

WSTĘP

Projekt „Kuchnia Talentów” zrealizowany przez 6-38 Hufiec Pracy w Gorlicach działający przy Małopolskiej Wojewódzkiej Komendzie Ochotniczych Hufców Pracy w Krakowie w ramach programu Erasmus+ (Akcia 1 – Mobilność Edukacyjna).

Działaniami w projekcie były wizyta przygotowawcza, realizowana w dniach 15-16 stycznia 2020 roku oraz wymiana młodzieżowa trwająca od 24 lutego do 1 marca 2020 roku. Uczestniczyły w nim 7-osobowe grupy młodzieży wraz z opiekunami z czterech krajów - Polski, Czech, Rosji i Ukrainy przez tydzień przebywając w Pensjonacie „Emilia” w Wysowej Zdroju i uczestnicząc w różnorodnych zajęciach, wyjazdach edukacyjnych i warsztatach kulinarnych. Młodzieżą uczestniczącą w projekcie byli w dużej mierze młodzi ludzie kształcący się w zawodzie kucharz z: 6-38 Hufca Pracy w Gorlicach uczący się w Branżowych Szkółach I stopnia z powiatu gorlickiego, Uzhgorod Trade and Economic Institute of the Kyiv National Trade and Economic University, Kaliningrad State Technical University, Asociace Stredoskolskych klubu Ceske Republiky z.s. w Brnie.

Główym założeniem w projekcie było promowanie narodowych sztuk kulinarnych, rozwój umiejętności kulinarnych młodych ludzi, pogłębienie ich wiedzy na temat tradycyjnych regionalnych potraw i zwyczajów kulinarnych partnerów oraz zachęcenie młodych kucharzy do propagowania różnorodności kuchni narodowej i wprowadzania dań kuchni innych narodowości w codzienne menu.



Uczestnicy wzięli udział we wspólnych zabawach integracyjnych, które pozwoliły na bliższe poznanie i nawiązanie przyjaźni między nimi, ułatwiały także przełamywanie barier językowych. Integracja odbywała się także poprzez grę miejską, która stanowił pretekst do poznania Gorlic i ich charakterystycznych punktów. Poprzez cały pobyt organizowano wieczory narodowe, podczas których każda grupa prezentowała rodzimy kraj, demonstrując tańce i specjały kulinarne, a także wspólne gry i zabawy.

Organizator zadbał również o odpoczynek i dobrą zabawę uczestników projektu. Młodzież miała możliwość zwiedzenia Skansenu Archeologicznego „Karpacka Troja” w Trzcinicy oraz rozlewni wody mineralnej „Wysowianka”, a także wyjścia na basen, jacuzzi i tężni solankowej. Młodzi ludzie wzięli udział w wyjeździe rekreacyjnym i ognisku w Stadninie Koni Huculskich w Regietowie. Finał projektu miał charakter konkursu kulinarnego, na którym uczestnicy mieli wykonać charakterystyczne dla każdego kraju potrawy, które zaprezentowano w tej książce. Działania w projekcie zakończono rozdaniem Youthpass.

INTRODUCTION

The Project „Kitchen of Talents” implemented by 6-38 Hufiec Pracy in Gorlice operating at the Małopolska Wojewódzka Komenda Małopolska in Kraków as part of the Erasmus+ programme (Action 1 - Educational Mobility).

The activities of the project were a preparatory visit implemented on 15-16 January 2020 and a youth exchange lasting from 24 February to 1 March 2020. It was attended by 7-person groups of young people with tutors from four countries - Poland, the Czech Republic, Russia and Ukraine staying for a week at the Emilia Pension in Wysowa Zdrój and participating in various activities, educational trips and culinary workshops. The young people participating in the project were mostly young people studying as chefs from: 6-38 Hufiec Pracy in Gorlice, studying at the First Level Vocational Schools, Uzhgorod Trade and Economic Institute of the Kyiv National Trade and Economic University, Kaliningrad State Technical University, Asociace Stredoskolskych Club Ceske Republiky z.s. in Brno.

The main assumption of the project was to promote the national culinary arts, develop the culinary skills of young people, deepen their knowledge of traditional regional dishes and culinary habits of the partners and encourage young chefs to promote the diversity of national cuisines and introduce the dishes of other nationalities to the daily menu.

The participants took part in common integration games, which allowed them to get to know each other better and make friends between them, also facilitated breaking down language barriers. The integration also took place through a city game, which was a pretext for getting to know Gorlice and its characteristic points. Throughout the whole stay, national evenings were organized, during which each group presented their home country, demonstrated dances and culinary specialties, as well as common games and plays.



The organizer also took care of the rest and good fun of the project participants. Young people had the opportunity to visit the Archaeological Open-Air Museum named Karpacka Troja in Trzcinica and the mineral water bottling plant Wysowianka, and also go to the swimming pool, jacuzzi and brine graduation tower. Young people took part in a recreation trip and a bonfire at Hucul Horse Stud in Regietów. The final of the project had the character of a culinary competition, where the participants were to make dishes characteristic for each country, which were presented in this book. The project activities ended with the award of the Youthpass.

WIZYTA PRZYGOTOWAWCZA DO PROJEKTU „KUCHNIA TALENTÓW”

W spotkaniu planistycznym do czterostronnej wymiany młodzieżowej, które odbyło się w dniach 15-16 stycznia 2020 r. w gorlickim Hufcu Pracy udział wzięli organizatorzy z Polski: koordynator lokalny – Piotr Dziedzina wraz z kadrą wychowawczą, koordynatorzy z MWK OHP – Jolanta Król i Monika Szarek oraz przedstawiciele organizacji krajów partnerskich z Rosji – Kaliningrad State Technical University Olga Sołowjowa i z Czech – Asociace Stredoskolskych Klubu Ceske Republiky Pavel Zdrahal.



W czasie trwania wizyty szczegółowo omówiono harmonogram wymiany wraz z metodami pracy, przygotowanie i przebieg poszczególnych działań, zagadnienia związane z ewaluacją projektu, rozpowszechnianiem jego rezultatów oraz organizację pobytu. Podzielono zadania i obowiązki, omówiono sprawy organizacyjne oraz przedstawiono główne założenia projektu. Oprócz działań organizacyjnych odbyło się spotkanie z Burmistrzem Miasta Gorlice, zwiedzenie Urzędu Miasta i wieży ratuszowej, a także najważniejszych punktów Miasta Gorlice.



