



Krajowa Sieć
Obszarów Wiejskich



Program
Rozwoju
Obszarów
Wiejskich
na lata 2014-2020

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”. Operacja współfinansowana ze środków Unii Europejskiej w ramach Schematu II Pomocy Technicznej „Krajowa Sieć Obszarów Wiejskich” Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020.

Materiał opracowany przez Gminny Ośrodek Kultury w Osjakowie. Instytucja Zarządzająca Programem Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020 – Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

OPERACJA pn. „WOJEWÓDZKIE ŚWIĘTO CHRZANU”

Informujemy, że istnieje możliwość zarejestrowania się jako Partner KSOW w bazie partnerów! Można to zrobić na stronie internetowej KSOW. Zachęcamy do odwiedzenia portalu internetowego <http://ksow.pl>



PRODUKTY TRADYCYJNE ZAGŁĘBIA CHRZANOWEGO





OBROWSKA ZUPA CHRZANOWA

Składniki:

- 1 utarty korzeń chrzanu
- serwatka domowa słodka
- mięso wieprzowe (np. łopatka)
- boczek wędzony, surowy
- kiełbasa wiejska
- gotowane jajka

Przygotowanie:

- mięso gotujemy na serwatce i kroimy w kostkę
- dodajemy utarty korzeń chrzanu i podsmażony boczek z kiełbasą
- zaprawiamy wodą z mąką, doprawiamy do smaku
- zupę podajemy z gotowanymi jajkami



CHRZAN NADWARCIAŃSKI PO STAROPOLSKU

Składniki:

- 1 korzeń chrzanu w lasce
- sok z cytryny
- cukier i sól

Przygotowanie:

- laskę chrzanu oczyścić aż korzeń będzie kremowobiały i umyć
- chrzan utrzeć na małych oczkach tarki, najlepiej do przegotowanej wody
- starty chrzan można zalać wrzątkiem co spowoduje jego złagodnienie
- chrzan należy odcedzić z wody, by pozostała gęsta masa
- masę przyprawić solą, cukrem i sokiem z cytryny



RUSIECKI ŻUREK NA ZAKWASIE Z KIEŁBASĄ I JAJKIEM

Składniki:

- 0,5 l zakwasu na żur
- 2 plastry boczku
- pętko kiełbasy
- 4 jajka ugotowane na twardo
- 3 liście laurowe, 3 ziarna ziela angielskiego, pieprz w ziarnach, sól, majeranek, ząbek czosnku, chrzan tarty
- 2-3 łyżki śmietany

Przygotowanie:

- boczek pokroić w drobną kostkę, kiełbasę w półplasterki, wrzucić do garnka i przesmażyć
- przesmażone mięso zalać wodą i zagotować
- doprawić liśćmi laurowymi, ziele angielskim, pieprzem i solą
- gotować przez 10 minut
- śmietanę wymieszać z łyżką chrzanu do smaku, dodać przeciśnięty ząbek czosnku i zahartować gorącą zupą
- dodać śmietanę, doprawić suszonym majerankiem i gotować jeszcze przez chwilę
- podawać z jajkiem (można dodać ziemniaków)



BURACZKI Z CHRZANEM

Składniki:

- buraki czerwone
- chrzan
- sól, pieprz
- cukier
- ocet jabłkowy lub sok z cytryny

Przygotowanie:

- buraki ugotować lub upiec w piekarniku.
- następnie buraczki należy zetrzeć na tarce na drobnych oczkach, dodać sól, cukier, pieprz, skropić sokiem z cytryny lub octem jabłkowym oraz dodać kilka łyżeczek chrzanu (dodatki dozować według upodobań)
- na koniec wszystkie składniki można zblendować dla uzyskania gładkiej masy



MAŚLANKA Z CHRZANEM

Składniki:

- maślanka 1 litr
- chrzan tarty 2 łyżki (może być ze słoiczka)
- sól i cukier do smaku
- świeże zioła: pietruszka, koperek (według smaku)

