



Tradiční receptář



aneb co se u nás vařilo
(recepty z obcí Třanovice, Horní Tošanovice a Lutiše)



PŘEDMLUVA

Tradiční receptář aneb co se u nás vařilo se vydává u příležitosti Dožínkových slavností (jinak nazvaných díků vzdání, hody apod.)

Slavení „Dožíněk“, má v naší obci dlouholetou tradici, se kterou se můžeme setkat v historických materiálech a jejich smyslem bylo poděkování za sklizeň jako dar od Boha a patřičné slavení. Proto nikdy nescházely v našich kostelích bohoslužby věnované tomuto tématu a díky Bohu, se toto téma vrátilo i mimo zdi kostelů.

Současná doba nám skýtá obrovské množství výběru různých potravin. Na pultech, regálech obchodů i různých reklamních letácích (které zaplňují naše poštovní schránky) jsou nám nabízeny různé potravinové suroviny, polotovary, exotické ovoce a zelenina apod., jejichž neomezené přijímání ve svém důsledku může našemu tělu i škodit. Moderním se taky stalo vnímání, že skutečnost dostatku, ba nadbytku potravin, je samozřejmostí. Na druhé straně se setkáváme s termínem „Zdravá výživa“ nebo „dieta“ a postupně se stávají čím dál tím více populárními a vracíme se v podstatě k osvědčenému.

Nechť nám tato brožurka připomíná nejen dobroty kuchyní našich maminek, babiček, ale i onu vděčnost za to, že neumíráme hladem a slavnost, kterou se ukončují žně chápějme jako příležitost k poděkování za sklizeň jako dar od Boha, příležitost ke společné oslavě.

*Bc. Jan Tomiczek,
starosta obce Třanovice*

Jsem velmi rád, že mohu být přítom, jak se tvoří publikace, která alespoň zčásti připomíná jídla našich předků zdejšího kraje a našich přátel ze Slovenského kraje Kysuc. Cílem je připomenout jídla která se připravovala kdysi a zároveň ukázat i na recepty, které jsou k dispozici dnes při návštěvě našeho regionu. Věřím, že se publikace bude líbit a hlavně, že bude nápomocná našim lidem k přípravě dobrého tradičního jídla. Autorům publikace děkuji a těším se na další knížku.

*Ing. Petr Martiňák,
starosta obce Horní Tošanovice.*



Tradiční receptář

aneb co se u nás vařilo

(recepty z obcí Třanovice, Horní Tošanovice a Lutiše)

Dnešní města jsou obklopena hypermarkety, supermarkety, markety. I v malých vesnicích jsou obchody plné různého zboží, máme možnost koupit si téměř kdykoli jakékoli potraviny. Ztrácí se roční období (třeba jahody, rajčata či okurky si klidně můžeme dopřávat i o vánocích). Stali jsme se milovníky francouzské, italské, indické či čínské kuchyně. Stálé místo v naší kuchyni našla sójová omáčka, chilli, provensálské koření apod. Mezi nejoblíbenější jídla našich dětí v současnosti patří špagety, pizza a hamburgery.

A přesto se i v tomto období hojnosti a nepřeborné záplavy potravin z celého světa objevují tendence návratu k tradicím. Lidé začínají znovu vyhledávat tmavou mouku, zkoušejí opět doma péct chleba, dávají přednost celozrnnému pečivu, objevují dávno zapomenutou pohanku, jáhly apod. šéfkuchaři luxusních restaurací si zakládají na sezónnosti své kuchyně, dbají na čerstvost surovin...

