

Wigilijny Przegląd Kulinarny



Egzemplarz bezpłatny

Organ Hurtowni Ryb i Produktów Rybnych "Gniłka"



Zdekomunizować karpia!

Grube panierowanie karpia na tysiacy sposobow to moda powojenna. Zatem gdybyśmy poddali wigilijne menu tak modnej współcześnie dekomunizacji, karp prawdopodobnie by się nie obronił. Za jego popularyzacją stoi bowiem zaangażowany działacz PZPR, członek KC, ekonomista i minister gospodarki Hilary Minc.

których zaserwowanie 24 grudnia dziś uznano by za pewną ekstrawagancję.

Teke objal juz 1 grudnia 1944 roku i sprawowal funkcje do 1949 roku, czyli w owczesnych realiach niemozliwe bylo dostarczenie na polskie stoly roznorodnych ryb. Sklepy Zjednoczenia Przedsiębiorstw „Centrala rybna”, które zajmowały się rozprawdaniem polskich połowów morskich i lądowych nie mogły przed świętami zapewnić Polakom tradycyjnego, przedwojennego wyboru.

Jedna z najplodniejszych i najbardziej znanych kucharek międzywojnia, Elżbieta Kiewnarska, na stale publikujaca w „Bluszczu”, na potrzeby tego wydawnictwa stworzyła ksiazeczke z przepisami wigilijnymi i jadlospisami na uroczysta kolacje pogrupowanymi w zaleznosci od zasobnosci portfela. Wśród potraw proponowanych na Wilije najskromniejsze karp nie pojawia się ani razu, są za to śledzie, sandacz, czy karasie. W czterech jadlospisach Wilije skromne karp pojawia się zaledwie dwa razy (raz smażony, raz w sosie), a oprócz niego smażony sandacz, leszcz w galarecie, sielawy smażone z cytryną, lin w sosie cebulowym, śledzie wędzone faszerowane, jazgarze, szczupak i leszcz pieczony. Wilije wystawniejsze skladać się mają z jeszcze większej liczby gatunkow ryb (oprócz wymienionych wcześniej jeszcze losos, śledzie-uliki, węgorz, miętus, sardynki i okoń).

Zanim nastaly ciężkie wojenne i powojenne czasy, nasi dziadkowie lubili jadać ryby. Nie był to wyłącznie karp na Boże Narodzenie oraz makrela i śledź przez reszte roku! Książki kucharskie z tamtego okresu pełne są przepisow na najrozniejsze ryby morskie i słodkowodne. Patrząc tylko na wigilijne jadlospisy widzimy wiele gatunkow,

Takiej różnorodności „Centrala rybna” działająca w warunkach ciągłej odbudowy kraju nijak nie mogła zapewnić. Aby przykryć jakoś te niedobory zaczęto trąbić wszem i wobec, że oto uda się dowieźć karpia na święta, a ludzie cieszyli się, że będzie przynajmniej on. Co więcej, zamiast premii w zakładach pracy także... dostawali karpia.

Źródło: ciekawostkihistoryczne.pl

Ryba, czyli tradycyjne postne danie na wigilijnym stole

Podobno Polacy słynęli dawniej ze znakomitego przyrządzania ryb... Francuski inżynier wojskowy Guillaume le Vasseur Beauplan, który przebywał w Polsce w latach trzydziestych XVII wieku, twierdził, że nikt inny na świecie nie potrafi nadać rybom tak wybornego smaku. Sekret tkwił prawdopodobnie w dobrze dobranych przyprawach. Szczególnie starannie przykładano się do potraw wigilijnych.

Post

Podczas tradycyjnej wigilii są serwowane dania postne. Postu, który miał oczyścić duszę i ciało, niegdyś przestrzegano bardziej rygorystycznie. W średniowieczu z powodów religijnych wstrzymywano się od jedzenia mięsa i tłuszczu przez wiele dni w roku. Dotyczyło to szczególnie duchownych, a zwłaszcza zakonników. Dopuszczano jednak spożywanie ryb. W XII i XIII wieku pierwsze stawy hodowlane zakładali cystersi. To oni sprowadzili do Polski niezbyt wymagającego, jeśli chodzi o warunki życia, karpia. Jednak to nie karp był najważniejszy na królewskich i szlacheckich stołach. Pierwsze miejsce zajmował często pięknie udekorowany szczupak, pieczony lub gotowany. Podczas uroczystej wieczerzy w 1695 roku na stole Jana III Sobieskiego pojawiły się nie tylko szczupaki i karpie, ale także liny, śledzie, lososie czy dorsze.

