Kulinarne tradycje Zamojszczyzny

Zamość 2023

Zadanie pn. "Kulinarne tradycje Zamojszczyzny" sfinansowano ze środków pozyskanych
przez Stowarzyszenie od Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego
w ramach Programu KULTURA LUDOWA I TRADYCYJNA 2023,
Narodowego Instytutu Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego
w ramach Rządowego Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich NOWE FIO
na lata 2021-2030 i Fundacji PGE.

Materiały i zdjęcia wykorzystane w publikacji pochodzą od KGW biorących udział w projekcie
oraz ze strony internetowej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Lubelskiego w Lublinie
i Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

Wydawca:

ŚZŻAK OKRĘG ZAMOŚĆ

Światowy Związek Żołnierzy Armii Krajowej Okręg Zamość

ISBN: 978-83-970082-0-5

Skład, druk, oprawa:

ATTYLA s.j.

Drukarnia ATTYLA s.j.
22-400 Zamość, ul. Partyzantów 61, tel. 84 639 12 13
www.attyla.eu

Przedmowa

Szanowni Państwo,

z ogromną przyjemnością oddaję w Państwa ręce publikację, która stanowi podsumowanie zrealizowanego przez Światowy Związek Żołnierzy Armii Krajowej Okręg Zamość projektu pn. „Kulinarne tradycje Zamojszczyzny".

Zadanie zostało sfinansowane ze środków pozyskanych przez Stowarzyszenie od Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego w ramach Programu KULTURA LUDOWA I TRADYCYJNA 2023, Narodowego Instytutu Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego w ramach Rządowego Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich NOWE FIO na lata 2021-2030 oraz Fundacji PGE.

Projekt pn. „Kulinarne tradycje Zamojszczyzny" był kontynuacją dotychczasowych działań ŚZŻAK Okręg Zamość na rzecz zachowania tradycyjnej kultury ludowej i jej popularyzowania. Koncentrował się na promocji potraw i produktów regionalnych jako jednych z najważniejszych elementów dziedzictwa kulturowego.

Celem projektu było upowszechnianie naszej tradycyjnej, regionalnej kuchni, wyjątkowych smaków i przepisów przekazywanych z pokolenia na pokolenie. Uczestnikami zadania były Koła Gospodyń Wiejskich z terenu czterech powiatów Zamojszczyzny, lokalni twórcy oraz wszyscy zainteresowani kulturą i tradycją ludową. Głównym jego elementem była organizacja festynów promujących regionalną kuchnię, połączonych z konkursem kulinarnym na najlepszą potrawę i najlepsze ciasto.

Cieszę się, że nasze przedsięwzięcie spotkało się z dużym zainteresowaniem. Do projektu zgłosiło się ponad dwadzieścia Kół z terenu powiatu: biłgorajskiego, hrubieszowskiego, tomaszowskiego i zamojskiego. Wszystkim Kołom Gospodyń Wiejskich w imieniu Zarządu oraz członków ŚZŻAK O/Z serdecznie dziękuję za przyjęcie zaproszenia i aktywny udział w projekcie.

W wydawnictwie znajdą Państwo przesłane przez KGW materiały dotyczące ich działalności oraz przepisy popisowych potraw, ciast, specjałów, w tym „smaków dzieciństwa", które niejednokrotnie królowały na stołach naszych babć, prababć. W publikacji obok przepisów na tradycyjne smaki naszego regionu, korzystając ze strony Urzędu Marszałkowskiego Województwa Lubelskiego oraz Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi, zawarliśmy przydatne, podstawowe informacje na temat Listy Produktów Tradycyjnych województwa lubelskiego oraz procedury uzyskania wpisu na Listę. Zachęcam do zapoznania się z publikacją życząc miłej lektury.

Zarząd i członkowie ŚZŻAK Okręg Zamość składają serdeczne podziękowania wszystkim uczestnikom, zwłaszcza Kołom Gospodyń Wiejskich, członkom lokalnych Stowarzyszeń i zespołom ludowym za przyjęcie naszego zaproszenia i aktywny udział w całym projekcie.

Szczególne podziękowania kierujemy do ekspertów, członków komisji konkursu kulinarnego Pani Marioli Tymochowicz, Pani Marzeny Bury i Pana Piotra Huszcza za poświęcony czas, zaangażowanie w prace komisji i wyłonienie zwycięzców „Kulinarnych tradycji Zamojszczyzny".

Podziękowania za pomoc i wsparcie projektu kierujemy również do wszystkich partnerów, zarówno tych wspierający nas przy organizacji dwóch festynów eliminacyjnych, jak i partnerów festynu finałowego, którymi byli: Stowarzyszenie Rozwoju Lokalnego Zamojszczyzna, OSiR w Zamościu, Gmina Werbkowice, Gminny Ośrodek Kultury w Werbkowicach, Gmina Turobin, Gminna Biblioteka w Turobinie. Dziękujemy także lokalnej firmie KaBa Wood z Turobina za ufundowanie dodatkowych nagród dla KGW. Dziękujemy wszystkim za okazane wsparcie i zaangażowanie w realizację projektu.

Szczególne podziękowania kierujemy do podmiotów, które wsparły nasz projekt, a bez których finansowej pomocy nie byłaby możliwa jego realizacja. Jeszcze raz wspólnie dziękujemy Ministerstwu Kultury i Dziedzictwa Narodowego, Narodowemu Instytutowi Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego i Fundacji PGE.

Zapraszamy Państwa do współpracy!

Sławomir Zawiślak

Prezes ŚZŻAK O/Z
Poseł na Sejm RP

Kim „jesteśmy"

Nasi przodkowie w szeregach Armii Krajowej walczyli o wolną i niepodległą Polskę, a następnie w listopadzie 1989 r. założyli Światowy Związek Żołnierzy Armii Krajowej Okręg Zamość z zadaniem krzewienia postaw patriotycznych i etosu Armii Krajowej. Dziś my społecznicy, zrzeszeni w Związku kontynuujemy ich dzieło, przywołując prawdę historyczną o najnowszej historii Polski, troszcząc się o przyszłość naszej Ojczyzny. Podejmowaliśmy i podejmujemy zdecydowane działania także w kierunku obrony godności i dobrego imienia Armii Krajowej i Jej żołnierzy, walki o prawdę historyczną, także opieki nad członkami Związku. Zacieśnianie więzi koleżeńskiej między żołnierzami AK, ich rodzinami i młodym pokoleniem Polek i Polaków, badanie, utrwalanie i rozpowszechnianie najnowszej historii Polski, tradycji i dziedzictwa ideowego AK, opieka nad Miejscami Pamięci Narodowej, czy wreszcie organizowanie licznych projektów patriotycznych, to nasz obowiązek wynikający z szacunku do pokoleń Polaków, którzy walczyli o niepodległą Rzeczpospolitą.

Rozpoczęcie oficjalnej działalności naszego Okręgu to początek 1990 roku. Od tego czasu powstawały na terenie jego działalności Koła Rejonowe, byli przyjmowani nowi członkowie, w tym Weterani AK, którzy nie mieli szans na uznanie ich działalności konspiracyjnej za czasów PRL. Systematycznie rozbudowywano m.in. kalendarz uroczystości i innych patriotycznych projektów realizowanych ku pamięci odrzuconych przez ustrój komunistyczny bohaterów - żołnierzy AK. Przy organizacji obchodów wszystkich wydarzeń Związek starał się zawsze współpracować także i dzisiaj z wszystkimi życzliwymi instytucjami rządowymi i samorządowymi, oraz organizacjami pozarządowymi. Bardzo ważne jest i było dla członków Związku wsparcie Kościoła, władz rządowych i samorządowych, Wojska Polskiego, Policji, organizacji niepod-

ległościowych, jednostek oświatowych, sponsorów, mediów, osób fizycznych itp. Dzięki takim wspólnym przedsięwzięciom cele naszego Związku są osiągane efektywniej poprzez dotarcie do szerokiej grupy społeczeństwa.

ŚZŻAK aktualnie skupia w swoich szeregach niewielką już ilość Weteranów – żołnierzy AK. Jest to proces naturalny i nieunikniony. Przewidując taką kolej rzeczy, Weterani, założyciele Związku wprowadzili do Statutu ŚZŻAK zapis umożliwiający wstąpienie w jego szeregi tym, którzy nie mając uprawnień kombatanckich, chcą bezinteresownie podjąć pracę patriotyczną. Właśnie na tzw. Młode Pokolenie, następców Weteranów – żołnierzy AK we współczesnej działalności patriotycznej liczą władze naszej pozarządowej organizacji. W strukturach organizacyjnych ŚZŻAK Okręg Zamość funkcjonuje kilkusetosobowa grupa członków nadzwyczajnych i zwyczajnych niebędących żołnierzami AK, chętnie społecznie pracująca na rzecz realizacji celów statutowych Związku. Tak więc to właśnie Młode Pokolenie staje się następcą, kontynuatorem przekazywania kolejnym pokoleniom etosu Armii Krajowej i działalności Polskiego Państwa Podziemnego.

Członkowie naszego związku zrzeszeni są w 21 Kołach Rejonowych, które funkcjonują na terenie powiatu zamojskiego, biłgorajskiego, hrubieszowskiego, tomaszowskiego, części krasnostawskiego oraz lubaczowskiego.

Nasz zamojski Okręg według wielu należy do grupy najaktywniejszych jednostek ŚZŻAK funkcjonujących na terenie kraju. Świadczą o tym m.in. przyznane nam zaszczytne wyróżnienia i osiągane rezultaty pracy.

W czasie blisko trzydziestoletniej działalności Związku jego członkowie cały czas dbają o upamiętnianie miejsc walk i męczeństwa. Budują nowe pomniki, fundowane często tak jak pomnik AK Inspektoratu Zamość usytuowany w Zamościu przy ul. Partyzantów, z dobrowolnych składek członków ŚZŻAK naszego Okręgu oraz dzięki pomocy patriotycznych sponsorów. W ostatnich latach organizowano coraz liczniejsze uroczystości, podejmowano nowe inicjatywy m.in. produkcja filmów dokumentalnych, działalność wydawnicza, organizowanie inscenizacji historycznych itp.

Bardzo ważnym zadaniem, jakie postawił przed sobą Okręg była także działalność oświatowa, praca z młodzieżą. W celu umożliwienia poznania przez młodzież najnowszej historii Polski, historii AK nasz Związek stale organizuje – we współpracy ze szkołami - spotkania Weteranów z młodzieżą. W kwietniu 2009 r. zostało podpisane porozumienie o współpracy pomiędzy Lubelskim Kuratorem Oświaty a ŚZŻAK Okręg Zamość. Realizując to porozumienie Zarząd ŚZŻAK Okręg Zamość, mając na uwadze szersze za-

interesowanie młodzieży szkolnej tematyką związaną z AK, podjął decyzję o zorganizowaniu konkursu historycznego „Wspomnienia o żołnierzach SZP-ZWZ-AK Inspektoratu Zamość oraz ich powojenne losy", skierowanego do uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych. Do chwili obecnej przeprowadzono już 14 edycji konkursu.

Ważną dla naszej działalności instytucją jest Muzeum Historyczne Inspektoratu Zamojskiego AK im. S. Prusa ps. „Adam" w Bondyrzu w którym zgromadzone są liczne i cenne eksponaty związane z historią AK w naszym regionie. Będące własnością naszego Okręgu w/w Muzeum, które rozpoczęło swoją działalność – staraniem śp. Jana Sitka – w 1972 roku, utrzymywane jest przez nasz Okręg. Obecnie prowadzone społecznie przez syna założyciela, jest odwiedzane przez licznych pasjonatów historii. Dzięki staraniom władz Okręgu i pomocy pozyskanych sponsorów zostały przeprowadzone bardzo poważne prace remontowe starego budynku, dobudowano nowy piętrowy obiekt oraz unowocześniono wystawę muzealiów. Jest to jedyne muzeum o takim charakterze na terenie Zamojszczyzny, zapewne jedno z nielicznych w kraju, które powinno i będzie rozszerzać swoją działalność.

Cały czas wszyscy członkowie naszego Związku, w miarę swoich możliwości, aktywnie działają na rzecz realizacji celów statutowych. Ich zaangażowanie jako grupy osób, które dodatkowo z chęcią służą radą i wszelkiego rodzaju pomocą przynosi wiele pozytywnych efektów a pośród nich jest m.in. reaktywacja jak dotąd kilku naszych Kół Rejonowych. Cieszy, że wspólnie angażując w naszej pracy także jako Młode Pokolenie w Związku, organizujemy także spotkania z nielicznymi już niestety Weteranami, występujemy z wnioskami awansowymi, wnioskami o nadania medali lub odznaczeń, pomagamy w kompletowaniu wniosków o zapomogi dla kombatantów.

Zakorzenieni w regionie działamy m.in. na rzecz edukacji i patriotycznego wychowania młodzieży, rozwijamy słuszne obywatelskie inicjatywy, opiekujemy się Weteranami AK, pielęgnujemy miejsca pamięci narodowej. Podejmowaliśmy i podejmujemy zdecydowane działania w kierunku obrony godności i dobrego imienia AK i Jej żołnierzy, walki o prawdę historyczną, także opieki nad członkami Związku. Organizujemy uroczystości, inscenizacje historyczne, nagrywamy filmy, wydajemy książki, inicjujemy konkursy i inne projekty skierowane między innymi do młodzieży, seniorów oraz Kół Gospodyń Wiejskich. Wszystkie działania wykonujemy na rzecz lokalnej społeczności nieodpłatnie.

Jednym z ważniejszych naszych osiągnięć jest ustanowienie w ostatnim okresie – za zgodą MSWiA, MON i wreszcie Prezydenta RP śp. Lecha Kaczyńskiego – Odznaki „Za zasługi

dla ŚZŻAK Okręg Zamość", którą decyzją Prezydium Zarządu uhonorowano już zasłużonych członków Związku oraz liczne osoby, które w sposób szczególny zasłużyły się naszemu Związkowi różnego rodzaju pomocą. Pośród odznaczonych są przedstawiciele Kościoła, WP, samorządowcy, nauczyciele, sponsorzy itp.

Charakter naszej organizacji jest otwarty a Statut ŚZŻAK umożliwia przynależność do organizacji nowych członków. Jeśli tradycja i dziedzictwo ideowe Armii Krajowej są bliskie Waszemu sercu, a w kręgu zainteresowań znajdują się ochrona prawdy historycznej i troska o losy naszej Ojczyzny, w tym podtrzymywanie etosu Armii Krajowej zapraszamy do współpracy.

Zapraszamy do kontaktu:
Prezes ŚZŻAK O/Z Poseł Sławomir Zawiślak, tel. 501 589 888
e-mail: akzam@o2.pl

Z naszą dotychczasową, bogatą działalnością można się zapoznać poprzez stronę internetową https://akzamosc.pl/
oraz Facebooka https://www.facebook.com/SZZAKZamosc.

Wykaz obecnie działających Kół Rejonowych:
Biłgoraj – Prezes Tomasz Książek – tel. 691 757 198, ksiazektomasz@wp.pl
Dołhobyczów – Prezes Wojciech Kryszczuk – tel. 514 090 578
Gorzków – Prezes Zbigniew Żurek – tel. 606 751 439, zbigniewzurek@onet.pl
Grabowiec – Prezes Jan Lisiuk – tel. 84 651 24 49
Hrubieszów – Prezes Kamila Maślanka – tel. 721 728 812, kamilaiza@wp.pl
Józefów – Prezes Andrzej Wojtyło – tel. 601 259 059, andrzejwojyo@wp.pl
Komarów – Prezes Jerzy Marucha – tel. 793 449 844
Łabunie – Prezes Edward Karchut – tel. 84 616 21 71
Mircze – Prezes Maria Małek – 639 551 632, gmalek24@wp.pl
Narol – Prezes Marian Świętojański – tel. 601 461 877, m.swiety@vp.pl
Stary Zamość – Prezes Wiesław Smyk – tel. 691 411 443
Skierbieszów – Prezes Mariusz Adamczuk – tel. 729 875 678
Szczebrzeszyn – Prezes Andrzej Skiba – tel. 604 900 150, ski.andrzej@wp.pl
Tomaszów Lubelski – Prezes Lucyna Rebizant – tel. 600 199 322
Trzeszczany – Prezes Irena Olszewska – tel. 514 584 311
Tyszowce – Prezes Teresa Opalska – tel. 783 967 470
Uchanie – Prezes Andrzej Jaroszyński – tel. 507 693 838
Ulhówek – Prezes Adam Hytryniewicz – tel. 606 491 930
Zamość – Marian Derkacz – tel. 607 825 484
Zwierzyniec – Krzysztof Dawid – tel. 502 234 461, dawidkrzysiek134@gmail.com
Żółkiewka – Jan Mróz – tel. 666 222 219

Koła planowane do reaktywacji: Krasnobród, Kraśniczyn, Nielisz, Rudnik, Sitno, Telatyn, Werbkowice.

Światowy Związek Żołnierzy Armii Krajowej Okręg Zamość
siedziba: ul. Partyzantów 3/31
22-400 Zamość

PRZEKAŻ SWÓJ 1,5% NA DZIAŁALNOŚĆ STATUTOWĄ ŚZŻAK Z PRZEZNACZENIEM DLA OKRĘGU ZAMOŚĆ

NR KRS: 0000113420

PAMIĘTAJ ŻEBY JAKO CEL SZCZEGÓŁOWY PODAĆ: "z przeznaczeniem na funkcjonowanie ŚZŻAK Okręg Zamość"

Wspieraj działalność naszego Związku oraz utrzymanie Muzeum Historycznego Inspektoratu Zamojskiego AK im. Stanisława Prusa „Adama" w Bondyrzu, które jest dostępne bezpłatnie dla wszystkich odwiedzających.

PROŚBA O WSPARCIE DZIAŁALNOŚCI

Jeśli chcielibyście Państwo wesprzeć naszą bieżącą działalność i przyszłe projekty uprzejmie informujemy, że istnieje możliwość wpłacenia darowizny na nasz Związek:

Światowy Związek Żołnierzy Armii Krajowej Okręg Zamość
ul. Partyzantów 3, 22-400 Zamość

Nr KRS: 0000077818

Nr rachunku:
Bank Spółdzielczy w Izbicy 10 9610 0002 2007 0032 3385 0001

Tytułem:
na działalność statutową stowarzyszenia

Kulinarne tradycje Zamojszczyzny

Projekt sfinansowano ze środków Narodowego Instytutu Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego w ramach Rządowego Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich NOWEFIO na lata 2021-2030 oraz Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego w ramach Programu KULTURA LUDOWA I TRADYCYJNA 2023 i Fundacji PGE. Partnerzy zadania: samorządy lokalne, Stowarzyszenie Rozwoju Lokalnego Zamojszczyzna.