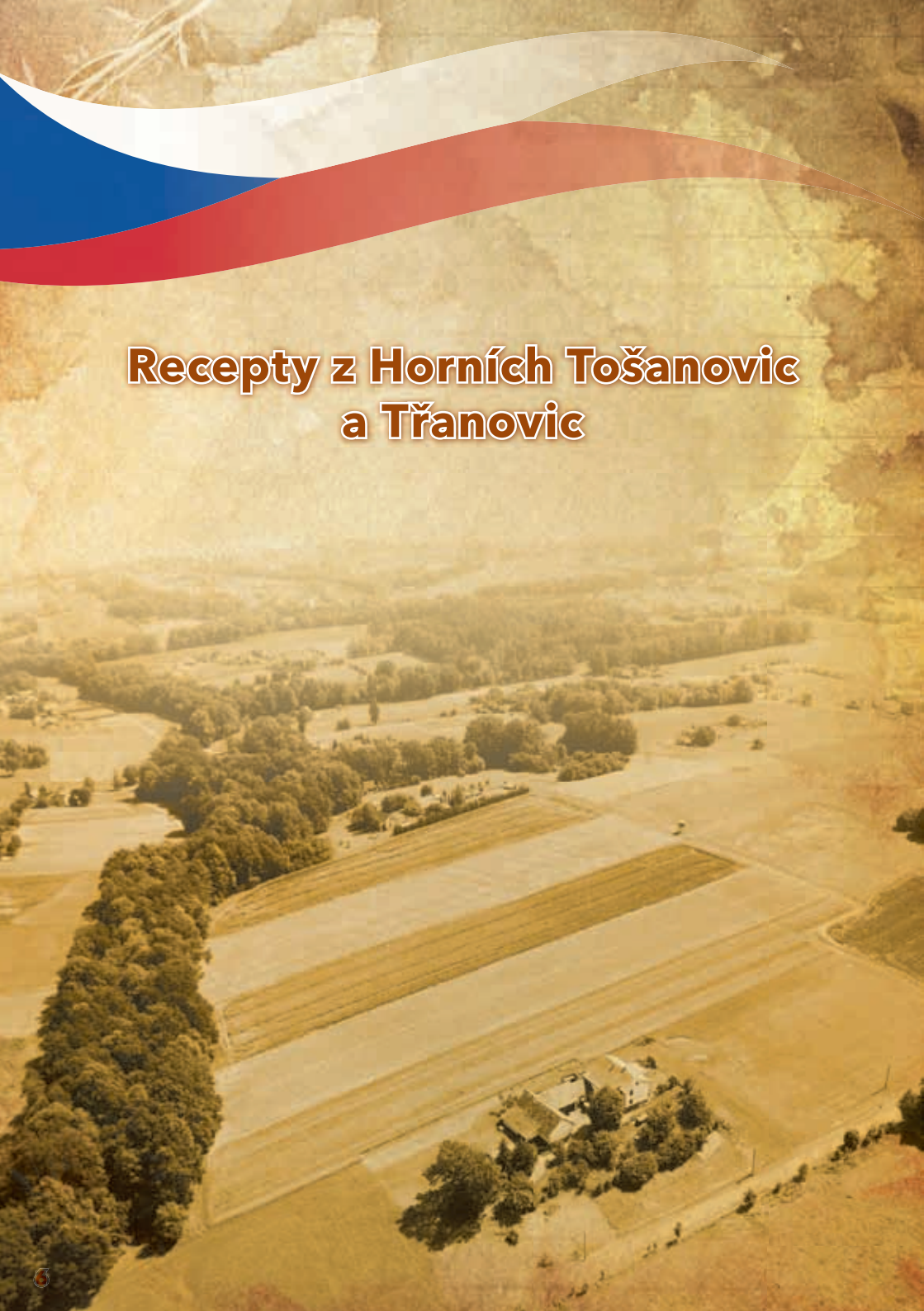
Oproti dnešku pocházelo téměř vše, co naši předkové jedli, z jejich vlastní zahrádky, v obchodě nakupovali pouze minimum věcí. Základem jídelníčku byly bezpochyby brambory. Šupoki (vařené ve slupce), pječoki (pečené v popelu), mjšoki (bramborová kaše), brambory jako součást těsta na knedlíky, koláče, brambory jako součást polévek, brambory jako základ různých druhů placek a halušek... Na druhém místě žebříčku důležitosti bylo zelí. Zelí čerstvé i zelí kysané. Bečka se zelím (kapustóm) nemohla chybět v žádné domácnosti. Jedlo se každý den. Snad každá domácnost má ten svůj oblíbený recept na nakládání zelí. Další potravinou, kterou měli naši předkové k dispozici, bylo mléko a výrobky z něj (tvaroh, bryndza, kyška, máslo, smetana apod.), kdo mohl, choval krávu, která patřila k tomu nejcennějšímu majetku v hospodářství, kdo si nemohl dovolit krávu, choval alespoň kozu, na slovenské straně pak ovce. Mlékem nebo kyškou se zapíjely snad všechny pokrmy.

