchois, sól, pieprz, majeranek tarty ser

Najpierw przygotować ciasto drożdżowe. Po rozczynieniu drożdży wyrobić ciasto z dodatkiem oliwy i zostawić do wyrośnięcia na ok. 1 godz. Następnie jeszcze chwilę wyrabiać i wałkować na grubość ok. 1 cm, wykrawiając małe krążki — na jedną osobę lub jeden duży dla wszystkich, zależnie od wielkości formy. Formę wysmarować oliwą, włożyć ciasto, lekko podwijając brzegi, aby utworzyć dookoła mały rancik, posmarować oliwą, posypać serem i uto-

żyć pomidory obrane ze skóry i bez pestek. W tym przypadku zostawia się dużą dowolność: można je pokrajać w plasterki, w ćwiartki, posiekać na pulpę lub w ogóle zastąpić pastą pomidorową. Następnie ułożyć filety anchois (gwiaździście), dookoła zaś — w równych odstępach — wydrążone oliwki. Posypać drobno posiekany czosnkiem, dodać do smaku majeranku, pieprzu oraz soli. Anchois można zamienić na śledzia korzennego lub wręcz na kiełbasę. Całość posypać obficie tartym serem — jakimkolwiek; w ostateczności można nawet zastosować ser topiony.



# zapiekanki z ryb





## RYBA ZAPIEKANA Z PIECZARKAMI

Przygotowanie: 20 min.

Gotowanie: 15 min. + zapiekanie: 15 min.

6 filetów z dorsza (dorady, morszczuka), 1,5—1 l rosolu, 4—5 cebul, 120 g masła, 250 g pieczarek, 2 ząbki czosnku, 2 łyżki posiekanej zielonej pietruszki, 2—3 łyżki mąki, 1,5 szklanki mleka, 150 g śmietanki, 3 łyżki tartej bułki, sól, pieprz



Obrane i pokrojone drobno cebule przesmażyć na maśle na małym ogniu pod przykryciem. Filety opłukać i obgotować w rosolu (może być rosół w kostkach) mniej więcej 8 min. Pieczarki opłukać i pokrajać na cienkie paski. Przesmażyć z łyżką masła, gdy wyparują wodę — zdjąć z ognia. Posiekać czosnek. Ugotowaną rybę podzielić widelcem na drobne kawałki, wymieszać z przesmażoną cebulą, czosnkiem i posiekaną pietruszką, posypać mąką i na ostrym ogniu podsmażyć, stale mieszając. Dodać mleko i kilka łyżek wywaru z gotowania ryby, stale mieszać. Powinno się otrzymać dosyć gęstą mieszaninę. Dodać grzyby i śmietankę, przyprawić do smaku solą i pieprzem. Naczynie do zapiekania wysmarować masłem i posypać tartą bułką. Piekarnik należy wcześniej mocno nagrzać. Przygotowaną mieszaninę włożyć do naczynia żaroodpornego, posypać tartą bułką, polać resztą masła i wstawić do piekarnika na ok. 15 min.

## KARP ZAPIEKANY

Przygotowanie: ponad 1 godz.

Zapiekanie: 45 min.

Ok. 1,5 kg karpia, 2 duże cebule, 100 g masła, 200 g śmietanki, 2—3 szklanki białego wytrawnego wina, (do marynaty: 2—3 szklanki octu winnego, sól, pieprz, tymianek, listek laurowy), zielona pietruszka, bułka tarta



Karpia oczyścić, wypatroszyć, oplukać i włożyć na 1 godz. do marynaty z octu winnego z tymiankiem i listkami laurowymi. Na wysmarowany masłem podłużny półmisek do zapiekania włożyć najpierw posiekaną cebulę i zieloną pietruszkę, następnie karpia, posolić i popieprzyć; położyć kawałki masła, posypać tartą bułką, zalać winem i przykryć pokrywką lub folią aluminiową. Wstawić do piekarnika na ok. 45 min.

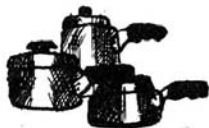
Po wyjęciu z piekarnika, przed samym podaniem, polać rybę śmietanką. Podawać w naczyniu, w którym potrawa była zapiekana.

## **RYBY ZAPIEKANE Z ZIOLAMI**

Przygotowanie: 45 min.

Zapiekanie: 15 min.

**1 butelka białego wytrawnego wina, 2 szklanki wody, 2 marchwie, 2 cebule, 2 goździki, włoszczyzna (może być suszona), 1 ząbek czosnku (duży), 1,5 kg ryb morskich, po 1 łyżeczce posiekanej zielonej pietruszki, szczypiorku, trybuli, 12 grzanek, 75 g rokopu, 50 g tartego żółtego sera, sól, pieprz**



Ryby powinny być świeże i całe, nie filety, gdyż z łbów i płetw trzeba ugotować wywar. Po oczyszczeniu ryb łby i płetwy włożyć do zimnej wody z winem, dodać włoszczyznę, czosnek i cebulę z wkłutymi w nie goździkami. Gotować ok. 30 min. Wywar precedzić przez sito, przetrzeć. Ugotować w nim (10—15 min.) podzielone mięso z ryb.

W naczyniu do zapiekania ułożyć ryby (można je ozdobić krewetkami lub mulami z konserw), posypać natką pietruszki, szczypiorkiem i trybulą (ewentualnie bazylią), zalać wywarem, przykryć grzanką posmarowaną rokopem, posypać tartym serem. Wstawić do gorącego piekarnika na ok. 15 min., aby potrawa ładnie się zapiekła.

## ZAPIEKANKA Z RYB WĘDZONYCH

Przygotowanie: 40 min.

Zapiekanie: 30 min.



1,5 kg ziemniaków, 6—8 ryb wędzonych (śledzie, makrele, piklingi), sól pieprz, szczypiorek, zielona pietruszka, szklanka mleka, masło

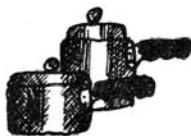
Ugotować ziemniaki i przygotować purée. Ryby obrać z ości i skóry. Do purée dodać posiekane — szczypior i natkę pietruszki, doprawić pieprzem z solą (ostrożnie, gdyż ryby bywają słone).

W naczyniu do zapiekania wysmarowanym masłem układać warstwami ziemniaki na przemian z rybą. Ostatnią warstwę powinny stanowić ziemniaki. Położyć na wierzchu kawałeczki masła i wstawić do piekarnika na 20 min. Podawać posypane posiekaną zieloną pietruszką.

