

BAŁKAŃSKIE ZAPISKI KUCHENNE

*Kuchnia jarska Bułgarów
w przepisach i komentarzach*



zebrała i ułożyła:

ILIANA GENEW - PUHALEWA

YOU CAN BUY THIS BOOK AT:
ZOGRAPH.ORG
RARE BOOKS AND CULTURE

visit the official website of the book:
WWW.BALKANSKO.ORG



ZOGRAPH.ORG
RARE BOOKS AND CULTURE



Co, gdzie, kiedy i z kim je się na Bałkanach

Wstęp do serii



Zastanówmy się przez chwilę, dlaczego jemy barszcz w Wigilię, białą kielbasę w Wielkanoc, pączki w Tłusty Czwartek, kanapki na śniadanie, sałatki na kolację... Dlaczego polskie bułki z serem są słodkie, a nie słone, dlaczego dynię je się na kwaśno, a nie na słodko na przykład?... Jest tak, ponieważ od zawsze człowiek odżywia się nie tylko według nakazów własnego żołądka, lecz przede wszystkim według nakazów kultury i ogólnego kulinarnego modelu społeczeństwa, do którego należy. Jednocześnie, każdy z nas posiada pewną własną kulinarną „kompetencję”, która z jednej strony związana jest z predyspozycją naszego organizmu, z drugiej zaś - z procesem naszej edukacji kulinarnej. Poznając więc kuchnię innych narodów można by rzec, że wzbogacamy tę swoją kompetencję kulinarną, co z kolei pozwala nam na poszerzenie granic możliwego wyboru, jakim dysponujemy, kiedy po raz kolejny zadajemy pytanie: „*Co przyszykować dziś na obiad?*”

Nie bez kozery uważa się kuchnię za część ogólnie pojętej kultury - nie jemy przecież czegokolwiek, gdziekolwiek, kiedykolwiek i z kimkolwiek. Co, gdzie, kiedy i z kim się je - to wymiary naszej kulinarnej kultury, naszego kulinarnego świata. W niniejszej serii staramy się zaprezentować tradycje kulinarne narodów Półwyspu Bałkańskiego, opowiadając nie tylko o tym co, ale też gdzie, kiedy, jak i z kim je się sałatkę szopską czy gołąbki w liściach winogronowych. Gawędami o ludowych obyczajach oraz oryginalnymi starymi i współczesnymi fotografiami pragniemy stworzyć klimat, zachęcający do bliższego poznania zasad bałkańskiej kultury kulinarnej, a tym samym do wzbogacenia kulinarnej kompetencji naszych Czytelników.

Mówiąc o Bałkanach, bardzo często myślimy nie tylko o danym obszarze geograficznym, co o pewnym fenomenie kulturowo-historycznym. Kraje, określane jako bałkańskie, łączą wspólne elementy kultury ludowej, wspólna przeszłość w ramach Cesarstwa Bizantyńskiego, wspólne doświadczenie niewoli tureckiej, wreszcie wieloetniczność i wielowyznaniowość.



ZOGRAPH.ORG
RARE BOOKS AND CULTURE



Sałatka Szopska

Шопска салата

☞ LATO ☞

SKŁADNIKI:

3 pomidory
2 nieduże ogórki
2 nieduże cebule
20 dag sera feta lub bryndzy

3 łyżki oliwy
2 łyżki octu winnego

sezonowo: 2 słodkie czerwone pieczone papryki,
natka pietruszki

Sposób przygotowania

Pomidory kroimy w ósemki lub w ćwiartki. Ogórki i cebulę obieramy i kroimy w średniej wielkości plasterki. Aby złagodzić smak cebuli, warto potrzymać ją kilka minut w letniej wodzie. Jesienią Bułgarzy lubią dodawać zwykle do sałatki szopskiej także 2 pieczone słodkie czerwone papryki, które opiekają na płycie kuchenki elektrycznej, następnie obierają ze skórki i kroją.

Pokrojone warzywa solimy do smaku, pamiętając o tym, że dodawany do sałatki ser sam w sobie jest dość słony. Całość polewamy oliwą i octem winnym, następnie delikatnie mieszamy. Do sałatki można dodać także drobno posiekaną natkę pietruszki. Na koniec sałatkę obficie posypujemy grubo startym serem.



Zapewne czytelnicy, którzy znają kuchnię grecką znajdą podobieństwo pomiędzy sałatką szopską a grecką *choriatiki* (χωριάτικη), czyli sałatką wiejską. Obie sałatki są podobne pod względem produktów, ale różnią się pod względem formy, ponieważ składniki greckiej sałatki wiejskiej kroi się w duże kawałki, a ser w dużą kostkę.