Maso se na jídelníčku našich předků objevovalo jen velmi zřídka. Nejčastěji se jedlo vepřové, případně pak skopové. Vepřové maso, se většinou udilo nebo se nakládalo se solí, podařilo se ho tak uchovat skoro až do další zabičky. Oproti dnešní době se kvalita vepřika posuzovala podle toho, kolik měl špyrki (dnes je měřítkem kvality to, zda má dost masa.)

V publikaci vám nabízíme recepty na jídla, která běžně připravovali naši předkové, mnohá z nich jsou vám jistě dobře známá, možná se u vás v rodině připravují dodnes.

Cílem publikace je snaha o to, aby poklady naší lidové kuchyně neupadly v zapomnění, abychom mezi všemi vymoženostmi a lahůdkami dneška nezapomínali na jídla prověřená, tradiční a dobrá. Abychom v době globalizovaného světa věděli, že je tu něco, co je naše.

Recepty jsou shromážděny od obyvatel/ek obcí Třanovice, Horní Tošanovice a Lutiše. Všem děkujeme za milou spolupráci na přípravě.



Recepty z Horních Tošanovic a Třanovic

Polešníki ze Sušova

podle paní Anny Korčové



Ingredience:

500 g hladké mouky, 2 žloutky, 100g másla, 100g cukru, mléko podle potřeby, droždí, čerstvé zelné listy, k podávání: moučkový cukr, rozpuštěné máslo, perník.

Připravíme kynuté těsto, podobně jako na koláč. tzn. kvásek z mléka, droždí, kterým pak zaděláme těsto. Když těsto vykyne, rozdělíme jej na příslušný počet bochánků. Jednotlivé bochánky pak rozprostřeme na očištěné zelné listy. V troubě pečeme dorůžova. Upečené polešníky zbavíme zbytku zelného listu, podáváme přelité teplým mlékem, rozpuštěným máslem, moučkovým cukrem a strouhaným perníkem

O receptu:

Paní Korčová pochází z Třanovic, místní části Sušova. U nich doma se polešníky těšily velké oblibě a připravovaly se jako sezónní moučník (vždy, když vyrostlo na zahrádce čerstvé zelí - polešník pak mnohem lépe voní). Podávaly se s teplým mlékem, cukrem a perníkem, ale u sousedů viděla, že dávají na polešníky i silnou vrstvu domácího tvarohu. V Třanovicích se dělávají i polešníky, kde hospodyňky kynuté těsto zadělávají smetanou (vynechává se pak máslo).

Brutfaniok

podle paní Heleny Guznarové



Ingredience:

1,5 balíčku droždí, 12 dkg cukr krupice, 0,5 l mléka, 0,5 kg hladké mouky, 0,5 kg krupice (nejlepší je mletá domácí pšenice), 2 vejce, 0,5 dcl - 1 dcl oleje, 1 lžička soli, 1 lžička tlučeného badyánu

Nejprve si uděláme kvásek z droždí, cukru, mléka a necháme vykynout. Po vykynutí přidáme krupici a hladkou mouku, vejčka, olej, sůl a dobře vypracujeme. Můžete přidat do těsta tlučený badyán - 1 lžičku. Změní to chuť i vůni brutfanioku. Necháme vykynout.

Těsto přendáme do vymaštěného pekáče, ještě dáme dále přibližně 20 minut kynout a pak pečeme celkem asi 45 minut a to nejprve při teplotě 180°C a ke konci při teplotě 200°C. Kontrolu na to, zda je brutfaniok upečený, provádíme dřevěnou špejlí, která po vytažení musí být suchá. Brutfaniok vyklopíme a necháme vychladnout.

Brutfaniok krájíme na plátky a před podáváním mažeme máslem.

O receptu:

Paní Guzarová dodneška připravuje brutfaniok jednou měsíčně a to většinou pro návštěvy. Brutfaniok je jedním z nejtypičtějších jídel, která se připravují od Těšína až k Jablunkovu.

Placuški

podle paní Evy Zatloukalové roz. Žvakové



Ingredience:

1 kg brambor, 2 vejce, sůl, příp. mouka, mletý cukr, máslo

Syrové brambory nastrouháme najemno, přidáme 2 vejce, sůl a promícháme. Lze přidat i 3 lžíce hladké mouky.

