



# **KULINARNE TRADYCJE OSTATNICH DNI KARNAWAŁU W GMINIE PACYNA**



**KULINARNE TRADYCJE  
OSTATNICH DNI  
KARNAWAŁU  
W GMINIE PACYNA**



Łuszczanówek 2021

Copyright © by Malowany Młyn

Redakcja: Waldemar Wolański

Opracowanie graficzne: Joanna Hrk

Korekta: Katarzyna Diowksz

Wydanie I, Łuszczanówek 2021

Wydawca: Malowany Młyn



ISBN: 978-83-961113-2-6

Autorami fotografii zawartych w publikacji są: Joanna Hrk i Waldemar Wolański oraz Dominika Marcinkowska (str. 48,49). Fotografie zamieszczono za zgodą osób na nich występujących, kolejno: 9-10 Ewa Jankowska, 17-21 Bożena Mischczak, 23-30 Zofia Wiercińska, 48-52 Anna Marcinkowska.

Zadanie dofinansowane  
ze środków z budżetu  
Województwa Mazowieckiego



**Mazowsze.**  
serce Polski



Jak każda społeczność lokalna, również mieszkańcy gminy Pacyna dążą do podtrzymywania lokalnych więzi kulturowych, kultywowania tradycji, podtrzymywania dobrze rozumianego lokalnego patriotyzmu. Działania Stowarzyszenia Twórczego Rozwoju „Malowany Młyn” znakomicie wpisują się w te trendy pomagając w podtrzymywaniu i zacieśnianiu lokalnych kontaktów i kształtując swoistą dumę z, w tym wypadku, kulinarnego dziedzictwa regionu. Wydane w poprzednich latach przez nasze Stowarzyszenie wydawnictwa "Świąteczne smaki gminy Pacyna" i "Wigilijne smaki gminy Pacyna", skupiające się na potrawach Wielkanocnych i Wigilijnych, udowodniły potrzebę takich działań, ich celowość i niekwestionowaną użyteczność, zarówno w archiwizowaniu dorobku kulturalnego mazowieckiej wsi, jak i w budowaniu współczesnego etosu mieszkańca Mazowsza, który nie tylko podąża z duchem czasu, ale również pochyla się nad dziedzictwem kulturowym swoich przodków.



*Herb gminy Pacyna*

Praca nad wydawnictwem kulinarnym jest świetną okazją zarówno do integracji mieszkańców wsi łuszczanówek pomiędzy sobą, jak i zwerbalizowania dotychczasowego dorobku kulinarnego tego obszaru, zapisem archiwalno-historycznym dziedzictwa kulinarnego regionu, ale również atrakcyjną formą zachęty do jego kontynuowania.

Angażując się w życie społeczności lokalnej, dostrzegając i doceniając oryginalność, specyfikę oraz bogactwo kultury duchowej i materialnej, którą przez stulecia tworzyli ich przodkowie, zwracamy uwagę na przemiany, jakie zachodzą w tradycyjnej i współczesnej kulturze wsi, widoczne np. w obrzędowości rodzinnej czy dorocznej, oraz szukamy zanikających często zwyczajów i tradycji. W globalnej wiosce, jaką jest współczesny świat, ważne jest poczucie przynależności do wioski „lokalnej”, czyli małej społeczności, której częścią jest rodzina i kultywowane przez nią wartości i tradycje. Znajomość i zrozumienie lokalnego dziedzictwa kulturowego kształtuje poczucie tożsamości oraz identyfikuje ze

wspólnotą, a w konsekwencji rodzi chęć twórczego, aktywnego włączenia się we współtworzenie jej kultury.

Obyczaje i uroczyste obrzędy, związane z cyklem życia i odmierzające jego rytm, przechodziły z pokolenia na pokolenie oraz miały za zadanie ochraniać domy i rodziny. Tradycja i powszechnie respektowane normy społeczne stały na straży małych lokalnych wspólnot, wyznaczały międzyludzkie relacje.<sup>1</sup> A budowanie relacji jest jedną z najważniejszych potrzeb człowieka.

Gotowanie i jedzenie stwarzają okazję do wspólnego przebywania i dzielenia się nie tylko potrawami, ale także opowieściami. To mówiąc wprost rodzaj atawistycznej potrzeby budowania więzi i bliskości.<sup>2</sup> Jedzenie w tym wypadku jest elementem kultury. Czas karnawału, czyli czas zabawy i jedzenia, czas specjalnie przeznaczony na sprawianie sobie przyjemności, to doskonała okazja na takie budowanie i podtrzymywanie więzi społecznych. Święta skupiają naszą uwagę na relacjach rodzinnych, karnawał to czas poszerzania znajomości, wyjścia do znajomych, a nawet otwartość w poznawaniu obcych.



## Karnawał



Nazwa karnawał pochodzi od łacińsko – włoskiego słowa *carnavale*, którego człony *caro* – mięso i *vale* – bywaj, oznaczają razem, w wolnym przekładzie, pożegnanie mięsa, a wraz z nim wszelkiego rodzaju uczt, zabaw i hulank oraz nieuchronne zbliżanie się Wielkiego Postu. Jest to czas liczony od Nowego Roku lub Święta Trzech Króli do wtorku zwanego kusym, czyli diabelskim, poprzedzającym Środę Popielcową – czas tańców, uczt, maskarad i ogólnej wesołości.