## FILETY Z DORSZA ZAPIEKANE

Przygotowanie: 10 min.

Zapiekanie: 1 godz. — 1,5 godz.



1 kg filetów z dorsza, 4 cebule, 2 ząbki czosnku, 1 łyżka zielonej pietruszki, 4 duże ziemniaki, sól, pieprz, 6 mielonych goździków, oliwa, tarty żółty ser, tarta bułka

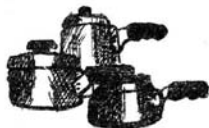
Naczynie do zapiekania wysmarować oliwą. Ułożyć na dnie pokrajaną w plasterki cebulę i czosnek, posypać posiekaną zieloną pietruszką, następnie układać warstwami filety z dorsza i ziemniaki pokrajane w cienkie plasterki; przesypywać warstwy solą, pieprzem i goździkami oraz skrapiać oliwą. Zakończyć warstwą ziemniaków, posypując tartym serem i tartą bułką. Wstawić do piekarnika (180°C) na 1—1,5 godz.

## ZIEMNIAKI ZAPIEKANE Z SARDELAMI

(anchois lub śledź korzenny)

Przygotowanie: ok. 30 min.

Zapiekanie: ok. 1 godz.



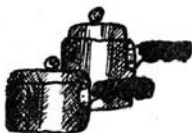
1,5 kg ziemniaków, 2 śledzie (lub puszka anchois), 3 łyżki tartej bułki, 150 g masła, 2 cebule, 1 szklanka śmietany, 2 żółtka, pieprz, ziele angielskie

Obrane ziemniaki pokrajać w małą kostkę lub w plasterki. Śledzie — uprzednio wymoczone — oczyścić ze skóry i ości, bardzo drobno posiekać i wymieszać z posiekaną cebulą przesmażoną na maśle, ale nie zrumienioną. W naczyniu do zapiekania wysmarowanym masłem układać warstwami ziemniaki i śledzie lub anchois, posypać pieprzem, zielem angielskim i bułką tartą. Ostatnią warstwę ziemniaków posypać tartą bułką, połączyć stopionym masłem ze zrumienioną cebulą, zalać całość śmietaną wymieszaną przedtem z żółtkami. Przykryć i wstawić do piekarnika. Zapiekać, aż ziemniaki będą miękkie.

## DORSZ ZAPIEKANY

Przygotowanie: ok. 30 min.

Zapiekanie: ok. 30 min.

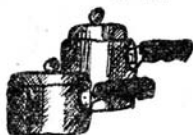


50 dkg filetów z dorsza, (morszczuka, karmazyna), 1 kg ziemniaków, pół szklanki mleka, 100 g masła, łyżka oliwy, sól, pieprz, tarty żółty ser

Z ziemniaków przygotować purée. Rybę gotować na wolnym ogniu 20 min., potem rozgnieść widelcem i wymieszać z ziemniakami, dodając mleko, masło, sól i pieprz. Naczynie do zapiekania wysmarować oliwą, włożyć przygotowaną masę i posypać tartą bułką i tartym serem, na wierzchu ułożyć kawałeczki masła. Wstawić do piekarnika na ok. 30 min.

## ZAPIEKANKA Z RYBY (W CAŁOŚCI)

W podłużnej żaroodpornej formie do zapiekanie ułożyć na grubość 1 cm następujące składniki:



łyżkę ziół (bazylią, estragon, cząber, rozmaryn, tymianek), po 3—4 łyżki drobno posiekanych: zielonej pietruszki, szczawiu i szpinaku, 4 łyżki drobno posiekanych pieczarek, po łyżce masła i tartej bułki

Na przygotowanych ziołach położyć rybę i polać białym wytrawnym winem (1 szklanka), posypać solą, pieprzem, przykryć pokrywką i wstawić do piekarnika na ok. 45 min. Od czasu do czasu podlewać wodą.

## DORSZ ZAPIEKANY Z POMIDORAMI I

Przygotowanie: 30 min.

Gotowanie: 30 min. + zapiekanie: ok. 30 min.



500 g filetów z dorsza lub karmazyna, 1 kg pomidorów, 2 cebule, 2 ząbki czosnku, włoszczyzna, sól, pieprz, cukier, 4 jaja, 50 g masła, 2 łyżki zielonej pietruszki

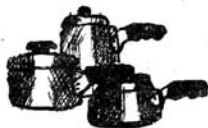
W wywarze z włoszczyzny i ząbka czosnku gotować 10 min. filety z dorsza. Odstawić do ostudzenia.

Pomidory gotować z cebulą tak długo, aż cebula będzie miękka, przyprawić solą, cukrem i czosnkiem. Po przetarciu przez sitko gotować do otrzymania objętości ok. 2 szklanek. Odstawić do ostudzenia, dodać posiekaną zieloną pietruszkę. Do tak przygotowanego sosu włożyć filety, dodać 2 jaja i żółtka, wymieszać, przyprawić solą i pieprzem. Do wysmarowanego masłem naczynia do zapiekania włożyć przygotowaną masę, przykryć pokrywką, wstawić do naczynia z wodą i zapiekać w piekarniku o temperaturze 200°C tak długo, aż na powierzchni powstanie skorupka. Podawać z ziemniakami purée.

## DORSZ ZAPIEKANY Z POMIDORAMI II

Przygotowanie: 40 min.

Zapiekanie: 30 min.



600 g dorsza, 1 kg pomidorów, 2 cebule, 3 ząbki czosnku, 1 łyżeczka ziół (tymianek, rozmaryn, bazylija), sól, pieprz, cukier, 4 jaja, masło, zielona pietruszka

Dorsz zagotować we wrzącej wodzie i zostawić na 10 min. w ciepłym miejscu. Oddzielić skórę. Pomidory dusić z ziołami, cebulą, solą, łyżeczką cukru i czosnkiem ok. 30 min. tak, aby cebula była miękka. Przetrzeć przez sito, a następnie dusić, aż uzyska się masę o objętości 2 szklanek. Ostudzić, dodać natkę pietruszki i odrobinę posiekanego czosnku. Wymieszać rybę z przygotowanym sosem pomidorowym, przyprawić solą i pieprzem, dodać dwa całe jaja i dwa żółtka, wymieszać i włożyć do wysmarowanego masłem naczynia do zapiekania. Wstawić do piekarnika o temperaturze 200°C na ok. 30 min. Po upieczeniu powierzchnia przy dotknięciu powinna być jędrna i jednolita.