Původně se placuški pekly přímo na plotně (blaše) pod kterou se topilo dřevem, v dnešní době si musíme vystačit se silně rozpálenou suchou teflonovou pánví - důležité pro autentičnost chuti je to, aby se připravovaly bez tuku. Lžičkou dávkujeme na pánev těsto a pečeme malé placičky (placuški). Teplé placuški opečené z obou stran klademe na talíř a vrstvíme na sebe (na každý placušek dáme kousek másla a pocukrujeme mletým cukrem).

O receptu:

paní Zatloukalová k receptu uvedla krásnou větu: „je to jídlo mého dětství“. Recept se běžně připravoval pod názvem Placki na blaše. Rozdíl byl pouze ve velikosti placky, placuški - velikost lívance, placek na blaše - velikost bramboráku. Další variace placků na blaše: podávat se špyrkami, s vaječnou s houbami, s kysanou smetanou a cukrem.

Bryja



Ingredience:

2 hrušky, 10 švestek, 2 jablka, 2 lžíce hl. mouky, 1dl zakysaná smetana, mletá skořice, cukr, špetka soli

Do hrnce s vodou přidáme nakrájená jablka, hrušky, půlené švestky, trochu soli, skořice a povaříme.

Pak uděláme zákletku ze zakysané smetany a mouky, přidáme k ovocnému základu a opět povaříme.

O receptu:

Bryja je tradiční hustá polévka, která se připravovala ze sezónního ovoce (někdy i z ovoce sušeného). Obvykle se jedla v létě, v některých rodinách i ze sušeného ovoce o Vánocích. Podává se tradičně s vařenými brambory či chlebem. Polévka se vařila ve velkém množství a byla rodině na kraji „blachy“, kde se udržovala teplá, k dispozici po celý den.

Polévka jarní zeleninová podle paní Heleny Tomanové, roz. Struhařové



Ingredience:

půl cibule, 1 mrkev, kousek petržele nebo celeru, lžíce másla, dvě lžíce dětské krupičky, vejce, sůl, pepř

Na lžíci másla orestujeme nakrájenou cibuli, přidáme nahrubo strouhanou mrkev a kořenovou zeleninu, vše osmahneme dozlatova. Poté přisypeme dvě lžíce dětské krupičky, osmahneme cca minutu, přidáme vajíčko, osmahneme. Vznikne směs podobná vaječnině – konzistence hrudek či knedlíčků. Poté vše zalijeme vodou a dáme vařit na cca 15 minut. Polévku ochutíme přibližně ½ lžičkou soli a pepřem. Při podávání ozdobíme lístky nakrájené petrželky nebo pažitky.

O receptu:

Tato jednoduchá polévka se v rodině vaří po celé generace, je velmi oblíbená dětmi, ale nepohrdnou jí ani dospělí. Recept na polévku se objevil v kuchařské knize, kterou paní Tomanová zdělila po své mamince, kniha pochází z roku 1936 a jedná se o její 11. vydání.

ZELŇOK - KAPUŠŇOK (zelný koláč)

podle paní Evy Zatloukalové roz. Žwakové



Ingredience:

nádívka: 1kg bílého zelí, 1 velká cibule, 4 lžíce sádla, sůl, pepř, kmín

těsto: 500g polohrubé mouky, 250ml mléka, 1 kostka droždí, 2 vejce (1 na potření), 150ml oleje, 1 lžička soli

Připravíme si nádivku-zelí nastrouháme, cibuli nakrájíme nadrobno a osmažíme na sádle, přidáme nastrouhané zelí, osolíme, opepříme a dusíme do měkka.

Těsto: Do 100ml mléka rozdrobíme droždí, přidáme lžici cukru, 1 lžici mouky a necháme vzejít kvásek. Kvásek nalijeme do mouky, přidáme vejce, olej, zbytek mléka, sůl a vypracujeme vláčné těsto, které asi 1 hodinu necháme kynout. Těsto pak rozdělíme na dvě části a vyválíme z nich placky. Jednu dáme na vymazaný a vysypaný plech,

potřeme zelnou náplní a zakryjeme shora druhou plackou. Necháme ještě asi 15 minut kynout. Pak potřeme rozšlehaným vejcem a pečeme cca 30 minut při 170°C.

O receptu:

zelný koláč se v rodině dědí nejméně třetí generaci. Paní Eva vzpomíná, že její maminka zelný koláč pekla skoro každou sobotu především pro tatínka, který ho měl velmi rád, děti dávaly přednost sladkému a tak jim pekla koláče ve sladké podobě.

