

smaczne i zdrowe

Dania z grzybów



smaczne i zdrowe

Dania z grzybów



SPIS TREŚCI

Wstęp 4

Zupy 6

Barszcz czerwony z suszonymi grzybami	6	Zupa musztardowa z suszonymi grzybami	12
Flaczki z boczniaków	7	Zupa pieczarkowa z białymi kietbaskami	12
Zupa grzybowa	8	Zupa pieczarkowa z kaszą jaglaną	13
Zupa krem z kurek i cebuli	9	Zupa strogonow z pieczarkami	13
Zupa krem z pieczarek i sera feta	10	Zupa z boczniakami i cieciorką	14
Zupa krem z suszonych grzybów	11	Zupa z suszonymi grzybami i makaronem ryżowym	15
Zupa kurkowa z kalafiolem i makaronem	11		



Dania obiadowe 16

Cannelloni z grzybami w sosie paprykowo-czosnkowym	16	Piersi kaczki z grzybami leśnymi	30
Gołąbki z grzybami i ryżem	17	Placki z ziemniaków i pieczarek z sosem pieczarkowym	31
Grzyby duszone z kaszą gryczaną i kietbasą	18	Podudzia kurczaka nadziewane grzybami	32
Grzyby z soczewicą	18	Potrąwka z suszonymi grzybami i indykiem	33
Grzyby zapiekane z kaszą jaglaną	19	Ravioli z grzybami	34
Indyk w sosie kurkowym	19	Razowe fusilli z suszonymi grzybami i makrelą	34
Kluski ziołowe z suszonymi grzybami i dorszem	20	Risotto z podgrzybkami	35
Kokardki z grzybami i groszkiem	21	Risotto z suszonymi grzybami i kukurydzą	36
Kotlety grzybowe	22	Rolada z indyka faszerowana grzybami	37
Kotlety z kurek, mięsa i ryżu	22	Roladki drobiowe z grzybami	37
Krokiety z kapustą i grzybami	23	Smażona polenta z kurkami i kurczakiem	38
Krokiety z pieczarkami	24	Smażone boczniaki	39
Kurczak duszony z grzybami w winie	25	Tarta z maślakami i żółtym serem	39
Makaron ryżowy z grzybami i omletem	26	Tarta z pieczarkami i boczkiem	40
Makaron ryżowy z kurczakiem i grzybami mun	27	Tortellini z pieczarkami i suszonymi pomidorami	41
Paszteciki ziemniaczane z grzybami	28	Zapiekanka z suszonymi grzybami i warzywami	41
Pieczone ziemniaki z grzybami	29		
Pierogi z kapustą i grzybami	29		

Przekąski 42

Bułki z pieczarkami	42	Pieczarki zapiekane z serem i natką pietruszki	49
Drożdżówki z prawdziwkami	43	Pizza z grzybami leśnymi	50
Frittata z podgrzybkami	44	Placki z pieczarkami z dipem pomidorowo-czosnkowym	51
Grillowane pieczarki z serem feta i szynką długodojrzewającą	44	Ryż z pieczarkami	51
Grzanki z pastą z grzybów i suszonych pomidorów	45	Sakiewki drobiowo-pieczarkowe gotowane na parze	52
Grzanki z pieczarkami	45	Sałatka pieczarkowa z dorszem	53
Jajecznica z kurkami	46	Sałatka z kurek i kietków lucerny	54
Kulki ryżowe z grzybami	46	Sałatka z marynowanych grzybów, ziemniaków i śledzi	55
Muffinki z pieczarkami i serem pleśniowym	47	Sałatka z marynowanych podpieńków	56
Opieńki z fasolą szparagową	47	Tartaletki francuskie z grzybami leśnymi	56
Paszteciki z pieczarkami i mięsem w cieście francuskim	48	Tortille z pieczarkami i kurczakiem	57
Pieczarki zapiekane z makrelą i serem	49	Uszka z grzybami	57

Dodatki do potraw 58

Boczniki w śmietanie	58	Pasztet z grzybów	61
Grzyby duszone z cebulą	59	Pieczarki zasmażane z kapustą	61
Grzyby solone w stoiku	60	Podgrzybki marynowane	62
Marynowane opieńki	60	Sos tatarski z grzybów marynowanych	63



Wstęp

GRZYBY W KUCHNI POLSKIEJ ODGRYWAJĄ DUŻĄ ROLĘ. NADAJĄ WSPANIAŁY SMAK I CUDOWNY AROMAT KAŻDEJ POTRAWIE. PODCZAS SEZONU GRZYBOWEGO W LASACH MOŻNA SPOTKAĆ WIELU MIŁOŚNIKÓW TEGO PRZYSMAKU Z KOSZAMI W RĘKACH. ZBIORY CZĘŚCIOWO SĄ ZJADANE NA BIEŻĄCO, A RESZTĘ PRZEZORNE GOSPODYNIE DOMOWE MROŻĄ, SUSZĄ, MARYNUJĄ LUB SOLĄ, ABY MÓC SIĘ CIESZYĆ ICH SMAKIEM WIELE MIESIĘCY PO SEZONIE GRZYBOBRANIA. GRZYBY MAJĄ W KUCHNI RÓŻNE ZASTOSOWANIE. MOŻNA JE GOTOWAĆ W ZUPACH, DUSIĆ Z MIĘSEM, PODAWAĆ JAKO DANIE GŁÓWNE LUB JAKO DODATEK DO POTRAW. MOŻNA JE TEŻ WYKORZYSTYWAĆ DO PRZYGOTOWANIA SAŁATEK LUB PRZEKĄSEK. W KSIĄŻCE ZAPREZENTOWANO KILKADZIESIĄT PRZEPISÓW NA ZUPY, DANIA GŁÓWNE, PRZEKĄSKI ORAZ DODATKI DO POTRAW PRZYRZĄDZANE NA BAZIE GRZYBÓW.





Zupy

BARSZCZ CZERWONY Z SUSZONYMI GRZYBAMI

SKŁADNIKI

- 3 dag suszonych grzybów
- 1 burak
- 1 cebula
- 1 l wody
- 1 łyżka soku z cytryny
- ½ pęczka kopru
- olej do smażenia
- sól, pieprz



Grzyby zalać połową wody, następnie odstawić, aby zmiękły. Grzyby gotować w wodzie z moczenia 20 minut, po czym wyjąć je, osuszyć i pociąć w paseczki. Burak obrać i umyć. Piec w folii 30 minut w piekarniku rozgrzanym do 180°C. Warzywo ostudzić i zetrzeć na tarce. Cebulę obrać, umyć i pokroić w kostkę. Na patelni rozgrzać olej i zrumienić cebulę. Wodę, w której gotowały się grzyby, oraz pozostałe ½ l wody zagotować. Dodać burak, cebulę i sok z cytryny. Gotować jeszcze 30 minut, następnie zupę przecedzić i przyprawić. Koper umyć i posiekać. Do zupy dodać grzyby. Całość posypać koprem.