PRODUKTY LOKALNE
ziemi kozienickiej

Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: „Europa inwestująca w obszary wiejskie".

Publikacja opracowana przez Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania „Puszcza Kozienicka", współfinansowana jest ze środków Unii Europejskiej w ramach poddziałania 19.4 „Wsparcie na rzecz kosztów bieżących i aktywizacji"; w ramach działania „Wsparcie dla rozwoju lokalnego w ramach inicjatywy LEADER" objętego Programem Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014 – 2020. Instytucja Zarządzająca PROW 2014 – 2020 – Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

Spis treści

Wstęp 3

Pożywienie mieszkańców dawnej Ziemi Kozienickiej 4

- Zbieractwo 5
- Rybołówstwo 6
- Zwierzęta hodowlane 6
- Pożywienie postne 7
- Pożywienie bożonarodzeniowe 8
- Karnawał 9
- Pożywienie wielkanocne 10
- Pożywienie weselne 10
- Pożywienie okolicznościowe 13

Produkty lokalne Ziemi Kozienickiej 14

- Szynka Kozienicka i Schab – Zakład masarski Sławomira Grzędy 14
- Surówki – Multi-Smak 15
- Surówki – ZPH „Witamina” 16
- Chleb staropolski - Zakład piekarsko – ciastkarski. Krystyna Kowalczyk 17
- Kozieniczanka – Zakład Cukierniczy. Krzysztof Lenarczyk 18
- Razówka z Kozienic – Piekarnia L. Szeliga & A. Nercz & M. Żarłak 19
- Miody z Pasieki Witolda Adamskiego 20
- Wina z Winnicy Wieczorków 21
- Jabłka Magnuszewskie 22
- Ogórki z Powiśla 23
- Mydła naturalne – Mydlarnia „Powrót do natury” 24
- Baby Kozienickie – Zbigniew Kurasiewicz 25

Kozienickie przysmaki – tradycyjne potrawy regionalne 26

- Zupa z lebiody (komosy) 26
- Żur z białą kapustą (Stanisławice) 27
- Gruscanka 28
- Pamuła śliwkowa 29
- Kapłun 30
- Zupa grzybowa 31
- Kapuśniak wigilijny 32
- Zalewajka 33
- Dziadówka 34
- Kapusta dębowa 35
- Parzybroda 36
- Marchewka duszona 37
- Gołąbki z tartych ziemniaków 38
- Pyzy 39
- Pierogi z mięsem, kapustą i grzybami 40
- Szczodraki / Szczodroki 41
- Sójki 42
- Szaraki (kluski kładzione) 43
- Rwoki (kluski rwane) 44
- Wołuszki 45
- Klapoki / skaplerze (kluski krajane) 46
- Lemieszka 47
- Buracaki / Paluchy (bułeczki z buraków cukrowych) 48
- Pączki z ziemniaków 49
- Racuchy 50
- Kołacz 51
- Kapusta kiszona z jabłkami 52
- Kiszone jabłka 53
- Kiszone gąski 54
- Grzyby z Puszczy kozienickiej 55
- Cukierki z buraków cukrowych 55
- Powidła z buraków cukrowych 55

Gra kulinarna „Kucharz Regionalny” 56

Bibliografia 59

wstęp

Oddajemy w Państwa ręce wydawnictwo szczególne, w którym Ziemia Kozienicka prezentuje nam się w sposób niecodzienny, bo od kuchni. Przewodnik, który ma za zadanie ocalić od zapomnienia nie tylko produkty lokalne z naszego terenu, ale również dorobek i dziedzictwo kulinarne naszych przodków.

Kuchnia regionalna przeżywa dzisiaj prawdziwą rewolucję, kusząc swojskimi, domowymi przysmakami. Stawiając na lokalne produkty, przybliża nie tylko specyfikę danego regionu, ale również jego kulturę oraz tradycję. Odkrywa przed nami magię oraz mądrość pokoleń. Bo kuchnia to nie tylko dobre jedzenie, ale także obyczaje, które nierzadko zostały zapomniane. I dlatego warto sięgać po to, co dobre i regionalne niby zwyczajne, jednak bardzo wyjątkowe.

Niniejsze wydawnictwo to propozycja nie tylko dla smakoszy, ceniących sobie tradycyjne jedzenie, ale również publikacja dla ludzi ciekawych historii i kultury własnego regionu.

Zostały w nim zaprezentowane nie tylko lokalne produkty oraz dawne przepisy, których autorkami były wiejskie gospodynie, ale także ciekawostki dotyczące pożywienia dawnych mieszkańców Ziemi Kozienickiej.

W ten sposób powstał szlak pełen smaku, kulinarna skarbnica tożsamości naszego regionu.

W wydawnictwie znajdziecie także Państwo grę kulinarną „Kucharz Regionalny", która nie tylko pozwoli Państwu podróżować po obszarze Powiatu Kozienickiego i odkrywać jego uroki, smaki i aromaty, ale przede wszystkim, choć na chwilę zamienić się w prawdziwego kucharza regionalnych przysmaków.

Zachęcamy do lektury i życzymy smacznego.

Irena Bielawska

Prezes Zarządu
Stowarzyszenia LGD
„Puszcza Kozienicka"

Pożywienie mieszkańców dawnej ziemi kozienickiej

Najstarsze drukowane relacje o pożywieniu ludności Ziemi Kozienickiej pochodzą z pierwszej połowy XIX wieku i są zawarte między innymi w opracowaniach ks. Józefa Gackiego, Oskara Kolberga oraz Jana Piotra Dekowskiego.

Rodzaj i odrębność regionalna pożywienia chłopskiego były uzależnione w pierwszym rzędzie od gospodarki rolniczo – hodowlanej i zasobów naturalnych środowiska geograficznego, a następnie od upodobań i tradycyjnych nawyków smakowych.

Na obszarze Ziemi Kozienickiej wśród roślin uprawnych zdecydowanie przeważały zboża, które w postaci kaszy i mąki stanowiły podstawę wyżywienia jej mieszkańców.

Na polach uprawiano głównie rośliny okopowe – rzepę, buraki, marchew, pietruszkę, cebulę. Z roślin strączkowych groch i fasolę. Z innych roślin uprawiano mak, którego sok używany był jako środek uśmierzający ból.

Bardzo ważną pozycję wśród gromadzonych produktów zajmował olej. Wyrabiano go z ziarna rzepaku, konopi i lnu dwa razy w roku: jesienią, około św. Marcina i pod koniec kwartału, ok. św. Grzegorza. Olej tłoczony z siemienia konopnego używany był do święcenia i jedzenia, włókno konopne przeznaczano zaś na płótno, postronki, powrozy, sieci rybackie, liny do żagli oraz sieci zwierzynę. Świeżego ziela konopnego i oleju używano także do leczenia niektórych chorób. Olej tłoczony z rzepaku wykorzystywany był między innymi jako smar do wozów. Olej przechowywano w szklanych gąsiorach oplecionych korzeniami. Stanowił jedyną okrasę postną. Używano go też do pieczenia grzybów, placków kartoflanych i racuchów.

W każdej zagrodzie chłopskiej nie mogło także zabraknąć chleba. Wypiekany był z mąki żytniej razowej lub z mąki mieszanej zwanej „spółką", na którą przeznaczano jeden korzec żyta i pół korca pszenicy. Wyrobienie ciasta chlebowego rozpoczynano od zrobienia zakwasu. Po II wojnie światowej coraz częściej zamiast zakwasu stosowano przy wypieku drożdże. Przygotowany zakwas mieszano z pozostałą częścią mąki i wyrabiano ciasto tak długo, aż zaczynało odchodzić od ręki. Następnie formowano bochenki, które wkładano do słomianych lub wiklinowych foremek i pozostawiano do wyrośnięcia. Następnie na liściach chrzanu lub kapusty wkładano do rozgrzanej komory pieca przy pomocy drewnianej łopaty. Tak przygotowane ciasto wypiekało się około dwóch godzin.

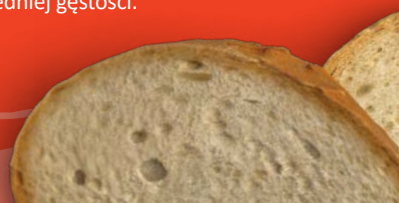
Zwyczajowe dzielenie się chlebem opierało się z jednej strony na prawie gościnności, z drugiej – na współdziałaniu sąsiedzko- gromadzkim. Jeszcze w XIX wieku przybywającego gościa witano nie tylko uściskiem doni lub pocałunkiem, ale również zapewnieniem, że czeka na niego „chleb z solą i dobrą wolą". Zgodnie z tą zasadą w wielu domach chłopskich na stole zawsze leżał chleb, sól i nóż. Gościa zwykle sadzano i podejmowano chlebem, serem, jajecznicą, kawą, herbatą, nierzadko wódką. Jeżeli nocował dawano mu kolację i śniadanie, a na drogę zaopatrywano w jedzenie. Gdy gość odchodził, gospodarz na znak przyjaźni łamał się z nim chlebem.

Ważnymi artykułami żywnościowymi były również mleko, z którego sporządzano masło oraz kurze jajka – spożywane w postaci jajecznicy oraz na surowo.

Wyjątkowo dużo spożywano kapusty czerwonej i białej, którą kiszono w wielkich dębowych kłodach lub beczkach zwanych śledziówkami. Często dla polepszenia smaku kapusty do kiszenia dodawano liście wiśniowe, leśne jabłka lub gruszki. Z kiszonych liści kapusty przygotowywano także gołąbki, faszerowane kaszą jaglaną.

Na co dzień pito kawę zbożową, słodzoną syropem, odsączonym z cukrowych buraków.

Z buraków cukrowych przygotowywano również powidła (Powiśle). Buraki umieszczano w kotle i zalewano je wodą. Ugotowane rozdrabniano i zawijano w płaty lnianego płótna. Następnie wyciskano z nich syrop za pomocą prasy śrubowej. Po uzyskaniu dostatecznej ilości syropu wlewano go przez gęste sito ponownie do kotła i gotowano aż do uzyskania odpowiedniej gęstości.



Zbieractwo

Zbieranie płodów roślinnych i zwierzęcych na obszarze puszczy było powszechnie praktykowane w XIX wieku. Nasilało się szczególnie w okresach przednówka i w latach głodu. Zbieractwo na wsi miało wielorakie zastosowanie. Służyło ludności jako pożywienie powszechne, głodowe i obrzędowe, a także miało zastosowanie w lecznictwie i magii. W wielu wsiach zbieractwo traktowano jako zajęcie zarobkowe.

W latach nieurodzaju było również jedną z form zdobycia pożywienia głodowego. Do posiłków głodowych należały potrawy sporządzane z roślin dziko rosnących oraz z niedojrzałego ziarna zboża. Komosę białą zwaną „lebiodką" lub „łopuchą", gotowano na zupę, którą zasypywano śrutą żytnią. Jako okrasy używano mleka.

Zbierany szczaw wchodził w skład pożywienia codziennego tzw. barszczu. W okresach głodu sporządzano z niego kwaśne polewki zaprawione mlekiem lub mąką z dodatkiem posiekanych drobno ziemniaków. Oprócz szczawiu zbierano pokrzywę, powój polny zwany zajęczą kapustą.

W czasie I wojny światowej, gdy na wsi brakowało mleka, parzono herbatę ziołową, używając suszonych liści poziomek, wiśni, kwiatu rumianku, lipy i macierzanki. Herbatę ziołową słodzono melasą lub sacharyną. Corocznie wiosną zbierano także miękkie i soczyste pędy młodych drzew oraz zioła.

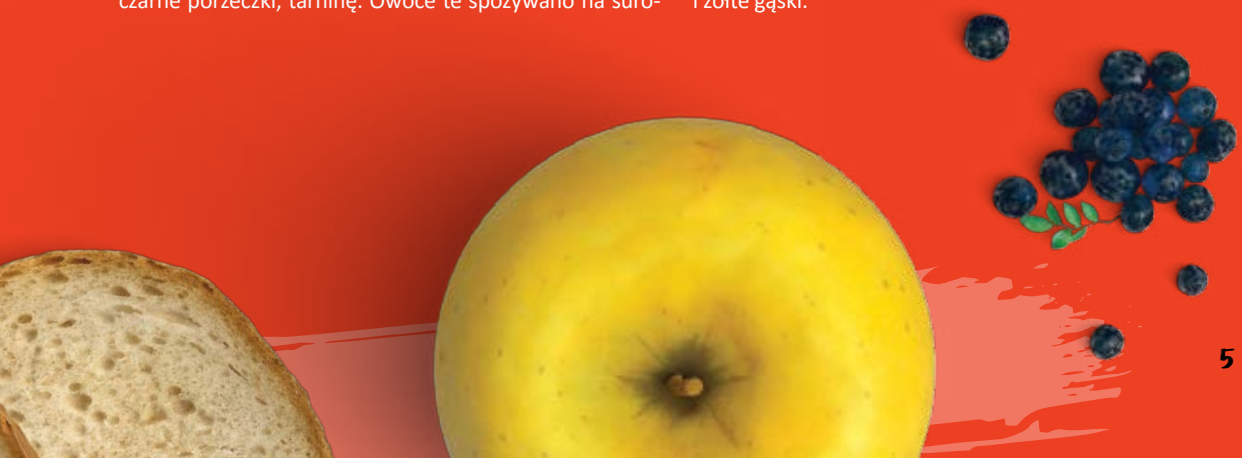
W okresie letnim i jesiennym masowo gromadzono owoce jadalne roślin dziko rosnących: borówki czarne, maliny, jeżyny, poziomki, borówki brusznice, dziki bez, czarne porzeczki, tarninę. Owoce te spożywano na surowo, suszono, przetwarzano na marmolady, powidła, czy marynaty. Niektóre z owoców np. żurawinę kwaszono i jako ocet stosowano do słodkiej kapusty. W Stanisławicach szeroko wykorzystywana była borówka bagienna „buchoce" do produkcji win, soków oraz konfitur.

Z owoców najwięcej gromadzono jabłek i gruszek. Owoce suszone były na słomie lub w piecach chlebowych, a przechowywano je w przewiewnych torbach i workach płóciennych. Jabłka także kiszono.

W okresie tzw. „przednówka" i w maju puszczano soki z brzóz, które spożywano jako napój chłodzący. Sok z brzozy był również wykorzystywany do mycia włosów.

Cennym produktem zbieranym jesienią były orzechy laskowe i żołędzie. Orzechy przeznaczano na okres świąt czy wesel. Żołędzie zbierano na karmę dla zwierząt domowych. Z żołędzi sporządzano także mąkę, z której po dodaniu otrąb zbożowych wypiekano placki, a z roztartych w żarnach żołędzi przygotowywano kawę.

Jesienią ludność miejscowa masowo gromadziła grzyby. Do najpospolitszych należały: borowik szlachetny, grzyb prawdziwy, śniak, koźlarz, gąska, rydz, maślak, kurka, gołąbek. Do grzybów mniej znanych należały: kania, opieńka oraz pieczarka polna. Jadano je w stanie surowym, pieczonym i gotowanym. Większość grzybów rozdzielano kapelusze przeznaczano do sprzedaży, a trzony zachowywano na własny użytek. Grzyby suszono na płycie kuchennej, w piecach chlebowych, na kolcach tarniny lub na sznurkach. W kamiennych garnkach kiszono rydze i żółte gąski.



Rybołówstwo

Rybołówstwo na obszarze Puszczy Kozienickiej posiada stare i bogate tradycje. Sąsiedztwo dwóch wielkich rzek – Wisły i Radomki, szereg małych rzeczek i strumyków, jeziora oraz stawy sprzyjały uprawianiu rybołówstwa. Mieszkańcy wsi w pobliżu spławnych rzek zajmowali się rybołówstwem przez cały rok. W XVIII wieku chłopi płacili dla dworów czynsze za prawo łowienia: ”rybacy co środa, piątek i przez cały post ryby dawali”.

