

C'est si bon !!!
To takie dobre !!!

Odkrywamy tajniki kuchni francuskiej

Oddajemy w Wasze ręce niniejszą broszurkę,
która uchyli rąbka tajemnicy okrywającej
kuchnię francuską. Chcemy pokazać Wam,
że kuchnia francuska to nie tylko
przysłowiowe ślimaki i żaby, ale także
potrawy mające swoją bogatą historię –
potrawy, które z pewnością przypadną Wam
do gustu. Życzymy wrażeń nie tylko
smakowych, ale także wizualnych. A więc:

BON APETIT!

Crêpes Suzette



W roku 1895 Henri Charpentier był zaledwie pomocnikiem kucharza w Hôtel de Paris w Monte Carlo. Pewnego letniego popołudnia lokal odwiedził książę Walii Edward wraz z przyjaciółmi. Po zjedzonym obiedzie zażyczył sobie deseru - naleśników. Ich przygotowanie przypadło w udziale młodemu Francuzowi.

Niestety, podczas pracy sos, którego składnikami były m.in. likier Grand Marnier oraz kirsz, niespodziewanie zapalił się. Załamany Henri, nie mając już czasu na rozpoczynanie wszystkiego od nowa, spróbował nieszczęsnej mikstury. Był wniebowzięty! Wiele lat później, w swojej autobiografii "Życie à la Henri" napisał o tej chwili: "Pomyślałem, że jest to najrozkoszniejsza melodia słodczy, jaką kiedykolwiek smakowałem." Nie zastanawiając się wiele, włożył ciepłe naleśniki do sosu, dolał nieco więcej trunków, ponownie podpalił i płonące podał na stół.

Zachwycony książę, wygarniając łyżeczką ostatnie krople sosu z talerza, zapytał, jaka jest dokładna nazwa potrawy, którą zjadł z taką rozkoszą.

Bystry chłopak odparł natychmiast: "naleśniki książęce". Edward oczywiście zrozumiał, iż nazwa ma być ukłonem w jego stronę, ale jako że przy stole siedziała też pewna dama (nawiasem mówiąc, jedyna wśród osiemnastu mężczyzn), zapytał, czy Henri nie zechciałby zmienić nazwy na "naleśniki Suzette", zgodnie z imieniem niewiasty. Tak powstały słynne naleśniki Suzette. Następnego dnia książę poprzez gońca przysłał Henriemu kapelusz (najprawdziwszą panamę), sygnet oraz laskę.

Przepis:

Przyrządźcie ciasto naleśnikowe według waszej receptury, zastępując wodę schłodzonym mlekiem oraz weźcie 6 jaj na 250 g mąki, cukier waniliowy, koniak lub rum. Kiedy ciasto naleśnikowe będzie „odpoczywać” utrzymacie 150 g miękkiego masła z 125 g cukru pudru, sokiem i startą skórką z dwóch mandarynek i kieliszkiem likieru curcacao. Usmażcie naleśniki na patelni o grubym dnie. W chwili podania nałóżcie na każdy naleśnik warstwę mandarynkowego masła, złożcie w ósemkę.

Préparation:

Faites votre pâte de la façon habituelle en remplaçant l'eau par du lait refroidi et en comptant 6 oeufs entiers pour 250 g de farine, sucre vanille, cognac ou rhum. Pendant que repose la pâte, préparez dans une terrine tiède 150g de beurre que vous battrez et amollirez à la cuillère de bois en y ajoutant 125g de sucre en poudre, le jus et le zeste râpé de deux mandarines et un verre de curacao. Faites vos crêpes comme à l'accoutumée, dans une petite poêle à fond très épais. Au moment de servir, placez sur chaque crêpe une couche de beurre mandarine, puis pliez en quatre et en huit.

N.B. Ceci est la vraie recette, encore que généralement, au restaurant, on les prépare à l'orange et flambées, abusivement.

Zupa cebulowa



Przepis:

- 500g cebuli
- łyżka mąki
- sól i pieprz
- 2 lub 3 duże ziemniaki

Zrumienić pokrojone cebule w rondelku. Oprószyć mąką i pozostawić do zrumienienia. Wlać wodę, dodać pieprz i sól, dodać pokrojone w kostkę ziemniaki, gotować 30 min. Następnie zmiksować zupę. Wlać na kromki chleba, uprzednio umieszczone na talerzu. Można też ten przepis uczynić bogatszym, zamieniając wodę bulionem wołowym oraz serwując w wazie na kromkach chleba usmażonych na maśle i posypanych serem.

