

książka kucharska  
*Zamojskie Smaki*



książka kucharska  
*Zamojskie Smaki*

**Przepisy zebrała:**

Dominika Lipska

**Opracowanie merytoryczne tekstów:**

Agnieszka Rusin,  
Barbara Godziszewska,  
Magdalena Bochniak,  
Paula Kniź

**Korekta:**

Beata Wasilewska-Wnuk

**Foto, grafika, skład:**

Kamil Pawliczuk

**Autorka stylizacji fotografii:**

Barbara Godziszewska

**Przygotowanie potraw:**

Barbara Gajos – „Peron” Kuchnia Polska

**Druk:**

Drukarnia ATTYLA Władysław Kardasz, Jacek Kardasz Spółka Jauna

**Realizacja:**

Wydział Turystyki i Promocji Urzędu Miasta Zamość

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY



*Szanowni Państwo!*

Z wielką radością oddaję w Państwa ręce publikację, która jest zbiorem ciekawych przepisów kulinarnych, charakterystycznych dla regionu Zamojszczyzny. Zamość to perła renesansu, ale również perełka pod względem kulinarnym. To tutaj historia jest ukryta w przepisach przekazywanych z pokolenia na pokolenie. Znajdą tu Państwo informacje o potrawach zapomnianych, mniej popularnych, które chcemy ocalić i sprawić, żeby gościły na Państwa stołach podczas spotkań rodzinnych czy okolicznościowych.

W tej książce odnajdę również smaki mojego dzieciństwa, przywołujące najlepsze i najsmaczniejsze wspomnienia. Dzięki tej książce kucharskiej, każdy będzie mógł ugotować sobie potrawę regionalną i poczuć smak Zamojszczyzny we własnym domu. Kuchnia naszego regionu w dużej mierze opiera się na potrawach prostych, ale smacznych. Przy recepturach znajdują się krótkie opisy potraw. Przeczytajcie je uważnie, żeby jeszcze bardziej móc poczuć ten pyszny smak historii. Mam nadzieję, że z przyjemnością zechcą Państwo przyrządzić niejedną potrawę z prezentowanych w niniejszej książce przepisów, co wpłynie pozytywnie na pielęgnowanie tego, co w naszej kuchni najsmaczniejsze – polskiej tradycji.

*Życzę Wszystkim Smacznego!  
Andrzej Wnuk, Prezydent Miasta Zamość*

*Nazwa bryjka być może niezbyt smakowita, w tym przypadku jest myląca.  
To jedno z najprostszych dań i większość gospodyń robi ją „na oko”.  
Potrawa ta świetnie sprawdzi się jako pożywne śniadanie  
lub pożywna przekąska w trakcie pracowitego dnia.*



# Bryjka owsiana

1.  
Na osolony wrzątek wsypać mąkę owsianą,  
mieszać energicznie, żeby nie powstały krupy.  
Gotować około pół godziny,  
cały czas mieszając.
2.  
Wylać do miski, gdy trochę ostygnie  
dodajemy śmietankę, konfitury i miód.

## SKŁADNIKI:

- 2 szklanki wody
- 1 duża łyżka mąki owsianej
- 1/2 szklanki słodkiej śmietany
- 2 łyżki miodu
- 2 łyżki konfitury owocowej
- sól

# Cebularze

1. Cebulę pokroić w kostkę, obgotować we wrzątku, odcedzić. Jeszcze gorącą wymieszać z makiem, solą i olejem. Przełożyć do słoika, szczelnie zamknąć, gdy ostygnie, wstawić na noc do lodówki.
2. Drożdże zasypać cukrem, 2 łyżkami mąki i zalać częścią ciepłego mleka. Wymieszać i pozostawić do wyrośnięcia. W reszcie ciepłego mleka rozpuścić masło. Kiedy rozczyn zwiększy dwukrotnie swoją objętość, dodać do mąki z solą, następnie dolać mleko z masłem i wyrobić ciasto. Dodać również roztrzepane widelcem jajko. Ciasto powinno ładnie odchodzić od ręki (gdyby było za rzadkie, dodać odrobinę mąki, a gdyby było za gęste, odrobinę mleka). Odstawić pod przykryciem do wyrośnięcia (około godziny).
3. Po wyrośnięciu ciasto wyłożyć na stolnicę posypaną mąką, chwilę ugniatać, podzielić na części, uformować placki, wyłożyć na blachę posmarowaną olejem i wyłożoną papierem do pieczenia. Brzegi placków posmarować roztrzepanym jajkiem, a na środek wyłożyć przygotowaną wcześniej cebulę z makiem. Odstawić na pół godziny do wyrośnięcia.
4. Piec około 20-25 minut na złoty kolor w temperaturze około 180 stopni.
5. Podawać (najlepiej na ciepło) z masłem lub masłem czosnkowym.

