

# Święta u Sznajderów. Przepisy i pomysły z fermentem – Dolnośląski Warsztat

Autor Marzena Żuchowicz

## Święta u Sznajderów. Przepisy i pomysły z fermentem

Tuż przed świętami zajrzeliśmy do domowej kuchni kiszonkowej rodziny Sznajderów. Jakie rarytasy pojawią się w tym roku na ich świątecznym stole? Mamy dla Was pięć sprawdzonych przepisów: na wigilijny barszcz, bigos wegański, wrocławski bigos z czerwonej kapusty i gołąbki w liściach kiszzonej kapusty.

Kiszonki są jak prezenty pod choinką – trudno wyobrazić sobie bez nich święta. Zakwas z buraków nadaje wigilijnemu barszczowi odpowiednią kwasowość i głęboki, burgundowy kolor. Smak sałatki jarzynowej i śledzika podkreślają kiszzone ogórki. Do bigosu, kapusty z grochem i na farsze do pierogów i krokietów używana jest kiszona kapusta. Słodkawy smak karpia przelamuje surówka z kiszzonej czerwonej kapusty.

### Prawdziwa beczka i żywy ogień

Obecnie już trzecie pokolenie w rodzinie Sznajderów sieje, sadi, a później zbiera i kisi warzywa – piętą mechanicznie, nie stosując nawozów sztucznych czy glifosatu.

Tradycję kiszenia w rodzinie zapoczątkował pradziadek Stefan Sznajder w latach 50-tych ubiegłego wieku. Wiele lat temu, specjalnie na święta, rodzina zaczęła kisić również buraczki i przygotować prawdziwy zakwas buraczany na wigilijny barszcz.



Emilia Chmura, wnuczka pana Stefana, wspomina rodzinne historie o pasji dziadka do drewna, o dębowych beczkach, które własnoręcznie wykonywał i topieniu ich w stawie. Pamięta też babcię Zosię, jej talent do liczb i księgowości oraz dom z piecem z żywym ogniem i zawsze ciepłym posiłkiem dla każdego gościa.

### Powolna kuchnia

W recepturze kiszenia nic się nie zmieniło od lat – sekretem smaku jest u Sznajderów powolny proces kiszenia – nie dodają octu ani żadnych chemicznych dodatków, konserwantów, przyspieszaczy fermentacji czy wybielaczy.

Rodzina słynie też z otwartości i bardzo chętnie dzieli się też przepisami i pomysłami na dania z udziałem kiszzonek. Poniżej kilka wigilijnych, sprawdzonych przepisów, a także rada dla wszystkich miłośników świątecznego zdobienia świątecznych pierników.

### Przepis na gołąbki Prababci Marii Sznajder



Fot. M. Sznajder

#### **Składniki:**

- kasza jęczmienna
- boczek
- cebula
- sól, pieprz
- czosnek
- liście kiszzonej kapusty

Ugotować kaszę jęczmienną w osolonej wodzie i schować garnek na 6 godzin w koc, by kasza doszła. Zmieszać z drobno pokrojonym i podsmażonym boczkiem z cebulką, dodać skwarki, sól, pieprz i czosnek. Zawijamy w liście kiszzonej kapusty. Zapiekamy w piekarniku. Przed zjedzeniem kroimy w grube plastry i podsmażamy na patelni z obu stron.

#### **Przepis na gołąbki wege w liściach kiszzonej kapusty**

#### **Składniki:**

- 8-10 liści kiszzonej kapusty
- 1 szklanka kaszy białej gryczanej
- 1/2 szklanka czerwonej soczewicy
- 1 cebula
- 1/2 cukinii
- 1 marchewka
- kawałek pora
- 2 ząbki czosnku
- suszony mielony pomidor
- 2 liście laurowe
- 3 ziela angielskie
- 4 jagody jałowca
- majeranek, cząber
- pęczek zielonej pietruszki
- sól, pieprz
- 3-4 łyżki oleju rzepakowego tłoczonego na zimno
- 1 szklanka bulionu warzywnego
- 1/2 szklanki soku z kapusty

Liście kapusty zalej wrzątkiem i gotuj przez 5 minut. Następnie zalej zimną wodą i delikatnie wylów. Kaszę przepłucz i ugotuj do miękkości. Ugotuj soczewicę, może lekko się rozpadać. Na patelni podsmaż posiekaną cebulę i pora. Dodaj cząber, majeranek, jałowiec, liść laurowy, ziele angielskie, suszony pomidor i pieprz. Smaż ok 3-4 minuty ciągle mieszając. Dodaj posiekany czosnek i posiekane marchew i cukinię, smaż aż lekko się zarumienią. Wyciągnij liście laurowe, ziele angielskie i jałowiec. W misce wymieszaj warzywa, kaszę, soczewicę i posiekaną natkę pietruszki. Dopraw solą i pieprzem do smaku. Jeśli farsz jest zbyt sypki dodaj 2 łyżki mąki. Rozłóż liście kapusty, połóż farsz, złóż boki i zawijaj jak zwykłe gołąbki. Na dno garnka nalej parę łyżek oleju, przełóż gołąbki i postaw na małym ogniu. Niech gołąbki się podsmażą od spodu. Przykryj i duś ok 10 min. Następnie lekko podlej bulionem warzywnym oraz sokiem z kapusty kiszzonej i duś kolejne 20-30 minut. Podawaj z sosem pomidorowym lub grzybowym.

