

Przy świątecznym

STOLE

ŻUREK

ŚLĄSKO-WIELKANOCNY

Słodki finał



FARBOWANIE JAJ
pomysłowo i ekologicznie!

DIY
DEKORACJE NA ŚWIĘTA



FARBOWANIE

JAJ pomysłowo i ekologicznie

Do naturalnego barwienia jaj najlepiej wykorzystać produkty, które prawdopodobnie większość z nas ma pod ręką. Zanim jednak zaczniemy tworzyć nasze ekologiczne pisanki, powinniśmy wybrać odpowiednie jajka – i nie chodzi tu o ich wielkość, ale o odcień skorupki. Im będą jaśniejsze, tym lepiej.



**DOWIEDZ SIĘ,
DZIĘKI JAKIM PRODUKTOM
OSIĄGNIESZ DANY KOLOR**

Kolorowe pisanki, które każdego roku pojawiają się na naszym wielkanocnym stole, od lat są nieodłączną częścią świątecznej tradycji w Polsce. Farbowanie skorupek jaj uwielbiają szczególnie dzieci, ale trzeba przyznać, że także dla dorosłych ich przygotowanie bywa ogromną frajdą. W końcu stanowią one ważną i urokliwą część wielkanocnych dekoracji.



WARTO WIEDZIEĆ, ŻE...

Im będzie mniej wody, a więcej składników barwiących, tym większa szansa, że jajka nabiorą intensywnego koloru. Jeżeli po tym czasie barwa nie jest zadowalająca, można zostawić je w stygnącym wywarze na dłużej.

- ✿ **jasny żółty** – kurkuma, curry, nać marchwi, skórki pomarańczy,
- ✿ **pomarańczowy** – łupiny cebuli, chili
- ✿ **brązowy** – łupiny cebuli, czarna herbata, mocna kawa,
- ✿ **czerwony** – buraczki czerwone, mrożone maliny, żurawina,
- ✿ **fioletowy** – czerwona kapusta, kwiat hibiskusa, kwiat czarnej malwy,
- ✿ **niebieski** – czerwona kapusta, suszone jagody,
- ✿ **zielony** – pokrzywa, trawa, szpinak, młode zboże.

ZURKIEM i DOMOWYM CIASTEM

Zaczyna się dość nieśmiało. Wiklinowy koszyk przykryty serwetką, kilka kolorowych jaj, dumna szynka i – wypadająca obok niej całkiem blado – biała kiełbasa. Mała babeczka z lukrem do schrupania. Z boku uśmiecha się wielkanocny zajac w smokingu ze sreberka. Tylko tyle i aż tyle. Wielkanocny koszyk to wstęp do wielkiej uczy, celebrowania rodzinnych chwil i powrót do znanych smaków, które właśnie wtedy – przy wielkanocnym stole – mają swoją największą moc.

Czym pachnie Wielkanoc? Różnorodnością – jałowcem, czosnkiem i majerankiem. Mieszanym w garze bigosem i wędlinami, które powoli dochodzą w wędzarni. Drożdżową babką, która czeka na oblanie lukrem. Wielkanoc jest bardzo hojna – potrafi obdarować każdego przy stole z wykrochmalonym obrusem. Amatorzy staropolskiego, aromatycznego mięsiwa mogą liczyć na spore porcje. Wędzone szynki, kiełbasy czy rolady najlepiej smakują z tradycyjną ćwikłą z ostrym chrzanem. Faszerowane jajka pod pierzynką z majonezu i rzeżuchy – choć stoją na drugim końcu stołu są w centrum zainteresowania. Skupiają na sobie oczy tych głodnych, jak i najedzonych. Po środku jak na baczność stoi waza wypełniona aromatycznym, gęstym żurem z kiełbasą. Jeszcze tylko jajko na twardo zgrabnie wylądować w talerzu i już można jeść. A całość z majeranek pachnie cudownie.

Wielkanoc potrafi zaskoczyć także miłośników słodkości – piaskowa babka, mazurek z kajmakiem, keks z bakaliami oraz sernik wiedeński tworzą śmietankę towarzyską na stole. Każdy chce się do niej dostać i skubnąć choć kawałek. Taka kompania potrafi osłodzić nawet najbardziej mokry lany poniedziałek.

Świętujmy i my Wielkanoc! Próbujmy, kosztujmy, smakujmy tradycyjnych, polskich dań świątecznych. Jest w czym wybierać.

pachna
święta



Doradca smaku



MICHEL MORAN

ZNÓW W PROGRAMIE „DORADCA SMAKU”

„Doradca Smaku” to program kulinarny, który już na stałe wpisał się w ramówkę telewizji TVN. Prowadzącym program i autorem przepisów jest ponownie Michel Moran - świetny szef kuchni ceniony ze względu na profesjonalizm oraz sympatyczną osobowość. Codziennie od poniedziałku do czwartku Michel Moran prezentuje nowe przepisy.

Tematem odcinków będą ulubione potrawy Michela i jego popisowe dania – na przykład jajo en meurette, sandacz z porami czy sałatka z kurczakiem i awokado. Przepisy prezentowane są w przystępny sposób tak, aby każdy mógł we własnej kuchni przyrządzić potrawy jak sam Michel Moran - oczywiście zawsze z wykorzystaniem produktów marki Prymat i Smak.

Zapraszamy do oglądania „Doradcy Smaku” w TVN.

Premiera odcinków:

pon. – czw. 20:10



LICZY SIĘ DOBRY SMAK



ŻUREK

ŚLĄSKO-WIELKANOCNY

Prawdziwy żurek śląski to zakwas, kartofle, czosnek i kiełbasa lub boczek, choć kuchnie regionalne mają własne, różnorodne przepisy. Żurek to jednak nie tylko specjalność Ślązaków. To także danie staropolskie, o czym nie wszyscy wiedzą, stąd często nazywany jest żurem staropolskim. Na bazę zupy świetnie nadaje się też wywar pozostały po ugotowaniu szynki lub białej kiełbasy!

PORADA Roberta Sowy

Wielkanocny żurek zyska odpowiednią ostrość i aromat, jeśli pod koniec gotowania przyprawimy go świeżo startym chrzanem i dużą szczyptą świeżego lub suszonego lubczyku.

JAKOŚĆ

Warto pamiętać, że liście laurowe nie podlegają sterylizacji, gdyż z natury są bardzo kruche. Natomiast można je myć pod bieżącą wodą tak jak warzywa czy owoce przed spożyciem.

