



Elektroniczna Książka Kucharska Garybulgary.pl

[Przepis 1 „Warzywny gar”](#)

[Przepis 2 „Piersi kurczaka z pieczarkami”](#)

[Przepis 3 „Schab z pieczarkami”](#)

[Przepis 4 „Golonka ”](#)

[Przepis 5 „Kurczak pieczony w garnku”](#)

[Przepis 6 „Duszona cielęcina”](#)

[Przepis 7 „Karkówka z cebulą”](#)

[Przepis 8 „Wieprzowina z warzywami”](#)

[Przepis 9 „Udka z ryżem”](#)

[Przepis 10 „Pęczak z warzywami ”](#)

[Przepis 11 „Warstwowa zapiekanka mięsna”](#)

[Przepis 12 „Faszerowana papryka”](#)

[Przepis 13 „Żeberka słodko-kwaśne”](#)

[Przepis 14 „Musaka”](#)

[Przepis 15 „Gjuwecz”](#)

[Przepis 16 „Łopatka wieprzowa zapiekana z żółtym serem”](#)

[Przepis 17 „Karkówka zapiekana z topionym serem”](#)

[Przepis 18 „Mięso mielone w glinianym garnku”](#)

[Przepis 19 „Korona z żeberek”](#)

[Przepis 20 „Udka pieczone z ziemniakami..](#)

[Przepis 21 „Ziemniaki z mięsem w liściach..](#)

[Przepis 22 „Wątróbka z bazylią..](#)

[Przepis 23 „Żeberka z kapustą kiszoną“](#)

Przepis 1 „Warzywny gar”

Składniki:

2 średnie cebule, 3 bakłażany, 3 średnie cukinie, 5 pomidorów, 3 czerwone papryki, 6 łyżek oliwy, 10 dag żółtego sera, bułka tarta (2-3 łyżki) sól.

Przygotowanie:

Cukinie i bakłażany kroimy w krążki o grubości 5 mm, solimy i odstawiamy. Oddzielnie smażymy cukinię i bakłażany, po usmażeniu, w tym samym oleju podsmażamy cebulę pokrojoną w piórka, paprykę pokrojoną w paski i pomidory w postaci talarków. (dalej zwane farszem) Warzywa układamy w garnku warstwami: Bakłażany, Farsz Cukinia, Farsz, Między każdą z warstw kładziemy żółty ser a ostatnią posypujemy bułką tartą. Wkładamy do uprzednio rozgrzanego piekarnika (150 – 180 stopni). Można podawać z sosem jogurtowym.

Przepis 2 „Piersi kurczaka z pieczarkami”

Składniki:

2-3 podwójne piersi z kurczaka, 2 szklanki bulionu, 1 szklanka ryżu, 1 stołowa łyżka masła, 10 dag selera, 30 dag pieczarek, 2 małe ostre papryczki chilli, pieprz czarny i sól.

Przygotowanie:

Na słabym ogniu gotujemy ryż w 2 szklankach bulionu. (15 minut) Pokrojony w kostkę seler dusimy na maśle, dodajemy pieczarki i papryczki pokrojone w plasterki. Tak przygotowane składniki wrzucamy do garnka i następnie dodajemy surową pierś z kurczaka pokrojoną w kostkę. Wszystko dokładnie mieszamy. Pieczemy 40 minut.

Przepis 3 „Schab z pieczarkami”

Składniki:

1 kg schabu pokrojonego w plastry, 50 dag pieczarek, 1 szkl. białego wina, 1 bulionu z cytryną, 1 szkl. mąki, 30 dag sera topionego, 20 dag śmietany. Pieprz i sól do smaku.

Przygotowanie:

Schab rozbijamy, przyprawiamy solą i pieprzem. Następnie obtaczamy w mące. Kroimy grzyby i serek topiony w plastry. Na dno garnka układamy mięso na nim grzyby i na końcu serek topiony, wszystko zalewamy śmietaną zmieszaną z winem. Garnek wstawiamy do rozgrzanego piekarnika (150 – 180) na 1,5 godziny.

Przepis 4 „Golonka ”

Składniki:

2-3 golonki, 1 szklanka białego wina lub bulionu przyprawionego cytryną, 5-6 ząbków czosnku, 3 cebule, 5-6 marchewek, 1 seler, 5-6 większych pieczarek, 3-4 ziarna ziela angielskiego, sól i pieprz.

