

Kolorowy Zakrzów to projekt integracyjny dla mieszkańców starego i nowego Zakrzowa. Przez połączenie warsztatów sportowych, artystycznych i kulinarnych chcieliśmy pokazać Zakrzowianom uroki ich dzielnicy i sposoby na ich ciekawe i wspólne wykorzystanie.

Natomiast ten Mały zakrzowski przepiśnik miał być miłą pamiątką po spędzonym wspólnie lecie i zachęcić sąsiadów do gotowania razem swoich ulubionych potraw. Przepisy zamieszczone w niniejszym przepiśniku mogą być smacznym początkiem dalszych sąsiedzkich spotkań przy których mam nadzieję zrodzą się kolejne pomysły na pełen kolorów Zakrzów.

Życzę Państwu mnóstwa kulinarnych inspiracji do społecznych działań!

Koordinator projektu: Maria Smolarek
kolorowyzakrzow@gmail.com

Bardzo serdecznie dziękuję wspaniałym mieszkańcom Zakrzowa, które otworzyły przede mną swoje tajemnice kucharskie. Bez pań otwartości, czasu i chęci nie byłoby tej fantastycznej publikacji!



MAŁY

PRZE



PI

ŚNIK

ZAKRZOWSKI

PLACEK Z JABŁKAMI

Składniki:

3 duże jabłka, cukier
kefir, 2 szklanki mąki
1/2 łyżeczki soli
olej, jajko

Przybory:

nóż, mikser, patelnia, łyżka

Sposób wykonania:

Obierz trzy duże jabłka. Wydrąż gniazda nasienne z jabłek i pokrój owoce w poziome plastry. Zmiksuj razem jajko, duży kefir, 2 szklanki mąki i pół łyżeczki soli. Otaczaj plastry w cieście i ostrożnie kładź na oleju rozgrzanym na patelni. Smaż po każdej stronie, aż placki się zarumienią. Podawaj posypane cukrem.

Pani Asia od ponad 20 lat mieszka na starym Zakrzowie a jej ulubione miejsce to urokliwa rzeczka Dobra.)

Przepisy na poniższe potrawy pochodzą z rodzinnych zbiorów mamy pani Bogusi. Pani Bogusia jest rodowitą Zakrzowianką.

Pani Teresa jest lokalną aktywistką społeczną, która najbardziej lubi przebywać z ludźmi i im pomagać.

Przepis pochodzi od koleżanki pani Teresy, która powiedziała że to „super jedzenie” a pani Teresa lubi go bo to „coś innego”.

Na Zakrzowie pani Teresa mieszka od dobrych kilkadziesiąt lat. Jej ulubionym miejscem były tereny Polaru z boiskiem oraz rzeczka Dobra.

CHILI CON CARNE PO ZAKRZOWSKU

Składniki:

0,5 kg mięsa mielonego, 3 papryki różnego koloru, 2 ząbki czosnku, 2 puszki białej lub czerwonej fasoli z zalewą, puszka przecieru lub pomidorów bez skórki, sól, pieprz, odrobina ostrej papryki.

Przybory:

patelnia, deska do krojenia, nóż.

Sposób wykonania:

Mięso smażymy na oleju na patelni, usmażone przekładamy do garnka. Podsmażany drobno pokrojony czosnek, razem z drobno pokrojoną papryką dajemy do mięsa i smażymy dalej. Fasole wraz z zalewą wlewamy do mięsa i dusimy. Dusić tak długo aż zacznie gęstnieć.

CIASTKA ZE SKWAREK

Składniki:

0,30 dkg skwarek ze słoniny (lub sadła), 0,5 kg mąki, 2 jaja, 15 dkg cukru, 1 łyżeczka proszku do pieczenia, 0,05 dkg mączki cukrowej.

Przybory:

maszynka do mielenia, stolnica, miska, ubijaczka, wałek, piekarnik.

Sposób wykonania:

Skwarki zemleć dwa razy w maszynce z drobnym sitkiem. Mąkę wymieszać z proszkiem, przesiać na stolnicę, ubić jaja, dodać skwarki i cukier. Zagnieść i wyrobić ciasto, powinno być dość twarde. Rozwałkować, wykrawać ciasteczka, piec w gorącym piecu. Po upieczeniu można posypać cukrem pudrem.

KROKIETY Z PŁATKÓW OWSIANYCH:

Składniki:

1/4kg płatków owsianych, 1 jajko, 16 dkg bułki tartej, 10 dkg tłuszczu, 5 dkg cebuli, sól do smaku.

Przybory:

garnek, miska, patelnia.

Sposób wykonania:

Płatki wsypać na wrzącą wodę i ugotować na gęsto. (1/2l wody). Odstawić i ostudzić. Wymieszać z jajem i usmażoną cebulą, osolić do smaku. Formować wałek, krajać krokietki, otoczyć w tartej bułce i smażyć na rozgrzanym tłuszczu. Podawać z surówkami.