ŻUREK ŚLĄSKI

SKŁADNIKI:

- 1 mały pęczek włoścзыzny
- 0,5 kg kości wędzonych schabowych wieprzowych
- 0,5 l zakwasu na żur
- 100 g boczku
- 4 białe kiełbaski
- 1,5 l wody
- 2 ząbki czosnku
- 4 suszone borowiki
- 2 łyżki mąki
- Liść laurowy, Majeranek, Sól i Pieprz czarny mielony Prymat
- 4 jaja na twardo

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Grzyby namoczyć i pokroić. Z włoścзыzny i kości ugotować wywar, wyjąć warzywa, pokroić marchewkę w kostkę i wrzucić z powrotem do gara. Do wywaru dodać zakwas, boczek pokrojony w kostkę i kiełbasę pokrojoną w plastry. Dodać roztarty czosnek i przyprawy, całość zagotować. Pod koniec gotowania ½ szklanki powstałej zupy połączyć z mąką i z pozostałą jej ilością w garnku. Gotowy żurek przelać na talerz, na wierzch wrzucić ćwiartki ugotowanego na twardo jajka.

KARCZEK WIEPRZOWY PYSZNA PIECZEŃ *na Wielkanoc*

RADA

Tak przygotowany karczek można podawać na zimno z ćwikłą, chrzanem lub sosem tatarskim.

Na wielkanocnym stole

bezsprzecznie królują różnorodne mięsna: karkówka, schab, szynka pieczona, pasztet, klopsy z jajem... Najlepsze oczywiście te domowe! A karczek – jeden z najprostszych i najsmaczniejszych.

PIECZONY KARCZEK WIEPRZOWY

SKŁADNIKI:

- 1 kg karczku wieprzowego
- 2 ząbki czosnku
- 1 łyżeczka Musztardy sarepskiej Prymat
- 1 łyżka maki
- olej do smażenia
- Sól morską Prymat
- Pieprz czarny mielony Prymat
- Kminek i Majeranek Prymat

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Czosnek obrać, posiekać lub posiekać przez praskę. Mięso umyć, osuszyć, natrzeć pieprzem, czosnkiem, musztardą i ziołami. Odstawić w chłodne miejsce na 4-5 godzin. Zamarynowane mięso oprószyć solą i makią, zrumienić na rozgrzanym oleju, przełożyć do naczynia żaroodpornego, podlać osoloną wodą i piec ok. 1 godziny w temperaturze 140°C, często podlewać wytwarzającym się sosem.

Można również serwować go na gorąco z kapustą i grzybami.

FASZEROWANE JAJKA *koktajlowe*

Dodatek papryki słodkiej, wędzonej lub pikantnej (w zależności od preferencji) nada nie tylko wyjątkowo dekoracyjny wygląd, ale również wzbogaci smak.

JAJKA ZE ŚLEDZIEM

SKŁADNIKI:

- 7 jajek ugotowanych na twardo

Farsz:

- 7 posiekanych żółtek
- 4 posiekane koreczki helskie
- 4 łyżeczki majonezu
- 1 łyżka Musztardy delikatesowej Prymat
- 4 posiekane Ogóreczki konserwowe Smak
- 4 posiekane Pieczarki marynowane Smak
- Sól ziołowa, Pieprz czarny mielony Prymat

JAJKA Z SUSZONYMI POMIDORAMI

SKŁADNIKI:

- 7 jajek ugotowanych na twardo

Farsz:

- 7 posiekanych żółtek
- 4 łyżeczki majonezu
- ½ łyżeczki Kurkumy mielonej Prymat
- szczypta Papryki słodkiej, Bazylii, Czosnku granulowanego, Soli ziołowej, Pieprzu czarnego mielonego Prymat
- 7 Pomidorów suszonych Smak
- 2 łyżeczki oliwy z suszonych pomidorów
- 15 g rukoli

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA JAJEK FASZEROWANYCH:

Wszystkie składniki nadzienia wymieszać i doprawić do smaku. Farszem napętnić białka jajek.

Smak jajka z łatwością można zmienić dobrze doprawionym farszem, zrobionym na przykład na bazie tuńczyka, pieczarek czy twarogu połączonego z awokado.

Eksperymentowanie z farszami to świetna zabawa w łączenie przeróżnych smaków. Proponujemy wersję ze śledziem i suszonymi pomidorami.



TOP CHEF z nowym jurorem i ... marką Prymat!

środa, 21:30



Na antenę Polsatu wrócił najbardziej prestiżowy program kulinarny w historii polskiej telewizji – TOP CHEF. Biorą w nim udział wybitni kucharze, którzy swoimi umiejętnościami i talentem mogą zrewolucjonizować gastronomiczny rynek w Polsce. Uczestników ocenia wymagające jury i zupełnie nowy w tym gronie – Robert Sowa. Kulinarnym partnerem programu jest marka Prymat.

„TOP CHEF” to jeden z najstarszych i najslawniejszych kulinarnych show na świecie. Wśród polskich kucharzy osiągnął gigantyczną popularność. W castingach do zbliżającej się siódmej edycji wzięło udział niemal pół tysiąca chętnych. W show mogą wziąć udział zarówno szefowie kuchni luksusowego hotelu, jak i małej regionalnej karczmy. Od uczestników wymaga

się: perfekcji, podejmowania ryzyka, kreatywności i przede wszystkim miłości do gotowania. Każdy odcinek to seria skomplikowanych konkurencji. Zwycięstwo w niektórych z nich daje uczestnikom immunitet, a inne zadania kierują do dogrywki. Nagrodą główną jest prestiżowy tytuł TOP CHEF i 100 tysięcy złotych.

W jurorskim gronie znajdują się: Wojciech Modest Amaro, Maciej Nowak, Ewa Wachowicz i Robert Sowa – ambasador marki Prymat.

Kulinarnym partnerem programu jest marka Prymat, który po raz pierwszy została sponsorem programu TOP CHEF.

**Zapraszamy do oglądania programu:
TOP CHEF – środa, 21:30. Polsat.**



Liczy się dobry Smak!