Przygotowanie:

Do garnka wkładamy golonkę naciętą wzdłuż kości. Następnie dodajemy wszystkie warzywa pokrojone w większą kostkę. Przyprawiamy. Wlewamy wino lub bulion. Gar wkładamy do piekarnika i pieczemy w temp. 180 – 200 stopni do momentu aż mięso zacznie odchodzić od kości. Podajemy z ryżem albo puré

Przepis 5 „Kurczak pieczony w garnku”

Składniki:

1 kurczak, 4 cebule, 3 pomidory, mogą być konserwowe. 1 łyżka oleju, 2 ząbki czosnku, pół szklanki mleka.

Przygotowanie:

Mieszamy ze sobą czosnek, sól pieprz i olej. Kroimy kurczaka na porcje i smarujemy go wcześniej przygotowaną mieszanką. Do garnka wkładamy kurczaka i pomidory bez skórki pokrojone w talarki, cebulę pokrojoną w krążki, dodajemy sól i mleko, przyprawiamy pieprzem. Wkładamy do piekarnika rozgrzanego do 180 – 200 stopni i pieczemy.

Przepis 6 „Duszona cielęcina”

Składniki:

80 dag cielęciny, 3-4 łyżki oleju, 3 marchewki, 6 ziemniaków, 2 cebule, 1 główka czosnku, 1 szklanka białego wina lub bulionu, pieprz, sól.

Przygotowanie:

Mięso kroimy na kawałki i obsmażamy aż się zrobi różowe, wyjmujemy i w tym samym oleju podsmażamy cebulę, dodajemy z powrotem mięso, wlewamy wino lub bulion, dodajemy jedną szklankę wody. Dusimy 10 – 15 minut. Do garnka wkładamy mięso, pokrojone w większą kostkę ziemniaki i marchew. Dodajemy czosnek, pieprz i sól. Pieczemy w garnku w piekarniku rozgrzanym do 150 stopni.

Przepis 7 „Karkówka z cebulą”

Składniki:

1 kg karkówki. 5-6 większych cebul, przyprawy do smaku. 2 łyżki oleju. ½ szklanki wody.

Przygotowanie:

Karkówkę kroimy, rozbijamy, przyprawiamy i odstawiamy na pół godziny. Cebulę kroimy w talarki. Do garnka wlewamy olej i układamy warstwami karkówkę i cebulę, tak aby górną warstwę stanowiła cebula. Wstawiamy do nierozgrzanego piekarnika. Początkowo ustawiamy temperaturę na 200 stopni, po 40 -45 minutach zmniejszamy do 170 stopni i dalej pieczemy.

Przepis 8 „Wieprzowina z warzywami”

Składniki:

60 dag mięsa wieprzowego, 70 dag ziemniaków, 10 dag marchwi, 2 główki cebuli, 150 g ogórków kiszonych – składnik ten nie jest konieczny, 2-3 listki laurowe, 4 papryki, 5-6 ziaren pieprzu, natka pietruszki, olej.

Przygotowanie:

Wszystko (prócz pietruszki) kroimy w większą kostkę, wkładamy do garnka, przyprawiamy. Wlewamy 2/3 szklanki wody. Wkładamy do piekarnika na 2 godziny. 1-sza godzina - 200 – 220 stopni, 2-godzina – 150 stopni. Podajemy posypując wcześniej pietruszką.

Przepis 9 „Udka z ryżem”

Składniki:

4-6 udek. Szklanka ryżu, 2 szklanki wody, 4 cebule, 4 pomidory, mogą być z puszki, sól, pieprz.

Przygotowanie:

Kurczaka przyprawiamy solą i pieprzem. Cebulę kroimy w drobną kostkę. Do garnka wkładamy na dno cebulę i udka.

Wkładamy do rozgrzanego do 200 stopni piekarnika na 40 -50 minut. Jeśli po 30 minutach cebula jest jeszcze twarda a z mięsa nie wyciekł tłuszcz należy dodać pół szklanki wody. Czekamy aż cebula osiągnie „papkowatą” konsystencję i wtedy dodajemy szklankę ryżu, szklankę wody i przyprawiamy solą oraz pieprzem. Należy dopilnować aby ryż był w wodzie a udka na wierzchu. Po 20 min. dodajemy pomidory pokrojone w kostkę. Pieczemy jeszcze 10 minut. Tak samo postępujemy z wieprzowiną, tylko pomidory dajemy od razu i pieczemy dłużej, dodając 1 szkl. wodę więcej.

Przepis 10 „Pęczak z warzywami ”

Składniki:

1 szklanka kaszy pęczak, 2 średnie cukinie, 2 szklanki wody, 1 czerwona papryka, 2 pomidory, sól, pieprz, olej, 1 ząbek czosnku, natka pietruszki, 0,5kg pieczarek, por lub cebula.