Šoudra nebo šoldra?



Ingredience:

600 g uzeného masa (krkovička, pečínka nebo šunka), 250 g polohrubé mouky, 12 g, droždí, 100 g tuku, 2 žloutky, 0,25 l mléka, sůl

Uzené maso uvaříme a necháme vychladnout. Z ostatních přísad zaděláme kynuté těsto, které dobře propracujeme a necháme vykynout. Pak těsto vyválíme do obdélníku, pečlivě do něj zavineme maso, osolíme a dáme znovu vykynout. Šoldru potřeme žloutkem a v troubě upečeme do červena.

O receptu:

šoudra je tradičním velikonočním jídlem rozšířeným po celém těšinsku. V některých rodinách se připravovala šoudra v podobě bochníku chleba se zapečenou šunkou či uzeným masem, v jiných rodinách se dělávaly krátké „záviny“ pro každého člena rodiny jeden a jeden velký dlouhý, ze kterého se ukrajovalo pro návštěvy.

Fazolový salát podle paní Barbary Filipiec



Ingredience:

fazole (příp. konzerva fazolí), uzená slanina (špek) nebo kousek uzeného bůčku, cibule, cukr, sůl, pepř, ocet

Fazole namočíme přes noc do vody, pak je uvaříme do měkka a necháme dobře okapat na sítu (v případě konzervovaných fazolí stačí pouze slít nálev). Na pánvi opečeme na kostičky nakrájenou uzenou slaninu nebo uzený bůček, přidáme nakrájenou cibuli. Restujeme dozlatova. Pak přidáme fazole, směs ochutíme solí, pepřem, troškou cukru, trochou octa a necháme alespoň 1 hodinu uležet. Nejlépe však do druhého dne, kdy fazole všechny chutě do sebe patřičně natáhnou. Salát se podává s chlebem, výborná je k němu i opečená klobáska. Jídlo se zapíjelo kyškou.

O receptu:

v rodině paní Filipiec se salát podává odjakživa a velmi oblíbeným jídlem u nich zůstává dodneška. Salát se připravoval ze strakatých fazolí u nás zvaných „becoki“. Existuje i varianta fazolového salátu, kdy se uvařené fazole rozmačkají, přidávají se v podstatě stejné ingredience, jediným rozdílem je cibule, která se přidává pouze nadrobno krájená, nikoli osmažená.

Tvarohové knedlíky



Ingredience:

2 lžíce změkklého másla, 2 vejce, lžička soli, ½ kg tvarohu, 6 lžic strouhanky, 2 lžíce krupice, 2 lžíce mouky.

K podávání pak mletý cukr, rozpuštěné máslo, skořice

Výše uvedené ingredience propracujeme v těsto, ze kterého děláme knedlíčky velikosti malého vajíčka. Knedlíčky vaříme ve vřící osolené vodě cca 7-10 minut. Podáváme přelité horkým máslem, sypeme skořicí a moučkovým cukrem, příp. kakaem. V létě můžeme na talíř přidat ovoce (třešně nebo kousky meruněk).

O receptu:

měkké, sladké, na přípravu velmi snadné knedlíky, kterým neodolalo žádné dítě v dobách našich babiček a určitě neodolá ani žádné dítě v dnešní době.

Pražonka

podle paní Heleny Tomanové, roz. Niemczykové



Na troše másla opražíme celozrnnou krupici, přidáme trochu cukru, počkáme, až začne cukr karamelizovat (důležité). Opraženou krupici pak vsypeme do hrnce s cca 1litrem vařící vody, vodu trošku osolíme. Krupici ve vodě rozmícháme a necháme na jemném plameni nabobtnat. Vznikne nadýchaná kaše, která chutná po karamelu, podává se s trochou másla, horkého mléka a cukru.

Paní Tomanová se narodila v r. 1928 a pochází z Horních Tošanovic, podle jejich vzpomínek tuto „prážonku“ měli všichni doma rádi, s chutí ji jedli prý i ti, kteří jinak byli v jídle velmi vybíraví, voněla totiž krásně karamellem. Pražonku mívali občas k večeři.