## SKŁADNIKI

na około 15 sztuk

## CIASTO

- 50 dkg mąki zamojskiej
- 5 dkg świeżych drożdży
- 1 szklanka ciepłego mleka
- 1 jajko (plus 1 jajko do posmarowania brzegów cebularzy)
- 2 łyżeczki soli
- 1 łyżka cukru
- 1 łyżka masła

## CEBULA Z MAKIEM

- 3 średniej wielkości cebule
- 3 łyżki maku
- 1 łyżeczka soli
- 2 łyżki oleju

*Cebularze to jeden z najbardziej charakterystycznych przysmaków kuchni regionalnych, nierozzerwalnie związanych z kuchnią żydowską. I choć Lublin stara się zgarnąć palmę pierwszeństwa twierdząc, że pierwsze cebularze wypiekano na lubelskim starym mieście, to Zamościanie zgodnie twierdzą, że zamojskie są najlepsze...*

*Cebularze są to placki posypane cebulą z makiem.*

*Ciasto na te okrągłe pyszności warto przygotować sobie dzień lub dwa wcześniej.*



# Chaczapuri



*Ormianie byli najbogatszymi mieszkańcami Zamościa. Oglądając Rynek Wielki, każdy zwraca uwagę na najpiękniejsze kamienice. Po prawej stronie Ratusza, po dzień dzisiejszy w Muzeum Zamojskim można obejrzeć rekonstrukcję kuchni ormiańskiej z wyposażeniem. A poniżej przepis na jeden z ormiańskich przysmaków.*



1. Mąkę wsypać do miski, oddzielnie podgrzać mleko i wodę. W wodzie rozpuścić drożdże, wlać do mąki i dodać łyżeczkę cukru. Wlać część mleka i zacząć ugniatać ciasto. W miarę potrzeby dolać mleko. Dodać sól. Ugniatać około 10 minut.
2. Dodać oliwę i ponownie zagnieść.
3. Ciasto odstawić do wyrośnięcia na około godzinę.
4. Pokruszyć drobno ser feta, dodać mozzarellę startą na tarce, wsypać łyżkę mąki, dodać 5 łyżek mleka i wymieszać. Do oddzielnego pojemnika zetrzeć ser żółty. Oba odstawić do lodówki.
5. Po wyrośnięciu ciasto podzielić na 4 części, uformować kulki i odstawić pod przykryciem na 15 minut.
6. Kulki rozwałkować na owalne placki, na każdy placek kłaść czwartą część sera żółtego na brzegach i brzegi te zawijamy do wnętrza z dwóch stron formując kształt łódki. Do środka każdej wrzucić czwartą część masy serowej. Posmarować brzegi roztrzepanym jajkiem i przełożyć na blachę.
7. Piec w piekarniku nagrzanym do 220 stopni przez około 12-15 minut. Na koniec wyjmujemy z piekarnika, wbijamy na środek jajko i pieczemy przez jakieś 2 minuty. Na wierzch kładziemy odrobinę masła.

## SKŁADNIKI

- 50 dkg mąki pszennej zamojskiej
- 200 ml ciepłego mleka
- 150 ml wody
- 2,5 dkg drożdży
- 1 łyżeczka soli
- 1 łyżeczka cukru
- 4 łyżki oliwy
- 5 jajek
- 20 dkg sera feta
- 20 dkg świeżej mozzarelli
- 20 dkg sera żółtego
- 4 dkg masła

# Zupa pokrzywowa

## SKŁADNIKI

- młode listki pokrzywy (około 20 dkg, najlepiej zbierać na przełomie kwietnia i maja), opcjonalnie można nazbierać również trochę liści mniszka lekarskiego czy babki lancetowatej.
- 0,5 l bulionu warzywnego
- 1 młoda cebula
- 1 łyżka oleju
- 100 ml śmietany lub opcjonalnie jogurtu naturalnego
- sól, pieprz do smaku
- opcjonalnie: 2-3 ziemniaki (dla zagęszczenia)

1. Cebulę zsiekać i zeszklić na oleju.
2. Bulion zagotować, dodać umyte zioła i cebulę, zagotować i odstawić z kuchenki.
3. Zupę blendować, dodać śmietanę lub jogurt, doprawić przyprawami.
4. Zupę można podawać z grzankami, białym wędzonym serem lub w wersji bardziej współczesnej z parmezanem.

*Pod koniec zimy, podczas tak zwanego przednówka, gdy w uboższych gospodarstwach brakowało żywności, spożywano posiłki z tego, co znaleziono na łąkach czyli perzu, lebiody czy pokrzywy... Sama pokrzywa jest pełna witamin i minerałów, więc warto na wiosnę zrobić jej większy zapas i zamrozić.*



# Flaki po zamojsku

1. Flaki wypłukać pod bieżącą wodą, zalać około 2 litrami zimnej wody i zagotować. Odcedzić i powtórzyć proces.
2. Tak przygotowane flaki przełożyć do garnka i zalać bulionem. Następnie dodać obrany seler, ziele angielskie i liście laurowe. Gotować na małym gazie około godziny.
3. Marchew, pietruszkę i pora pokroić, podsmażyć na maśle. Wrzucić do wywaru i gotować kolejne 10 minut.
4. Na koniec wlać przecier pomidorowy oraz doprawić wedle uznania (majerankiem, papryką, solą i pieprzem). Gotować jeszcze około 45 minut do momentu, aż flaki zmiękną.