Polów ryb

Przed Bożym Narodzeniem w majątkach ziemskich organizowano polów ryb. Aby dostarczyć do kuchni dworskiej jak najświeższe okazy, udawano się nad stawy zazwyczaj dzień wcześniej lub w wigilię rano. Józef Mineyko herbu Gozdawa wspominał takie przedświąteczne wyprawy odbywające się w rodzinnych Dubnikach na Litwie w latach osiemdziesiątych XIX wieku. Wezwani do pomocy rybacy musieli wypilować przeręble w grubym na metr lodzie. Potem wpuszczali do wody sieć i przesuwali ją w dość skomplikowany sposób od jednego do drugiego przerębla. Polów

był zwykle bardzo udany. Wyciągano „stosy ryb”.

Jeśli złowiono je wcześniej, trafiały do zbiornika z wodą stawianego w chłodnym pomieszczeniu. Jak podaje w książce O ziemiankim świętowaniu Tomasz Adam Pruszek, w majątku Rozwadowskich w Książenicach koło Grodziska Mazowieckiego „karpie pływały w wielkiej wannie, stojącej w piwnicy”.

Jak przyrządzano ryby?

Ryby przygotowywano na różne sposoby. W niektórych domach przyrządzano zupę rybną. Najczęściej jednak dumnie prezentowały się na stole w całości – pieczone, smażone, gotowane, w galarecie lub w wymyślnym sosie. W tym ostatnim wypadku kucharze mieli prawdziwe pole do popisu. Pstrągi i karpie można było podać parzone wrzącym octem „na niebiesko”, polane złotym sosem. Piękny kolor uzyskiwano dzięki szafranowi – cennej przyprawie otrzymanej z części kwiatów pewnej odmiany krokusów. Szary sos robiono z karmelu, biały – z tartego chrzanu, a czerwony – z wiśni.

W zamożnych rodzinach serwowano nawet dwanaście dań z ryb słodkowodnych i morskich. Niektóre wymagały specjalnych przygotowań i kosztownych dodatków, zwłaszcza jeśli korzystało się z dawniejszych receptur. Jędrzej Kitowicz w Opisie obyczajów za panowania Augusta III nieco kąśliwie zauważał, że „łososia świeżego u panów wykwinniejszych gotowano w samym winie burgundzkim, w rzeczy samej nie był on lepszy od gotowanego w wodzie, chyba przez imaginację...”

A co z karpkiem?

To, co nam wydaje się tak głęboko zakorzenione w tradycji polskich świąt Bożego Narodzenia i wręcz nieodzowne, dla naszych babć nie był wcale związane z jakkolwiek rozumianą tradycją!

Niezaprzeczalnym królem dzisiejszych stołów wigilijnych w Polsce jest karp królewski. Odmianę, która stała się tak popularna, wyhodowano jednak dopiero w XIX wieku.

Choć już przed II wojną światową w wielu chrześcijańskich domach spożywano karpie, to jednak ryby te kojarzono głównie z kuchnią żydowską. Z okazji świąt jedzono sandacze, szczupaki, a w biedniejszych rodzinach malutkie stynki i różne inne ryby przyrządzane na wszelkie sposoby. Czy pojawiał się wówczas także karp?

Maria Gruszecka w swojej słynnej książce 365 obiadów. Praktyczna książka kucharska z 1930 roku istotnie wymieniała karpia jako danie wigilijne (obok barszczu z uszkami, zupy migdałowej, pasztecików z ryby, jarmużu z kasztanami, groszku zielonego z grzankami, pieczonego szczupaka, sandacza z jajami, klusek ze śliwkami, kruchych pierożków, leguminy makowej, budyniu z szodonom i tortów), jednak zdecydowanie nie był on w jej ujęciu głównym bohaterem wieczerzy.

Ogółem karp przed wojną występował jako jedna z wielu potraw podawanych w ten szczególny wieczór. A przy tym: jako jedna z kilku ryb wigilijnych, nie zaś jedyna.

Źródło: historiaposzukaj.pl





Kołduny z karpia

Zagnieść wolne ciasto z 1/2 kg mąki, 2-ch jaj i zimnej wody przegotowanej. 1 kg karpia obrać zupełnie ze skóry i ości, przekręcić na maszynie, 2 posiekane, usmażone w maśle cebule, pieprzu, soli, majeranku tłuczonego łyżeczkę, 2 łyżeczki masła surowego i odrobinę wody przegotowanej, aby tylko nie rozrzedzić farszu. Dobrze wygniecione ciasto wałkować cienko, wykrawać szklanecką od wina małe krążki i zaciśnąć brzegi jak w zwykłych kołdunach. Po ugotowaniu oblać zrumienionym masłem z bułeczką. Ilość ta wystarczy na 5 osób, gdyż wyjdzie 100 kołdunów. Z pozostałej głowy i ości z dodatkiem dużej ilości włoszczyzny i 2-ch dkg grzybków suszonych można ugotować postną zupę z kartoflami i 1/2 kwaterkiem śmietany.