Karnawał polski nazywano Zapustami i nazwy tej używano albo dla całego okresu od Nowego Roku do Środy Popielcowej, albo tylko dla ostatnich, najbardziej szalonych dni przed Popielcem. W Polsce, podobnie jak w innych krajach Europy, był to czas poczęstunków, tańców i swawoli. Na wsi i w miastach, we wszystkich stanach, bawiono się i stosownie do posiadanych środków i zasobów jedzono dużo, tłusto i wypijano wiele mocnych trunków. Księża bezskutecznie gromili z ambon te zapustne hulanki, wołając ze są przez diabła wymyślone oraz że „większy zysk czynimy diabłu trzy dni rozpustnie mięsopustując, aniżeli Bogu czterdzieści dni nieochotnie poszcząc.”<sup>3</sup>



W karnawale na zastawionych stołach królował bigos. Ważne miejsce zajmowały też kielbasy, szynki, wędliny, pasztety. Jedzono tłuste słodkości: racuchy, pampuchy, pączki, chrusty. Zajadano się też bardzo obficie kraszonym jadem – kaszą ze skwarkami, kapustą z mięsem i słoniną, boczkiem oraz kielbasą. Tradycja przetrwała do dziś w szczątkowej postaci jednego dnia – Tłustego Czwartku.

Wszyscy nasi rozmówcy z gminy Pacyna, którzy opowiadali nam o zwyczajach karnawałowych, zwłaszcza ostatniej sobocie karnawału, a potem Tłustym Czwartku i Ostatkach, podkreślają, że najważniejsze były tłuste słodkości. Kiedyś, czyli za czasów młodości naszych rozmówczyń nikt nie zwracał uwagi na indeks glikemiczny, gluten, cholesterol, laktozę i nadmiar tłuszczu w faworkach czy pączkach. Dobre znaczyło tłuste i słodkie. I takie powinny być faworki, pączki czy racuchy. Na bogato, a nie osuszane z tłuszczu papierem. Oczywiście magiczne „kiedyś” odnosi się również do czasów, gdy wszystko było lepsze i prawdziwe. Lepsza mąka, masło, mleko. Lepsze, bo najczęściej własne.

Szczególnie radosny i biesiadny charakter miała ostatnia sobota karnawału, Tłusty Czwartek i Ostatki. Wtedy na stole nie mogło zabraknąć bigosu z solidnymi kawałkami mięsa, pasztetów, pieczonych mięs i własnych kielbas.

Propozycją na przepyszne mięsiwa podzieliła się z nami już przy okazji poprzedniej publikacji pani **Ewa Jankowska** pochodząca z Rakowa, a przepis oczywiście od jej mamy,

pani **Zofii Tomczak** z Rakowa. Taki boczek jest po prostu idealny na sobotnią karnawałową noc.



### **Boczek i karkówka pieczone w soli**

Surowe mięso należy umyć i osuszyć. Karkówkę nacinamy nożem w kilkunastu miejscach i w tak powstałe kieszonki cisamy obrane ząbki czosnku.

Boczek bardzo grubo smarujemy musztardą po stronie, gdzie nie ma skóry. Karkówkę smarujemy z dwóch stron. Na blachę do pieczenia równomiernie wsypujemy warstwę soli grubą na 2 cm. Boczek kładziemy na soli warstwą posmarowaną musztardą, czyli skórą do góry. Jeśli chodzi o karkówkę, strona nie ma znaczenia. Wkładamy do

---

Stowarzyszenie Twórczego Rozwoju „Malowany Młyn”

nagrzanego piekarnika i pieczemy mięso jedną godzinę na każdy kilogram mięsa plus 10-15 minut ekstra. Po upieczeniu zeskrobujemy warstwę soli ze spodu. Mięso pieczone w ten sposób jest bardzo wilgotne i pyszne. Wcale nie jest za słone. Nadaje się do jedzenia na kanapkach, ale będzie również doskonałe jako danie obiadowe podane z ziemniakami, kluskami czy kaszą.



Można podawać z żurawiną, borówką, chrzanem czy innymi dodatkami. Przepyszne.

## Tłusty czwartek



*Powiedział mi Bartek, że dziś Tłusty Czwartek, a Bartkowa uwierzyła, tłustych pączków nasmażyła.*

Tę prostą rymowaną powtarzają dzieci już od przedszkola i zapewne ma to zachęcić dorosłych do kupowania smakołyków. Przecież Tłusty Czwartek bez pączków byłby absolutnie niemożliwy!!!

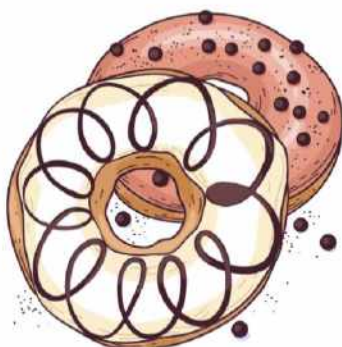
Jak podają statystyki, tylko tego jednego, jedyne dnia, przeciętny Polak zjada 2,5 pączka, a zatem polscy piekarze i cukiernicy muszą przygotować ich około 100 milionów!

Tymczasem, pączki nie są polskim „wymysłem”, lecz z naszym krajem związały się w sposób szczególny. Ponoć po raz pierwszy przygotowała je w 1683 roku w Wiedniu niejaka pani Krapf, by nakarmić obrońców miasta obleganego przez Turków. Stamtąd dotarły do Polski - co dość zgodnie podkreślają znawcy historii sztuki kulinarnej - wraz wojskami Jana III Sobieskiego wracającymi z odsieczy wiedeńskiej. Ówczesne pączki w niczym nie przypominały dzisiejszych. Wyrabiano je bowiem z nadziewanego słoniną (!!!) ciasta chlebowego i smażyło na smalcu.