Projekt skierowany był do Kół Gospodyń Wiejskich z terenu czterech powiatów Zamojszczyzny, lokalnych twórców oraz wszystkich zainteresowanych kulturą i tradycją ludową. Główną ideą zadania była popularyzacja naszej tradycyjnej, regionalnej kuchni, wyjątkowych smaków i przepisów przekazywanych z pokolenia na pokolenie. Przekazywane z pokolenia na pokolenie umiejętności, wiedza i doświadczenie służące produkcji, gromadzeniu i przetwarzaniu żywności są znakiem regionalnej i narodowej odrębności. Stanowią zatem nasze dziedzictwo, tak samo jak zabytki, obrzędy, zwyczaje czy język.

Projekt był kontynuacją dotychczasowych działań Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej Okręg Zamość w zakresie zachowania tradycyjnej kultury ludowej i jej popularyzowania. Koncentrował się na potrawach i produktach regionalnych jako jednym z najważniejszych działów kultury tradycyjnej. Był rezultatem realizowanego wcześniej przez Związek projektu pn. „Koło Kultury 2020-2021". Głównym celem zadania była popularyzacja dotychczasowych dokonań KGW i poddanie ich ocenie, z wnioskiem o wpis najlepiej ocenionych potraw na listę produktów regionalnych jako efektem końcowym.

Głównym elementem projektu była organizacja trzech festynów promujących regionalną kuchnię, połączonych z konkursem kulinarnym: dwa eliminacyjne (powiaty – biłgorajski i zamojski oraz hrubieszowski i tomaszowski) oraz jeden festyn finałowy.

W eliminacjach w każdej z kategorii konkursowej (najlepsza potrawa i ciasto regionalne) wybranych zostało po pięć zwycięskich Kół, które zostały zakwalifikowane do festynu finałowego w Zamościu. Dla trzech najwyżej ocenionych Kół w finale w każdej kategorii przewidziane były nagrody rzeczowe i pomoc ekspertów w opracowaniu wniosków o wpis na listę produktów regionalnych województwa lubelskiego.

Konkurs kulinarny zakończył się wyłonieniem najlepszej potrawy i ciasta regionalnego.

Wydarzenie miało charakter otwarty i bezpłatny.

W ramach realizacji projektu powstała publikacja prezentująca potrawy i produkty konkursowe oraz ich wystawców.

W niedzielę, 3 września 2023 r. na terenie boiska sportowego przy Zespole Szkół w Turobinie odbył się I Festyn dla Kół Gospodyń Wiejskich w ramach realizowanego przez Światowy Związek Żołnierzy AK Okręg Zamość projektu pn. "Kulinarne tradycje Zamojszczyzny". Pierwsze spotkanie zostało zorganizowane dla Kół Gospodyń Wiejskich z terenu powiatu biłgorajskiego i zamojskiego. Wydarzeniu towarzyszył kiermasz lokalnych produktów i specjałów przygotowanych przez Koła Gospodyń Wiejskich do degustacji. W ramach projektu został przeprowadzony Konkurs kulinarny w dwóch kategoriach: najlepsza potrawa regionalna i najlepsze ciasto regionalne.

Do udziału w konkursie kulinarnym I Festynu eliminacyjnego w Turobinie zgłosiły się: Koło Gospodyń Wiejskich Tokary, Koło Gospodyń Wiejskich Czernięcin Główny, Koło Gospodyń Wiejskich Jarosławiec Centrum, Koło Gospodyń Wiejskich Frampol, Koło Gospodyń Wiejskich Gródki, Koło Gospodyń Wiejskich Olszanka, Koło Gospodyń Wiejskich Sochy.

Podczas wydarzenia została zaprezentowana twórczość ludowa Kół Gospodyń Wiejskich z terenu Zamojszczyzny oraz zespołów ludowych.

Komisja konkursowa kolejno odwiedzała stoiska i oceniała przygotowane przez Koła regionalne potrawy i ciasta. W składzie komisji byli m.in.: dr hab. prof. UMCS Pani Mariola Tymochowicz – etnolog i kulturoznawca oraz Pani Marzena Bury – pracownik Muzeum Narodowego w Lublinie (kustosz, nauczyciel muzealny).

Oceny potraw dokonała Komisja, która oceniała potrawy m.in. pod względem smaku, związku z tradycją regionalną, estetyki podania, użycia tradycyjnych produktów oraz przyrządzenie według tradycyjnych metod i receptur. Jury nie miało łatwego zadania.

I festiwal eliminacyjny zakończył się wyłonieniem najlepszej potrawy i ciasta regionalnego dla KGW z powiatu biłgorajskiego i zamojskiego.

Zwycięzcy konkursu kulinarnego na najlepszą potrawę regionalną:

I miejsce – KGW Tokary za łupcie z kaszą gryczaną, grzybami, olejem lnianym na kapuście kiszonej
II miejsce – KGW Czernięcin Główny za pierogi z kaszą gryczaną i serem
III miejsce – KGW Jarosławiec Centrum za pierogi z kaszą jaglaną miodem i serem
IV miejsce – KGW Frampol za łupcie
V miejsce – KGW Gródki za kaczkę pieczoną z kaszą, kopytkami, kluskami z dyni i grzybami

Komisja przyznała wyróżnienie dla KGW Olszanka za zupę grzybowo-gryczaną oraz KGW Sochy za pierogi z soczewicą.

Zwycięzcy konkursu kulinarnego na najlepsze ciasto regionalne:

I miejsce – KGW Frampol za ciasto jaglane
II miejsce – KGW Gródki za sernik malinowy
III miejsce – KGW Olszanka za „grzybki"
IV miejsce – KGW Sochy za ciasto „rarytas"
V miejsce – KGW Czernięcin Główny za makowiec z jabłkami

Wyróżnienie otrzymały KGW Jarosławiec Centrum – za śmietanowiec i KGW Tokary za „niebiański sernik".

Zwycięskie Koła otrzymały nagrody rzeczowe, w postaci kociołków elektrycznych, chochel do zup oraz dyplomów pamiątkowych. Wyróżnione Koła otrzymały komplet sztućców Gerlach oraz dyplomy. Pozostali uczestnicy otrzymali dyplomy i upominki za uczestnictwo.

Podczas eliminacji udzielane były porady ekspertów dotyczące przygotowania produktów regionalnych zgodnie z ich pierwotną recepturą, sposobem wykonania, jak też i podania.

Ponadto Stowarzyszenie bezpłatnie przekazało uczestnikom festiwalu oraz gościom, turystom licznie zgromadzonym na niedzielnym wydarzeniu „Śpiewnik Pieśni Oddziałów Partyzanckich Zamojszczyzny".

W podsumowaniu i wręczeniu nagród zwycięzcom oraz uczestnikom festiwalu wzięli udział Prezes ŚZŻAK O/Z Poseł Sławomir Zawiślak, członek Zarządu SRL Zamojszczyzna Wojciech Adamczyk – jednocześnie Łowczy Okręgowy, Przewodniczący Zarządu Okręgu Zamość Polskiego Związku Łowieckiego oraz Wójt Gminy Turobin Andrzej Kozina.

Wydarzeniem towarzyszącym był koncert zespołów ludowych, wystąpiła m.in. Kapela Turobińska. W trakcie występów miała miejsce wspólna zabawa, tańce uczestników oraz biesiada z degustacją potraw regionalnych przygotowanych przez Koła Gospodyń Wiejskich.

W niedzielę, 17 września br. w miejscowości Kotorów, gm. Werbkowice na terenie Zagrody Wandalskiej odbył się II Festyn dla Kół Gospodyń Wiejskich w ramach realizowanego przez Światowy Związek Żołnierzy AK Okręg Zamość projektu pn. „Kulinarne tradycje Zamojszczyzny".

Partnerzy wydarzenia w Kotorowie: Gmina Werbkowice, Gminny Ośrodek Kultury w Werbkowicach, Stowarzyszenie Rozwoju Lokalnego Zamojszczyzna.

II Festyn eliminacyjny został zorganizowany dla Kół Gospodyń Wiejskich z terenu powiatu hrubieszowskiego i tomaszowskiego. Wydarzeniu towarzyszył kiermasz lokalnych produktów i specjałów przygotowanych przez Koła Gospodyń Wiejskich do degustacji. W ramach projektu został przeprowadzony Konkurs kulinarny. Koła, które przystąpiły do konkursu rywalizowały ze sobą w dwóch kategoriach: najlepsza potrawa regionalna i najlepsze ciasto regionalne.

Do udziału w konkursie kulinarnym II Festynu eliminacyjnego w Kotorowie zgłosiły się: Koło Gospodyń Wiejskich Wilków „Orliki", Koło Gospodyń Wiejskich w Sahryniu „Aktywny Sahryń", Koło Gospodyń Wiejskich „Maki"

w Podlodowie, Koło Gospodyń Wiejskich Żerniki, Koło Gospodyń Wiejskich Siemierz, Koło Gospodyń Wiejskich Dyniska, Koło Gospodyń Wiejskich „Pukarzowianki", Koło Gospodyń Wiejskich Modryń Kolonia, Koło Gospodyń Wiejskich „Kobiety z pasją" w Kotorowie, Koło Gospodyń Wiejskich Ubrodowice, Koło Gospodyń Wiejskich Gozdów, Koło Gospodyń Wiejskich w Konopnem „Wesołe Konopielki", Koło Gospodyń Wiejskich Podhorce „Odlotowe Agentki", Koło Gospodyń Wiejskich „Magiczne Babki" Łysa Góra.

II Festyn eliminacyjny zakończył się wyłonieniem najlepszej potrawy i ciasta regionalnego dla KGW z powiatu hrubieszowskiego i tomaszowskiego.

Najlepsza potrawa regionalna:

I miejsce – KGW w Sahryniu „Aktywny Sahryń" barszcz grzybowy z kaszą manną
II miejsce – KGW „Pukarzowianki" za pierogi z miętą
III miejsce – KGW Modryń-Kolonia za podpłomyki z burakiem cukrowym
IV miejsce – KGW Żerniki za sokolaki podawane z mięsem
V miejsce – KGW Podhorce „Odlotowe Agentki" za golonkę pieczoną w musztardzie

Komisja przyznała wyróżnienie dla KGW „Kobiety z pasją" w Kotorowie „pasztet z dziczyzny" oraz KGW Gozdów „kaczkę po zamojsku".

Najlepsze ciasto regionalne:

I miejsce – KGW Ubrodowice za ciasto amoniakowe „Aniołek"
II miejsce – KGW „Maki" w Podlodowie za makowiec inaczej
III miejsce – KGW „Wesołe Konopielki" w Konopnem za miodownik
IV miejsce – KGW Wilków „Orliki" za karpatkę z nutą malinową
V miejsce – KGW „Magiczne Babki" Łysa Góra za sernik z dynią

Wyróżnienie otrzymało KGW w Siemierzu za ciasto „śliwkowiec".

Zwycięskie Koła otrzymały pamiątkowe dyplomy oraz zestawy nagród rzeczowych, składających się kolejno na: I miejsce – garnki Gerlach czarne, komplet patelni z nakrywką, pojemnik na ciasto, komplet pojemników, czajnik i akcesoria kuchenne; II miejsce – kociołek żeliwny, gęsiarka, zestaw garnków, pojemnik na ciasto; III miejsce – zestaw garnków, naczynia ceramiczne z podgrzewaczem, zestaw patelni, pojemnik na ciasto; IV miejsce – garnek żeliwny, zestaw garnków, pojemnik na ciasto; V miejsce – zestaw garnków, szklane naczynie okrągłe z podgrzewaczem, pojemnik na ciasto. Wyróżnione Koła otrzymały zestawy garnków. Pozostali uczestnicy otrzymali dyplomy i upominki za uczestnictwo.

W podsumowaniu i wręczeniu nagród zwycięzcom oraz uczestnikom festiwalu wzięli udział Prezes ŚZŻAK O/Z Poseł Sławomir Zawiślak, oraz członkowie i sympatycy Związku: Wojciech Adamczyk – Kanclerz Akademii Zamojskiej, Radosław Maksymowicz – Wiceprezes Stowarzyszenia Rozwoju Lokalnego Zamojszczyzna.

Wydarzeniem towarzyszącym był koncert zespołów ludowych, w tym kapeli podwórkowej STAH, działającej przy GOK w Werbkowicach. W trakcie występów miała miejsce wspólna zabawa, tańce uczestników oraz biesiada z degustacją potraw regionalnych przygotowanych przez Koła Gospodyń Wiejskich.

W sobotę, 23 września br. na Rynku Wielkim w Zamościu odbył się festyn finałowy dla Kół Gospodyń Wiejskich w ramach realizowanego przez Światowy Związek Żołnierzy AK Okręg Zamość projektu pn. „Kulinarne tradycje Zamojszczyzny".

Partnerami wydarzenia byli: Stowarzyszenie Rozwoju Lokalnego Zamojszczyzna i Ośrodek Sportu i Rekreacji w Zamościu.

W eliminacjach, w każdej z kategorii konkursowej (najlepsza potrawa i ciasto regionalne), wybrano najlepsze KGW, które zostały zakwalifikowane do kolejnego etapu – festynu finałowego w Zamościu. Na podsumowaniu projektu dla trzech najwyżej ocenionych Kół w każdej kategorii oprócz przyznanych nagród rzeczowych przewidziana była pomoc ekspertów w opracowaniu wniosków o wpis na listę produktów regionalnych województwa lubelskiego.

W festynie finałowym uczestniczyły: Koło Gospodyń Wiejskich w Sahryniu „Aktywny Sahryń", Koło Gospodyń Wiejskich Siemierz, Koło Gospodyń Wiejskich „Pukarzowianki", Koło Gospodyń Wiejskich Modryń Kolonia, Koło Gospodyń Wiejskich Ubrodowice, Koło Gospodyń Wiej-

skich w Konopnem „Wesołe Konopielki", Koło Gospodyń Wiejskich w Tokarach, Koło Gospodyń Wiejskich w Czernięcinie Głównym, Koło Gospodyń Wiejskich Jarosławiec Centrum, Koło Gospodyń Wiejskich we Frampolu, Koło Gospodyń Wiejskich w Gródkach, Stowarzyszenie Rozwoju Miejscowości Deszkowice Drugie "Więź Pokoleń".

Głównym punktem festynu finałowego był konkurs kulinarny: na najlepszą potrawę regionalną i najlepsze ciasto regionalne. Komisja konkursowa w składzie: przewodniczący Piotr Huszcz – członek Zarządu Stowarzyszenia Lubelskich Kucharzy, pasjonat kuchni tradycyjnej i regionalnej, dr hab. prof. UMCS Mariola Tymochowicz – etnologa i kulturoznawcę, Marzena Bury – pracownik Muzeum Narodowego w Lublinie, kolejno odwiedzała stoiska i oceniała przygotowane przez Koła regionalne potrawy i ciasta. Oceniano potrawy m.in. pod względem smaku, ich związku z tradycją regionalną, estetyką podania, użycia tradycyjnych produktów oraz przyrządzenie według tradycyjnych metod i receptur. Wszystkie potrawy i ciasta przygotowane były z niezwykłą starannością i prezentowały się bardzo smakowicie.

Festyn finałowy podsumowujący projekt pn. „Kulinarne tradycje Zamojszczyzny" dla KGW z czterech powiatów Zamojszczyzny zakończył się wyłonieniem najlepszej potrawy i ciasta regionalnego.

Najlepsza potrawa regionalna:

I miejsce – KGW Tokary za „Łupcie z kaszą gryczaną w kapuście kiszonej z grzybami"
II miejsce – KGW Modryń-Kolonia za „Jabczankę z suszu z ziemniakami i makiem"
III miejsce – KGW Pukarzowianki za „Zawijańce z tartych ziemniaków"

Komisja przyznała dwa wyróżnienia w kategorii potrawa regionalna dla KGW Sahryń za „Barszcz grzybowy" oraz Stowarzyszenia Rozwoju Miejscowości Deszkowice II „Więź pokoleń" za „Kulaszę".

Najlepsze ciasto regionalne:

I miejsce – KGW Czernięcin Główny za „Ciasto drożdżowe przekładane serem i jabłkami"
II miejsce – KGW Frampol za „Ciasto jaglak"
III miejsce – KGW Gródki za „Sernik z malinami"

Komisja w kategorii ciasto regionalne przyznała 4 wyróżnienia, które otrzymały KGW Ubrodowice za „Ciasto Aniołek", KGW Konopne za „Miodownik", KGW Jarosławiec Centrum za „Śmietaniak", KGW Siemierz za „Śliwkowiec".

Uroczyste wręczenie nagród odbyło się z udziałem przedstawicieli Kół Gospodyń Wiejskich na zamojskiej scenie. Na początku wszystkim KGW zostały wręczone drobne upominki i pamiątkowe dyplomy za udział w projekcie. Następnie zwycięskie Koła otrzymały pamiątkowe dyplomy oraz zestawy kuchennych nagród rzeczowych, składających się m.in. z: kompletu sztućców Gerlach, zestawów obiadowych, kompletu szklanego z Krosna, kamienia do pizzy, zestawu stolnicy i wałka, stojaka na przyprawy, kawiarki, rękawic kuchennych, obieraczki do warzyw i owoców, kompletu karafek i szklanek, zestawów różnych garnków, zestawów kieliszków.

Wyróżnione Koła otrzymały zestaw składający się ze stolnicy, wałka i garnków. Dodatkowo lokalna firma KaBa Wood z Turobina, zajmująca się m.in. wyrobami drewnianymi, ufundowała dla wyróżnionych KGW drewniane deski kuchenne.

Serdecznie gratulujemy Laureatkom, a wszystkim finalistom i uczestnikom dziękujemy za udział.

W podsumowaniu i wręczeniu nagród zwycięzcom oraz uczestnikom festiwalu finałowego podsumowującego projekt pn. „Kulinarne tradycje Zamojszczyzny" udział wzięli Prezes ŚZŻAK O/Z Poseł Sławomir Zawiślak, Wiceprezes ŚZŻAK O/Z Marian Derkacz, członek Związku a także Wiceprezes Stowarzyszenia Rozwoju Lokalnego Zamojszczyzna Radosław Maksymowicz, członek SRL Zamojszczyzna Mo-

nika Kosecka oraz eksperci: Piotr Huszcz, dr hab. prof. UMCS Mariola Tymochowicz, Marzena Bury.

Wydarzeniem towarzyszącym podsumowaniu był koncert zespołów ludowych: Zespołu Pieśni i Tańca „Zamojszczyzna", Kapeli Turobińskiej, Zespołu Koromysło oraz Kapeli Yana Gisawy.