Préparation:

Fondre le beurre dans une casserole. Ajouter l'oignon haché, le sucre et une demi-cuillère à café de sel. Couvrir avec un couvercle et laisser mijoter 20 à 30 minutes, jusqu'à ce que l'oignon soit brun. Retirer le couvercle et poursuivre la cuisson pendant 5 minutes. Saupoudrer de farine et faire frire l'oignon pendant 2 minutes. Ajouter le bouillon, remuer et laisser cuire pendant 15 minutes à feu doux. Verser le brandy dans la soupe et assaisonner avec le sel et le poivre. Verser la soupe dans un plat résistant à la chaleur, saupoudrer de fromage et cuire au four 10 minutes environ jusqu'à ce que le fromage soit fondu.

Žabie udka



Historia jedzenia żabich udek narodziła się w XII wieku, kiedy władze Kościoła zauważyły, że mnisi stają się coraz grubszy i nakazały im ograniczenie spożywania mięsa. Sprytni braciszczkowie dopuścili się wtedy drobnego oszustwa. Zakwalifikowali żaby jako rodzaj ryb i stwierdzili, że od nich postu zachowywać nie muszą. Reszta społeczeństwa szybko doszła do wniosku, że skoro mnisi jedzą żaby, to oni także mogą.

Przepis:

Udka doprawić solą i pieprzem, obsmażyć szybko na rozgrzanym maśle z czosnkiem i cebulą. Wyjąć czosnek i cebulę wlać rozmacone jajka na udka. Po chwili odwrócić całość, aby jaja się ścięły. Pod koniec doprawić odrobiną octu winnego.

Préparation:

Assaisonner de sel et poivre. Sauter vivement au beurre avec ail, oignons. Retirer ail et oignons. Verser sur les grenouilles des oeufs. Tourner pour faire prendre les oeufs. Terminer avec une légère pointe de vinaigre.

Šlimaki



Przepis:

- tuzin ślimaków na osobę
- 2 jajka (na 6 tuzinów)
- sól, pieprz
- liść laurowy
- oliwa z oliwek
- czosnek
- migdały (jeśli ktoś lubi)
- szklanka mleka

Ślimaki ugotować w wodzie z solą, pieprzem i liściem laurowym. Kiedy ślimaki zaczną odchodzić od skorupki, należy je odcedzić. Rozgrzać w rondlu oliwę z oliwek z 4 zmiądzonymi ząbkami czosnku. Podsmażyć kilka chwil, a następnie dodać ślimaki. W międzyczasie przygotować majonez i dodać do niego migdały. Rozrzedzić tak przygotowany majonez szklanką ciepłego mleka i wlać całość na ślimaki nie doprowadzając całości do zagotowania.

Préparation:

- 1 dz d'escargots par personne
 - 2 oeufs (pour 6 dz)
 - sel,poivre
 - 1 feuille se laurier
 - huile d'olive
 - ail
 - amandes (selon gout)
 - 1 verre de lait
- dz – une douzaine

Cuire les escargots dans l'eau salée, poivrée et avec une feuille de laurier. Les egoutter en fin de cuisson (c'est- a – dire lorsque les escargots se detachent de la coquille). Dans une casserole mettre de l'huile d'olive, quatre gousses d'ail écrasées. Laisser cuire quelques instants et puis ajouter les escargots (s'il manque un peu de sauce ajouter de l'eau salée et poivrée). D'autre part, preparer une mayonnaise, y ajouter des amandes pilées. Delayer cette mayonnaise aux amandes avec un verre de lait tiède et verser sur les escargots en les sautant mais sans laisser bouillir.