*Flaki były jadane i w wiejskich chatach i na stołach królewskich. To jedna z ulubionych potraw królowej Jadwigi i króla Władysława Jagiełły. Powiedzenie: „nudny jak flaki z olejem”, być może wzięło się stąd, iż w chłopskiej wersji najczęściej była to potrawa niezbyt okraszona przyprawami. Zamojskie wersje tak naprawdę są dwie: jedna z przecierem pomidorowym, a druga z dodatkiem zielonego groszku.*

## SKŁADNIKI

- 500 g gotowanych flaków wołowych
- 1 litr rosółu wołowo-drobiowego
- 400 ml przecieru pomidorowego
- 1 marchewka
- 1 por
- 1 pietruszka
- 1/4 selera
- 1 łyżka masła
- sól, pieprz czarny, ziele angielskie i liście laurowe, majeranek, słodka lub ostra papryka do smaku

# Forszmak

1. Mięso obsmażyć na patelni i przełożyć do garnka. Następnie to samo zrobić z cebulą pokrojoną w kostkę.
2. Zalać bulionem i dodać przyprawę, po zagotowaniu zmniejszyć ogień i gotować jeszcze pod przykryciem około 15 minut.
3. Następnie dodać pokrojone w paski ogórki kiszane i koncentrat pomidorowy. Znow gotować pod przykryciem przez 10 minut. Na koniec dodać majeranek.
4. Na patelni roztopić masło, dodać mąkę i podsmażyć mieszając drewnianą łyżką, wlać kilka łyżek forszmaku, rozprrowadzić z zasmażką i dodać do garnka. Wymieszać, chwilę pogotować, aż forszmak trochę się zagęści.

Można podawać w wydrążonym bochenku chleba.

## SKŁADNIKI

- 30 dkg kiełbasy, boczku, pieczonych mięs (opcjonalnie można użyć wędliny)
- 1 cebula
- 1 łyżka oleju
- 3 i 1/2 szklanki bulionu
- 2 ogórki kiszane
- 2 łyżki koncentratu pomidorowego
- 1 łyżka masła
- 1/2 łyżki mąki pszennej zamojskiej
- przyprawy wedle uznania: liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, sól i pieprz do smaku.

*Forszmak to zupa gulaszowa „z resztek” co nie znaczy, że niewyborna w smaku. Gospodarne panie domu wykorzystywały resztki mięs, kiełbas i innych specjałów. Gotowały pożywną zupę, nazywaną z niemieckiego od wyrazu *Vorschmack*, *Vorgeschmack*, czyli przystawka.*





# Gołąbki z kaszą gryczaną i grzybami

1. Główkę kapusty „sparzyć” w gorącej wodzie.
2. Grzyby namoczyć, następnie ugotować, posiekać w drobną kosteczkę.
3. Kaszę ugotować na sypko, cebulę posiekać i zeszklić na patelni.
4. Kaszę, grzyby i cebulę wymieszać i doprawić do smaku solą i pieprzem.
5. Farsz zawijać w liście kapusty, jak tradycyjne gołąbki, ciasno ułożyć w naczyniu żaroodpornym, podlać odrobiną wody, piec około godziny w temperaturze 180 stopni.
6. Sos: grzyby pokroić w plastry, podduścić na maśle, ok. 5-8 min., posolić do smaku, a następnie podlać śmietanką, dusić jeszcze ok. 3-4 min.

*Kuchnia Zamojszczyzny w dużej mierze opiera się na potrawach prostych ale smakowitych. Najczęściej były w niej wykorzystywane kasze, grzyby i kapusta.*

## SKŁADNIKI

### GOŁĄBKI:

- nieduża główka kapusty kiszonej (opcjonalnie może być świeża)
- ok. 40 dkg kaszy gryczanej
- garść suszonych grzybów
- 2 duże cebule
- sól, pieprz do smaku

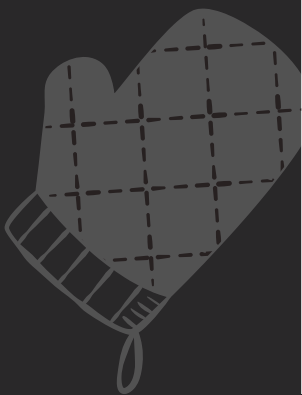
### SOS GRZYBOWY

- 30 dkg pieczarek (mogą być też świeże kurki, podgrzybki, maślaki itp.)
- 2 łyżki masła
- szklanka słodkiej śmietanki
- sól, pieprz do smaku



# Gramatka lub faramuszka czyli zupa piwna

1. Piwo zagotować, osłodzić miodem i odrobinę posolić oraz doprawić przyprawami według uznania, w wersji uwspółcześnionej można dodać przyprawę korzenną.
2. Zdjąć z ognia, w oddzielnym naczyniu żółtka roztrzepać ze śmietaną i wlać do piwa (trzeba pamiętać aby zupy nie zagotować ponownie, ponieważ wtedy zważą się żółtka).
3. Zupę można podać z grzankami i kawałkami twarogu lub wędzonego sera.



## SKŁADNIKI

- 1 l piwa (najlepiej niepasteryzowanego i nieklarowanego)
- 1 szklanka śmietany
- 4 żółtka
- 3-4 łyżki miodu
- sól, kminek, kolen-dra, macierzanka (zamiennie tymianek) do smaku

*W kuchni staropolskiej piwo, które miało tylko od 0,5 do 2% alkoholu było podstawowym napojem. Z końcem XVII wieku, w Polsce zaczęła powoli rozpowszechniać się kawa. Do tego czasu, do śniadania często podawano zupę, czy jak dawniej określano, polewkę piwną.*



# Groch z miodem

*W dawnych czasach było 120 dni postnych w roku. Poszczono między innymi w piątki, ale także środy i soboty. W takich dniach można było jeść tylko chleb, kaszę, groch, nabiał oraz ryby. Dozwolono raki i bobrze ogony.*

## SKŁADNIKI

- 25 dkg grochu
- 3/4 l wody
- 1 łyżeczka miodu
- sól
- suszona mięta

1. Groch namoczyć w zimnej wodzie i odstawić na noc.
2. Następnie w tej samej wodzie ugotować na wolnym ogniu.
3. Kiedy jest miękki, posolić.
4. Zdjąć z ognia, posłodzić miodem i posypać miętą.