Dzięki możliwości wystawienia własnych stanowisk Koła i lokalni twórcy zyskali dodatkową możliwość promowania swojej działalności.

W trakcie występów miała miejsce wspólna zabawa, tańce oraz biesiada z degustacją potraw regionalnych przygotowanych przez Koła Gospodyń Wiejskich.

Podczas finału udzielane były porady ekspertów dotyczące przygotowania produktów regionalnych zgodnie z ich pierwotną recepturą, sposobem wykonania i podania, jak też warunków jakie należy spełnić aby dana potrawa została wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych.

Lista Produktów Tradycyjnych

Czym jest Lista Produktów Tradycyjnych (LPT)?

Lista Produktów Tradycyjnych to oficjalny, krajowy rejestr prowadzony przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Znajdują się na niej produkty rolne, spożywcze i inne. Podstawą wpisu na Listę Produktów Tradycyjnych jest tradycja wytwarzania, wynosząca co najmniej 25 lat oraz szczególna i niepowtarzalna jakość związana z metodami produkcji, które gwarantują wyjątkowe cechy i właściwości otrzymanego wyrobu. Lista Produktów Tradycyjnych służy zbieraniu i rozpowszechnianiu informacji związanych z wytwarzaniem produktów tradycyjnych. Produkty te stanowią element dziedzictwa kulturowego regionu, w którym są wytwarzane i są częścią tożsamości społeczności lokalnej. Produkty tradycyjne nierozerwalnie wiążą się z danym regionem, są przygotowywane według przepisów przekazywanych z pokolenia na pokolenie, przepisów naszym mam i babć. Lista ma również pogłębić wiedzę konsumentów na temat tradycyjnej żywności i polskiego dziedzictwa kulturowego, a przy tym zwiększyć zainteresowanie podobnymi produktami.

Podstawowe informacje o procedurze uzyskania wpisu

Lista Produktów Tradycyjnych prowadzona jest przez Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Wnioski o wpis na Listę Produktów Tradycyjnych należy składać do Marszałka Województwa Lubelskiego. Marszałek województwa sprawdza wniosek o wpis na Listę pod względem spełnienia wymogów formalnych oraz dokonuje oceny w zakresie spełnienia przez produkt rolny, środek spożywczy lub napój spirytusowy wymagań, których dotyczy wniosek. Pozytywnie zweryfikowane wnioski przesyłane są do Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi, które następnie dokonuje wpisu na Listę. Z wpisem produktu na LPT nie jest związana żadna opłata.

Produkt można zgłosić do jednej z następujących kategorii:

- Sery i inne produkty mleczne
- Mięso świeże oraz produkty mięsne
- Produkty rybołówstwa, w tym ryby
- Orzechy, nasiona, zboża, warzywa i owoce (przetworzone i nie)
- Wyroby piekarnicze i cukiernicze
- Oleje i tłuszcze (masło, margaryna itp.)
- Miody

WZÓR
WNIOSEK O WPIS NA LISTĘ PRODUKTÓW TRADYCYJNYCH

I. Dane wnioskodawcy[1)]

1. Nazwa lub imię i nazwisko:

2. Siedziba i adres lub miejsce zamieszkania i adres:

3. Adres do korespondencji:

Telefon:	
Faks:	
E-mail:	

II. Opis produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju spirytusowego

1. Nazwa produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju spirytusowego:

[1)] Zgodnie z art. 47 ustawy z dnia 9 marca 2023 r. o rejestracji i ochronie nazw pochodzenia, oznaczeń geograficznych oraz gwarantowanych tradycyjnych specjalności produktów rolnych i środków spożywczych, win lub napojów spirytusowych oraz o produktach tradycyjnych (Dz. U. z 2023 r., poz. 588) z wnioskiem o wpis produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju spirytusowego na listę produktów tradycyjnych mogą wystąpić osoby fizyczne, osoby prawne oraz jednostki organizacyjne nieposiadające osobowości prawnej wytwarzające dany produkt rolny, środek spożywczy lub napój spirytusowy.

2. Rodzaj produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju spirytusowego:

Należy zaznaczyć krzyżykiem rodzaj, do którego należy produkt rolny, środek spożywczy lub napój spirytusowy.

1.	Sery i inne produkty mleczne	
2.	Mięso świeże oraz produkty mięsne	
3.	Produkty rybołówstwa, w tym ryby	
4.	Orzechy, nasiona, zboża, warzywa i owoce (przetworzone i nie)	
5.	Wyroby piekarnicze i cukiernicze	
6.	Oleje i tłuszcze (masło, margaryna itp.)	
7.	Miody	
8.	Gotowe dania i potrawy	
9.	Napoje (alkoholowe i bezalkoholowe)	
10.	Inne produkty	

3. Charakterystyka produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju spirytusowego:

Wygląd (zewnętrzny i na przekroju)	
Kształt (zewnętrzny i na przekroju)	
Wielkość	
Barwa (zewnętrzna i na przekroju)	
Konsystencja, „wrażenie w dotyku”	
Smak i zapach	
Cechy mikrobiologiczne i fizyko-chemiczne	
Deklarowane poziomy np. : zawartość alkoholu (w %), współczynnik pH, aktywność wody, inne wskaźniki	
Inne dodatkowe informacje dotyczące charakterystyki produktu rolnego lub środka spożywczego	

Jeżeli to konieczne, należy rozszerzyć pola.

4. Surowce wykorzystywane do produkcji produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju spirytusowego:

Informacje dotyczące surowców wykorzystywanych do produkcji.

Jeżeli to konieczne, należy powiększyć tabelę.

5. Metoda produkcji:

Etapy wytworzenia produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju spirytusowego ze szczególnym uwzględnieniem tradycyjnych technik, umiejętności i narzędzi.

Etap 1 –
Etap 2 –
Etap 3 –
Etap 4 –
Etap 5 –
Etap 6 –

Etap ...

Jeżeli to konieczne, należy rozszerzyć pola lub powiększyć tabelę o kolejne etapy produkcji.

Czy metoda produkcji produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju alkoholowego ulegała zmianom w ciągu ostatnich lat?

TAK ☐ **NIE** ☐

Należy napisać, czy zmiany miały wpływ na jakość lub wyjątkowe cechy i właściwości produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju spirytusowego wynikające ze stosowania tradycyjnej metody produkcji.

Jeżeli to konieczne, należy powiększyć ramkę.

5

6. Tradycja, pochodzenie oraz historia produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju spirytusowego:

Należy przedstawić informacje dotyczące tradycji, pochodzenia oraz historii wytwarzania produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju spirytusowego, w tym historyczne, spotykane w literaturze lub innych materiałach źródłowych wzmianki dotyczące produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju spirytusowego (np. stare przepisy, receptury, oznaczenia, w tym etykiety, cytaty z książek i z artykułów prasowych itp.) potwierdzające wykorzystywanie metody produkcji co najmniej od 25 lat.

Jeżeli to konieczne, należy powiększyć ramkę.

7. Informacje dodatkowe:

Jeżeli to konieczne, należy powiększyć ramkę.

8. Wykaz dokumentów dołączonych do wniosku:

Lp.	Nazwa dokumentu

Jeżeli to konieczne, należy powiększyć tabelkę.

9. Data: ☐ **10. Podpis:** ☐

7

- Gotowe dania i potrawy
- Napoje (alkoholowe i bezalkoholowe)
- Inne produkty

Szczegółowych informacji o wpisie na Listę Produktów Tradycyjnych udzielają pracownicy Departamentu Rolnictwa i Rozwoju Obszarów Wiejskich:

Urząd Marszałkowski Województwa Lubelskiego w Lublinie, tel. 81 44 16 538
e-mail: konkursy@lubelskie.pl

Więcej informacji na temat składania wniosku na stronie internetowej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Lubelskiego w Lublinie: https://www.lubelskie.pl/rolnictwo-i-srodowisko/rozwoj-obszarow-wiejskich/produkty-tradycyjne/ oraz Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi: https://www.gov.pl/web/rolnictwo/produkty--regionalne-i-tradycyjne1

Nasz region cechuje cała gama regionalnych potraw i smaków ich bogactwo i różnorodność, czego dowodem jest ponad 211 pozycji wpisanych na Listę Produktów Tradycyjnych województwa lubelskiego. Poniżej lista:

Lista na dzień 20.11.2023 r.

1. Baba (babka) drożdżowa z jabłkami
2. Baleron nadwieprzański
3. Barszcz czereśniowy
4. Baleron wędzony z Wisznic
5. Boczek nadwieprzański
6. Boczek wędzony z Wisznic
7. Bułka wiejska
8. Całuski pszczelowolskie
9. Cebulak żukowski
10. Cebularz lubelski
11. Chełmski makaron jajeczny
12. Chleb gryczany
13. Chleb ludwiński
14. Chleb ludwiński żytni
15. Chleb niedrzwicki
16. Chleb starowiejski
17. Chleb wiejski dębowiecki
18. Chleb wiejski z otrębami
19. Chleb żytni naturalny
20. Chleb żytni tradycyjny
21. Chleb żytni wygnanowski
22. Chmiel krasnostawski
23. Chodelskie gołąbki z kiszonej kapusty
24. Ciastka przez maszynkę
25. Ciasto staropolskie podhoreckie
26. Cydr sadownika z Mikołajówki
27. Ćwikła z Werbkowic
28. Dąbrowski trunek z mniszka
29. Dzik w cieście
30. Dżem żurawinowy biłgorajski
31. Flaki piaseckie
32. Golasy izbickie
33. Golasy z kaszy gryczanej z serem z Łobaczewa Małego
34. Gruszka suszona kraśnicka
35. Gruszki w przecierze śliwkowym
36. Gryczak janowski
37. Gryczok godziszowski
38. Grzaniec Marcina z Urzędowa
39. Herbatka księcia Sapiehy

40. Herbatka różana z ziołami z Wandalina
41. Jabłczanka z Fajsławic
42. Jabłko józefowskie
43. Jabłka kraśnickie
44. Jabłkówka z Mikołajówki
45. Janowska nalewka miodowa
46. Kaczka czarna nadziewana
47. Kaczka grądziarska
48. Kaczka po zamojsku
49. Kakory z Łobaczewa Małego
50. Kapusta kwaszona kraśnicka
51. Kapusta z grochem i śmietaną
52. Karasie z Polesia
53. Karczmiski barszcz biały
54. Karczmiskie pierogi z bobru (bobu)
55. Karp w śmietanie po poniatowsku
56. Kaszanka nadwieprzanka
57. Kaszanka pieczona z Dobrosławowa
58. Kefir nadwiślański
59. Kiełbasa bronicka
60. Kiełbasa królewska wędzona z Wisznic
61. Kiełbasa nadwieprzańska
62. Kiełbasa swojska biłgorajska
63. Kiełbasa swojska wędzona z Wisznic
64. Kiełbasa wiejska z Dobrosławowa
65. Kiełbasa wieprzowa z Krzczonowa
66. Kisiel z owsa (owsiany)
67. Kluski gryczane
68. Kodeński chleb razowy żytni
69. Kołacz z jagłami z Perkowic
70. Konfitura poziomkowa
71. Konfitura różana z Końskowoli
72. Konfitura z owoców róży
73. Kordiał żurawinowy kraśnicki
74. Korowaj chleb weselny z Paszenek
75. Kotlety rybne z Sugrów
76. Kraśnickie domowe wino owocowe
77. Krupnik pszczelowolski
78. Kulebiak generałowej Kickiej
79. Kulebiak z Perkowic
80. Kwas chlebowy sapieżyński kodeński
81. Lody lubartowskie
82. Lody sławatyckie

83. Lubelska czekolada pitna
84. Lubelska gryczanka drożdżowa
85. Lubelski forszmak
86. Ludwińskie prosię pieczone faszerowane
87. Makaron jajeczny z Ludwina
88. Makowiec lubartowski
89. Malina kraśnicka
90. Maliniak kraśnicki
91. Malinóweczka
92. Marchwiaki z makiem
93. Masło z Bychawy
94. Masło Ekstra z Michowa
95. Masło z Opola Lubelskiego
96. Maślanka nadwiślańska
97. Maślanka naturalna z Bychawy
98. Miodownik z Jaszczowa
99. Miód fasolowy odmianowy
100. Miód gryczany godziszowski
101. Miód gryczany z Lubelszczyzny
102. Miód malinowy
103. Miód pitny czwóniak
104. Miód pitny dwójniak
105. Miód pitny półtorak
106. Miód pitny trójniak
107. Miód rzepakowy z Roztocza
108. Nadwieprzański miód lipowy
109. Nadwieprzański miód wielokwiatowy
110. Nadwiślański sok jabłkowy
111. Naleweczka gruszkówka z Kraśnika
112. Nalewka poziomkowa leśna z Kraśnika
113. Nalewka z płatków róży
114. Nalewka ziemiańska
115. Nałęczowski miód wielokwiatowy
116. Napój żniwny z rabarbaru i mięty
117. Nektar św. Eugeniusza - miód ziołowy
118. Ogórki kiszone kraśnickie
119. Olej lniany
120. Olej rzepakowy
121. Olej świąteczny roztoczański
122. Olej tarnogrodzki
123. Oleje z Turzych Rogów
124. Opolska nalewka
125. Oranżada z Kąkolewnicy

126. Parowańce
127. Parowańce brzozowickie z kapustą i grzybami
128. Parowańce skromowskie z serem
129. Parowańce z kaszą jaglaną
130. Parowańce z serem
131. Parowańce żakowolskie z soczewicą
132. Paszteciki niedrzwickie z kapustą i pieczarkami
133. Paszteciki z grzybami
134. Pasztet z karpia z Sierskowoli
135. Pączki staropolskie z Ostrowa Lubelskiego
136. Pączki żakowolskie z powidłami z antonówek
137. Pieczeń z szynki dzika wędzona lub pieczona
138. Pierniczki ozdobne
139. Piernik lubelski
140. Piernik żydowski
141. Pierogi lipniackie z kapustą i grzybami
142. Pierogi nowodworskie
143. Pierogi olszewnickie z kaszą gryczaną
144. Pierogi perkowickie
145. Pierogi skromowskie z kaszą jaglaną serem i miętą
146. Pierogi turowskie z soczewicą
147. Pierogi z czerwoną fasolą
148. Pierogi z mięsem i bobem z Dobryniowa
149. Pierogi zosinowskie z jagodami
150. Pierogi żakowolskie ze smażonymi ziemniakami
151. Pieróg (piróg) biłgorajski
152. Pieróg gryczany
153. Pieróg gryczany gałęzowski
154. Podcos
155. Polędwica nadwieprzańska
156. Polędwica wędzona z Wisznic
157. Popiołek z Krupego
158. Powidła śliwkowe z Mikołajówki
159. Pralina z Lublina
160. Ptyś z bitą śmietaną i malinami z Lublina
161. Pyzy polskowolskie z mięsem
162. Racuchy turowskie
163. Racuchy z makiem
164. Rogaliki półfrancuskie śmietanowe z masą orzechową i różą
165. Rudnicki pieróg jaglany
166. Ser zabłocki
167. Sernik z kartoflami z Jaszczowa
168. Sery z ziołami

169. Sękacz podlaski
170. Słodkowska kapusta z grzybami
171. Sok jabłkowo-buraczkowy z Wandalina
172. Sok z maliny kraśnickiej
173. Sok z pigwowca z Końskowoli
174. Swojskie mięso wekowane ze Zwierzyńca
175. Syrop malinowy z Mikołajówki
176. Syrop z owoców róży
177. Syrop z płatków róży
178. Szarlotka józefowska
179. Szarlotka razowa z Lublina
180. Szarytka w marynacie
181. Szparag z Janiszowa
182. Szyneczka z karpia z Pustelni
183. Szynka domowa roztoczańska
184. Szynka nadwieprzańska
185. Szynka wędzona z Wisznic
186. Szynka wieprzowa z Krzczonowa
187. Śmietana z Bychawy
188. Świnia rasy polskiej białej zwisouchej (pbz)
189. Świnia rasy puławskiej
190. Świnia rasy wielkiej białej polskiej (wbp)
191. Tertuny brzozowickie z soczewicą
192. Truskawka z gminy Puławy
193. Twaróg z Bychawy
194. Twaróg nadwiślański
195. Tymianek z Fajsławic
196. Wafle tortowe suche
197. Warzonka kryształówka
198. Wątrobianka krzczonowska
199. Werbkowickie placki z soczewicy
200. Wędzone dzwonka z karpia z Pustelni
201. Witaminy Eremity - syrop z czarnego bzu
202. Woleńskie kartoflaki
203. Zawijaki wygnanowskie
204. Zawijas nasutowski
205. Zawijoki janowickie
206. Zupa cebulowa z Goraja
207. Zupa chłopska fajsławicka
208. Zupa z karpia
209. Żur żukowski
210. Żurawinówka biłgorajska
211. Żurawinówka momocka

Przepisy pochodzą ze strony Urzędu Marszałkowskiego Województwa Lubelskiego w Lublinie:
https://www.lubelskie.pl/produkty-tradycyjne-2/

Cebularz Lubelski

Na Liście Produktów Tradycyjnych figuruje od 30 kwietnia 2007 r. Produkt został zarejestrowany w kategorii wyroby piekarnicze i cukiernicze.

Cebularz lubelski to wspaniały regionalny pszenny wypiek w kształcie okrągłego placka o średnicy 15-20 cm złotego koloru o swoistym zapachu i cebulowym smaku. Powierzchnię cebularza stanowi cebula pokrojona w kostkę wymieszana z makiem (15-20%).

Jest to jeden z najbardziej popularnych produktów tradycyjnych w województwie lubelskim. Tradycje lubelskiego piekarstwa sięgają okresu średniowiecza, a pierwsze wzmianki o cebularzu i przekazywanej z pokolenia na pokolenie recepturze tego wyjątkowego, wywodzącego się z kuchni żydowskiej placka, sięgają dziewiętnastego stulecia. Cebularze jako pierwsi zaczęli wypiekać Żydzi z lubelskiego Starego Miasta. Potem receptura rozprzestrzeniła się po całym regionie. Przed wojną był wypiekany m.in. przez Żydów kazimierskich i zamojskich. Trudno jednoznacznie określić, kiedy lubelscy rzemieślnicy zaczęli wypiekać cebularze, faktem jest jednak, iż przysmak ten po wojnie szybko rozpowszechnił się w całym regionie. Piękny złocisty kolor, chrupiąca skórka oraz niepowtarzalny zapach sprawiają, że od lat na pierwszy kęs mamy chęć, gdy cebularz jest jeszcze ciepły, wprost wyjęty z pieca. Ten placek z cebulą nie ma sobie równych i cała Lubelszczyzna jest z niego tak dumna, jak górale z oscypka.