W okresie przednówka ryba wchodziła w skład pożywienia głodowego. Na Powiślu uzupełniała poważnie budżet domowy rodziny chłopskiej. Do ryb żyjących w Wiśle i Radomce należały: leszcz, płotka, sandacz, ukleja, jaź, sapa, słonecznica, sennik karłowaty, węgorz. Spotykano również: bolenia, świnkę, brzanę, a w stawach i jeziorach: karpia, karasia, kiełbia, lina, piskorza. W pobliżu ujścia Radomki do Wisły pojawiały się niekiedy łososie. W stawach i jeziorach występowały natomiast: szczupaki, okonie, leszcze, węgorze. W niektórych wsiach w XIX wieku masowo zajmowano się łowieniem raków.

Zwierzęta hodowlane

Puszcza Kozienicka stwarzała dla ludności dogodne warunki do hodowli bydła. Sprzyjała temu łatwo dostępna ściółka, żyzne i obfite pastwiska. Do chwili oczynszowania mieszkańcy wsi puszczańskich uważali się za zwyczajowo uprawnionych do wolnego korzystania z leśnych bogactw (w II połowie XIX wieku wieś musiała uzyskać zgodę władz leśnych na wypas).

Z XVI – wiecznych inwentarzy, ksiąg uposażeń wynika, że bydło rogate stanowiło najliczniejszą grupę zwierząt trzymanych w zagrodach i dworach. Hodowane bydło występowało zasadniczo w rasach: czerwonej, czerwono – białej i czarno – białej.

Natomiast trzoda chlewna, zajmująca bardzo ważne miejsce w zagrodach chłopskich, traktowana była dochodowo. Hodowano przeważnie świnie rasy miejscowej, polskiej. Po I wojnie światowej upowszechniać się zaczęła rasa angielska.

Według zapisów z XVIII wieku inwentarz żywy powiększa się o hodowle koni. Wprowadzenie konia wpłynęło na likwidację wołów jako siły pociągowej i roboczej w zagrodzie chłopskiej.

W końcu XIX i na początku wieku XX nadal prowadzono hodowle owiec (dominująca rasa owca krótkoogonowa). Wełna niezbędna była przy produkcji ubiorów i tkanin.

Hodowla gęsi należała do rozwiniętych na obszarze puszczańskim. Ptactwo dostarczało wielu niezbędnych produktów: jaja, pierze, mięso.

Poważną rolę w gospodarstwie odgrywał chów kur. Mimo to mięsa z drobiu na wsi spożywano bardzo mało.

Z innych gatunków ptactwa domowego trzymano kaczki (Powiśle) i indyki. Przed I wojną światową masowo hodowano gołębie i króliki.

Występujące na obszarze Puszczy Kozienickiej pszczelarstwo było kontynuacją dawnego powszechnego bartnictwa i oparte było na prawie obelnym. W końcu XIX wieku niemal w każdej wsi było po kilkanaście pasiek. Dominowały ule kłodowe i włościańskie.

Pożywienie postne

Jeszcze do I wojny światowej na wsi kozienickiej obowiązywały długie i bardzo surowe posty. Skupiały się zasadniczo w dwóch przedświątecznych okresach tj. w adwencie poprzedzającym Boże Narodzenie oraz w wielkim poście przed Wielkanocą. W tym czasie nie wolno było spożywać nie tylko mięsa, sadła, smalcu, ale również nabiału, w postaci jajek, masła, mleka, sera i śmietany. Zakazy te obejmowały nawet maślankę, czy serwatkę.

W okresie „twardego postu" pożywienie mieszkańców Ziemi Kozienickiej składało się z polewek, zup, potraw stałych i napojów.

Wśród pierwszych czołowe miejsce zajmował żur, uchodzący kiedyś za typową potrawę Mazowsza, stąd też często kpiono:

A jo Mazur i ty Mazur,
Pozyc ze mi gorka na zur,
a jo ci nie pozyce,
bo będę miał na gorczyce.

Zakwas do żuru przygotowywano z wody, mąki żytniej, ząbków czosnku i czerstwej skibki chleba. Do gotowej zupy dodawano często grzyby, buraki ćwikłowe, kaszę jaglaną, ziemniaki, groch i bób.

Zupa grochowa, czyli grochówka, podobnie jak żur uchodziła za sławną potrawę Mazowsza.

Do polewek można również zaliczyć kwas kapuściany, buraczkowy, wodziankę oraz gruscankę, przypominającą kompot. Do nich jako przyprawę dodawano grzyby, cebulę i liście laurowe.

W Polsce od dawna podawano też polewki słodkie. Spośród polewek słodkich w najczęstszym użyciu była polewka mączna, zaprawiana mlekiem, śmietaną, a niekiedy maślanką lub serwatką.

Odrębną grupę tworzyły zupy owocowe zwane powszechnie borscami. Najbardziej typową ich odmianą była pamuła, gotowana z ulęgałek, gruszek lub śliwek, przyprawiana mąką i cukrem. Często przygotowywano zupy z suszu: gruszkowego, śliwkowego lub jabłkowego.

Do typowych zup postnych należał kapłun/kapłunek, przygotowywany z wody, z dodatkiem liści laurowych, pieprzu, włoszczyzny, kminku oraz z drobnego, czerstwego chleba.

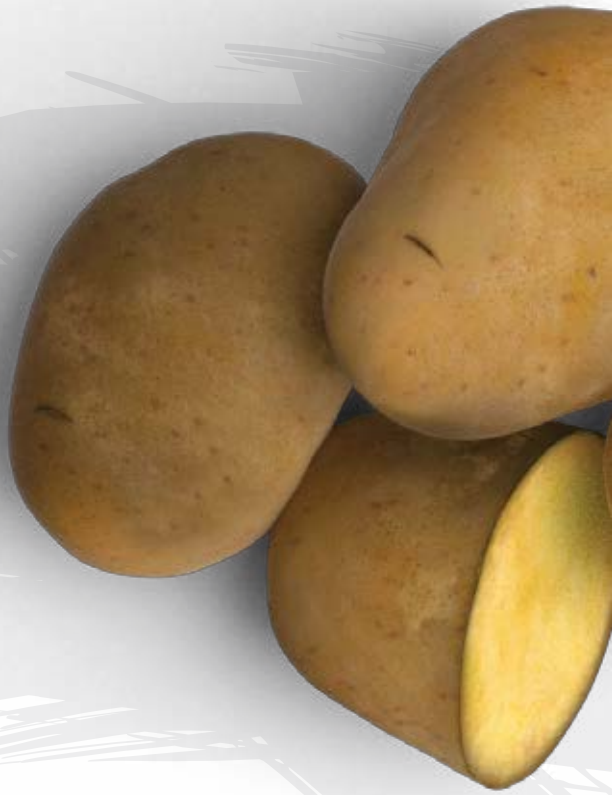
Podstawą wielu zup były ziemniaki, które na wsiach upowszechniły się w II połowie XIX wieku. Wchodziły one w skład zalewajki, zarzucajki, dziada, kartoflanki, grochówki i krupniku.

Zalewajka była potrawą kwaskowatą, gdyż gotowano ją w połączeniu z żurem, z dodatkiem suszonych grzybów.

Kartoflanka przypominała w smaku wodnisty rosół. Zarzucajkę, dziada, krupnik i grochówkę gotowano z pokrojonych ziemniaków, z tym, że pierwszą zarzucano kapustą kiszoną, drugą zacierkami, trzecią kaszą jaglaną, jęczmienną lub tatarczaną, czwartą grochem.

Z kapusty kiszonej przygotowywano zazwyczaj kapuśniak, zaprawiany grzybami, zasmażką z mąki razowej i oleju oraz kartoflami. Popularna była również zupa z brukwi i marchwi.

W potrawach stałych podstawę stanowiły ziemniaki, kapusta, kasza i mąka. Ziemniaki gotowano obierane lub w tzw. łupkach. Najczęściej podawano je z żurem lub zupą owocową. Ziemniaki w łupkach po ugotowaniu i odcedzeniu wsypywano do głębokiej glinianej misy, skąd każdy z domowników czerpał je i obierał, a następnie jadł ze śledziem lub surową kiszoną kapustą, zaprawianą pieprzem, solą i olejem przesmażonym z cebulą. Popularne były także lemieszki, przyrządzane z ziemniaków i mąki, okraszone słoniną.



Z kasz najczęściej przyrządzano jaglaną, jęczmienną, rzadziej tatarczaną. Spożywano je z pamułą, kwasem kapuścianym, czasem z dodatkiem cukru. Kaszę jaglaną gotowano na rzadko samą oraz w połączeniu z zacierkami, grochem lub suszonymi grzybami.

Kapustę przygotowywano z grochem, z tym, że obydwa składniki gotowano osobno, a następnie łączono je razem i okraszano przesmażonym olejem.

Z potraw mącznych najczęściej przygotowywano kluski, wyrabiane z mąki żytnio – razowej, żytnio – pytlowej, żytnio – pszennej oraz mąki pszennej, jęczmiennej i tatarczanej.

Kluski dzielono na rwoki, wołuszki, zacierki, krajane, kładzione i na pierogi. Rwoki i wołuszki robiono z wałeczków ciasta utworzonych w ręku, przy czym pierwsze, drobne były rwane palcami, drugie grube były cięte nożem. Zacierki wyrabiano z bryłek ciasta, zagniatanego w topolowej lub lipowej niecce, po czym ciasto kruszono w palcach. Kluski krajane robiono z ciasta zagniatanego i wałkowanego na stolnicy. Kluski te występowały w dwóch odmianach: pierwsze w kształcie wąskich i cienkich pasków – zwano makaronem, drugie w kształcie dużych kwadratów – zwane były klapokami lub skaplerzami. Kluski kładzione wyrabiane były z dość gęstego ciasta lub z ziemniaków i wchodziły zazwyczaj w skład świątecznego obiadu.

Do ulubionych potraw postnych należały pierogi. Pieczono je, gotowano lub względnie duszono. Ciasto było przygotowywane z mąki żytnej lub pszennej. Pierogi wypełniano kaszą, burakami cukrowymi, marchwią lub kapustą kiszoną z grzybami. Brzegi pierogów pieczonych zwanych sójkami robiono przy pomocy kwarty lub blaszanego garnka. Uformowane, bardzo starannie sklejano, po czym z lekka zakręcano. Pierogi te często były zawijane w parzone liście kapusty, a dla większego zabezpieczenia zawiązywano je nitką. Dlatego też początkowo nosiły miano zawijoków, później gołąbków.

W Stanisławicach pieczono także tzw. paluchy (pierogi, bułeczki) z drobno posiekanych buraków lub kapusty.

Świniobicie odbywało się jedynie przed świętami. Połcie słoniny wieszano w kuchni nad paleniskiem i krojono po małym kawałku na okrasę do obiadu. Słonina wisząc przez wiele tygodni, pod wpływem ciepła zmieniała swój kolor z białego na żółty.

Pożywienie bożonarodzeniowe

Wigilia poprzedzająca święta Bożego Narodzenia była ostatnim dniem adwentu, w którym obowiązywał ścisły post. Tego dnia rano spożywano bardzo skromny posiłek, składający się z kromki chleba, kawałka śledzia i garnuszka herbaty lub kawy. Niekiedy zamiast śledzia jadano chleb z cebulą przyprawiony olejem lub kapustą kiszoną oraz racuchy postne.

W tym okresie wieczerze wigilijną, którą nazywano postnikiem/pośnikiem rozpoczynano wczesnym wieczorem „gdy zabłysła pierwsza gwiazda" lub jutrzenka (Mozolice Duże). Wieczerza składała się z nieparzystej ilości potraw – najczęściej pięciu, siedmiu, rzadziej z dziewięciu lub jedenastu. Dopiero w okresie międzywojennym na stole pojawiło się 12 potraw.

Wśród potraw znajdowały się ziemniaki tłuczone, bądź żur z chlebem, kapusta z grochem lub grzybami, kasza jaglana na sucho, kasza tatarczana, groch lub fasola, kluski rwoki, pierogi z jagły, grzybów lub maku, śledź, racuchy oraz kompot zwany powszechnie wodą.

Każda z potraw była odpowiednio przygotowywana. Kluski marynowano lub zaprawiano octem i cebulą. Przyrządzano je również na słodko mieszając je z makiem i miodem lub z kompotem z suszu.

Racuchy wyrabiane z ciasta drożdżowego, z mąki pszennej lub żytnio - pytlowej smażono na oleju w garnku. Ryby smażono na oleju lnianym, drobne rybki przeznaczano na zupę rybną. Śledzie moczono i przyrządzano z octem i cebulą.

Grzyby były najpierw gotowane, a następnie obtaczane w mące i smażone na oleju. Przyprawiano je pieprzem i cebulą. Kompoty najczęściej przygotowywano z polnych gruszek, rzadziej ze śliwek i jabłek.

Chleb pieczono w przeddzień wigilii, a ciasta tj. drożdżowe puste, struclę makową i sernik w dzień Wigilii.

Niektóre potrawy jedzono w odpowiednio dobranych zestawach: kapustę z chlebem, kaszę, groch i fasole z kompotem, śledzie lub ryby najczęściej z chlebem, racuchy z kompotem lub herbatą, ziemniaki spożywano w łupkach lub oskrobane z żurem, kwasem kapuścianym lub buraczanym.

Kaszy jaglanej używano także jako nadzienie do pierogów gotowanych w liściach kapusty. Uprzednio ugotowaną zaprawiano mleczkiem ptasim - syrzeniem, wyrabianym z siemienia konopnego (siemię rozcierano w drewnianym skopku przy pomocy pałki).

W pierwszy dzień Bożego Narodzenia domownicy wstrzymywali się od zajęć a praca gospodyń ograniczała się do przyrządzania niektórych tylko potraw. Wolno było tylko przygotować biały żur mączny i rosół wołowy – na pamiątkę, że wół był z Dzieciątkiem Jezus w stajence betlejemskiej. Rano w pierwszy dzień jadano żur z kiełbasą, jajkami, ziemniakami lub chlebem. W południe rosół wołowy z kluskami, kaszą tatarczaną, jaglaną, ryżem, grochem lub ziemniakami, mięso i chleb. Wieczorem jadano racuchy, pszenny placek, popijając herbatą lub kawą.

W drugi dzień Bożego Narodzenia jadano zazwyczaj to samo, co w pierwszy dzień. W niektórych rodzinach spożywano na obiad ziemniaki z kapustą przyrządzoną na mięsie.

W okresie świąt Bożego Narodzenia popularne było również dawanie podarunków zwanych „kolędą", w postaci ciast, czy kawałka kiełbasy.

Karnawał

Na przełomie roku młodzież chodziła od domu do domu po szczodrakach (dziewczęta w Nowym Roku, a chłopcy w Trzech Króli). Za swoje występy otrzymywali kawałek placka lub chleba oraz tradycyjne „szczodroki", z ciasta drożdżowego (mąki pszennej) lub z buraków cukrowych, w kształcie rogalików, pierogów, obwarzanków lub niewielkie, okrągłe bułeczki zwane „kołockami".

Chodząc od domu do domu śpiewano:

Pieczone tu szczodraki, kołaki powiadali nam,
Szczodra pani, dobra pani, a dajcie i nam!
Jak nie dacie szczodraka, kołaka, dajcie chleba klin;
Zapłaci wam sam pan Jezus, za ten dobry dzień!
Szczodry dzień, dobry dzień panie gospodarzu!

W ostatnim dniu karnawału (ostatki) przez wieś wędrowały grupy przebierańców, które za swoje pokazy dostawali pączki, racuchy i jajka.

Śpiewano:

Pani gospodyni, zajrzyjcie do skrzyni,
Dajcie kopę jajek i kawał pieczeni!

lub

Nie dajcie nam mąki, bo się umączymy,
A dajcie nam jajek, to se usmażymy!