# 10 Jabłczanka



*Dawniej, prawie w każdym gospodarstwie rosły drzewa owocowe. Po dzień dzisiejszy na Zamojszczyźnie można spotkać sady. Popularną odmianą jabłoni były wierzbówki białe czyli kosztele, dziś już niestety rzadko spotykane. Była to ulubiona odmiana jabłek królowej Marysieńki, primo voto Zamoyskiej. Anegdota mówi, że król Jan Sobieski osobiście doglądał uprawy tej jabłoni i gdy któregoś roku zebrano tylko kosz, miał zakrzyknąć: „Kosz tylko? To tych kosztylek jest mało, a moja Marysieńka tak je lubi.”. Odtąd jabłka te zwano kosztylekami, a później kosztelami.*

1. Jabłka obrać i wykroić gniazda, pokroić w ósemki.
2. Przełożyć do garnka i zalać zimną wodą.
3. Dodać przyprawę, oprócz goździków i cynamonu oraz cukru, można dodać szczyptę soli.
4. Gotować, aż jabłka zrobią się miękkie, wtedy całość zagęścić mąką rozrobioną w odrobinie wody, dodać śmietanę i zagotować.

Jabłczankę można podawać samą lub z podanym na oddzielnym talerzu makaronem posypanym kruszonym białym serem i smażoną bułką tartą.

## SKŁADNIKI

- 1,5 kg winnych jabłek
- 1 l wody
- goździki, kora cynamonu według uznania
- 2 łyżeczki cukru
- 2 łyżeczki mąki pszennej zamojskiej
- 100 ml śmietany 18%

# Jagielnik

1. Z drożdży, letniego mleka, łyżki cukru i łyżki mąki zrobić rozczyn; odstawić, aż drożdże „ruszą”.
2. Jajka utrzeć z łyżką cukru. Mąkę przesypać do miski wlać rozczyn i roztarte jajka i z całości wyrobić ciasto.
3. Jak ciasto będzie odchodzić od ręki, dodać roztopione masło lub olej i wyrobić. Przykryć ściereczką i odstawić do wyrośnięcia w ciepłe miejsce.
4. Nadzienie: kaszę przelać wrzątkiem i odcedzić, następnie wsypać do gotującego się mleka, opcjonalnie można dodać wanilię, gotować na wolnym ogniu, aż kasza zmięknie. Poczekać do ostygnięcia.
5. Jajka utrzeć z cukrem, następnie dodać masło i znów ucierać. Następnie dodać twaróg i proszek do pieczenia. Do masy dodawać partiami kaszę, na końcu dodać bakalie.
6. Ciasto drożdżowe wyłożyć na stolnicę i rozwałkować na prostokąt, włożyć do keksówki, wyłożyć na to nadzienie i wtedy zawinąć brzegi drożdżowego ciasta, przykrywając nadzienie. Ciasto można posmarować po wierzchu roztrzepanym jajkiem. Odstawić na 15 minut do wyrośnięcia.
7. Piec w piekarniku nagrzanym do 160 stopni przez około godzinę (aż się ładnie zrumieni).

## SKŁADNIKI

### Ciasto:

- 0,5 szklanki mleka
- 5g drożdży
- 2 łyżki cukru
- 1 jajko
- 1,5 szklanki mąki zamojskiej
- 2 łyżki roztopionego masła lub oleju

### nadzienie:

- 1 szklanka kaszy jaglanej
- 2 szklanki mleka
- 20 dkg twarogu
- 1 łyżka masła
- 1 jajko
- 1 płaska łyżeczka proszku do pieczenia
- 3 łyżki cukru
- polecam bakalie, wanilię (dawniej do jagielnika dodawano również miętę).

*Kasza jaglana daje duże możliwości kulinarne, można ją przyrządzać na wiele różnych sposobów. Tutaj w wersji tradycyjnego Jagielnika z okolic Janowa Lubelskiego, nazywanego dawniej Ordynackim, którego fundatorką była Katarzyna z Ostrogskich Zamoyska, żona Tomasza Zamoyskiego, a sama nazwa „Janów” została nadana prawdopodobnie na cześć syna pary, Jana „Sobiepana” Zamoyskiego.*



# Jajecznic z pokrzywą

1. Pokrzywę opłukać i pokroić.
2. Wrzucić na roztopione na patelni masło i podsmażyć
3. Następnie wbijamy jajka, doprowadzamy do smaku.
4. Smażyć do uzyskania ulubionej konsystencji.

## SKŁADNIKI

- 4-5 jajek
- 4-5 gałązek świeżej pokrzywy
- 2 łyżki masła
- sól, pieprz do smaku
- Opcjonalnie można użyć innych dziko rosnących roślin: gwiazdnicy czy podagrycznika.

*Kolejna potrawa „przednówkowa”.  
W każdej kuchni można znaleźć jajka,  
a dodatki niegdyś rosły w przydomowych  
ogródkach, na polach i łąkach.*



# Kawa Chmielnickiego

1. Kawę wymieszać z przyprawami.
2. Wsypać do garnuszka i zalać wodą, zagotować i chwilę pogotować na wolnym ogniu.
3. Pośodzić miodem wedle uznania. Kawę można przyrządzić również w kafeterce bądź tygielku.

