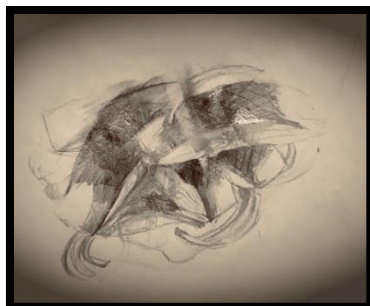




PRAKTYCZNIE PERFEKCJA

## WIGILIA PO MOJEMU. JADŁOSPIS.

### ŚLEDZIE W OLIWIE



#### SKŁADNIKI:

- śledzie solone matias 1kg(filety)
- cebula 1-2 szt.
- oliwa
- pieprz

#### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

- śledzie płuczemy
- pozostawiamy, żeby ociekły
- przygotowujemy słoiki (najlepiej dwa mniejsze)
- cebulę kroimy w cienkie półksiężycy
- śledzia kroimy w poprzek filetu w paski szerokości 2 cm
- kawałki układamy warstwowo pieprząc i przekładając cebulą na zmianę
- zalewamy oliwą
- odstawiamy do lodówki

### RYBA W POMIDORACH SŁODKO-KWAŚNA

#### SKŁADNIKI:

- mintaj lub morszczuk 1 kg
- cebula 2 szt.
- mąka do smażenia ryby
- przecier pomidorowy (najlepiej własnej roboty)/ passata ok. 500 ml
- ½ cytryna
- cukier 2 łyżki
- sól
- oliwa do smażenia

#### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

- rybę solimy, pozostawiamy na 15 minut
- obtaczamy w mące i smażymy na oliwie
- cebulę kroimy w półksiężycy

- na patelni po smazeniu wrzucamy cebulę, delikatnie solimy, wrzucamy na to rybę, kopyścią rozdrabniamy rybę i zalewamy przecierem pomidorowym, podsmażamy
- doprawiamy sokiem z cytryny i cukrem
- wykładamy do półmisek lub miseczek do zastygnięcia. gotowe.

najlepiej smakuje z chlebem posmarowanym masłem ☺

### ROLMOPSY



#### SKŁADNIKI:

- śledź solony 1 kg (filety)
- marchew 1 szt.
- ogórek kiszony 2 szt.
- cebula 1-2 szt.
- pieprz
- gorczyca
- drewniane wykałaczki

#### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

- śledzie płuczemy
- marchew ucieramy na tarce (drobne oczka)
- ogórki obieramy ze skórki i kroimy w słupki
- cebulę kroimy w półksiężycy
- wewnętrzną część śledzia posypujemy pieprzem, marchewką, gorczycą, od strony główki układamy cebulę i ogórka
- zawijamy śledzia, po zawinięciu ogonek musi być na wierzchu
- spinamy dwoma wykałaczkami
- zalewamy zimną zalewą octową, pozostawiamy najlepiej do drugiego dnia

### KARP SMAŻONY



#### SKŁADNIKI:

- karp
- masło klarowane
- sól
- mąka

#### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

- karpia płuczemy
- usuwamy nożyczkami ogon i większe płetwy (nie zajmują miejsca na patelni)

- przekrawamy wzdłuż od ogona do głowy
- potem kroimy w poprzek na kawałki szerokości 12cm
- solimy i zostawiamy na 15-20 minut
- obtaczamy w mące
- smażymy na maśle klarowanym (ja klaruję sama)

## **ŚLEDZIE ZIELONE W OCCIE**

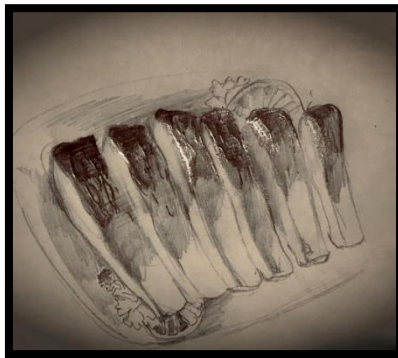
### **SKŁADNIKI:**

- śledzi zielonych(filety) 1,5 kg
- marchew 1
- ziele angielskie 10 kulek
- liść laurowy 5 szt.
- cebula 2 szt.
- mąka do obtaczania filetów
- oliwa do smażeni
- do tych śledzi sól (one nie są solone)