## DORSZ ZAPIEKANY PO BASKIJSKU

Przygotowanie: 10 min.

Zapiekanie: 45 min.



600—700 g filetów z dorsza, 300 g pomidorów, 50 g masła, 2—3 ząbki czosnku, 3 małe cebule, cytryna, sól, pieprz, tymianek, zielona pietruszka

Posiekać cebule oraz czosnek i włożyć je na dno naczynia do zapiekania razem z pomidorami pokrajanymi w plasterki i pieczarkami pokrajanymi w paski. Doprawić solą i pieprzem, skropić cytryną i ułożyć na tym rybę, posypując tymiankiem (1—2 łyżeczki), położyć kawałeczki masła. Zapiekać pod przykryciem ok. 45 min.

## DORSZ ZAPIEKANY PO BRETOŃSKU



Przygotowanie: 40 min.

Zapiekanie: ok. 40 min.

750 g dorszą, 1 kg ziemniaków, 750 g cebuli, 60 g masła, 1 szklanka śmietanki, sól, pieprz

Dorsza gotować ok. 20 min. W tym czasie przesmażyć cebulę pokrajaną w plasterki na maśle, nie rumieniąc, na bardzo małym ogniu. Ziemniaki ugotować w mundurkach, ale nie rozgotować. Pokrajać w plasterki. W dużym naczyniu do zapiekania ułożyć rybę podzieloną na płatki, obłożyć ziemniakami, posolić i popieprzyć. Przykryć wszystko cebulą, zalać śmietanką i wstawić do piekarnika o temperaturze 200°C na ok. 30 min. Podawać gorące.

## DORSZ ZAPIEKANY Z FASOLĄ

Przygotowanie: 30 min.

Gotowanie: 2 godz. (fasoli) + zapiekanie: 20 min.

750 g filetów z dorsza, 500 g białej fasoli, 2 cebule, 2 marchewki, wieszczyzna, 2 ząbki czosnku, 100 g masła, 150 g śmietanki, 2 łyżki koncentratu pomidorowego, 2 pomidory, 30 g tartego solnego sara, sól, pieprz, gałka muszkatołowa



Dorsza włożyć do zimnej wody i zagotować, zostawić na 10 min., następnie wyjąć i podzielić na drobne kawałki.

Fasolę gotować w 4 l zimnej wody, bardzo wolno doprowadzić do zagotowania. Następnie odlać wodę i zalać fasolę przygotowaną wrzącą wodą, dodać marchew, cebulę i wieszczyznę. Gotować bardzo wolno. Gdy fasola będzie miękka, wyjąć część (1 szklanka) i przetrzeć przez sito na puree. Jedną cebulą i czosnek przesmażyć

na maśle nie rumieniąc. Rozprowadzić w szklance wywaru z fasoli, dodać śmietankę, 2 łyżki koncentratu pomidorowego oraz purée z fasoli w takiej ilości, aby otrzymać niezbyt gęsty sos. Wymieszać fasolę z ugotowanym dorszem, przyprawić solą, pieprzem i gałką muszkatołową. Włożyć do żaroodpornego naczynia, połączyć przygotowanym sosem, na wierzchu ułożyć pomidory pokrajane w plasterki, posypać tartym serem i wstawić do piekarnika o temperaturze 180°C na ok. 30 min. Jest to potrawa pracochłonna, ale można sobie czynności podzielić na dwa dni.

## WĘGORZ ZAPIEKANY

Przygotowanie: ok. 30 min.

Zapiekanie: 20 min.



**Węgorz, 2 szklanki wina, łyżka octu winnego, czosnek, cebula, włoszczyzna, sól, pieprz, tarty żółty ser, tarta bułka, zioła aromatyczne**

Rybę podzielić na dzwonka długości 10—15 cm i zagotować na ostrym ogniu w białym winie z dodatkiem octu winnego, czosnku, cebuli i włoszczyzny (może być suszona). Gdy się całość zagotuje, zmniejszyć ogień i gotować na wolnym ogniu ok. 20 min. pod przykryciem. Po przestygnięciu zdjąć skórę z węgorza i delikatnie oddzielić mięso od grzbietu, aby nie uszkodzić filetów. Ułożyć filety w wysmarowanym masłem naczyniu do zapiekania. Przyprawić solą i pieprzem, posypać ziołami aromatycznymi, a następnie tartą bułką zmieszaną z serem. Wstawić do piekarnika na ok. 20 min.

## ZAPIEKANKA Z PŁASTUGI



Zapiekanie 30—40 min.

**Ok. 1 kg ryby, 50 g masła, 200 g pieczarek, 2 cebule, łyżeczka ziół aromatycznych, sól, pieprz, szklanka białego wina, tarta bułka**

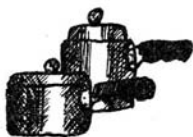


Oczyszczoną i opłukaną rybę, najlepiej jedną dużą, ułożyć w specjalnej podłużnej formie żaroodpornej wysmarowanej masłem — na drobno posiekanych pieczarkach, cebuli i łyżeczce ziół aromatycznych (p. wskazówki wstępne). Połączyć szklanką białego wina i wodą lub wywarem z resztek ryb (pół szklanki). Przyprawić solą i pieprzem, posypać tartą bułką wymieszaną z łyżeczką ziół. Na wierzchu ułożyć kawałeczki masła. Wstawić do piekarnika na ok. 30—40 min.

## MIĘTUS ZAPIEKANY PO PROWANSALSKU

Przygotowanie: 25 min.

Zapiekanie: 40 min.



Ok. 1,5 kg ryby, 6 łyżek sosu pomidorowego, 2 ząbki czosnku, 2 duże cebule, 1 łyżka zielonej pietruszki, pół szklanki oliwy, 1 szklanka białego wytrawnego wina, sól, pieprz, przyprawa cayenne, tarta bułka, mąka

Cebule drobno posiekać i zrumienić na oliwie. Rybę podzielić na dzwonka, obtaczać w mące i smażyć na oliwie. W naczyniu do zapiekania ułożyć przysmażoną cebulę i czosnek. Na wierzchu położyć rybę. Przygotować sos pomidorowy. 6 łyżek takiego sosu rozprowadzić szklanką białego wina i połączyć rybę w naczyniu do zapiekania. Sos można doprawić pieprzem i przyprawą cayenne do smaku. Połączyć po brzegach oliwą (2 łyżki) i posypać tartą bułką wymieszaną z posiekaną zieloną pietruszką. Wstawić do piekarnika na ok. 40 min. Podawać z ziemniakami lub ryżem po kreolsku.