Karp nadziewany gryczaną kaszą

Oczyścić z łuski dość dużego karpia, rozplatać brzuch, wymyć go i posolić, całego na 1/2 godziny. Następnie odmierzyć 2 szklanki całych krup gryczanych, zalać krupy wodą gorącą, dodać 1 łyżkę świeżego masła (łyżka stołowa), posolić do smaku i krupy dobrze zapiec w duchówce. Później upieczoną kaszę wyłożyć na półmisek, żeby dobrze przestygła. Do kaszy dodać dla zapachu angielskiego pieprzu, z domieszką gorzkiego, kaszę dobrze wymieszać z łyżką masła i przystąpić do nadziewania tą kaszą karpia (przed nadziewaniem wytrzeć karpia serwetką z wody i soli). Po nałożeniu kaszą zszywamy brzuch karpia i kładziemy na brytwanę w roztopione gorące

masło. Przed włożeniem karpia do masła smarujemy go ubitym jajkiem, posypujemy tłuczoną suchą bułką. Następnie wstawiamy do gorącej duchówki i zapiekamy, przy zapiekaniu polewamy karpia masłem tym, w którym się piecze i obracamy na obie strony. Aby się masło zrumieniło, dodajemy 1/2 szklanki wody gotowanej. Po upieczeniu na kolor rumiany, polewamy kwaśną śmietaną w ilości 1% lub 2 szklanek i przez 10 minut gotujemy śmietanę w gorącej duchówce. Może być również sos do tego dowolny, zależny od smaku np. pomidorowy. Następnie wyłożyć całego karpia na półmisek i podać do stołu.

Przepisy Elżbiety Kiewnarskiej z 1937 r.

Flaczki z ryby

Składniki: 700 gramów ryby (dwa szczupaczki) 115 groszy, pół kg kartofli 5 gr., pół kg. marchwi starej 15 gr., 1 kalarepka 10 gr., pęczek kopru 5 gr., pęczek pietruszki 10 gr., fasolki perłowej 15 dkg 10 gr., Vs kg kaszy krakowskiej 15 gr., ogórek 10 gr., sól, ziele, mąka, masło 15 gr.

700 g oczyszczonej z łusek ryby (skrzela należy usunąć, bo dają wywarowi smak gorzki), zalać dwoma litrami wody, włożyć jedną marchewkę, pół cebuli, 3—4 łodygi od pietruszki, której listki pozostawiamy na usiekanie do drugiego dania. Kto lubi, można włożyć do smaku 2—3 ziarna angielskiego ziele, kilka ziarn pieprzu i pół listka bobkowego.

Po zagotowaniu się wywaru odsunąć go nieco od ognia i gotować bez przykrycia pół godziny szumując. Scedzić, cebulę i łodygi usunąć, marchewkę pokrajać i włożyć z powrotem.

Do tej zupy włożyć pół kg kartofli ugotowanych i pokrajanych w kostkę, 15 dkg fasolki perłowej ugotowanej, spory kwaszony ogórek uszatkowany na tarce od buraków i jeżeli zupa mało kwaśna, 2 łyżki kwasu od ogórka oraz garstkę siekanego zielonego kopru.

Zupy z ogórkiem już nie gotować, żeby nie zniszczyć higienicznych właściwości kwasu mlekowego.

4) Ugotować 1/2 kg kaszki krakowskiej w ilości wody nieco mniejszej niż dwa razy tyle jak objętość kaszy. Gotować z boku od ognia, aż dobrze zgęstnieje. Wyłożyć na opłukany zimną wodą półmisek, rozsmarować grubo na centymetr, dać wystygnąć, pokrajać w kostkę.

5) Osobno ugotować pół kg marchwi i dwie—trzy ładne kalarepy, pokrajane w cienkie kluseczki. Wody przy jarzynie, kiedy będzie gotowa, winno być około pół litra. Sos ten zaprawić masłem z mąką (łyżka masła, łyżka mąki), włożyć w jarzyny kaszkę, ugotowaną w zupie rybę obraną na małe kawałki, o ile się da oczyszczone z ości, wsypać usiekane liście pietruszki, doprawić do smaku solą, pieprzem itp., zagrzać, podać, o ile mamy kawałek suchego sera litewskiego czy innego, można dosypać dobrą łyżkę.