Dopiero w XVIII wieku, pod wpływem przybyłych z Francji kucharzy, pączki zmieniły się dość radykalnie.<sup>4</sup>

Skąd bowiem wzięło się powiedzenie „wyglądać jak pączek w maśle”?

Współczesny pączek (od 250 do 300 kalorii) powstaje z ciasta drożdżowego przygotowanego z mąki pszennej. Zgodnie z tradycją powinien być nadziewany ucieranymi w cukrze płatkami róży lub konfiturą różaną. Smaży się go na ciemnożółty kolor w głębokim tłuszczu (smalcu lub oleju). Na zakończenie posypuje się go cukrem pudrem, lukruje oraz posypuje kandyzowaną skórką pomarańczową albo polewa czekoladą. Tradycję zjadania bez ograniczeń (czy też może po prostu w nadmiarze) pączków wzmaga przesąd mówiący, że jeśli ktoś w Tłusty Czwartek nie zje ani jednego, przez cały rok nie będzie mu się wiodło. Nie warto ryzykować braku powodzenia, tym bardziej, że pączki, chrusty czy inne tłuste słodkości są przepyszne.



## Ostatki



Od Tłustego Czwartku do tak zwanego „śledzika”, czyli wtorku poprzedzającego Środę Popielcową, trwają Ostatki. To także ostatnia szansa na kulinarne szaleństwa przed nadejściem Wielkiego Postu.

Ostatnie dni karnawału świętowano najhuczniej. Zwyczajowo najgorętsza zabawa zaczynała się w Tłusty Czwartek, a kończyła we wtorek przed Środą Popielcową. Zabawy ostatkowe definitywnie kończyły się we wtorek o północy. Od Środy Popielcowej zaprzestawano zabaw na okres Wielkiego Postu aż do Świąt Wielkanocnych.<sup>5</sup>

Ostatki nazywano także „śledzikiem” lub „podkociołkiem”. Jedną z tradycji były „maszkary zapustne”, które przywoływały wiosnę i odgrywały różne zabawne scenki. Wśród przebierańców byli najczęściej Turoń, Niedźwiedź, Diabeł, Baba oraz Dziad, czasem Cygan i Żyd. Po zakończeniu obrzędu rozpoczynała się huczna zabawa dla wszystkich.

Podczas Ostatków tańce, obżarstwo i pijaństwo trwały bez końca, gdyż chciano zaspokoić własne zachcianki przed surowym Wielkim Postem. Zajadano się tłustymi potrawami, gdyż twierdzono, że kto ich nie zje, temu nie

będzie sprzyjać szczęście. Trzy ostatnie karnawałowe dni zwane są mięsopustem, co sugeruje, że w tym czasie opuszczamy, a więc żegnamy wszelkiego rodzaju mięsa. Aby pożegnanie to było godne, warto postawić na dania mięsne, serwując je rodzinie i znajomym podczas ostatkowych przyjęć.

Ale to nie wszystko, bo czymże byłyby ostatki bez słodkości, a zwłaszcza Tłusty Czwartek bez pączków i faworków, zwanych też chrustami? Tradycyjnie tych pyszności unikano w okresie postu, dlatego tuż przed końcem karnawału spożywano je w szczególnie dużych ilościach. I to się nie zmieniło, dlatego w Ostatki powinniśmy pokusić się najlepiej o domowe, własnoręcznie przygotowane pączki i faworki.

Ostatki kojarzymy jeszcze z jednym charakterystycznym daniem, a właściwie przekąską – śledziami. Wtorek poprzedzający Środę Popielcową zwykliśmy nawet nazywać „śledzikiem”. Tradycyjnie bowiem karnawałowe zabawy mają kończyć się wraz z wybiciem północy zwiastującej nadejście Wielkiego Postu. Dawnymi czasy w tym momencie ustawały tańce i hulanki, ze stołów znikaly karnawałowe pyszności, ustępując miejsca potrawom postnym, w tym osławionym śledziom.<sup>6</sup>

W tym miejscu możemy polecić najlepszy przepis na postnego śledzia, jaki udało nam się znaleźć u gospodyń gminy Pacyna. O tym daniu pani **Wanda Osmolak** ze wsi Rybie, urodzona w 1949 roku, mówi: „nasz pyszny supirtasik”.

**Supirtasik, czyli bardzo postny śledź** z cebulką w zalewie wodnej (postnej), doprawiony octem i cukrem

Filety śledziowe myjemy i namaczamy przez kilka godzin albo na noc tak, żeby straciły moc zasolenia.

Kiedy śledzie są już odsolone, można przystąpić do przygotowania supirtasika. Sprawne i szybkie ruchy doskonałej gospodyni oraz bardzo ostry nóż są gwarantem braku łez podczas krojenia cebuli. W pokrojone plastry cebuli wcieramy łyżką cukier, następnie dodajemy trochę octu do smaku i wszystko razem zalewany ostudzoną, przegotowaną wodą.

Odstawiamy w chłodne miejsce, żeby się "przegryzło", czyli żeby wszystkie smaki – słony ze śledzi, słodki od cukru, kwaśny od octu i ostry od cebuli – nawzajem się wymieszały.





## Pączki

- według przepisu

### Bożeny Miszczak

ze wsi Łuszczanówek



Pani **Bożena Miszczak**, urodzona 1951 roku w Robertowie, obecnie mieszkanka Łuszczanówka, zaprosiła nas do wspólnego pieczenia pączków. Wszystkie swoje przepisy ma zapisane ręcznie w wielkim zeszycie, który okazuje się skarbnicą wiedzy. Pani Bożena podkreśla, że pączki i faworki to podstawowe potrawy, absolutnie obowiązkowe na ostatki. Pączki powinny być pyszne i powinno być ich dużo, tak, żeby każdy zjadł tyle, ile chce. W ten jeden dzień roku można sobie pozwolić na pączkowe szaleństwo.