### **SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:**

- śledzie płuczemy
- pozostawiamy, żeby ociekły
- odkrawamy płetwy
- soli
- pozostawiamy na 5 minut
- panierujemy w mące
- smażymy
- odkładamy do głębokiego naczynia
- marchew kroimy w cienkie krążki
- cebulę kroimy w krążki lub półksiężycy
- wrzucamy marchew i cebulę na pozostały tłuszcz
- smażymy 5 min.
- marchew i cebulę dodajemy do usmażonych śledzi
- zalewamy gorącą zalewą octową (do podanego przepisu zalewy octowej dodać angielskie ziele i liście laurowe)
- można przygotować wcześniej są smaczniejsze

## KARP W GALARECIE



### SKŁADNIKI:

- karp (z 1 karpia 6 kawałków)
- cebula 1 szt.
- marchew 1 szt.
- seler ¼
- pietruszka korzeń 1 szt.
- nać pietruszki do dekoracji
- żelatyna (bez przypraw)
- angielskie ziele ok. 10 szt.
- laurowy liść 3-4 szt.
- sól

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

- karpia płuczemy
- usuwamy nożyczkami ogon i większe płetwy
- przekrawamy wzdłuż od ogona do głowy
- potem kroimy w poprzek na kawałki szerokości 4-5 cm
- karpia wkładamy do garnka, zalewamy zimną wodą, solimy i zagotowujemy (w momencie zagotowania ściągamy sitkiem szumowiny/pianę, rybę solimy ciut więcej, żeby nie była mdła), po odszumowaniu dodajemy warzywa, liść laurowy, angielskie ziele. gotujemy 15-20 minut
- delikatnie wyciągamy na talerz wraz z warzywami
- usuwamy ości
- układamy na półmisku (skórą do góry)
- dekorujemy wg uznania (ja lubię tylko marchewkę i zieloną pietruszkę, ewentualnie cytrynę z cytryną ostrożnie, bo może nadać goryczy)

### PRZYGOTOWANIE GALARETY:

- wywar z ryby przecedzamy przez sitko do innego garnka
- do lekko przestudzonego wywaru dodajemy 2½ łyżki żelatyny, mieszamy do rozpuszczenia
- wywar podgrzewamy i zalewamy rybę ułożoną na półmisku (najlepiej, żeby cała ryba była pokryta galaretą)
- pozostawić do zastygnięcia

rybę w galarecie przygotowuję dzień przed wigilią

## BARSZCZ



### SKŁADNIKI:

- średnie buraki 6 szt.
- pietruszka korzeń 1 szt.
- marchew 1 szt.
- seler ¼
- cebula 1 szt.
- por ½ jasnej części
- grzyby 1-2 szt.
- ocet (do zakwaszewnia ok. łyżka)
- czosnek 1-2 ząbki
- angielskie ziele 5 kulek
- liść laurowy 3 szt.
- majeranek
- sól, pieprz

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

- buraki kroimy w cienkie plastry ok. 0,5 – 1 cm
- zalewamy wodą, doprowadzamy do wrzenia, solimy ok. 2 łyżeczki
- cebulę przypiecz na nad gazem
- dodajemy warzywa, cebulę, liście laurowe, angielskie ziele, czosnek (pokrojony w słupki)
- gotujemy aż zmiękną buraki ok. 30 minut
- wykładamy wszystkie warzywa, dodajemy ocet, majeranek, pieprz i ewentualnie szczyptę cukru

## ZUPA RYBNA



### SKŁADNIKI:

- łby karpia 3-4 szt.
- cebula 1 szt.
- marchew 1 szt.
- seler ¼
- pietruszka korzeń 1 szt.

