

# KSIĄŻKA KUCHARSKA ŚWIĄTECZNA

## Część 2 wege



Dariusz Gołębiowski

[poswojsku.pl](http://poswojsku.pl)



Wszelkie prawa do zawartości tej książki są zastrzeżone. Nieautoryzowane przez autora rozpowszechnianie całości lub dowolnego fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Wykonanie kopii jakąkolwiek z dostępnych metod (m.in.: elektroniczną, kserograficzną, fotograficzną) spowoduje naruszenie praw autorskich niniejszego dzieła.

Pamiętaj proszę: napracowałem się, uszanuj moje zaangażowanie i godziny pracy spędzone nad napisaniem i opracowaniem powieści książki pt. KSIĄŻKA KUCHARSKA ŚWIĄTECZNA POLSKIE ŚWIĘTA Część 2 wege.

Autorzy oraz Wydawnictwo poswojsku.pl :

1. dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne, poprawne oraz rzetelne,
2. nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody, które mogą wyniknąć z wykorzystania informacji zawartych w tej książce.

Wydawnictwo poswojsku.pl – kontakt:

[www.poswojsku.pl](http://www.poswojsku.pl), [bok@poswojsku.pl](mailto:bok@poswojsku.pl)

ul. Paprocka 86, 98-220 Zduńska Wola

ISBN: 978-83-68360-01-1

Copyright © poswojsku.pl 2024

# WPROWADZENIE

## OD AUTORA

*Święta – ten magiczny czas, gdy stoły uginają się pod ciężarem pyszności, a rodzina i przyjaciele gromadzą się, by wspólnie celebrować chwile pełne radości... oraz, przyznajmy to szczerze, kalorycznych przyjemności. Jeśli szukasz inspiracji na te dni, to właśnie trafiłeś na przewodnik, który poprowadzi Cię przez świat świątecznych smaków i zapachów, jakiego jeszcze nie znałeś!*

*Przed Tobą podróż przez kulinarne zakamarki polskiej tradycji, ale w wersji, która nie wymaga całego dnia spędzonego w kuchni (choć pewnie i tak wciągniesz się na dłużej – w końcu pieczenie to świetny pretekst, żeby zjeść „próbkę” każdego wypieku!). Zgromadziłem tutaj przepisy na wszystko, czego potrzeba, aby święta były nie tylko smaczne, ale i wyjątkowe.*

**Zacniemy od Zup, które – jak wiadomo – są fundamentem polskiego stołu. Tutaj znajdziesz barszcze, żurki i inne zupy, które rozgrzeją nawet w najzimniejsze dni. Przejdziemy następnie do Drugich Dań, gdzie czekają pierogi, kasze i inne świąteczne potrawy, które nawet bez mięsa potrafią być prawdziwą ucztą dla podniebienia.**

**Dla miłośników jajek przygotowałem rozdział pełen niespodzianek – Jaja w każdej możliwej postaci: od sadzonych po języków, myszek i zajączków. Bo przecież jaja w święta muszą być, i to najlepiej w najróżniejszych, czasem całkiem zabawnych formach!**

**A jeśli masz ochotę na coś słodkiego (bo kto nie ma?), to zajrzyj do rozdziałów Ciasta oraz Ciastka. Mazurki, serniki, rurki z kremem, ptysie, donatki... Wszystko to czeka, by sprawić, że Twoje święta będą absolutnie nie do zapomnienia. Ostrzegam jednak – wypieki te mają w sobie coś takiego, że zawsze kończy się na „tylko jednym kawałku więcej”!**

**No i oczywiście nie zapomniałem o tych, którzy chcą zakończyć posiłek czymś lekkim i orzeźwiającym – w rozdziale Desery i Kompoty znajdziesz galaretki, pucharki, budynie i**

***kompoty, które stanowią idealne zamknięcie świątecznego menu. A na koniec mamy Przystawki – drobne przekąski, które podkreślą apetyt i sprawią, że goście od progu poczują świąteczną atmosferę (i głód).***

***To nie jest zwykły zbiór przepisów – to kulinarna podróż po smakach, które łączą pokolenia, przenoszą nas w czasie do kuchni babci, a jednocześnie pozwalają spojrzeć na tradycyjne dania z nutą nowoczesności. Niech ten poradnik będzie dla Ciebie inspiracją i pomocą w przygotowaniach. Pamiętaj, że święta to nie tylko gotowanie, ale przede wszystkim radość z bycia razem. Więc śmiało – zakasaj rękawy, rozgrzej piekarnik, przygotuj chochlę, łyżkę i foremkę, i ruszajmy razem na kulinarną przygodę!***