Slezské ražniči

podle Matice Slezské



Ingredience:

Vepřová kýta (cca 150-200g na 1 porci), koření (grilovací, ďábelské koření, sladká i pálivá paprika, pepř, sůl) uzená slanina, cibule

Jednotlivé porce masa naklepeme na větší pláty, které osolíme, opepříme a posypeme kořením. Maso necháme marinovat cca 2 dny. Na okořeněný plát masa položíme kousek uzené slaniny a kolečko cibule. Celý plát pak pečlivě zabalíme „do balíčku“ a napichujeme na rožničí tyč, porce těsně vedle sebe a rožníme cca 1,5 hodiny. Maso lze během rožnění polévat pivem.

O receptu:

Slezské ražniči připravuje třanovická Matice slezská v nezměněné podobě už více než 40 let. Dlouhá desetiletí slaví s ražničím úspěchy na Slezských dnech v Lomné, kde je ražniči z Třanovic oblíbenou stálicí mezi pokrmy. Na Slezské dny bývá ražniči připravováno z neuvěřitelných 180 kg masa. Rekordem byla příprava ražniči z 210 kg masa a to v letech 1980 a 1981.

Krepliki - koblihy

podle paní Heleny Nowokové



Ingredience:

*1kg mouka polohrubá výběrová, 5 vajec (2 celá a 3 žloutky). Na zadělání kvás-
ku- vlažné mléko, cukr, 1,5 - 2 kostky droždí), 250 g tuku*

Z výše uvedených surovin zaděláme kynuté těsto, které přikryjeme utěrkou, necháme kynout 10-15 minut a tvoříme koblížky, do kterých dáváme povidlovou či marmeládovou náplň. Hotové koblížky necháme ještě dlouho na stole vykynout. Potom smažíme v oleji, olej by neměl být příliš horký, koblížky by v něm měly „plavat“. U tohoto receptu je velmi důležité, aby všechny suroviny, zvláště v zimním období byly pokojové teploty. Paní Nowoková doporučuje nechat suroviny v kuchyni už večer před jejich přípravou. V kuchyni musí být teplo.

O receptu:

Koblíhy patřily mezi sváteční pečivo (k jejich přípravě bylo potřeba hodně tuku, a to bylo drahé) patřily mezi charakteristické pokrmy konce roku, kolem silvestra. Bývalo zvykem koblíhy nosit i jako dárek na „zaglondziny“ (první návštěva u novorozence). Paní Nowoková je profesionál, celý život pracovala v nemocniční kuchyni a v období povánočním koblíhy připravovali pro všechny pacienty i zaměstnance.

Silážní věže

podle „Ječmínka“



Ingredience:

