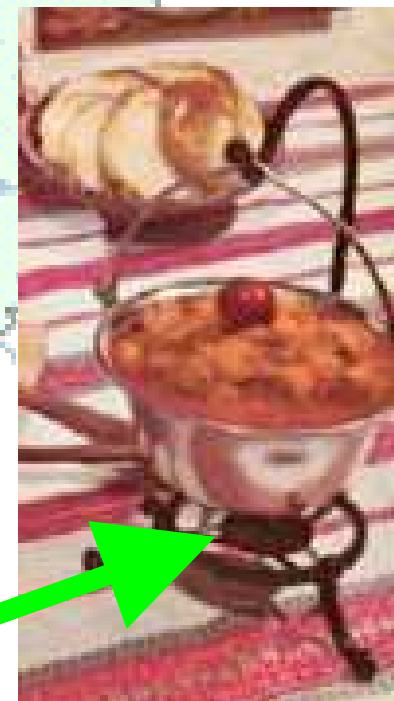


KUCHNIA WĘGIERSKA



- CECHY
CHARAKTERYSTYCZNE
KUCHNI WĘGIERSKIEJ
- ODMIANY PAPRYK
- PRZEPISY
- LITERATURA

Węgierska kuchnia wywodzi się z koczowniczych i pasterskich zwyczajów przodków, pasterzy wędrujących z podnóża Uralu do podnóża południowych Karpat i w dolinę Cisy. Jedną z nich jest „Tarhonya”, czyli kluski z jaj i mąki robione w postaci kuleczek o wielkości grochu a następnie suszone. Jako danie podawano je po przyrumienieniu w tłuszczu z dodatkiem cebuli i pokrojonego w cienkie paseczki mięsa. Potrawę tę przyrządzało się w specjalnym, zawieszonym na łańcuszku na ogniu kociołku, noszącym nazwę „bogràcs”.



gulasz to zupa
na mięsie, doprawiona
cebulą i papryką z pokrojonymi
w kostkę ziemniakami
i kluskami

*W Polsce kuchnia
węgierska kojarzy się
najczęściej z **gulaszem**, który
na Węgrzech znaczy coś
innego, niż znana u nas
potrawa z krojonego mięsa
i papryki.*

*Gulasze, paprykarze,
pörkölt i tokanie tworzą najbardziej
popularną grupę potraw, opartych na
mięsie, papryce i cebuli, różniąc się
jednak między sobą dominacją
jednego ze składników.*



Pörkölt

PRODUKTY:

SMALEC; 1,5 KG MIĘSA; 5 CEBUL ; 5 PAPRYK; 5 POMIDORÓW;
SÓL I MIELONA PAPRYKA

Drobno posiekaną cebulę zrumienić na tłuszczu, posolić, dodać mieloną paprykę. włożyć mięso pokrojone w kostkę. dusić na małym ogniu około 30 minut, gdy będzie miękkie dodać pomidory i paprykę pokrojoną w plasterki. podawać z kluskami, ziemniakami lub ryżem.

Paprykarz –



– Paprykarz cielęcy

PRODUKTY:

1 KG ŁOPATKI CIEŁĘCEJ; ŚREDNIA CEBULA
POMIDOR; 100G SMALCU; 300G ŚMIETANY
30G MAKI; 2 STRĄKI ZIELONEJ PAPRYKI
PAPRYKA W PROSZKU, SÓL

PRZYGOTOWANIE:

Cieniutko pokrajaną cebulę przysmażyć na złocisto na smalcu, dodać paprykę w proszku, podlać wodą i kilka minut odparować. Włożyć pokrajaną w większe kostki cielęcinę, posolić i dusić pod przykryciem. Gdy mięso zaczyna mięknąć, dodać pokrajaną paprykę i pomidor.

Po kilku minutach duszenia wlać zaprawioną uprzednio mąką śmietaną, zagotować, posypać papryką w proszku.

potrawka z
pokrojonym
w paski
mięsem,
z dużą
ilością
pieprzu,
grzybów,
zielonego
groszku,
innych
jarzyn
i niewielką
tylko ilością
śmietany
i cebuli,

Tokány



Cebulę
zrumienić na
tłuszczu i dodawać
co 20 minut mięso
pokrajane w
podłużne plasterki
zachowując
kolejność: wołowinę,
wieprzowinę,
cielęcinę i boczek
razem. Gdy mięso
będzie prawie
miękkie posypać
solą, papryką, dodać
pomidory i paprykę
w plasterkach. Na
końcu wlać śmietanę
z rozprowadzoną w
niej mąką. Podawać
z kluskami galuszka.