Tarta Tatin



Tarta powstała w 1898 roku we Francji w Lamotte-Beuvron. Jej twórczynią była Stéphanie Tatin, która wraz z siostrą Caroline prowadziła hotel i restaurację (istniejącą do dziś). Pewnego razu, w restauracji był duży ruch i Stephenie w pośpiechu, przygotowując zwykłą tartę z jabłkami, włożyła do pieca podpieczone jabłka zapominając o cieście. Kiedy się zorientowała, przykryła jabłka ciastem, upieczona tartę odwróciła do góry nogami. Efekt okazał się zaskakujący: kruchutki spód, soczyste jabłka i spływający karmelowy sos podane na gorąco. Tarta szybko stała się popisowym daniem Hotelu Tatin. Swoją międzynarodową sławę zawdzięcza prawdopodobnie Louisowi Vaudable - restauratorowi z Paryża, który spróbował tarty podczas swojego pobytu w Lamotte-Beuvron, a następnie dodał ją do menu prowadzonej przez siebie restauracji Maxim's. Mieszkańcy Lamotte-Beuvron założyli nawet stowarzyszenie La Confrérie des Lichonneux de Tarte Tatin, które ma promować i bronić prawdziwej tarty Tatin. Jego członkowie noszą specjalne stroje, podobne do tych, które dawniej odświętnie noszono na wsiach - niebieskie bluzy, czerwone chusty i czarne kapelusze. Co roku organizowane jest święto i targ, podczas których można dokonać degustacji tarty.

Przepis:

Ciasto:

- 200 g mąki
- 125 g masła
- szczypta soli
- łyżeczka cukru
- lodowata woda

Nadzienie:

- 125 g masła
- 125 g cukru
- 1 kg kwaśnych jabłek

Szybko zagnieść ciasto: mąkę z solą, cukrem, posiekanym masłem. Jeśli jest za suche, dodać trochę wody, rozwałkować, wstawić do lodówki.

W formie do pieczenia rozpuścić masło, dodać cukier i smażyć, aż się zrumieni i powstanie karmel. Obrane, przekrojone na pół jabłka bez gniazd nasiennych ułożyć ściśle na karmelu.

Wstawić do piekarnika (180°C) na 15-20 minut (lub smażyć na patelni pod przykryciem).

Wyjąć, ostudzić. Przykryć dokładnie ciastem, wsuwając brzegi do środka formy.

Nakłuć ciasto w kilku miejscach. Wstawić do piekarnika 180 st. C na 15-30 minut, aż ciasto się zrumieni. Wyjąć i odstawić na kilka minut. Przykryć większym talerzem i obrócić do góry dnem, zdjąć z wierzchu formę, w której się piekło i podawać gorące.

Préparation:

- La pâte:
- 200 grammes de farine
- 125 grammes de beurre
- 2 pincées de sel
- une cuillère à soupe de sucre
-
- La farce:
- 125 grammes de beurre
- 125 grammes de sucre
- 1 kilogramme de pommes

Melanger tous les ingrédients pour la pâte. Pétrir rapidement et ajouter un peu d'eau si la pâte est trop sèche. Ensuite mettre la pâte dans le réfrigérateur. Fondre le beurre dans le moule ajouter le sucre et frire pour obtenir un caramel. Péléz et couper les pommes en deux. Disposez les pommes dans le caramel. Mettre au four 15-20 minutes (180 C). Après sortir pendant et refroidir la farce. Courvir de pâte et rentrer les bords dans le moule. Piquer la pâte à plusieurs endroits. Mettre au four pendant 15-30 minutes (180 C), jusqu'à ce que la pâte soit dorée. Retirer et laisser reposer pendant quelques minutes. Couvrir avec une platine et mettre à l'envers. Retirer du moule. Servir chaude ou froide.

Placek Lotaryński



Kisz jest słoną tartą z boczkiem i serem.

Czas przygotowania: 20 min

Pieczenie: 25 min

Składniki dla 4 osób:

- 3 jajka
- 1/2 l mleka
- 125 g pokrojonego boczku
- 1/2 łyżeczki soli
- 2 szczypty pieprzu (lub gałki muszkatołowej)
- 100 g startego żółtego sera
- ciasto kruche (słone) z 200 g mąki.

Najpierw podsmażcie boczek na patelni. Następnie rozłóżcie ciasto w formie na tartę i dodajcie usmażony boczek. Ubijcie jajka z solą i pieprzem lub gałką muszkatołową i wylejcie masę na ciasto. Dodajcie na wierzch starty ser. Rozgrzejcie piekarnik do 200 C i włóżcie tartę na 25 minut.

La quiche est une tarte salée avec des lardons ou fromage.

Temps preparation: 20 minutes

Cuisson: 25 minutes

Ingrédients pour 4 personnes:

- 3 oeufs
- 1/2 litre de lait entier
- 125 g de lardons
- 1/2 cuillère à café de sel
- 2 pincées de poivre (ou noix muscade)
- 100g de gruyère râpé
- pâte brisée avec 200g farine

Tout d'abord, mettez les lardons dans une poêle et faites les revenir. Ensuite, mettez la pâte brisée dans un moule à tarte et disposez les lardons sur la pâte. Battez les oeufs avec le lait et le sel, puis ajoutez une pincée de poivre ou de noix muscade. Versez les oeufs et la crème sur la pâte. Ajouter le gruyère pardessus. Chauffez le four a 200 degrés et mettez la quiche au four pendant 25 minutes.