## SKŁADNIKI

- 2 łyżeczki kawy (najlepiej świeżo zmielonej)
- około 175 ml wody
- pół łyżeczki przypraw korzennych (wedle uznania mielonego cynamonu, goździków, imbiru kardamonu)
- miód dla ośrody wedle uznania



Choć w Polsce kawa zaczęła rozpowszechniać się dopiero pod koniec XVII wieku za sprawą Jana III Sobieskiego i Marysieńki, to prawdopodobnie pod mury Zamościa zawędrowała ona już około połowy wieku XVII razem z lubującym się w kawie Bohdanem Chmielnickim. Popularnym sposobem jej przyrządzenia, w tamtym okresie było gotowanie wywaru w tygielku w rozgrzanym piasku. Dodawano do niej miodu i przypraw korzennych...

# Lody turobińskie

1. Mleko zagotować, a w międzyczasie żółtka utrzeć z cukrem na jednolitą gładką masę. Zagotowane mleko wlewać stopniowo do naczynia z żółtkami wstawionego do garnka z wrzątkiem. Cały czas mieszać trzepaczką do momentu, aż masa zgęstnieje. Wtedy wyjmujemy „z kąpeli wodnej”.
2. Mieszać jeszcze przez chwilę. Następnie ubić śmietankę i połączyć z masą mleczno-jajeczną.
3. Po wystygnięciu wstawić do zamrażalnika, należy pamiętać, żeby co jakiś czas masę przemieszać.

## SKŁADNIKI

- 500 ml mleka
- 8 żółtek
- 150 dkg cukru
- 250 ml śmietanki 36%

Do masy można dodać kakao, owoce, bakalie wedle uznania.

*Legenda głosi, że Chińczycy wymyślili, a lodową recepturę do Włoch przywiózł Marco Polo. Włosi udoskonalili ją i po dziś dzień to właśnie ich, uważa się za specjalistów w tej dziedzinie. Do Polski lodowy przysmak zawędrował prawdopodobnie tuż przed rozbiorami. Adam Mickiewicz wspomina o nich w Panu Tadeuszu: „Ale goście tymczasem skończyli jeść lody / I z zamku na dziedziniec wyszli dla ochłody.” Na Zamojszczyźnie swoje wyjątkowe lody ma Józefów Roztoczański, Zwierzyniec, Zamość, a także i dawne miasto ordynackie Turobin.*





# Napój miętowy

1. Miętę poszatkować lub zgnieść i zalać zimną wodą.
2. Opcjonalnie można osłodzić napój naturalnym miodem.
3. Świetnie sprawdzą się także jako dodatek plasterki jabłka, gruszki lub kwiaty czarnego bzu (w zależności od pory roku). W wersji współczesnej można dla ochłody dodać również kostki lodu.

*Dawniej miętę wykorzystywano nie tylko w celach kulinarnych, ale także i kosmetycznych. XVII-wieczne poradniki zalecały recepturę na dekolt, który w ówczesnej modzie był bardzo eksponowany. Aby wyglądał gładko i ponętnie, należało robić okłady z liści mięty.*

## SKŁADNIKI

- 5-6 gałązek świeżej mięty
- 2,5 l wody



# Omlet Marysieńki z rydzami

1. Jajka ubić do głębokiego talerza, dodać sól i mleko, wszystko razem roztrzepać widelcem (powinno się to robić energicznie, żeby włożyć jak najwięcej powietrza).
2. Na patelni rozpuścić masło, po czym wylać na nie roztrzepane jajka. Smażyć do ścięcia (klasycznego francuskiego omletu nie przewraca się na drugą stronę). Gdy masa się zetnie, złożyć na pół i wyłożyć na talerz.
3. Do środka można włożyć pokrojone w kawałki i usmażone na maśle rydze albo pieczarki. W kuchni staropolskiej, często do masy dodawano posiekaną natkę pietruszki.

## SKŁADNIKI

- 2 jajka
- szczypta soli
- 2 łyżki mleka
- 1 łyżka masła
- opcjonalnie natka pietruszki

*Historię miłości Jana Sobieskiego i słynnej Marysieńki słyszał prawie każdy. Nie każdy natomiast wie, że Maria Kazimiera de la Grange d'Arquien z pierwszego małżeństwa była Zamoyska. Królowa Ludwika Maria Gonzaga wyswatała ją bowiem z Janem II Zamoyskim zwanym Sobiepanem. Królowa Ludwika przywiozła z Francji do Polski omlety, w których lubowała się Marysieńka, i które zapewne przygotowywali również kuchmistrzowie na dworze Jana Sobiepana.*