#### **Przepis na barszcz wigilijny Sznajderów**

*„Głęboka burgundowa barwa, klarowny i przejrzysty kolor oraz wyjątkowy, wytrawny aromat. Smaku nie da się porównać do żadnego innego – delikatnie słodki, odrobinę winny, a na końcu języka pozostawiający słoną, cierpką nutę – to właśnie zakwas z buraków stoi na straży wigilijnego barszczu” (Marta Dymek, [Jadlonomia](#))*



Zdjęcie M. Sznajder

#### **Składniki na wywar:**

- marchewka, pietruszka, seler, seler, por, surowe buraczki
- 300 g kiszonych buraczków
- suszone grzyby
- suszone śliwki
- jabłko
- cebula
- przyprawy: majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz
- 250 ml soku z kiszonych buraczków
- sól, łyżeczka miodu
- 1-2 ząbki czosnku

#### **Przygotowanie:**

Gotujemy wywar z warzyw: marchewka, pietruszka, seler, surowe buraki, por. Następnie dodajemy słoiczek kiszonych buraczków, namoczone wcześniej suszone grzyby, kilka suszonych śliwek, pokrojone jabłko i przysmażoną cebulkę. Doprawiamy majerankiem, liściem laurowym, ziele angielskim i pieprzem. Gotujemy przez godzinę. Po ugotowaniu odcedzamy i dolewamy sok z kiszonych buraków. W razie potrzeby dodajemy sól, łyżeczkę miodu i czosnek.

#### **Wegański bigos**



**Składniki:**

- 100 g suszonych grzybów: podgrzybków i prawdziwków
- 2 szklanki wody
- 2 kg kapusty kiszzonej.
- 3 cebule
- pięć ząbków czosnku
- kilka łyżek oleju tłoczonego na zimno
- 100 g suszonych śliwek
- przyprawy i zioła: łyżeczka majeranku, po pół łyżeczki rozmarynu i kminku, 4 liście laurowe, 4 ziarna ziela angielskiego, łyżka miodu

**Przygotowanie:**

Grzyby zalewamy 2-3 szklankami zimnej wody i odstawiamy pod przykryciem na kilka godzin, albo na noc. Kapustę kroimy na drobniejsze części (nie płuczemy!)

Wkładamy do garnka i wlewamy wodę z grzybów i ok. 2 szklanek wody. Dodajemy do garnka liście laurowe, ziele angielskie, kminek, rozmaryn, majeranek, pokrojone grzyby i śliwki gotujemy. Cebulę kroimy w kostkę, a następnie przysmażamy na złoty kolor na zimnotłoczonym oleju rzepakowym i dodajemy do kapusty razem z posiekanym czosnkiem. Wszystko razem gotujemy ok. 1 godziny. Doprawiamy solą i miodem do smaku. Kapusta najlepiej smakuje następnego dnia, kiedy się „przegryzie”.

**Bigos dolnośląski z kapusty kiszzonej czerwonej**



Fot. M. Sznajder

#### **Składniki:**

- 1 kg kapusty czerwonej kiszzonej i 0,5 kg kapusty czerwonej surowej
- 2 duże jabłka
- 1 cebula
- 100 g rodzynek
- 50 g masła
- 2 goździki, ziele angielskie
- 2 liście laurowe
- 1 szklanka czerwonego wytrawnego wina
- 2 łyżki mąki ziemniaczanej
- 2 łyżki miodu
- sól i świeżo zmielony pieprz
- pętko kielbasy i boczek

#### **Przygotowanie:**

Kapustę kiszoną czerwoną obgotowujemy przez 30-40 minut z dodatkiem ziela angielskiego i liścia laurowego. Po ugotowaniu studzimy ją, odciskamy i drobno kroimy. Kapustę świeżą drobno siekamy. Jabłka kroimy w kostkę. Cebulę siekamy.

Masło roztopiamy w rondlu i szklimy cebulę. Dodajemy kapustę surową, a następnie goździki, jabłka, rodzyнки, wino oraz 100 ml wody. Mieszamy i całość dusimy około 2h na małym ogniu.

Mąkę ziemniaczaną mieszamy z małą ilością wody i łączymy z kapustą. Na koniec do bigosu dodajemy pieprz, sól, miód oraz pokrojone w kostkę i smażone: boczek i kielbasę. Najlepiej smakuje kolejnego dnia.

#### **Jak pokolorować lukier na pierniczki? Sokiem z buraka!**



Fot. M. Sznajder

Słynący z właściwości prozdrowotnych sok z buraka jest idealnym barwnikiem do lukru. Podobnie jest z sokiem z kiszonej czerwonej kapusty. Pierniczki na zdjęciu wykonała niesamowita Ela Malinowska [Pierniczki ze Szlaku Cystersów](#)

\*\*\*

Więcej o Sznajderach: [Duma z kapusty. Historia klanu Sznajderów](#)