- pietruszka nać
- angielskie ziele 10 szt.
- laurowy liść 4 szt.
- cytryna (zakwasić do smaku)
- śmietanka słodka/kremówka 30 % 250 ml
- mąka (do przygotowania zagęszczenia)
- sól

#### **SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:**

- łby płuczemy, wkładamy do garnka, zalewamy wodą, solimy i zagotowujemy (w momencie zagotowania ściągamy sitkiem szumowiny/pianę, rybę solimy ciut więcej, żeby nie była mdła), po odszumowaniu dodajemy warzywa, liść laurowy, angielskie ziele. gotujemy 30-40 minut
- wyciągamy rybę na talerz wraz z warzywami
- przecedzamy wywar przez sito do innego garnka
- wywar zaciągamy mąką (u mnie w domu mówiliśmy zaklepką)
- dolewamy śmietanę
- ugotowaną marchew ucieramy na tarce o grubych oczkach i dodajemy do zupy
- drobno siekamy zieloną pietruszkę dodajemy do zupy
- dosmakowujemy cytryną i ewentualnie solą

### **ZUPA GRZYBOWA**

#### **SKŁADNIKI:**

- grzyby suszone (2 szklanki suszonych grzyb)
- pietruszka korzeń 1 szt.
- marchew 1 szt.
- seler ¼
- cebula 1 szt.
- ocet (do zakwaszenia ok. łyżka)
- angielskie ziele 5 kulek
- liść laurowy 3 szt.
- nać pietruszki
- gałązka suszonego lubczyki (jeśli posiadasz w swoich zapasach)
- śmietana kremówka 30% 250 ml
- mąka (do przygotowania zagęszczenia)
- sól 2 łyżeczki

#### **SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:**

- grzyby zalewamy wrzątkiem na 1h
- wlewamy grzyby wraz z powstałym wywarem do garnka, dolewamy 2 l wody, wsypujemy sól i zagotowujemy
- dodajemy warzywa, liść laurowy, angielskie ziele, lubczyk
- gotujemy ok. 1,5-2 h na małym ogniu
- warzywa wyciągamy z wywaru, ucieramy je na tarce o grubych oczkach (z wyjątkiem cebuli)

- przygotowujemy zaklepkę z mąki, wlewamy śmietanę, dodajemy utarte warzywa, dosmakujemy octem, solą
- Ja przygotowuję zupę z prawdziwków.

## PASZTECIK Z GRZYBAMI



### SKŁADNIKI:

- suszone grzyby (2 szklanki)
- ciasto francuskie 1 paczka
- cebula 1 szt.
- bułka tarta ok. 2 łyżki
- 1 żółtko
- nać pietruszki
- sól, pieprz
- masło klarowane 1 łyżka

### FARSZ:

- grzyby zalewamy wrzątkiem na 1 h, a następnie gotujemy w małej ilości osolonej wody, żeby nie odcedzać, tak aby zachować esencję aromatu (uzupełniaj wodę podczas gotowania grzybów)
- grzyby mielimy, jeśli nie masz maszynki możesz posiekać lub użyć blendera, nie wylewaj wywaru, które pozostanie od gotowania
- cebulkę kroimy w drobną kosteczkę, smażymy, dodajemy grzyby, dusimy dolewając wywaru
- dodajemy bułkę tartą
- w zimnym wywarze rozmącamy żółtko i dodajemy do grzybów mieszając
- dosmakujemy pieprzem, solą

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

wyjątkowo używam gotowego ciasta francuskiego. nie lubię drogi na skrót, ale czasami z niej korzystam.

- ciasto dzielimy wzdłuż na trzy pasy szerokości ok. 10 cm i następnie równe prostokąty
- na prostokąty nakładamy farsz i zamykamy
- układamy na blasze (warto wyłożyć blachę papierem do pieczenia)
- białkiem smarujemy paszteciki
- pieczemy do zarumienienia, piekarnik 200 st. C

## PIEROGI RUSKIE I PIEROGI Z KAPUSTĄ I GRZYBAMI



### FARSZ NA PIEROGI RUSKIE:

- ziemniaki 800g
- biały ser 200 g
- cebula 1 szt.
- masło (do smażenia)
- sól, pieprz

gotowane ziemniaki i ser zmielić przez maszynkę (jeśli nie posiadasz możesz użyć prasy lub tłuczka do ziemniaków). cebulkę drobno pokroić, zeszklić na odrobinie tłuszczu. dosmakować solą i pieprzem.

pierogi podawać polane usmażoną bułką tartą na maśle/ kwaśną śmietaną a poza postem skwarkami ze słoniny.