# Pierogi drożdżowe

1. Do drożdży wsypać cukier, 2 łyżki mąki i zalać ciepłym (nie gorącym) mlekiem, wymieszać i odstawić do wyrośnięcia na około 10 minut.
2. Resztę mąki wsypać do miski, dodać wyrośnięty rozczyzn, sól i roztrzepane jajka. Wyrabiać ciasto do momentu, aż zacznie odklejać się od ręki. Na koniec dodać roztopione i ostudzone masło i jeszcze trochę powyrabiać.
3. Przykryć ściereczką i odstawić w ciepłe miejsce do wyrośnięcia (ciasto powinno podwoić swoją objętość).
4. Przygotować farsz, można użyć takiego do pierogów zamojskich z kaszy i sera białego, może to być farsz z kapusty kiszonej z grzybami\*.
5. Wyrośnięte ciasto rozwałkować i szklanką wykroić krążki. Napełnić farszem i zlepić. Pierogi ułożyć na blasze wyłożonej papierem do pieczenia, posmarować roztrzepanym jajkiem, odstawić na 10 minut do wyrośnięcia.
6. Piec w piekarniku nagrzanym do 180 stopni około 30 minut.
7. Kapustę zalać gorącą wodą, gotować około 10-15 minut. Drobno posiekaną cebulę zarumienić na oleju. Ugotowaną kapustę wyjąć z wody, odsączyć i poszatковать. Następnie połączyć ze smażoną cebulą, wymieszać. Przyprawić do smaku solą i pieprzem, chwilę razem podsmażyć. Do farszu z kapusty można dodać posiekane, suszone grzyby (wcześniej je namoczyć).
8. Zamiast farszu z kiszonej kapusty można zrobić farsz z kaszy gryczanej i twarogu, dodając do tego jajko, sól i pieprz.

## SKŁADNIKI

### CIASTO

- 50 dkg mąki pszennej zamojskiej
- 5 dkg roztopionego masła
- 2 dkg drożdży
- 2 jajka
- 1 szklanka mleka
- 1 łyżka cukru
- szczypta soli

### FARSZ

- z kapusty kiszonej
- 40 dkg kiszonej kapusty z marchewką
- 2 łyżki oleju
- 1 cebula
- sól, pieprz do smaku
- opcjonalnie garść suszonych grzybów

*Pierogi wywodzą się z Azji. Przez Ruś przywędrowały do Polski. Dziś nie wyobrażamy sobie bez nich Polskiej Kuchni. Mogą być gotowane, smażone lub pieczone. Początkowo przygotowywano je wyłącznie na specjalne okazje i święta. Różniły się one smakiem i kształtem a także miały oddzielne nazwy: kurniki, knysze, koładki, hreczuszki, sanieżki i socnie. Zamojskie, faszerowane kaszą gryczaną i serem białym, na pewno przypadną do gustu wielbicielom kasz i nie tylko.*



# Pierogi zamojskie

1. Z mąki wody i soli zagnieść ciasto.
2. Kaszę wymieszać z pokruszonym twarogiem. Cebulę z czosnkiem zeszklić na oleju i dodać do kaszy i twarogu, na koniec dodać jajko i przyprawy, wszystko dokładnie wymieszać.
3. Ciasto podzielić na części i rozwałkować na cienkie placki, podsypując mąką, za pomocą szklanki wyciąć krążki.
4. Nałożyć farsz na krążki, złożyć na pół i zlepiać rogi.
5. Pierogi wrzucać na gotującą się wodę, delikatnie wymieszać i poczekać, aż wypłyną na powierzchnię.
6. Podawać ze śmietaną, masłem, skwarkami lub olejem.

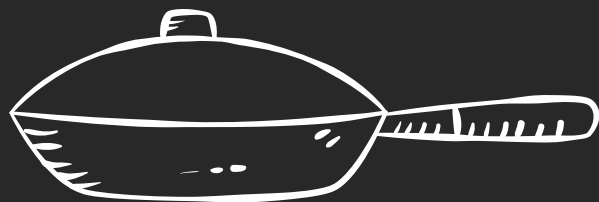
## SKŁADNIKI

### CIASTO

- 1½ szklanki mąki zamojskiej
- ½ łyżeczki soli
- ½ szklanki ciepłej wody

### FARSZ

- 1½ szklanki ugotowanej na sypko kaszy gryczanej
- 1 cebula
- 200 g twarogu
- 1 jajko
- 2 łyżki oleju
- sól, pieprz
- 1 łyżeczka czosnku niedźwiedziego lub 1 ząbek czosnku



# Piróg Biłgorajski

1. Z drożdży, letniego mleka, łyżki cukru i łyżki mąki zrobić rozczyn; odstawić, aż drożdże „ruszą”.
2. Jajka utrzeć z łyżką cukru. Mąkę przesypać do miski, wlać rozczyn i roztarte jajka i z całości wyrobić ciasto.
3. Jak ciasto będzie odchodzić od ręki, dodać roztopione masło lub olej i wyrobić. Przykryć ściereczką i odstawić do wyrośnięcia w ciepłe miejsce.
4. Ugotowane ziemniaki zmiażdżyć, dodać kaszę, pokruszony twaróg, skwarki. W moździerzu rozetrzeć mięto. Dodać do ziemniaków razem z jajkami, śmietaną, solą i pieprzem.
5. Całość wyrobić na jednolitą masę.
6. Ciasto drożdżowe wyłożyć na stolnicę i rozwałkować na prostokąt, włożyć do keksówki, wyłożyć na to nadzienie i wtedy zawinąć brzegi drożdżowego ciasta, przykrywając nadzienie. Ciasto można posmarować po wierzchu roztrzepanym jajkiem. Odstawić na 15 minut do wyrośnięcia.
7. Piec w piekarniku nagrzanym do 160 stopni przez około 1,5 h (aż się ładnie zrumieni).
8. Podawać na ciepło lub zimno, ze śmietaną lub masłem.