#### Składniki:

- 1 kg mąki
- 10 dag drożdży
- 10 dag cukru
- pół litra mleka
- 7 żółtek
- 10 dag masła
- pół opakowania cukru wanilinowego
- 1 kieliszek spirytusu
- szczypta soli
- 1,5 kg tłuszczu do smażenia
- wiśnie z syropu lub marmolada
- cukier puder do posypania

**Wykonanie:**

Mleko lekko podgrzewamy (powinno być letnie), przesiewamy mąkę. Robimy rozczyń z drożdży rozartych z 1 łyżką cukru, 1 łyżką mąki i odrobiną mleka. Odstawiamy w ciepłe miejsce.



Żółtka oddzielamy od białek i ucieramy z cukrem do białości. Dodajemy mąkę, wyrośnięty rozczyń, mleko, sól, spirytus. Wyrabiamy ciasto, aż będzie lśniące i gładkie, ukażą się pęcherzyki powietrza i będzie odchodziło od ręki. W czasie wyrabiania dolewamy roztopione masło.

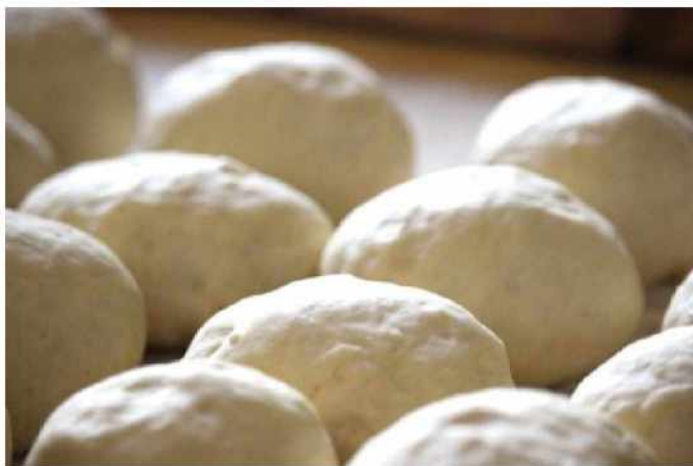
Ciasto powinno być niezbyt gęste. Zostawiamy w ciepłe na 10-15 minut. Gdy zaczną rosnąć, zaczynamy wyrabianie pączków.



Nabieramy porcje ciasta starając się, by były równe. W środek wkładamy odsączone wiśnie albo porcję (łyżkę) marmolady, zlepiamy dokładnie i formujemy kulki.



Kładziemy zlepniem do dołu na deseczki i przykrywamy czystą ściereczką. Podgrzewamy tłuszcz. Zanim ostatni pączek będzie wyrobiony, pierwsze będzie można smażyć.



Wyrośnięte pączki bierzemy kolejno do ręki, omiatamy pędzlem z mąki i kładziemy na tłuszcz górną stroną do dołu. Pączki powinny swobodnie pływać w tłuszczu. Gdy się zrumienią od spodu, szybko przewracamy.





Usmażone pączki wyjmujemy na bibułę, starannie osączamy, układamy na płaskim, szerokim półmisku i oprószamy cukrem pudrem.



A teraz powstrzymujemy się, by nie zjeść wszystkich gorących pączków od razu.

---

Stowarzyszenie Twórczego Rozwoju „Malowany Młyn”

## Róże karnawałowe

- według przepisu

**Zofii Wiercińskiej**

ze wsi Luszyn



Nigdy wcześniej o nich nie słyszałam ani nie widziałam na żadnym stole róż karnawałowych. Szykując się na spotkanie z panią **Zofią Wiercińską**, rocznik 1940, mieszkanką Luszyzna, sprawdziłam przepis w Internecie, żeby mniej więcej przygotować się na to, co mnie czeka. Informacja, że ciasto jest prawie takie jak na faworki, jest jednak myląca, bo nigdy tak długo i pracowicie nie wyrabiałam ciasta na faworki. Można powiedzieć, że tak, jak w wypadku przepisów na pączki, przepisy na faworki trochę się od siebie różnią i nie czyni to zbytniej różnicy. Każda pani domu ma swoje kulinarne sekrety. Przepis na róże jest dość wymagający, zwłaszcza jeśli chcemy by róże faktycznie wyglądały jak kwiaty, a nie jak dziwne, płaskie niby-chrusty.

Pani Zofia nauczyła się piec i gotować różne pyszności od swojej mamy, ale z dumą pokazała mi mocno sfatygowaną książkę kucharską, którą dostała w prezencie ślubnym. Dokładne przepisy ilościowe pochodzą właśnie z tej książki. Pani Zofia jest bardzo dokładna i korzysta w kuchni z wagi, ale niezależnie od tego cały czas podkreśla, że należy reagować na bieżąco na to, jak zachowuje się ciasto, bo nigdy nie wiadomo, jakiej wielkości jajka

użyjemy, jaka jest mąka, jak gęsta śmietana itd. Nie można się sztywno trzymać przepisu, nawet tak doskonałej książki kucharskiej jak ta „Kuchnia Polska” wydana w 1960 roku przez Polskie Wydawnictwa Gospodarcze. Książka ma 782 strony, twardą oprawę i przez wiele lat była absolutnym hitem, niezastąpionym w każdej kuchni.

Skład na ciasto na róże karnawałowe podajemy za wspomnianą książką kucharską.