TRADYCYJNY
DODATEK
W POLSKIEJ
KUCHNI



PODKREŚLA
SMAK WĘDLIN,
RYB I JĄZ



NATURALNY
SMAK CHRZANU





Wielka... moc jaja

Jajecznicą ze szczypiorkiem nieraz uratowała czyjeś śniadanie. Szakszuka z sadzonym jajem to dobry pomysł na kolację. Na wizytę u znajomych zabierasz sałatkę jarzynową, na imieniny – przygotowujesz półmisek z faszerowanymi jajkami. Uśmiechasz się pod nosem, bo wiesz, że zjedzą, że lubią. Jajka – choć takie niepozorne, jemy je niemal codziennie i nie potrafimy się znudzić. Grają główne role w wielu daniach, ale gdy zbliża się Wielkanoc ich wartość znacznie rośnie – są najbardziej pożądanym „towarem” na targu albo w sklepie. Bardzo skrupulatnie je wybierasz – beżowe, białe, a dla odmiany – pstrokate przepiórcze. W końcu nic tak nie zwiastuje świąt jak kolorowe pisanki, a tych nie może zabraknąć. I nie zabraknie – w 2017 roku w Polsce wyprodukowano aż 600 ton jajek! Choć na co dzień nie zastanawiasz się nad tym – jajka to kopalnia pełnowartościowego białka i witamin, której nie znajdziesz w innych produktach naturalnych.

Jedz zdrowo i delektuj się smakiem jajek pod różną postacią!

Jak sprawdzić, czy jajo jest świeże.

Nic tak nie smakuje jak świeże jajko na śniadanie. Kupując jajka zawsze warto sprawdzić ich przydatności do spożycia. Jajka w sklepie nie zawsze są przechowywane w lodówce, jednak niska temperatura pozwala opóźnić starzenie się jajka. Jeśli kupujemy dużą wytłaczankę (np. 20-30 jajek) to szczególnie dbajmy o odpowiednio odległy termin przydatności, nie kupujemy jajek z kilkudniowym terminem.

Kilka wskazówek:

- ✓ Po rozbiciu jaja świeże żółtko jest zwarte, w starym jajku żółtko rozlewa się.
- ✓ Białko jest przejrzyste.
- ✓ Świeże jajko po ugotowaniu trudno obrać ze skorupki.
- ✓ Świeże jajo zanurzone w misce z wodą pozostanie nieruchomo na nie. Stare – wypłynie.



Rozmiary

Jaja kurze dostępne są w 4 rozmiarach:

Małe – S, ważą do 53 g.

Średnie – M, ważą od 53 do 63 g.

Duże – L, ważą od 73 g.

Bardzo duże – XL, ważą do 53 g.

Najmniejsze dostępne jaja na rynku polskim to jaja przepiórcze, a największe – jaja strusia.

JAJKA po szkocku W POLSKIEJ KUCHNI

PODAWAJ
Z

MUSZTARDA CHRZANOWA

CHRZANEM TARTYM

SOSEM TATARSKIM

MAJONEZEM

BURACZKAMI TARTYMI

JAJKA PO SZKOCKU

SKŁADNIKI:

- 1 kg mięsa mielonego wołowo-wieprzowego
- 10 jajek
- 1 czerwona cebula
- 4 ząbki czosnku
- 2 łyżki Musztardy chrzanowej Prymat
- 1 pęczek szczypiorku
- Sól morską gruboziarnistą Prymat
- Pieprz czarny ziarnisty Prymat
- 1 łyżka Cząbry suszonego Prymat
- 1 łyżka jogurtu naturalnego
- 1 szklanka Bułki tartej Prymat
- olej do smażenia

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Jajka ugotować na twardo, obrać i odłożyć na bok. Mięso przełożyć do misy robota, dodać drobno posiekaną cebulę i czosnek, zmiksować aż otrzymamy konsystencję pasty. Do masy dodać musztardę, jogurt, cząber i posiekany szczypiorek. Doprawić do smaku solą i pieprzem, dokładnie wymieszać. Mięso podzielić na 10 równych części. Z każdej zrobić placek, na środku położyć jajko i dokładnie przykryć je mięsem. Mięsne kulki obtoczyć w bułce tartej. Jajko po szkocku smażyć na głębokim oleju na złoty kolor.

JARMUŻ

ŚNIADANIE

MISTRZÓW



SMAŻONY JARMUŻ

z pomidorami i jajkami

SKŁADNIKI:

- 1 opak. jarmużu
- 10 g masła
- 15 ml oleju rzepakowego
- 1 cebula
- 2 ząbki czosnku
- 2 pomidory malinowe
- 5 Czarnych oliwek Smak
- 5 Zielonych oliwek Smak
- 10 g Kaparów Smak
- 4 jajka
- 1 pęczek natki pietruszki
- 2 bagietki
- do smaku: Kmin rzymski, Papryka słodka mielona, Sól morską, Pieprz czarny Prymat

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Cebulę kroimy w kostkę, czosnek siekamy i smażymy na patelni z rozgrzanym olejem i masłem. Następnie dodajemy jarmuż, a po kilku minutach obrane ze skóry i pokrojone w kostkę pomidory, pokrojone w paski oliwki oraz kapary. Całość doprawiamy do smaku. Wbijamy jajka, przykrywamy patelnię i dusimy do momentu, aż białka jajek się zetną. Przed podaniem posypujemy posiekaną natką pietruszki.

PORADA: Świeże liście są nieco gorzkie. Aby pozbyć się tej goryczki, wystarczy po zakupie opłukać liście, usunąć twarde łodygi i żyłki.

Zapiekany SZPINAK

PROSTE I PYSZNE ŚNIADANIE

ZAPIEKANY SZPINAK Z JAJKIEM I WĘDZONYM ŁOSOSIEM

SKŁADNIKI:

- 800 g młodych liści szpinaku
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 1 łyżka masła
- 2 pokrojone w kostkę szalotki
- 2 rozgniecione ząbki czosnku
- 8 jajek przepiórczych
- 8 plastrów wędzonego łososia marynowanego w koprze
- 8 kawałków cytryny

do smaku: Sól morską, Pieprz czarny mielony, Gałka muskatołowa Prymat

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Na patelni rozgrzać połączoną z masłem oliwę, zeszklić szalotkę i czosnek, a następnie dodać do niej umyty szpinak i przyprawy. Całość smażyć przez chwilę, zdjąć szpinak z patelni i przełożyć do 8 małych miseczek do zapiekania. Na każdą porcję delikatnie wybić po jednym jajku przepiórczym i piec 2 minuty w temperaturze 180°C. Podawać z plasterkami wędzonego łososia norweskiego i częstkami cytryny

Wielkanocne
śniadanie
inaczej!