Charakterystyczną cechą kuchni węgierskiej jest stosowanie w wielu potrawach pomidorów i papryki.

„Kariera” papryki rozpoczęła się wraz z odkryciem Indii Zachodnich przez Kolumba –przywiózł on paprykę do Europy, gdzie szybko znalazła wielbicieli i zaczęto ją uprawiać.

PAPRYKA

The infographic features a central title 'PAPRYKA' in large, bold, red letters. Four black arrows originate from the title and point to four distinct shapes: a light blue octagon on the left, a yellow pentagon at the bottom, a purple trapezoid in the center, and an orange trapezoid on the right. Each shape contains text describing a different aspect of paprika.

bogate
źródło
witaminy C

dostarcza
prowitaminy
witaminy A

popularny
składnik
wielu potraw

Na Węgrzech
zwana
„czerwonym
złotem”-
przynosi
duże
dochody
z
eksportu

Kawa po węgiersku jest mocna, aromatyczna z małą ilością wody. Węgrzy piją dużo kawy z ekspresu i „po turecku”



Specjałem jest „**samloi teszta**” – pokruszona babka piaskowa lub inne ciasto, skropione rumem, przykryte owocami, bitą śmietaną, posypane czekoladą i schłodzone.



Węgry dysponują ogromnym wyborem gatunków wina. Ich królem jest **tokay**, nawet jeśli jest wytrawny nie pija się go do posiłku, lecz delectuje przed lub po nim. Popularne są również lekkie wina wytrawne białe, różowe i czerwone a wśród nich najlepiej gaszące pragnienie latem-

kövidinka lub **kadarka**,



Lekkie wytrawne lub półwytrawne białe i czerwone wina z okolic górzystych Węgier – rizlingi, które pija się do ostrych węgierskich potraw, neutralizując ostry smak.



Wina czerwone, z gór, pija się przeważnie do mięs i dziczyzny.

Najsłynniejsze z nich jest **Egri Bikaver** – bycza krew.



Kuchnia węgierska jest bardzo pracochołonna. Istotny jest nie tylko sposób przyrządzenia, ale również sposób podania na stół, kultywowany z tradycji ludowych.



Dania podaje się więc na kolorowych, wiejskich talerzach i obrusach, wino podaje w glinianych dzbanach, często korzystając także z wyrobów drewnianych.

N
A
J
N
C
N
E
S
C
I
E
J
S
P
O
T
Y
K
A
N
E



Anaheim
papryka ostra;
długość
ok. 10-12 cm;
świeża ma
barwę
od jasnozielonej
po czerwoną;



Banana papryka
słodka; długość
8-15 cm



Cayenne papryka
ostra; produkuje się
z niej pieprz
kajeński



Cherry papryka słodka

O
D
M
I
A
N
Y
P
P
R
Y
K
I



Cubanelle papryka słodka



De Arbol
papryka ostra;
długość 5-8 cm;
są wąskie i
zakrzywione;

Datil papryka ostra;
długość 1-10 cm;
dojrzała ma skórę
jasnopomarańczową



Fresno
papryka
ostra



Habanero papryka
ostra; długość 3-5 cm;
najostrzejsza
papryczka z tego
gatunku

Jalapeno papryka ostra





Mirasol

papryka ostra;
doskonale nadaje się
do suszenia – suszona
jest nazywana guajillo;
może mieć gładką lub
pomarszczoną skórę



Rocoto

papryka
ostra



Santa Fe Grande papryka ostra;

najlepsza jest, gdy przybierze żółtą
barwę (dojrzała jest czerwona) –
ma wówczas delikatny, cytrynowy smak

Poblano

ciemnozielone
papryczki, świeże
mają 2 razy
więcej witaminyC
niż owoce
cytrusowe





GULASZ „CSANGO”

PRODUKTY:

1 KG MIĘSA WOŁOWEGO

200G CEBULI

80G RYŻU, ZABEK CZOSNKU
PAPRYKA

120G SMALCU, KMINEK

500G KWASZONEJ KAPUSTY

50 G ŚMIETANY, SÓL,

Mięso pokroić w kawałki. zrumienić cebulę pokrajaną w plasterki, posolić, posypać łyżeczką papryki i kminku. dodać mięso, dusić, podać wodą. Do miękkiego mięso dodać odcisniętą kapustę i dolać ½ szklanki wody. Na koniec dodać ugotowany ryż i śmietanę, wymieszać. Podawać w salaterce, ozdobione kawałkami zielonej papryki.