Smak cebularza z każdej piekarni jest nieco inny, jednakże zarówno rzemieślnicy, których piekarskie tradycje sięgają okresu okupacji, jak i zakłady prowadzące działalność od niedawna przyrządzają go z jednakowych podstawowych surowców według ściśle określonej receptury.

Ćwikła z Werbkowic

Na Liście Produktów Tradycyjnych figuruje od 15 czerwca 2016 r. Wyrób został zarejestrowany w kategorii warzywa i owoce.

To jednolita masa powstała z przetartych buraków ćwikłowych i tartego korzenia chrzanu. Ma smak i zapach charakterystyczny dla połączenia słodkiego buraka i ostrego chrzanu, bez obcych posmaków i aromatów. Ćwikła jest niezastąpiona w jadłospisie domowym w regionie werbkowickim (pow. hrubieszowski). Trudno sobie wyobrazić świeżą domową wędlinę lub wę-

dzoną wiejską kiełbasę bez ćwikły. Ta musi być mocna i zapach silny mieć, taki chrzanowy, gdy się zaciągniesz, aż łzy w oczach staną…" – jak mówią mieszkańcy Werbkowic.

Nawet najstarsze gospodynie w tej gminie nie pamiętają metryki pochodzenia ćwikły. Jedne nazywają ją ćwikłą, inne mówią na nią po prostu buraczki z chrzanem. Od zawsze była obecna na stołach w okresie świątecznym, zwłaszcza wielkanocnym. Wiele informacji wypływa z badań etnograficznych przeprowadzonych w okolicach Werbkowic.

– Buraki czerwone, potocznie zwane u nas buraczkami, są powszechne w uprawie w każdym wiejskim gospodarstwie – mówi Urszula Gałan z Gozdowa pod Werbkowicami. – Gospodynie sieją je w swych przydomowych ogrodach warzywnych. Przechowywane w chłodnych piwnicach, stanowią wspaniałą przystawkę na zimno do wędlin lub na gorąco.

Najczęściej podawane proporcje ćwikły to: 1 kg buraków ćwikłowych, 2 korzenie chrzanu, szczypta soli, łyżka octu lub soku z cytryny, łyżka cukru. Jak się robi ćwikłę po werbkowicku?

– Buraki muszą mieć świeży wygląd i zapach. Najlepiej nadają się te o intensywnie bordowym kolorze i okrągłym kształcie – zapewnia Jadwiga Iwon, mieszkanka Werbkowic. – Dokładnie umyte należy ugotować do miękkości, uważając jednocześnie aby nie były za miękkie. Wystudzone buraczki obieramy, ścieramy na tarce o drobnych oczkach (tak jak na placki ziemniaczane), ścieramy korzeń chrzanu, wszystko mieszamy, dodajemy sól, pieprz, ocet i cukier do smaku. Całość odstawiamy, aby „się przegryzła". Następnie przekładamy do słoiczków, zakręcamy. Ćwikła jest najlepsza po dwóch, trzech dniach przechowywać w zimnym miejscu.

Jeśli ktoś lubi ostrzejszy smak, w czasie przyprawiania może dodać około pół łyżeczki octu. Z kolei aby go złagodzić, dodajemy do ćwikły cukier. Tradycyjną wersję ćwikły można urozmaicić, dodając do niej starte winne jabłko.

Metody sporządzania, jak również narzędzia do przygotowania ćwikły nie zmieniły się od lat. Niektóre gospodynie, aby zaoszczędzić sobie czasu oraz dla wygody używają maszynek (blenderów) elektrycznych, co nie zmienia wyglądu potrawy, nie wpływa też na jej smak. Jednak nasze babcie przestrzegają zasad wykonania ćwikły z zachowaniem najstarszych metod. Utarcie warzyw na zwykłej tarce stanowi podstawę w wykonaniu dobrej tradycyjnej ćwikły. Gwarancją specyficznego smaku i aromatu, obok takiej tradycyjnej metody produkcji, jest stosowanie w odpowiednich proporcjach tych tylko dwóch dodatków.

Ćwikła, czyli popularne buraczki z chrzanem, znana jest chyba na wszystkich polskich stołach. Podaje się ją jako dodatek do obiadów i kolacji, gdyż świetnie smakuje z różnego rodzaju wyrobami mięsnymi. Może również zastąpić surówkę podawaną do obiadu. Jemy ją na zimno, najlepiej prosto z lodówki. Pasuje wyśmienicie do białej kiełbasy, wiejskiej wędliny i jajek.

Przystawka ta korzystnie wpływa na trawienie, buraki posiadają dużo witaminy C oraz innych z grupy B, a także właściwości odtruwające organizm i bakteriobójcze. Chrzan zaś działa rozgrzewająco, sprawia, że poprawia się odporność organizmu oraz funkcjonowanie takich narządów, jak nerki i wątroba. Nasi przodkowie nie wiedzieli co to zgaga i nadkwasota, bo tłuste mięsiwa równoważyli „ćwikiełką". Rej był zapewne znakomitym kucharzem, o czym świadczy jego przepis na ćwikłę, który ma już ponad 400 lat: „(…) Nuż ćwikiełki w piec namotawszy a dobrze przypiekszy, nadobnie ochędożyć, w talerzyki nakrajać, także w faseczkę ułożyć, chrzanikiem, co najdrobniej ukrężawszy, przetrząsnąć, bo będzie długo trwała, także koprem włoskim, trochę przetłukszy, przetrząsać, a octem pokrapiać, a solą też trochę przesalać, tedy to jest tak osobny przysmak… bo i rosołek bardzo smaczny, i sama pani ćwikła będzie barzo smaczna i barzo nadobnie pachnęła".

Flaki piaseckie

Na Liście Produktów Tradycyjnych figurują od 19 stycznia 2016 r. Wyrób został zarejestrowany w kategorii gotowe dania i potrawy.

Surowe flaki są bogate w związki wapnia i zawierają ich nawet więcej niż mięso. Flaki, po ich oczyszczeniu, obgotowaniu i pokrojeniu w cienkie paski, stanowią podstawowy wkład do zupy warzywnej z ewentualnym dodatkiem wołowiny lub wędzonki. Ważne jest, aby zostały ugotowane w zupie do miękkości. Zupa zazwyczaj podawana jest na ostro (pieprz, gałka muszkatołowa, imbir, mielona papryka). Niektórzy dodają do flaków odrobinę koncentratu pomidorowego, inni gotują flaki bez zasmażki. Popularnym dodatkiem uszlachetniającym potrawę są pulpety z dodatkiem szpiku.

O tym, że flaki są wpisane w naszą polską kulturę możemy się przekonać z wielu źródeł. Jednym z nich jest twórczość Jana Piotra Norblina de la Gourdaine'a – z pochodzenia Francuza, malarza, rysownika i grafika, który w 1774 został sprowadzony do Polski przez Czartoryskich. Jednym z jego obrazów jest „Kobieta sprzedająca flaki" pod Kolumną Zygmunta w Warszawie.

Według encyklopedii staropolskiej flaki to „ulubiona od wieków w Polsce potrawa, podawana dawniej nawet na ucztach pańskich, bez której dotąd w wielu okolicach nie może się obejść uczta weselna u ludu. Piszący to zanotował od gospodyń, sięgających jeszcze pamięcią końca XVIII wieku, że w domach szlacheckich i mieszczańskich na Mazowszu i Podlasiu jadano zawsze flaki z imbirem i „obalanką." Obalanka była to kiszka nadziana kaszą jęczmienną, pokrajana na kawałki i ułożona wiankiem dokoła flaków na półmisku lub misie, tak nazwana może dlatego, że flaki były nią otoczone czyli obwalone. Flaki jadano przyprawiane na biało – z mąką lub na żółto – z szafranem.

Regionaliści z urzędu gminy w Piaskach, którzy zgłosili produkt do wpisu, zwracają uwagę, że historia flaków piaseckich zaczyna się w latach sześćdziesiątych dwudziestego wieku. Wtedy do Piask przybył Ryszard Sieczkarz, który w restauracji „Przystań", a później „Rarytas" zaczął serwować flaki. Jednego dnia wydawano w restauracji nawet 600 porcji zupy. Potrawa zawsze musiała być świeżo przygotowana, gorąca i parująca. W „Rarytasie" gotowano także inne potrawy: steki, bryzole, ozorki, nereczkę, ale co by się nie zrobiło i tak każdy zamawiał flaki. Potrawa była nie tylko smaczna, ale także tania. Praktycznie każdego było na nią stać. We wspomnieniach mieszkańców gminy można odnaleźć informacje o targach końskich, na które przybywali kupcy z całej Polski. Po udanej transakcji dobijający targu szli na kieliszek wódki i miskę flaków.

Flaki serwowane w „Rarytasie" doczekały się upamiętnienia w piosence. Napisał ją znany pisarz, poeta i regionalista Lucjan Świetlicki. Stanisław Polak i Piasecka Kapela Podwórkowa wykonywali ją w 1975 roku (dane z Miejskiej Biblioteki w Piaskach).

Receptura flaków piaseckich, pomimo zachodzących w restauracji zmian, pozostała ciągle taka sama, jaka była w chwili otwarcia obiektu przez Gminną Spółdzielnię „Samopomoc Chłopską" w Piaskach w 1966 roku, łącznie z przygotowywaniem potrawy na węglowej kuchni.

Dodajmy, że flaki piaseckie stały się tak sławne, że zaczęli na nie przyjeżdżać politycy, dostojnicy kościelni oraz aktorzy. Od 2008 roku w ostatnią niedzielę czerwca w Piaskach organizowany jest „Festiwal Flaków", podczas którego odbywają się liczne degustacje potrawy oraz konkurs na najlepsze flaki Lubelszczyzny. Co roku na imprezę przybywa kilka tysięcy osób chcących spróbować piaseckich flaków.

Kaczka po zamojsku

Na Liście Produktów Tradycyjnych figuruje od 2015 r. Wyrób został zarejestrowany w kategorii gotowe dania i potrawy.

Podstawą potrawy jest – jak sama nazwa wskazuje – upieczona, wyluzowana od kości kaczka, nafaszerowana mięsem kaczym i dodatkami smakowymi, w tym śliwkami i orzechami. Tradycja przygotowania potrawy wywodzi się z połączenia kultury żydowskiej z polską, a sam przepis – z okolic Zamościa. To tu, głównie w podzamojskiej miejscowości Izbica, na olbrzymich przestrzeniach łąk wypasane były kaczki. Tereny te od dawna znane były bowiem z hodowli drobiu.

Jak robi się kaczkę po zamojsku? Najpierw należy pozbawić tuszkę kości, a uzyskane z niej mięso drobno posiekać i połączyć z suszonymi rodzynkami i śliwkami, drobno krojonymi orzechami oraz ziołami. Tak przygotowanym farszem nadziewa się kaczkę i piecze, lekko polewając masłem. Specjalny film instruktażowy na ten temat przygotowała również telewizja internetowa. Upieczona kaczka (pasztet) serwowana była – i nadal jest – z małymi placuszkami z mąki, śmietany, jaj i sody. Ponieważ Lubelskie słynie z produkcji owoców, zwłaszcza miękkich, bardzo często jako dodatek do niej podaje się mus malinowy.

Kaczka po zamojsku pieczona była zwłaszcza w okresie świąt Bożego Narodzenia i Wielkiej Nocy. Warto dodać, że jej sława sięga daleko poza granice Zamojszczyzny, a nawet Polski. Jako ciekawostkę można podać fakt, że serwowana była nawet na stacji Polskiej Akademii Nauk w Antarktyce „Arctowski", gdzie z braku dostępu do prawdziwej kaczki zaserwowano kurczaka przygotowanego a'la kaczka po zamojsku, o czym świadczy poniższy fragment: „Przesilenie zimowe jest znakomitą, prastarą okazją do świętowania znaną od czasów rzymskich. Kierownik rozdał okolicznościowe dyplomy wszystkim zimownikom. »Antarktyczne Saturnalia« przeminęły pod znakiem pysznego jedzenia. Na główne danie Kucharz podał pieczonego kurczaka a'la kaczka po zamojsku nadziewanego orzechami w rozmarynie. Na »drugie danie« Piotrek przygotował filety z piersi kurczaka w dwóch panierkach – z sezamu oraz ciasta i tatara, do tego przystawki: wędzonego łososia, śledzie, sałatkę jarzynową i okazjonalny napitek".

Wieloletnia tradycja przygotowywania i spożywania kaczki po zamojsku oraz to, że stanowi ona pewnego rodzaju dziedzictwo kulturowe, zostało także potwierdzone badaniami etnograficznymi. O wyjątkowej wartości tego dania świadczy również przyznanie jej nagrody w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów", który odbywał się w lipcu 2012 r. w Janowcu. Kaczka triumfowała nie tylko w regionalnym etapie konkursu, ale i w finale finałów w Poznaniu, zdobywając zaszczytny, ogólnopolski tytuł „Perła 2012" dla najlepszych dań i produktów regionalnych.

Miód rzepakowy z Roztocza

Na Liście Produktów Tradycyjnych figuruje od 1 marca 2007 r. Produkt został zarejestrowany w kategorii miody.

Jakość i wyjątkowość miodu rzepakowego z Roztocza jest ściśle związana z właściwościami surowca, z którego powstał. Miód produkowany przez pszczoły z nektaru kwiatów roztoczańskiego rzepaku posiada odróżniające go od innych miodów odmianowych, charakterystyczne dla siebie smak, zapach i właściwości.

Miód rzepakowy z Roztocza

Miód rzepakowy w postaci płynnej (patoki) ma barwę jasnożółtą lub lekko słomkową. W procesie krystalizacji przybiera smalcowatą konsystencję, a po skrystalizowaniu zmienia kolor. Produkt finalny odznacza się delikatnym aromatem kwiatów rzepaku. Jest mało słodki i lekko mdławy.

Miód rzepakowy produkują pszczoły z nektaru kwiatów rzepaku (Brassica napus), rośliny rocznej, uprawianej od dawna m.in. w celu pozyskiwania zawartego w jej nasionach oleju jadalnego. Kwiaty rozkwitają od wczesnych godzin popołudniowych i w tym czasie dostarczają pszczołom nektaru i pyłku. Wkrótce po rozchyleniu się płatków kwiat rzepaku zaczyna pylić, a nektar wydziela się jeszcze w pąku. Nektarowanie trwa około jednego dnia. Pola obsiane rzepakiem stanowią dla pszczół bogate źródło zarówno nektaru, jak i pyłku kwiatowego. Warto podkreślić, że obecność pszczół na kwiatach rzepaku zwiększa późniejsze plony nasion o 25%.

Roztocze posiada tereny bardzo korzystne pod względem glebowym i klimatycznym do uprawy zbóż, buraków cukrowych oraz właśnie rzepaku. Skoncentrowana na Roztoczu uprawa rzepaku powoduje, że istnieją tutaj dogodne warunki do pozyskiwania przez pasieki pszczele czysto odmianowego miodu rzepakowego.

Na rozwój upraw rzepaku na Roztoczu od ponad pół wieku duży wpływ mają wybudowane w 1955 roku Zakłady Tłuszczowe w Bodaczowie. Obszar upraw rzepaku, obejmujący tereny przyległe do zakładów na przestrzeni ostatniego półwiecza, wynosił od 500 ha do 2000 ha. Z chwilą pojawienia się rynku zbytu uprawy rzepaku przybrały charakter bardziej masowy, towarowy i jest on obecnie uprawiany na bardzo dużą skalę. Uprawy rzepaku mają na tym terenie dominującą rolę i stanowią znaczące źródło dochodu dla gospodarstw.

Zarejestrowany na LPT miód rzepakowy z Roztocza pochodzi z pasieki prowadzonej już od kilkudziesięciu lat. Pobliskie poletka rzepaku od zawsze były dla pasieki dogodnym miejscem na pożytek. Z czasem przekształcały się one w hektarowe uprawy rzepaku i stawały się coraz liczniejsze. W celu zwiększenia produkcji miodu pasieka stacjonarna została przekształcona na pasiekę wędrowną. Ule na okres nektarowania rzepaku przewożone są na plantacje, a pszczoły produkują z nektaru kwiatów rzepaku gatunkowy miód. Ze względu na ekologiczne walory terenów Roztocza, również miód rzepakowy jest chętniej kupowany przez osoby poszukujące wartościowego i zdrowego produktu.

Pieróg biłgorajski

Na Liście Produktów Tradycyjnych figuruje od 4 października 2005 r. Produkt został zarejestrowany w kategorii wyroby piekarnicze i cukiernicze.

Pieróg (piróg) biłgorajski wyglądem przypomina pasztet, ma na zewnątrz zapieczoną skórkę, a w jego przekroju można wyróżnić drobne cząstki składników, które tworzą jednolitą masę. Pieróg wypiekany jest w różnych formach, występuje okrągły lub prostokątny. Jego wielkość jest zależna od potrzeb i upodobań, w domach wypiekany jest w dużych prostokątnych blaszkach.

Pieróg biłgorajski na zewnątrz ma kolor ciemnosłomkowy do jasnego brązu – zależnie od upodobań, bardziej lub mniej przypieczony. Zapach łączy ze sobą aromat gotowanych ziemniaków i gryczanej kaszy – tak samo jest ze smakiem, ten jednak wzbogacony jest lekko kwaśnym białym serem oraz skwarkami i przyprawami. Pieróg biłgorajski wypieka się bez skórki – wtedy zwany jest „łysym", oraz w drożdżowej skórce.

Niektórzy porównują go do słonego ciasta lub babki ziemniaczanej, ma on jednak inny, zupełnie specyficzny smak. Pieróg biłgorajski wspaniale smakuje podawany z mlekiem. Do wyrobu używa się następujących składników: ziemniaki gotowane, kasza gryczana, smalec ze skwarkami, ser biały, jaja, śmietana oraz przyprawy, takie jak pieprz, sól i suszona mięta.

Pisząc o produkcji pieroga biłgorajskiego, należy zaznaczyć, iż dawniej był on wypiekany na trzonie w piecu chlebowym, a spód podsypywano otrębami. Dziś pieróg wypieka się w blaszkach i najczęściej w piekarnikach elektrycznych. Zmiana sposobu nie miała jednak wpływu na jakość ani cechy produktu, służyła jedynie usprawnieniu procesu wypieku.