To stanowi dla Bułgara niebłahą różnicę, bowiem po pewnym czasie starty ser w szopskiej sałatce wymiesza się z sokiem, wydzielonym przez pokrojone warzywa, a wtedy można w nim maczać kawałki puszystego białego pieczywa... popijając wszystko *rakiją*.



Papryki nie tylko pieczone



Jesienią na Bałkanach zawartość nawet i dwudziestukilogramowych worków z papryką słodką lub ostrą zostaje wypieczona, przyrządzona w postaci wcześniej opisanej *salatki z pieczonych papryk* i, podzielona na małe i duże porcje wędruje w słoikach do rodzinnych piwnic.

Jednak to nie pieczona papryka będzie głównym *meze* na stołach Bułgarów zimą... Wśród przetworów zdecydowanie króluje kiszonka zwana *carska turszia*, czyli – jak sama jej nazwa wskazuje – kiszonka królewska. Jej podstawowym składnikiem również jest papryka, tym razem jednak – według oryginalnego przepisu – odmiana „pomidorowa”, zwana po bułgarsku *kamba*. Polecamy gorąco *turszję* ze względu na dostępność wszystkich jej komponentów na polskim rynku.

Dobry przepis na *turszję* jest dumą każdego domu w Bułgarii, ponieważ zimą ta mieszanka marynowanych ważyw jest pierwszym daniem, jakim gospodarz wita swoich gości, przy okazji częstując wszystkich oczywiście *rakią*. Często ten „duet” oceniany jest jako jedną całość przez gości, a największym uznaniem dla domu jest prośba o zdradę tajemnicy przyrządzania skosztowanej *turszji*.

W dzisiejszych czasach *turszję* przechowuje się w słoikach, natomiast dawniej do tego celu używano specjalnych glinianych naczyń, o pojemności kilkudziesięciu kilogramów. O niezwykłych właściwościach tego materiału opowiemy w jednym z następnych rozdziałów naszej książki.

Ракія

Reklama prasowa izby winiarskiej „ДАКО МИХАЙЛОВ” oferującej „południowe wina” oraz *rakię*–śliwownicę na bazie wody źródłanej. Około 1920 rok.





Дамаджана

Na widok DAMADŽANY niejednemu Bułgarowi błyskają oczy – jest to popularne na wsi kilkilitrowe szklane naczynie oplecione trzcina, w którym przechowuje się domowej roboty rakiję lub wino.



Carska turszija

Царска туршия



JESIEŃ/ZIMA



SKŁADNIKI:

1 kg czerwonej papryki pomidorowej
1 kg marchewki
2 kg kalafiora
1 kapusta
1 duży seler z natką
czosnek

pieprz czarny ziarnisty
2 l octu
1 kg cukru

można dolać 1 filiżankę oliwy!

Sposób przygotowania

Paprykę kroimy w ćwiartki i zalewamy zalewą z octu, cukru i soli. W tej marynacie paprykę kisimy przez 2 doby, mieszając je od czasu do czasu. Potem odcędzamy i przekładamy do słoików o pojemności 1l.

Na paprykach układamy warstwami resztę (pokrojonych w plasterki) warzyw i zalewamy marynatą. Dodajemy także kilka pokrojonych ząbków czosnku i pieprz do smaku. Na sam koniec wsypujemy do słoików startą na proszek aspirynę (1 – 2 tabletki) i szczelnie zamykamy. Aspiryna będzie pełnić funkcję substancji konserwującej. Przez tydzień, co wieczór, obracamy słoiki (przez jedną dobę stoją normalnie, a przez następną – dnem do góry).

Słoiki przechowujemy w chłodnym miejscu.



Wcielenia *kiselo mliako*

czyli bułgarskiego jogurtu



K*iselo mliako*, dosłownie „kwaśne mleko” było znane w Bułgarii już VII w., a obecnie jest chyba najbardziej rozpowszechnionym bułgarskim produktem mlecznym. Panuje powszechne przekonanie, że swoją przysłowiową długowieczność Bułgarzy zawdzięczają właśnie spożyciu jogurtu – zdrowszego i łatwiej przyswajalnego przez organizm od mleka. Swoje znakomite właściwości odżywcze, smakowe, a nawet lecznicze zawdzięcza ono działaniu specjalnej bakterii znanej pod nazwą *Lactobacterium bulgaricum*. Ci, którzy mieli okazję skosztować oryginalnego bułgarskiego jogurtu wiedzą, że różni się od polskiego tak smakiem, jak i konsystencją – jest gęstszy, bardziej tłusty i je się go łyżką.