#### Składniki:

- 25 dag mąki
- 2 żółtka, 2 całe jajka



- Łyżka cukru
- 2 dag masła
- Duża łyżka kwaśnej, tłustej śmietany 30% lub 36%
- 1 płaska łyżeczka proszku do pieczenia
- Szczypta soli
- 1 łyżka spirytusu
- Kostka smalcu i szklanka oleju do smażenia
- 10 dag cukru pudru do posypania ciastek
- Papier do odsączania tłuszczu

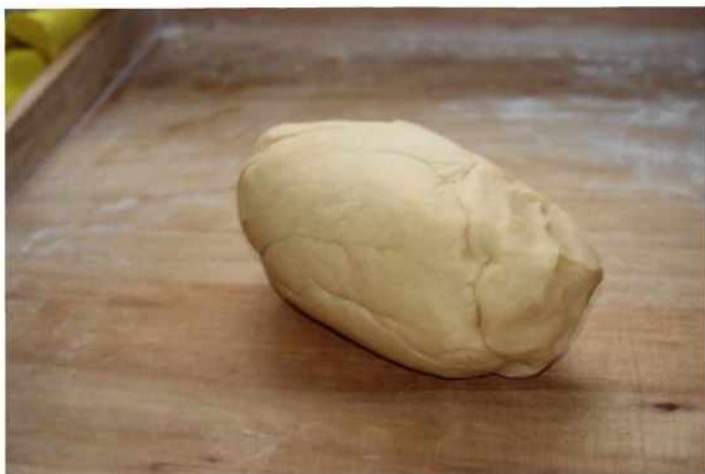
### Wykonanie:

Mąkę przesiewamy na stolnicę, dodajemy cukier, łyżeczkę proszku, szczyptę soli i mieszamy. Umyte jajka: dwa żółtka i dwa całe wbijamy na mąkę i mieszamy.





Dodajemy masło, śmietanę i spirytus, mieszamy. W razie potrzeby dodajemy jeszcze trochę śmietany.



Ciasto wielokrotnie ugniatamy, wałkujemy, składamy, ugniatamy, tłuczemy nim z całych sił o stolnicę i znowu wałkujemy, ugniatamy itd. Długo i po wielokroć. Chodzi o to, by między ciasto dostało się powietrze i by tam zostało. Te wielokrotnie rozwałkowane warstwy spowodują, że pęcherzyki powietrza zatrzymają się w cieście i uwolnione podczas pieczenia rozwarstwią ciasto i nadadzą mu lekkości. Im dokładniej zbijemy ciasto, im więcej razy je przewałkujemy, tym bardziej rozwarstwią się nasze róże czy też faworki podczas pieczenia. Kiedy myślimy, że już gotowe, przyglądamy się krytycznie ciastu (w tym wypadku pani Zofia przyglądała się krytycznie) i jeśli nie widzimy pęcherzyków powietrza lub widzimy ich za mało, to powtarzamy bicie i wałkowanie ciasta jeszcze raz. I jeszcze raz. I jeszcze raz.

Kiedy już widać gołym okiem powietrze w cieście, dzielimy je na kilka kawałków, jeden zostawiamy na stolnicy,

pozostałe zakrywamy folią, żeby nie wysychały, bo chwilę potrwa, zanim do nich wrócimy. Zaczynamy wałkować. Staramy się uzyskać równomiernie cienki placek o regularnym kształcie.



Instrukcja, jaką dostałam od pani Zofii była jasna: ciasto powinno być tak cienkie, żeby było widać przez nie wzór na blacie stołu. Dalej już z górki. Do tej pory była to ciężka praca fizyczna, teraz część artystyczna.

Z ciasta wykrawamy taką samą ilość kółek w trzech różnych wielkościach: szklanka, literatka, kieliszek.



Kiedy to skończymy, możemy zacząć rozgrzewać olej ze smalcem na patelni. Kostkę smalcu wrzucamy do oleju do smażenia i zaczynamy podgrzewać.

Wracamy do ciasta. Każdy krążek nacinamy w 5 miejscach. Nakładamy na siebie trzy kółka różnej wielkości i zlepiamy - sklejamy je środkami. Teraz wywijamy, zakręcamy brzegi poszczególnych krążków, próbując naśladować naturę.



Gotowe róże wrzucamy wierzchem do dołu na gorący olej. Kiedy się zarumienią, przekręcamy na drugą stronę.



Gotowe róże wyjmujemy na papier, żeby się obsączyły z tłuszczu, a potem posypujemy dla urody cukrem pudrem.



Robimy to bardzo delikatnie, bo ciastka są kruchutkie. Gotowe wyglądają przepięknie i faktycznie przypominają złote róże. W miejsce pąka możemy włożyć kroplę powideł lub wiśnie kandyzowane.



Kiedy skończyłyśmy piec róże z panią Zosią, pomyślałam, że nigdy jeszcze nie piekłam niczego, co wymagałoby tyle pracy i było tak piękne. Przywiozłam róże do domu i dostałam gratulacje od domowników i gości.

To faktycznie może być popisowe danie, róże karnawałowe wyglądają zjawiskowo i są przepyszne!





## Buraczaki

czyli smażone placki  
z gotowanego buraka cukrowego



Kolejny raz muszę przyznać, że nie znałam takiego dania. Nigdy nie jadłam buraczaków ani o nich nie słyszałam – ani ja, ani nikt z moich znajomych. Przygotowywanie książki kulinarnej o zwyczajach karnawałowych w gminie Pacyna okazuje się otwierać zupełnie nowe horyzonty kulinarne.