Źródło wszystkich przepisów:
„Jedz ryby”, Elżbieta Kiewnarska

Śląskie potrawy wigilijne

Śledzie postne w śmietanie z ziemniakami

Składniki na jedną porcję: słony śledź (najlepiej z mleczem) lub matias; średniej wielkości cebula; 2 średniej wielkości ogórki kiszzone; woda z kiszonych ogórków – pół szklanki; śmietana 18% mały pojemnik; woda do moczenia; pieprz – alternatywnie

Śledzie/matiasy zanurzyć w wodzie i moczyć kilka godzin (3-4 godziny). Jeśli są nadal bardzo słone, zmienić wodę i ponownie moczyć kilka godzin. Następnie śledzie obrać ze skóry i ości, wyczyścić. Wyjąć mlecz. Mlecz przetrzeć przez drobne sitko. Mlecz wymieszać z małą ilością wody z ogórków i śmietaną. W przypadku matiasów wymieszać śmietaną z małą ilością wody z ogórków. Ogórki kiszzone pokroić w drobną kostkę lub cienkie plastry. Cebulę

obrać i pokroić w piórka, wrzucić do małej ilości gorącej wody i zostawić do ostygnięcia. Śledzie/matiasy pokroić na kawałki 3-4 cm. Śledzie/matiasy włożyć do głębokiej miski. Dodać ogórki, cebulę razem z wodą, w której się moczyła i śmietaną z dodatkami. Popieprzyć. Wymieszać – spróbować. Musi mieć dość kwaskowaty smak – jeśli taki nie jest – doprawić wodą z ogórków. Wstawić do lodówki na przynajmniej kilka godzin.

Źródło: jawagabunda.pl

Zupa z głów rybich

Składniki: 3 wyczyszczone głowy ryby – mogą być karpie lub inne wedle uznania. Można dodać także ogony ryby; kawałek pora; 2 marchewki; pasternak; ziele angielskie; liście laurowe; 2 lub 3 ząbki czosnku; przyprawa typu Vegeta lub inna podobna; sól, pieprz do smaku; bulka lub substytut, aby usmażyć grzanki (warto przygotować kilka dni wcześniej). Do zasmażki: kawałek masła – ok 40 gram; łyżka mąki pszennej.

Składniki wkładamy do dużego garnka i zalewamy wodą. Kładziemy na kuchenkę i gotujemy na małym ogniu przez około 60 minut. Pamiętajmy aby od czasu do czasu przemieszać gotującą się zupę. Po ugotowaniu przelewamy zupę przez sitko, tak, aby uzyskać jedynie „płynną” część zupy.

Zasmażka: W rondelku roztopiamy masło, dodajmy około jedną łyżkę mąki pszennej. Mieszkamy i uważamy, aby się nie przypaliło. Następnie zasmażkę zalewamy wodą, ciągle mieszając aby nie zrobiły się grudki. Zasmażkę wlewamy do zupy i całość mieszamy.

Zupę serwujemy z wcześniej przygotowanymi grzankami.

Źródło: tuudi.net



Karp

Składniki (na 10 porcji): 2000 g karpia oczyszczonego i wypatroszonego przez otwór po obcięciu głowy, aby otrzymać dzwonka; 750 g włoszczyzny (biała kapusta, seler, biały por, marchew, pietruszka); 200 g cebuli; 1 litr jasnego piwa; 250 g utartego piernika; 200 g cytryny; 150 g margaryny; 150 g rodzynek; sól; cukier; jałowiec; szczypta suszonego tymianku; ocet winny.

Do płaskiego rondla włożyć na 10 dzwonek karpia obsoterać (obsmażyć) na margarynie, włożyć do woszczynę, cebulę, jałowiec, tymianek, liść laurowy. Zalać to piwem i litrem wody. Gotować 50 minut. Marchew i pietruszkę usunąć, resztę jarzyn zmiksować i przetrzeć przez sito, wsypać utarty piernik i rodzynek, przyprawić solą, cukrem, octem winnym (sos powinien być słodko-kwaśny). Pokrojonego

Źródło: *Zbiór przepisów potraw regionalnych województwa śląskiego, ŚOT*

Karp, który pojawił się na stole wigilijnym na Śląsku w okresie międzywojennym, zyskał sobie dużą przychylność, a śląskie gospodynie potrafiły wspaniale przyrządzić tę rybę, uprzednio obłożony dzwonka karpia cebulą i krążkami pora, a także marchewką i pietruszką.

Co zamiast karpia?