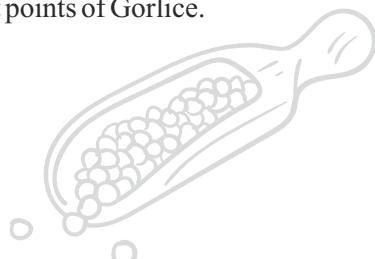
PREPARATORY VISIT TO THE PROJECT TALENT KITCHEN

The planning meeting four-sided youth exchange, which took place on 15-16 January 2020 in the 6-38 Hufiec Pracy in Gorlice was attended by Polish organisers: the local coordinator - Piotr Dziedzina with his educational staff, coordinators from MWK OHP - Jolanta Król and Monika Szarek, and representatives of partner countries organisations from Russia - Kaliningrad State Technical University Olga Sołowjowa and from the Czech Republic - Asociace Stredoskolskych Klub Ceske Republiky Pavel Zdrahal.



During the visit representatives discussed in details about the schedule of the exchange including working methods, preparation and course of individual activities, issues related to the evaluation of the project, dissemination of its results and organisation of the stay.

Tasks and responsibilities were divided, organizational issues were discussed and main assumptions of the project were presented. In addition to organizational activities, there was a meeting with the Mayor of Gorlice, a visit to the Town Hall and Town Hall Tower, as well as the most important points of Gorlice.





Działania w projekcie „Kuchnia Talentów” skupiały się nie tylko na zajęciach kulinarnych, ale także kładły nacisk na integrację młodzieży różnorodnej kulturowo. Projekt nakierowany na promowanie narodowej sztuki kulinarnej oraz rozwój umiejętności kulinarnych młodzieży zawierał szereg warsztatów przy czynnym udziale uczestników.

Activities in the Kitchen of Talents project focused not only on cooking classes but also on the integration of culturally diverse young people. The project aimed at promoting the national culinary art and developing culinary skills of young people included a number of workshops with active participation of participants.



Wizyta w nowoczesnym zakładzie piekarniczo-cukierniczym „Weronica” w Gorlicach i udział w warsztatach piekarniczo-cukierniczych dał młodzieży możliwość pracy na nowoczesnym sprzęcie linii produkcyjnej, zapoznania się z procesem produkcji oraz wypieku pieczywa i wyrobów cukierniczych w oparciu o tradycyjne, sprawdzone receptury.

A visit to Weronica's modern bakery and confectionery in Gorlice and participation in bakery and confectionery workshops gave young people the opportunity to work on modern equipment of the production line, get acquainted with the production process and baking of bakery and confectionery products based on traditional, proven recipes.



Warsztaty carvingu zrealizowane w Restauracji „Stary Dworzec” zgłębiły wiedzę na temat sztuki rzeźbienia w różnorodnych owocach i warzywach, dały młodym ludziom szansę twórczego wyrażania siebie i przekształcania tych darów natury w prawdziwie arcydzieła. Zajęcia carvingu okazały się być jak sztuka pisania – każdy miał swój charakter pisma.

The carving workshops held at the Stary Dworzec Restaurant deepened the knowledge of the art of sculpting in various fruits and vegetables, gave young people a chance to express themselves creatively and transform these gifts of nature into true masterpieces. The carving classes turned out to be like the art of writing - everyone had their own character of writing.

Wizyta w Restauracji i kawiarni „u Becza” w pobliskim miasteczku Biecz, gdzie odbyły się **warsztaty baristyczne** zgłębiające klasyczne metody parzenia kawy umożliwiły uczestnikom projektu poznanie historii pochodzenia kawy, podstawowych jej gatunków i typów, a także różnic między kawami z różnych zakątków świata. Po zaprezentowaniu metod przygotowywania naparu kawowego każdy z uczestników miał okazję krok po kroku samodzielnie uczestniczyć w procesie parzenia wybranej przez siebie kawy.

A visit to the Restaurant and Café at Biecz in the nearby town of Biecz, where baristry workshops exploring classical methods of coffee brewing were held, enabled the participants of the project to learn about the history of coffee's origin, its basic types and genres, as well as the differences between coffees from different corners of the world. After presenting the methods of preparing coffee brewing, each participant had the opportunity to participate step by step in the brewing process of his or her coffee choice.



Warsztaty kuchni pradziejowej pogłębiły wiedzę młodych ludzi na temat kultury, tradycji i zwyczajów kulinarnych Polski. Zajęcia warsztatowe pokazały młodzieży sposoby dawnego gospodarowania, a także umożliwiły samodzielne wykonanie tradycyjnych dla pogórza i Beskidu Niskiego placków – proziaków.



Prehistoric cuisine workshops deepened young people's knowledge of Polish culture, traditions and culinary customs. The workshop classes showed young people the ways of old farming, and also enabled them to make their own traditional prose cakes for the foothills and the Low Beskid.

Pizza jako danie, którego nie sposób nie lubić stanowiła motyw **warsztatów wypiekania pizzy**. Podczas ich trwania młodzież poznała historię jej powstania, nauczyła się wyrabiania ciasta i poznała recepturę przygotowywania sosu pomidorowego oraz odpowiedniego dobierania i łączenia składników. Młodzi ludzie mieli możliwość samodzielnego przygotowania ulubionej pizzy według własnego pomysłu.

Pizza as a dish you cannot dislike was the theme of pizza baking workshops. During the course of the event, the young people learned the history of its creation, learned how to knead the dough and learned the recipe for preparing a tomato sauce and how to choose and combine the ingredients properly. Young people had the opportunity to prepare their favourite pizza according to their own idea.



PRZEPISY UCZESTNIKÓW Z POLSKI RECIPES OF PARTICIPANTS FROM POLAND



PASTA JAJECZNA / Egg paste

Składniki:

4 jajka ugotowane na twardo
70 g żółtego sera
1 większy ogórek kiszony
3 płaskie łyżki majonezu
1 łyżka śmietany 18%
1 łyżeczka musztardy delikatesowej
½ łyżeczkę soli, szczypta pieprzu
mały pęczek szczypiorku

Ingredients:

4 eggs hard-boiled
70 g of hard cheese
1 bigger gherkin
3 flat spoons of mayonnaise
1 spoon of sour cream 18%
1 spoon of gourmet mustard
half spoon of salt, pinch of pepper
a small bunch of chives



Przygotowanie:

Jaja ugotuj na twardo, zalej zimną wodą. Po ostudzeniu posiekaj jajka nożem. Kawałek sera żółtego zetrzyj na tarce na grubych oczkach. Dodaj trzy płaskie łyżki majonezu, łyżkę musztardy oraz pół łyżeczki soli i szczyptę pieprzu. Do pasty dodaj też łyżkę kwaśnej śmietany. Ogórki kiszone obrać ze skórki i pokroić w drobną kostkę. Wszystkie składniki wymieszaj i sprawdź smak pasty, w razie potrzeby dopraw. Przed podaniem posiekaj szczypiorek.