Najwięcej informacji odnośnie tradycji wypieku pieroga biłgorajskiego możemy znaleźć w pracy laureatki Ogólnopolskiego Młodzieżowego Konkursu Poznajemy Ojcowiznę – Agaty Sarzyńskiej. Praca nosi tytuł „Panieneczka reczka i płynące z niej pożytki: o tradycjach związanych z gryką". Praca obecnie znajduje się w Państwowym Muzeum Etnograficznym w Warszawie. Autorka odnosi się do pieroga biłgorajskiego, jako „słynnego już w Unii Europejskiej (…) arcydzieła staropolskiej kuchni na świąteczne dni, wypiekanego ongiś na specjalne okazje.

Inni określają ten świąteczny wypiek praojców mianem biłgorajskiego tortu. I ta nazwa ma swoje uzasadnienie, bowiem podobnie jak współczesne ciasta z masą, udekorowane na wierzchu, podawany był w czasie przyjęć, wydawanych z różnych okazji. Ten świąteczny wypiek z gryczanej kaszy towarzyszył człowiekowi od urodzenia aż do śmierci. Rozkoszowano się jego smakiem na chrzcinach, ucztach weselnych, biesiadach świątecznych i okolicznościowych. Nie obyły się bez niego wykopki ziemniaków. Wypiekano go na Boże Narodzenie i Wielkanoc. Mniemano, że święta bez tej wspaniałości, to żadne święta. Obdarowywano nim kolędników i obdzielano żebraków".

Dziś wiele z tych staropolskich receptur uległo zapomnieniu. Pieróg zaś, ów wypiek tylko od święta, przeżywa swój renesans, chociaż rarytas ten stracił rangę świątecznego pieczywa. Stał się powszechnym wypiekiem piekarni mechanicznych, z których trafia na sklepowe półki. Kupują go całe rzesze klientów. Kto raz spróbował biłgorajskiego pieroga, ten w przyszłości bez namysłu będzie właśnie jego wybierał spośród innych wypieków.

Szarlotka józefowska

Na Liście Produktów Tradycyjnych figuruje od 26 stycznia 2015 r. Szarlotka została zarejestrowana w kategorii wyroby piekarnicze i cukiernicze.

To pyszny wypiek sporządzony przez mieszkańców Józefowa na bazie ciasta kruchego z dodatkiem wyłącznie tradycyjnych odmian jabłek, czyli Boiken, Piękna z Booskop oraz Szara Reneta. Charakterystycznym motywem szarlotki jest „krateczka" ułożona z wałeczków ciasta na warstwie pieczonych jabłek. Wypiek ma piękną, złocistą barwę zewnętrzną z ciemniejszą jabłkową warstwą, w przekroju – kremową z lekkim odcieniem żółci, a smak i zapach – winny, lekko słodki z wyraźną kwaskowatością.

Dzisiejsza szarlotka swą nazwę zawdzięcza księżnej Charlotcie – szwagierce cara i późniejszej carycy, która to podobno była wielką wielbicielką tego placka. Warto zauważyć, że pierwsze ciasta kruche i półkruche zaczęły pojawiać się w Europie w XIV w. Jednak ze względu na fakt, iż ceny cukru i miodu, którymi je słodzono, były bardzo wysokie, ówczesne „słodycze" były bardzo drogie, a same ciasta często nie były zbytnio słodkie. Słodyczy dostarczały więc pieczone w cieście owoce. Pieczono jabłka, wiśnie, brzoskwinie, śliwki. Ciasto stanowiło jedynie swego rodzaju oprawę dla owoców. Często samo ciasto nie było przeznaczone do spożycia. Od XVI w., ze względu na większą dostępność cukru, ciasta były już bardziej słodkie.

Skład szarlotki józefowskiej od lat 60. XX w. pozostaje bez zmian. Zgodnie z przeprowadzonym badaniem etnograficznym produkty używane do przygotowania produktu kiedyś pochodziły wyłącznie z własnego gospodarstwa, a obecnie część jest kupowana w sklepach i na targowiskach. Szarlotkę przygotowywano na bazie masła własnego wyrobu (a sporadycznie

masła roślinnego) oraz pieczono w piecu chlebowym. Obecnie częściej do wyrobu ciasta używana jest margaryna, a samo ciasto pieczone jest w popularnych piekarnikach elektrycznych.

Mieszkańcy Józefowa od wielu lat identyfikują swoją kuchnię i kulturę ludową właśnie z jabłkiem. Dlaczego? Ponieważ to tutaj na przestrzeni dziejów rozwinęło się sadownictwo. Otóż w 1902 r. Konstanty Przewłocki „wynalazł" nowe źródło dochodu dla siebie i tutejszych mieszkańców – założył sad o powierzchni 360 mórg. Sad powiększył i unowocześnił Roman Rostworowski kolejny właściciel Józefowa. W ówczesnej Europie był to zarówno największy, jak i najnowocześniejszy sad, który po II wojnie światowej został upaństwowiony i funkcjonował pod nazwą Państwowe Gospodarstwo Rolne – Zakład Ogrodniczy w Józefowie nad Wisłą. Dzięki organizowaniu przez Departament Oświaty Ministerstwa Rolnictwa kursów na tytuł wykwalifikowanego mistrza i robotnika w zawodzie ogrodnik-sadownik, specjalistyczna wiedza sadownicza została rozpropagowana wśród rolników z okolicznych miejscowości, a obszar gminy Józefów nad Wisłą i sąsiednich miejscowości stał się zagłębiem produkcji sadowniczej słynącej szczególnie z doskonałych jabłek.

Oprócz niekwestionowanego wpływu na rozwój polskiego sadownictwa sad józefowski miał niebagatelny wpływ na kształtowanie się upodobań kulinarnych okolicznych mieszkańców. W kuchni tego regionu królowały i królują do dziś potrawy na bazie jabłka. Początkowo były to bardzo popularne susze jabłkowe, zupy owocowe, a także ciasta drożdżowe, zwane jabłecznikami. W późniejszym okresie, kiedy do powszechnego użytku wszedł amoniak i proszek do pieczenia, niepodzielnie zaczęły królować szarlotki. Ciasta te były stałym elementem wszystkich kursów kulinarnych organizowanych dla gospodyń wiejskich, co potwierdza m.in. kserokopia zeszytu ze szkolenia kulinarnego, które odbyło się około 1969 r. w Józefowie.

Tradycyjne odmiany jabłek, których od lat używa się do szarlotki józefowskiej, oprócz dużej trwałości przechowalniczej charakteryzują się wyjątkową winnością. Dzięki temu placek ten ma bardzo charakterystyczny smak. Szarlotka józefowska jest dziś serwowana przez Koło Gospodyń Wiejskich z Józefowa zarówno na wszystkich festynach organizowanych przez społeczność lokalną, jak też na powiatowych i wojewódzkich konkursach kulinarnych.

Szynka domowa roztoczańska

Na Liście Produktów Tradycyjnych figuruje od 14 listopada 2014 r. Wyrób został zarejestrowany w kategorii mięso świeże oraz produkty mięsne.

To wieprzowy rarytas z niewielką okrywą tłuszczową i skórą otuloną sznurkiem w kratkę. W przekroju szynka jest jednolita, bez przerostów tłuszczowych. Ma konsystencję soczystą, a zarazem kruchą, smak słodko-słonawy, delikatnie przeniknięty ziołami używanymi do peklowania, a zapach charakterystyczny dla mięsa wędzonego drzewem olchowym. Na szczególną uwagę zasługuje fakt, iż surowiec do wy-

robu tego specjału pochodzi wyłącznie od lokalnych dostawców z Roztocza, co dodatkowo podnosi jego walory smakowe i jakościowe.

Proces produkcji szynki jest prosty, ale zarazem czasochłonny z uwagi na długie leżakowanie w solance ziołowej. Najwyższą jakość uzyskuje się poprzez wiele czynników, w szczególności odpowiednie karmienie tuczników przez miejscowych rolników, proces peklowania z dodatkiem przypraw i ziół trwający do dwóch tygodni, wieloetapowy proces wędzenia, najpierw suchym drewnem olchowo-dębowym, a także na końcowym etapie parzenie szynki w temperaturze 70-80 stopni C. Puenta tego procesu daje osobliwy i niepowtarzalny smak szynki domowej roztoczańskiej, która nie tylko cieszy się uznaniem mieszkańców regionu, będących koneserami i zarazem cenzorami tego smaku, ale też zdobywa coraz większą popularność poza granicami Polski. Dzięki niezmienności tradycyjnego procesu produkcji w oparciu o tradycyjną recepturę przekazywaną z pokolenia na pokolenie szynka domowa roztoczańska stała się jedną z wizytówek regionalnej i lokalnej kuchni.

Kuchnia Roztocza to mieszanka wpływów kuchni chłopskiej i szlacheckiej, ukraińskiej i niemieckiej. Bogate korzenie kulinarne mocno przejawiają się w między innymi w zamiłowaniu do sporządzania w domowych warunkach i domowym sposobem różnego rodzaju wędlin. Wynika to z zasobów lokalnych w najwyższej jakości mięsa wieprzowego, które znajdowało się na stole w każdym domu. Zwłaszcza w okresie świątecznym w niemal każdym gospodarstwie była tu uruchamiana prosta „wędzarka", którą można znaleźć jeszcze dzisiaj w niejednym roztoczańskim gospodarstwie. Charakterystyczny dymny zapach wypełniał wtedy wszystkie miejscowości regionu. Wędzone takim sposobem mięsiwa charakteryzowały się jak najmniejszą, a zarazem niezbędną ingerencją w surowiec, co dzisiaj jest niezmiernie cennym walorem. W uznaniu najwyższej jakości, wyroby roztoczańskie zdobyły już nagrody m.in. na pokazach w Sitnie.

KGW w Gozdowie

Koło Gospodyń Wiejskich w Gozdowie powstało w 1957 roku i liczyło około 30 osób. Pierwsza przewodnicząca pełniła swoją funkcję przez 27 lat. Koło funkcjonowało na pełnych obrotach adekwatnie do tamtych czasów. Z przekazywanych opowiadań wiadomo, że prowadzone były warsztaty kulinarne w domowych kuchniach. Panie chętnie spotykały się, szyły fartuchy i suknie. Organizowały wycieczki, imprezy integracyjne z okazji np. Dnia Dziecka albo Dnia Kobiet. 11 grudnia 2018 roku Koło zostało wpisane do Krajowego Rejestru Kół Gospodyń Wiejskich prowadzonego przez ARiMR. Koło znów odżyło pełną parą. Dzięki dotacjom jakie uzyskało organizowane były spotkania, zakupiona została zastawa stołowa, sztućce oraz drobny sprzęt kuchenny. KGW organizuje imprezy integracyjne takie jak m.in. Dzień Dziecka, Andrzejki, choinki dla dzieci, Dzień Seniora oraz inne. W 2022 r. Przewodniczącą Koła została Dorota Stachowska. Koło obecnie ma w planach uszycie sobie pięknych strojów oraz organizację wycieczek, warsztatów oraz innych spotkań, przy których Panie mogłyby porozmawiać o swojej aktywności, aby rozwinąć skrzydła. Koło bierze aktywny udział w życiu społecznym gminy m.in w dożynkach oraz konkursach kulinarnych tradycje regionalne Zamojszczyzny.

KACZKA PO ZAMOJSKU

PRZYGOTUJ

- kaczkę 2 szt.
- śliwki suszone 0,2 kg
- mieszankę studencką 0,15 kg
- sól i pieprz do smaku
- majeranek do smaku
- czosnek 3 ząbki
- cząber mielony do smaku
- rozmaryn świeży, siekany ok. 1 łyżeczka

- jajka 2 szt.
- masło 0,5 kg
- pomarańcza 1 szt.

WEŹ KACZKĘ W OBROTY

- 1 kaczkę wytrybuj z kości, tak aby skóra pozostała cała, mięso wyluzuj od kości i posiekaj, skórę dopraw solą i pieprzem
- z drugiej kaczki wyluzuj mięso, a potem posiekaj je i dodaj do reszty mięsa
- śliwki suszone posiekaj i razem z mieszanką studencką podpraż przez chwilę na patelni, następnie ostudź i dodaj do mięsa
- mięso dopraw do smaku przyprawami, w następnym kroku dodaj posiekany czosnek i rozmaryn, a także jajka i wyrób masę
- a teraz nafaszeruj doprawioną skórę, masą, którą wykonałeś przed chwilą, uformuj kaczkę
- na uformowaną, kształtną kaczkę połóż masło w kawałkach, gałązki rozmarynu oraz pokrojoną pomarańczę, piecz w temperaturze 150 stopni przez około 2 godziny, w trakcie pieczenia polewaj masłem.

PRZYGOTUJ SKŁADNIKI NA SODZIAKI ok. 10 szt.

- kefir 0,25 l
- sodę 1 łyżeczka
- jajko 1 szt.
- mąkę 0,3 kg
- sól i cukier do smaku
- olej rzepakowy lub masło klarowane do smażenia

Mąkę połącz z sodą, dodaj kefir i jajka, następnie wyrób ciasto doprawiając do smaku solą i cukrem. Smaż placki na rozgrzanym maśle lub oleju. Usmażone placki odsącz na ręczniku papierowym.

SOS ŚLIWKOWY

- śliwki suszone ok. 0,1 kg
- śliwki węgierki 4 szt.
- masło zimne 2 łyżki
- miód gryczany 1,5 łyżki
- ocet jabłkowy 0,05 l
- rozmaryn świeży 1 gałązka
- wino czerwone 0,15 l
- sos z pieczenia kaczki 2 łyżki

Miód karmelizuj przez chwilę na patelni, a następnie do miodu dodaj posiekane śliwki suszone i węgierki oraz rozmaryn, przez chwilę podduś i zalej czerwonym winem, octem jabłkowym i sosem z pieczenia kaczki, następnie całość redukuj do konsystencji sosu, pod koniec dodaj zimne masło. Kaczkę podawać z placuszkami na sodzie i sosem śliwkowym.

Na talerzu utwórz niezwykłą kompozycję z kaczki, sosu i sodziaków.

TORT Z FASOLI

CIASTO:

- 200 g fasoli Jaś
- 8 jaj
- 200 g cukru pudru
- 8 migdałów
- 4 łyki bułki tartej
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia

MASA BUDYNIOWA:

- 2 szklanki mleka 500 ml
- budyń waniliowy
- kostka masła
- dżem agrestowy

Fasolę Piękny Jaś, którą dokładnie płuczemy, zalewamy zimną wodą i moczymy kilka godzin, najlepiej przez całą noc. Następnego dnia wylewamy wodę, nalewamy świeżą i gotujemy fasolę około 1,5-2 godziny na małym ogniu. Później musimy ją osuszyć, po czym obrać ze skórki. Fasolę mielimy w maszynce lub blendujemy na możliwie najgładszą masę. 8 żółtek dokładnie ucieramy z cukrem pudrem i stopniowo dolewamy do fasoli. Dodajemy bułkę tartą drobno posiekane migdały lub aromat migdałowy (kilka kropli), ewentualnie skórkę świeżo startą z cytryny. Na koniec dokładamy pianę ubitą na sztywno z 8 białek, zawartość naczynia delikatnie mieszamy drewnianą łyżką. Tak przygotowane ciasto dzielimy na dwie części wylewamy do natłuszczonej i obsypanej tartą bułką tortownicy o średnicy 26 cm i pieczemy ok. 40-50 minut w temperaturze 180°C. Gotujemy budyń w 500 ml mleka. Studzimy, a następnie ucieramy z masłem. Po upieczeniu i ostygnięciu fasolowy tort tradycyjnie kroimy na 2 krążki, które przekładamy dżemem, ewentualnie masą budyniową. Pokrywamy nią także wierzch ciasta, później posypując mielonymi orzechami lub migdałami.

KGW Jarosławiec Centrum

Koło Gospodyń Wiejskich Jarosławiec Centrum prowadzi działalność w miejscowości Jarosławiec, na terenie gminy Sitno w powiecie zamojskim. Od 2012 roku przewodniczącą Koła jest Pani Wanda Wolanin. Koło jest bardzo aktywne, bierze udział we wszystkich dożynkach (gminnych, powiatowych, wojewódzkich oraz diecezjalnych), konkursach kulinarnych (Koło zajęło 3 miejsce za pierogi łasucha w drugim etapie konkursu „Kulinarne tradycje Zamojszczyzny" i przeszło do finału). W 2022 roku wieniec przygotowany przez KGW Jarosławiec został okrzyknięty najpiękniejszym w całej Polsce i reprezentował powiat zamojski na dożynkach ogólnopolskich w Częstochowie. Koło liczy 30 osób, w swoim gronie ma również Panów

i cały czas chętnie przyjmuje nowych członków. KGW Jarosławiec Centrum czternaście razy zajmowało czołowe miejsca na dożynkach oraz wyróżnienia za aktywną działalność. Członkinie i Członkowie Koła są bardzo aktywni, chętnie gotują, pieką czy też przygotowują pyszne nalewki. Koło chętnie organizuje imprezy integrujące i aktywizujące mieszkańców swojej miejscowości.

PIEROGI ŁASUCHA (z kaszą jaglaną i serem białym)

Składniki na ciasto:

- 500 g mąki pszennej np. Typ 500
- pół łyżeczki soli
- 4 łyżki oleju 50 ml
- szklanka cieplej wody 250 ml

Składniki na farsz:

- 150 g kaszy jaglanej
- 2,5 szklanki wody
- 2,5 szklanki mleka
- 600 g sera białego
- 20 g miodu
- szczypta soli

Sposób wykonania ciasta na pierogi: przesiewamy 500 g mąki dodajemy do tego pół łyżeczki soli. Następnie należy dodać 4 łyżki oleju np. rzepakowego i szklankę ciepłej wody. Po dodaniu wszystkich składników zaczynamy wyrabiać ciasto.

Sposób wykonania farszu do pierogów: należy ugotować kaszę w 2,5 szklanki mleka oraz 2,5 szklanki wody. Po ugotowaniu i przestygnięciu kaszy dodajemy 600 g twarogu, 20 g miodu oraz szczyptę soli. Wszystko razem dokładnie mieszamy. Następnie lepimy pierogi i gotujemy. Podajemy je z wiejską śmietaną z odrobiną cukru. Smacznego!

ŚMIETANIAK

Ciasto:

- 2 szklanki mąki
- ½ szklanki cukru pudru
- 15 dag masła
- 2 łyżki śmietany
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 1 cukier waniliowy
- 1 jajko

Zagnieść ciasto z ww. składników, podzielić na trzy części i upiec placki.

Masa:

- ½ litra śmietany wiejskiej
- 1 szklanka cukru pudru
- 1 cukier waniliowy

Wszystkie składniki ubić na pianę, przekładać placki, wierzch posypać tartą czekoladą.