## SKŁADNIKI

### CIASTO

- 0,5 szklanki mleka
- 5g drożdży
- 2 łyżki cukru
- 1 jajko
- 1,5 szklanki mąki zamojskiej
- 2 łyżki roztopionego masła lub oleju

### Nadzienie:

- 2 kg ugotowanych ziemniaków
- 1 kg tłustego twarogu
- 0,8 kg ugotowanej kaszy gryczanej
- 6 jajek,
- 1 szklanka śmietany
- 0,5 kg słoniny stopionej na skwarki
- sól, pieprz, mięto (może być suszona)

Nazywany krupniakiem, była to potrawa świąteczna lub przygotowywana na specjalne okazje. Piróg, podawany był w czasie chrzcin, wesel, podczas przyjęć i świąt.



# Śledź po Szwedzku

1. Śledzie wyflukać i pokroić na małe kawałki.
2. Zrobić sos mieszając ze sobą musztardy, wodę, olej, cukier, sok z cytryny, ocet, sos sojowy i pieprz.
3. Śledzie zalać sosem
4. Przed podaniem udekorować koperkiem.

## SKŁADNIKI

- 20 dkg filetów śledziowych

## SOS

- 2 łyżki musztardy słodkiej
- 1 łyżka musztardy francuskiej
- 1 łyżka wody
- 50 ml oleju tłoczonego na zimno
- 3 łyżki cukru
- sok z ½ cytryny
- 1 łyżka octu z białego wina
- 1 łyżka sosu sojowego
- ½ łyżeczki mielonego pieprzu
- koperek do dekoracji

*Tak naprawdę nie wiemy, czy oblegając Zamłość Szwedzi, racyli się śledziami. Niemniej w dawnej kuchni była to ryba bardzo popularna. Być może i śledzie po szwedzku rozkazał przyrządzić III ordynat Jan Sobiepan Zamoy-ski, gdy jak głosi legenda, podejmował przy „szwedzkim stole” Jego Królewską Mość Karola X Gustawa.*

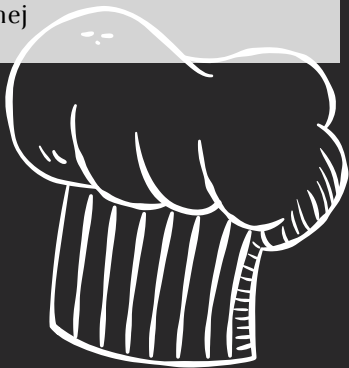


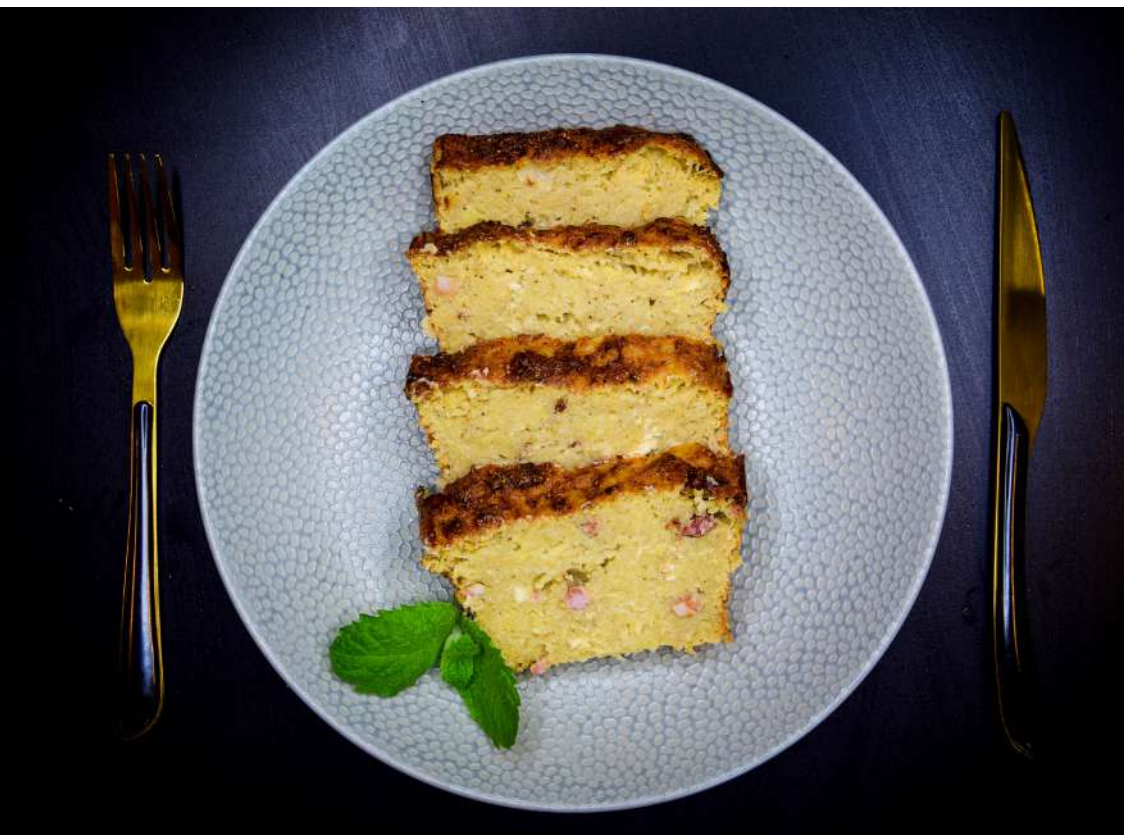
# Sodziaki

1. Mąkę, cukier, sodę oczyszczoną wymieszać w misce.
2. Zsiadłe mleko z jajkami roztrzepać oddzielnie. Następnie połączyć z mąką. Wszystko dokładnie wymieszać łyżką.
3. Smażyć na oleju, na rozgrzanej patelni, na złoty kolor z obu stron.
4. Sodziaki można podawać z cukrem pudrem, śmietaną, dżemem lub owocami.