Preparing:

Hard-boil eggs, flood cold water. After cool chop eggs with knife. Piece of cheese shave on graver on big slots. Add 3 flat spoons of mayonnaise, spoon of mustard and half spoon of salt, and bigger pinch of pepper. To paste add a spoon of sour cream. Gherkin peel from skin and slice in little cubes. All ingredients mix and test the taste (if needed spice). Before serve, mince chives.



ZUPA OGÓRKOWA / Cucumber soup

Składniki:

2 litry rosółu
1 słoik ogórków kiszonych
śmietana (30%)
2 torebki ryżu
1 cebula
1 marchewka
1 ząbek czosnku
sól, pieprz do smaku
pietruszka ewentualnie koperek

Ingredients:

2 liters of broth
one package of gherkin
dairy cream 30%
2 bags of rice
one onion
one carrot
garlic in powder
salt and pepper for taste
parsley eventually dill

Przygotowanie:

Ogórki kiszone i marchewkę zetrzeć na grubych oczkach. Cebulę obrać i posiekać w kostkę, lekko podsmażyć na oleju. Składniki wrzucić do rosółu pozostawić do gotowania. W międzyczasie ugotować ryż. Po ugotowaniu zupy podbić śmietaną i pozostawić zupę do zawrzenia.

Zupę dopraw do smaku (solą pieprzem, zalewą z ogórków). Ugotowany ryż przełoż do miseczki i zalej gorącą zupą. Ozdób pietruszką lub koperkiem.

Preparing:

Gherkins and carrot shave on big slots. Peel and mince in cubes onion, then fry it a bit on a pan. In the meantime, cook the rice. After boiling a soup open dairy cream and add half of this. Spice soup for better taste (salt, pepper, etc.). Put cooked rice in a bowl and pour hot soup.

Decorate with parsley or dill.



KOTLET MIELONY Z PUREE ZIEMNIACZANYM I MIZERIAŁ

Minced chops with puree and cucumber salad

Składniki:

½ kg mięsa mielonego wołowo-wieprzowego
 1 ½ cebuli
 1 ząbek czosnku
 1 jajko
 bułka tarta
 olej
 sól, pieprz



Ingredients:

*half kg of minced meat
 1 and half onion
 clove garlic
 1 egg
 breadcrumbs
 oil
 salt, pepper*

Przygotowanie:

Cebulę pokroić w kostkę, podsmażyć. Następnie przecisnąć czosnek przez praskę i dodać do mięsa razem z cebulą. Dodać jajko, wsypać bułkę tartą, doprawić solą i pieprzem – wyrobić na jednolitą masę. Z masy mięsnej formować ovalne kotlety, lekko spłaszczając panierujemy kotlety w bułce tortowej. Smażymy na oleju z dwóch stron.

Preparing:

Slice onion in cubes, next garlic push it into press and add it to meat with onion. Add egg, add breadcrumbs. Flavor with salt, pepper etc.. Body oval chops from meat, flat them a bit, dredge them into breadcrumbs. Fry on oil in two sides.

Puree:

8 ziemniaków
 2 łyżki masła
 50 ml mleka
 opcjonalnie koperek do posypywania puree
 sól do gotowania ziemniaków

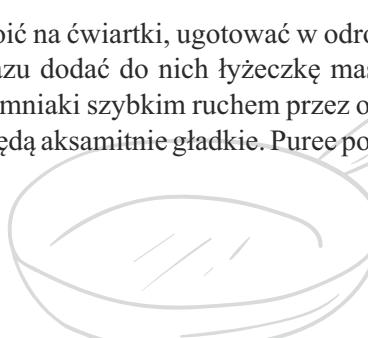
Puree:

*8 potatoes
 2 tablespoons of butter
 50 ml of milk
 optional dillers for sprinkling puree
 salt for cooking potatoes*



Przygotowanie puree:

Ziemniaki obrać, umyć i pokroić na ćwiartki, ugotować w odrobinie posolonej wody. Gdy ziemniaki się ugotują, zlać wodę i od razu dodać do nich łyżeczkę masła oraz mleko. Ważne, żeby robić to jeszcze „na gorąco”. Tłukę ziemniaki szybkim ruchem przez ok 5 minut. Tylko szybkie i intensywne ucieranie zapewni nam to, że będą aksamitnie gładkie. Puree posypać posiekany koperkiem.





Puree recipe:

Puree sprinkle with chopped dill. Peel the potatoes, wash and cut them into quarters, boil them in a little salted water. When the potatoes boil, pour off the water and immediately add a teaspoon of butter and milk. It's important to do it when its hot. I'm breaking the potatoes in a fast motion for about 5 minutes. Only a quick and intensive rubbing will make them velvety smooth.

Mizeria:

3 ogórków
5 łyżek śmietany
sól, pieprz

Cucumber salad:

3 cucumbers
5 spoons of diary cream
salt, pepper

Mizeria:

Ogórki umyj, obierz, pokrój na plasterki. Dodaj śmietanę oraz pozostałe przyprawy.

Cucumber salad:

Wash the cucumbers, peel, slice them. Add cream and other spices.



NALEŚNIKI Z SEREM

Pancakes with cheese

Składniki:

150 g mąki pszennej
 1 opakowanie budyń waniliowego bez cukru
 szczypta soli
 2 jajka
 350 ml mleka
 1 łyżka cukru waniliowego
 olej

Pancake dough:

150 g wheat flour
 1 package of vanillin pudding (without sugar)
 pinch of salt
 2 eggs
 350ml of milk
 1 spoon of vanillin sugar
 oil

Przygotowanie:

Oddzielić żółtka od białek. Do miski wsypać mąkę, budyń i cukier waniliowy. Dodać żółtka, wlać mleko i energicznie miksuwać ciasto, aby nie powstały gródki. Białka ze szczyptą soli ubić na sztywną pianę. Pianę wymieszać delikatnie szpatułką do ciasta. Rozgrzać patelnię z niewielką ilością oleju.