SAŁATKA

z Finezją

Wiosnę lubimy witąć lekką
i zieloną kuchnią.
Taka właśnie jest ta sałatka,
pełna pysznych warzyw
i aromatycznych dodatków.

Porada:

Gotując jajka, dodaj do wody trochę octu – dzięki temu, nawet jak pęknie skorupka jajka, białko się zetnie i nie wypłynie.

Sałatka z wiosenną Finezją

SKŁADNIKI:

- 1 opak. ulubionego mixu sałat
- 1 opak. Sosu sałatkowego do mizerii Prymat
- 20 g Musztardy delikatesowej Prymat
- 8 jajek przepiórczych
- 2 pomidory malinowe
- 1 ogórek
- 6 rzodkiewek
- 1 cebula dymka ze szczypiorem
- 1 kalarepa
- 4 kromki pumpernika
- garść ulubionych kiełków
- 1 ser oscypek

do smaku: Sól ziołowa Prymat

do dekoracji: kilka ugotowanych jajek przepiórczych

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Sos sałatkowy przygotowujemy zgodnie z przepisem na opakowaniu. Do sosu dodajemy musztardę, mieszamy i schładzamy w lodówce. Jajka gotujemy na twardo. Do miski przekładamy: mix z młodym jarmużem, pokrojone w kostkę pomidory, pozbawione nasion części ogórka, pokrojone w plastry rzodkiewki oraz posiekaną dymkę ze szczypiorem. Całość polewamy sosem i mieszamy. Sałatkę przekładamy na talerze. Na wierzchu każdej porcji układamy połówki jajek, obraną i pokrojoną w paski kalarepę, pumpernikiel

Porada:

Gotując jajka, dodaj do wody trochę octu – dzięki temu, nawet jak pęknie skorupka jajka, białko się zetnie i nie wypłynie.

Awokado Z JAJEM

*pomysł nie tylko
na śniadanie!*

Wielkanocne śniadanie
powinno być nie tylko z jajem,
ale też z pomysłem.

Awokado + łosoś + jajo
= DOKONAŁY ZESTAW

PORADA:

Jeśli wykorzystujemy tylko pół awokado, w drugiej części należy zostawić pestkę, wówczas dłużej zachowa ono swój naturalny kolor.

AWOKADO ZAPIEKANE Z JAJEM

SKŁADNIKI:

- 1 awokado
- 2 jajka przepiórcze lub kurze (roz. s)
- 2 plastry wędzonego łososa
- Sól morską w młynku Prymat
- Pieprz czarny mielony Prymat

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Piekarnik nagrzać do 180°C. Awokado przekroić na pół, wyjąć pestkę. W miejscu po pestce ułożyć plaster łososa, wbić jajko. Jeśli to konieczne, można wydrążyć większy otwór w miejscu pestki. Zapiekać około 15 minut. Posypać pieprzem świeżo mielonym. Można ozdobić świeżymi ziołami lub kiełkami.

**WARTO
WIEDZIEĆ, ŻE...**

PIEPRZ CZARNY MIELONY

Znacznie dłużej zachowuje swój aromat przechowywane jako całe ziarna, szybciej wietrzeje po zmieleniu. Im bardziej rozdrobniona przyprawa, tym szybciej traci olejki eteryczne, którym zawdzięcza aromat i smak.

SALATKA Z RUKOLI

Wielkanoc
inaczej!

SALATKA Z RUKOLI Z PIKANTNYM SALAMI

SKŁADNIKI:

- 1 opak. rukoli
- 1 opak. Sosu sałatkowego włoskiego Prymat
- 20 g Musztardy miodowej Prymat
- 200 g pikantnego salami
- 200 g marynowanych krewetek koktajlowych
- 1 czerwona cebula
- 10 pomidorków koktajlowych
- 45 g Zielonych oliwek Smak
- 10 g Kaparów Smak
- 200 g grzanek czosnkowych

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Sos sałatkowy przygotowujemy zgodnie z przepisem na opakowaniu. Do sosu dodajemy musztardę, mieszamy i schładzamy w lodówce. Salami kroimy w paski i smażymy na rozgrzanej suchej patelni przez ok. 3 minuty. Krewetki wyjmujemy z zalewy. Do miski przekładamy: porwaną rukolę, pokrojoną w piórka cebulę, przekrojone na pół pomidorki, oliwki oraz kapary. Całość polewamy sosem i mieszamy. Sałatkę przekładamy na talerze. Na wierzchu każdej porcji układamy krewetki oraz salami. Posypujemy grzankami.

Prymat

Sos
Sałatkowy

włoski

Z BAZYLIĄ I OREGANO

BIAŁA KIEŁBASA

na 2 sposoby

Biała kiełbasa to jedno z obowiązkowych dań na Wielkanoc – solo lub w barszczu białym, pieczona, smażona lub parzona... Dobra biała kiełbasa powinna być krucha, soczysta i dobrze doprawiona. Z dodatkiem ćwikły i chrzanu tworzy po prostu pyszne danie na śniadanie!

Uwaga:

Jak sparzyć kiełbasę?

Przyprawy: Pieprz czarny ziarnisty, Liść laurowy, Ziele angielskie i 2 ząbki czosnku

W garnku zagotować wodę z ziarnami pieprzu, ziele angielskiego, z liściem laurowym i ząbkami czosnku. Zmniejszyć ogień i włożyć białą kiełbasę. Parzyć przez około 20-25 minut, nie doprowadzając do wrzenia.

BIAŁA KIEŁBASA z cebulą i kminkiem

SKŁADNIKI:

- 400 g białej sparzonej kiełbasy
- 2 duże, pokrojone w piórka cebule
- 2 łyżki oleju rzepakowego
- do smaku: Sól morską, Kminek cały Prymat

do dekoracji: kilka ugotowanych jajek przepiórczych

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Cebulę zeszklić na oleju rzepakowym, doprawiając solą, pieprzem i kminkiem. Sparzoną kiełbasę pokroić na kawałki i ułożyć na aromatycznej cebuli. Podawać z przekrojonymi na pół jajkami przepiórczymi i chrzanem.