KGW „Wesołe Konopielki" z Konopnego

Koło Gospodyń Wiejskich „Wesołe Konopielki" z Konopnego zostało reaktywowane w 2018 r. Obecnie liczy 42 członków. Siedzibą Koła jest świetlica wiejska, o którą wspólnie dbają wszyscy członkowie. Do Koła należą również panowie. Członkinie KGW „Wesołe Konopielki" są aktywne i wszechstronnie uzdolnione, tworzą m.in. przepiękne rękodzieła: palmy wielkanocne, kurki, zające, jajka z krepiny, stroiki, kartki świąteczne i okolicznościowe, choinki, mikołaje, bombki choinkowe itp. Każdego roku własnoręcznie wykonują wieniec dożynkowy, który często zajmuje miejsce na podium. KGW „Wesołe Konopielki" chętnie bierze udział we wszystkich regionalnych konkursach. W swojej miejscowości organizuje różne imprezy integracyjne dla mieszkańców takie jak: Dzień Dziecka, zabawy choinkowe, pikniki rodzinne, dożynki, andrzejki, Sylwester. Chętnie biorą udział w kiermaszach wielkanocnych i bożonarodzeniowych.

Pierogi z kaszanką

Składniki:

- 500 g mąki pszennej
- 1 szklanka wody
- łyżka oleju
- 500 g kaszanki
- cebula
- sól, pieprz

Przygotowanie:

Kaszankę pokroić na mniejsze kawałki. Cebulkę pokroić w kostkę, zeszklić na patelni z odrobiną oleju, dodać do niej kaszankę i smażyć chwilę razem. Przyprawić do smaku solą i pieprzem. Odstawić do przestygnięcia. Z podanych składników zagnieść ciasto do momentu aż będzie gładkie, elastyczne. Gotowe ciasto odstawiamy w cieple miejsce by odpoczęło. Na stolnicy wałkujemy placek i wycinamy szklanką krążki. Na krążki nakładamy farsz i sklejamy. W garnku gotujemy wodę z dodatkiem soli i oleju. Wkładamy pierogi i delikatnie mieszamy gotujemy ok. 4 min. od wypłynięcia, wyjmujemy łyżką cedzakową.

Miodownik

Ciasto miodowe:

- 500 g mąki pszennej
- 200 g masła (lub margaryny)
- 200 g cukru pudru
- 2 jajka
- 2 łyżki miodu
- 2 łyżki mleka
- 1 łyżka sody oczyszczonej

Masa orzechowa:

- 200 g posiekanych orzechów włoskich
- 100 g cukru
- 120 g masła (lub margaryny)
- 2 łyżki miodu

Masa budyniowa:

- 1 opakowanie budyniu waniliowego bez cukru
- 250 g masła
- 100 g cukru
- 400 ml mleka

Dodatkowo:
ok 400 g powideł śliwkowych lub malinowych

Sposób przygotowania:

1. Przygotować ciasto miodowe. Mleko i miód przełożyć do garnuszka, podgrzać mieszając, aż miód się rozpuści. Pozostawić do ostygnięcia. Mąkę wymieszać z sodą. Dodać masło i całość posiekać nożem. Dodać cukier puder i jajka. Dodać mleko z miodem i zagnieść ciasto.
2. Ciasto podzielić na 3 równe części.
3. Dno formy wyłożyć papierem do pieczenia i wykleić jedną częścią ciasta (ciasto jest dość klejące, ręce obsypać mąką). Piec w nagrzanym piekarniku ok. 12-15 minut, aż ciasto się zarumieni w temp. 180°C. pozostawić do ostygnięcia.
4. W ten sam sposób upiec drugi placek. Pozostawić do ostygnięcia.
5. Trzecią część ciasta wykleić w formie i odstawić na bok (jeszcze nie pieczemy!!!)
6. Przygotować masę orzechową. Masło roztopić z miodem i cukrem. Dodać posiekane orzechy i smażyć na małej mocy palnika ok. 5 minut. Gorącą masę wyłożyć na trzecie, surowe ciasto. Całość piec w nagrzanym piekarniku ok. 12-15 minut w temp. 180°C (grzałka góra-dół). Pozostawić do ostygnięcia.
7. Przygotować masę budyniową. Ugotować budyń według przepisu na opakowaniu tylko z 400 ml mleka i z dodatkiem 100 g cukru. Gotowy budyń ściągnąć z ognia i od razu przykryć folią spożywczą tak, aby folia dotykała powierzchni budyniu (w ten sposób na budyniu nie utworzy się kożuch). Pozostawić do ostygnięcia. Miękkie masło utrzeć na jasną, kremową masę. Dalej miksując, dodawać stopniowo chłodny budyń.
8. Do formy przełożyć pierwszy placek (bez orzechów). Rozsmarować połowę powideł, a na powidłach położyć połowę masy budyniowej. Przykryć drugim plackiem (bez orzechów) i ponownie posmarować drugą połową powideł i masy. Przykryć plackiem z orzechami.
9. Ciasto pozostawić w chłodnym miejscu, aż placki zmiękną. Ciasto może zmięknąć już po 24 godzinach a może to trwać 3 dni.
10. Gdy ciasto będzie już miękkie przechowywać w lodówce.

KGW „Kobiety z Pasją" z Kotorowa

Koło Gospodyń Wiejskich „Kobiety z Pasją" z Kotorowa działa od 2012 r. W Kole jest 15 członkiń. Koło ma liczne osiągniecia, bierze udział w konkursach kulinarnych, udziela się charytatywnie. Organizuje różnego rodzaju imprezy tj. Dzień Dziecka, Dzień Matki, Pikniki rodzinne dla mieszkańców Kotorowa, Sylwestra. Panie z Koła zajmują się także rękodziełem, w tym wykonują stroiki świąteczne i wieniec dożynkowy. Koło współpracuje m.in. ze Stowarzyszeniem Wandalowie – Wandalska Zagroda w Kotorowie.

Pasztet z dziczyzny

- 2 kg mięsa z dzika
- 1 kg boczku surowego
- 20 dag wątroby drobiowej
- kilka grzybów suszonych (namoczyć)
- 2 cebule
- 3 marchewki
- por, seler
- liść laurowy, pieprz, sól, zioła prowansalskie, gałka muszkatołowa, ziele angielskie
- 3 czerstwe bułki (namoczyć)
- 3 jajka

Mięso i boczek zalać wodą, gotować, osolić „Kucharkiem" dodać liść laurowy, ziele angielskie. Grzyby i włoszczyznę gotować do miękkości. Po ugotowaniu mięso wystudzić a wątróbkę podsmażyć. Mięso z rosołu podsmażyć przez 5 minut. Bułkę namoczyć w rosole. Wszystko przekręcić przez maszynkę 3 razy, następnie dodać trochę gałki muszkatołowej, ziół prowansalskich, 1 łyżkę cukru, pieprz ziołowy, pieprz czarny, sól. Żółtka mieszamy, z białek ubić pianę i dodać na koniec. Doprawiamy według swego uznania, blachę nasmarować smalcem. Piec około 1,5 godziny. Smacznego!

KGW Modryń-Kolonia

Koło Gospodyń Wiejskich Modryń-Kolonia swoją działalność prowadzi od ponad 60 lat. Powstało w 1959 roku. Jego działalność była bardzo zróżnicowana. W początkowych latach polegało to na prowadzeniu szkoleń i kursów kulinarnych. Później nastąpił czas zmian historycznych takich jak stan wojenny w czasie którego działalność koła była zawieszona. Po latach, dokładnie w 2012 roku, koło zostało reaktywowane i zaczęło udzielać się w większej ilości imprez kulturalnych. Wówczas na terenie gminy oraz powiatu zaczęto organizować więcej konkursów, w których brałyśmy czynny udział ze swoimi różnymi smakołykami. Obecnie funkcję przewodniczącej naszego KGW pełni Pani Jadwiga Maj.

W grudniu 2018 roku Panie zostały wpisane do Krajowego Rejestru KGW. W związku z tym nabyta osobowość prawna i otrzymane środki pozwoliły nam na szerszą działalność. Udział w różnego rodzaju szkoleniach, kursach a przede wszystkim konkursach. W 2019 roku w marcu zgłosiły do konkursu Bitwa Regionów „tort fasolowy Modryniak". W drodze eliminacji na sto zgłoszonych potraw znalazły się w dziesiątce uczestniczących kół, które dostały się do drugiego etapu. Na tym etapie tort zrobił dużą furorę. Obecnie znajduje się już na Liście Produktów Tradycyjnych Urzędu Marszałkowskiego Województwa Lubelskiego w Lublinie. Poza tym zajął dwa pierwsze miejsca w konkursie „Nasze kulinarne dziedzictwo - Smaki Regionu" oraz w drugim konkursie „Słodkie smaki regionu" w Zamościu.

Wsparcie, które otrzymały Panie z KGW nie tylko przyczyniło się do osiągnieć kulinarnych. Dzięki pozyskanym środkom organizują i jeżdżą na różnego rodzaju szkolenia, jakimi są kursy kulinarne czy kursy rękodzieła. Prezentują się na różnego rodzaju imprezach i targach ludowych w nowych pięknych strojach, które również nabyły dzięki wsparciu Projektów Rządowych. Nowoczesny sprzęt ułatwił organizację wielu imprez np. Pikniku rodzinnego na którym bawiły się całe rodziny.

Decyzja o wpisaniu naszego Koła Gospodyń Wiejskich Modryń-Kolonia do Krajowego Rejestru KGW była strzałem w dziesiątkę. Dzięki tej decyzji koło nie jest już rozpoznawalne tylko w naszej małej ojczyźnie, ale także na arenie wojewódzkiej, a nawet można się pokusić o stwierdzenie, że i w całym kraju.

Jako, że nasz region jest zagłębiem fasolowym to Panie specjalizują się głównie w daniach z fasoli. Serwują z fasoli: pastę, pasztet, tort, placek i inne pyszne potrawy.

Pasta z fasoli:

- 400 g fasoli
- 2-3 ząbki czosnku
- Sól, pieprz
- ½ szkl. oleju
- majeranek, rozmaryn do smaku
- Pół kostki sera fety

Fasolę namoczyć na noc, następnego dnia odcedzić, zalać świeżą wodą, ugotować. Odcedzić i zblendować lub zmielić przez maszynkę. Dodać olej, czosnek (przepuszczony przez praskę), ser feta. Doprawić solą, pieprzem, majerankiem i rozmarynem.

Tort fasolowy – modryniak

Wpisany w kategorii: Wyroby piekarnicze i cukiernicze na Listę Produktów Tradycyjnych w dniu 2 października 2020 roku.

Kształt (zewnętrzny i na przekroju)
Zewnętrzny – owal, na przekroju – prostokąt
Wielkość
Około 36 cm średnicy
Barwa (zewnętrzna i na przekroju)
Brązowo-biała. Na przekroju ciemny beż i biała masa
Konsystencja, „wrażenie w dotyku"
Miękka, puszysta
Smak i zapach
Smak słodki, zapach migdałowy

Tradycja, pochodzenie oraz historia produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju spirytusowego

Wielokulturowość mieszkańców Lubelszczyzny widoczna jest prawie we wszystkich dziedzinach kultury materialnej, zarówno w budownictwie, strojach ludowych jak również w regionalnej kuchni. Region lubelski pomimo skomplikowanych losów historycznych i peryferyjnego położenia tj. w środkowowschodniej Polsce, do dnia dzisiejszego zachował tradycyjne nawyki kulinarne, które ukształtowało przede wszystkim środowisko geograficzne – D. Powiłańska-Mazur „Tajemnice tradycyjnych kuchni – Region lubelski", praca zbiorcza.

Ze względu na sezonowość upraw, cykliczność zbiorów oraz ograniczone możliwości przechowywania pożywienia, lubelska kuchnia była bardzo monotonna. „Jeszcze na przełomie XIX i XX wieku codzienne pożywienie mieszkańców wsi lubelskich, było mało urozmaicone. W jadłospisie dominowały potrawy mączne oraz przyrządzane z ziemniaków, kapusty, kaszy jęczmiennej i gryczanej, roślin strączkowych i mleka (…)". - D. Powiłańska-Mazur „Tajemnice tradycyjnych kuchni – Region lubelski", praca zbiorcza.

W Polsce w okresie okupacji, kiedy głód był powszechny, potrawy przygotowywano niemal ze wszystkiego, przełamując żywieniowe opory. O tzw. erstazach, czyli namiastce czegoś, podróbce, substytucie, wspomina Maria Iwaszkiewicz w pozycji pt. „Z moim ojcem o jedzeniu": „Erstazem niewątpliwym był pieczony na każdą rodzinną uroczystość wielki wynalazek okupacyjny – tort fasolowy (…)".

Tradycja wypieku tortu fasolowego w miejscowości Modryń Kolonia wywodzi się z przełomu XIX i XX wieku. Tort fasolowy swoją nazwę zawdzięcza miejscowości Modryń, w której tradycje uprawy fasoli sięgają XVI wieku, oraz oryginalnej recepturze, której sekretem jest zastosowanie fasoli jako podstawowego składnika, wykorzystywanego do jego wypieku.

Pierwszy przepis na tort fasolowy – modryniak pochodzi z lat 60-tych, a pierwsza fotografia tortu fasolowego przygotowanego według oryginalnej receptury, z okazji wesela, pochodzi z grudnia 1974 roku.

Sporządzenie tortu fasolowego rozpoczynano od namoczenia fasoli (gatunek „Piękny Jaś"). Fasolę zalewano na noc zimną wodą. Rano zlewano wodę i dodawano świeżej, gotując w niej fasolę do miękkości przez około 2 godziny, po czym odlewano wodę, aby fasolę osuszyć i obrać ze skórek. Następnie ucierano żółtka z cukrem, do których dodawano przetartą przez sito fasolę, bułkę tartą i kilka kropli olejku migdałowego. Całość bardzo dokładnie mieszano, dodając na koniec ubite na sztywną pianę białka. Gotową masę pieczono około godziny w temperaturze 180°C. W następnym etapie przygotowywano budyń wykorzystując około 480 ml mleka, dodając masło, pół szklanki cukru pudru oraz sok i otartą skórkę z połowy cytryny. Całość pieczono przez około godzinę, studzono i krojono na trzy równe części, które przekładano wcześniej sporządzoną masą.

Tort fasolowy - modryniak, wypiekany według tradycyjnej, lubelskiej receptury zdobył I miejsce w kategorii wyroby cukiernicze podczas konkursu Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów w lipcu 2019 roku.

KGW „Pod Olchą" w Olszance

KOTLETY MIELONE Z KRÓLIKA

Mielone te doskonałe są dla małych konsumentów i seniorów, którzy mają problem z żuciem. Cztery podstawowe składniki: mięso z królika, kasza jaglana, ziemniaki i jajka są wybitnie odżywcze i lekkostrawne dla organizmu ludzkiego.

Sposób wykonania:

Królika gotujemy w całości w ulubionych ziołach na wolnym ogniu około 3 godziny. Obieramy mięso, mielimy. Gotujemy 1 kubek ~300 ml kaszy jaglanej, ziemniaków gotujemy tyle, by objętościowo po ich zmieleniu, równoważyły ilość ugotowanej kaszy jaglanej.

Wszystko mieszamy razem dodając sól do smaku, pieprz i 5 jajek. Można dodać kurkumę, będzie ciekawy kolor. Robimy kule, obtaczamy w płatkach jaglanych, robimy palcem dołek i smażymy na ulubionym tłuszczu. Podajemy polane sosem żurawinowym z nutką cynamonu i pomarańczy.

CIASTKA GRZYBKI

Składniki:

60 dkg mąki pszennej, 30 dkg margaryny, 1 cukier waniliowy, 6 żółtek, 15 dkg cukru pudru, 1 płaska łyżka proszku do pieczenia, 1 białko, 1 pełna łyżka maku

Masa:

2,5 kostki masła, 5 jajek, 1,5 szklanki cukru kryształ, cukier waniliowy, 1 grubszy batonik chałwy, 2 łyżki orzechów włoskich mielonych, 1,5 sok z cytryny

Wykonanie:

5 całych jajek, 1,5 szklanki cukru, cukier waniliowy, ubijamy na parze do gęstości, dodajemy ostudzone jajka do utartego masła, dodajemy chałwę, sok z cytryny, ucieramy. Można dodać spirytusu.

Żółtka, cukier puder, cukier waniliowy dobrze utrzeć. Mąkę z proszkiem i margaryna posiekać, dodać utarte żółtka z cukrem, zagnieść ciasto, schłodzić, podzielić na kawałki. Ciasto rozwałkować, wycinać krążki, pieczemy foremką do babeczek kapelusze. Spody grzybka wycinamy szklanką i robimy w środku dziurkę na nóżkę, pieczemy.

Wałeczki formujemy, kroimy w kawałek tworzymy nóżkę. Z jednej strony maczamy w białku i maku. Pieczemy.

Polewa:

4 łyżki mleka, 4 łyżki margaryny, 4 łyżki cukru kryształ, 2 łyżki płaskie kakao, 3 dkg gorzkiej czekolady, podgrzewamy.

KGW „Odlotowe Agentki" z Podhorzec

Koło Gospodyń Wiejskich „Odlotowe Agentki" z Podhorzec, gmina Werbkowice działa od piętnastu lat. Liczy 32 członkinie, które aktywnie działają w miarę możliwości i wolnego czasu, biorą udział w konkursach. Uczestniczą w spotkaniach z innymi KGW z innych powiatów, podczas których m.in. wymieniają się pomysłami i przepisami. KGW Podhorce może pochwalić się osiągnięciami i sukcesami także tymi kulinarnymi. Specjał KGW „Ciasto staropolskie podhoreckie" zostało wpisane na Listę Potraw Tradycyjnych województwa lubelskiego.

Najstarsze wzmianki na temat tego ciasta pochodzą sprzed około 100 lat. Wyrób ten pochodzi z jednej ze wsi Gminy Werbkowice – Podhorzec. Przepis przetrwał dzięki przekazywaniu tradycji kulinarnych kolejnym pokoleniom. Prababcia jednej z członkiń obecnego KGW w Podhorcach, przekazała przepis swojej córce. Przepis przetrwał do dziś.

GOLONKA PIECZONA W MUSZTARDZIE

Składniki:

- musztarda
- delikat knorr
- papryka słodka
- papryka ostra
- sól 6 łyżek (czubate)
- pieprz ziarnisty
- ziele angielskie
- liść laurowy
- woda 3 l
- sól pytlowa 1 łyżeczka (czubata)

Wykonanie:

Wodę 1 szklanka plus ziele, pieprz w ziarnkach, liść laurowy zagotować i na-

stępnie ostudzić. W reszcie wody rozmieszać sól + sól pytlową, dodać ostudzoną marynatę, wymieszać i włożyć golonkę, pozostawić na 12 godzin. Po upływie tego czasu wyjąć z marynaty, odsączyć, natrzeć dookoła obficie musztardą, obsypać dookoła wymieszanymi wcześniej przyprawami (delikat knorr, papryka słodka, papryka ostra). Włożyć do brytfanny, piec 3,5 godziny w temperaturze 160°C, można mięso przykryć folią aluminiową. Po upieczeniu podawać z musztardą lub sosem chrzanowym.