Przygotowanie:

Cukinie kroimy w grube plastry, solimy i odstawiamy na pół godziny. Do garnka kroimy cebulę lub pora, pomidora i paprykę w grubszą kostkę lub plastry, dodajemy cukinie i wszystko mieszamy, przyprawiając pieprzem i dolewając olej. Wkładamy do piekarnika na 40 minut. Po tym czasie dodajemy opłukany pęczak, pietruszkę i wodę. Jeszcze raz mieszamy i próbujemy czy wszystko ma odpowiedni smak. Po kolejnych 40 minutach wyłączamy piekarnik.

Przepis 11 „Warstwowa zapiekanka mięsna”

Składniki:

6 ugotowanych ziemniaków, 50 dag mięsa mielonego, 2 jajka, 4 łyżki mąki, sól, pieprz, 2 ząbki czosnku, 10 dag sera feta, starty ser (2-3 łyżki).

Przygotowanie:

Połowę ziemniaków kroimy w plasterki i układamy na dnie garnka. Pozostałe ziemniaki ścieramy na tarce i mieszamy z mięsem, posiekanym ząbkiem czosnku, przyprawami, solą i pieprzem. To wszystko rozkładamy na pokrojonych ziemniakach. Z mąki, jajka i fety robimy łączymy ze sobą i mieszamy do otrzymania jednolitej konsystencji i układam na mięsie, posypujemy serem i pieczemy 40-50 minut w 180 stopniach.

Przepis 12 „Faszerowana papryka”

Dotyczy garnków o pojemności powyżej 5 litrów

Składniki:

7 papryk, 0,5kg mięsa mielonego, 3 duże cebule, 1 szklanka ryżu, sól, pieprz, olej, 1 szklanka wody (do ryżu), papryka słodka, 1 szklanka wody (do garnka), 1 pomidor, mąka, koncentrat pomidorowy.

Przygotowanie:

2 cebule kroimy w kostkę i zeszkliwiamy na patelni. Dodajemy ryż i przez 1-2 minuty podsmażamy, dodając 1 szkl. wody, wyłączamy i czekamy aż ryż napęcznieje. Myjemy paprykę, oczyszczamy z nasion i solimy. Kiedy ryż ostygnie, dodajemy mięso, przyprawiamy. Jeżeli chcemy, żeby farsz był bardziej pulchny, dodajemy wodę. Paprykę zapełniamy farszem. Na dnie gara układamy pokrojoną cebulę i na niej układamy papryki. Na czubku każdej układamy kawałek pomidora i zalewamy garnek wodą. Wkładamy do piekarnika na 1.5-2 godziny w temperaturze 180 stopni. Sprawdzamy jak słony jest sos. Do garnka dolewamy wodę z mąką. Można też dodać ketchup.

Przepis 13 „Żeberka słodko-kwaśne”

Składniki:

1-1,2 kg żeberek wieprzowych, sok wyciśnięty z 2 pomarańczy lub ocet jabłkowy, 3 łyżeczki miodu lub cukru, 3 łyżeczki musztardy najlepiej francuskiej, 4 łyżki oleju, 4 łyżki przyprawy do żeberek, 2 rozgniecione ząbki czosnku lub sosu typu chilli, sól do smaku.

Przygotowanie:

Żeberka umyć, pokroić na porcje. W garnku wymieszać wszystkie składniki marynaty oraz żeberka i wymieszać. Wstawić do lodówki na dobę. Piec 1,5 godziny w temperaturze 170 stopni. C.

Przepis 14 „Musaka”

Składniki:

500 g mięsa mielonego, 1 kg ziemniaków, 1 główka cebuli, 2-3 stołowe łyżki oleju, 1-2 pomidory zamiennie z ½ puszki krojonych pomidorów, 1 łyżeczka papryki, czosnek, ½ łyżeczka cząbr, pieprz i sól do smaku, ½ szkl. wody.

Składniki zalewy:

2 jajka, 200g jogurtu naturalnego, 2 łyżki mąki, soda oczyszczona, pietruszka.