BIAŁA KIEŁBASA z jajkiem i ćwikłą

SKŁADNIKI:

- 400 g białej sparzonej kiełbasy
- Ćwikła z chrzanem Smak
- 4 ugotowane na twardo jajka
- do smaku: Sól morską, Pieprz czarny mielony, Kminek Prymat do smaku

do dekoracji: kilka marynowanych borowików, kiełki rzodkiewki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Kiełbasę wyjąć z wody, pokroić na kawałki (ew. obrać ze skóry) i ułożyć na połówkach jajek. Podawać z kiełkami rzodkiewki, ćwikłą i marynowanymi borowikami.

SAŁATKOWA

Salsa

Istnieją sposoby, aby szybciej przywołać wiosnę. Po kilku ponurych, jesienno-zimowych miesiącach możemy sprawić, że nasze talerze znów staną się kolorowe, apetyczne, a przede wszystkim smaczne. Sałata, pomidorki koktajlowe, ogórek i rzodkiewki w towarzystwie kilku pysznych dodatków bez wątpienia przypomną nam o wiosennych, pełnych słońca dniach.

Smaczne gotowanie na wiosnę!



SALSA

Z PIECZARKAMI I WĘDZONYM SEREM

SKŁADNIKI:

- 1 opak. ulubionego mixu sałat
- 1 opak. Sosu sałatkowego polskiego Prymat
- 200 g pieczarek
- 1 biała cebula
- 2 pomidory malinowe
- 1 świeży ogórek
- 6 rzodkiewek
- 200 g grzanek
- 100 g twardego wędzonego sera
- 60 ml oleju rzepakowego

do smaku: Tymianek suszony, Sól morską, Pieprz czarny Prymat

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Sos sałatkowy przygotowujemy zgodnie z przepisem na opakowaniu i schładzamy w lodówce. Na patelni z rozgrzanym olejem smażymy pokrojone na ćwiartki pieczarki. Doprawiamy do smaku. Pieczarki przekładamy do miski, a na patelnię wrzucamy pokrojoną w piórka cebulę. Cebulę mieszamy z pieczarkami. Całość schładzamy. Do miski przekładamy: mieszankę sałat, pokrojone w kostkę pomidory i ogórek oraz pokrojone w plastry rzodkiewki. Całość polewamy sosem i mieszamy. Na koniec posypujemy grzankami oraz startym serem.

Prymat

TYMIANEK
suszony

PEŁNE AROMATU
ZIOŁA I PRZYPRAWY

PIECZONA SZYNKA

wielkanocny obiad
dla całej rodziny



Soczysta, krucha i aromatyczna w smaku pieczeń to obowiązkowy punkt świątecznego menu. Najczęściej pieczone mięso serwujemy na uroczysty obiad, podczas którego całą rodziną delectujemy się ulubionymi smakołykami.

PYSZNA
IDEALNA *na Święta*

SZYNKA PIECZONA W MIODZIE

SKŁADNIKI:

- 1,5 kg szynki wieprzowej (bez skóry i kości)
- 4 łyżki oliwy z oliwek
- 4 łyżki miodu
- 1 opak. Przyprawy do pieczenia Prymat
- 4 rozgniecione ząbki czosnku
- 1 cytryna
- Chrzan tarty Smak

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Umytą szynkę natrzeć oliwą, miodem, przyprawą do pieczenia i czosnkiem, obłożyć plastrami cytryny, dokładnie zawinąć w folię aluminiową i piec przez ok. 2 godziny w temperaturze 160°C. Upieczone mięso odwinąć z folii, pokroić w plastry i polać powstałym podczas pieczenia sosem.

Tak przygotowaną szynkę podawać z chrzanem.

PORADA:

Nawet najlepiej przygotowane mięso potrzebuje pysznych dodatków. Do szynki idealnie pasują pieczone ziemniaczki oraz lekka surówka.



ZDROWO i pysznie

Jarmuż, kaczka i gruszki to tercet dokonali.

Każdy ze składników jest rzadko stosowany w polskiej kuchni, więc jeśli chcemy zaskoczyć kulinarnie naszych gości, przyrządzić coś innego niż klasyczny schabowy.

SMAŻONY JARMUŻ Z KACZKĄ I GRUSZKAMI

SKŁADNIKI:

- 1 opak. jarmużu
 - 2 pieczone piersi kaczki
 - 1 gruszka
 - 1 cytryna
 - 60 g masła
 - 30 g miodu wielokwiatowego
 - 1 cebula
 - 2 ząbki czosnku
 - 6 suszonych pomidorów
 - 30 g rodzynek
 - 30 g orzechów włoskich
 - garść ulubionych kiełków
 - olej rzepakowy do smażenia
- do smaku: Cynamon mielony, Sól morską, Pieprz kolorowy Prymat

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Mięso z kaczki kroimy w plastry. Gruszkę obieramy, dzielimy na ćwiartki, skrapiamy sokiem z cytryny i smażymy na oleju z 20 g masła, miodem i cynamonem. Na drugiej patelni rozgrzewamy olej z resztą masła i smażymy pokrojoną w kostkę cebulę oraz pokrojony na plastry czosnek. Po kilku minutach dodajemy jarmuż, pokrojone w paski suszone pomidory, rodzynki, orzechy i doprawiamy do smaku. Przed podaniem dodajemy mięso z kaczki oraz gruszki. Możemy udekorować ulubionymi kiełkami.

Uwaga:

Jak przygotować pierś z kaczki?

Skórę z piersi kaczki naciąć w kratkę, mięso natrzeć solą, pieprzem i majerankiem. Piersi usmażyć z obu stron na rozgrzanej patelni (zaczynając skórą do dołu), a następnie piec 10-20 minut w temperaturze 160°C.

Wierzymy, że to właśnie
natura zna najlepszy przepis na
szczęśliwe życie!



Stworzyliśmy markę **to NATURALNE** ponieważ wierzymy, że to właśnie natura zna najlepszy przepis na szczęśliwe życie.

Ta pewność kierowała nami od samego początku stając się podstawą naszego działania i najsilniejszą motywacją.

Wierni swojej filozofii, wybraliśmy przyprawy pochodzące ze sprawdzonych, certyfikowanych upraw, gdzie jakość jest podstawą działania, a troska o naturę najważniejszym celem.

To pozwoliło stworzyć wyjątkowe produkty. Złożone wyłącznie z naturalnych, ekologicznych składników. Wolne od soli, barwników czy sztucznych dodatków.