Pożywienie wielkanocne

Mieszkańcy Ziemi Kozienickiej z dużą starannością przygotowywali się do świąt wielkanocnych. Do produktów stanowiących podstawę wyżywienia podczas świąt należały: jajka, mięso, kiełbasa, pieczywo, masło, ser, miód, chrzan, musztarda, ocet, sól i pieprz.

W obyczajowości wielkanocnej ważną rolę obrzędową pełniło jajko, uchodzące za symbol odradzającego się życia. Święconym jajkiem dzielono się w rodzinach i kręgach przyjaciół. Młode dziewczęta składały pisanki swoim ukochanym, a matki chrzestne przekazywały je swoim chrześniakom.

Do święcenia przeznaczano ponad 30 ugotowanych jajek, z tego część oskubanych, część w postaci ozdobnych pisanek – w skorupkach. Ważnym składnikiem święconki był bochenek chleba, duży placek oraz babka, często pieczona w rondlu lub blaszanym garnuszku. W Kozienicach najczęściej szynkę zastępowano innym świńskim mięsem, które gotowano albo pieczono. Do tego dodawano pęto białej lub wędzonej kiełbasy. Do święcenia przeznaczano także chrzan, który występował w dwóch odmianach – tarty, zmieszany z ćwikłą, octem i cukrem oraz w korzeniu, rozstrzępiony u góry. Masło układano w szklanym naczyniu i ozdabiano w ząbki za pomocą drewnianej łyżki. W koszykach ze święconką nie mogło zabraknąć również miodu w plastrach oraz serka najczęściej świeżego, rzadziej suszonego. Domowym sposobem wyrabiano musztardę – ziarno gorczycy ucierano na masę mączną, po czym łączono z octem i cukrem. Razem z produktami konsumpcyjnym przeznaczano do święcenia także sadło, olej lniany, słoninę oraz świński gnat – używany później do różnych zabiegów magiczno – leczniczych. Oprócz powyższych produktów przygotowywano również wołowinę, którą przeznaczano na rosół, cielęcinę – na pieczeń zaprawioną pieprzem, cynamonem i liściem laurowym. Galaretę tzw. trzęsionkę, robiono z wołowych lub świńskich nóżek, dodając sporą ilość czosnku. Kluski pszenne, wyrabiane z rozwałkowanego ciasta, krojono w długie paski i dodawano do rosołu. Buraki ćwikłowe dzielono na kawałki i kiszono w letniej wodzie, przy czym płyn przeznaczany był na barszcz burakowy, a miąższ na tzw. siekaną kapustę skropioną octem.

W pierwszym dniu Wielkanocy, przyrządzanie posiłków było ograniczone do minimum. Rano po podzieleniu się jajkiem, jedzono biały barszcz z kiełbasą, mięsem, jajkiem, chrzanem i chlebem. Ludność Janikowa natomiast na śniadanie jadała obowiązkowo „liszony" – barszcz czerwony z kiełbasą i jajkami, zaprawiany chrzanem.

Oprócz barszczu spożywano także placek z mleczną kawą lub kiełbasę z chlebem. Obiad i kolacja składały się z potraw przygotowanych w Wielką Sobotę.

W drugi dzień świąt podawano rosół wołowy, który jedzono z kluskami lub kaszą tatarczaną. Podawano również kapuśniak z ziemniakami oraz mięso z chrzanem i chlebem.

W drugi dzień świąt chodzono zwyczajowo po dyngusie. Grupy dyngusników dostawały ser, jajka, kiełbasę, placek, a niekiedy kawałek słoniny.

Pożywienie weselne

Wielkość przygotowań do wesela była uzależniona nie tylko od stanu majątkowego, ale także od ilości zaproszonych gości. Gdy urządzający wesele byli niezamożni otrzymywali produkty spożywcze, a niekiedy i pieniądze tzw. składnia. Ofiarodawcami byli zazwyczaj uczestnicy wesela. Dość często pieniądze pozyskiwano drogą kwesty – „chodzenie po prosiętach" (Stanisławice), „wspomoga" (Mąkosy), „zsypka" (Piotrkowice), w której brała udział panna młoda i starościna lub matka chrzestna. Pewnego rodzaju pomocą były również poczęstunki, jakie urządzali sami weselnicy. Jeszcze w drugiej połowie XIX wieku istniał zwyczaj, że goście weselni zaraz po ślubie udawali się do karczmy, gdzie bawili się i ucztowali.

Na kilka tygodni przed uroczystością zabijano wieprza i co najmniej dwuletnie cielę. Czasem do tego kupowano mięso wołowe i nóżki. Część mięsa przeznaczano na rosół i pieczeń, część na kiełbasę. Oprócz kiełbasy wyrabiano kaszankę z kaszy gryczanej, a z nóżek bydlęcych i świńskich robiono ceber lub galaretę. W dużych ilościach wyrabiano kluski rwoki i wołki z mąki pszennej lub pytlowo – żytniej, jak również kaszę jaglaną i tatarczaną oraz kapustę z grochem. Na potrzeby wesela wypiekano ponad 50 bochenków chleba oraz około 10 placków

Śpiewano:

Wstępna środa ustępuje,
Kuchareczka żur gotuje
Alleluja, Alleluja!

Dyngus, dyngus, po dyngusie,
Leży placek na obrusie.
Matka kraje i rozdaje,
Gospodarzu dawaj jaje!

Stoi beczka z miodem
nie umorzy głodem
baranek pieczony
niech będzie pochwalony.

Dajcież, że nam dajcie
Tą całą kiełbasę,
Bo jak nam nie dacie
Z łóżka was wystraszę

Dajcież, że nam dajcie
Tych jajek piętnaście,
Co wam kokoszeczka
Uniosła w poście

Dajcież, że nam dajcie
Całą kopę syra
Żeby wam krasula
Do dom przychodziła

Dajcież, że nam dajcie
Całą litrę wódki
Żeby wasza córka
miała język krótki

Dajcież, że nam dajcie
Co nam macie dać
Bo jak nam nie dacie
nie będziemy śpiewać

Młodzieży chodzącej z gaikiem przeważnie dawano jajka i to zwykle surowe.

Przysmakiem świątecznym oprócz wyrobów mięsnych: kiełbasy, czy szynki wędzonej była aż do I wojny światowej głowizna – pieczony w całości łeb świński oraz gotowane mięso wieprzowe, podawane na zimno.

pszennych lub pytlowo – żytnich zwanych kołaczami. Ważną pozycje zajmowały także trunki. Kupowano około 50 kwart wódki i od 2 do 3 antałków piwa. Nabywano też duże ilości cukru, herbaty, kawy, octu i różnych przypraw korzennych. Wódkę pędzono także w domach młodych. Najczęściej przygotowywano ją z wytłoków buraków cukrowych. Buraki kiszono w beczkach przez dwa tygodnie, potem destylowano.

Podczas wesela kilka razy częstowano gości, zawsze podając wódkę. Pierwszy raz, gdy przybywali „na dom weselny". Wtedy raczono ich przeważnie plackiem i kawą. A gdy wrócili z kościoła, częstowano ich chlebem, kiełbasą i kaszanką. Spośród wszystkich poczęstunków weselnych najważniejszy był posiłek urządzany wieczorem tzw. obiad. Zazwyczaj składał się z rosołu, barszczu, sztuki mięsa, flaków, kaszy jaglanej, grochu, kiełbasy,

pieczonej gęsiny oraz kołacza. Na przełomie XIX i XX wieku na obiad podawano: rosół, barszcz, kapustę, kaszę, kluski, mięso, galaretę, chleb, placek. Rosół gotowany był z mięsa świńskiego lub cielęcego i podawany najczęściej z kluskami lub kaszą tatarczaną, rzadziej ryżem. Przygotowywano również barszcz mączny biały na dudkach wołowych, mięsie wołowym lub kiełbasie. Spożywano go z chlebem. Kapustę kiszoną przyrządzano na mięsie świńskim z grochem. Z kasz na sypko gotowano najwięcej jagły i tatarczanej, rzadziej kaszę jęczmienną. Niekiedy jagłę łączono z flakami wołowymi lub kraszono ją słoniną. Kluski sporządzano z pszennej lub pytlowo – żytniej mąki. Na stół weselny trafiało także mięso cielęce i świńskie, najczęściej gotowane i jedzone z chlebem.

Na tradycyjnych weselach obiad miał zawsze charakter podniosły. Jego spożycie było połączone z nabożnością, muzyką, pieśnią i ceremoniałem. W trakcie wesela nie mogło się obyć bez wiwatów na cześć państwa młodych i żartobliwych przyśpiewek.

Gdy barszcz były słabo przyprawiony śpiewano:

Cy tu Zydy, cy tu Zydy,
Z pieprzem nie chodziły,
Cego nom tu tego borscu
Nie popieprzyły, nie popieprzyły.

(Maria Wójcik, Stanisławice 1966)

A cóz to tam za kucharka,
Co za ręce miała?
Co nam tego barscowiny
Nie dogotowała.

Przy rosole i kapuście śpiewano:

Rosole, rosole
jakis ty niemiły,
a chyba cie kucharecki
przez szmate cedziły.

A ta kapuścina,
to nie bardzo dobro,
nie solono, nie pieprzono,
nie siekano drobno.

(Maria Wójcik, Stanisławice 1966)

W Kozienickim specjalnym szacunkiem podczas wesela otaczano groch polny oraz placek zwany kołocem / kołoczem. Gdy druhny wynosiły misę z grochem na stół śpiewały obrzędową pieśń „Rośnie nam grosek przy drodze", w której akcentowały „trzeba go i tym dać, co za piecem siedzą", a więc dzieciom oraz ubogim i prosiły „Boze nam go rozmnazaj".

Kołacz także posiadał swoją pieśń obrzędową. W Bąkowcu i Mozolicach śpiewano jak to Marysia piekła „nadobny kołacz". Najpierw na niego w stawach płukała pszenicę, potem rozczyniała ciasto, wsadzała go łopatą, a „jak go z pieca wysadzała, małym dziatkom go rozdawała".

W Bąkowcu drużba przynosząc do stołu placek, podnosił go do góry jak ksiądz monstrancję i oznajmiał:

Zrodziła się ma psenicka
gdyby głóg,
słodziusieńki mój placusek
gdyby miód.

Na zakończenie wesela druhny śpiewały:

Powstańcie juz swatuskowie z posiada,
podziękujcie Panu Bogu
i Matce Najświętsej z objada.

W Radomskiem druhny dziękowały nie tylko za gorzałkę, piwo, pietruszkę, cebulę, chleb, placek, bułki, ale również:

I za stoły, i za ławy,
I za pyszne potrawy.

Pożywienie okolicznościowe

Osobną pozycję wśród obyczajowości chłopskiej stanowią poczęstunki i przyjęcia z okazji urodzin, stawiania chałupy czy zgonu.

Położnicy zaraz po urodzeniu dziecka przynosiły sąsiadki na pokrzepienie gotowane posiłki. Hucznie obchodzono chrzciny, czyli tzw. Radośnik, które trwały nieraz dwa dni. Zaczynały się z chwilą, kiedy chrzestni wracali z niemowlęciem z kościoła. Gości częstowano mięsem, wędliną, plackiem, herbatą i kawą oraz wódką. Zwyczaj nakazywał aby goście przynosili ze sobą jedzenie i napitek.

Inaczej rzecz się miała z uroczystościami pogrzebowymi. Poczęstne to na wsi kozienickiej najczęściej określano mianem „pogrzebu", rzadziej „pogrzebinami" (Staszów) albo „chlebem żałobnym" (Stanisławice). W poczęstunku brali udział domownicy, krewni i zaproszeni znajomi. W XIX wieku poczęstne urządzano nazajutrz po pogrzebie w karczmie, niekiedy z udziałem skrzypka. Na przełomie XIX i XX wieku konselacja odbywała się już w izbie mieszkalnej, uprzednio odświeżonej wapnem i wykadzonej jałowcem. Posiłek był bardzo skromny obejmował najczęściej kapustę z mięsem, kiełbasę, chleb, kaszankę oraz wódkę. Niekiedy częstowano również herbatą, piwem. W poście dominowała kasza gryczana lub jagła oraz pamuła śliwkowa.

W XVIII wieku ubogim w dniu Zaduszek przekazywano potrawy, leguminę i trunki. Na przełomie XIX i XX wieku dziadom proszalnym dawano na cmentarzu grzebalnym – pieniądze, a na cmentarzu kościelnym produkty: chleb, placek, mąkę, groch, kaszę, podpłomyki, a nawet garstki włókna lnianego (Mąkosy). Z myślą o dziadach proszalnych gospodynie piekły pszenne pieczywo i „paluchy" z gotowanych jagieł i buraków cukrowych.

Wśród darów zaduszkowych przeznaczonych dla dziadów ważną pozycję zajmowały: pieczywo, ser, groch oraz kasza jaglana i gryczana. Pieczywo zaduszkowe nie tylko rozdawano, ale także kładziono je na grobach zmarłych. Jadło dla zmarłych stawiano także u przydrożnych krzyży.

W grudniu, dzień Świętego Mikołaja czczono zazwyczaj na słodko. Rodzice dyskretnie podkładali dzieciom różne drobiazgi – t.j. słodkie bułki, ciastka, czy cukierki.

Budowanie domu też dawało okazje do organizowania poczęstunku: pierwszy raz po założeniu podwalin, następnie przy zawieszeniu wianka wieńczącego zakończenie budowy, trzeci przy osiedlinach. Pierwsze dwa posiłki składające się z wódki, kiełbasy, placka lub chleba urządzano dla majstrów, trzeci dla zaproszonych sąsiadów.

Na „prządkach", które odbywały się w jesienne i zimowe wieczory, też urządzano poczęstunki w Kozienickim określane mianem „przesmycki". Podawano najczęściej kawę, chleb z jajecznicą lub serem, pierogi, racuchy, placuszki z buraków cukrowych „buracaki".

Społeczną użytkowość jadła dostrzegamy również w innych dziedzinach życia społecznego.

Po żniwach obdzielano sąsiadów chlebem upieczonym z mąki z mielonej z pierwszego zebranego ziarna. Z okazji jarmarcznej sprzedaży i kupna, zwłaszcza zwierząt domowych, miał zastosowanie tzw. Litkup, znany już w XV wieku. Był to poczęstunek składający się najczęściej z wódki lub piwa, wędlin i chleba, a wielkim poście śledzi.

Do 1870 roku istniał zwyczaj w Brzózie, że uczniowie miejscowej szkółki, w dniu 12 marca – imienin Grzegorza obchodzili uroczystość zwaną „Gregoryanki". Tego dnia chłopcy w przebraniu rycerzy, biskupów, Żydów, bądź Cyganów obchodzili okoliczne wioski, by śpiewać piosenki, zbierać pieniądze lub żywność, przeznaczone na późniejsze wyposażenie szkoły. Za swoje występy uczniowie otrzymywali jajka, chleb, masło, ser i kiełbasę. Od nauczycieli byli obdarowywani bułkami, obwarzankami, grzanym piwem i cukierkami.

PRODUKTY LOKALNE ZIEMI KOZIENICKIEJ

Szynka Kozienicka i Schab – Zakład masarski Sławomira Grzędy

Zakład masarski Sławomira Grzędy prezentuje szeroki asortyment tradycyjnych wędlin, produkowanych według staropolskich receptur bez dodatków oraz konserwantów.

Firma powstała w 2009 roku i od tamtego czasu zyskuje coraz to nowe rzesze klientów.

Od początku istnienia zakład skupia największą uwagę na oferowaniu najwyższej jakości produktów. W ofercie firmy każdy znajdzie „coś dla siebie". Szeroki asortyment mięsa (wieprzowe, wołowe, cielęce, drób), wyroby kanapkowe i garmażeryjne, kiełbasy cienkie, kiełbasy grube, wędzonki oraz wędliny podsuszane.