SZAMPA N

To szczególny rodzaj wina musującego znany na całym świecie i potocznie kojarzony ze świętowaniem i luksusem. Nazwę swą zawdzięcza Szampanii, regionowi w północno-wschodniej Francji, głównemu miejscu jego produkcji. Szampan jest produkowany bez sztucznego nasycania napoju dwutlenkiem węgla. Dwutlenek węgla tworzy się w nim na skutek naturalnego procesu dojrzewania wina w butelkach. Do butelek nalewa się młode, nie do końca przefermentowane wino, a następnie przechowuje się lekko pochylone w stronę korka butelki w piwnicach, w stałej temperaturze 3-5 C

Pierwsze krzewy winorośli posadzili w Szampanii w północno-wschodniej Francji Rzymianie, jeszcze w epoce gallo-romańskiej. Mimo, że warunki glebowe tego regionu powodowały, że trudno było osiągnąć naturalną dojrzałość owoców, to jednak uprawa tych winnych krzewów przetrwała głównie dzięki mnichom. Pierwsze wina z Szampanii zakwalifikowane do win francuskich nazwane były winami szampańskimi gdzie słowo „champagne” oznaczało nieużytki, nadające się tylko na pastwiska dla owiec. Wina te były uznawane za szare, źle zabarwione, według winiarzy źle dojrzewające w beczkach. Aby polepszyć jakość wina, zachować jak najlepszy aromat, zaczęto je butelkować, jeszcze przed końcem pierwszej fermentacji. Miało to jednak swój skutek uboczny - dwutlenek węgla. Przyprawiło to mnichom wiele kłopotów, ponieważ korki strzelały, butelki wybuchały. Trunek został nazwany diabelskim winem. Pierre Dom Perignon, zakonnik piwniczny klasztoru Benedyktynów w opactwie Hautvillers, próbował na wiele sposobów udoskonalić wino, usuwać jego wady poprzez dobór odpowiednich gatunków winorośli. To on jako pierwszy zastosował korek dębowy, który przywiązywał do butelki włóknem konopnym nasyconym olejem, co pozwoliło winu zachować świeżość i pianę. Nakazał też produkowanie butelek o grubszych ściankach, które musiały wytrzymać duże ciśnienie gazu.

Ciekawostki

- Bagietka została wymyślona przez piekarzy pracujących dla Napoleona, ponieważ jej kształt umożliwiał łatwy transport w kieszeni od spodni.
- Pierwsza francuska książka kucharska powstała w XIV wieku.
- We Francji istnieje wiele przykazań dotyczących sposobu podawania win, niektóre z nich mówią np. o tym, że: wina białe podaje się przed czerwonymi, wina lekkie przed mocnymi. Wina schłodzone proponuje się przed winami o temperaturze pokojowej. Każde następne podane wino powinno być mocniejsze i bardziej aromatyczne od poprzedniego.
- Do francuskiego posiłku zawsze podaje się wodę. Pije się ją do sałat oraz między winami, aby zmyć smak poprzedniego gatunku wina.

Stali się sławni używając swego nazwiska potrawie:

- Rossini był kompozytorem i stworzył Turnedos Rossini (potrawa mięsna)
- Chateaubriand (poeta) przetrwał w sposobie przyrządzania polędwicy wołowej
- Stanisław Leszczyński, król polski, teść króla Francji wystawił się królewskim bażantem a la Leszczyński
- Melba (śpiewaczka) jest matką chrzestną gatunku brzoskwini i deseru lodowego

Mamy nadzieję, że ten projekt, w który włożyliśmy serce, przypadł Wam do gustu i przekonał Was, że kuchnia francuska nadaje się nie tylko na wykwintne przyjęcia, ale także na spotkania w domowym zaciszu. Być może nasza książeczka z przepisami stanie się Waszym ulubionym przewodnikiem kulinarnym i zachęci Was do dalszego odkrywania bogactwa tej kuchni.

Tego z całego serca życzą Wam:

Izabela Kempa

Anna Wrótniak

Magdalena Pająk

Michalina Krzemień

Agnieszka Trzaskowska

oraz opiekun projektu

Danuta Miechowska-Samel