CIASTO STAROPOLSKIE PODHORECKIE

Na Liście Produktów Tradycyjnych figuruje od 24 stycznia 2013 r. Produkt został zarejestrowany w kategorii wyroby piekarnicze i cukiernicze.

Ten niezwykły wypiek o słodkim, orzechowo-śliwkowym smaku i zapachu, znany był już 100 lat temu. To właśnie z tego czasu pochodzą najstarsze wzmianki na jego temat. Wyrób związany jest z jedną ze wsi gminy Werbkowice – z Podhorcami. Dla podkreślenia tej przynależności, kobiety z miejscowego Koła Gospodyń Wiejskich nadały ciastu nazwę podhoreckie. Przymiotnik „staropolskie" pojawił się zaś dla zaznaczenia odległej metryki ciasta, którego pierwotnej nazwy nikt już z żyjących nie pamiętał.

Podhoreckie ciasto należy do jednych z najprostszych wypieków, które to od wielu pokoleń gościło w kuchni lokalnej społeczności. Składa się nań mąka, masło, żółtka i woda, które trzeba zagnieść i podzielić na dwie części. Jedną, rozwałkowaną w prostokąt, przekłada się na blachę wyłożoną pergaminem, na którą wylewa się masę z jajek, cukru pudru, mielonych orzechów i suszonych śliwek. Całość należy przykryć pozostałą częścią rozwałkowanego w prostokąt ciasta i upiec na złoty kolor. Obecnie do ciasta są dodawane także rodzynki, olejek migdałowy oraz cukier puder do posypywania, a to z kolei zmienia nieco smak, zapach i wygląd ciasta na bardziej intensywny, migdałowy i słodszy.

Przepis ten przetrwał do dziś, dzięki dbałości gospodyń z Podhorzec, które ciasto staropolskie podhoreckie przygotowują w domach z okazji świąt, ale również podają podczas uroczystości wiejskich, takich jak dożynki, odpusty parafialne czy spotkania Koła Gospodyń Wiejskich w remizo-świetlicy w Podhorcach, na przykład z okazji Dnia Kobiet.

Przepis pochodzi z oficjalnej strony internetowej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Lubelskiego w Lublinie https://www.lubelskie.pl/rolnictwo-i-srodowisko/rozwoj-obszarow-wiejskich/produkty-tradycyjne/

Koło Gospodyń Wiejskich „Maki" z Podlodowa

Koło Gospodyń Wiejskich „Maki" z Podlodowa gm. Łaszczów powstało 08.03.2015 r. Liczy 11 osób. Panie z Koła zajmują się pieczeniem ciast, gotowaniem potraw, rękodziełem, wiciem wieńców dożynkowych. Biorą udział w kiermaszach wielkanocnych i bożonarodzeniowych oraz uczestniczą w dożynkach (parafialnych, gminnych, diecezjalnych i ogólnopolskich na Jasnej Górze). W swoim dorobku posiadają wiele osiągnięć z tytułu uczestnictwa w konkursach (ponad 30 dyplomów i 5 statuetek). KGW „Maki" współpracują z OSP Podlodów i innymi stowarzyszeniami. Chętnie pracują na rzecz lokalnej społeczności.

MAKOWIEC INACZEJ

Składniki:

- 25 dag masła
- 35 dag cukru
- 9 jaj
- 30 dag maku
- 9 czubatych łyżek kaszy manny
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 1 kg jabłek
- bakalie (orzechy, rodzynki i itp.)

Wykonanie:

Mak zagotować i zemleć. Margarynę utrzeć z cukrem dodając po jednym żółtku i łyżce maku. Następnie dodać starte jabłka, kaszę manną, proszek do pieczenia i bakalie. Białka ubić na sztywno, dodać do pozostałych składników i wszystko delikatnie wymieszać. Piec 50 min. w temperaturze 180°C. Gdy wystygnie można polać polewą czekoladową.

PASZTET Z SELERA

Składniki:

- 2 duże selery
- 2 cebule
- 3 jaja
- 1 margaryna
- 1,5 szk. bułki tartej
- marchew na kolor
- pietruszka do smaku

Wykonanie:

Wszystkie warzywa oczyścić, pokroić i zalać zimną wodą tak, aby były przykryte, dodać soli według uznania. Gotować do miękkości. Po ugotowaniu rozgnieść tłuczkiem do ziemniaków i zblendować. Do masy dodać roztopioną margarynę, żółtka i bułkę tartą. Doprawić do smaku pieprzem, solą i ziołami, które lubimy. Masę wyrobić ręcznie na koniec dodać ubite białka i delikatnie mieszać. Wszystko wyłożyć do keksówki. Piec 50 min. w temperaturze 170°C.

KGW „Pukarzowianki"

Koło Gospodyń Wiejskich „Pukarzowianki" datuje swoje powstanie na 30.09.2019 r. Koło w ramach swojej działalności zajmuje się organizacją uroczystości rodzinnych m.in. komunii, chrztów, a także imprez o charakterze integracyjno-rozrywkowych, tj. zabawy Andrzejkowe, imprezy sylwestrowe, spotkania dla seniorów. KGW angażuje się także charytatywnie w akcje dobroczynne. Koło w swoich licznych osiągnięciach i sukcesach może m.in. poszczycić się wydaniem książki kucharskiej pt. „Smaki Pukarzowa", promującej kulturę regionalną. Książka powstała w ramach projektu NOWEFIO. Kolejnym sukcesem jest zajęcie I miejsca w konkursie na szczeblu wojewódzkim za najlepszą szarlotkę. W konkursie nagrody wręczała Pierwsza Dama RP Pani Agata Kornhauser-Duda. Koło Gospodyń Wiejskich cechuje otwartość, pomoc innym oraz gotowość do współpracy i nowych wyzwań.

KRÓWKI ZE ŚMIETANĄ I CZOSNKIEM

Składniki:

- 1 kg świeżych krówek (mleczajów)
- 8 ząbków czosnku
- ½ łyżeczki soli
- 200 ml śmietany 18%

Grzyby oczyścić (małe krówki można użyć w całości, w przypadku większych grzybów polecamy użycie samych kapeluszy) i obgotować dwukrotnie (za każdym razem przez ok. 45 minut). Przelać je zimną wodą i odcedzić. W makutrze rozetrzeć czosnek z solą, dodać grzyby i śmietanę, wszystko dokładnie wymieszać odstawić do lodówki na ok. 2 godziny. Podawać z pajdą chleba ze smalcem.

PIEROGI Z BOBEM

Składniki:

CIASTO

- mąka
- gorąca woda
- oliwa
- szczypta soli

FARSZ

- 1 kg bobu
- 50 g boczku
- 2 cebule
- 4-5 ząbków czosnku
- sól i pieprz do smaku

Bób ugotować do miękkości w osolonej wodzie. Ostudzić i zmielić w maszynce do mięsa. 50 g boczku usmażyć z pokrojoną w kostkę cebulą, a następnie wymieszać z bobem. Przyprawić farsz solą i pieprzem. Z mąki, wody oliwy i szczypty soli zagnieść elastyczne ciasto. Rozwałkować je na cienki placek i wycinać szklanką kółka. Na każdym układać farsz i zlepiać brzegi. Z reszty boczku usmażyć skwarki. Pierogi wrzucać na osolony wrzątek i gotować do wypłynięcia. Podawać ze skwarkami.

KGW „Żółte Magnolie" w Sahryniu

Koło Gospodyń Wiejskich „Żółte Magnolie" w Sahryniu swoją działalność rozpoczęło w latach 2007-2008. Od początku bardzo dobrze układała się współpraca Koła z sołtysami, co utwierdzało w przekonaniu, że warto działać na rzecz lokalnej społeczności. Były to m.in. festyny, ferie zimowe, wspólna Wigilia. Należy również dodać, że Koło współpracuje ze Szkołą Podstawową w Sahryniu razem udało się zorganizować „Dzień Dziecka", a także szkoła była partnerem przy projekcie pn. „Integracja międzypokoleniowa poprzez dziedzictwo kulinarne". Od 2019 r. KGW działa pod nazwą „Aktywny Sahryń". W tym roku również, Koło przy współpracy z „Aktywnym Pograniczem" zrealizowało projekt pn. „Sahryń kulinarnie". Działalność KGW to również udział w konkursach, organizacja dożynek a także pomoc osobom starszym.

KGW jako grupa stara się podnieść poziom kulinarny biorąc udział w szkoleniach prowadzonych przez wykwalifikowanych kucharzy. Trzy członkinie KGW uczestniczyły w projekcie i otrzymały certyfikat „Lokalny Animator", co dodatkowo pozwala urozmaicić czas podczas wydarzeń organizowanych z udziałem dzieci.

Ciasto STEFANKI

Przepis na ciasto pochodzi ze starego zeszytu mamy jednej z członkiń KGW. Prowadziła go w młodości, wtedy na wsiach były prowadzone kursy gotowania i pieczenia dla młodych gospodyń.

Składniki na ciasto:

- 1/2 kg margaryny
- 1/2 kg cukru
- 65 dkg mąki
- 11 jaj
- 1 proszek do pieczenia

Jest to duża porcja na 8 placków. Ucieramy margarynę z cukrem, w trakcie ucierania wbijamy po 1 jajku, na koniec wsypujemy mąkę. Blachę (23x36) wyścielamy papierem do pieczenia i smarujemy cienko ciastem. Pieczemy na złoty kolor, później placki przełożymy masą.

MASA:

- 10 jaj
- 2 szkl. cukru
- 2 szt masła
- 4 łyżki kakao
- spirytus do smaku

Jaja razem z cukrem ubijamy na parze, zostawiamy do wystygnięcia. Masło ucieramy do białości, dodajemy w trakcie ucierania po 2 łyżki masy jajecznej, następnie dodajemy kakao i spirytus, delikatnie mieszamy. Masą przekładamy placki. Ciasto najlepiej smakuje na drugi dzień kiedy placki przejdą masą.

HAŁAJDUSIA

Tradycyjna zupa polska, która jest przygotowywana ze szczawiu, zawiera również groch, skwarki i śmietanę. Zupa jest zielona, lekko kwaskowata, można ją również przygotować na bazie wywaru mięsnego i z dodatkiem jajek na twardo.

Przygotowanie zupy:

szczaw płuczemy, siekamy i wrzucamy do gorącej wody, gotujemy 10 minut, wodę odlewamy żeby zupa nie była zbyt kwaśna. Zalewamy świeżą wodą i zagotowujemy, dodajemy groch (można go rozdusić), następnie dodajemy skwarki. Pamiętajmy żeby zupę zagęścić śmietaną rozrobioną z mąką (2 łyżki mąki przyrumienić na patelni) zagęścić tym zupę.

KGW w Siemierzu

Koło Gospodyń Wiejskich w Siemierzu działa już od wielu lat, obecnie liczy 33 osoby. Członkinie mają szerokie zainteresowania, specjalizują się m.in. w robótkach ręcznych, szydełkowaniu, haftowaniu, wypiekach różnego rodzaju ciast, tortów, korowaji weselnych a także chętnie spędzają czas aktywnie, biorąc udział w rozgrywkach sportowych. Prace przedstawicielek Koła prezentowane są na wystawach gminnych i szerzej poza gminą. Starają się one być jak najbardziej aktywne i promować Siemierz, swoją parafię, gminę oraz cały powiat, chcą aby polska wieś stawała się coraz piękniejsza i nowocześniejsza. Dbają o utrzymanie czystości i wizerunku wspólnych obiektów znajdujących się w miejscowości, np.: remizo-świetlicę i przylegającego do niej terenu na którym ostatnio powstał plac zabaw dla dzieci. Członkinie Koła tworzą piękne dekoracje na różne okoliczności w lokalnym kościele. Udzielają się charytatywnie uczestnicząc w różnych zbiórkach dla potrzebujących. Organizują imprezy integracyjne dla dzieci i wszystkich mieszkańców gminy. Pomagają sąsiadom, seniorom, osobom słabszym i samotnym. Współpracują ze wszystkimi Kołami w gminie, miejscową Ochotniczą Strażą Pożarną, Urzędem Gminy, Parafią oraz powiatem. Posiadają charakterystyczne stroje ludowe dla naszego terenu, które wykorzystują przy okazji różnych spotkań i obchodów. Podtrzymują zwyczaj wyplatania wieńców dożynkowych i na tym polu mogą poszczycić się wieloma nagrodami, zdobywając m.in. I miejsce w konkursie „najpiękniejszy wieniec" uczestniczyły jako nieliczne we Mszy

Świętej na szczycie Jasnogórskim, a następnie na Dożynkach Prezydenckich w Spale. Przygotowują różnego rodzaju potrawy według starych przepisów swoich mam i babć. Przygotowują swojskie pierożki z różnym nadzieniem gotowane lub pieczone, chleb wiejski, bułki na różnego rodzaju kiermasze, konkursy. Ich prace, potrawy, ciasta zostają doceniane. Przygotowany przez Panie korowaj weselny zajął II miejsce w konkursie ogólnopolskim, a sernik z sosem malinowym zdobył tytuł „Najlepszy smak Lubelszczyzny".

Śliwkowiec

Upiec ciemny biszkopt z 8 jajek, 8 łyżeczek cukru, 5 łyżek mąki, 2 1/2 łyżki kakao, 1 łyżeczka proszku do pieczenia

Masa:

Ugotować budyń czekoladowy, ostudzić utrzeć z masłem. Śliwki suszone namoczyć w winie, pokroić.

Wykonanie:

Przekroić biszkopt na połowę, posmarować połowę masą, przykryć drugim, posmarować powidłami śliwkowymi, położyć delicje, druga połowa masy, pokrojone śliwki i zalać polewą czekoladową.

Gołąbki z kaszy gryczanej z mięsem w sosie grzybowym

Farsz:

1 szklanka kaszy, 2 szklanki bulionu, 3 łyżki olej, sól,

Zagotować wodę z bulionem, wsypać kaszę, gotować do gęstości, odstawić do zaparzenia. Po ostygnięciu dodać mięso, przyprawić do smaku. Liście z kapusty sparzyć, a następnie nadziewać i wyrabiać gołąbki. Piec w piekarniku około 2 godzin w temperaturze 180°C.

Grzyby wcześniej namoczyć, następnie odgotować, pokroić, na gorący wywar wrzucić pokrojone grzyby, doprawić solą, pieprzem, zagęścić z dodatkiem mąki.

KGW w Czernięcinie Głównym

Koło Gospodyń Wiejskich w Czernięcinie Głównym istnieje ponad 50 lat. Obecnie liczy 23 członkinie. Przewodniczącą Koła jest Pani Teresa Polska, zastępcą Pani Teresa Żłób. Panie z Koła głównie specjalizują się w gotowaniu i wypiekaniu. KGW chętnie bierze udział w konkursach kulinarnych, dożynkach, udziela się charytatywnie. Koło aktywnie uczestniczy w życiu gminy, biorąc udział we wszystkich uroczystościach, zarówno patriotycznych, kościelnych jak i lokalnych imprezach kulturalnych. Współpracuje przy organizacji różnego rodzaju inicjatyw integrujących mieszkańców, jak między innymi „Dzień Dziecka".

PIEROGI Z KASZĄ GRYCZANĄ I SEREM

Ciasto na skórki:

- ½ litra gorącej wody
- 2 jajka
- sól
- mąka - tyle ile wejdzie tak, aby ciasto było luźne (wolne)

Farsz:

- 1 litr mleka – zagotować
- ½ litra kaszy gryczanej uparować i ostudzić
- ½ kg sera białego
- sól
- 2 jajka

Wszystkie składniki wymieszać i wkładać w skórki z ciasta.

PIERÓG DROŻDŻOWY

- 1 l mleka
- 1 szklanka śmietany
- 5 jajek
- ½ łyżki soli
- ½ cukru kryształu
- 2 cukry waniliowe
- ½ kostki masła
- ½ szklanka oleju
- 15 dkg drożdży
- mąka – tyle ile wejdzie, aby ciasto było średniej konsystencji

Ciasto wyrabiamy ręcznie. Mleko podgrzać lekko, tak aby drożdże się ruszyły, dodać cukier, lekko ubite jajka, cukier waniliowy, olej, śmietanę, sól, masło, cały czas wgniatając mąkę tyle ile wejdzie, aby ciasto było średniej konsystencji. Odstawić w ciepłe miejsce do wyrośnięcia (ok. 1 godz.) tak, aby objętość się podwoiła.

KGW „Kreatywni" we Frampolu

Koło Gospodyń Wiejskich „Kreatywni" we Frampolu powstało w marcu 2023 roku.

KGW tworzą kreatywne kobiety, jak również wspierający je fantastyczni Panowie, aktualnie zapisanych jest 58 członków: 48 kobiet i 10 mężczyzn. Jak wskazują Panie z KGW mężczyźni w Kole są bardzo potrzebni dla równowagi kobiecego zespołu. KGW przede wszystkim działa na rzecz integracji mieszkańców. Realizuje cele statutowe, planuje dynamicznie działać w zakresie integracji społecznej, wyjścia z domu

i aktywnego spędzania czasu razem. KGW „Kreatywni" chce również kultywować tradycje, realizować własne pasje, zdobywać nowe umiejętności. Koło zdecydowanie łączy pokolenia, najstarsze członkinie przekazują ogromną wiedzę na temat zwyczajów sprzed lat, a młodsze pokazuje jak nadążyć za nowoczesnością.

Chociaż „Kreatywni" są młodym Kołem, to starają się prężnie działać i godnie reprezentować Gminę. KGW brało już udział: w Turnieju Miejscowości we Frampolu, w finale projektu „Kulinarne Tradycje Zamojszczyzny", w którym zdobyło II miejsce w kategorii ciasto regionalne.

BABKA ANIELSKA WISZĄCA

- 8 jajek (małych)
- 1 szklanka cukru
- 1 cukier wanilinowy
- 1,5 szklanka mąki
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- ½ szklanki soku pomarańczowego
- sok z 2 wyciśniętych cytryn
- ½ szklanki oleju

Żółtka utrzeć z cukrami, dodać sok pomarańczowy, sok z cytryn, olej, dodać mąkę z proszkiem do pieczenia. Wymieszać mikserem na małych obrotach. Białka ubić ze szczyptą soli. Wszystko razem wymieszać. Na środku tortownicy stawiamy słoik pusty. Blaszki nie wolno niczym smarować, ani wykładać papierem. Blaszkę najlepiej wcześniej umyć i wysuszyć, wytrzeć, nie może być tłusta. Do blaszki przekładamy ciasto. Wstawiamy do piekarnika i pieczemy 45-50 min. w temp. 180°C do suchego patyczka.