Wyroby wędliniarskie wytwarzane przez Pana Sławomira cechuje przede wszystkim starannie dobrany surowiec, pozyskiwany od najlepszych hodowców, świeżość i doskonały smak. Zaś niepowtarzalna nuta smakowa powstaje dzięki zastosowaniu naturalnych, świetnie dobranych przypraw oraz ścisłej kontroli procesów produkcji.

Sprzedaż wyrobów prowadzona jest przez sieć własnych sklepów firmowych.

Wyrobami, z których słynie zakład Pana Sławomira jest Szynka Kozienicka oraz Schab.

Szynka Kozienicka wytwarzana jest według starej, niezmienionej receptury, w oparciu o tradycyjne surowce. Marynowana w specjalnej mieszance przypraw i ziół, wędzona w dymie z drzew liściastych – urzeka swoim naturalnym smakiem.

Schab z zakładu Pana Sławomira charakteryzuje się ogromną soczystością i delikatnością. Tradycyjny aromat i smak schabu jest uzyskany dzięki dopracowanemu przez lata procesowi peklowania oraz wędzenia. Idealny na ciepło, ale także na zimno, pokrojony na cienkie plasterki zadowala podniebienia nawet najbardziej wymagających klientów.

Swoje wyroby Sławomir Grzęda prezentuje podczas różnorodnych festynów i imprez promujących lokalne produkty.

W 2015 roku Zakład masarski Sławomira Grzędy zajął I miejsce w konkursie Regionalny Znak Jakości.

Sławomir Grzęda
Zakład Masarski „Masarnia"
ul. Parkowa 1
26-902 Grabów nad Pilicą
tel.: 692 798 682

Surówki – Multi-Smak

Multi-Smak jest jednym z największych producentów surówek i sałatek warzywnych w regionie kozienickim. Firma działa na rynku od ponad 20 lat.

W ofercie firmy znajdują się produkty, których głównym składnikiem są świeże, najwyższej jakości warzywa takie jak: kapusta biała i czerwona, kapusta pekińska, marchew, por, seler, papryka, ogórek i cebula.

Produkty firmy charakteryzują się małym stopniem przetworzenia. Surówki przygotowywane są domowymi metodami, doprawiane wyłącznie naturalnymi przyprawami, bez żadnych substancji konserwujących.

Dzięki odpowiedniej strategii firma szybko reaguje na zmieniające się trendy i skutecznie wdraża nowe produkty, również te dla klientów o wysublimowanych gustach.

W 2013 roku firma rozpoczęła produkcję mętnych soków owocowych, warzywnych i owocowo warzywnych pod marką Smak Natury. Soki mętne charakteryzują się tym, że ich produkcja odbywa się bez obróbki enzymatycznej, klarowania i filtracji. Dzięki temu zawierają one znacznie więcej bioaktywnych polifenoli i związków przeciwutleniających, zmniejszających szansę wystąpienia wielu chorób.

Firma produkuje także soki świeże jednodniowe i soki naturalne pasteryzowane. Głównym składnikiem soków świeżych jest najlepszej jakości marchew. Natomiast soki naturalne produkowane są głównie z jabłek z dodatkiem innych owoców takich jak: maliny, żurawina, aronia, czarny bez, rabarbar, pigwowiec, truskawki, jak również z warzyw – buraczków czerwonych i marchwi.

W 2015 roku firma poszerzyła swoją działalność o produkcję owoców i warzyw mrożonych pod marką Multi-Frozen. W ofercie znajdują się: mrożona truskawka odszypułkowana i z szypułką, mrożona wiśnia z pestką i bez pestki, mrożona papryka, por i inne warzywa.

Multi - Smak
26-910 Mniszew 36
tel.: (48) 621 90 41
fax: (48) 621 95 00
e-mail: info@multismak.pl
www.multismak.pl

Surówki – ZPH „Witamina"

Firma „Witamina" szczyci się wieloletnią tradycją w komponowaniu szerokiej gamy surówek.

Powstała w 1995 roku w Mniszewie i od tamtej pory dba o ustawiczne podnoszenie jakości.

W ofercie firmy znajdziemy surówki, lunche, sałatki, dania gotowe oraz kwaszonki.

Produkty idealnie pasujące do każdego, nawet najbardziej wyszukanego dania. I takie, które najlepiej smakują „solo".

Od 2003 roku firma postępuje zgodnie z wymaganiami i normami HACCP.

Wszystkie surówki są produkowane bez stosowania środków konserwujących, sztucznych środków barwiących i zapachowych, co pozwala zachować naturalne wartości smakowe i odżywcze surowców. Zatem żywność jest zdrowa i bezpieczna.

Produkty firmy ZPH „Witamina" dostarczają organizmowi wystarczającą ilość naturalnych witamin: A, B, C i E. Ponadto surówki zawierają beta-karoten, kwas foliowy, błonnik oraz węglowodany.

Wysoka jakość i doskonałe walory smakowe wyrobów uzyskiwane są poprzez użycie świeżych i wyselekcjonowanych warzyw oraz wykorzystanie oryginalnych receptur oraz nowoczesnej technologii.

ZPH „Witamina" ma na swoim koncie kilka sukcesów:

- Certyfikat „AGRO POLSKA" 2003,
- Certyfikat „AGRO POLSKA" 2004,
- Zwycięzca Konkursu „SPOSÓB NA SUKCES" 2003,
- Zwycięzca Konkursu POLSKI PRODUCENT ŻYWNOŚCI 2004 za produkt MARCHEWKA Z GROSZKIEM-danie gotowe,
- Najlepszy Produkt SURÓWKA WARZYWNA na VI MAŁOPOLSKIEJ GIEŁDZIE SPOŻYWCZEJ.

ZPH „Witamina"
Mniszew 38
26-910 Magnuszew
tel.: (48) 622 09 40
www.witamina-zph.pl
e-mail: info@witamina-zph.pl

Chleb staropolski – Zakład piekarsko – ciastkarski. Krystyna Kowalczyk

Zakład piekarsko – ciastkarski państwa Kowalczyków istnieje od ponad 20 lat. To firma rodzinna założona w 1992 roku w Grabowie nad Pilicą, która kultywuje znane naszym babkom i prababkom receptury pieczenia chleba.

Oferta zakładu jest niezwykle bogata, gdyż zakład Państwa Kowalczyków wytwarza 20 rodzajów pieczywa. Wśród wypieków znajdziemy nie tylko pieczywo pszenne, żytnie, pszenno – żytnie, ale również wyroby półcukiernicze: drożdżowe i piaskowe.

Jednym z najbardziej znanych produktów, pochodzących z piekarni jest chleb staropolski.

Recepturę chleba opracował Pan Robert Kowalczyk. Bazując na dawnych, babcinych przepisach stworzył produkt niepowtarzalny, cieszący się bardzo dużą popularnością wśród smakoszy tego zdrowego pieczywa.

Chleb staropolski przygotowywany jest na naturalnym zakwasie, bez chemicznych polepszaczy i przyspieszaczy, co podnosi walory odżywcze i zdrowotne wypieku.

Podstawowymi surowcami używanymi do jego produkcji są: mąka żytnia, mąka pszenna, drożdże, woda.

Chleb formowany jest ręcznie i wypiekany w tradycyjny sposób co sprawia, że miękisz jest niezwykle delikatny, a jego skórka złocista i chrupiąca.

W 2007 roku chleb staropolski otrzymał I nagrodę w konkursie o Laur Marszałka Województwa Mazowieckiego za najlepszy produkt żywnościowy.

Zakład piekarsko – ciastkarski.
Kowalczyk Krystyna.
ul. Parkowa 5
26-902 Grabów nad Pilicą
tel.: (48) 662 70 63
e-mail: kowalczyk_piekarnie@op.pl

Kozieniczanka – Zakład Cukierniczy. Krzysztof Lenarczyk

Zakład Cukierniczy Krzysztofa Lenarczyka to firma rodzinna z wieloletnią tradycją.

Przygoda z cukiernictwem rozpoczęła się pod koniec lat 60-tych, kiedy to rodzice oraz wujkowie Pana Krzysztofa wpadli na pomysł otworzenia cukierni w Kozienicach. I chociaż w owym czasie nie było łatwo otworzyć działalność gospodarczą, upór rodziny Lenarczyków spowodował, że ówczesne władze pozwoliły na przystosowanie pomieszczeń piwnicznych w domu wujka Pana Krzysztofa - Janka pod działalność cukierniczą. W ten oto sposób powstała spółka Kowalski-Lenarczyk z pierwszym punktem sprzedaży przy ul. Warszawskiej 3 w Kozienicach, który szybko stał się bardzo obleganą przez klientów cukiernią. Po pewnym czasie spółka została rozwiązana. Dopiero 7 maja 1979 roku Wydział Handlu w Kozienicach wydał zezwolenie na powstanie Zakładu Cukierniczego przy ul. Warszawskiej 52 i tę datę przyjmuję się jako początek powstania firmy. Od 1986 roku właścicielem firmy jest Pan Krzysztof.

W zakładzie cukierniczym oprócz szeregu słodkości w postaci tortów i różnego rodzaju ciast oraz ciasteczek produkowana jest tradycyjna Kozieniczanka. Słodki przysmak, którego receptura pochodzi sprzed 50 lat i do dnia dzisiejszego pozostaje niezmieniona.

Kozieniczanka to ciasto zwane popularnie przekładańcem luksusowym. Składa się z kilku warstw ciasta przekładanych nie tylko pysznym, lekkim kremem, dżemem, ale również słodkimi rodzynkami. Ciasto bardzo lekkie, troszkę pracochłonne, ale efekt końcowy wynagradza poświęcony mu czas.

Początkowo Kozieniczanka była traktowana jako ciasto niezwykle wykwintne a jego produkcja ograniczała się wyłącznie do okresu przedświątecznego. Miało to bezpośredni związek z trudnościami w zdobyciu stosowanych do produkcji ciasta rodzynek.

Dzisiaj Kozieniczanka, uwieńczona czekoladowym logiem z koziołkiem – symbolem Kozienic stanowi wiodący produkt w sprzedaży zakładu oraz założonej przez Pana Krzysztofa w 2010 roku Kawiarni Słodki Leniuch.

Krzysztof Lenarczyk.
Zakład Cukierniczy
ul. Warszawska 52
26-900 Kozienice
tel.: (48) 614 66 92

Razówka z Kozienic – Piekarnia L. Szeliga & A. Nercz & M. Żarłak

Chleb razowy potocznie nazywany „Razówką z Kozienic" to produkt wytwarzany przez Piekarnię L. Szeliga & A. Nercz & M. Żarłak.

Chleb ten został wprowadzony do produkcji przez założyciela spółki – mistrza piekarnictwa – Stefana Szeligę już w 1989 roku. W ciągu 25 lat działalności firmy wyprodukowano ponad 100 ton razówki.

Receptura chleba jest zgodna z tradycyjnym przepisem niezmiennym od co najmniej 30 lat. Chleb razowy jest produktem w 100% naturalnym, nie zawiera konserwantów.

„Razówka z Kozienic" występuje w postaci okrągłej, podłużnej lub z formy.

Składniki wykorzystane do produkcji chleba to kwas żytni razowy, mąka żytnia razowa typ 2000, drożdże, mąka pszenna typ 750, sól i woda – dokładne proporcje, przepis i procesy związane z wypiekiem stanowią tajemnicę producenta. Co najważniejsze – pomimo współczesnych metod wytwarzania, przy produkcji nie stosuje się konserwantów i sztucznych polepszaczy – wszystko po to by chleb był zdrowy i zgodny z tradycyjną recepturą. Chleb razowy zawiera polifenole, lignany oraz kwas fitynowy (obniżające poziom cholesterolu), których źródłem jest samo ziarno – zmielone ziarno bez usuniętej zewnętrznej warstwy nasiennej.

Wszystkie produkty piekarni są pod kontrolą PSSE, a każdy etap produkcji jest nadzorowany przez kierownika zakładu. Ponadto w piekarni funkcjonuje system HACCP, który ma na celu zapewnienie bezpieczeństwa żywności poprzez identyfikację i oszacowanie skali zagrożeń z punktu widzenia wymagań zdrowotnych żywności oraz ryzyka wystąpienia zagrożeń podczas przebiegu wszystkich etapów produkcji i obrotu produktami spożywczymi.

Piekarnia od lat promuje „Razówkę z Kozienic" podczas różnych przedsięwzięć lokalnych, takich jak festyny, kiermasze, czy tradycyjny Dzień Ogórka, Dożynki Kozienickie.

Piekarnia L. Szeliga & A. Nercz & M. Żarłak
ul. Radomska 35, 26-900 Kozienice
tel.: (48) 382 02 34
e-mail: piekarnia.kozienice@gmail.com

Miody z Pasieki Witolda Adamskiego

Bartnictwo Ziemi Kozienickiej ma wielowiekowe tradycje i odegrało ogromną rolę w kształtowaniu kultury regionu.

Pierwsze wzmianki dotyczące prawa obelnego na tym terenie zawarte były w dokumencie z 1378 roku. Największy rozkwit leśnej hodowli pszczół w Puszczy Kozienickiej datuje się na XVI w.

Dzisiaj tradycja pszczelarska jest nadal silnie podtrzymywana przez Związek Pszczelarzy – Koło w Kozienicach, które w 2008 roku obchodziło jubileusz pięćdziesięciolecia własnej organizacji.

Jednym z przedstawicieli kozienickiego środowiska pszczelarzy jest Pan Witold Adamski ze Stanisławic, który w Związku Pszczelarskim pełni funkcję Prezesa Koła w Kozienicach i jest członkiem Prezydium Regionalnego Związku Pszczelarzy Ziemi Radomskiej w Radomiu.

Rodzina Pana Witolda od lat jest związana z pszczelarstwem. Pasiekę posiadał dziadek – Adam Adamski, który przekazał ją swojemu synowi Bronisławowi. Już od najmłodszych lat ojciec angażował Pana Witolda do wszelkich prac związanych z prowadzeniem pasieki, ucząc w ten sposób pszczelarstwa. Tata Pana Witolda, Bronisław gospodarował w ulach warszawskich zwykłych, które budował samodzielnie.

W latach 90-tych Pan Witold przejął pasiekę po zmarłym teściu – Konstantym Kutyle. Zdobyta wiedza praktyczna pszczelarska Pana Witolda była poszerzana z różnych źródeł, między innymi: literatury, czasopism pszczelarskich, szkoleń prowadzonych przez związek oraz portali internetowych o tematyce pszczelarskiej. Obecnie Pan Witold może poszczycić się tytułem Mistrza Pszczelarskiego i gospodaruje 80 ulami typu wielkopolskiego oraz wykorzystuje różne pożytki w ramach pasiek wędrownych i stacjonarnych (hodowla matek pszczelich i tworzenie rodzin). W pasiekach wytwarzane są miody wielokwiatowe m.in. z mniszka i wierzby rosnącej nad Wisłą. Ponadto w ofercie gospodarstwa Pana Witolda jest miód akacjowy, lipowy, gryczany, spadziowy, nawłociowy, ziołomiód sosnowy, ziołomiód malinowy oraz plastry z pierzgą w miodzie. Pan Witold odzyskuje również pyłek i kit pszczeli.

Pasieka
Stanisławice
tel.: 600 055 983
e-mail: witek.adam@wp.pl

WINNICA Wieczorków

Wina z Winnicy Wieczorków

Swoją przygodę z winoroślą i winem Pan Paweł rozpoczął, kiedy to w 2005 roku posadził pierwsze 100 krzewów winorośli różnych odmian, aby sprawdzić jakie szczepy będą najbardziej odpowiednie do warunków naturalnych. Przez kilka lat testował odmiany i uczył się jak w profesjonalny sposób uprawiać winnicę i produkować wino o niepowtarzalnym aromacie i smaku. I tak powstała „Winnica Wieczorków", która obecnie zajmuje powierzchnię 2 ha, na której jest posadzone około 7 tysięcy krzewów.

Na terenie winnicy przygotowano uprawy pod rodzaje win białych, czerwonych, a także deserowych. Można tu spróbować odmian na wina białe: Hibernal, Aurora, Bianca, Sibera, Jutrzenka, Seyval Blanc, Muskat Odeski, a także wina czerwone: Rondo i Regent.