***Bo przecież święta to czas radości – i czas jedzenia. Smacznego i wesołych świąt!***

# SPIIS TREŚCI

## **WPROWADZENIE OD AUTORA**      strona 2

Jaja siekane ze śledziem

## **ROZDZIAŁ 1 ZUPY WEGETARIAŃSKIE** strona 11

Grzybowa tradycyjna

Grzybowa z suszonych grzybów

Pieczarkowa

Zupa z suszonych śliwek

Zupa wiśniowa

Zupa owocowa z uszkami

Zupa z dyni z posypką

Zupa cytrynowa

Zupa ryżowo-owocowa

Zupa z owoców i rabarbaru

Zupa brzoskwiniowa

Zupa winogronowa

Barszczyk tradycyjny

Barszczyk wigilijny

Barszcz wigilijny z uszkami

Pomidorowa z papryką

Pomidorowa bez mięsa

## **ROZDZIAŁ 2 DRUGIE DANIA**

### **WEGETARIAŃSKIE**

**strona 48**

Kluski śląskie

Makaron Karolinki

Makaron Kubusia

Kluski z makiem

Wigilijna kutia

Pierogi z grzybami

Pierogi ze śliwkami

Pierogi z jabłkami

Kasza wigilijna

Kasza gryczana z cebulką

Kasza jaglana

Kasza jaglana druga metoda przyrządzenia

Fasola wigilijna

Fasola z kapustą

Paszteciki z grzybami

Wigilijne paszteciki z kapustą i grzybami

Groch z kapustą

Ryż z owocami

Zapiekane jabłka

Makaron z cukrem

Ryż z cynamonem

Naleśniki ze śmietaną  
Naleśniki z serem  
Naleśniki brzoskwińowe  
Naleśniki z jeżynami  
Naleśniki z miodem  
Naleśniki z czekoladą  
Naleśniki pudrowane  
Rurki z serem  
Kotlety z kaszy

## **ROZDZIAŁ 3 JAJA**

**strona 105**

Jaja na twardo  
Jaja na miękko  
Jaja w majonezie  
Jaja kanapkowe  
Jaja siekane z warzywami  
Jaja siekane w majonezie  
Jaja z ketchupem  
Ćwiartki  
Jajka sadzone  
Jajka sadzone z ziemniakami  
Jajka z warzywami  
Jajka majonezowe  
Jajka w ogórku



Jajka ziołowe  
Jaja tradycyjne  
Myszki  
Jeż jajkowy  
Zajaczek wielkanocny  
Bałwanek  
Baletnica  
Muchomor  
Ludzik  
Grzybek  
Różności na połówkach  
Ludzik w łódce  
Ćwiartki z papryką

## **ROZDZIAŁ 4 CIASTA**

**strona 154**

Tradycyjny mazurek  
Wielkanocny mazurek  
Bakaliowy mazurek  
Pomarańczowy mazurek  
Cytrusowy mazurek  
Z bezą mazurek  
Z makiem mazurek  
Sernik z kokosem  
Sernik wiedeński

Sernik z "rosą"

## **ROZDZIAŁ 5 CIASTKA**

**strona 202**

Rurki z kremem

Babeczki w kropeczki

Ptyśki

Krucze ciasteczka

Ciasteczka

Jabłka w cieście

Fantazje jabłkowe

Domowe donatki

Donatki z serkiem

Donatki w czekoladzie

## **ROZDZIAŁ 6 DESERY I KOMPOTY**

**strona 224**

Galaretka z owocami

Jabłko w galarecie

Gałki lodowe

Lodowe co nieco

Pucharki z galaretką

Gwiazdki z budyniu

Szaszłyk owocowy

Galaretkowa pyszotka

Budyń Maciusia  
Ciasteczkowy deserek  
Brzoskwinie w galaretkie  
Jabłkowe fantazje  
Koktajl bananowy  
Koktajl jagodowy  
Kompot z suszu  
Kompot wiśniowy  
Kompot domowy  
Kompot owocowy  
Owocowy napój