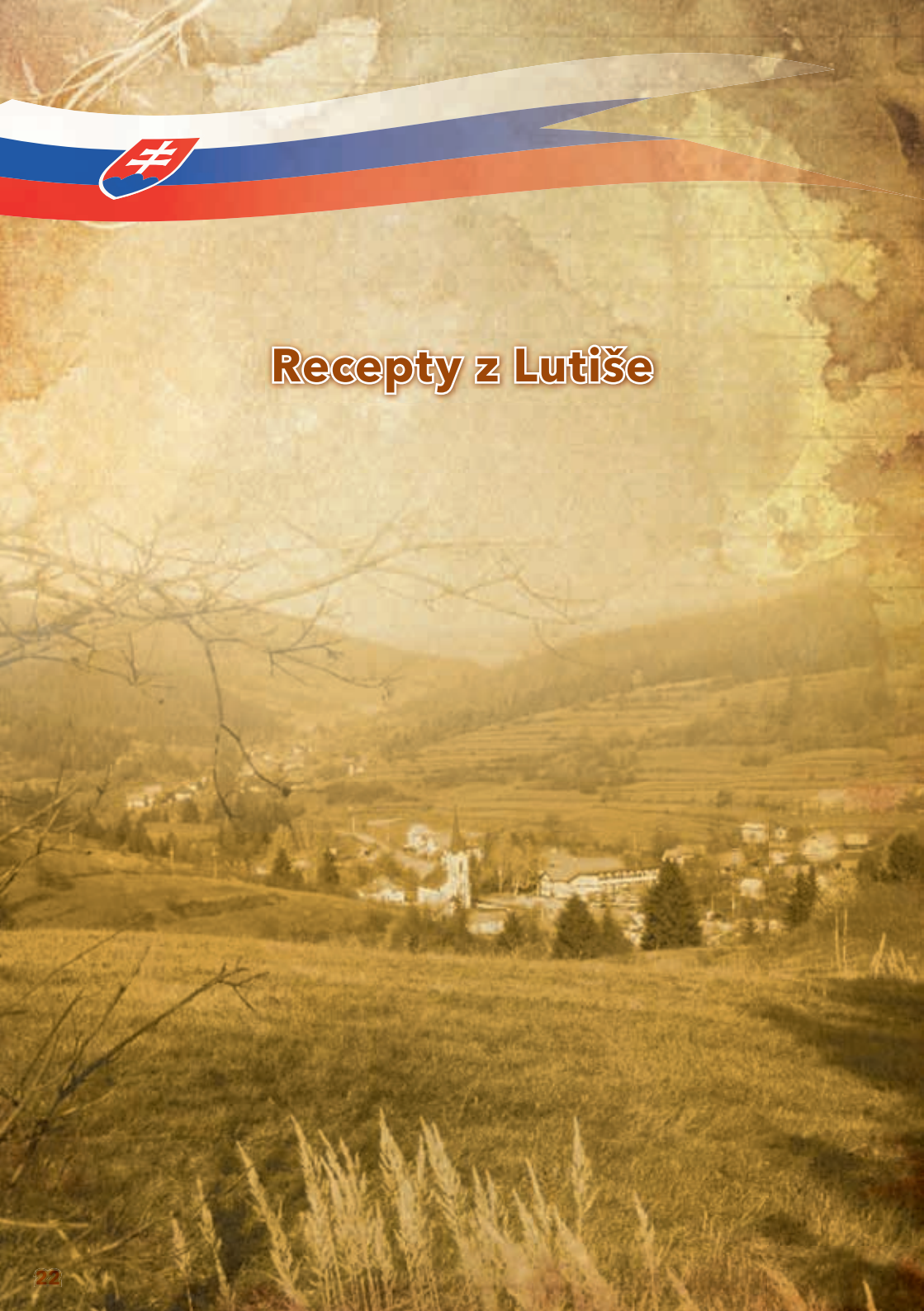
na bramboráčky: brambory, vejce, sůl, majoránka, česnek, hl. mouka, kmín, olej

maso: hovězí roštěná, vepřový kotlet, kuřecí prso, kuřecí játra, sůl, pepř, majoránka, grilovací koření, olej

Připravíme si bramboráčky – nastrouháme brambory, přidáme všechny ingredience, zamícháme a pečeme kulaté bramborové placičky (6ks na porci). Zároveň si připravíme maso, které naklepeme, okořeníme dle chuti a na pánvičce osmahneme do měkka. Na talíř pak servírujeme tři bramboráky vedle sebe, na každý z nich pak klademe kousek jiného druhu masa, shora přikryjeme dalšími bramboráčky. Játra servírujeme vedle „silážních věží“. Posypeme na kroužky krájenou cibulí.

O receptu:

Horní Tošanovice jsou zemědělská obec, která za spolupráci obce a zemědělců byla oceněna i v rámci soutěže Vesnice roku. Recept na Silážní věže je inspirován místem, kde je podáván, tím co je typické a využívá i tradiční bramborové placky, které jsou v kraji velmi běžné.



Recepty z Lutiše

Úhrabky



potrebné prísady:

1 kg zemiaky, 150 g slanina údená, 500 g kapusta kyslá, mleté čierne korenie, soľ

Očistené, nakrájané zemiaky uvaríme v osolenej vode. Po uvarení vodu zlejeme a zemiaky popučíme. Slaninu nakrájame na malé kocky a opražíme. Vyškvařenú masť zlejeme do zemiakov, pridáme kyslú kapustu, osolíme, okoreníme a zamiešame.

Zemiakové osúchy



Potrebné prísady:

1 kg polohrubej múky, 1 droždie, soľ, trošku cukru, trocha rozpustenej masti, 1/2 - 3/4 litra mlieka, 2 vajcia.

Plnka: približne 1,2 kg očistených zemiakov, veľa cibule, cesnak, majorán, soľ, mleté čierne korenie.