Bigos z papryki

SKŁADNIKI

1 KG CZERWONEJ PAPRYKI
1 ŁYŻKA SMALCU
2 CEBULE, MAJERANEK
25 DAG KIEŁBASY
2 POMIDORY
10 DAG PERŁOWEJ FASOLI
3/4 SZKLANKI ŚMIETANY
1 ŁYŻKA MAKI
SÓL, PIEPRZ, MIELONA PAPRYKA,

SPOSÓB PRZYRZĄDZANIA

Fasolę przebrać, opłukać, zalać wodą, zagotować, pozostawić na 2 godziny, ugotować w tej samej wodzie. Umytą i pozbawioną gniazd nasiennych paprykę pokroić w kostkę, udusić. Kiełbasę pokroić w półplasterki, usmażyć. Cebulę obrać, też drobno pokroić, oprószyć mąką, lekko zrumienić. Połączyć z papryką, fasolą, pomidorami, śmietaną i kiełbasą, chwilę podduścić, przyprawić do smaku ostrą mieloną papryką, majerankiem, solą i pieprzem. Danie można przyrządzić wcześniej i potem tylko odgrzać, jest jeszcze smaczniejsze. Zamiast kiełbasy można dodać pieczone mięso lub kurczaka.



PAPRYKA FASZEROWANA

SKŁADNIKI

4 STRĄKI CZERWONEJ PAPRYKI
15 DAG NIE ŁUSKANEGO RYŻU
2 POMIDORY; 1 CEBULA; SÓL, PIEPRZ
1/2 SZKLANKI ZIELONEGO GROSZKU
NATKA PIETRUSZKI, KIEŁKI PSZENICY
1-2 SZKLANKI SOKU POMIDOROWEGO
OLIWA Z OLIVEK ; TYMIANEK



SPOSÓB PRZYRZĄDZANIA

Cebulę obrać, pokroić i zrumienić na oliwie na dużej patelni. Ryż ugotować w dużej ilości wody, odcedzić, dodać do cebuli. Natkę drobno pokroić, groszek odcedzić, pomidory obrać ze skórki i pokroić, połączyć z pozostałymi składnikami, wymieszać, przyprawić, poddusić kilka minut na małym ogniu. Paprykę umyć, odciąć zakończenia od strony łodyżki, oczyścić z pestek i wrzucić na kilka minut do wrzącej osolonej wody, wyjąć, osączyć. Strąki napełnić farszem, przykryć odciętymi "czapeczkami" i ustawić ciasno w żaroodpornym naczyniu, polać sokiem pomidorowym, zapiec w gorącym piekarniku.



PRZYGOTOWANIE:

Pokrajaną bułkę przyrumienić na patelni. Cebulę podsmażyć i wymieszać z posiekaną zieloną pietruszką. Jaja połączyć z mlekiem. Wszystko wymieszać w misce, dodać soli i pieprzu. Formować knedelki dowolnej wielkości i kształtu, rzucać na wrzącą osoloną wodę. Po wypłynięciu wyłowić łyżką cedzakową. Podawać do zup i dań mięsnych.

KNEDELKI

PRODUKTY:

4 CZERSTWE BUŁKI

100G MLEKA

50G SMALCU

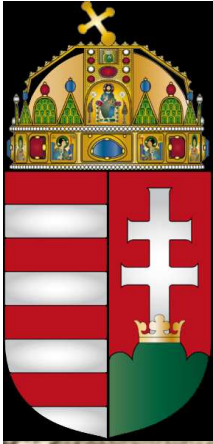
2 JAJA

20G MAKI

CEBULA, SÓL

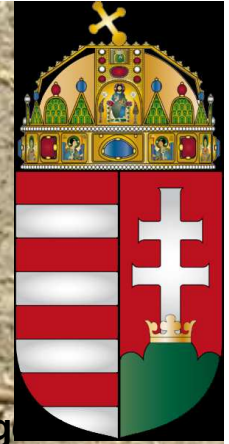
zielona pietruszka





KUCHNIA WĘGIERSKA

BOGRACZ



Składniki

- 1/2 kg mięsa wołowego
- kawałek mięsa rosółowego
- włośczyzna
- 2 cebule
- 2 papryk
- 3 pomidory
- łyżka mielonej słodkiej papryki
- papryka ostra
- łyżka smalcu
- 60 dag ziemniaków
- sól, pieprz
- 1/2 łyżeczki kminku