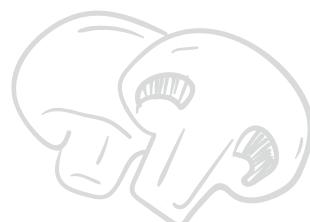
Chocelką nalać ciasto i rozprowadzić po całej patelni. Smażyć aż naleśnik się przyrumieni i odwrócić na druga stronę. Naleśniki posmarować masą serową, zwinąć w rulonik lub złożyć w trójkąt.



Preparing pancakes:

Divide egg white from yolk. To bowl pool flour, pudding in powder and vanillin sugar. Add yolk. Replenish and mixing with energy, to not leave clump. Egg white firm for stiff froth with pinch of salt. Froth mix gently spatula.

Pour by ladle and spread dough around pan. Fry until pancake will brown and flip it to next site and fry. Pancakes smooth with white cheese mass, coil in roll or fold in triangles.





Nadzienie serowe:

400 g twarogu tłustego
2 łyżeczki cukru waniliowego
1 łyżka cukru
ok. 3 łyżek gęstej śmietany
1 łyżeczka cynamonu

Filling:

400g of oily curd cheese
2 spoons of vanillin sugar
1 spoon of sugar
about 3 spoons of stiff dairy cream
spoon of cinnamon

Przygotowanie:

Twaróg rozgnieść widelcem i wymieszać z cukrem, cukrem waniliowym, cynamonem i śmietaną.

Preparing filling:

curd cheese crush by fork and mix with sugar, vanillin sugar, cinnamon and dairy cream.



PRZEPISY UCZESTNIKÓW Z CZECH

*RECIPES OF PARTICIPANTS
FROM THE CZECH REPUBLIC*



ČESNEKOVÁ POLÍVKA / Garlic soup

Suroviny:

300 g brambor
1 cibule
8 stroužků česneku (ale i více, záleží, jak jsou velké a jak je česnek silný)
100 g špeku
majoránka
špetka kmínu
sůl a pepř
masový vývar
2 vejce
parmezán na posyp

Ingredients:

*300 g potatoes
1 onion
8 cloves of garlic (you can use more, it depends on the size and strength of the garlic)
100 g bacon
marjoram
pinch of caraway
salt and pepper
meat broth
2 eggs
parmesan*



Postup přípravy receptu:

Špek nakrájejte na malé kostičky. Připravte si široký hrnec, na který dejte špek opékать. Až je vysmažený do křupavých škvarků, přidejte nadrobno nakrájenou cibuli. Za tři minuty přidejte nadrobno nasekaný česnek a opékajte dozlatova. Oloupané, na plátky nakrájené brambory přidejte do hrnce a promíchejte. Ochuťte solí, kmínem, pepřem a zalijte vývarem. Vařte, dokud brambory nezměknou. Přiveďte polévku k varu a vyklepněte do ní dvě vajíčka. Jemně promíchejte. Ochuťte majoránkou a ještě klidně podle chuti přisolte. Na talíři posypejte nastrouhaným parmezánem.

Preparing:

Cut the bacon into small cubes. Prepare a wide pot to bake bacon in it. When it is fried into crispy greaves, add chopped onions. In three minutes, add chopped garlic and fry until golden brown. Add the peeled potatoes to the pot and mix. Season with salt, cumin, pepper and pour it over the broth. Cook until the potatoes are soft. Boil the soup and stick two eggs in. Stir gently. Add marjoram and salt to taste. Sprinkle some grated parmesan on the plate.



VEPŘO KNEDLO ZELO

Pork with cabbage and dumplings

Suroviny - knedlíky:

1 kg hrubé mouky
 1 rohlík nakrájený na kostičky (můžeme použít i starší)
 500 ml mléka
 20 g čerstvého droždí
 1 vejce
 špetka soli
 špetka cukru



Suroviny - zelí:

2 lžíce vepřového sádla
 100 g nakrájené slaniny (na kostičky)
 2 nadrobno nakrájené cibule
 1 kysaného zelí (ze sáčku nebo sklenice)
 2 lžíce hrubé mouky
 4 lžíce cukru
 100 ml octu
 drcený kmín a sůl



Suroviny - maso:

1,25 kg vepřové krkovice, v celku
 1–2 lžíčky čerstvě drceného kmínu
 1 lžíce hladké mouky
 5 stroužků česneku (prolisovaného)
 2 nadrobno nakrájené cibule
 sklenice vody
 sůl a pepř



Postup přípravy receptu

Předehřejeme si troubu na 140 °C. Mezitím co se předehřívá trouba si krkovicí osolíme, opepříme, posypeme kmínem a ze všech stran potřeme prolisovaným česnekem. Na dno pekáčku dáme 2 nadrobno nakrájené cibule a na ní dáme maso. Podlijeme sklenicí vody a dáme pečt až do změknutí masa (přibližně tři hodiny). Mezitím co se nám peče maso si připravíme knedlíky, do mísy dáme mouku, sůl, vejce, špetku cukru a soli, rozdrobíme droždí a zalijeme vlažným mlékem.

Ingredients - dumplings:

*1 kg of coarse flour
 1 wheat diced croissant (we can also use older ones)
 500 ml of milk
 20 g of fresh yeast
 1 egg
 pinch of salt
 pinch of sugar*



Ingredients - cabbage:

*2 tablespoons of lard
 100 g diced bacon
 2 finely chopped onions
 1,5 kg sauerkraut (from bag or glass)
 2 tablespoons of coarse flour
 4 tablespoons of sugar
 100 ml of vinegar
 crushed cumin and salt*



Ingredients - meat:

*1,25 kg pork neck
 1-2 teaspoons of freshly crushed cumin
 1 tablespoon of plain flour
 5 cloves of garlic (pressed)
 2 finely chopped onions
 a glass of water
 salt and pepper*





Necháme přibližně 5 minut stát, aby se nám probudily kvasinky a uhnětěme těsto. Nakonec přidáme nakrájený rohlík a pořádně těsto propracujeme a necháme hodinu kynout na teplém místě pod utěrkou. Těsto rozdělíme na 3 - 4 stejné díly (podle toho jak moc nám nakynulo) a vytvarujeme z nich šíšky - tvar knedlíku. Knedlíky uvaříme ve vroucí vodě. Vaříme je přibližně 20 minut (v půlce knedlíky otočíme na druhou stranu). Nakonec je vyndáme a pákrát propíchneme vidličkou, aby z nich odešla pára. Nyní máme čas na zelí - na rozechřátém sádle si osmažíme slaninu s kmínem a cibulí. Přidáme zelí ze sáčku nebo sklenice (včetně nálevu). Zelí přivedeme k varu a přidáme 4 lžíce cukru, 100 ml octu a dle chuti sůl. Vše promícháme a vaříme přibližně 15 minut, na závěr poprášíme moukou a promícháme. Upečené maso vyndáme z pekáčku na talíř a z cibule si připravíme sos k masu. Obsah pekáčku přendáme do hrnce a dáme na plotnu (případně vaříme v pekáči). Necháme z cibule odpařit vodu, přidáme lžíci hladké mouky a vše lehce osmažíme a ihned zalijeme 200 ml studené vody.