Winogrona zbierane są, gdy osiągną odpowiedni stopień dojrzałości. Po zebraniu owoce trafiają do młynka gdzie zostają lekko zmiażdżone i oddzielone od szypułek. W tym etapie powstaje tzw. miazga, która następnie trafia do prasy, w której zostaje wyciśnięty moszcz. Moszcz odstawiany jest na 24 godz. w chłodne miejsce w celu sklarowania. Następnie dodawane są drożdże i w ten sposób rozpoczyna się proces fermentacji, który trwa ok. miesiąca. Fermentacja odbywa się w zbiornikach ze stali nierdzewnej, w kontrolowanej temperaturze. Dzięki takiemu procesowi produkcji wina Pana Pawła są świeże i aromatyczne oraz cieszą swoim niepowtarzalnym smakiem.

Oprócz win w gospodarstwie wytwarzany jest zdrowy sok winogronowy, jabłkowy i gruszkowy. Dzięki łagodnej pasteryzacji sok zachowuje oryginalny smak i niemal wszystkie korzystne cechy świeżych owoców. Natomiast brak konserwantów, wody oraz cukru stanowi o całkowitej naturalności napoju.

Winnica należy do Stowarzyszenia Winiarzy Małopolskiego Przełomu Wisły. W 2008 roku wina z Winnicy Wieczorków otrzymały Laur Marszałka Województwa Mazowieckiego za najlepszy produkt żywnościowy w kategorii napoje, zostały również docenione na Konwentach Polskich Winiarzy.

Winnicę można zwiedzać turystycznie, odwiedzać na degustacje lub zorganizować na jej terenie imprezę okolicznościową. Chętni mogą zapoznać się także z zapleczem technicznym winiarstwa lub spróbować regionalnych przysmaków z lampką wina. Ponadto na prośbę klientów gospodarz organizuje warsztaty produkcji wina i soków.

Winnica Wieczorków
Paweł Wieczorek
Borek 56
26-920 Gniewoszów
tel.: 798 837 577
www.winnicawieczorkow.pl
e-mail: winnica.wieczorkow@gmail.com

Jabłka Magnuszewskie

Sadownictwo na obszarze Ziemi Kozienickiej ma bardzo długą tradycję. Jak wynika z przekazów historycznych uprawa owoców na tym terenie znana była już w XII wieku.

Pierwszy ogród owocowy znajdował się na terenie klasztoru w Sieciechowie. Według zapisów ks. Gackiego w ogrodzie benedyktynów występowały jabłonie w odmianach: renety zimowe, sztetyny, kalwinki, wanatki, rappy, passówki, mnichy, rzegotki, rzepki, kabłusiki, cytrynówki. Uprawiano ponadto grusze, śliwy, wiśnie, jak również orzechy włoskie, tureckie, laskowe i brzoskwinie.

Legenda wspomina, że jedno drzewo, z gatunku owsianek zwane było gruszą Sobieskiego. Podobno król, kiedy przebywał w klasztorze sieciechowskim, tak się w owocach rozsmakował, że od tego czasu co roku mu pewną ilość gruszek przesyłano.

Dzisiaj sadownictwo Ziemi Kozienickiej koncentruje się w Gminie Magnuszew. Występujące tu gospodarstwa oparte są na wielopokoleniowej tradycji sadowniczej.

Gmina Magnuszew, to gmina typowo rolnicza (70% zatrudnionych osób pracuje w rolnictwie). Z całej powierzchni gminy (140,92 km^2) użytki rolne wynoszą 9 493 ha. Uprawia się tu głównie sady jabłoniowe, truskawki, pomidory, ogórki, zboża, ziemniaki oraz warzywa kapustne. Niemniej, powodem do dumy gminy są gospodarstwa sadownicze.

Na terenie gminy funkcjonują grupy producentów, do których można zaliczyć „Smaki Mazowsza" Sp. z o.o., „Grupa Sad Export" Sp. z o.o.

Sady magnuszewskie produkują jabłka o wybornym smaku i aromacie. Wpływa na to jakość gleb, wynikająca z dogodnego położenie wokół dorzecza Wisły - Królowej Polskich Rzek.

Sprawdzone techniki upraw w połączeniu z wieloletnim doświadczeniem i specjalistyczną wiedzą sprawiają, że jabłka są zdrowe i przede wszystkim smaczne.

W sadach na obszarze gminy Magnuszew można dojrzeć odmiany jabłek takie jak: Boskop, Dacosta, Eliza, Gala, Gloster, Golden Delicious, Idared, Jonagold, Jonagored, Ligol, Lobo, Szampion.

Jabłka to prawdziwa skarbnica witamin. Zawierają witaminy z grupy B, C, A, a także sole mineralne, potas i żelazo. Jabłko ma również inne właściwości korzystne dla naszego zdrowia – chroni przed niestrawnościami, chorobą wrzodową, zaparciami oraz przed rakiem jelita grubego. Wzmacnia serce, obniża cholesterol, działa także przeciw miażdżycowo, zatem, przeciwdziała wszelkim dolegliwościom towarzyszącym dużej nadwadze i otyłości.

Jabłek magnuszewskich możemy również spróbować w menu restauracji **„Stara Kuźnia"**, która mieści się w odrestaurowanym, starym budynku kuźni, zaledwie 30 metrów od głównej drogi nr 79 Warszawa-Sandomierz.

W stylowym wnętrzu, nawiązującym do ciepła kowalskiego paleniska można skosztować typowo domowych dań. Elementem, który dominuje w kuchni są oczywiście magnuszewskie jabłka.

Możemy zatem skosztować między innymi: gęsiny z kiszonym jabłkiem, piersi z kaczki w dymie z jabłoni, kremu z wiejskiego kurczaka z pieczonym jabłkiem i śmietanką, łososia na glazurowanych jabłkach, czy pierogów z pieczonym mięsem gęsi i glazurowanymi jabłkami. Deser to obowiązkowo szarlotka na kruchym cieście podawana na ciepło, popijana świeżo wyciskanym sokiem z jabłek.

W restauracji możemy również skosztować lokalnego produktu, jakim są kiszone jabłka. Idealny dodatek do mięs, serów a nawet do niekonwencjonalnych deserów. Po prostu miód w gębie.

Oprócz szeroko wykorzystywanych jabłek, w menu pojawiają się także lokalne truskawki, jagody, grzyby, pomidory malinowe, jak i jadalne kwiaty. Kucharze korzystają także ze świeżych ziół, które można zebrać na łąkach i w lasach.

Dbałość o jakość, smak, a także sposób podawania dań sprawia, że wszystko ma swój niepowtarzalny charakter.

Restauracja Stara Kuźnia
ul. Partyzantów 14, 26-910 Magnuszew
tel.: 48 621 72 91
e-mail: kuznia@starakuznia.com
www.starakuznia.com
godziny otwarcia:
pon – pt - 10:00 -20:00
sob- niedz 10:00 - 21:00

Ogórki z Powiśla

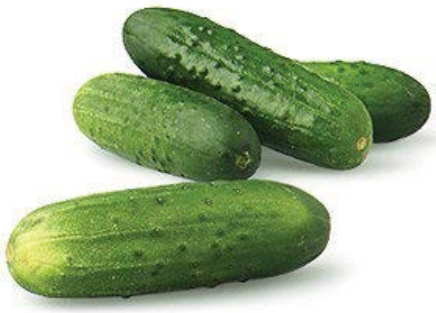
Ogórek to jedna z najstarszych roślin warzywnych.

Ojczyzną ogórka są prawdopodobnie Indie, a ściślej ich tropikalny i subtropikalny rejon, pomiędzy Zatoką Bengalską a Himalajami, gdzie warzywo było uprawiane już w starożytności. Jego dzikie odmiany do dziś rosną w stanie naturalnym na południowych stokach himalajskiego pasma górskiego. Najstarsze źródła potwierdzające uprawę ogórka w Indiach, datowane są przez większość historyków na ok. 3000 lat p.n.e. Jedna z hinduskich legend nazwę ogórka wywodzi od imienia indyjskiego księcia, który spłodził 60 tys. dzieci, i miała ona nawiązywać do dużej liczby nasion znajdujących się w owocu ogórka i wysokiej plenności tego gatunku.

Uprawę ogórka w Polsce datuje się na XVI wiek i początkowo wierzono, że ogórek jest najlepszym lekarstwem na gorączkę. Na sarmackich dworach doceniano go zwłaszcza w kiszonej postaci, natomiast w postaci surowej „mizeria" stanowił pożywienie ubogich.

Ogórek jest warzywem składającym się w 96% z wody, dostarczającym organizmowi wielu witamin i minerałów, a ponadto posiada właściwości przeciwnowotworowe. Poza tym ogórek ma wielorakie zastosowanie, np. w kosmetyce, jako środek na zgagę oraz środek na odkwaszenie organizmu.

Z uprawy ogórków słynie Gmina Kozienice. To prawdziwe ogórkowe zagłębie: największe w regionie radomskim i jedno z największych w kraju. Ogórki są uprawiane na nieskażonych glebach w obszarze NATURA 2000, co gwarantuje ich wysoką jakość. Plantacje zajmują ok. 400 ha. Najwięcej ogórków uprawia się w Piotrkowicach, Samwodziu, Nowej Wsi, Holendrach Kozienickich i Kuźmińskich. We wszystkich 21 miejscowościach tzw. „Powiśla" uprawia się ogórki w ok. 500 gospodarstwach.



Na terenie „Powiśla" jest ponadto ok. 35 producentów, którzy kiszą ogórki. Głównym rynkiem zbytu dla wyprodukowanych w gminie Kozienice ogórków jest region Śląska.

Ogórek stał się symbolem rolnictwa Powiśla Kozienickiego. Od 2002 roku w Piotrkowicach, w miesiącu lipcu odbywa się impreza pn. „Dni Ogórka". Organizatorem wydarzenia jest Związek Producentów Rolnych, społeczność lokalna, samorząd gminny oraz powiatowy. Głównym celem imprezy jest promocja produktów rolnych kozienickiego powiśla.

„Dni Ogórka" rozpoczynają się mszą świętą, później można delektować się smakiem produktów lokalnych (ogórki kiszone, ogórki małosolne, smalec ze skwarkami, itp.) przysłuchując się występom artystycznym. Organizatorzy przygotowują też konkursy z ogórkiem w roli głównej oraz liczne atrakcje dla najmłodszych.

Mydła naturalne – Mydlarnia „Powrót do natury"

Mydlarnia „Powrót do Natury" znajduje się w miejscowości Głowaczów, w Powiecie Kozienickim.

To polska marka, która zrodziła się z ogromnej pasji i inspiracji naturą, jak również z chęci czerpania garściami z tego co ekologiczne i zdrowe.

Dewizą firmy jest: „Powrót do natury" i związana z tą myślą produkcja mydła naturalnego według tradycyjnej receptury sięgającej XIX wieku, która gwarantuje otrzymanie produktu o najwyższych parametrach jakościowych.

Podstawowym surowcem, z którego powstają produkty w mydlarni jest spożywczy olej palmowy najwyższej jakości. Baza mydlana powstaje natomiast w zakładzie w Głowaczowie.

Do produkcji mydeł stosowane są także dodatki pochodzenia naturalnego między innymi: dziegieć, bursztyn, borowina, sole z Morza Martwego, wosk, zioła oraz wysokiej klasy kompozycje zapachowe zawierające naturalne olejki eteryczne lub tylko naturalne olejki eteryczne.

W mydlarni stosowana jest wyłącznie naturalna, polska sól wydobywana w Kłodawie metodą tradycyjną, w żaden sposób nie oczyszczana. Z soli tej uzyskiwany jest także ORMUS, czyli szlachetne pierwiastki z grupy platynowców (np. złoto, platyna, iryd).

Mydła nie zawierają konserwantów, sztucznych barwników, polepszaczy, wypełniaczy ani SLS.

W mydlarni znajdziemy bogaty asortyment produktów między innymi: roślinne, hipoalergiczne mydła dla całej rodziny; mydła z naturalnymi dodatkami; mydła ze szlachetnymi pierwiastkami; mydła potasowe; mydła z linii „Słowiańskie dary matki Ziemii": z siarką i piołunem, geraniowe z zieloną glinką, szałwiowe z magnezem; naturalne mydła gospodarcze; mydła odplamiające; oleje, żele do mycia rąk, sole do kąpieli oraz ORMUS.

Mydlarnia „Powrót do natury"
26-903 Głowaczów, ul.Kozienicka 5
www.powrotdonatury.eu
tel.: (48) 623 15 18
fax: (48) 322 20 02

POWRÓT DO NATURY
mydlarnia

Baby Kozienickie – Zbigniew Kurasiewicz

Sztuka ludowa Puszczy Kozienickiej charakteryzuje się miejscowymi, starymi tradycjami puszczańskimi. Duża ilość łatwo dostępnego drewna z okolicznych lasów sprzyjała rozwojowi rzeźby. Źródłem natchnienia dla wykonawców była sztuka kościelna oraz codzienne scenki z życia Ziemi Kozienickiej.

Jednym z artystów tworzących w kręgu sztuki ludowej jest Zbigniew Kurasiewicz.

Zbigniew Kurasiewicz – artysta rzeźbiarz. Urodził się 19 lutego 1950 roku w Olszynie w województwie wrocławskim. Do Kozienic przeprowadził się wraz z rodziną w 1965 roku. Z wykształcenia jest technologiem drewna.

Zamiłowania artystyczne Zbigniew Kurasiewicz odziedziczył po ojcu, który był samoukiem zajmującym się malarstwem oraz rysunkiem, a także trudną sztuką intarsji. Dodatkowo zdobył doświadczenie artystyczne ucząc się w szkole zawodowej, gdzie uczęszczał na zajęcia z rzeźby, stolarstwa i snycerstwa.

Pomysły na swe rzeźby artysta czerpie z własnej wyobraźni oraz podglądając prace innych twórców. Koncepcje podsuwa mu również sama struktura materiału oraz kozienicka natura. Ponadto ceni sobie uwagi kolegów i znajomych dotyczące jego dzieł oraz pracy. Zwierzęta Puszczy Kozienickiej są jednym z jego ulubionych tematów, ale oprócz nich rzeźbi także sylwetki ludzi, zamki oraz postacie z kręgu religii chrześcijańskiej i mitologii ludowej. Pan Zbigniew tworzy też płaskorzeźby. Na jego pracach pojawiają się bacznie zaobserwowane elementy lokalnej przyrody i architektury oraz postacie i scenki rodzajowe z życia mazowieckiej wsi. Interesuje go również snycerka.

Artysta posiada własny warsztat. Do swej pracy używa wielu narzędzi dłut, siekier, pił a także wyrzynarki, szlifierki oraz przykręcanego do stołu imadła. Z tworzyw preferuje lipę i topolę z racji swej podatności na profilowanie.

Bierze aktywny udział w życiu artystycznym Kozienic. Uczestniczy w licznych konkursach, kiermaszach, plenerach artystycznych oraz przeglądach twórczości ludowej.

Spośród wszystkich rzeźb Zbigniewa Kurasiewicza na szczególną uwagę zasługują „Baby Kozienickie", które stanowią niejako wizytówkę artysty. Roześmiane, rubaszne wiejskie kobiety, w których nie da się nie dostrzec dowcipnego charakteru artysty. Niby stateczne a jednak pełne łobuzerskiego wigoru. Głaszczące koty, ubijające masło, zamiatające podłogę - niby takie zwykłe, wiejskie a jednak pełne elegancji i czaru. Kolorowe, wiejskie czarodziejki, piastunki domowego ogniska, wykonane z ogromną precyzją, niezwykłe, wyjątkowe. Doskonałe zarówno pod względem formy jak i często ukrytych, niebanalnych treści.

W 2014 roku „Baby Kozienickie" zdobyły I nagrodę w konkursie Regionalny Znak Jakości.