Kluski czipetki:

- składniki jak do ciasta makaronowego
- (mąka, jajko, woda, sól)

Osobno nastawiamy wywar z mięsa rosółowego ewentualnym dodatkiem kminku..

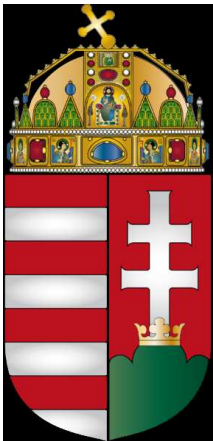
Na patelni przesmażam pokrojone w kostkę mięso wołowe wraz z posiekaną cebulą na smalcu lub innym tłuszczu.

Następnie dodajemy 2 szklanki wody, słodką paprykę, pomidory pokrojone w ćwiartki lub z puszki i paprykę pokrojoną w kostkę. Dusimy na małym ogniu, dolewając w miarę potrzeby wody.

Gdy mięso jest prawie miękkie dodajemy pokrojone w kostkę ziemniaki i duszę, aż wszystko będzie miękkie. W międzyczasie przygotowujemy ciasto makaronowe. Czipetki powinno się lepić w palcach w formie fasolek. Wrzucamy na wrzącą wodę. Gotować należy do średniej miękkości.

Wywar, mięso z warzywami i ziemniakami oraz czipetki przekładamy do jednego gara i ostatecznie doprawiamy solą, pieprzem (ale nie za dużo) i ostrą papryką (Węgrzy dodają jej bardzo dużo).

Teraz bogracz powinien poleżeć do następnego dnia, bo wtedy jest najlepszy. Czipetki wchłoną smak i wszystko się "przegryzie"



KUCHNIA WĘGIERSKA



GULASZ WĘGIERSKI

Składniki

- 50 dag wołowiny,
- Olej
- 2 duże cebule
- 3/4 l bulionu wołowego
- 50 dag ziemniaków
- 50 dag zielonej fasolki szparagowej
- 1 papryka żółta, czerowna
- 25 dag pieczarek
- 25 dag pomidorów
- Sól
- przyprawa do gulaszu Kamis

Mięso opłukać pod bieżącą wodą, osuszyć, pokroić w kostkę i podsmażyć na oleju. Dodać posiekaną cebulę, doprawić przyprawą do smaku. Podlać bulionem i gotować ok. 40 minut. Ziemniaki obrać i pokroić w kostkę, zaś fasolkę pociąć na kawałki. Paprykę pokroić w paski. Pieczarki również pokroić. Do gotującego się mięsa dodać najpierw ziemniaki, po 5 minutach fasolkę i paprykę, a po kolejnych 10 minutach, pieczarki i gotować jeszcze 3-4 minuty. Pomidory sparzyć i sciągnąć skórkę, przekroić na ćwiartki i dodać do gulaszu

LITERATURA:

- ❖ OLSZAŃSKI T.: NOBEL DLA PAPRYKI, WARSZAWA 1978.
- ❖ VYDROVA A.: KUCHNIE ŚWIATA, WARSZAWA 1987.
- ❖ IWASZKIEWICZ M., WŁODEK S.: KUCHNIA WĘGIERSKA, WARSZAWA 1975
- ❖ KSIĄŻKA MULTIMEDIALNA „KUCHNIA POLSKA – NAJLEPSZE PRZEPISY”, M. ŁEBKOWSKI
- ❖ MULTIMEIALNA KSIĄŻKA KUCHARSKA: SMACZNY KRAŻEK
- ❖ WWW.KUCHNIA-WARZYWA-CIEKAWOSTKI

PREZENTACJĘ PRZYGOTOWALI:

MONIKA KOWALCZYK I DAWID LUKS