Upieczona babkę od razu wyjmujemy z piekarnika i odwracamy do góry nogami, tak aby forma z babka stała na słoiku, a babka w niej wisiała. Babkę w takiej pozycji pozostawiamy do wystygnięcia.

GOŁĄBKI Z KASZĄ I GRZYBAMI

Składniki:

- 1 szklanka kaszy gryczanej
- 10-12 liści kapusty
- 2 średnie cebule
- olej lniany do smażenia
- grzyby: podgrzybki, prawdziwki
- 1 jajko
- sól, pieprz do smaku można dodać też majeranku, tymianku
- bulion warzywny ok. 1 litr
- śmietanka 30% do sosu grzybowego

Przygotowanie:

Kaszę ugotować na sypko, uważać aby się nie przegotowała. Może być nawet lekko al dente. Liście kapusty przygotować: sparzyć we wrzątku, usunąć zgrubiałe nerwy liści. Suszone grzyby namoczyć w gorącej wodzie ok. 20 min. (wody po namoczeniu grzybów nie wylewamy). Cebule drobno siekamy, podsmażamy na oleju lnianym, dodajemy pokrojone grzyby. Do podsmażonych grzybów dodajemy ugotowaną kaszę, doprawiamy. Do wystudzonego farszu dodajemy jajko, mieszamy. Porcje farszu układamy na liściach i zwijamy gołąbki. Na dnie garnka układamy liść kapusty, który zapobiegnie przypaleniu się gołąbków. Układamy gołąbki i zalewamy je przygotowanym wcześniej gorącym bulionem oraz wywarem po moczonych grzybach. Całość dusimy, aż kapusta będzie miękka, przez ok. 60-70 minut w temp. 180°C. Po ugotowaniu sos zagęścić śmietanką.

KGW Ubrodowice

Koło Gospodyń Wiejskich Ubrodowice powstało w 1967 r. Obecnie liczy 15 członkiń. Koło specjalizuje się w gotowaniu, pieczeniu oraz w występach kabaretowych. Panie z KGW jeżdżą na różne festiwale jadła kresowego, często zajmując czołowe miejsca.

KARTACZE Z MIĘSEM I Z OKRASĄ

Składniki:

- 2 kg ziemniaków surowych
- 2 kg ziemniaków gotowanych
- 10 dag mąki ziemniaczanej
- 10 dag mąki pszennej
- 1 jajko
- łyżeczka soli

Z podanych składników zagnieść ciasto. Formować owalne kule i nadziewać farszem mięsnym lub serowym. Ugotować. Podawać polane okrasą.

CIASTO ANIOŁEK

Składniki:

- 3 szklanki mąki
- 0,5 margaryny
- 0,5 szklanki śmietany
- 1 łyżka amoniaku
- 1 łyżka smalcu
- 2 jajka

Wszystkie składniki zagnieść i upiec 4 placki

Masa:

- 1 litr mleka
- 1 margaryna
- 0,5 szklanki cukru
- 4 łyżki mąki pszennej
- cukier waniliowy

Ze składników ugotować budyń i ciepłą masą przełożyć placki.

KGW Wilków „Orliki"

Koło Gospodyń Wiejskich Wilków „Orliki" istnieje od dawna. W 2018 roku zostało wznowione i nadana została nowa nazwa „Orliki". W Kole jest 18 członków, w tym 4 mężczyzn. KGW „Orliki" zajmuje się gotowaniem i pieczeniem na różne okazje. Udziela się charytatywnie. Wykonuje rękodzieło. Uczestniczy w różnych konkursach i zdobywa nagrody. W 2021 r. podczas finału wojewódzkiego konkurs „Kobieta Gospodarna i Wyjątkowa" w Kumowej Dolinie w Chełmie, Koło wygrało konkurs zajmując I miejsce za „Kaczkę faszerowaną z Wilkowa".

KACZKA FASZEROWANA KASZĄ Z WILKOWA

Składniki:

- 1 kaczka ok. 1 ½ kg
- ½ kg mięsa drobiowego
- 1 ½ szklanki kaszy gryczanej jasnej nieprażonej
- 20 dag śliwek suszonych
- 6 jaj kurzych
- ok. 10 dag zmieszanych ziół (majeranek, bazylia, tymianek lub według uznania)
- 1 marchew
- 1 seler
- 1 pietruszka
- 1 por
- ½ kg jabłek
- 3 ząbki czosnku
- 1 średnia cebula
- 30 dag surowej słoniny lub boczku w plasterkach
- natka pietruszki i kopru do farszu opcjonalnie

Przygotowanie:

Kaczkę po oskubaniu, wypatroszeniu, opaleniu i umyciu wyluzować. Natrzeć kaczkę ziołami: majeranek, tymianek, bazylia, oregano, mięta (według uznania). Odstawić na 10 godzin w chłodne miejsce. Ugotować kaszę, gdy wystygnie, dodać zioła, mięso mielone, jaja, czosnek przepuszczony przez praskę i drobno poszatkowaną cebulę oraz pokrojoną natkę pietruszki i koper. Wyrobić farsz do momentu, aż będzie odklejał się od dłoni. Nadziać kaczkę farszem warstwami, przekładając śliwkami suszonymi, uprzednio namoczonymi w wodzie. Zszyć lub spiąć wykałaczkami – dół i szyję. Związać sznurkiem skrzydełka i udka, żeby się nie rozeszły w trakcie pieczenia. Włożyć do brytfanki wyłożonej rozwarstwionym porem, obłożyć całą kaczkę plastrami słoniny lub boczkiem. Obłożyć ciasno warzywami i przykryć rozwarstwionym porem.

KARPATKA Z NUTĄ MALINOWĄ

Ciasto:

- 1 szklanka wody
- ½ kostki margaryny
- 1 szklanki maki
- 5-6 jaj

Wykonanie:

Wodę z margaryną zagotować. Dodać mąkę (energicznie mieszkając) zagotować. Gdy masa

wystygnie dodać 5-6 jaj, ciągle mieszając. Z podanej masy upiec dwa placki w 180°C ok. 45 minut, bez otwierania.

Masa:

- 1 masło lub margaryna
- 1 szklanka mleka
- 1 szklanka cukru
- 1 cukier waniliowy
- 2 łyżki mąki pszennej i ziemniaczanej
- 1 jajko
- 1 czekolada gorzka lub mleczna

Wykonanie:

1 szklankę mleka zagotować a w drugiej szklance wymieszać wszystkie składniki oprócz czekolady i masła/margaryny. Połączyć wszystko i zagotować. Do powstałego gorącego budyniu dodać czekoladę i wymieszać do czasu rozpuszczenia. Wystudzony budyń utrzeć z masłem lub margaryną.

Sos malinowy:

2 szklanki malin rozgotować, następnie przetrzeć przez gęste sito, tak aby nie było pestek. Pozostawić na ogniu i gotować do wyparowania wody następnie dodać 2 łyżki miodu i gęstej konsystencja gęstej śmietany.

Stowarzyszenie Więź Pokoleń z Deszkowic Drugich

Stowarzyszenie Więź Pokoleń z Deszkowic Drugich uzyskało osobowość prawną w początkach 2012 roku. Jego powstanie i prowadzona działalność, przerwały długi okres stagnacji w społecznym działaniu miejscowości, nawiązując do dobrych wzorów i zbiorowego wysiłku mieszkańców z wcześniejszych okresów.

Treścią działania Stowarzyszenia wynikającego z jego nazwy jest łączenie pokoleń. Dotyczy to zarówno przeszłości, przez szacunek dla dokonań poprzedników, jak też teraźniejszości, gdzie jego członkowie udowadniają, że zbiorowym wysiłkiem można dokonać wiele. Przez wszystkie dotychczasowe lata główna działalność skoncentrowana była na kompleksowych pracach remontowych prowadzonych w niszczejącym budynku byłej szkoły podstawowej, wybudowanej w latach 60-tych ubiegłego wieku. W pracach prowadzonych we współpracy z Urzędem Gminy Sułów uczestniczyły również inne osoby z miejscowości, w tym młodzież, widzą-

ce sens tych działań. Prace remontowe nie wykluczały innej działalności, ograniczając ją tylko warunkami lokalowymi. Stowarzyszenie organizuje różne imprezy okolicznościowe, bierze corocznie udział w dożynkach gminnych i parafialnych, różnych festynach także charytatywnych, uczestniczy w wyjazdach,

wystawach i konkursach w wielu z nich zajmując czołowe miejsca. W latach 2014-2017 dwupokoleniowym orszakiem kolędniczym z ciekawą charakteryzacją trzech Króli, Stowarzyszenie przypomniało mieszkańcom o prawdziwych kolędnikach, dając dużo radości, zwłaszcza dzieciom. W 2019 r. wraz z mieszkańcami Stowarzyszenie organizowało dożynki gminne. W latach 2019-2020 z udziałem członków Stowarzyszenia i wielu ludzi dobrej woli w tym licznych darczyńców, dokonano odnowienia zabytkowej figurki Matki Bożej, wykonano zadaszenie i zagospodarowanie otoczenia z uroczystym poświęceniem tego miejsca 15 sierpnia 2021 roku. By być w zgodzie z tradycją i nazwą, prowadzone są różne warsztaty rękodzielnicze, kursy szydełkowania, ozdabiania, kulinarne i inne tematyczne. Każde z tych działań dla grupy 27 obecnych członków Stowarzyszenia i pozostałych spotykających się z nimi osób jest okazją do podtrzymywania społecznych więzi.

Ciągle na nowo członkowie Stowarzyszenia uczą się bycia razem, tolerowania różnic między nami, pracują nad sztuką osiągania kompromisów. Odpoczywają w tym gronie od swoich codziennych trosk i kłopotów z dodatkowym przekonaniem, że działania te mają wielowymiarowy sens, dając każdemu oprócz osobistej satysfakcji, dodatkową siłę na własną, nie zawsze łatwą codzienność.

Obecnym Prezesem Stowarzyszenia jest Pani Joanna Pańczyk i dwie Wiceprezes Pani Agnieszka Piróg i Pani Marzena Lipska.

CIASTO FANTAZJA autorka p. Maria Poździk

Ciasto jasne

- 6 białek
- 1 szklanka mąki ziemniaczanej
- 1 łyżka octu
- 1/3 szklanki oleju
- pół łyżeczki proszku do pieczenia

Ciasto ciemne

- 6 żółtek
- 2 jaja
- 6 łyżek cukru
- 4 łyżki mąki pszennej
- 2 łyżki kakao DECOMORENO
- 1 łyżka proszku do pieczenia
- 1/3 szklanka oleju

POTRZEBUJEMY DO CIASTA:

- 1,5 kostki masła
- okrągłe biszkopty (całe opakowanie)
- 2 galaretki czerwone
- 2-3 łyżki rumu do masy
- 1 karpatkę klasyczną (ugotować wg przepisu) wystudzić - przepis na opakowaniu - ukręcić krem (masło = karpatka) na koniec dodać rum
- 1 łyżeczkę kawy rozpuścić w 1 szklanka wody do namoczenia biszkoptów.

WYKONANIE:

CIASTO JASNE: Białka ubić na sztywną pianę z cukrem, dodać mąkę (powoli), ocet, olej z proszkiem mieszając

CIASTO CIEMNE: Żółtka + jajka utrzeć z cukrem, dodać mąkę wymieszaną z proszkiem i kakao, olej.

Na blachę papier do pieczenia.

Wykładamy na przemian ciasto jasne, ciasto ciemne. Widelcem w 5 miejscach zakręcić widelcem na wylanym cieście, wtedy wyjdą takie esy floresy. Piec 50 min. w 180°C.

Po upieczeniu przekroić ciasto na pół jak na tort. Na placek położyć połowę kremu plus powciskać biszkopty nasączone kawą. Na to tężejące galaretki + krem i drugi blat ciasta.

Podtrzymując tradycje naszych babć Stowarzyszenie zachęca Państwa do spróbowania dawnej lokalnej potrawy zwanej „kulaszą", w innych regionach zwana „prażuchą".

Warto też pochwalić się, że „kulasza" zdobyła wyróżnienie w tegorocznym Finale projektu „Kulinarne Tradycje Zamojszczyzny " organizowanym przez ŚZŻAK Okręg Zamość i SRL Zamojszczyzna. Pomysłodawczynią potrawy jest Pani Katarzyna Pańczyk członek Stowarzyszenia wraz z innymi Paniami ze Stowarzyszenia.

KULASZA

Składniki na kulaszę (prażuchę):

- 1 kg ziemniaków
- 5 łyżek mąki
- 1 łyżka soli
- 300 gram boczku

Sposób przygotowania:

Ziemniaki obrać i ugotować w osolonej wodzie. Na pięć minut przed końcem gotowania część wody odlać, zostawić w garnku ok. 1 szklanki wody. Dodać mąkę, równomiernie pokrywając nią powierzchnię ziemniaków. Nie mieszać, dalej gotować na małym ogniu pod przykryciem, aż ziemniaki będą miękkie, a mąka zaparzona. Gdy ziemniaki będą gotowe, ubijać tłuczkiem do ziemniaków do uzyskania jednolitej masy dość kleistej. Wymaga to trochę czasu i wskazana jest pomoc drugiej osoby przy ubijaniu ziemniaków. Kulaszę nakładać łyżką zanurzoną w tłuszczu z uskwarzonego boczku. Polać skraweczkami. Dobrze smakuje z zsiadłym mlekiem i sosem przygotowanym ze śmietany i stopionej słoniny.

KGW w Sochach

KGW w Sochach wznowiło działalność i zarejestrowało się w 2018 r. Do Koła należy 17 osób. KGW prowadzi działalność społeczno-kulturalną na rzecz mieszkańców wsi i gminy Zwierzyniec. Uczestniczymy w takich imprezach okolicznościowych jak dożynki gminne, parafialne, powiatowe, rocznice pacyfikacji wsi Sochy 1.06.1943. KGW organizuje imprezy plenerowe, pikniki, kursy kulinarne i rękodzieło. Bierze udział w promowaniu kuchni regionalnej.

PIEROŻKI Z SOCZEWICY:

Farsz:

- soczewica 0,5 kg
- ziemniaki gotowane 0,4 kg
- mięso mielone 0,4 kg
- cebula
- pieprz, sól, do smaku

Wykonanie:

Soczewicę gotujemy do miękkości, ostygniętą przekręcamy przez maszynkę. Ziemniaki

ugotować i stłuc. Mięso mielone podsmażyć na smalcu z dodatkiem cebuli. Wystudzić składniki. Wszystko mieszamy na jednolitą masę. Jeśli farsz jest zbyt suchy można dodać trochę ciepłej wody. Dodajemy przyprawy.

Ciasto:

- 1 kg mąki pszennej
- 1 jajko
- 2 łyżki oleju
- ok. 0,5 l cieplej.

Zagnieść ciasto, aby było elastyczne. Ciasto zostawić na około 20 minut.

Ciasto wałkować drewnianym wałkiem, wykrawać szklanką skórki, lepić pierożki. Gotować w osolonej wodzie. Okrasić skwarkami z cebulą. Smacznego!

RARYTAS

- 4,5 szklanki mąki pszennej
- 8 dag margaryny
- 11 dag miodu
- 1,5 szklanki cukru
- 1,5 łyżeczki sody
- 3 całe jajka
- aromat migdałowy, rumowy
- pół cytryny
- powidła

Wykonanie:

Miód i margarynę roztopić, dodać wszystkie składniki do mąki. Zagnieść ciasto: zrobić 6 placków i upiec.

MASA:

4 kopiaste łyżki kaszy manny, 2 szklanki mleka. Ugotować kaszę manną i ostudzić. Dodać masło, 2 żółtka, 0,5 szklanki cukru pudru, sok z połowy cytryny, aromat, wszystko razem utrzeć, na koniec dodać kropelkę nalewki.

Placki smarować powidłami i masą na przemian. Na wierzchu zrobić polewę i posypać orzechami. Ciasto przygotować 2 dni przed jedzeniem by zmiękło. Smacznego!

KGW Żerniki

KGW Żerniki (gmina Ulhówek, powiat tomaszowski) powstało w 1963 r. Założyła je Pani Danuta Mazepa. Aktualnie w Kole jest 15 członkiń w różnym wieku. Koło współpracuje z OSP Żerniki. Swoje działania realizuje także we współpracy z Urzędem Gminy Ulhówek. KGW organizuje różnego rodzaju wydarzenia, festyny, wycieczki, imprezy okolicznościowe dla dorosłych, jak i dla dzieci. KGW bierze udział w festynach i imprezach kulinarnych.

CIASTO ŚLIWKA PO ŻERNICKU

- 3 szklanki mąki
- 1 margaryna (Kasia)
- 2 łyżeczki proszku

Razem utrzeć:

- 5 żółtek
- ¾ szklanki cukru pudru

Kruszonka:

- 10 łyżek mąki
- 5-6 łyżek cukru pudru
- ½ kostki masła

Składniki na ciasto posiekać nożem na stolnicy. Dodać utarte żółtka z cukrem, jak powstanie jednolita masa wyłożyć na blachę. Na ciasto układamy śliwki i posypujemy kruszonką pieczemy w 180°C ok. 40 minut.

SOKOLAKI PODAWANE Z MIĘSEM

Ciasto:

- 4 szklanki mąki
- 1 śmietana 18%
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- szczypta soli

Z podanych składników zagnieść ciasto.

Farsz:

- 1 kg kapusty kiszonej
- 3-40 dkg pieczarek
- 2 garści suszonych grzybów

Ok. 2 garści suszonych grzybów, kapustę i pieczarki odgotować, podsmażyć, doprawić solą i pieprzem do smaku.

Sokolaki nadziewać farszem, układać na blachę, smarować jajkiem i posypać makiem. Piec na zloty kolor.

KARKÓWKA

- 10 plastrów karkówki 1-1,5 cm grubości
- 1 słoik ogórków konserwowych
- ½ kg pieczarek

Zalewa:

- 4 łyżki ketchupu
- 4 łyżki koncentratu
- 1 szklanka wody
- ½ szklanki zalewy z ogórków

Plastry karkówki przyprawić przyprawą do karkówki, obtoczyć w mące i obsmażyć z obu stron. Pieczarki podsmażamy na maśle, układamy na mięso, ogórki kroimy w kostkę, kładziemy na pieczarki i zalewamy zalewą. Wkładamy do piekarnika i pieczemy w 180°C 1-1,5 godziny. Smacznego!