O buraczakach pierwszy raz usłyszałam od pani Małgorzaty Wiercińskiej, która opisywała to danie wykonywane przez jej teściową jako „nigdy nie jadłam czegoś tak dobrego”. Zaczęłam pytać moje rozmówczynie o buraczaki i każda mówiła, że tak, słyszała, ale ona nie robi. Zaciekawiona zaczęłam szukać przepisu w sieci. Internet podaje kilka przepisów pod tą nazwą.

Pod nazwą „buraczaki” okazały się ukrywać różne przepisy na zupełnie różne dania, tyle że zawsze z burakiem cukrowym w roli głównej.

W gminie Pacyna funkcjonują dwa przepisy na buraczaki. Jeden z nich okazał się prostszy - na smażone placuszki z buraków, drugi przepis - na pieczone bułeczki - jako jedyna podała mi pani Zofia Wiercińska. Przepis na placuszki udało mi się usłyszeć od kilku pań, ale wszystkie podkreślały, że raczej tego nie robią. Dlaczego? Bo to za dużo pracy. W gminie Pacyna uprawa buraka cukrowego jest bardzo powszechna, zatem ze zdobyciem surowca na

placki nie miałam kłopotu. Byłam tylko zaskoczona tym, jakie są wielkie.

### **Składniki:**

- 1 burak cukrowy
- 1 jajko
- 2 łyżki jogurtu naturalnego
- 3 łyżki mąki pszennej (90g)
- szczypta soli
- ½ łyżeczki proszku do pieczenia
- ½ łyżeczki sody
- 1 łyżeczka cukru wanilinowego
- olej do smażenia

### **Wykonanie:**

Buraka cukrowego trzeba dokładnie umyć i pokroić, żeby się szybciej gotował. Gotujemy w wodzie do miękkości, czyli minimum 2 godziny. Ugotowanego buraka obieramy ze skórki. Tu kilka słów wyjaśnienia. Obieranie buraka przed ugotowaniem jest bardzo trudne. Burak jest sztywny i trudno pozbyć się skórki w nierównościach przy rozwidleniu korzenia. Buraka trudno też pokroić, bo jest

bardzo twardy. Na szczęście jest kruchy i nadciętego łatwo rozłupać.



Ugotowanego, obranego buraka ścieramy na tarce o drobnych oczkach jak na placki ziemniaczane. Przekładamy na sito i odsączamy z płynu. Im bardziej zwarta masa, tym mniej mąki trzeba będzie dodać. A sztuka polega na tym, by dodać jak najmniej mąki. Masę przekładamy do miski i dodajemy umyte surowe jajko i łyżkę jogurtu. Wsypujemy proszek do pieczenia, sodę i cukier wanilinowy. Mieszamy. Teraz powoli i z wyczuciem

dodajemy mąkę. Tylko tyle, żeby udało się uformować na patelni placuszki.





Nabieramy łyżką porcje ciasta i smażymy na rozgrzanym oleju. Jeśli placuszki trudno się przekręcają na drugą stronę, to znaczy, że masa jest zbyt luźna i trzeba dodać mąki. Odrobinę. Tylko tyle, ile naprawdę trzeba.

Usmażone na rumiano placuszki zdejmujemy na talerz wyłożony ręczniczką papierową – w celu odsączenia nadmiaru tłuszczu.

Placuszki są delikatne, słodkie, cudownie kremowe. Mają budyniową konsystencję i lekko karmelowy posmak. Są bardzo delikatne i przepyszne. Stałam się ich wielką fanką, jestem zaskoczona, że tak rzadko są robione. Poza pierwszą częścią, czyli myciem i gotowaniem 2 godziny buraków, reszta jest szybka i prosta.



Z czystym sumieniem mogę polecać to danie nie tylko na zwińczenie karnawału, ale na cały sezon, kiedy dostępne są dorodne buraki cukrowe.

Dobrze, że zaczęłam przygodę z buraczkami od smażonych placuszków. Zachęcona ich pysznym smakiem i dość prostym przygotowaniem, z ochotą podeszłam do buraczków pieczonych - a to okazała się kulinarna ekstraliga, nie dla mięczaków.



## Buraczaki

- według przepisu

**Zofii Wiercińskiej**

ze wsi Luszyn



Buraczaki, wersja dla zaawansowanych, czyli: „czegoś tak dobrego w życiu nie jadłam”.

Pani Małgorzata Wiercińska przedstawiła swoją teściową jako mistrzynię buraczaków, opisywała to danie słowami: „nigdy nie jadłam czegoś tak dobrego”. Pani Zofia podzieliła się ze mną rodzinnym przepisem i udzieliła bardzo szczegółowych instrukcji. Stan zdrowia nie pozwolił jej brać osobiście udziału w pracach kulinarnych i po ponad pięciu godzinach, które spędziłam w kuchni, rozumiałam ją w zupełności. Mam nadzieję, że uda nam się jeszcze razem spędzić kilka godzin w kuchni na rozmowach i karmelizowaniu buraków.

Przepis od pani **Zofii Wiercińskiej** z Luszyzna, która nauczyła się piec buraczaki od swojej mamy, pani **Marii Wawrzyniak**, urodzonej w 1918 roku, mieszkanki Luszyzna.

### Składniki:

- 1 burak cukrowy, ok. 1 kg
- 1 kg mąki
- 1 proszek do pieczenia



- 4 żółtka
- $\frac{3}{4}$  najlepszej margaryny
- Łyżeczka soli
- Szklanka cukru

## Wykonanie:

Buraka bardzo dokładnie myjemy, kroimy na kilka części by szybciej się ugotował, a gotujemy do miękkości, czyli ok. 2 godzin. Po ugotowaniu wodę wylewamy, a buraka obieramy – teraz, gdy jest miękki, to jest bardzo proste i szybkie. Obranego buraka ścieramy na tarce bardzo drobno, tak jak na placki ziemniaczane.