Pieczony łosoś ze szpinakiem w cieście francuskim

Składniki: 600 g filetu z łososia bez skóry; 500 g szpinaku; 3 łyżki musztardy; 2 opakowania ciasta francuskiego; 2-3 łyżki musztardy; 1 ząbek czosnku; 1 żółtko; sól; pieprz.

Wskazówki: Do przygotowania dania można wykorzystać szpinak mrożony lub świeży. Smak szpinaku można wzbogacić, jeśli w trakcie duszenia dodamy do niego pokrojone zielone części pora lub pod koniec gotowania wymieszać go z drobno posiekanym szczypiorkiem. Szpinak można też doprawić gałką muszkatałową.

Przygotowania rozpoczynamy od oczyszczenia, umycia i osuszenia szpinaku. Szpinak podsmażamy na maśle z drobno posiekanym zębkiem czosnku; doprawiamy solą, pieprzem i mieszamy. Tak przygotowany szpinak odstawiamy do wystygnięcia. W międzyczasie piekarnik rozgrzewamy do temperatury 175°C. Filet z łososia myjemy, osuszamy, doprawiamy solą i pieprzem. Na dużej blaszce pokrytej papierem do pieczenia rozwijamy pierwsze ciasto francuskie, na które wykładamy łososia. Wierzch ryby smarujemy 2-3 łyżkami musztardy. Na łososia wykładamy podsmażony i odcisnięty z wody szpinak. Rybę przykrywamy drugim blatem ciasta francuskiego, dokładnie zlepiając brzozy i formując dekoracyjny bok. Na koniec wierzch ciasta smarujemy żółtkiem lub mlekiem. Łososia w cieście francuskim pieczemy ok. 40-45 minut w temp. 175°C na złoty kolor.

Wytrawne serniczki z wędzonym łososiem

Składniki: 150 g serka philadelphia; 80 g wędzonego łososia; 30 g kwaśnej śmietany; 1 jajko; koperek; sól, pieprz

Serek philadelphia miksujemy z jajkiem i kwaśną śmietaną. Na koniec dodajemy drobno pokrojonego łososia i 1-2 łyżki posiekanego koperku, następnie doprawiamy solą i pieprzem i dokładnie mieszamy do połączenia się wszystkich składników. Piekarnik rozgrzewamy do temperatury 180°C. Masę na serniczki przelewamy do 4 małych kokilek i pieczemy ok. 20 minut do uzyskania złotego koloru. Upieczone, serniczki wyjmujemy z piekarnika, następnie studzimy i schładzamy przynajmniej 2-3 godziny. Na koniec serniczki dekorujemy np. kwaśną śmietaną, plasterkiem wędzonego łososia oraz koperkiem i podajemy od razu po przygotowaniu.

Łosoś na parze w sosie imbirowym

Składniki: 4 filety z łososia; 250 ml jogurtu naturalnego; 40 g świeżego imbiru; 2 ząbki czosnku; 1 szalotka; 1 cytryna; koperek; sól; pieprz; oliwa z oliwek

Na początek przygotowujemy sos imbirowy. Obrany imbir kroimy na plasterki a szalotkę w kostkę. Na rozgrzanej patelni z 2-3 łyżkami oliwy podsmażamy szalotkę, następnie wrzucamy imbir i drobno pokrojone 2 ząbki czosnku. Po ok. 5 minutach dodajemy bulion, kontynuujemy gotowanie ok. 15 minut, mieszając od czasu do czasu. Wyłączamy gaz pod sosem, dodajemy jogurt, następnie posiekany koperek. Doprawiamy do smaku solą i pieprzem. Sos ponownie zagotowujemy, zmniejszamy ogień i gotujemy ok. 5 minut, mieszając od czasu do czasu. Filety z łososia skrapiamy sokiem z cytryny, doprawiamy solą i pieprzem. Rybę gotujemy na parze ok. 15-20 minut. Ugotowane filety z łososia podajemy z sosem imbirowym.

Źródło: lagrandepiccolacuoca.com

Przepysznych Świąt!

życzą Państwu pracownicy Hurtowni Ryb i Produktów Rybnych Gnitka

Do świątecznego gotowania szczególnie polecamy:



Filet z karpia



Stek z lososia



Filet z lososia



Salatka jarzynowa



Matiasy



*Łosoś wędzony
w plastrach*

Zapraszamy!



Ryba po grecku



Katowice
Śląski Rynek Hurtowy
Ul. Obroki 130, Wiata 2

tel. 609 544 244
godziny otwarcia: 5:30-13:30



*Filet śledziowy
w śmietanie*