## **ROZDZIAŁ 7 PRZYSTAWKI**

**strona 251**

## **ROZDZIAŁ 8 PODSUMOWANIE strona 256**

# ROZDZIAŁ 1 ZUPY

## WEGETARIAŃSKIE

**Tradycyjne zupy – smak wspomnień i ciepło  
rodzinnych stołów**

Zupa – ten cichy bohater każdego polskiego stołu, szczególnie w zimowe dni, gdy mróz szczybie w policzki, a nosy czerwiejsze są niż wigilijny barszcz. Zupy od wieków były fundamentem polskiej kuchni – od królewskich uczyty po prostą kolację u babci, zawsze pełne ciepła, aromatów i... miłości. W święta pełnią rolę nie tylko dania, ale i wspomnienia – pierwszego łyku, który przynosi smak domu, rozgrzewa duszę i ciało. W tym rozdziale spotkasz zupy, które w wersji wegetariańskiej zachowują całą magię świątecznego posiłku, ale nie wymagają bulionu mięsnego ani mięsnej wkładki.

Wyobraź sobie talerz parującego barszczu z uszkami, którego głęboki kolor i aromat buraków przypominają czerwień zimowych jagód. Jest też żurek, który chociaż klasycznie bywa serwowany z białą kiełbasą, w wersji roślinnej potrafi zaskoczyć swoją kwasowością i kremową konsystencją. Kto powiedział, że żurek bez mięsa nie ma duszy? Dodaj do tego aromatyczne grzyby i świąteczne przyprawy – i wciąż masz prawdziwe święta na talerzu!

Właśnie tutaj odkryjesz również przepisy na mniej tradycyjne zupy, które łączą polską klasykę z nowoczesnym podejściem. Może zupa krem z dyni z nutą imbiru lub rozgrzewający krem z pieczonych papryk i pomidorów – zupy o teksturze tak aksamitnej, że aż chce się zanurzyć w nich łyżkę i zapomnieć o całym świecie.

Każda z tych zup ma swoje unikalne miejsce w polskiej świątecznej tradycji, a wersje wegetariańskie udowadniają, że magia świąt tkwi w smaku, aromacie i wspólnym posiłku – a niekoniecznie w mięsnym bulionie. To właśnie tutaj zaczyna się Twoja podróż przez świat smaków, które przeniosą Cię w

zimową aurę, świąteczną atmosferę i pozwolą delektować się najprostszymi radościami. Zapraszam do odkrywania smaków, które pokazują, że zupa może być jednocześnie lekka i sycąca, nowoczesna i pełna tradycji.

Gotowy na miseczkę ciepła? Zanim zanurzysz łyżkę, weź głęboki oddech, poczuj aromat warzyw, przypraw i ziół, a potem – rozkoszuj się każdym łykiem. Niech wegetariańskie zupy staną się początkiem świątecznej uczyty, która jednoczy, rozgrzewa i sprawia, że każdy czuje się jak w domu.

# Grzybowa tradycyjna

## Składniki:

włoszczyzna, cebula, 40 dag świeżych grzybów, 20 dag makaronu, 1/4 l śmietany, łyżka mąki, sól, pieprz



Przygotowanie:

Umytą i obraną włoszczyznę oraz cebulę zalej wodą, ugotuj; wywar przecedź. Grzyby umyj, pokrój, wrzuć do wywaru, gotuj 30 min, ugotuj do miękkości. Mąkę wymieszaj ze śmietaną i łyżką wywaru, wlej do zupy, zagotuj, przypraw do smaku. Podawaj z makaronem.





# Grzybowa z suszonych grzybów

## Składniki:

5 dag suszonych grzybów, marchewka, duża pietruszka, kawałek selera, łyżeczka mąki, łyżeczka masła, 1/2 szklanki śmietany, sól, majeranek, 3 ziarenka pieprzu czarnego



Przygotowanie:

Grzyby dokładnie opłucz, pokrój, zalej 1,5 l zimnej wody i mocz je przez godzinę. Grzyby ugotuj w tej samej wodzie, w której się moczyły, z obraną marchewką, pietruszką, selerem i pieprzem. Kiedy warzywa będą miękkie, wyjmij je z wywaru, dodaj odrobinę majeranku, przypraw solą i gotuj. Mąkę rozmieszaj ze śmietaną, rozprowadź z częścią wywaru, wlej do zupy, zamieszaj. Dodaj masło i zagotuj. Podawaj z makaronem.

# Pieczarkowa

## Składniki:

włoszczyzna, 40 dag pieczarek, 30 dag ziemniaków, 1/4 l śmietany, łyżka mąki, sól, pieprz



Przygotowanie:

Umytą i obraną włoszczyznę zalej wodą, ugotuj; wywar przecedź. Pieczarki i ziemniaki obierz, umyj, pokrój w kostkę, wrzuć do wywaru, gotuj 30 min. Mąkę rozmieszaj ze śmietaną i łyżką wywaru, wlej do zupy, zagotuj, przypraw do smaku.

