

## **Barszcz biały tradycyjny**

### **Czego potrzebujesz:**

#### **wywar:**

ok. 0,5 - 0,7 l wywaru warzywnego (z selera, pora, pietruszki)  
liść laurowy  
ziele angielskie  
0,5 l żuru  
garść suszonych grzybów  
3 - 6 ząbków czosnku  
majeranek  
sól i pieprz

#### **wsad:**

ok. 25 dag twarogu  
tarty świeży chrzan  
jajka na twardo  
chleb razowy

### **Jak to zrobić:**

Suszone grzyby (podgrzybki, prawdziwki) namaczamy w ok. 0,5 litra wody, zostawiamy do zmięknienia na co najmniej kilka godzin, następnie gotujemy grzyby w tej samej wodzie, w której się moczyły, do miękkości.

Po ugotowaniu łączymy grzyby razem z wodą, w której się gotowały z wywarem warzywnym, gotujemy chwilę i dodajemy żur, czosnek i majeranek. Gotujemy 5-10 minut mieszając - szczególnie podczas dolewania żuru. Jeśli barszcz wychodzi za gęsty i przywiera do dna można rozcieńczyć go gorącą wodą.

Otrzymujemy zawieszistą zupę z grzybami. Rozlewamy do talerzy i dodajemy wedle uznania pokrojone jajka, twaróg, pokruszony chleb, obowiązkowo chrzan - starty, a jeszcze lepiej skrobany na świeżo nad talerzem (tarty chrzan ciemnieje i ewentualnie żeby temu zapobiec można go skropić cytryną, dlatego lepiej oskrobać świeże wiórki bezpośrednio do zupy z obranego korzenia).

UWAGI: żur można kupić w dobrej piekarni lub zrobić samemu.

Składniki: 1/2 szklanki mąki żytniej razowej (mąka na żurek), 1/2 l przegotowanej ciepłej wody, 3 ząbki czosnku, kromka chleba.

Sposób wykonania: mąkę wymieszać z wodą i wlać do kamiennego garnka. Dodać obrane ząbki czosnku i chleb. Przykryć i odstawić w ciepłe, ciemne miejsce na 4-5 dni.

*Smacznego!*

## **Kotlety z selera**

### **Czego potrzebujesz:**

na litr wywaru warzywno-ziołowego:  
(włoszczyzna, lubczyk, ziele angielskie, pieprz, liść laurowy);  
2 łyżki sosu sojowego  
1 duży seler (na 3-4 osoby)  
1 jajko  
otręby pszenne  
orzechy (lub migdały)  
olej do smażenia

### **Jak to zrobić:**

Przygotowujemy wywar z warzyw i ziół. Kroimy seler w plastry grubości ok. 1 cm i gotujemy go w wywarze, tak żeby był miękki, ale nie rozgotowany. Przygotowujemy panierkę z otrębów i drobno pokruszonych (posiekanych) orzechów lub migdałów. Plastry selera po ugotowaniu odcedzamy i po wystygnięciu otaczamy w roztrzepanym jajku i panierce, i smażymy z obu stron na oleju.

UWAGI: Można też pokroić seler na cieńsze plastry, po ugotowaniu przełożyć je plastrem żółtego sera i smażyć w panierce jak wyżej.

*Smacznego!*