Necháme 15 - 20 minut povařit. Nakrájíme maso, knedlíky a můžeme servírovat společně se zelím.

Preparing:

Preheat the oven to 140° C. When the oven is warming, prepare the meat with salt, sprinkle it with pepper, cumin seeds and crushed garlic on all sides. Place 2 finely chopped onions on the bottom of a baking dish and put the meat on it. Pour a glass of water and bake until the meat is soft (about three hours). While roasting the meat, prepare dumplings, put flour, salt, eggs, a pinch of sugar and salt in a bowl, crush the yeast and pour IT with the warm milk. Set aside for about 5 minutes to wake the yeast and knead the dough. Finally, add a chopped croissant and knead the dough thoroughly, leave it in a warm place under a towel for an hour. Divide the dough into 3-4 equal parts (depending on how much it has grown) and form it into cones - the shape of a noodle. Cook dumplings in boiling water. Cook them for about 20 minutes (turn the dumpling in half on the other side). Finally, we take them out and puncture them several times with a fork to make the steam come out. Now we have time for cabbage - fry bacon with cumin and onion in hot lard. Add cabbage from the bag or glass (including the infusion). Boil the cabbage and add 4 tablespoons of sugar, 100 ml of vinegar and salt to taste. Mix everything and cook for about 15 minutes, finally sprinkle with flour and mix. Take the baked meat out of the baking dish on a plate and prepare a sauce from the onion. Pour the remaining sauce after roasting the meat into a smaller vessel and heat it. Let the water evaporate from the onion, add a spoon of plain flour, fry everything lightly and immediately pour 200 ml of cold water over it. Cook for 15-20 minutes. Cut the meat, dumplings and you can serve them together with the cabbage.



BRAMBOROVÉ PLACKY

Potato pancakes

Suroviny:

1kg brambor
2 vejce
sůl
pepř
majoránka
1 palička česneku
1 cibule
100g anglické slaniny
olej na smažení

Ingredients:

1 kg potatoes
2 eggs
salt
pepper
marjoram
1 garlic clove
1 onion
100g bacon
frying oil



Postup přípravy receptu:

Brambory oloupeme a nastrouháme na jemno. Necháme chvíli odstát, pak z nich do hrnečku slijeme vodu. V hrnečku vodu necháme také krátce odstát a pak opatrně slijeme přebytečnou vodu (na dně zůstane škrob). Škrob vrátíme k bramborám. Osolíme, opepríme, zaprášíme majoránkou, spojíme vejci a přidáme oloupané a prolisované stroužky česneku. Na troše oleji zpěníme na jemno nakrájenou cibuli a na tenké proužky nakrájenou anglickou slaninu. Necháme vychladnout a pak přidáme k bramborám. Na rozpáleném oleji smažíme bramboráčky z obou stran dozlatova.



Preparing:

Peel the potatoes and grate them finely, set aside for a while and then carefully pour out the excess water (the starch remains on the bottom). We return the starch to the potatoes. Add salt and pepper, sprinkle with marjoram, combine the eggs and add peeled and pressed cloves of garlic. Fry finely chopped onions and strips of chopped bacon on a little oil. Leave to cool

and then add to the potatoes. Fry the potato pancakes to a golden colour on both sides in hot oil.

JABLEČNÝ ŠTRÚDL

Apple strudel

Suroviny:

vejce
listové těsto balené
cukr krystal
rozinky, ořechy
skořice
strouhanka
4 kg jablka

Ingredients:

1 egg
packed cake puff pastry
crystal sugar
raisins, nuts
cinnamon
bread crumbs
4 kg apples



Postup přípravy receptu:

Těsto posypeme vrstvičkou strouhanky (aby nevytekla jablečná šťáva). Jablka nastrouháme a smícháme je s rozinkami a ořechy. Jablečnou směs položíme na těsto se strouhankou. Posypeme skořicí a cukrem. Těsto zavineme a tím vytvoříme štrúdl. Potřebme vejcem. Pečeme asi 20 minut v předehřáté troubě (asi 200°C) a občas znova přetřeme vejcem.

Preparing:

Sprinkle a layer of breadcrumbs on the dough (so that the apple juice does not flow out). Grate the apples and mix them with raisins and nuts.



Put the mixture of apples on the cake with bread crumbs. Sprinkle with cinnamon and sugar. Wrap the dough and make a strudel. Put an egg on it. Bake for about 20 minutes in a preheated oven (about 200°C) and occasionally spread the egg again.



PRZEPISY UCZESTNIKÓW Z ROSJI

*RECIPES OF PARTICIPANTS
FROM RUSSIA*



ПУНШ *Smoothie*

Ингредиенты:

300 гр шпинат
 1 авокадо
 1 яблоко
 1 банан
 1 лимон
 200 мл воды (воды может быть больше)

Ingredients:

*300 gr fresh spinach
 1 avocado
 1 apple
 1 banana
 1 lemon
 200 ml of water (or more depending on preference)*



Рецепт:

Вымыть овощи. Яблоко очистить, вынуть сердцевину. Вынуть мякоть с авокадо. Выжать сок с лимона, очистить банан. Все ингредиенты порезать на кусочки, выложить в одну посуду, добавить 100 мл воды, смиксировать блендером. Продолжая миксировать, добавить остальную воду.

Preparing:

Wash the spinach. Wash the apple, cut it in quarters and drill a seed nest. Pull the flesh out of the avocado. Squeeze the juice out of one lemon. Peel the banana from the skin. Spinach, banana, apple, avocado, lemon juice and half of the water mix with a blender. Then continue mixing,



gradually adding the rest of the water until the desired density is obtained. Serve best right away.

