**warsztaty kulinarne**

**„Smaki i walory podkarpacia kontra kuchnia francuska”**

**23-25 kwietnia 2018 r. Zespół Szkół Spożywczych, Chemicznych i Ogólnokształcących w Jarosławiu**

**WARSZTATY - Regionalna kuchnia Podkarpacia, grupa I**

**Proziaki**

Składniki: 1 kg mąki pszennej, 2 łyżeczki sody, 2 jajka, 0,5 l kwaśnego mleka, sól

Wykonanie: Wszystkie składniki zarobić na stolnicy. Następnie rozwałkować i kroić w prostokąty. Piec na blasze lub patelni bez tłuszczu.

**Zupa na serwatce „święconka”**

Składniki: 1l serwatki, po 100g wędzonego boczku, szynki, kiełbasy, 1 buła czerstwa, 4 jaja ugotowane na twardo, 2 łyżki tartego chrzanu, sól, pieprz

Wykonanie: Serwatkę zagotować, dodać pokrojone wędliny i bułkę. Zupę doprawić chrzanem, solą i pieprzem, dodać pokrojone w kostkę jajka.

**Pierogi z kaszy jaglanej z serem:**

Składniki ciasto: mąka pszenna, jajko, sól, letnia woda

Składniki farsz: 1 szklanka kaszy jaglanej, 1 cebula, 20 dag twarogu, sól, pieprz, mięta, masło.

Wykonanie: Do ugotowanej i ostudzonej kaszy dodać twaróg, zrumienioną na maśle cebulę, doprawić solą, pieprzem i miętą. Ugotowane pierogi podawać z kwaśną śmietaną.

**Gołąbki ziemniaczane:**

Składniki: duża główka kapusty słodkiej, 2 kg ziemniaków, 0,2 kg wędzonego boczku, 3 cebule, sól, pieprz, 0,5 l kwaśnej śmietany

Wykonanie: Kapustę obgotować i zdjąć liście. Ziemniaki zetrzeć na drobnej tarce, odcisnąć sok dodać usmażony boczek z cebulą, doprawić solą pieprzem. Uformować gołąbki, polać kwaśną śmietaną i upiec.

**WARSZTATY - Regionalna kuchnia Podkarpacia, grupa II**

**Proziaki z serem**

Składniki: 1kg mąki pszennej, 0,3 kg twarogu, 2 żółtko, 1 jajko, 1 łyżeczka cukru, 1 łyżeczka sody, sól, 2 szklanki kwaśnego mleka.

Wykonanie: Wszystkie składniki zarobić na stolnicy. Następnie rozwałkować i kroić w prostokąty. Piec na blasze.

**Zupa szczawiowa**

Składniki: 1,5 l wywaru mięsnego, 0,5 l młodych liści szczawiu, 0,25l kwaśnej śmietany, 0,25 l młodej maślanki, 2 żółtka, sól, pieprz, masło

Wykonanie: Liście szczawiu drobno pokroić i udusić na maśle. Wywar zagotować z maślanką, dodać szczaw. Zupę zagęścić śmietaną i żółtkami, doprawić sola i pieprzem. Podawać z jajkiem i ziemniakami.

**Knysze**
Składniki ciasto: 4 szklanki mąki, 1 szklanka zsiadłego mleka, 1 łyżka sody oczyszczonej, szczypta soli
Składniki farsz: 1 szklanka kaszy gryczanej, 1 cebula, 20 dag twarogu, sól, pieprz.

Wykonanie: Ciasto zrobić, jak na pierogi. Rozwałkować, wykrawać kółka, napełnić, sklejać. Piec pierogi na głębokim tłuszczu.

**Kartoflak**

Ciasto drożdżowe faszerowane ugotowanymi ziemniakami z kasza gryczaną.

Składniki ciasto drożdżowe: 0,5 kg mąki pszennej, 3 jajka, 50g masła, 1 szklanka mleka, 0,5 łyżeczki cukru, 1 łyżeczka soli, 30 g drożdży

Składniki farsz: 1 kg ugotowanych ziemniaków, 0,1 kg kaszy gryczanej, 2 cebule, masło lub smalec, sól, pieprz