Przygotowanie:

- maślanke wymieszać z chrzanem, przyprawić do smaku i rozlać do miseczek
- posypać świeżymi ziołami według uznania i podawać z dodatkiem pieczywa



SAŁATKA Z CHRZANEM

Składniki:

- jajka 10 szt.
- marchew 3 szt.
- pietruszka korzeń 1 szt. duża
- jabłko kwaskowe 1 szt. duże
- por biała część 1 szt.
- chrzan ze słoiczka 1 łyżka kopiaста
- majonez do smaku
- pieprz do smaku
- sól do smaku

Przygotowanie:

- marchew i pietruszkę gotujemy w całości do miękkości, odcedzamy, studzimy, obieramy i kroimy w kostkę
- jajka gotujemy na twardo, studzimy, obieramy i kroimy w kostkę
- por oczyszczamy i drobno siekamy
- jabłko obieramy, usuwamy gniazdo nasienne i również kroimy w kostkę
- wszystkie składniki przekładamy do salaterki, dodajemy majonez, chrzan i doprawiamy do smaku solą i pieprzem
- odstawiamy na godzinę by smaki się przegryzły.



TWARÓG Z CHRZANEM

Składniki:

- twaróg 30 dag
- kwaśna śmietana 2 szklanki
- 3 łyżki startego chrzanu
- sól do smaku

Przygotowanie:

- wszystkie składniki dokładnie wymieszać, doprawić solą do smaku i podawać z pieczywem



ZUPA KREM Z CHRZANU I JABŁEK

Składniki:

- 2 ziemniaki
- por (biała część)
- cebula
- oliwa do smażenia
- 3/4 l bulionu drobiowego
- 1/2 l śmietany 18%
- 4 łyżki startego chrzanu
- 2 półśładkie jabłka (obrane i oczyszczone z gniazd nasiennych)

Przygotowanie:

- warzywa obieramy i myjemy
- w rondelku rozgrzewamy 1-2 łyżki oliwy i podsmażamy pokrojoną w kostkę cebulę z posiekanym porem, dodajemy ziemniaki pokrojone w kostkę, chwilę smażyjemy
- zalewamy bulionem, zagotowujemy, dodajemy śmietanę
- gotujemy 25 minut, po czym wkładamy chrzan i starte jabłka, a następnie gotujemy jeszcze przez 10 minut
- po zdjęciu z ognia miksujemy zupę na gładki krem



PASTA JAJECZNA Z CHRZANEM

Składniki:

- jajka 3-4 sztuki
- zielona cebulka 1 pęczek
- chrzan 1 łyżeczka
- majonez tradycyjny 1 łyżeczka
- sól i pieprz

Przygotowanie:

- jajka gotujemy na twardo, studzimy i obieramy z łupin
- następnie drobno je siekamy bądź rozdrabniamy w blenderze
- zieloną cebulkę bądź szczypiorek drobno siekamy, dodajemy do jajek, mieszamy
- dodajemy majonez oraz chrzan, doprawiamy do smaku solą i pieprzem, mieszamy.



KOTLETY JAJECZNE Z CHRZANEM

Składniki:

- jajka ugotowane na twardo 8 sztuk
- jajko 1 sztuka surowe
- szczypiorek usiekany 1/2 pęczka
- suszone pomidory z czosnkiem 1 łyżka i bazylią
- sól i pieprz
- bułka tarta 3-4 łyżki
- olej do smażenia
- chrzan ze słoika 2 łyżki ostrego

Przygotowanie:

- jajka obrać, umyć, zetrzeć na tarce o dużych oczkach
- wbić jajko surowe, dodać chrzan i przyprawy
- wsypać szczypiorek i bułkę tartą
- delikatnie wymieszać składniki
- dłońmi formować owalne kotlety
- na patelni rozgrzać olej, smażyć kotlety na rumiano z obu stron



KOTLETY MIELONE NADZIEWANE CHRZANEM

Składniki:

- masło 1 łyżka
- chrzan 6 łyżeczek
- mięso mielone wieprzowo-wołowe 0,25 kg
- cebula 2 szt.
- jajko 1 szt.