СУП-ПЮРЕ

Pumpkin soup

Ингредиенты:

600 г тыква
 2 зубчика чеснок
 100 мл (от 15%) сливки
 2 шт. морковь
 2 ст.л. оливковое масло
 1/2 ч.л. соль
 1 шт. луковица
 1 ч.л. (молотый) имбирь
 Бульон

Ingredients:

1 small Hokkaido pumpkin (up to 1 kg)
 2 carrots
 1 litre of broth (previously boiled, possibly from broth cube)
 1 small onion
 2 pieces garlic
 100 ml cream (30%)
 20 grams of olive oil
 ginger knob, salt, pepper, sugar



Рецепт:

Овощи очистить, промыть, нарезать не слишком крупными произвольными кусочками – впоследствии суп будет пюрироваться, поэтому форма нарезки на первом этапе не так важна. В кастрюле разогреть оливковое масло, выложить тыкву, лук, морковь, обжаривать на среднем огне до легкого зарумянивания около 10мин, помешивая, добавив также молотый имбирь. Залить овощи в кастрюле литром кипятка, проварить на слабом огне еще 20мин. Перелить суп в посуду, куда можно погружать блендер, пюрировать овощи, затем вылить его обратно в кастрюлю. Добавить в суп измельченный чеснок (лучше всего – потереть его на терке), влить сливки, подсолить по вкусу, перемешать, довести до кипения и сразу снять с огня.



Preparing:

The vegetables are cleaned, washed, cut with not too large arbitrary pieces - later the soup will be puffed, so the shape of the cut in the first stage is not so important. In a saucepan heat olive oil, place pumpkin, onions, carrots, roast on medium heat until light roasting about 10 minutes, stirring, adding also ground ginger. Pour vegetables in a pan with a litre of boiling water, cook on a weak fire for another 20 minutes. Pour the soup into dishes where you can immerse the blender, puff the vegetables, then pour it back into the pan. Add ground garlic to the soup (the best thing is to rub it on a grate), pour cream, salt to taste, stir, bring to boiling and immediately remove from the fire.

The vegetables are cleaned, washed, cut with not too large arbitrary pieces - later the soup will be puffed, so the shape of the cut in the first stage is not so important. In a saucepan heat olive oil, place pumpkin, onions, carrots, roast on medium heat until light roasting about 10 minutes, stirring, adding also ground ginger. Pour vegetables in a pan with a litre of boiling water, cook on a weak fire for another 20 minutes. Pour the soup into dishes where you can immerse the blender, puff the vegetables, then pour it back into the pan. Add ground garlic to the soup (the best thing is to rub it on a grate), pour cream, salt to taste, stir, bring to boiling and immediately remove from the fire.

ПЕЛЬМЕНИ

Pelmeni

Ингредиенты:

1 ч.л соли
 200 мл теплой воды
 700-800 гр муки
 1 яйцо
 500 гр фарш: говядина\свинина
 200 гр лука
 Перец по вкусу, майоран
 2 зубч чеснока
 Вода

Ingredients:

*1 tablespoon of salt
 200 ml of warm water
 700 g of sieved flour
 1 egg
 500 g of beef or minced pork
 200 g of ground onion
 pepper, marjoram
 2 cloves of garlic
 water*



Рецепт:

Просеиваем муку, высыпаем на разделочную доску, делаем в середине углубление, добавляем в него соль, вливаляем аккуратно воду. Размешиваем тесто. Накрываем мокрой салфеткой и оставляем на 30 мин. Вымешиваем тесто еще раз. Тесто должно быть кроткое и пластичное. Раскатываем на доске, посыпанной мукой, тонкий корж. Выдавливаем формочкой кружок. Прокрученное на мясорубке мясо хорошо перемешиваем, добавляем прокрученный на мясорубке или мелко порубленный лук, соль, перец, майоран, мелко порубленные 2 зубка чеснока. Еще раз хорошо перемешиваем. И кладем в серединку кружка, заворачиваем. Приготовленные пельмени выкладываем на лист, ставим в холодильник. В кастрюле закипятить воду, подсолить, в кипящую воду высыпать пельмени, варить пока не всплынут. Подавать блюдо горячим со сметаной, горчицей, чесночным соусом.



Preparing:

We sift the flour. We make a hole in the flour, in which we throw salt, eggs and pour water. We knead the dough properly. Cover with a cloth and let stand for 30 minutes. We roll out the dough. We cut out the rings - the original pelmeni are tiny and the rings should have a diameter of about 4-5 centimeters, but we can make them the size of classic dumplings by cutting circles with a glass. Grind raw meat, add onions and grind together again. Add salt, pepper and water. We put stuffing on each disk. We glue together the edges of the dough and form a dumpling in the shape of a crescent. We can decorate the edges by squeezing them gently with the tip of a fork. Put the prepared pelmeni in the fridge. We cook them freshly before serving, in salted boiling water, to leave. Pelmeni are perfect for freezing or frying. They can be served with spicy mustard sauce or with cream.

СЫРНИКИ

The cheesecakes

Ингредиенты:

400 г творога (выбираем минимум 5%-9% жирности, иначе сырники будут суховаты)
 1 крупное яйцо
 2 столовые ложки муки (смотрите на глаз по консистенции)
 сахар по вкусу
 щепотка соли
 полчайной ложки соды
 полчайной ложки лимонного сока
 ванилин на кончике ножа (по желанию)

Ingredients:

400 g of cottage cheese (choose a minimum of 5% - 9% fat, otherwise the cheesecakes will be dry)
 1 large egg
 2 tablespoons of flour
 sugar to taste
 a pinch of salt
 baking powder
 half a teaspoon of lemon
 vanilla sugar



Рецепт:

В творог вбиваем яйцо. Берём блендер и с его помощью доводим смесь творога с яйцом до однородной кремообразной массы.

Всыпаем муку, проверяя её количество на глаз. Консистенция должна быть такой, чтобы сырники хорошо лепились и держали форму.

Добавляем ванилин, соль, соду и лимонный сок. Перемешиваем. В самом конце добавляем сахар и ещё раз перемешиваем.

Лепим сырнички. Кто хочет сделать идеальную красивую форму, можно заранее сформировать сырники с помощью лопатки на доске присыпанной мукой. Но можно жарить и так, выкладывая тесто сразу на сковородку.