Zbigniew Kurasiewicz
tel.: 793 139 163

Kozienickie przysmaki – tradycyjne potrawy regionalne

Zupa z lebiody (komosy)

Składniki:

- 2 l wody
- 2 marchewki
- 1 pietruszka
- ½ selera
- ½ pora
- ½ kg lebiody (tylko górne części rośliny)
- 1 cebula
- 2 ziemniaki
- 2 łyżki kaszy jęczmiennej
- masło
- mleko / śmietana
- sól
- pieprz

dodatkowo:

- sok z cytryny
- gałka muszkatołowa

Sposób wykonania:

Przygotować bulion warzywny. Do bulionu dorzucić kaszę jęczmienną. Gotować ok. 10 minut. Następnie dodać pokrojone w drobną kostkę ziemniaki i podsmażoną na złoto cebulką. Lebiodę opłukać, posiekać i poddusić na maśle. Dodać do zupy. Zabielić mlekiem lub śmietaną. Doprawić do smaku solą, pieprzem, gałką muszkatołową i sokiem z cytryny. Podawać z jajkiem na twardo.

Żur z białą kapustą (Stanisławice)

Składniki:

- 1,5 l wody
- 2 marchewki
- 1 pietruszka
- ½ selera
- ½ pora
- 600 ml zakwasu na żurek:
  1 szkl. mąki żytniej,
  600 ml ciepłej wody
- 300 g kapusty
- 4-5 ziemniaków
- 200 g boczku wędzonego
- liść laurowy
- 2-3 ziarenka ziela angielskiego
- 1 cebula
- 1 łyżka mąki pszennej
- ½ szkl. śmietany/mleka
- olej
- majeranek
- sól
- pieprz

Sposób wykonania:

Przygotowanie zakwasu – mąkę żytnią zalewamy wodą i pozostawiamy w ciepłym miejscu na trzy dni do zakwaszenia. Kapustę pokroić w wąskie paski. Z wody i włoszczyzny przygotować bulion. Bulion zagotować, dodać liść laurowy, ziele angielskie oraz przekrojoną na pół i podpieczoną cebulę. Do bulionu dodać pokrojone w kostkę ziemniaki oraz kapustę – gotować do miękkości. Następnie do bulionu dodać zakwas na żurek oraz śmietanę lub mleko. Wymieszać, zagotować i pozostawić na ogniu przez minutkę lub dwie. Przyprawić do smaku solą, pieprzem i majerankiem. Boczek pokroić w drobną kostkę, podsmażyć na oleju. Żurek podawać okraszony boczkiem.

Gruscanka

Składniki:

- 600 g gruszek
- 15 g cukru
- 1 szklanka śmietany
- 1 łyżeczka mąki pszennej
- 1 l wody
- 500 g ziemniaków
  lub grzanki z białego pieczywa

Sposób wykonania:

Gruszki umyć, pokroić w kostkę, oddzielić gniazda nasion, zalać gorącą wodą i ugotować. Po ugotowaniu przetrzeć przez sitko. Dodać do tej samej wody, w której się gotowały. Do tego dodać cukier. Mąkę rozetrzeć ze śmietaną i dodać do całości. Zupę zagotować. Podawać na gorąco z ugotowanymi ziemniakami.

Pamuła śliwkowa

Składniki:

- 450 g śliwek bez pestek
- 1 łyżeczka mąki ziemniaczanej
- 0,5 litra wody
- szczypta soli
- szczypta pieprzu
- 3 łyżki gęstej śmietany

Sposób wykonania:

Wypestkowane śliwki zalać wodą, doprowadzić do wrzenia i gotować na wolnym ogniu, aż owoce się rozgotują. Dodać szczyptę soli. Mąkę ziemniaczaną rozmieszać z trzema łyżkami zimnej wody i wlać do gotujących się owoców. Energicznie mieszając jeszcze raz zagotować zupę. Na koniec dodać śmietanę. Barszczyk można podawać z ugotowanymi ziemniakami i skwarkami.

Kapłun

Składniki:

- 2,5 l wody,
- 2 marchewki
- 1 pietruszka
- ½ selera
- ½ pora
- 1 kg czerstwego chleba lub sucharów
- 250 g słoniny
- 1 cebula
- olej
- liście laurowe
- kminek
- sól
- pieprz

Sposób wykonania:

Przygotować bulion warzywny. Dodać pieprz, sól, liście laurowe oraz kminek – gotować dalej. Czerstwy chleb pokroić w kostkę. Słoninę pokroić w kostkę i usmażyć na złoty kolor. Cebulę drobno posiekać i zrumienić na tłuszczu. Chleb zalać wywarem i zostawić pod przykryciem na 1 minutę. Dodać słoninę i cebulę. Zamieszać.

Zupa grzybowa

Składniki:

- 5 l wody
- 4 ziemniaki lub makaron świderki
- 0,5 kg żeberek
- suszone grzyby prawdziwki
- 1 por
- 2 duże marchewki
- 2 pietruszki
- 1 cebula
- 2 łyżki śmietany
- liść laurowy
- ziele angielskie
- pieprz
- sól

Sposób wykonania:

Z warzyw, mięsa i przypraw zrobić wywar. Grzyby namoczyć w wodzie, następnie pokroić je na mniejsze kawałki. Gdy wywar będzie gotowy dodać namoczone, pokrojone grzyby wraz z wodą, w której się moczyły. Do śmietany dodać kilka łyżek gorącej zupy i dokładnie wymieszać. Następnie rozmieszaną śmietanę dodać do zupy. Na koniec doprawić solą i pieprzem.Podawać z ugotowanymi w kosteczkę ziemniakami lub makaronem.

Kapuśniak wigilijny

Składniki:

- 5 l wody
- 1 kg kapusty kiszonej
- 6 suszonych grzybów prawdziwków
- 2 cebule
- 500 g ziemniaków
- olej
- sól
- pieprz

Sposób wykonania:

Kapustę wypłukać. Następnie włożyć do garnka, zalać wodą i ugotować. Grzyby namoczyć. Cebulę podsmażyć na oleju, dodać do kapusty. Miękkie grzyby pokroić i dodać do zupy. Doprawić solą i pieprzem. Podawać z ziemniakami ugotowanymi w całości i polanymi olejem.

Zalewajka

Składniki:

- 2 litry zimnej wody
- 400 g kiełbasy
- 6 średnich ziemniaków
- 500 ml zakwasu na żurek:
  1 szkl. mąki żytniej,
  500 ml ciepłej wody
- 2 marchewki
- 1 pietruszka
- ½ selera
- ½ pora
- 200 g śmietany
- 1 ząbek czosnku
- 3 liście laurowe
- 3 ziarna ziela angielskiego
- sól
- pieprz
- majeranek

Sposób wykonania:

Przygotowanie zakwasu – mąkę żytnią zalewamy wodą i pozostawiamy w ciepłym miejscu na trzy dni do zakwaszenia. Włoszczyznę, ziemniaki i kiełbasę pokroić w kostkę. Ząbek czosnku obrać. Włoszczyznę i kiełbasę przełożyć do garnka. Zalać 2 litrami zimnej wody i gotować przez około 10 minut. Po tym czasie dodać ziemniaki, czosnek, liście laurowe i ziele angielskie. Gotować, aż ziemniaki będą miękkie. Następnie wlać zakwas na żurek i pogotować przez kolejne 5 minut. Po tym czasie dodać śmietanę. Przyprawić solą, pieprzem i majerankiem.

Dziadówka

Składniki:

- 2 l wody
- 2 marchewki
- 1 pietruszka
- ½ selera
- ½ pora
- 1 cebula
- olej
- 1 jajko
- 5 łyżek mąki pszennej + 2 do zasmażki
- sól
- pieprz

Sposób wykonania:

Wszystkie warzywa obrać i pokroić w drobną kostkę. Zalać 2 litrami gorącej wody. Gotować do miękkości warzyw. Cebulę pokroić w drobną kostkę i usmażyć na maśle na złoty kolor. Dodać do zupy. Następnie przygotować ciasto na zacierki: do mąki wbić jajko i ugniatać, aż ciasto będzie elastyczne. Urywać po kawałku ciasta i toczyć je w palcach tworząc małe zacierki. Kiedy już wszystkie kluseczki będą gotowe, wrzucić je do zupy i dalej gotować, mieszając przez chwilę. Następnie z łyżki masła i 2 łyżek mąki zrobić zasmażkę, dodać do zupy.

Kapusta dębowa

Składniki:

- 5 kg ziemniaków
- 0,5 kg grochu okrągłego
- 0,5 kg słoniny
- 0,15 kg cebuli
- sól
- pieprz
- kwasek cytrynowy

Sposób wykonania:

Ziemniaki obrać, wypłukać i posiekać na drobno tasakiem lub dużym nożem. Wypłukać w trzech wodach, dodać kwasku cytrynowego, odstawić do zakwaszenia na minimum 12 godzin. Następnie posiekane ziemniaki ugotować. W międzyczasie ugotować groch do miękkości. Cebulę, słoninę pokroić w kosteczkę i podsmażyć na oleju. Wszystkie składniki połączyć w jednym naczyniu, doprawić do smaku solą i pieprzem.

Parzybroda

Składniki:

- 80 dag młodej kapusty
- 60 dag ziemniaków
- 15 dag surowego boczku
- 1 cebula
- 1 łyżka mąki pszennej
- ¼ łyżeczki majeranku
- ¼ łyżeczki kminku
- liść laurowy
- cukier
- odrobina kwasku cytrynowego
- sól
- pieprz

Sposób wykonania:

Boczek pokroić w kostkę, wytopić, odstawić. Kapustę opłukać, pokroić w grubą kostkę, zalać szklanką wrzątku, posolić, lekko posłodzić. Dodać połowę stopionego boczku i kminek lub majeranek, postawić na ogniu i gotować bez przykrycia 5-10 minut. Następnie włożyć obrane i pokrojone w drobną kostkę ziemniaki, gotować razem kilka minut. Na pozostałym boczku zeszklić posiekaną cebulę, następnie mieszając wsypać mąkę, lekko zrumienić, wymieszać z kilkoma łyżkami zimnej wody i zagotować. Wlać zasmażkę do garnka z kapustą i ziemniakami, dodać pieprz i ewentualnie kwasek cytrynowy lub sok z cytryny.

Marchewka duszona

Składniki:

- 4 marchewki
- 2 ziemniaki
- 500 g słoniny na skwarki
- 1 łyżka masła
- sól
- pieprz
- majeranek

Sposób wykonania:

Marchewkę pokroić w drobną kosteczkę i zalać taką ilością wody, żeby ją przykryło. Gotować na niewielkim ogniu, bez przykrywki. Do tego dodać drobno pokrojone ziemniaczki. Kiedy marchewka i ziemniaki będą miękkie dodać usmażonych skwarków. Posolić i dodać majeranku. Na koniec zaprawić surowym masełkiem i chwilę jeszcze pogotować na małym ogniu.

Gołąbki z tartych ziemniaków

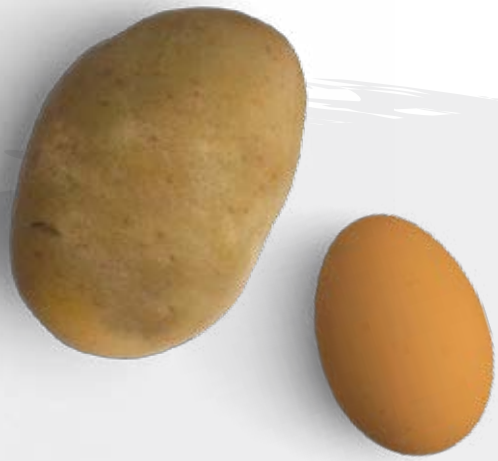
Składniki:

- 2 kg ziemniaków
- liście kapusty
- 0,20 kg boczku wędzonego
- 3 cebule
- kilka suszonych grzybów
- sól
- pieprz

Sposób wykonania:

Ziemniaki zetrzeć na tarce. Boczek oraz cebulę pokroić i usmażyć na tłuszczu. Dodać do tego namoczone, pokrojone grzyby i starte ziemniaki. Chwilę odparować. Gdy masa zgęstnieje, dodać sól i pieprz do smaku. Odparowaną masę zawijać w rozbite liście kapusty, ułożyć w rondlu i podlać wodą. Gołąbki piec w piekarniku lub prodiżu. Podawać z sosem grzybowym.

Pyzy



Składniki:

ciasto:

- 1 kg ugotowanych ziemniaków
- 1 kg startych surowych ziemniaków
- 2 jajka
- 5 łyżek mąki ziemniaczanej
- 5 łyżek mąki pszennej
- sól
- pieprz

farsz:

- 500 g mięsa wieprzowego (np. łopatka)
- 1 cebula
- olej
- sól
- pieprz

Sposób wykonania:

1 kg obranych ziemniaków ugotować i ostudzić. Wystudzone przecisnąć przez praskę do ziemniaków lub zmielić w maszynce. 1 kg obranych ziemniaków zetrzeć na tarce o drobnych oczkach. Przełożyć je do bawełnianej ściereczki lub gazy i odcisnąć całą wodę. Zebrać nagromadzoną skrobię. Ziemniaki przełożyć do miski, dodać jajka, obie mąki, przyprawy i dokładnie wyrobić ciasto. Mięso podzielić na kilka mniejszych kawałków i ugotować w lekko osolonej wodzie. Ugotowane odcedzić, wystudzić i zmielić w maszynce do mięsa. Na patelni podsmażyć posiekaną cebulkę. Dodać ją do mięsa. Farsz doprawić i ostudzić. Z farszu uformować kulki. Ciasto ziemniaczane rozwałkować, szklanką wyciąć krążki. Na każdy krążek nałożyć farsz, zlepić brzegi, uformować kuliste pyzy. Czynność powtarzać do całkowitego wyrobienia ciasta i farszu. Pyzy gotować w lekko osolonym wrzątku przez trzy minuty, od czasu wypłynięcia na powierzchnie wody. Podawać gorące, polane zrumienioną na oleju cebulką i skwarkami.

Pierogi z mięsem, kapustą i grzybami

Składniki:

ciasto (na 80 sztuk):

- 600 g mąki pszennej
- 2 jajka
- szczypta soli
- 400 ml gorącej wody
- 1 – 2 łyżki oleju

farsz:

- 500 g mięsa ugotowanego (np. łopatka, karkówka, wołowina)
- 2 cebule
- ½ kg kapusty kiszonej
- garść grzybów suszonych
- sól
- pieprz
- majeranek
- olej rzepakowy

Sposób wykonania:

Dzień wcześniej opłukać i namoczyć grzyby w zimnej wodzie, zostawić je na całą noc. Następnego dnia gotować w tej samej wodzie, aż zrobią się miękkie. Odcedzić i ostudzić. Cebule pokroić w grubą kostkę i podsmażyć na oleju. Jak zmięknie, dodać odcedzone grzyby i całość chwilę smażyć na małym ogniu. Dodać odciśniętą i pokrojoną kapustę i dusić 5-10 minut. Mięso ugotować do miękkości, pokroić i dodać do pozostałych składników. Doprawić wszystko solą, pieprzem, majerankiem i dusić na małym ogniu, aż mięso będzie się rozpadać. Przestudzić farsz. Jeśli jest zbyt wodnisty odcisnąć nadmiar płynu. Farsz drobno pokroić lub przepuścić przez maszynkę do mielenia. Doprawić solą i pieprzem. Mąkę przesiać do miski. Dodać jajka, sól, olej i wodę, tyle ile ciasto zabierze. Przełożyć masę na blat i wyrabiać około 5-7 minut na gładkie ciasto. Jeśli jest zbyt rzadkie można podsypać mąką. Przełożyć do miseczki, przykryć wilgotną ściereczką i zostawić na 30 minut. Następnie wyjąć ponownie na blat i wyrobić ciasto jeszcze 1-2 minuty. Podzielić na mniejsze kawałki, które po kolei rozwałkowywać – podsypując mąką i wycinać kółka (używając odpowiedniej wielkości foremek czy szklanki). Na środek każdego kółka z ciasta nakładać farsz i składać na pół dokładnie zlepiając brzegi. Przygotowane do gotowania pierogi przykryć suchą ściereczką, żeby nie obeschły. Wrzucać na gotującą osoloną wodę. Gotować na średnim ogniu od 2 do 4 minut w zależności od wielkości pierogów. Podawać z cebulką podsmażoną na oliwie. Następnego dnia odsmażyć na odrobinie oliwy na średnim ogniu.