# Zupa z suszonych śliwek

## Składniki:

30 dag suszonych śliwek, 2 kwaśne jabłka, 20 dag makaronu typu kokardki, cukier do smaku



Przygotowanie:

**SERDECZNIE ZAPRASZAM DO NABYCIA  
PEŁNEJ WERSJI KSIĄŻKI :**

**Wydawnictwo Cyfrowe [poswojsku.pl](http://poswojsku.pl)**

# WYKAZ PRZEPISÓW

## ZUPY WEGETARIAŃSKIE

Grzybowa tradycyjna  
Grzybowa z suszonych grzybów  
Pieczarkowa  
Zupa z suszonych śliwek  
Zupa wiśniowa  
Zupa owocowa z uszkami  
Zupa z dyni z posypką  
Zupa cytrynowa  
Zupa ryżowo-owocowa  
Zupa z owoców i rabarbaru  
Zupa brzoskwiowa  
Zupa winogronowa  
Barszczyk tradycyjny  
Barszczyk wigilijny  
Barszcz wigilijny z uszkami  
Pomidorowa z papryką  
Pomidorowa bez mięsa

## DRUGIE DANIA WEGE

Kluski śląskie  
Makaron Karolinki  
Makaron Kubusia  
Kluski z makiem  
Wigilijna kutia  
Pierogi z grzybami  
Pierogi ze śliwkami  
Pierogi z jabłkami  
Kasza wigilijna  
Kasza gryczana z cebulką  
Kasza jaglana  
Kasza jaglana druga metoda  
przyrządzenia  
Fasola wigilijna  
Fasola z kapustą  
Paszteciki z grzybami  
Wigilijne paszteciki z kapustą i  
grzybami  
Groch z kapustą  
Ryż z owocami  
Zapiekane jabłka  
Makaron z cukrem  
Ryż z cynamonem  
Naleśniki ze śmietaną  
Naleśniki z serem  
Naleśniki brzoskwiowe  
Naleśniki z jeżynami  
Naleśniki z miodem  
Naleśniki z czekoladą  
Naleśniki pudrowane  
Rurki z serem  
Kotlety z kaszy

## JAJA

Jaja na twardo  
Jaja na miękko  
Jaja w majonezie  
Jaja kanapkowe  
Jaja siekane z warzywami  
Jaja siekane w majonezie  
Jaja z ketchupem  
Ćwiartki  
Jajka sadzone  
Jajka sadzone z ziemniakami  
Jajka z warzywami  
Jajka majonezowe  
Jajka w ogórku  
Jajka ziołowe  
Jaja tradycyjne  
Myszki  
Jeż jajkowy  
Zajaczek wielkanocny  
Bałwanek  
Baletnica  
Muchomor  
Ludzik  
Grzybek  
Różności na połówkach  
Ludzik w łódce  
Ćwiartki z papryką

## CIASTA

Tradycyjny mazurek  
Wielkanocny mazurek  
Bakaliowy mazurek  
Pomarańczowy mazurek  
Cytrusowy mazurek  
Z bezą mazurek  
Z makiem mazurek  
Sernik z kokosem  
Sernik wiedeński  
Sernik z "rosą"

## CIASTKA

Rurki z kremem  
Babeczki w kropeczki  
Ptyśki  
Krucze ciasteczka  
Ciasteczka  
Jabłka w cieście  
Fantazje jabłkowe  
Domowe donatki  
Donatki z serkiem  
Donatki w czekoladzie

## DESERY I KOMPOTY

Galaretka z owocami  
Jabłko w galarecie  
Gałki lodowe  
Lodowe co nieco  
Pucharki z galaretką  
Gwiazdki z budyniu  
Szaszłyk owocowy  
Galaretkowa pyszotka  
Budyń Maciusia  
Ciasteczkowy deserek  
Brzoskwinie w galaretkę  
Jabłkowe fantazje  
Koktajl bananowy  
Koktajl jagodowy  
Kompot z suszu  
Kompot wiśniowy  
Kompot domowy  
Kompot owocowy  
Owocowy napój

## PRZYSTAWKI



Dariusz  
Gołębiowski

Wydawnictwo:  
**poswojsku.pl sp. z o.o.**

Kontakt:  
bok@poswojsku.pl  
www.poswojsku.pl