## RYBA Z PIECZARKAMI W KOKILKACH

Przygotowanie: ok. 30 min.

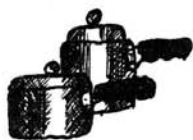
Zapiekanie: 15 min.



**500 g ryb, 125 g śmietanki, 200 g pieczarek, 2 łyżki mąki, 2 małe cebulki, 60 g masła, 2 żółtka, łyżka tartego żółtego sera, łyżka tartej bułki, cytryna, sól, pieprz, gałka muszkatołowa**

Przygotować wywar z włośzczyzny z dodatkiem ziół aromatycznych. Ugotować w nim oczyszczone, opłukane ryby. Po ugotowaniu oddzielić mięso i pokrajać je w kostkę. Pieczarki cienko pokrajane skropić sokiem z cytryny, aby nie szczeniały. Drobno posiekaną cebulę przesmażyć na maśle i dodać pieczarki, a gdy wyparuje z nich woda, oprószyć mąką i smażyć jeszcze 2—3 min., dodać śmietankę i kilka łyżek wywaru lub białego wina. Gotować na wolnym ogniu ok. 15 min. Przyprawić solą, pieprzem i gałką muszkatołową, a po zdjęciu z ognia dodać żółtka rozarte uprzednio z kilkoma kroplami soku cytrynowego, następnie rybę. Wymieszać i napęlić kokilki, posypując serem wymieszanym z tartą bułką. Wstawić do bardzo gorącego piekarnika. Podawać mocno zrumienione.

## KRABY, RACZKI, KREWETKI, MULE ZAPIEKANE POD BESZAMELEM



Przygotowanie: 10 min. (sos beszamelowy)

Zapiekanie: 20 min.

Do przygotowania tego dania potrzebne są porcjowe naczynia do zapiekania lub muszelki. Kraby lub krewetki (konserwowe) wymieszać z sosem beszamelowym z dodatkiem tartego sera i nałożyć do wysmarowanych masłem kokilek, połączyć jeszcze łyżką sosu, posypać tartym serem z bułką, położyć na wierzchu kawałeczki masła i wstawić do piekarnika na 20 min., aby ser się zrumienił.

Elegancką odmianą tej potrawy są krewetki zapiekane à la Thermidor. Sos beszamelowy przyprawia się tu łyżką łagodnej, w najlepszym gatunku, musztardy oraz szczyptą cayenne. Krewetki należy przed zapiekaniem włożyć na 1 godz. do koniaku, po czym doprawić solą i pieprzem. Włożyć do beszamelu i zapiec jak wyżej.

Wszystkie przepisy, których podstawą są ryby, wymagają win wytrawnych, białych, lekkich, młodych lub typu rizling. Wino należy ochłodzić do temperatury 4°C.

## ZAPIEKANKA Z KRABÓW I KREWETEK

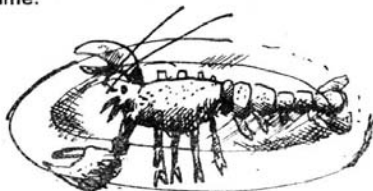
Przygotowanie: 30 min.

Gotowanie: 20 min. + zapiekanie: 15 min.

**250 g makaronu łamanego lub innych klusek, 1 puszka krabów, 1 puszka zupy homarowej, 1 puszka krewetek, 150 g pieczarek, 150 g tartego sera cheddar, zielona pietruszka, 1 łyżka oliwy, 1 łyżka soku cytrynowego, sól, pieprz, ziola**



Makaron ugotować w dużej ilości osolonej wody z dodatkiem oliwy, odcedzić i zostawić w ciepłe. Drobno posiekane pieczarki smażyć na maśle tak długo, aby odparowała woda. Zupę homarową podgrzać, dodać pieczarki, odsączone kraby, krewetki, utarty grubo cheddar i przyprawy. Do wysmarowanego masłem naczynia do zapiekania włożyć 2/3 makaronu, następnie przygotowaną mieszankę, przykryć resztą makaronu, posypać serem i wstawić do piekarnika na ok. 15 min. Po wyjęciu posypać zieloną pietruszką. Można ozdobić krewetkami lub krabami. Taki z „włoska” przygotowany makaron jedzą często Amerykanie.



# zapiekanki słodkie



## ZAPIEKANKA Z GRUSZEK



Przygotowanie: 10 min.

Zapiekanie: 20 min.

**6 jędrnych gruszek, 3 łyżki cukru, 2 łyżki likieru kawowego, 1,5 łyżki czekolady (w proszku), 1,5 łyżki masła, 3 makaroniki**

Dorodne gruszki obrać, podzielić wzdłuż na ćwiartki, wyciąć pestki i gotować 2—3 min. w bardzo gęstym syropie. Ułożyć w płaskim półmisku do zapiekania, połączyć likierem kawowym, posypać pokruszonymi makaronikami, a następnie czekoladą. Na wierzchu położyć małe kawałki masła. Wstawić do bardzo gorącego piekarnika na 20 min. Podawać na gorąco, jako deser.

## PLACEK Z NALEŚNIKÓW ZAPIEKANY W FOLII

Przygotowane wcześniej naleśniki posmarować dowolną konfiturą lub powidłami ze śliwek, złożyć na cztery części. Położyć na folii i dowolnie układać (w koło i w stos — jeden na drugim), połączyć likierem i zawinąć w folię. Wstawić do niezbyt gorącego piekarnika. Podawać posypane cukrem pudrem i polane śmietaną.

## JABŁKA ZAPIEKANE W CIEŚCIE I



Przygotowanie: 20 min.

Zapiekanie: 20 min.

**Ciasto: 150 g mąki, 125 g cukru, 2 szklanki mleka, 5 jaj, 100 g rumu, 3 jabłka, 20 g masła**

Przesianą mąkę wymieszać z jajkami, cukrem i mlekiem. Gdy masa będzie dobrze wyrobiona, dodać rum. Powinno się otrzymać ciasto nieco gęściejsze niż na naleśniki.

Obrane jabłka podzielić na ćwiartki, wyciąć pestki, pokrajać na cienkie plasterki. Naczynie do zapiekania (o pojemności 1,5 l) wysmarować masłem, włożyć jabłka i zalać przygotowanym ciastem, posypać cukrem i wstawić do gorącego piekarnika przy temperaturze 250°C na ok. 40 min. Jeżeli ciasto urośnie i zarumieni się wcześniej, można temperaturę w piekarniku zmniejszyć do 180°C. Podawać na gorąco lub na zimno. Potrawa może stanowić solidny deser po lekkim obiedzie, może też być podana na kolację.