Ekologia to nie tylko słowo

Podczas produkcji żywności ekologicznej musi zostać spełniony szereg wymogów, których celem jest zachowanie naturalnego bogactwa i różnorodności gleby. W procesie produkcji rolnicy mogą używać wyłącznie naturalnych środków i metod. Stosowane są tylko ekologiczne nasiona, a wszelkie modyfikacje genetyczne są zabronione. Cały proces produkcji, przechowywania i przetwarzania ekoproduktów jest regularnie kontrolowany przez niezależne organizacje.

To wszystko sprawia, że żywność ekologiczna ma pewne określone cechy:

- co najmniej 95% składników jest pochodzenia ekologicznego,
- produkty są wyprodukowane i przygotowane zgodnie z przyjętymi wymogami,
- proces produkcji został skontrolowany przez niezależną jednostkę.



DIY

DEKORACJE NA ŚWIĘTA

krok
1

Zanim przystąpisz do działania, przygotuj wszystkie elementy dekoracji oraz narzędzia potrzebne do jej wykonania, czyli: gotowy pleciony wianek, nożyczki oraz kombinerki, sznurek jutowy lub kolorową wstążkę, elastyczny drucik (najlepiej w kolorze zielonym), sztuczny mech, baze, hiacynty, kilka, przepiórnych wydmuszek, klej na gorąco

krok
2

Zacznij od wykonania bazy. Przy pomocy elastycznego drucika przymocuj kilka gałązek bazy do plecionego wianka. Postaraj się, aby gałązki były mocowane pod kątem tylko z jednej strony wianka. Jeśli baze znacznie wystają poza ozdobę, przytnij je kombinerkami.

krok
3

W ten sam sposób, przy pomocy drucika, przymocuj do wianka sztuczny mech. Pamiętaj, żeby przyczepić go z tej samej strony, z której przymocowane zostały baze.

krok
4

Następnym krokiem jest rozmieszczenie poszczególnych elementów dekoracyjnych na mchu. Do przymocowania wydmyszek użyj kleju na gorąco. Jeśli chcesz, możesz przekleić więcej niż trzy wydmyszki.

krok
5

Czas na kwiaty! Dzwonkowaty kwiat hiacynta podziel na mniejsze części. Następnie pojedynczo przyklejaj kwiatki do mchu – najlepiej przymocować je zaraz przy wydmyszkach.

krok
6

Dekoracja już prawie gotowa! Jeszcze tylko przewiąż wianek kolorową wstążką lub sznurkiem jutowym – w zależności od tego, jaki efekt wizualny chcesz uzyskać. Pamiętaj, że wiązanie powinno się znajdować po przeciwległej stronie. Teraz możesz powiesić ozdobę!



TO BĘDĄ *słodkie* ŚWIĘTA

Jest takich kilka dni w roku, kiedy wszystkie foremki i blachy idą w ruch. W każdej pojawia się płynna, bezładna masa, która w piekarniku bulgocze, podnosi się i nabiera kształtu. Staje się aromatycznym, słodkim kawałkiem, który ustawiony na paterze kusi i małego, i dużego. Wielkanoc jest jak festiwal słodkości, na który przyjeżdżasz, by pokosztować najlepszych tradycyjnych ciast i zaznajomić się z nowinkami.

Wielkanocne ciasta mają swoją długą tradycję, a niektóre z nich można skosztować tylko raz do roku. Kolorowy mazurek z kajmakiem, masą orzechową lub dżemem przyozdobiony cukrowymi baziami to wizytówka dobrej gospodyni. Słodkie biszkopty przyciągają wzrok i podniebienia. Kto do łasuchów nie należy może delectować się smakiem dostojnej drożdżowej babki, z której spływa słodki lukier. Aromatyczny keks z orzechami, rodzynekami i skórą pomarańczową zaprasza do skosztowania i jeden kawałek to zdecydowanie za mało. Co jeszcze pojawia się na wielkanocnej paterze? Nie może zabraknąć klasyków – delikatny w smaku, prosty w formie sernik znajdzie szybko swoich entuzjastów.

Które słodkości wybrać na święta? Warto pamiętać, że najlepsza jest różnorodność, choć faworyt u każdego jest zawsze inny.

DROŹDŻOWA BABKA

ŚWIĄTECZNY
must have

Porada:

Na czas pieczenia ciasta drożdżowego warto wstawić do piekarnika miskę z wodą. Dzięki temu ciasto nie będzie zbyt suche.

DROŹDŻOWA BABKA Z RODZYNKAMI

SKŁADNIKI:

Składniki na zaczyn:

- 85 g mąki tortowej
- 135 ml ciepłego mleka 3,2%
- 30 g świeżych drożdży
- 1½ łyżki cukru

Składniki na ciasto:

- 250 g mąki tortowej
- 50 g cukru
- 1 opakowanie Cukrul z prawdziwą wanilią Prymat
- 1 jajko
- 2 żółtka
- 65 g roztopionego masła
- 1 szczypta soli
- 50 g rodzynek
- tłuszcz do formy

Składniki na lukier:

- 60 g cukru pudru
- 1 łyżka mleka
- 1 łyżka soku z cytryny

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

W misce utrzeć drożdże z cukrem. Następnie dodać mąkę oraz mleko i energicznie wymieszać. Naczynie przykryć czystą ściereczką i odstawić na 40 minut w ciepłe miejsce.

Po tym czasie do zaczynu dodać jajko, żółtka, cukier i cukier z prawdziwą wanilią oraz mąkę wymieszaną z solą. Wyrabiać ciasto ok. 10-15 minut. Na koniec stopniowo dodawać przestudzone, roztopione masło. Ponownie zagnieść ciasto aż będzie gładkie i błyszczące (ok. 10 minut). Do wyrobionego ciasta dodać rodzynki i owoce kandyzowane, a następnie wyrabiać jeszcze przez chwilę.

Formę do pieczenia babek posmarować tłuszczem (można posypać też bułką tartą). Ciasto przełożyć do foremki, przykryć ściereczką i odstawić w ciepłe miejsce na 30 minut do wyrośnięcia. Piekarnik nagrzać do temperatury 170 stopni. Babkę drożdżową piec ok. 25-30 minut do tzw. suchego patyczka. Gdy babka lekko przestygnie wyjąć z formy.

Przygotowanie lukru:

W miseczce wymieszać cukier puder z sokiem z cytryny i mlekiem. Jeśli lukier jest zbyt gęsty można dodać jeszcze 1 łyżkę mleka. Przestudzoną babkę polać lukrem.