Masę buraczaną wrzucamy na dużą patelnię albo do dużego rondla i na wolnym ogniu odparowujemy buraki, jednocześnie powoli je karmelizując. Często mieszamy, żeby się nie przypaliły i nie przywarły do dna. Mieszamy i odparowujemy tak długo, aż buraki zmienią kolor z biało-kremowego na kolor kawy z mlekiem (karmelizujemy) i do momentu, gdy przestaną się same zlewać na dnie patelni.

Kiedy po przemieszaniu łyżką zaczynają zostawać na miejscu, to znaczy, że są gotowe.



Buraki stygną, a my ucieramy margarynę oraz jajka z cukrem i solą. Pamiętajmy o umyciu jajek zanim je rozbijemy.

Pani Zofia kilka razy i bardzo dobitnie podkreślała, że sól jest niezbędna i że powinno być jej sporo, czyli cała solidna łyżeczka, bo inaczej placki będą „drętwe” w smaku.

Nie boimy się dodać soli i cukru niezależnie od tego, że buraki same w sobie są słodkie, ale... To jest danie ekstra słodkie na ostatki, szalejemy! Do utartej margaryny z cukrem, solą i żółtkami dodajemy skarmelizowaną masę buraczaną i dokładnie mieszamy. Jak wymieszamy, to próbujemy, czy jest wystarczająca ilość soli (!) i cukru.



Powiem wprost: to jest najtrudniejszy moment w całej operacji, bo masa buraczana jest tak wybitnie dobra, że nie sposób przestać próbować. Powiedzmy sobie szczerze: mamy w misce słony karmel z kogłem-mogłem, a tłustości margaryny się w ogóle nie wyczuwa. Istnieje

uzasadniona obawa, że kucharka zje wszystko przed dodaniem mąki. Jeśli przetrzymamy ten trudny moment, to już z górki.



W oddzielnej misce mieszamy najpierw tylko pół kilo mąki z proszkiem do pieczenia przeznaczonym na kilogram mąki – ale przecież jeszcze buraki wchodzi w skład ciasta, które ma wyrosnąć. Wymieszaną mąkę dodajemy do masy buraczanej. Dodajemy powoli i tylko tyle, ile buraki wciągną. Cała sztuka polega na tym, by dodać jak najmniej mąki, ale tyle, by można było formować placki – bułeczki. Dokładnego przepisu nie ma, bo nie wiadomo, jak wilgotne były buraki i jak dobrze skarmelizowaliśmy/odparowaliśmy je w rondlu. Czyli powoli dodajemy mąkę sprawdzając, czy już można formować placki. Ja dodałam pół kilo i dwie łyżki mąki, ale naprawdę przyłożyłam się do karmelizacji buraków.



Na blachę kładziemy papier do pieczenia i formujemy placuszki – bułeczki zostawiając między nimi sporo miejsca, bo urosną. Wkładamy do rozgrzanego piekarnika

i pieczemy przez godzinę w temperaturze 200-220°C. Buraczaki lubią temperaturę, bo karmelizacja potrzebuje temperatury. Pilnujemy bułeczek i upajamy się zapachem, który towarzyszy pieczeniu.



Po wyjęciu gotowych bułeczek możemy dla urody posypać je cukrem pudrem.

Z ilości podanej w przepisie wyszło mi 14 bułeczek wielkości kajerek. Bułeczki mają piękny karmelowy kolor i są przepyszne. To nagroda za kilka godzin spędzonych przy ich przygotowywaniu.



Przepis określiłabym jako trudny, ponieważ jest w nim dużo opisów na wycucie, zależnych od wielkości buraka, wilgotności masy itd. Jest też czasochłonny: 2 godziny gotowania buraków, 1 dobra godzina karmelizowania, 1 godzina z okładem pieczenia, plus wszystkie dodatkowe czynności, w sumie ponad 5 godzin w kuchni... Nie dziwi więc, że przepis jest tak rzadko wykorzystywany. Ale korzystając ze współczesnych udogodnień, takich jak miksery, roboty kuchenne i inteligentne piekarniki, możemy bardzo ułatwić sobie pracę i odkrywać cudowny smak buraczaków.

Bardzo do tego zachęcam.

Z łasuchowym pozdrowieniem: mniam mniam.

## Pasztet z kaczki z żurawiną

- według przepisu

**Marianny Leonarczyk**

w wykonaniu jej córki

**Anny Marcinkowskiej**

ze wsi Łuszczanówek



Przepis na pasztet z kaczki podała nam pani **Anna Marcinkowska**. Piec nauczyła się od swojej mamy, pani **Marianny Leonarczyk**, rocznik 1950, mieszkanki wsi Łuszczanówek. Od siebie dodała żurawinę jako atrakcyjny dodatek wzbogacający smak. Kaczka na pasztet powinna być dorodna! Wystarczająco tłusta, by nie trzeba było dodawać innego tłuszczu. Robienie pasztetu dobrze jest rozłożyć na dwa dni: jednego gotujemy kaczkę, następnego pieczemy pasztet, wtedy nie musimy spędzać w kuchni wielu godzin ciurkiem.