## JABŁKA ZAPIEKANE W CIEŚCIE II



Przygotowanie: 20 min.

Zapiekanie: 40 min.

**Ciasto: 150 g mąki, 125 g cukru, 2 szklanki mleka, 5 jaj, 100 g rumu, 20 g masła**  
3—4 jabłka

W głębokiej salaterce lub makutrze wymieszać przesianą mąkę z trzema czubatymi łyżkami cukru i jajami, rozprowadzić mlekiem, dodając rum tak, aby otrzymać ciasto gęściejsze niż na naleśniki. W tym czasie piekarnik rozgrzać do temperatury 250°C. Obrane jabłka pokrajać na ćwiartki, wykrajać pestki i cienko poszatkować. Do wysmarowanego masłem naczynia do zapiekania włożyć jabłka, zalać je przygotowanym ciastem, posypać resztą cukru. Wstawić do piekarnika na ok. 40 min. Gdy placek urośnie i zrumieni się — jest gotowy. Podawać na ciepło lub na zimno.

## NALEŚNIKI Z BANANAMI ZAPIEKANE

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 10 min.

6 bananów, 6 naleśników, 150 g masła, cukier puder, rum

**Ciasto na naleśniki (12 szt.): 100 g mąki, 2 jaja, 2 łyżki stopionego masła, łyżeczka do kawy cukru, mleko, sól**



Ciasto na naleśniki najlepiej przygotować 1 godz. wcześniej. Banany obsmażyć na maśle na wolnym ogniu tak, aby nie rumienić masła. Gdy zaczną mięknąć, posypać grubo cukrem pudrem, podlać trzema łyżkami rumu i wstawić do piekarnika. Polewać od czasu do czasu, aby pokryły się karmelem, gdyż od tego zależy jakość dania. Owinąć każdy banan naleśnikiem, ułożyć w płaskim naczyniu do zapiekania, posypać cukrem, skropić rumem i wstawić do piekarnika o temperaturze 200°C na ok. 10 min.  
Można przed podaniem dodatkowo podlać rumem i zapalić.

## GRUSZKI ZAPIEKANE W CIEŚCIE

Przygotowanie: 1 godz.

Zapiekanie: 45 min.



6—8 gruszek średniej wielkości (Dobra Ludwika), 100 g rodzynków, 2 łyżki rumu, cukier, masło

Ciasto: 500 g mąki, 200 g masła, 2 jaja, 60 g cukru, 1 łyżka wody, 12 g soli

Zagnieść ściśle ciasto kruche i odłożyć na 1 godz. w chłodne miejsce (najlepiej przygotować je dzień wcześniej). Gruszki obrać zostawiając ogonki, wydrążyć pestki i nappełnić rodzynkami namoczonymi w rumie, zalepić kawałkiem masła.

Ciasto rozwałkować na grubość 3 mm i pokrajać w kwadraty o wymiarach 12X12 cm. Pośrodku ustawić gruszkę, lekko posypać cukrem, podwinąć rogi do ogonka, zlepiając zręcznie brzegi ciasta; górę zalepić małym krążkiem nasadzonym przez ogonek. Posmarować ubitym jajkiem. Wstawić do piekarnika o temperaturze 250°C na 15 min., następnie zmniejszyć ogień do 200°C na kolejne 30 min. Podawać ciepłe, polane świeżą śmietanką.

# suflety i tarty





## SUFLET Z SZYNKĄ

Przygotowanie: 35 min.

Pieczenie: 50 min.



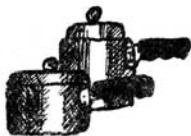
1 szklanka mleka, 50 g masła, 3 jaja, 100 g szynki, 50 g mąki, 100 g pieczarek, 1 łyżka mąki kartoflanej, sól, pieprz, gałka muszkatołowa

Szynkę bez tłuszczu drobno posiekać. Pieczarki — również posiekane — przesmażyć na maśle na ostrym ogniu, aby wyparowały wodę. Wymieszać z szynką i odstawić. Zagotować mleko z dodatkiem małej łyżeczki soli, pieprzem i gałką muszkatołową do smaku. W rondlu stopić masło, dodać 2 łyżki mąki i łyżkę mąki kartoflanej. Dokładnie wymieszać, aby nie było klusek, wlać mleko i mieszając zagotować. Odstawić. Wbić kolejno po jednym żółtku starannie mieszając, następnie dodać szynkę z pieczarkami. Ubić białka na sztywno i dodając po trochu do masy — delikatnie wymieszać. Wysmarowane tłuszczem naczynie do zapiekania wypełnić przygotowaną masą. Wstawić do gorącego piekarnika o temperaturze 200°C na 15 min. Gdy wierzch będzie lekko zrumieniony, przykryć folią aluminiową i piec dalej ok. 35 min.

## SUFLET Z PURÉE ZIEMNIACZANEGO

Przygotowanie: 10 min.

Zapiekanie: 25 min.



1 paczka purée ziemniaczanego (na 4 osoby), 400 g wody, 200 g mleka, 3 jaja, 1 łyżeczka masła, 100 g tartego sera, sól, pieprz

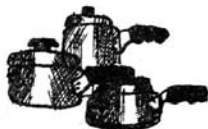
Przygotować purée. Na wrzącą wodę z mlekiem wrzucić zawartość torebki, mieszając intensywnie, dodać masło, sól i pieprz. Odsta-

wić. Dodać żółtka i  $\frac{3}{4}$  ilości sera, wymieszać. Ubić białka na sztywno i dodać do purée delikatnie mieszając. Wyłożyć do naczynia do zapiekania wysmarowanego masłem, posypać resztą sera. Wstawić do piekarnika o temperaturze 180°C na ok. 25 min. Podawać gorące, z surówką z kapusty.

## SUFLET CZEKOLADOWY

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 25 min.



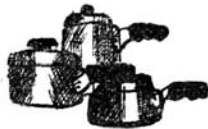
200 g bloku czekoladowego, 1 cukier waniliowy lub pół laski wanilii, 6 jaj, 40 g mąki ziemniaczanej, 120 g cukru, 10 g masła, 1 łyżka cukru pudru

Utartą czekoladę podgrzewać w kąpieli wodnej z odrobiną wody. Gdy się rozpuści, dodawać stopniowo po żółtku, wanilię i mąkę ziemniaczaną wymieszaną z cukrem ( $\frac{2}{3}$  ilości). Stałe mieszać, aby uniknąć klusek i grudek. Ubić białka na sztywno, dodając pod koniec stopniowo resztę cukru. Im lepiej ubije się pianę, tym doskonalszy będzie suflet. Do piany dodawać po łyżce czekoladę, delikatnie mieszając (czekolada powinna być przestudzona). Napełnić masą wysmarowane masłem naczynie do zapiekania. Wstawić do gorącego piekarnika (220°C) na ok. 25 min. Po wyjęciu posypać cukrem pudrem i natychmiast podawać.