Pred cestom pripravíme plnku. Zemiaky uvaríme klasickým spôsobom v osolenej vode. Na masti speníme veľa cibule (dá veľmi dobrú chuť), neskôr pridáme pretlačený cesnak - tiež podľa chuti, majorán, mleté čierne korenie, soľ a výborné sú aj škvarky. zemiaky po zliatí vody popučíme bez mlieka a masla tak, aby bolo sem-tam cítiť aj kúsky zemiakov a nakoniec do nich pridáme cibuľovú zmes. Tým máme plnku hotovú a nemala by byť suchá.

Vykysnuté cesto rozvaľkáme, rozdelíme na štvorce, naplníme plnkou a uztvoríme ako buchty. Plnkou nešetříme. Spojenou časťou ukladáme na vymastený plech a „rozťapkáme“ a osúchy potrieme rozpustenou masťou, posypeme rascou. Môžeme vrch ešte trošku osoliť. Necháme ešte trošku podkysnúť a potom upečieme do ružovkasta. No a stačí už len konzumovať. Výborne sa hodí ku kyslej fazuľovej polievke.

Fazuľová polievka so sušenými slivkami



Potrebné přísady:

250 g suchej fazule, 150 g sušených sliviek, 1,4 l vody, 250 g zemiakov, 40 g tuku, 40 g hladkej múky, 1 cibuľa, soľ, 2 dl smotany.

Deň vopred namočenú fazuľu dáme variť vo vode, v ktorej bola namočená, pridáme bobkový list, celé čierne korenie, neskôr pridáme na kocky pokrájané zemiaky a spolu uvaríme do mäkka. Z tuku a múky pripravíme zápražku, pridáme do nej nadrobno pokrájanú cibuľu, opražíme, zalejeme vodou, vlejeeme do polievky, osolíme a povaríme ešte asi 10 minút. Nakoniec do polievky pridáme kyslú smotanu a sušené slivky, ktoré pred použitím namočíme na 15 minút do studenej vody. Dochutíme octom a mletým čiernym korením.

Demikát



Do polievkovej misy sa nakrája na tenké smidky chlieb, k nemu sa pridá podľa potreby bryndze, soli a kto ako chce, buď veľmi na drobno krájanú cibuľku, pažitku alebo kôpor, to sa zaleje vriacou čistou vodou a zakryté nechá pár minút pariť. Vody má byť toľko, aby chlieb, ktorý napuchne, veľmi nezhustil tento pokrm. Kto chce demikát jemnejší, nech pridá 1-2 lyžičky sladkej smotany a kúsok masla.

Šúlance



Potrebné přísady:

1,5kg uvarených zemiakov v šupke, soľ, 2 vajcia, polohrubá múka, strúhanka, mak, tvaroh, cukor

Zemiaky ošúpeme, pretlačíme a pridáme soľ, vajcia a múku. Vytvarujeme valčeky z ktorých nakrájame šúlance. Uvaríme vo vode, keď vyplávajú na povrch prepláchneme teplou vodou a podávame s opraženou strúhankou a cukrom, príp. makom, tvarohom...

Palacinky s kapustou



Kapustu (zelí) mätko posekať, na masle alebo dobrej bravčovej (vepřovej) masti s prídavkom niečo drobno pokrájanej cibulky upražiť tak, aby ostala i biela i aby bola mäkká. Keď je upražená, nechať vystydnúť, pripraviť cesto ako na palacinky, napr. dať ku kapuste niečo mlieka, dve vajíčka, múky a keď treba i soli. Na palacinkovej forme lyžicou dávať malé, okrúhle placičky a podľa známeho spôsobu piecť. Kto ľúbi sladké, nech si posype cukrom.

Fazuľová polievka so sušenými slivkami



Potrebné prísady:

100g suchej fazule, 30g krúp, 30g mrkvy, 30g petržľenu, 200g údeného mäsa, soľ, čierne korenie

Fazuľu a krúpy deň dopredu namočíme, mäso nakrájame na menšie kúsky a dáme variť spolu s fazuľou. Neskôr pridáme pokrájanú, očistenú zeleninu, zemiaky a krúpy. Dosolíme a okoreníme.



DOŽÍNKY

návrat ke kulturním tradicím a čistému životnímu prostředí



„TENTO MIKROPROJEKT JE SPOLUFINANCOVÁN EVROPSKOU UNIÍ Z PROSTŘEDKŮ FONDŮ MIKROPROJEKTŮ SPRAVOVANÉHO REGIONEM BÍLÉ KARPATY“

„Společně bez hranic/Spoločne bez hraníc“