Szczodraki / Szczodroki

Składniki:

ciasto:

- 500 g mąki pszennej
- 30 g drożdży
- 2 jajka
- 50 g masła
- 1 szkl. mleka
- pół łyżeczki cukru
- łyżeczka soli
- do posmarowania: roztrzepane jajko

farsz pikantny:

- 100 g suszonych grzybów
- 1 szkl. posiekanych orzechów laskowych
- 2 łyżeczki posiekanej natki pietruszki
- 1 cebula
- łyżka masła
- jajko
- sól i pieprz
- suszony tymianek

Grzyby namoczyć, ugotować i drobno posiekać. Posiekaną cebulę zeszklić na maśle, dodać grzyby, przyprawy i chwilę poddusić. Przełożyć do miski, dodać orzechy, natkę pietruszki. Wbić jajko, i wyrobić farsz. Doprawić solą, pieprzem i tymiankiem.

farsz słodki:

- 400 g białego sera
- 1 żółtko
- 3 łyżki cukru pudru
- 1 łyżka cukru waniliowego

Biały ser zmielić przez maszynkę. Dodać żółtko i cukier waniliowy. Całość utrzeć drewnianą łyżką na gładką masę, dodając stopniowo cukier puder do smaku.

Sposób wykonania:

Drożdże utrzeć z łyżką letniego mleka, cukrem i łyżeczką mąki. Zostawić w ciepłym miejscu do wyrośnięcia. Masło rozpuścić w rondelku. Do miski przesiać mąkę, dodać jajka, mleko i rozpuszczone masło. Dodać zaczyn drożdżowy. Wyrobić. Zostawić do wyrośnięcia na 1 godzinę. Wyrośnięte ciasto rozwałkować na cienki placek. Za pomocą szklanki lub wykrojnika wycinać kółka. Na środek każdego kółka z ciasta nakładać farsz i składać na pół dokładnie zlepiając brzegi. Pierogi posmarować rozkłóconym jajkiem. Piekarnik nagrzać (góra i dół) do 200 st. C. Piec około 15 - 20 min, aż pierogi pięknie się zarumienią.

Sójki

Składniki:

ciasto:

- 2 kg mąki pszennej
- 4-5 łyżek oleju
- 5 dag drożdży
- 1 łyżeczka cukru
- duża szczypta soli

farsz:

- 2 szkl. kaszy jaglanej
- garść grzybów suszonych
- 30 dag surowego boczku
- 30 dag słoniny
- 1,2 kg kwaszonej kapusty
- sól
- pieprz

Sposób wykonania:

Drożdże rozkruszyć, dodać cukier, rozprowadzić letnią wodą, pozostawić w ciepłym miejscu do wyrośnięcia. Zaczyn wlać do wymieszanej z olejem i solą mąki. Ciasto wyrabiać długo i dokładnie, aż będzie elastyczne. Kaszę jaglaną ugotować na sypko. Grzyby namoczyć na noc w wodzie i ugotować, a ostudzone pokroić w drobne, cienkie paseczki, podlać wodą, w której się moczyły i gotowały. Kapustę opłukać, odcisnąć, drobno posiekać, przesmażyć na pokrojonym w kostkę boczku i słoninie. Połączyć wszystkie składniki, poddusić, doprawić do smaku solą i pieprzem. Z rozwałkowanego ciasta wykrawać krążki lub kwadraty, nakładać farszem, mocno skleić i upiec w piekarniku.

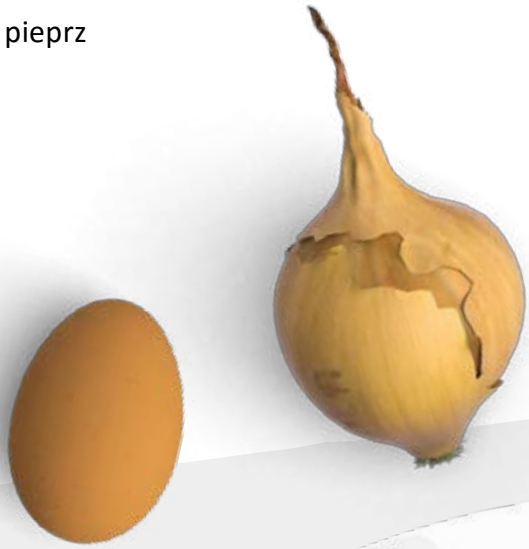
Szaraki (Kluski kładzione)

Składniki:

- 500 g ziemniaków
- 1 szkl. mąki pszennej
- 2 jajka
- 3 cebule
- olej
- sól
- pieprz

Sposób wykonania:

Ziemniaki obrać i zetrzeć na tarce o drobnych oczkach. Do startych ziemniaków dodać jajka oraz mąkę. Doprawić solą. Formować łyżką małe kluski. Wrzucać na gotującą osoloną wodę. Gotować ok. 10 min od czasu, jak wypłyną na powierzchnię wody. Cebule posiekać i zrumienić na oleju. Podawać gorące, okraszone cebulą.



Rwoki
(kluski rwane)

Składniki:

- 6 łyżek mąki pszennej
- 50 g słoniny
- 1 jajko
- 1 cebula
- kilka łyżek przegotowanej wody
- sól
- pieprz

Sposób wykonania:

Mąkę przesiać do miseczki, posypać szczyptą soli, rozgarnąć na boki tworząc wgłębienie. Wbić do środka jajko. Następnie wyrobić elastyczne, dość twarde ciasto – gdyby ciasto było za twarde dodać przegotowaną wodę. Bryłkę zagniecionego ciasta podzielić na kilka równych części, z każdej części na stole utoczyć w rulon. Następnie z każdego rulonu rwać kawałki. Kluski ugotować w osolonej wodzie. Od wypłynięcia około 2 minuty. Ugotowane kluski wyłowić łyżką cedzakową. Podawać okraszone stopioną słoniną z przesmażoną cebulką.

Wołuszki

Składniki:

- 6 łyżek mąki pszennej
- 50 g słoniny
- 1 jajko
- 1 cebula
- kilka łyżek przegotowanej wody
- sól i pieprz

Sposób wykonania:

Ciasto przygotować tak samo jak w przepisie na Rwoki. Mąkę przesiać do miseczki, posypać szczyptą soli, rozgarnąć na boki tworząc wgłębienie. Wbić do środka jajko. Następnie wyrobić elastyczne, dość twarde ciasto – gdyby ciasto było za twarde dodać przegotowaną wodę. Bryłkę zagniecionego ciasta podzielić na kilka równych części, z każdej części na stole utoczyć w rulon. Nożem odciąć kluski około 3 cm szerokości. Jeśli ciasto się lepi podsypać je dodatkowo mąką pszenną. Kluski ugotować w osolonej wodzie. Od wypłynięcia około 2 minuty. Ugotowane kluski wyłowić łyżką cedzakową. Podawać okraszone stopioną słoniną z przesmażoną cebulką.

Klapoki / skaplerze
(kluski krajane)

Składniki:

- 3 szkl. mąki pszennej
- 3 jajka
- 1 cebula
- 50 g słoniny
- ok. ⅓ szklanki wody
- sól
- pieprz

Sposób wykonania:

Na stolnicę wysypać mąkę, dodać szczyptę soli i wbić jajka. Wyrobić ciasto stopniowo dodając wodę. Ciasto powinno być gładkie i elastyczne. Wyrobione ciasto podzielić na mniejsze kawałki i każdy rozwałkować cienko. Ciasto pokroić na duże kwadraty i ugotować w osolonej wodzie. Odcedzić i okrasić przesmażoną słoninką lub cebulką.

Lemieszka

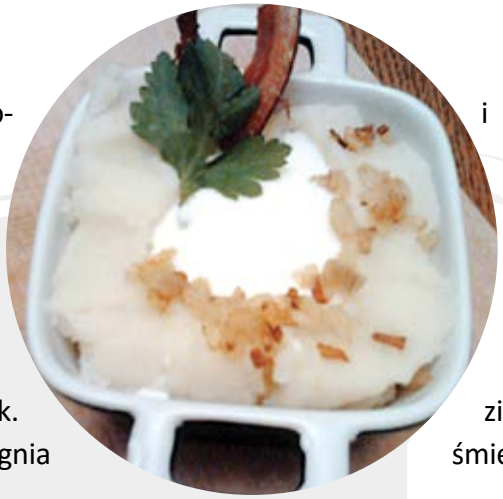
Składniki:

- 1,5 kilograma ziemniaków
- 100 g mąki pszennej
- 1 łyżeczka soli
- pieprz do smaku
- 100 g słoniny
- pół cebuli

dodatkowo:

- 800 ml kwaśnej śmietany

Sposób wykonania:



Ziemniaki obrać i ugotować z solą. Odcedzić, ale wodę z ziemniaków zachować. Do ugotowanych ziemniaków dodać mąkę i ponownie wstawić na mały ogień pod przykryciem. Gotować ok. 5 min. Ziemniaki zdjąć z ognia i utłuc, aż powstanie puree. Doprawić solą i pieprzem. Słoninę pokroić na drobną kosteczkę, włożyć na patelnię i przyrumienić, dodać cebulę. Okrasić ziemniaki. Podawać ze śmietaną.

Buracaki / Paluchy
(bułeczki z buraków cukrowych)

Składniki:

- 0,5 kg buraków cukrowych
- 2 jajka
- 5 łyżek mąki pszennej
- 25 g drożdży
- szczypta soli
- olej

Sposób wykonania:

Buraki cukrowe obrać, pokroić i ugotować. Ostudzone zetrzeć na tarce na drobnych oczkach. Dodać mąkę, drożdże oraz jajka - ma powstać gęsta masa, z której można będzie formować bułki. Uformowane bułki upiec w nagrzanym do 180 stopni piekarniku ok. 1,5 h, aż skórka będzie chrupiąca, a środek rozpływający się.

Pączki z ziemniaków

Składniki:

- 1 kg ugotowanych ziemniaków
- 100 g drożdży
- 2 jajka
- 1 łyżka spirytusu lub octu
- 1 kostka masła
- 1 cukier waniliowy
- cukier puder
- oliwa

Sposób wykonania:

Z wszystkich składników zagnieść ciasto. Uformować małe kuleczki. Smażyć na oleju złoty kolor. Ciepłe posypać cukrem pudrem.

Racuchy

Składniki:

- 500 g mąki pszennej
- 50 g drożdży
- 2 jajka
- 500 ml ciepłego mleka
- 100 g cukru
- olej do smażenia
- szczypta soli

Sposób wykonania:

Drożdże rozpuścić w ciepłej wodzie. Rozczyn wlać do mąki z jajkami, cukrem i solą. Wszystko wymieszać drewnianą łyżką. Mieszać do tego momentu, aż ciasto będzie odchodziło od łyżki. Następnie odstawić do wyrośnięcia na 30 minut. Ciasto nakładać łyżką na rozgrzany olej. Smażyć, aż uzyskają złoty kolor. Gotowe można posypać cukrem pudrem.

Kołacz

Składniki:

- 170 g przesianej mąki pszennej
- 25 g drożdży
- 40 g cukru
- 35 g masła
- 80 ml mleka
- 1 jajko

Sposób wykonania:

Przygotować rozczyn: do ciepłego mleka dodać rozkruszone drożdże, łyżeczkę cukru i łyżeczkę mąki. Rozczyn zostawić na ok. 20 minut. Jajko ubić z cukrem. Do jajka połączonego z cukrem dodać mąkę i rozczyn. Wszystko dokładnie wymieszać i wyrobić ciasto rękoma. Ciasto pozostawić do wyrośnięcia na ok. 1 godzinę. Wyrośnięte ciasto drożdżowe przełożyć do okrągłej formy (tortownicy). Zostawić ciasto w formie ponownie do wyrośnięcia, pod przykryciem, na ok. 20 minut. Wyrośnięte ciasto posmarować roztrzepanym jajkiem. Piekarnik rozgrzać do 180 stopni i piec przez ok. 40 minut.

Kapusta kiszona z jabłkami

Składniki:

- 2 kg kapusty świeżej
- 2 marchewki
- 4 winne jabłka (najlepiej antonówki)
- 2 łyżki całych nasion kminku
- 3 liście laurowe
- 5 ziaren ziela angielskiego
- 2 łyżki soli

Sposób wykonania:

Kapustę poszatkować. Jabłka umyć, pokroić na ćwiartki, usunąć gniazda nasienne. Marchewkę umyć, obrać i zetrzeć na tarce o dużych oczkach. W kamiennym naczyniu lub w słojach układać ciasno warstwy kapusty soląc je, posypując startą marchewką, kminkiem, zielem, liściem laurowym i przekładając jabłkami. Jako ostatnią warstwę położyć kapustę. Mocno ugnieść, przykryć deseczką, obciążyć ciężarkiem i przykryć ściereczką. Odstawić w ciepłe miejsce na 3-4 tygodnie. Jeśli kapusta wydziela zbyt dużo soku należy go odlać.

Kiszone jabłka

Składniki:

- 4 kg niedużych winnych jabłek
- kawałek cynamonu
- 5 goździków
- kilkanaście ziaren ziela angielskiego
- 4-5 listków laurowych (można więcej)
- 5 ziaren jałowca

solanka:

- 2 litry wrzątku
- 2-3 łyżki soli (niejodowanej)
- (proporcje - 1 czubata łyżka soli na 1 litr wrzątku)

dodatkowo:

- liście wiśni i porzeczek
- gwiazdka anyżu

Sposób wykonania:

Jabłka umyć, osuszyć. Układać w słojach o szerokich otworach, przekładając przyprawami. Zalać solanką, przykryć talerzykiem i pozostawić w ciepłym miejscu na 3-4 dni. Po tym czasie słoje obwiązać pergaminem i przenieść w chłodne miejsce na 2 tygodnie.

Kiszone gąski

Składniki:

- 1 kg grzybów gąsek
- 2 cebule
- 2-3 ząbki czosnku
- 4-5 liści laurowych
- 10 ziaren ziela angielskiego
- 10 ziaren pieprzu czarnego
- 5 ziaren jałowca
- 2 łyżki soli
- 1 łyżka cukru
- ⅕ litra wody

Sposób wykonania:

Oczyszczone grzyby umyć i gotować w lekko osolonej wodzie przez około 10 minut. Osączyć i odstawić do przestudzenia. Grzyby układać warstwami w glinianym garnku lub słoju. Warstwy grzybów przesypywać solą, cukrem, przyprawami i przekładać cebulą i czosnkiem. Naczynie z grzybami przycisnąć talerzykiem ograniczając dostęp powietrza i przykryć ściereczką. Odstawić na ok. 7 dni w temperaturze pokojowej. W ciągu pierwszej doby powinny wypuścić taką ilość soku aby przykrył całość. Jeśli płynu jest zbyt mało, uzupełniamy solanką 1 łyżka soli na 1/2 l wody. Następnie przenieść grzyby w chłodne miejsce i odstawić na ok. 2 tygodnie.

Grzyby z Puszczy kozienickiej

Ususzone kapelusze ulubionych grzybów wymoczyć i ugotować. Ugotowane obtoczyć w bułce tartej lub mące i usmażyć na oleju.

Cukierki z buraków cukrowych

Posiekać buraka cukrowego i rozgotować go w wodzie. Do rozgotowanych buraków dodać masło i śmietanę. Tak przygotowaną masę układać łyżką na natłuszczonym papierze. Zostawić do zastygnięcia masy.