## SUFLET CYTRYNOWY

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 15 min. — 25 min.



5 żółtek, 9 białek, 3 łyżki cukru pudru (2 do żółtek i 1 łyżka do białek), łyżka mąki ziemniaczanej (plaska), skórka otarta z 1 cytryny, łyżeczka soku z cytryny

Utrzeć żółtka z cukrem do białości. Dodać mąkę ziemniaczaną i skórkę cytrynową, wymieszać. Ubić białka z dodatkiem cukru tak, aby piana była sztywna. Delikatnie wymieszać obydwie masy. Do wysmarowanego masłem naczynia do zapiekania lub sześciu kokilek nałożyć przygotowaną masę i wstawić do piekarnika o temperaturze 200°C na ok. 15 min. — jeśli naczynia są małe lub na 20—25 min. jeśli większe.

## TARTA Z MIĘSEM (PASZTET W CIEŚCIE)

Przygotowanie: 45 min.

Pieczenie: do 1 godz.

Forma blaszana karbowana wysokości 3—4 cm, średnicy 24 cm.

**Ciasto kruche:** 300 g mąki, 150 g masła, 1 łyżeczka do kawy cukru, szczypta soli, szklanka wody; ewentualnie paczka ciasta mrożonego

**Farsz:** po 200 g mięsa wołowego, karkówki wieprzowej, wątróbek z drobiu, 2—3 jaja, 2 cebule, 2 łyżki zielonej pietruszki, sól, pieprz, tymianek, gałka muskatołowa do smaku



Przesianą mąkę wyrobić z masłem, dodając po troszeczku wodę, szczyptę soli i łyżeczkę cukru. Po wyrobieniu odłożyć ciasto na ok. 1 godz. Mięso przepuścić dwukrotnie przez maszynkę, wątróbki pokrajać nożem na małe kawałeczki, cebulę drobno posiekać. Wszystko wymieszać, dodając jajo i posiekaną pietruszkę. Doprawić do smaku solą, pieprzem, tymiankiem i utartą gałką muskatołową. Gdyby farsz był zbyt rzadki — a powinien być dosyć sprężysty — drugiego jajka nie dodawać. Dokładnie wymieszać. Formę posmarować cienko masłem i położyć krąg ciasta grubości 3 mm, tak, aby wystawał za brzegi. Włożyć farsz, przykryć krążkiem odpowiedniej wielkości, sklejąc krążki ubitym jajkiem. Zbędne ciasto obciąć (z tych resztek można zrobić ozdoby na wierzchu). Całość posma-

rować ubitym jajkiem i wstawić do piekarnika o temperaturze 230°C. Gdy ciasto ładnie się zrumieni, przykryć folią, zmniejszyć ogień do 180°C i piec 50 min. do 1 godz. Dobrze jest zrobić w środku otwór grubości ołówka; można wstawić rurczkę z papieru. Jest to rodzaj kominka, który zapobiega zbytniemu unoszeniu się ciasta.

Podawać na ciepło, z dodatkami takimi, jak kwaśna kapusta z oliwą i cebulą, sałatka z buraków ćwikłowych, estry sos pomidorowy. Można też połączyć potrawę stopionym masłem. Do potrawy tej podaje się wino — lekkie czerwone, wytrawne.

## SZYNKA W CIESCIE



Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: ok. 1 godz.

Forma jak wyżej

400 g sera ementalskiego, 1 paczka ciasta mrożonego lub ciasto jw., 6 plasterów szynki, jajo, 2 łyżki mąki

Półowę ciasta rozwałkować na grubość 3—4 mm i wyłożyć na formę lekko wysmarowaną oliwą i posypaną mąką. W środku ułożyć płyty szynki, posypać je drobno pokrajanym serem i tak na zmianę; brzegi na szerokość 1 cm zostawić wokoło wolne i posmarować ubitym jajkiem. Wykroić drugi krąg z ciasta i przykryć nim całość, lekko palcem przyciskając brzegi, aby je zlepić. Posmarować ubitym jaj-



kiem. Nożem ponakrawać wzór i wstawić do piekarnika o temperaturze 250°C. Po mniej więcej 30 min. zmniejszyć temperaturę do 200°C lub mniej. Dodatki mogą być jak wyżej.

### TARTA Z JABŁEK Z CYNAMONEM

Przygotowanie: ok. 1 godz.

Zapiekanie: ok. 1 godz.

**Ciasto:** 250 g mąki, 100 g masła, 30 g cukru, 1 jajko, sól, bardzo zimna woda (pół szklanki)

1 kg jabłek (antonówki, renety, bojkeny), 1 łyżeczka cynamonu, 2 jaja, 200 g śmietanki, 150 g cukru, cukier puder



Zagnieść ciasto ze wszystkimi dodatkami i zostawić w zimnym miejscu na ok. 30 min. Rozwałkować ciasto dwukrotnie i wyłożyć lekko posmarowaną formę, nakłuć widelcem w kilku miejscach. Jabłka obrać, usunąć pestki i pokrajać na 8 części. Ułożyć na cieście ciasno, posypać połową cynamonu zmieszanego z cukrem (1 łyżka). Wstawić do piekarnika o temperaturze 225° na 20 min. Wyjąć i polać śmietanką z ubitymi jajkami oraz resztą cukru i cynamonu. Wstawić ponownie do piekarnika na ok. 25 min. Po przestudzeniu posypać pudrem.

### TARTA Z JABŁEK PO ALZACKU

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: 45 min.

**Ciasto:** 250 g mąki, 125 g masła, 1 żółtko, zimna woda, sól

1 kg jabłek, 200 g śmietanki, 2 jaja, 75 g cukru, wanilia lub cukier wanilowy



Po wyrobieniu ciasta odłożyć je na 20 min. w zimne miejsce. Następnie rozwałkować i wyłożyć nim lekko posmarowaną masłem i posypaną mąką formę, ponakłuwać widelcem dno i ułożyć warstwę jabłek pokrajanych w ósemki, posypać lekko cukrem. Wstawić na ok. 25 min. do piekarnika o temperaturze 200°C, po czym wyjąć i zalać śmietanką wymieszaną z jajkami, cukrem i wanilią. Wstawić ponownie do piekarnika na 20 min. Potrawę podawać na gorąco, jako deser lub letnią kolację.