Przygotowując ciasto drożdżowe pamiętaj o kilku zasadach: musisz dokładnie wyrobić ciasto, musi być gładkie, a na jego powierzchni mają być pęcherzyki. Do ciasta drożdżowego nie dodawaj cukru pudru, tylko zwykły cukier, który dłużej się uciera, ale dzięki temu ciasto będzie bardziej pulchne. Upieczone ciasto drożdżowe (gdy patyczek jest już suchy) wyjmij niezwłocznie z pieca. Zbyt długo trzymane w piekarniku ciasto drożdżowe będzie wysuszone.

SERNIK

TRADYCYJNIE *i domowo*



PYSZNY
IDEALNY *na Święta*

SERNIK GOTOWANY Z LUKREM

SKŁADNIKI:

Składniki na masę serową:

- 1 kg tłustego twarogu
- 200 g miękkiego masła
- 4 jajka oddzielnie żółtka i białka
- 200 g cukru
- 1 opakowanie Cukru z prawdziwą wanilią Prymat
- 2 budynie śmietankowe
- 180 ml mleka 3,2%
- 2 łyżki soku z cytryny
- 1 łyżka skórki otartej z cytryny
- 1 szczypta Soli drobnoziarnistej Prymat

Dodatkowo:

- 400 g herbatników
- 120 g cukru pudru
- 2 łyżki roztopionego masła
- 2 łyżki soku z cytryny
- 3 łyżki migdałów w płatkach
- 1 łyżka kandyzowanej skórki pomarańczowej
- 2 łyżki mleka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Na spód prostokątnej blachy o wymiarach 24 x 28 ułożyć połowę herbatników, jeden obok drugiego. Wszystkie składniki muszą mieć temperaturę pokojową. Twaróg zmielić w maszynce 2-3 razy. Masło utrzeć z cukrem i cukrem waniliowym na puszystą masę. Dodać żółtka i zmiksować. Następnie dodać zmielony twaróg i utrzeć. Białka jaj ubijać ze szczyptą soli na sztywną pianę. Pianę dodać do masy serowej i delikatnie wymieszać. Masę przełożyć do dużego garnka ciągle mieszając aż do zagotowania. Budynie rozrobić w mleku i wlać do gotującej się masy serowej. Ciągłe mieszać aż masa zgęstnieje. Na koniec dodać sok i skórkę z cytryny. Wymieszać. Masę serową przełożyć na herbatniki, przykryć pozostałymi herbatnikami. Sernik na noc wstawić do lodówki.

Przygotowanie lukru:

W małej miseczce wymieszać cukier puder z roztopionym masłem, sokiem z cytryny i mlekiem. Jeśli lukier jest zbyt gęsty można dodać jeszcze 1 łyżkę mleka. Na schłodzonym serniku rozprowadzić lukier, a po wierzchu posypać migdałami w płatkach i kandyzowaną skórką pomarańczową.



MAZUREK Z KREMEM POMARAŃCZOWYM

Wielkanocne mazurki mogą być **kolorowe** i różnorodne niczym **pisanki**. To idealne dopełnienie świątecznych posiłków, a **feria słodkich smaków** warta jest zachodu!

Porada:

Spód mazurka będzie niezwykle kruchy, jeśli ciasto zagnieciemy z żółtkami ugotowanymi na twardo. Ważne jest, aby przed dodaniem do mąki przetrzeć żółtka przez gęste sitko.

MAZUREK Z KREMEM POMARAŃCZOWYM

SKŁADNIKI:

Składniki na ciasto:

- 350 g mąki tortowej
- 50 g cukru pudru
- 200 g schłodzonego masła
- 2 łyżki kwaśnej śmietany
- 1 szczypta Soli drobnoziarnistej Prymat
- 2 żółtka
- 1 opakowanie Cukru z prawdziwą wanilią Prymat
- 1 łyżeczka Gałki muskatołowej mielonej Prymat

Składniki na krem pomarańczowy:

- 2 duże jajka
- 3 duże żółtka
- 2 łyżki soku z cytryny
- 120 g świeżego, wyciśniętego soku z pomarańczy (z 1 pomarańczy)
- 1 łyżeczka startej skórki z pomarańczy
- ½ łyżeczki Gałki muskatołowej mielonej Prymat
- 1 Wania laski Prymat
- 50 g cukru
- 100 g masła
- 150 g białej czekolady

Składniki na lukier:

- 60 g cukru pudru
- 1 łyżka mleka
- 1 łyżka soku z cytryny

Dodatkowo:

- płatki migdałów, kolorowe posypki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Przygotowanie ciasta:

Ze wszystkich składników na ciasto zagnieść ciasto. Uformować z niego kulę, owinąć w folię i schować na 1 godzinę do lodówki. Po tym czasie rozwałkować cienko ciasto i przełożyć je do prostokątnej formy (spód formy wyłożyć papierem do pieczenia). Ciasto ponownie wstawić do lodówki, tym razem na 30 minut. Piekarnik nagrzać do temperatury 200°C, ciasto ponakłuwać w kilku miejscach widelcem, piec przez ok. 15-20 minut. Wyjąć i wystudzić. Zimne ciasto można wyjąć z formy.

Przygotowanie kremu pomarańczowego:

Roztrzepane jajka i żółtka, skórkę z pomarańczy oraz sok z pomarańczy i cytryny umieścić w mi-

scie lub naczyniu żaroodpornym. Dodać cukier, gałkę muskatołową i ziarną wanilii (laskę wanilii rozciąć wzdłuż i ściągnąć/zeskrobać nożem nasionka) wymieszać. Naczynie umieścić nad parą wodną i podgrzewać ciągle mieszając aż krem zgęstnieje. Uważać żeby krem się nie zważył. Gdy krem lekko zgęstnieje odstawić na bok i do jeszcze ciepłego dodać pokrojone w kostkę masło i czekoladę. Energicznie mieszać aż masło i czekolada się rozpuści i uzyskany krem będzie gładki i jednolity. Gdy krem przestygnie napełnić nim upieczony spód ciasta. Wstawić do lodówki aby krem stężał. Gdy krem zastygnie udekorować mazurek płatkami migdałów, lukrem i posypkami.

SŁODKO i pysznie

Porada:

Jeśli chcesz podać keks inaczej, zamiast w wąskiej formie upiecz go w tortownicy.

Przepis na świąteczny keks!