Для жарки рекомендуем использовать сливочное или кокосовое масло. Обжариваем сырнички с двух сторон на температуре чуть выше средней.



Preparing:

Mix the curd thoroughly with the egg. Mix with a blender, then slowly add flour, vanilla sugar and lemon juice. Form balls from the mass and fry on a little oil heated up in a pan, on both sides for gold. Mix the sugar with cinnamon, sprinkle the cakes to taste.



PRZEPISY UCZESTNIKÓW Z UKRAINY RECIPES OF PARTICIPANTS FROM UKRAINE



ЗРАЗИ КАРТОПЛЯНІ *Potatoes chop*

Назва сировини
Name of the raw material

Картопля /potatoes/	241
Яйця /eggs/	1/10 шт.
Гриби сушені білі /white dry mushrooms/	10
Цибуля ріпчаста /onions/	48
Маргарин /margarine/	5
Сухарі або борошно /rusks or flour/	12
Кулінарний жир /culinary fat/	10
Сметана /sour cream/	30
Сіль /salt/	2
Чорний перець мелений /black ground pepper/	0,05

Затрати сировини на одну порцію
Raw material costs per serving

<i>Брутто /z/ gross</i>	<i>Нетто /z/ net</i>
241	181
4	10
40	5
12	12
10	10
30	30
2	2
0,05	0,05

Вихід готової страви: 255г.
The output of the finished dish: 255 g

Приготування:

З картопляної маси як для котлет картопляних формують коржі по 2 шт на порцію, посередині коржа кладуть фарш, з'єднують краї, обкачують в сухарях або борошні, надаючи форму цеглини з овальними краями. Напівфабрикат обсмажують з обох боків, доводять до готовності в жаровій шафі. Приготування фаршу: цибулю ріпчасту нарізають соломкою, пасерують і з'єднують із круто звареними і дрібно посіченими яйцями, нарізаною зеленню, сіллю, перцем і перемішують. Замість яєць можна покласти дрібно нарізані гриби або моркву, нарізану соломкою і припуштувати. Подают зрази на тарілці або порційному блюді, сметану можна подати окремо або підлити в блюдо.



Preparing:

From the potato mass as for potato cutlets, form tortillas of 2 pieces per serving, put the stuffing in the middle of tortilla , connect the edges. The semi-finished product is fried on both sides, brought to readiness in a frying Cabinet. Preparation of minced meat: onion cut into strips, passer and combine with steeply cooked and finely chopped eggs, chopped herbs, salt, peppar and mix. Instead of eggs, you can put finely chopped mushrooms or carrots, cut into strips and steamed. Serve chop on a plate or a serving dish, sour cream can be served separately or added to the dish.



БОРЩ УКРАЇНСЬКИЙ З ПАМПУШКАМИ

Ukrainian borsch with dumplings

Назва сировини *Name of the raw material*

Картопля /potatoes/
 Капуста свіжа /fresh cabbage/
 Перець болгарський /bell pepper/
 Буряк /beef/
 Томатне пюре /smashed tomatoes/
 Лимонна кислота /citric acid/
 Жир /fats/
 Цибуля ріпчаста /onions/
 Морква /carrot/
 Борошно /flour/
 Петрушка /parsley/
 Цукор /sugar/
 Сало шпик /bacon fat/
 Часник /garlic/
 Сметана /sour cream/

Затрати сировини на одну порцію *Raw material costs per serving*

	<i>Брутто /z/ gross</i>	<i>Нетто /z/ net</i>
Картопля /potatoes/	106	80
Капуста свіжа /fresh cabbage/	50	40
Перець болгарський /bell pepper/	13	10
Буряк /beef/	75	60
Томатне пюре /smashed tomatoes/	15	15
Лимонна кислота /citric acid/	0,4	0,4
Жир /fats/	10	10
Цибуля ріпчаста /onions/	18	15
Морква /carrot/	25	20
Борошно /flour/	3	3
Петрушка /parsley/	10	8
Цукор /sugar/	5	5
Сало шпик /bacon fat/	5	5
Часник /garlic/	2	1,5
Сметана /sour cream/	10	10



Вихід готової страви: 500г.
Output of the finished dish: 500 g

Приготування:

В киплячий бульйон закладають картоплю, нарізану дольками, потім кладуть капусту, болгарський перець нарізаний соломкою і варять 20-30 хв. Потім добавляють тушкований буряк з томатним пюре, кислоту лимонну і пасеровану на жирі цибулю, коріння і все це прокип'ячують. Борщ заправляють пасерованим борошном, сіллю, цукром і варять 5-7 хв. В кінці варки добавляють чорний перець, лавровий лист, сало з часником. Настоюють борщ на протязі 20-25 хв. окремо подають пампушки з часником. Сметану кладуть в тарілку, окремо на тарілці подають пампушки політі часниковим соусом.



Preparing:

In the boiling broth lay potatoes, cut into slices, then put the cabbage, bell pepper cut into strips and cook for 20 – 30 min. Then add stewed beets with tomato puree, lemon acid and sauteed onions, roots, and all this is boiled. Borscht is seasoned with browned flour, salt, sugar, and cooked for 5-7 minutes. At the end of cooking, add black pepper, bay leaf, lard with garlic. Insist borsch for 20-25 minutes. Garlic dumplings are served separately. Sour cream is put in a plate, seperately served on a plate with dumplings poured with garlic sauce.



ЗАПЕЧЕНА ІНДИЧКА ПІД СИРНИМ СОУСОМ

The baked turkey is under a cheese sauce

№ п\п	Назва /Name	Брутто /г/ gross
1.	Філе індички /filet of turkey/	149
2.	Олія /oil/	30
3.	Борошно /flour/	10
4.	Розмарин /rosemary/	1
5.	Тім'ян /thyme/	1
6.	Сіль /salt/	1
7.	Перець чорний молотий /pepper/	1



Овочі /Vegetables:

1.	Цуккіні /cukkini/	60
2.	Шампіньйони /champignons/	50
3.	Помідори /tomatoes/	50
4.	Баклажани /egg-plants/	60
5.	Олія /oil/	30



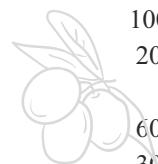
Соус /Sauce:

1.	Сир Гауда /cheese/	20
2.	Вершки /cream/	100
3.	Борошно /flour/	20



Полуничний соус /Strawberry sauce:

1.	Полуниця /strawberry/	60
2.	Лимонна кислота /lemon acid/	30
3.	Вершкове масло /dairy butter/	30
4.	Крохмаль /starch/	20
5.	Цукор /sugar/	20



Вихід готової страви: 100\100\30\30



Приготування:

З підготовленим індичним філе відбиваємо, додаємо сіль, спеції. Окремо підсмажуємо цибулю, порізану на кубики і шампіньйони, викласти на філе та закрутити в 2 рулети, загортаемо, два кінці защепити шпажкою. цуккіні, помідори та баклажани відрізати у формі кружальців. Замаринувати олією, соєвим соусом, тім'янном та сіллю. Обсмажити на сковороді-гриль.