### FARSZ NA PIEROGI Z KAPUSTĄ I GRZYBAMI:

- kiszoną kapusta 800g
- grzyby suszone 20g
- duża cebula 1 szt.
- masło (do smażenia)
- sól, pieprz

grzyby namoczyć we wrzącej wodzie (zachować wywar od grzybów). następnie drobno posiekać. cebulę pokroić w kosteczkę i wrzucić na rozgrzany tłuszcz. dodać drobno posiekaną kapustę kiszoną, a potem grzyby razem z wywarem. dusić ok. 30 minut  
jeśli masz za dużo soku, kapustę wrzucić na sito i pozbyć się nadmiaru wywaru.

### CIASTO (SPOSÓB PRZYGOTOWANIA):

- mąka 3 szklanki
- sól ½ łyżeczki
- wrząca /gorąca woda ¾ szklanki
- zimna woda ½ szklanki

### PRZYGOTOWANIE:

do mąki dodać sól zalać gorącą wodą, przemieszać palcem dolać zimnej wody  
wyrobić ciasto pozostawić pod przykryciem



## SERNIK



### SKŁADNIKI:

spód i kruszonka:

- mąka 22,5 dkg
- proszek do pieczenia 1 1/2 łyżeczki
- cukier puder 15 dkg
- masło 11 dkg
- jajko 1 duże
- utarta skórka cytryny
- płatki migdałów 1 paczka

wierzch:

- ser 75 dkg
- jajka 6 szt.
- masło 30 dkg
- cukier puder 30 dkg
- budyń śmietankowy 1 1/2 paczki
- sok z cytryny 1/2 cytryny
- rum/koniak lub spirytus 1 łyżka

### PRZYGOTOWANIE:

1. twaróg zmielić przez maszynkę.
2. mąkę przesiać do miski, dodać skórkę z cytryny, proszek do pieczenia, cukier, miękki tłuszcz, migdały (może być bez) i jajko, wyrobić mikserem gładkie ciasto. odstawić ciasto w chłodne miejsce.
3. tortownicę wysmarować tłuszczem (średnica tortownicy 26-28 cm)brzeży tortownicy wysypać migdałami i przycisnąć je dłonią.
4. oddzielić żółtka od białek. Miękki tłuszcz ubić na krem, dodając stopniowo cukier i żółtka.
5. twaróg, sok z cytryny, budyń i rum dokładnie wymieszać z przygotowanym uprzednio kremem.
6. 1/4 ciasta rozgnieść na dnie tortownicy (musi pokryć dno)
7. białka ubić na sztywną pianę, a następnie bardzo delikatnie wymieszać z masą serową.
8. wyłożyć masę do tortownicy i delikatnie wygładzić nożem.
9. pozostałe ciasto rwać palcami i układać na wierzchu jak kruszonkę.
10. piec 180 st. około 1 godziny



### **SKŁADNIKI:**

- malutkie pieczarki 1 ½ kg
- duża cebula 1 szt.
- masło (do smażenia)
- sól
- nać zielonej pietruszki

### **PRZYGOTOWANIE:**

- na rozgrzane masło wrzucamy opłukane, całe malutkie, równej wielkości pieczarki.
- solimy
- smażymy krótko, żeby pozostały soczyste
- posypujemy drobno posiekaną pietruszką

Jeśli masz pytania, wątpliwości możesz napisać do mnie na: [kontakt@praktycznieperfekcyjna.pl](mailto:kontakt@praktycznieperfekcyjna.pl)