## TARTA Z KREMEM MIGDAŁOWYM

Przygotowanie: 30 min. (Ciasto przygotować 1 godz. wcześniej)

Zapiekanie: ok. 50 min.

**Ciasto wg proporcji jw.**

**Krem migdałowy:** 100 g masła, 100 g utartych migdałów, 100 g cukru, 1 jajko, 1 łyżka rumu, 1 łyżka mąki, 3 gruszki, 100 g cukru



Przygotować ciasto jw. i zostawić na 1 godz. w chłodnym miejscu. Następnie rozwałkować na grubość 4 mm i wyłożyć nim — wysmarowaną masłem i posypaną mąką — formę.

Gruszki obrane i bez pestek obgotować w syropie (100 g cukru i 1 szklanka wody), nie rozgotować. Odstawić do ostygnięcia. Utrzeć masło z cukrem i rozgniecionymi migdałami, dodać rum, a następnie rozbite jajko. Ucierać masę do białości i wtedy dodać mąkę. Krem rozsmarować na dnie ciasta. Połówki gruszek pokrajać w poprzek na plasterki i ułożyć w formie gwiazdy, lekko rozsuwając plasterki gruszki. Wstawić do gorącego piekarnika (220°C) na 45 min. Po ostudzeniu połączyć syropem przygotowanym z soku pozostałego po gotowaniu gruszek (odparowanego maksymalnie z wody).

## TARTA Z JEŻYŃ



Przygotowanie: 20 min. (1 godz. wcześniej)

Zapiekanie: ok. 30 min.

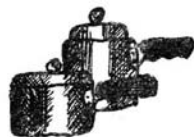
Forma — jedna duża lub 6—8 małych

**Ciasto:** 250 g mąki, 125 g masła, 75 g cukru, 1 jajko, szczypta soli

3 łyżki galaretki porzeczkowej, 750 g jeżyn

Masło utrzeć z cukrem, dodać jajko, wymieszać i dodać przesianą mąkę. Wyrobić rękami, aż ciasto będzie zupełnie gładkie, uformować w kulę i odłożyć na 1 godz. w zimne miejsce. Rozwałkować na grubość 0,5 cm i wyłożyć nim formę wysmarowaną masłem i posypaną mąką, zawijając w górę brzegi na wysokości 2 cm. Przykryć płatem folii, wypełnić owocami i wstawić do piekarnika o temperaturze 200°C. Po ok. 25 min. wyjąć z piekarnika, zdjąć ostrożnie owoce. Ciasto wyjąć i przestudzić. Posmarować galaretką i ułożyć ściśło jeżyny. Osobno podać świeżą lub ubitą śmietankę.

## TARTA ZE SLIWKAMI



Przygotowanie: 5 min. (Ciasto przygotować 1 godz. wcześniej)

Zapiekanie: 45 min.

**Ciasto:** 250 g mąki, 100 g masła, 1 żółtko, 1 łyżeczka cukru pudru, szczypta soli, zimna woda

750 g śliwek węgierek, cukier puder

Ciasto przygotować jw. i rozwałkować 2- lub 3-krotnie, za każdym razem składając je na połowę. Wypełnić nim formę wysmarowaną masłem i posypaną mąką. Śliwki podzielić na pół wzdłuż, wyjmując pestki. Formę z ciastem wstawić do piekarnika na 15 min. Po wyjęciu posypać ciasto cukrem pudrem i ułożyć ściśło połówki śliwek skórką do dołu. Wstawić ponownie do piekarnika o temperaturze

220°C. Po 20 min. posypać cukrem pudrem i piec jeszcze ok. 20 min. Po wyjęciu z piekarnika posypać lekko cukrem pudrem przez sitko.

## TARTA Z GRYSIKU LUB KASZY MANNY

Przygotowanie: 30 min.

Zapiekanie: ok. 1 godz.



**Ciasto:** 250 g mąki, 125 g masła, szczypta soli, 1 łyżka cukru, zimna woda  
4 szklanki mleka, 200 g grysiку (kaszy manny),  
2 jaja, 200 g cukru, wanilia (cukier wanilinowy),  
skórka cytrynowa, 125 g masła

Ciasto przygotować jw. i zostawić w chłodnym miejscu. Przygotować masę z grysiку: zagotować mleko i wsypać grysik. Mieszając gotować, póki nie będzie miękki. Zdjąć z ognia, dodać cukier, wanilię, skórkę otartą z cytryny lub pomarańczy, następnie masło i wbijać po jednym jajku. Formę wyłożyć ciastem, ponakłuwać widelcem i wylać na nią gorącą przygotowaną masę. Wstawić do piekarnika o temperaturze 200°C na 20—30 min., następnie zmniejszyć do ok. 180°C i piec, aż ciasto będzie upieczone. Podawać chłodne z sokiem.





## SPIS TRESCI

WSTĘP . . . . .	3
ZAPIEKANKI MIĘSNE . . . . .	11
Wołowina zapiekana I . . . . .	12
Wołowina zapiekana II . . . . .	12
Wołowina zapiekana z sardelami . . . . .	13
Kura z groszkiem zapiekana w cieście . . . . .	14
Zapiekanka z drobiem . . . . .	15
Królik w cieście zapiekany . . . . .	15
Zapiekane gicze cielęce . . . . .	16
Cielęcina zapiekana pod beszamelem . . . . .	17
Paszтет w cieście . . . . .	18
Gołębie zapiekane . . . . .	19
Cynaderki z wołowiną zapiekane w cieście . . . . .	20
Kotlety baranie zapiekane . . . . .	21
Baranina zapiekana po cypryjsku — mussaka . . . . .	21
Mussaka po grecku . . . . .	22
Baranina zapiekana z curry . . . . .	23
Mózgi zapiekane . . . . .	23
Mózgi zapiekane pod beszamelem . . . . .	24
Jajka zapiekane z szynką I . . . . .	25
Jajka zapiekane z szynką II . . . . .	25
Szynka zapiekana I . . . . .	26
Szynka zapiekana II . . . . .	27
Zapiekanka francuska . . . . .	27
Pory zapiekane z szynką i jajami . . . . .	28