Соус полуничний: полуницю прокип'ятити з цукром та лимонною кислотою, збити в блендері, процідити через сито і вести крохмаль.

Соус до м'яса: у вершки додати сир, муку розігріти та постійно помішувати додати сіль та довести до однорідної маси.



Відпуск: філе індички викласти на квадратну тарілку, збоку на соєвий соус викласти овочі. окремо в соусниці подати соус.

Вимоги до якості

Консистенція: виріб має відповідну форму, з ярко вираженою рум'яною кірочкою.

Смак: чітко виражений смак індички та овочів.

Колір: золотистий.

Preparing:

With the prepared turkey-cock filet beat back, add salt, spices. Separately toast the bow cut on blocks and champignons, to expound on a filet and twirl in 2 meat loaves, wrap up, to snap to two ends. Zucchini, to cut off tomatoes and egg-plants in form circle. To pickle oil, soy-bean sauce and by salt. To fry on grille.

A sauce is strawberry: to boil thoroughly a strawberry with sugar and lemon acid, hammer together in, filter through a sieve and conduct starch.

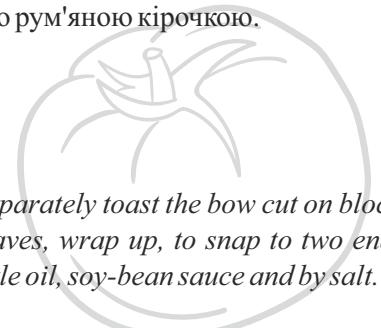
Sauce to meat: in creams to add cheese, to warm up a torment and constantly stir to add salt and take to homogeneous mass.

Serving proposal: to expound the filet of turkey on a square dish, from one side on a soy-bean sauce to expound vegetables. Separately in to give a sauce.

Requirements to quality

Consistency: good has a corresponding form, from by the expressed rosy crust.

Taste: the clearly expressed taste of turkey and vegetables.





ШОКОЛАДНИЙ ФОНДАН

Chocolate fondant

№ п\п	Назва /Name	Брутто /г/ gross
1.	Шоколад /chocolate/	20
2.	Вершкове масло /dairy butter/	20
3.	Цукрова пудра /castor sugar/	20
4.	Мука /flour/	20
5.	Яйця /eggs/	1
Декор /Decor:		
1.	Ягоди /berries/	10
2.	М'ята /mint/	5
3.	Фрукти /fruit/	50
Мус /Mousse:		
1.	Молоко /milk/	100
2.	Цукор /sugar/	50
3.	Ванільний цукор /vanilla sugar/	5
4.	Яєчні жовтки /yolks/	2
5.	Какао /cacao/	10

Приготування:

На водяній бані розтоплюємо шоколад із вершковим маслом. Окремо в збваємо яйця із цукровою пурою додаючи борошно. Охолоджуємо суміш, розливаємо у форми. Випікаємо 8 хв. при температурі 180°C.

Мус: в киплячу яєчно-молочну суміш додаємо цукор, ванільний цукор, розведений крохмаль.

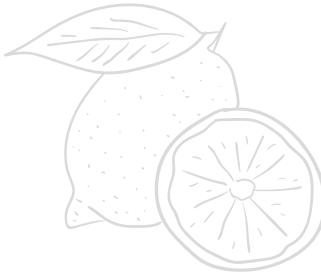
Відпуск: охолоджений мус відпускаємо з промитими свіжими ягодами.

Вимоги до якості

Консистенція: скоринка запечена, на розрізі шоколад повинен бути рідкий.

Смак: солодкий з присмаком гіркоти шоколаду.

Колір: чорно-білий.


Preparing:

On water bath kindle a chocolate with dairy butter. Separately eggs with castor sugar adding flour. Cool mixture, pour out in forms.

Bake 8 min at a temperature 180°C.

Mousse: in boiling egg-suckling mixture add sugar, vanilla sugar a divorcee starch.

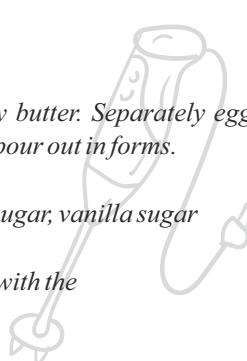
Serving proposal: release the chilled mousse with the washed fresh berries.

Requirements to quality

Consistency: a crust is baked, on a cut a chocolate must be liquid.

Taste: sweet with the aftertaste of bitter taste of chocolate.

Color: black.



W trakcie projektu uczestnicy rozszerzyli swoją wiedzę kulinarną na temat kuchni polskiej i innych narodów, nabyli nowe umiejętności w tym zakresie, a także poznali kulturę i zwyczaje innych krajów. Zwieńczeniem działań w projekcie było rozdanie uczestnikom Certyfikatów Uczestnictwa Małopolskiej WK OHP oraz Youthpass.



During the project, the participants expanded their culinary knowledge of Polish and other nations' cuisine, acquired new skills in this area, as well as learned the culture and customs of other countries. The culmination of the project activities was the handing out of Certificates of Participation of Małopolska WK OHP and Youthpass to participants.





KUCHNIA
TALENTÓW

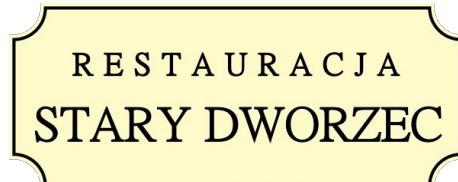


Erasmus+

ORGANIZATORZY DZIĘKUJĄ ZA POMOC W REALIZACJI PROJEKTU
The organizers thank you for your help with the project



pl. Rynek 2 38-340 Bięcza
tel. 733-612-616
restauracijaubecza.pl restauracijaubecza@gmail.com



Prywatne Szkoły
przy ul. Kościuszki
w Gorlicach.