Przygotowanie:

- bułkę namoczyć w mleku, odcisnąć i rozdrobnić
- 2 cebule drobno usiekać i usmażyć na złoto
- mięso wyrobić z połową podsmażonej cebuli , bułką ,jajkiem
- doprawić majerankiem , pieprzem i maggi
- formować kotlety (z tej porcji wychodzi 6 sztuk)
- na każdy kotlet nałożyć chrzan, uformować kotlet wokół niego i panierować je w bułce tartej
- smażyć na rozgrzanym oleju na rumiano
- w ostatniej fazie smażenia dodać na patelnię masło do smaku
- chwilę dusić
- podawać z ziemniakami puree, obłożone pozostałą podsmażoną cebulką



SAŁATKA SELEROWA Z CHRZANEM

Składniki:

- chrzan ze słoika 1 mały słoiczek
- seler konserwowy 1 słoik
- kukurydza w puszcze 1 sztuk
- ser żółty 200 g (ulubiony)
- jajka 6 sztuk
- ogórek konserwowy Smak 4-5 sztuk
- majonez
- musztarda
- sól i pieprz

Przygotowanie:

- jajka ugotować na twardo
- pokroić w drobną kostkę
- ser natomiast w słupki
- ogórki w drobną kostkę
- seler i kukurydzę odsączamy
- wszystkie składniki połączyć wraz z chrzanem
- doprawiamy solą i pieprzem
- dodać majonez i troszkę musztardy
- delikatnie wymieszać, wstawić do lodówki, aby smaki się połączyły



"PŁYWAJĄCE" JAJKA Z CHRZANEM

Składniki:

- szynka wędzona 2 duże plastry
- tarty chrzan 2 łyżeczki
- jajka 2 sztuki
- żółty ser wg uznania
- przyprawa do kurczaka wg uznania
- sól do smaku
- olej do posmarowania foremek

Przygotowanie:

- silikonowe foremki do gotowania jajek posmarować lekko olejem
- w każdej ułożyć po plasterku szynki, posmarować chrzanem
- do każdej foremki wbić po jednym jajku, oprószyć solą, posypać przyprawą do kurczaka
- na wierzchu ułożyć trochę żółtego sera (ilość zależy od upodobań)
- w garnku zagotować wodę (ok. 3-4 cm), umieścić w nim foremki z jajkami
- gotować pod przykryciem ok. 15 minut (do uzyskania ulubionej konsystencji żółtka)
- można podawać z ketchupem



ZAPIEKANKA ZIEMNIACZANA Z CHRZANEM

Składniki:

- ziemniaki 1 kg.
- chrzan 4 łyżki
- mleko 2 % 1 szklanka
- zioła prowansalskie 1 łyżka
- sól do smaku
- olej
- ser żółty

Przygotowanie:

- ziemniaki obrać i pokroić w plastry
- przygotować naczynie żaroodporne i posmarować je olejem
- mleko wymieszać z chrzanem olejem, startym serem i ziołami, posolić do smaku
- zalać ziemniaki, dobrze wymieszać w naczyniu żaroodpornym
- zapiekać w temperaturze 160 stopni 40 minut
- podawać z maślanką



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”. Operacja współfinansowana ze środków Unii Europejskiej w ramach Schematu II Pomocy Technicznej „Krajowa Sieć Obszarów Wiejskich” Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020.
Materiał opracowany przez Gminny Ośrodek Kultury w Osjakowie. Instytucja Zarządzająca Programem Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020 – Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

GMINY ZAGŁĘBIA CHRZANOWEGO