Pory zapiekane z szynką . . . . .	28
Zapiekanka pikardyjska . . . . .	29
Zapiekanka na sposób hiszpański . . . . .	29
<b>ZAPIEKANKI Z JAJ I JARZYN</b> . . . . .	<b>31</b>
Moskiewska solanka zapiekana . . . . .	32
Zielonka zapiekana z warzyw . . . . .	32
Zapiekanka jarzynowa po rosyjsku . . . . .	33
Zapiekana cykorja . . . . .	33
Zapiekane szparagi . . . . .	34
Zapiekanka macedońska . . . . .	35
Zapiekanka jarzynowa z wędzonką . . . . .	35
Faszerowana kapusta po rosyjsku — zapiekana . . . . .	36
Kapusta faszerowana na sposób francuski — zapiekana . . . . .	36
Zapiekane ziemniaki ze śmietaną . . . . .	37
Ziemniaki zapiekane po bretońsku . . . . .	37
Faszerowane ziemniaki — zapiekane . . . . .	38
Ziemniaki pod beszamelem . . . . .	38
Zapiekanka z ziemniaków z rybą . . . . .	39
Zapiekanka z utartych ziemniaków . . . . .	39
Zapiekanka z ziemniaków po flamandzku . . . . .	40
Ziemniaki zapiekane po lionńsku . . . . .	40
Ziemniaki zapiekane z wędliną . . . . .	41
Zapiekanka sabaudzka . . . . .	41
Ziemniaki zapiekane z ziołami . . . . .	42
Ziemniaki zapiekane inaczej I . . . . .	43
Ziemniaki zapiekane inaczej II . . . . .	43
Matafan . . . . .	44
Jaja zapiekane z rokpołem . . . . .	44
Jaja zapiekane ze szpinakiem . . . . .	45
Jaja pod beszamelem ze szpinakiem . . . . .	45
Jaja mollet zapiekane pod beszamelem . . . . .	46
Jaja po baskijsku . . . . .	46
Jaja zapiekane z krewetkami . . . . .	47
Pomidory zapiekane z jajkami . . . . .	47
Szpinak zapiekany z boczkiem . . . . .	48

Naleśniki ze szpinakiem zapiekane . . . . .	48
Naleśniki z ziemniakami zapiekane . . . . .	49
Naleśniki faszerowane — zapiekane . . . . .	49
Płacek ze szpinakiem . . . . .	50
Zapiekanka inieśno-szpinakowa . . . . .	51
Zapiekanka ze szpinaku I . . . . .	51
Zapiekanka ze szpinaku II . . . . .	52
Makaron zapiekany z szynką i z grzybami . . . . .	52
Kluski zapiekane z farszem . . . . .	53
Zapiekanka neapolitańska . . . . .	54
Spaghetti zapiekane . . . . .	54
Makaron zapiekany z anchois . . . . .	55
Zapiekanka z ryżem po grecku . . . . .	55
Zapiekanka z porów po japońsku . . . . .	56
Zapiekanka z porów . . . . .	56
Pory zapiekane po flamandzku . . . . .	57
Tarta z porów w beszamelu . . . . .	57
Zapiekanka z cukini i ryżu . . . . .	58
Zapiekanka bałkańska . . . . .	58
Zapiekanka z cukini I . . . . .	59
Zapiekanka z cukini II . . . . .	60
Dynia zapiekana I . . . . .	60
Dynia zapiekana II . . . . .	61
Kabaczki faszerowane — zapiekane . . . . .	61
Bakłażany zapiekane z ryżem i jajami . . . . .	62
Bakłażany zapiekane z białym serem . . . . .	63
Zapiekanka z bakłażanów . . . . .	63
Kalafior zapiekany . . . . .	64
Ogórki zapiekane w śmietanie . . . . .	64
Ogórki zapiekane inaczej . . . . .	65
Zapiekanka z pieczarek po prowansalsku . . . . .	65
Pieczarki zapiekane . . . . .	66
Zapiekanka z rokpolem . . . . .	66
Cebule faszerowane — zapiekane . . . . .	67
Zupa cebulowa zapiekana . . . . .	67
Zapiekanka z czerwonym winem . . . . .	68

Zupa serowa . . . . .	69
Pizza neapolitanska . . . . .	69
<b>ZAPIEKANKI Z RYB</b> . . . . .	<b>71</b>
Ryba zapiekana z pieczarkami . . . . .	72
Karp zapiekany . . . . .	72
Ryby zapiekane z ziołami . . . . .	73
Zapiekanka z ryb wędzonych . . . . .	74
Filety z dorsza zapiekane . . . . .	74
Ziemniaki zapiekane z sardelami . . . . .	75
Dorsz zapiekany . . . . .	75
Zapiekanka z ryby (w całości) . . . . .	76
Dorsz zapiekany z pomidorami I . . . . .	76
Dorsz zapiekany z pomidorami II . . . . .	77
Dorsz zapiekany po baskijsku . . . . .	77
Dorsz zapiekany po bretońsku . . . . .	78
Dorsz zapiekany z fasolą . . . . .	78
Węgorz zapiekany . . . . .	79
Zapiekanka z płastugi . . . . .	79
Miętus zapiekany po prowansalsku . . . . .	80
Ryba z pieczarkami w kokilkach . . . . .	81
Kraby, raczki, krewetki, mule zapiekane pod beszamelem . . . . .	81
Zapiekanka z krabów i krewetek . . . . .	82
<b>ZAPIEKANKI SŁODKIE</b> . . . . .	<b>83</b>
Zapiekanka z gruszek . . . . .	84
Placek z naleśników zapiekany w folii . . . . .	84
Jabłka zapiekane w cieście I . . . . .	84
Jabłka zapiekane w cieście II . . . . .	85
Naleśniki z bananami zapiekane . . . . .	85
Gruszki zapiekane w cieście . . . . .	86
<b>SUFLETY I TARTY</b> . . . . .	<b>87</b>
Suflet z szynką . . . . .	88
Suflet z purée ziemniaczanego . . . . .	88

Suflet czekoladowy . . . . .	89
Suflet cytrynowy . . . . .	89
Tarta z mięsem (pasztet w cieście) . . . . .	90
Szynka w cieście . . . . .	91
Tarta z jabłek z cynamonem . . . . .	92
Tarta z jabłek po alzacku . . . . .	92
Tarta z kremem migdałowym . . . . .	93
Tarta z jeżyn . . . . .	94
Tarta ze śliwkami . . . . .	94
Tarta z grysiku lub kaszy manny . . . . .	95

Cena zł 15,—



ISBN 83-225-0028-9