## SKŁADNIKI

- 2,5 szklanki mąki zamojskiej
- 2 szklanki zsiadłego mleka
- 3 jajka
- 4 łyżki cukru
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej





# Tarcich

1. Ziemniaki i cebulę obrać i zetrzeć na tarce (na małych oczkach), ser biały pokruszyć i dodać do ziemniaków.
2. Boczek pokroić i smażyć na patelni, dodać do ziemniaków.
3. Czosnek przecisnąć przez wyciskarkę i dodać z jajkiem do ziemniaków.
4. Wszystko razem wymieszać i wstawić do nagrzanego do 180 stopni piekarnika.
5. Piec około 1,5h dopóki skórka na wierzchu się ładnie zarumieni.
6. Podawać ze śmietaną, skwarkami lub sosem czosnkowym.

## SKŁADNIKI

(na jedną dużą blaszkę „keksówkę”)

- 1 kg ziemniaków
- 25 dkg sera białego
- 20 dkg boczku wędzonego
- 2 duże cebule
- 1 jajko
- sól, pieprz do smaku wedle uznania
- opcjonalnie 4 ząbki czosnku

*Ziemniaki, wyraz z języka francuskiego pommes de terre czyli jabłka ziemne. Przywędrowały do Europy z Ameryki przywiezione przez Krzysztofa Kolumba pod koniec XVI wieku. Torowały sobie drogę na polskie stoły przez dwa wieki. We Francji, za czasów królowej Marii Antoniny, ziemniaków nie jedzono, a ozdabiano kwiatami ziemniaka, stoły i głowy. Kartofle rozpowszechniły się na polskich stołach w czasie wojen napoleońskich, kiedy ratowały ludzi od głodu.*





*Dominika Lipska*

**przewodnik Stowarzyszenia Turystyka z Pasją, historyk z wykształcenia, krawiec i kucharz domowy z zamiłowania.**

Kuchnia Zamojszczyzny jest kuchnią prostą, opiera się głównie na kaszach, kapuście, grzybach, ziołach i owocach łąk i lasów ale to właśnie w jej prostocie tkwi tajemnica niepowtarzalnego smaku. Miasto Zamość, które przez wieki było miejscem gdzie spotykały się najróżniejsze kultury (również te kulinarne) może zaskoczyć nie jedną potrawą o korzeniach w odległych krajach, wszak właśnie na zamojskich rynkach spotykali się i handlowali Ormianie, Żydzi, Grecy, Turcy, Anglicy, Szkoci... pozostawiając tu zapewne niejedną kulinarną inspirację.

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



*Marek Szwarczkiewicz*

**właściciel Galicya Cafe**

Galicya Cafe to lokalna palarnia kawy założona w roku 2014. Nasz sklep firmowy połączony z niewielką kawiarnią mieści się w samym centrum Zamościa przy Rynku Solnym 2a. Wypalane przez nas kawy posiadają certyfikat ekologiczny.

[www.galicya.com.pl](http://www.galicya.com.pl)



*Tadeusz Rozmus*

**Prezes Przedsiębiorstwa Wielobranżowego „Budmat” Spółka Jawna**

Rozvita - Roztockańska Witamina to naturalne chipsy jabłkowe, które zapraszają do krainy Roztocza swoim słodkim, chrupiącym smakiem. To jest pyszne!

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



*Wioletta Wilkos*

**Prezes Fundacji Winiarnie Zamojskie**

Jest takie miejsce w Polsce, gdzie ciepły klimat, łagodne wzgórza i żyzne lessowe gleby tworzą idealne warunki do uprawy winorośli i innych owoców.

To właśnie stąd, z regionu Roztocza, pochodzą szlachetne odmiany polskich win, pełne owocowych aromatów i zaskakujące świeżością.

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



*Barbara Gajos*

**Kierownik Centrum Integracji Społecznej w Zamościu**

Smaki Zamościa to wyjątkowy projekt, w którym PERON kuchnia polska - nowe miejsce gastronomiczne na mapie Zamościa miał przyjemność uczestniczyć. Na co dzień serwujemy potrawy rodzimej kuchni oparte na tradycyjnych domowych recepturach, a przepisy, które mieliśmy przyjemność wykonać zagoszczą w naszym menu.

[fb.com/PERONkuchniapolska](https://fb.com/PERONkuchniapolska)



*Dariusz Danilewicz*

**Prezes Zarządu Zamojskich Zakładów Zbożowych Sp. z o.o.**

Zamojszczyzna i Roztocze – nasza baza surowcowa - jest jednym z najbardziej zielonych i czystych ekologicznie regionów nie tylko Polski, ale także Europy. Mąka zamojska to najwyższej jakości produkt klasy premium dedykowany zarówno profesjonalistom, jak i domowym mistrzom kuchni. Nie warto, a trzeba spróbować!

[www.zzz.com.pl](http://www.zzz.com.pl)

książka kucharska  
*Zamojskie Snaki*