SKŁADNIKI:

- 170 g masła
- 390 g cukru
- 1 opakowanie Cukru z prawdziwą wanilią Prymat
- 1,5 łyżeczki proszku do pieczenia
- 1 szczypta soli
- 3 duże jajka
- 370 g mąki tortowej
- 180 ml soku z pomarańczy
- 100 g mieszanki keksowej (owoców kandyzowanych)
- 30 g kandyzowanej skórki pomarańczowej
- cukier puder

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Mąkę wymieszać z proszkiem do pieczenia i solą. W dużej misce utrzeć na puszystą masę miękkie masło z cukrem i cukrem z prawdziwą wanilią. Do masy dodać jajka, jedno za drugim. Zmiksować. Następnie dodawać stopniowo na przemian mąkę i sok pomarańczowy. Miksować, aż otrzymamy jednolite ciasto.

Na koniec dodać owoce kandyzowane i skórkę pomarańczy. Całość delikatnie wymieszać. Ciasto ostrożnie przełożyć do formy. Wstawić do piekarnika i piec ok. 60-70 minut do tzw. suchego patyczka.

Po upieczeniu ciasto pozostawiamy do ostygnięcia. Keks delikatnie wyjmujemy z formy, przed podaniem posypujemy cukrem pudrem.

mniam
mniam
mniam

Większość z nas nie wyobraża sobie bez niego świątecznego stołu. Mowa tu oczywiście o keksie, czyli słodkim wypieku z ciasta biszkoptowego z pysznymi dodatkami, który najczęściej pieczemy w długiej, prostokątnej formie (zwanej keksownicą). To tradycyjne ciasto uwielbiane jest przede wszystkim przez miłośników bakalii i kandyzowanych owoców.

Felieton kulinarny

Fit

WIELKANOC

*uda się
czy nie uda?*

Adam, Anka są na diecie, Olka poszła na zumbę, może... – od tego w sumie się zaczęło. Przyszedł nowy rok, więc trochę więcej ruchu, trochę mniej ciastek – to wszystko miało sens. Nigdy nie byłam zwolenniczką restrykcyjnych diet – zupy kapuścianej nie gotowałam, ale zdrową owsiankę już tak. I pewnego razu przy tej owsiance pomyślałam, że może byśmy na Wielkanoc trochę lżejsze potrawy zrobili, takie bardziej fit.

Tradycyjna Wielkanoc vs nowoczesna Wielkanoc

Sobota, dzień święty. Mąż parzy kawę, ja skaczę po kanałach w telewizji. *Majonez to bomba kaloryczna i kopalnia cholesterolu! Dietetyczny majonez to alternatywa dla tego tłustego – odzywa*

się pani w telewizji śniadaniowej. Patrzę, słucham, daję głośniejsze. W studiu goście mówią o dietetycznych potrawach, a w tle przewijają się obrazki ze świątecznego stołu. Wołam Adama. *Jakoś mi to wszystko nie gra, można odżywiać się zdrowo, ale potrawy na Wielkanoc to świętość!* - powiedział. Miał rację – u Nowakowskich Wielkanoc to pyszna, swojska biała kiełbasa, mazurek cioci Stasi, schab mamy. Jest tłusto, ale smacznie.

Czy chciałabym to zniszczyć, przyjeżdżając z tofurnikiem i domowym majonezem? No właśnie.

Szaleństwa panny Magdy

W pracy przy biurkach słyszę standardowe rozmowy o świętach. Że człowiek się naszykuje ponad stan, że stół się ugina, a człowiek je oczami i wypycha, i wypycha w siebie. Słyszałam to setki razy, ale właśnie ten jedyny raz chciałam, żeby u nas było inaczej. Nie tak ociężale, bardziej zdrowo. Może sałatka jarzynowa inaczej, może jakieś nowalijki – nie miałam za bardzo pomysłu. Internet, jak to Internet, zaprowadził mnie do dietetycznej Mekki.

Przeglądając się fit przepisom zastanawiałam się, czy uda mi się to przyrządzić. *Uważasz, że to jest dobre? Że będzie to wszystkim smakowało? Może ładnie wygląda, ale tofu to ostatnia rzecz, jaką chcę na święta* - wypalił Adam. Najbardziej trafna uwaga – pomyślałam – bo ani ja, ani mój mąż, ani rodzina nie są przygotowani na święta inaczej. Musiałam przespać się z tym pomysłem. Z jednej strony nie „zakasuję” rodziny smakami, których nie znają, z drugiej – chcę spróbować ugotować coś zdrowszego. *Zrobię fit sałatkę jarzynową na próbę!* – oświadczyłam Adamowi w kuchni.

Dietetyczny majonez – czy warto było szaleć tak?

Na dzień potyczek kulinarnych zawsze wybieram sobotę. Tak było i tym razem. Zebrałam warzywa, ale zamiast garnka przygotowałam parowar. Zamiast majonezu, poszedł w ruch serek homogenizowany i inne składniki. Zrobione! Bardzo byłam ciekawa smaku. Wzięłam małą łyżeczkę na spróbowanie i... szału nie było. Teraz Adam – najlepszy znawca właśnie próbuje. *Wiesz co, to złe nie jest, ale do sałatki jarzynowej się nie umywa jak mam być szczerzy...* - powiedział.

Nie potrzebowałam kolejnych prób, testów i nowych fit przepisów. Zdrowo można jeść na co dzień, ale święta są raz w roku. Wiem, że smaczna Wielkanoc to tradycja, waza z parującym żurem, biała kiełbasa i słodki mazurek. Za kilka dni zadzwoniła moja mama. *Jak w tym roku, tradycyjnie, zrobię mazurka i sałatkę jarzynową* – powiedziałam z dumą w głosie do słuchawki. *Bardzo się cieszę!* - usłyszałam po drugiej stronie słuchawki. Powiem Wam, że święta w tym roku zapowiadały się smakowicie, a czas na eksperymenty kulinarne jeszcze się znajdzie!

Smaczných świąt, moi mili!
Magda



Dołącz do nas

na Facebooku

www.facebook.com/DoradcaSmaku

Świat kulinarnych inspiracji



Wydawca:

Prymat sp. z o.o.
ul. Chlebowa 14
44-337 Jastrzębie-Zdrój
www.DoradcaSmaku.pl

Doradca
smaku.pl

Redaktor naczelny:

Jarosław Baczyński

Grafika, Zdjęcia DTP:

Grafika, zdjęcia, przepisy, DTP: Prymat sp. z o.o.,
Robert Sowa, Fotolia, Shutterstock, Freepik