Przygotowanie:

Na rozgrzanym oleju podsmażamy posiekaną w kostkę cebulkę oraz wyciśnięty czosnek. Dodajemy mięso mielone, dokładnie mieszamy. Dopraviamy solą, pieprzem, papryką oraz cząbrem. Gdy mięso już się zarumieni dodajemy pokrojone pomidory. Dusimy około 10 minut. Ziemniaki obieramy i kroimy w większą kostkę. Następnie należy pokryć ściany garnka cienką warstwą oleju. Ziemniaki i zawartość patelni mieszamy ze sobą w naczyniu glinianym i dodajemy ½ szkl. ciepłej wody, tak aby pokryć nią ziemniaki. Wstawiamy garnek do piekarnika na 200 stopni i zapiekamy przez 40 minut. Przygotowujemy zalewę, która musi „odležec” minimum 30 minut. Po 40 minutach zapiekania do garnka wlewamy zalewę i równomiernie ją rozprowadzamy. Zapiekamy przez kolejne 10-15 minut bez przykrytki.

Przepis 15 „Gjuwecz”

Składniki:

500 g łopatki wieprzowej pokrojonej w większą kostkę, 2 cebule pokrojone w kostkę, 1 duży bakłażan (lub 2 mniejsze), 3 pomidory (lub pomidory z puszki), 1 papryka pokrojona w mniejszą kostkę, 4 ząbki czosnku, olej, sól, pieprz, 5 ziemniaków pokrojonych w ćwiartki, 3 marchewki pokrojone w większe kawałki.

Przygotowanie:

Bakłażany kroimy w kostkę, solimy i odstawiamy na 20 min. Na patelni obsmażamy kawałki mięsa z każdej strony. Dodajemy do nich cebulę i czosnek, a następnie pomidory (najlepiej z puszki wraz z sokiem). Pokrojoną paprykę, marchewkę i ziemniaki wstawiamy do garnka glinianego. Przyprawiamy do smaku. Dodajemy przysmażone mięso wraz z warzywami. Następnie smażymy bakłażany w niewielkiej ilości oleju około 2 minut i dodajemy je do garnka glinianego. Zalewamy 1/2 szklanki wody i zapiekamy w temperaturze 200 stopni C aż mięso będzie miękkie, a bakłażany zaczną się rozplýwać (około 1 i 1/2 godziny)

Przepis 16 „Łopatka wieprzowa zapiekana z żółtym serem”

Składniki:

1 kg. łopatki wieprzowej, 1 kg ziemniaków, 4-5 ząbki czosnku, 200gr żółtego sera (może być też pleśniowy), 1 szkl. białego wina, natka pietruszki, pieprz(dużo) i sól.

Przygotowanie:

Ziemniaki obieramy i kroimy w grubsze talarki, a mięso w grubą kostkę. W garnku układamy warstwami ziemniaki i mięso, przy czym każdą warstwę doprawiamy pieprzem, solą, startym czosnkiem i serem. Na koniec zalewamy winem, dodając 1 szkl. ciepłej wody. Zapiekamy 2 godz. w temperaturze 200 stopni C. Gotowe danie ozdabiamy pietruszką.

Przepis 17 „Karkówka zapiekania z topionym serem”

Składniki:

1kg karkówki, 250 gr. jogurtu naturalnego, 200 gr. topionego sera, 350 gr pieczarek, 1 papryka, 1 cebula, 2-3 łyżki oleju, 1/4 opakowania masła, cząber(lub inne przyprawy) pieprz.

Przygotowanie:

Masa warzywno-jogurtowa: warzywa kroimy w małą kostkę, dodajemy jogurt, olej, masło, wodę (taka sama ilość co wody) i przyprawiamy do smaku. Mięso kroimy w kostkę wielkości pudełka od zapalek, a ser w mniejszą kostkę. W garnku układamy warstwami mięso, na nim ser, w taki sposób, że przekładamy każdą warstwę warzywno-jogurtową masą. Zapiekamy 2-2,5 godz. w temperaturze 200 stopni. C.

Przepis 18 „Mięso mielone w glinianym garnku”

Składniki:

1 kg mięsa mielonego, 5 łyżek bułki tartej, 5 ogórków kiszonych drobno pokrojonych, 250 gr. pieczarek marynowanych pokrojonych w paski, 3 jajka, 300 ml mleka, 5 ziemniaków startych na grubszych oczkach tarki, starty żółty ser, pieprz, sól i natka pietruszki.

Przygotowanie:

Wszystkie składniki mieszamy, wkładamy do garnka glinianego, na wierzch dajemy masło i ser. Zapiiekamy w piekarniku, na średnim ogniu.

Przepis 19 „Korona z żeberek”

Składniki:

2 jak najdłuższe paski żeberek, pieprz, ziele angielskie, listek laurowy, 6 ziemniaków, 1 cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, smalec do wysmarowania garnka.

Składniki nadzienia: mięso z łopatki (jak na kotlety mielone), 2- 3 łyżki mąki pszennej.