### Składniki:

- 1 dorodna, tłusta kaczka, około 2,5 – 3 kg
- 2 duże marchewki
- ¼ selera
- 1 korzeń pietruszki



- 6 ziarenek ziela angielskiego
- 2-3 liście laurowe
- 2 duże cebule
- 2 bułki kajzerki, czerstwe
- 30 dag wątróbki drobiowej lub wieprzowej
- 5 jajek
- Przyprawy: sól, pieprz, ½ łyżeczki gałki muszkatołowej
- Żurawina

### Wykonanie:

Kaczkę i warzywa z zieleń angielskim i liśćmi laurowymi zalewany wodą i gotujemy ok. 2 godzin jak rosół, do miękkości mięsa z kaczki.



Kiedy kaczka się ugotuje i jest miękka, wyciągamy ją z wywaru do ostudzenia. Wywarem zalewamy czerstwe bułki, żeby rozmiękły.

W tym czasie 2 duże cebule kroimy w kostkę i szklimy, dodajemy wątróbkę, smażyjemy.



Kaczkę obieramy z kości i wszystko razem (cebulkę z wątróbką, namoczone bułki, warzywa i oczywiście mięso z kaczki) mielimy w maszynce do mięsa, najlepiej dwa razy, by uzyskać jednolitą masę.



Do zmielonego mięsa z warzywami i bułką dodajemy 5 umytych surowych jajek i przyprawy: ½ łyżeczki gałki muskatołowej, sól i pieprz do smaku.

Mieszamy, próbujemy, w razie potrzeby dalej doprawiamy solą lub pieprzem.

---

[Stowarzyszenie Twórczego Rozwoju „Malowany Młyn”](#)



Cenna uwaga od pani Anny, by nie przesadzić z solą. Dodane przyprawy nie powinny zakłócić specyficznego smaku kaczkki.



Gotową masę przekładamy do foremek wyłożonych papierem do pieczenia. Na wierzch dokładamy żurawinę, lekko mieszając ją od góry. Żurawina pod wpływem ciężaru sama opadnie w mięsnej masie.



Gotowe formy z pasztetem wygładzamy od góry delikatnie ręką moczoną w zwykłej wodzie.



Wkładamy do nagrzanego piekarnika i pieczemy w 180°C przez 1,5 godziny.





Gotowy pasztet studzimy powoli. W tym czasie pasztet się ściąga, czyli odparowuje z niego nadmiar wilgoci i staje się doskonały pod względem konsystencji: mięciutki i łatwy do rozsmarowania, ale jednocześnie idealny do zjedzenia samodzielnie widelcem z talerzyka.

Pasztet pachnie i smakuje znakomicie.





Bibliografia:

<sup>1</sup> B. Oгородowska, Polskie tradycje i obyczaje rodzinne. Warszawa 2007

<sup>2</sup> Michał Kuźmiński Nauka w kuchni, Znak 2019

<sup>3</sup> Leszek Horwath - potrawyregionalne.pl,  
<http://potrawyregionalne.pl/274,Karnawal.htm>

<sup>4</sup> Kultura Ludowa regionu gąbińskiego, red. Dr Jarosław Domagała, Gąbin 2015

<sup>5</sup> <https://kobietamag.pl/karnawal-w-polsce/>



**Stowarzyszenie Twórczego Rozwoju „Malowany Młyn”**... Spotkaliśmy się, bo chcemy żyć twórczo, widzieć piękniej, inspirować działania kulturalne o niekonwencjonalnym charakterze, rozwijać talenty, pasje i wyobraźnię artystyczną, rozwiązywać problemy w sposób niestandardowy, dostrzegać wartość upowszechniania oraz ochrony dziedzictwa kulturowego, budować przestrzeń kultury artystycznej. Wiemy, że przy mniejszym lub większym wysiłku możesz odzyskać pieniądze, figurę, kondycję, nawet starą przyjaźń. Jedyne czego nie możesz odzyskać to **czas**. Zatem spędzajmy go tak, by nie żałować.

Stowarzyszenie Twórczego Rozwoju „**Malowany Młyn**” to bardzo młoda organizacja, lecz prowadzona przez ludzi z wieloletnim doświadczeniem na polu działalności kulturalnej.

Dr Joanna Hrk jest cenioną scenografką, ilustratorką, publicystką, członkinią Związku Polskich Artystów Plastyków. Na potrzeby Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego ilustrowała albumy przeznaczone dla placówek polskich za granicą oraz kilkadziesiąt innych książek dla dzieci i dorosłych. Jest również wykwalifikowanym pedagogiem i wychowawcą młodzieży.

Profesor dr hab. Waldemar Wolański to uznany i wielokrotnie nagradzany reżyser, dramaturg, pisarz, profesor łódzkiej „Filmówki”, ale również wytrawny menadżer kultury. Przez 26 lat z olbrzymimi sukcesami prowadził Teatr Lalek „Arlekin” im. Henryka Ryla w Łodzi. Był organizatorem i dyrektorem kilkunastu edycji międzynarodowych festiwali teatralnych.

Siedziba „Malowanego Młyna” mieści się w malowniczej wsi Łuszczanówek, położonej na rozległej Nizinie Mazowieckiej. Na 3,5 ha malowniczej łąki i lasu stoi pięknie wyremontowany budynek, który kiedyś pełnił rolę młyna i spichlerza, a obecnie został przystosowany do prowadzenia wszelkiego rodzaju działalności artystycznej, oferując nie tylko wspaniałe warunki pracy, ale również i wygodne możliwości noclegu. Zapraszamy gorąco do kontaktu i współdziałania z nami!

[www.malowanymlyn.pl](http://www.malowanymlyn.pl)

ISBN: 978-83-961113-2-6

Zadanie dofinansowane ze środków z budżetu  
Województwa Mazowieckiego

