

# PRZEPISY WIGILIJNE

## KARP ZAPIEKANY W ŚMIETANIE, PACHNĄCY GRZYBAMI I PIETRUSZKĄ

### Składniki:

Po średniej wielkości filecie karpowym na osobę - około 80 dag, dwie solidne garści grzybów - pieczarek albo kurek mrożonych, albo rydzów, dwie średniej wielkości cebule, czubata łyżka masła, dwie łyżki oliwy, szklanka tłustej, kwaśnej śmietany, sól, pieprz, garść drobniotko posiekanej natki pietruszki.

### Sposób przygotowania:

Filety umyć, dokładnie wysuszyć, skropić sokiem z cytryny. Odłożyć na bok. Cebulę obrać i pokroić na raczej dużą kostkę. Jeśli są pieczarki, obrać je i pokroić na połówki. Jeśli zaś mrożone grzyby (wspaniałe są kurki i rydze) nic z nimi nie robić. Na oliwie podsmażyć cebulę - smażyć ja do lekkiego zeszklenia, następnie dodać grzyby i na silnym ogniu



smażyć przez kilka minut do całkowitego odparowania soku. Wtedy dodać masło i smażyć jeszcze dwie, trzy minuty. Taki sposób smażenia grzybów wydobędzie z nich cały wspaniały smak i aromat.

Usunąć z ryby sok z cytryny, dodać sól i pieprz i smażyć przez dwie, trzy minuty na silnie rozgrzanej oliwie.

W naczyniu żaroodpornym ułożyć filety, na nie ułożyć grzyby z cebulą i wstawić na 20 minut przed kolacją do piekarnika nagrzanego do 200 stopni. Po 15 minutach pieczenia, kiedy ryba w środku już doskonała, a grzyby lekko spalone z wierzchu, na potrawę wylać śmietanę, wstawić na pozostałe 5 minut do piekarnika! Po wyjęciu z piekarnika rybę posypać pietruszką.

## KAPUSTA Z GRZYBAMI MOCNO AROMATYCZNA

### Składniki:

1 kg kiszonej kapusty, dwie garści suszonych grzybów, dwie czubate łyżki oliwy, albo jeszcze lepiej oleju lnianego, sól, pieprz.

### Sposób przygotowania:

Grzyby zalać wrzątkiem, odstawić na kilka chwil i potem gotować do miękkości - to znaczy, kiedy będą na tyle miękkie, na ile grzyby suszone mogą być miękkie. Grzyby odcedzić, zaś w wodzie, w której się gotowały będziemy gotować kapustę - dzięki temu potrawa będzie bardzo aromatyczna smakiem grzybów.

Włożyć kapustę do garnka, zalać wodą od grzybów, tak by przykryła kapustę i gotować do średniej miękkości na dużym ogniu - powinna być chrupiąca, a nie rozgotowana! W trakcie gotowania należy dodać kilka razy wody. Kapustę odcedzić i dość mocno po wystygnięciu odcisnąć.

Ugotowane grzyby kroimy na raczej duże i długie kawałki. Na patelni rozgrzać oliwę, albo olej, wrzucić kapustę i grzyby. Doprawić solą i pieprzem, i niczym więcej. Smażyć około 10 minut na średnim ogniu często mieszając - potrawa ma lśnić od oliwy i nie powinno być w niej żadnego soku.

# SMACZNEGO!



# GŁOS ZNAD PREGOŁY

“ГОЛОС С ПРЕГОЛИ” – ежемесячная газета Общества Польской культуры Калининградской области. Учредитель и издатель – Общество Польской культуры Калининграда. Печатается в соответствии со ст.12 “Закона о средствах массовой информации” РФ.  
M. Ławrynowicz – redaktor naczelny

Zespół redakcyjny: W. Wasiliew, A. Ławrynowicz, M. Szczepaniak, Kl. Ławrynowicz, D. Szczęsna

Adres Redakcji: 236039, Kaliningrad, ul. B.Chmielnickiego, 46/6. Tel.(0112)442000, 443787, e-mail: [kaz@lavr.koenig.ru](mailto:kaz@lavr.koenig.ru),  
Adres w Internecie - <http://www.glos-znad-pregoly.org>

Druk: Państwowe przedsiębiorstwo “Kalininradzkaia tipografia” 236000, Kaliningrad, pr. Mira, 5. Nakład 500 egz.  
Redakcja dziękuje za okazywane wsparcie fundacji „Pomoc Polakom na Wschodzie”. Zamówienie 1210

Redakcja nie zwraca tekstów nie zamówionych oraz zastrzega sobie prawo do ich redagowania i skracania.