Przygotowanie:

Żeberka gotować w przyprawach przez 50 minut. Wystudzić, połączyć przy pomocy nici i utworzyć z żeberek koło. Mięso z łopatki posiekać, przyprawić i następnie wyrobić. Ściany garnka natłuścić smalcem. Cebulę pokroić w piórka. Ziemniaki obrać, pokroić na pół, obłożyć wkoło ścianek garnka na przemian z cebulą, tak żeby powstała wolna przestrzeń w środku garnka. Koronę z żeberek włożyć do garnka, wypełnić farszem, wygładzić. Piekarnik rozgrzać do 150 stopni. Piec dwie godziny, stopniowo podnosząc temperaturę do 220 stopni C. Wyłożyć na talerz jak tort.

Przepis 20 „Udka pieczone z ziemniakami,,

Składniki:

4 udka, 6 ziemniaków, 1/2 szkl. oleju, 3 łyżki musztardy, 2 łyżki miodu, 3 ząbki czosnku, 2 łyżki ziół prowansalskich, ostra papryka, sól, pieprz.

Przygotowanie:

Umyj udka, obierz ziemniaki, pokrój je w ćwiartki, czosnek obierz i przeciśnij przez praskę. Musztardę, miód, czosnek, olej i przyprawy wymieszaj. Do garnka włóż udka i ziemniaki, polej marynatą, przykryj i wstaw do lodówki na 5-6 godzin.

Nagrzewaj piekarnik do temp. 200 stopni, wstaw garnek i piecz 1,5 godziny.

Przepis 21 „Ziemniaki z mięsem w liściach,,

Składniki:

1/2 kg ziemniaków, 1/2 kg mieszanego mięsa mielonego, jajko, kulka mozzarelli, kapusta pekińska, sól, pieprz, bazylia, oregano, majeranek, chili, 2 ząbki czosnku, 1/2 cebuli, olej.

Przygotowanie:

Ziemniaki pokrój w plastry, podgotuj około 7-10 min. Cebulę i czosnek posiekaj, mozzarellę pokrój i wymieszaj z mięsem, jajkiem i przyprawami. Na dnie garnka ułóż liście kapusty tak, by wystawały. Ułóż 1/2 ziemniaków, na nich umieść mięsny farsz, pokryj go pozostałą częścią ziemniaków i przykryj kapustą. Posmaruj olejem i piecz około 1 godz. w 200 stopniach C.

Przepis 22 „Wątróbka z bazylią,,

Składniki:

80 dag wątróbki drobiowej, garść świeżej bazylii, 3 ząbki czosnku, szkl. majonezu, 1/2 szkl. wody + 1/2 kostki bulionu, 1 duża cebula, pieprz i sól ,ewentualnie 1/4 szkl. mleka i 1 łyżka mąki.

Przygotowanie:

Na dnie garnka wkładamy pokrojoną w piórka cebulę, na nią umytą i pokrojoną na 1/2 wątróbkę przypraw, posyp bazylią i zalej majonezem zmieszanym z powstałym bulionem oraz przeciśniętym czosnkiem. Wstaw do piekarnika,nagrzanego do 200 stopni i piecz 1 godz. i 15 min., parę razy mieszając. Jeśli po 1 godz. jest dużo płynu to trzeba zagęścić mąką rozrobioną z mlekiem.

Przepis 23 „Żeberka z kapustą kiszoną“

Składniki:

1 kg żeberka, 1 kg kapusty, 2 cebule, pokrojone w kostkę, 2 łyżeczki słodkiej papryki, 1 łyżeczkę papryki ostrej, sól, pieprz .

Przygotowanie:

300 ml ciepłej wody łączymy z kostką bulionową oraz ze zmielonym kminkiem. Żeberka porcjujemy tak, żeby w każdym kawałku znajdowały się po 2 żeberka, przyprawiamy solą i pieprzem, a następnie odstawiamy na 3-4 godziny do lodówki, w tym samym czasie kapustę moczymy w wodzie. Podsmażamy żeberka z 2 stron (4-5 minut) i wstawiamy je do garnka. Na tym samym tłuszczu podsmażamy cebulkę, dodajemy słodką i ostrą paprykę, dalej smażymy, dodajemy kapustę i jeszcze 4-5 min., smażymy,po czym wszystko dodajemy do garnka, zalewając następnie bulionem. Na koniec całą zawartość mieszamy. Wstawiamy do piekarnika nagrzanego do 200 stopni C i pieczemy przez 2 godziny (jeśli trzeba to na 2 godz. 20 minut).

GARYBULGARY.PL



SMACZNEGO!