Powidła z buraków cukrowych

Buraki oczyścić, obrać z łupin i wymyte pokroić na kawałki. Przełożyć do kotła, podlać wodą, aby buraki się nie przypaliły. Buraki przykryć i gotować aż zmiękną. Ugotowane buraki zawinąć w czyste płaty płótna i odcisnąć z nich sok z w prasie do serów lub w prasie śrubowej. Wyciśnięty sok gotować stale mieszając, aż powidła staną się gęste. Dla złagodzenia słodyczy powideł dodać trochę cynamonu, skórki pomarańczowej lub rozgotowanych kwaśnych jabłek.

Gra kulinarna "Kucharz regionalny"

Co to są szaraki? I po co kisić jabłka w kapuście? Sprawdź swoją wiedzę na temat potraw regionalnych i wciel się w rolę kucharza, który podróżując po obszarze Ziemi Kozienickiej będzie odkrywał jej uroki i smaki.

Potrzebne rekwizyty

- **kartka papieru**
- **długopis**
- **kostka do gry**
- **pionki**

Cel gry

Główna rozgrywka polega na tym, aby jak najszybciej zdobyć wszystkie składniki niezbędne do przyrządzenia wylosowanej potrawy.

Zasady gry

W grze może uczestniczyć od 2 do 6 osób. Grę rozpoczyna najmłodszy uczestnik. Każdy z graczy otrzymuje pionek, który ustawia na polu z napisem START. Następnie gracze rzucają po kolei kostką. Liczba oczek na kostce wskazuje potrawę, którą gracz musi przygotować.

1. **Kapuśniak wigilijny**
2. **Kapusta dębowa**
3. **Marchewka duszona**
4. **Szaraki (kluski kładzione)**
5. **Racuchy**
6. **Kapusta kiszona z jabłkami.**

Po wylosowaniu potrawy gracze mają za zadanie odnaleźć przepis w książeczce i przepisać listę składników na swoje kartki. Składniki należy przepisać w liczbie pojedynczej np. marchew a nie 2 marchewki. Każda z potraw składa się z 7 składników (nie wliczamy do składników wody). Następnie gracze poruszają się po planszy w kierunku mety, przesuwając swoje pionki o tyle pól, ile oczek wypadło na kostce. Jeżeli gracz stanie na polu, na którym znajduje się produkt – zabiera go do swojego koszyka, zapisując go na swojej kartce. Wygrywa ten, kto pierwszy uzbiera wszystkie składniki niezbędne do przygotowania swojej potrawy, a nie ten, który pierwszy znajdzie się na polu meta. Jeżeli zawodnicy przejdą całą planszę (start – meta) i nie uda im się zgromadzić wszystkich składników, przystępują do kolejnej rundy, ustawiając swój pionek ponownie na starcie, nie tracąc przy tym zdobytych dotychczas produktów, czy pieniędzy. Ilość rund ustalają gracze.

W przypadku gry dwóch zawodników, gdy jeden z nich znajdzie się na polu meta, ale nie uzbierał wszystkich produktów, oczekuje, aż drugi gracz zakończy rundę. Następnie obaj ustawiają swoje pionki ponownie na polu START.

W przypadku gry 3 do 6 zawodników, gracz, który jako pierwszy ustawił swój pionek na polu meta, ale nie uzbierał wszystkich produktów, czeka aż pozostali zawodnicy zakończą rundę.

W czasie podróży po Ziemi Kozienickiej na uczestników czekają różne niespodzianki. Jeżeli zawodnik stanie na polu oznaczonym cyfrą musi wykonać zadanie opisane w części legenda.

1

Witaj w gminie Gniewoszów. Tutaj w miejscowości Borek znajduje się **Winnica Wieczorków**. Właściciel Paweł Wieczorek zaprosił Cię na wycieczkę po swojej winnicy oraz na degustację win, które w 2008 roku otrzymały Laur Marszałka Województwa Mazowieckiego za najlepszy produkt żywnościowy w kategorii napoje. Tracisz jedną kolejkę.

2

Znajdujesz się w malowniczej Garbatce – Letnisko, gdzie mieści się **Zakład Piekarniczy Tomasza Potackiego**. Gospodarz poprosił cię o pomoc w przygotowaniu przepysznych pączków. Za swoją pracę otrzymujesz 10 zł. Zarobione podczas podróży pieniądze będziesz mógł wydać na targu w Kozienicach (pole nr 16), gdzie kupisz niezbędne produkty.

3

Masz ogromne szczęście. W Garbatce – Letnisko ma siedzibę **Stowarzyszenie Kawaleryjskie im. 22 Pułku Ułanów Podkarpackich**, z Pawłem Kibilem na czele. Ten miłośnik koni postanowił uczynić Ci przysługę i podwieźć Cię aż do gminy Kozienice. Przesuwasz pionek o 4 pola do przodu.

4

W Kozienicach zaglądasz do jednej z najstarszych piekarni – **Piekarni L. Szeliga & A. Nercz & M. Żarłak**. Tutaj piekarze przygotowują swój specjał zakładu, a mianowicie tradycyjną „Razówkę z Kozienic". Wymień składniki niezbędne do upieczenia tego pysznego pieczywa, bez spoglądania na opis zawarty w książeczce. Za dobrą odpowiedź otrzymasz 5 zł.

5

W Stanisławicach znajduje się **Pasieka Witolda Adamskiego**. W pasiece od kilku pokoleń wytwarzane są najlepsze miody. W prezencie od pszczelarza otrzymujesz słoik miodu, a że słodki nektar najlepiej smakuje z tradycyjnym pieczywem cofasz się o dwa pola do tyłu – do piekarni, lecz tam nie wykonujesz już przygotowanego przez piekarnię zadania.

6

Witaj na targu w Głowaczowie, gdzie możesz wymieniać swoje produkty. Jeżeli w Twoim koszyku znajdują się dodatkowe produkty, które udało Ci się uzbierać podczas wędrówki (takie, które nie znajdują się w przepisie Twojej potrawy) możesz wymienić 5 z nich na 1 artykuł niezbędny do przygotowania Twojej potrawy.

7

W gminie Głowaczów swoją siedzibę ma **mydlarnia „Powrót do natury"**. To polska marka, która zrodziła się z ogromnej pasji i inspiracji naturą, jak również z chęci czerpania garściami z tego co ekologiczne i zdrowe. Niestety przez swoją nieuwagę pośliznąłeś się na mydle. Tracisz kolejkę.

8

Znajdujesz się w **Zakładzie masarskim Sławomira Grzędy**. Tutaj w Grabowie nad Pilicą produkowana jest „Szynka Kozienicka", która w 2015 roku zajęła I miejsce w konkursie Regionalny Znak Jakości, w kategorii produkt materialny. Pomóż masarzowi załadować towar do samochodu. Za swoją pomoc otrzymujesz w prezencie słoninę, którą możesz wykorzystać do przygotowania swojej potrawy.

9

W Grabowie nad Pilicą znajduje się **Zakład piekarsko – ciastkarski Krystyny Kowalczyk**. W piekarni przygotowywany jest tradycyjny „Chleb staropolski", który w 2007 roku otrzymał I nagrodę w konkursie o Laur Marszałka Województwa Mazowieckiego za najlepszy produkt żywnościowy. Pani Krystyna prosi Cię o pomoc przy wypieku tego regionalnego chleba. Za swoją pracę otrzymujesz 10 zł.

10

Dotarłeś do Ziemi Magnuszewskiej, która słynie ze swoich **tradycji sadowniczych oraz najlepszych jabłek w regionie**. Za pomoc przy zrywaniu tych przepysznych owoców otrzymujesz kosz jabłek, które możesz wykorzystać do swojego przepisu.

11

Podczas podróży strasznie zgłodniałeś. W gościnne progi zaprasza Cię **Restauracja „Stara Kuźnia"** w Magnuszewie, która słynie z pysznych potraw przygotowywanych na bazie lokalnych produktów. Niestety właśnie w kuchni skończyły się jabłka. W zamian za ich dostarczenie z okolicznych sadów, właścicielka restauracji Anna Rotuska udzieli Ci kilku darmowych lekcji gotowania. Cofasz się o 3 pola do tyłu by pozbierać jabłka, które podczas dalszej wędrówki zostawiasz w restauracji.

12

Z Magnuszewa przenosisz się do miejscowości Mniszew, gdzie wytwarzane są najlepsze surówki w całym powiecie kozienickim. Ich produkcją zajmują się dwa sąsiadujące zakłady - **Multi-Smak** oraz **ZPH „Witamina"**. Za po-

moc w pakowaniu surówek - pracę w obydwu zakładach otrzymujesz dodatkowy rzut kostką.

13

Zatrzymujesz się w Kozienicach – w zagłębiu twórców ludowych. W centrum miasta znajduje się **pracownia rzeźbiarza Zbigniewa Kurasiewicza**, gdzie powstają „Baby Kozienickie". Właśnie rzeźbiarz przygotowuje się do kolejnej wystawy, więc w jego pracowni panuje prawdziwy bałagan. Pomóż panu Zbigniewowi posprzątać jego warsztat. Za swoją pracę otrzymujesz 5 zł.

14

Wędrujesz na ulicę Warszawską w Kozienicach, gdzie znajduje się **Kawiarnia „Słodki Leniuch"**. Właściciel Krzysztof Lenarczyk częstuje Cię przysmakiem regionalnym – słodką „Kozieniczanką". Postanawiasz jeszcze poleniuchować w przytulnym wnętrzu kawiarni. Tracisz kolejkę.

15

Znalazłeś się w Piotrkowicach, gdzie właśnie odbywają się coroczne **„Dni ogórka"** – impreza poświęcona zielonemu symbolowi rolnictwa Powiśla Kozienickiego. Podczas imprezy masz okazje spróbować nie tylko potraw z ogórka, ale również świetnie się pobawić. Bierzesz udział w konkursie „Rzut ogórkiem", a że twoje warzywo „nabrało znacznej prędkości" przesuwasz pionek o 3 pola do przodu.

16

Witaj na **targu w Kozienicach**, gdzie kupić można dosłownie wszystko. Jeśli podczas swojej podróży udało ci się zarobić trochę pieniędzy, tutaj możesz zakupić niezbędne produkty.

Cennik:

- **kapusta kiszona – 10 zł**
- **jajka – 10 zł**
- **grzyby – 10 zł**
- **słonina – 10 zł**
- **cebula – 5 zł**
- **ziemniaki – 5 zł**
- **kapusta – 5 zł**
- **marchew – 5 zł**
- **jabłka – 5 zł**
- **groch – 5 zł**
- **masło – 5 zł**
- **mąka pszenna – 5 zł**
- **drożdże – 3 zł**
- **mleko – 3 zł**
- **cukier – 3 zł**
- **olej – 3 zł**
- **sól – 2 zł**
- **pieprz – 2 zł**
- **kwasek cytrynowy – 2 zł**
- **kmin – 1 zł**
- **liście laurowe – 1 zł**
- **ziele angielskie – 1 zł**
- **majeranek – 1zł**

17

Witaj w **Izbie historyczno – regionalnej w Sieciechowie**, gdzie znajdują się relikty minionych czasów. To prywatne muzeum utworzone przez pasjonata regionu pana Stefana Sieka, które w 2015 roku zajęło I miejsce w konkursie Regionalny Znak Jakości, w kategorii produkt – usługa. Pomóż panu Stefanowi „odkurzyć" eksponaty w jego muzeum. Za swoją pracę otrzymujesz 5 zł.

18

Jesteś już zmęczony podróżą. Odpocząć możesz w gminie Sieciechów. Tu znajduje się **„Obykole" - gospodarstwo agroturystyczne Stanisławy Kowalczyk**. Gospodarstwo pani Stanisławy zajęło II miejsce w konkursie na najładniejsze gospodarstwo agroturystyczne w województwie mazowieckim, a w 2014 roku zdobyło I nagrodę w konkursie Regionalny Znak Jakości, w kategorii produkt – usługa. Widząc twoje zmęczenie pani Stanisława udostępniła Ci bezpłatnie pokój abyś mógł się wyspać. Tracisz kolejkę.

19

Udało Ci się zdobyć główkę świeżej kapusty. Jeśli jednak do swojego przepisu potrzebujesz kapusty kiszonej, więc oczywiście musisz ją ukisić. Do ukiszenia kapusty niezbędna jest sól. Cofasz się od 2 pola do tyłu. Jeśli w Twoim przepisie nie ma kapusty kiszonej – do koszyka zabierasz świeżą i nie cofasz swojego pionka.

20

Zabierz wybranemu graczowi 1 produkt z koszyka.

21

Za szybko poruszałeś się po drodze. Z Twojego koszyka wypadł 1 produkt i niestety uległ zniszczeniu. Gracz, który jest następny w kolejce po Tobie zadecyduje, który to będzie artykuł.

22

Podczas swojej wędrówki uzbierałeś w koszyku różne dodatkowe produkty. Jeśli potrafisz przyrządź z nich „jadalną" potrawę, którą wymienisz na 1 brakujący Ci artykuł. Jeśli nie udało Ci się zdobyć dodatkowych produktów lub nie potrafisz przyrządzić z nich potrawy ruszasz dalej.

BIBLIOGRAFIA

1. Dekowski J.P., *Pożywienie w obyczajowości dawnej wsi kozienickiej*, Zeszyty Naukowe Muzeum Wsi Radomskiej, T.2, 1987, ss.5 – 22.
2. Dekowski J.P., *Rośliny dziko rosnące w tradycyjnym pożywieniu chłopów kozienickich*. W: Pożywienie ludności wiejskiej. Kraków 1973
3. Gierała Z., *Od kusaków do szczodraków: obrzędy i zwyczaje wsi radomskiej*, Radom 1987
4. Górecka – Siwiec J., Boże Narodzenie w Radomskiem. W: Boże Narodzenie w Radomskiem – z cyklu „Radomski rok obrzędowy", Radom 2002, ss. 9 – 40
5. Górecka – Siwiec J., *Wesele w Radomskiem*. W: Wesele w Radomskiem – z cyklu „Radomski rok obrzędowy", Radom 2004, ss. 9 – 48
6. Górecka – Siwiec J., *Wielkanoc w Radomskiem*. W: Wielkanoc w Radomskiem – z cyklu „Radomski rok obrzędowy", Radom 2002, ss. 8 – 30
7. Guldon Z., *Ekonomia kozienicka w dobie wielkiej wojny północnej*. W: Wieś Radomska, T. 7, 2004
8. Jasek B, Żak E., *Szkice do historii Powiśla Kozienickiego*, „Ziemia Kozienicka" 2009, z. 21., ss. 134-137
9. Ks Wiśniewski J., *Dekanat kozienicki*, Radom 1913
10. Markuza – Bieniecka B., Dekowsk J. P., *Kuchnia regionalna wczoraj i dziś*, Warszawa 1978
11. Paduszek J., *Kozienice i region w XX wieku oraz przemiany społeczne związane z budową elektrowni w pamiętnikach mieszkańców*, Radom 2009.
12. Piętka Cz., *Zwyczaje wigilijne w okresie międzywojennym Ziemia Kozienicka*. W: Ziemia Kozienicka, z. 11, Kozienice 2002, ss. 3-5.
13. Rocznik Muzeum Radomskiego 1977, pod red. T. Palacza, Radom 1978
14. Żak E., *Monografia historyczna Janikowa*, „Ziemia Kozienicka" 2008, z. 18, s. 86 - 94

Stowarzyszenie
Lokalna Grupa Działania
„Puszcza Kozienicka"
26-900 Kozienice
ul. Mikołaja Kopernika 8/17
tel. 48 366 18 99, 793 864 252
e-mail: biuro@lgdkozienice.pl
www. lgdkozienice.pl

Opracowanie
Aleksandra Wieczorek

Zdjęcia
Stowarzyszenie LGD „Puszcza Kozienicka"