W Polsce dobrym zamiennikiem *kiselo mliako* jest acydofilne zsiadłe mleko lub acydofilny jogurt, które wytwarzane są z krowiego mleka, zakwaszonego bakterią *Lactobacterium acidophilum*, posiadają bowiem podobne właściwości lecznicze i również dobrze wspomagają trawienie.

Bułgarski jogurt jest głównym bohaterem dania zwanego *tarator*. Zasadniczo ma on dwie postacie: „gęstą” i „rzadką”. W restauracjach w Bułgarii „gęsta” wersja taratora figuruje pod nazwą „*Salatka Sneżanka*” i wówczas jest on podobny do greckiego *tzatziki* (τζατζίκι) czy do tureckiego kremu jogurtowo-ogórkowego *cacik*. Natomiast w bułgarskich domach tarator jest bardzo lubianą zupą na zimno, rodzajem chłodnika, jaki gasi pragnienie Bułgarów w upalne południe lata.





Кисело мляко

Pewien Bułgar, spacerując kiedyś plażą zobaczył rodaka siedzącego nad brzegiem morza, trzymającego w ręku ciężką stołową i wykonującego dziwne ruchy... Wokół przewracały się puste gliniane garnuszki po jogurcie.

– Bracie – zapytał przybysz – co ty tam robisz?

– Próbuję zakwasić morze.

– He-he, przecież to niemożliwe!

– No ja wiem, ale... a nuż się uda! Ile by tego było...



Z trudem znajdziemy w Bułgarii dorosłą osobę, która nie umiałaby przygotować w domowych warunkach *kiselo mliako*. Jak to zrobić? Bardzo łatwo: najpierw należy przegotować mleko i ostudzić do takiej temperatury, przy której zanurzony w nim mały palec „wytrzyma“ (czyli około 40 °C). Potem dodać zakwasu (1 łyżeczkę *kiselo mliako* na 1 litr mleka) i wreszcie przykryć (na przykład kocem), ponieważ „*kiselo mliako* lubi ciepło“ i powinno stygnąć powoli. W ten oto sposób po 4 godzinach otrzymamy nasz jogurt.



ZOGRAPH.ORG
RARE BOOKS AND CULTURE

„BABCIA TEŻ POTRAFI”

Bułgarska bajka ludowa, adaptacja A. Karalijczew



Żyła sobie pewna zamożna, ale skąpa staruszka. Pewnego razu jej synowie i synowe poszli w pole pracować i zostawili ją samą w domu. Około południa pewien krewny, przejeżdżając przez wieś, w której mieszkała, wpadł do niej w odwiedziny z zamiarem, by trochę odpocząć.

Na obiad staruszka zaproponowała mu chleb z solą, mówiąc:

– Wybacz mi, mój drogi, że częstuje tylko chlebem z solą. Gdyby były tu moje synowe, mogłyby coś ugotować na obiad...

– Nie martw się, babciu – rzekł gość – Skoro jest chleb, sól i drobne białe kamyczki, mogę z nich ugotować potrawę, że palce lizać! Jeśli chcesz, idź na dwór i zbierz garść białych kamyczków.

Staruszka pobiegła, zebrała kamyczki, umyła je, przyniosła gościowi i rozpałała ogień.

– Daj mi teraz babciu kilka jajek i trochę masła – rzekł.

Staruszka ochoczo dała wszystko, czego sobie życzył, chciała zobaczyć jak to też robi się potrawę z kamyczków!

Gość usmażył jajka i wrzucił do nich kamyczki. Gotową potrawę podał na stół i zaczął jeść. Od czasu do czasu wyjmował po kamyczku, oblizywał go i zostawiał na stole.

– Ale smaczna potrawa! – zachwalał gość – Zjedz babciu, a sama się przekonasz!

Staruszka wzięła do ust kamyczek, żuła, żuła aż złamała sobie ząb!

– Oooj! Ty przekłety łobuzie! – krzyknęła – To taka ta twoja potrawa z kamyczków?! Jednego tylko zęba miałam, już i jego teraz nie mam! Babcia też potrafi jajka smażyć, nawet nie z masłem, tylko z wodą!

Gość uśmiechnął się i rzekł:

– Skoro babcia też potrafi, czemu babcia na synowe czeka i sobie zęby łamie?...



ZOGRAPH.ORG
RARE BOOKS AND CULTURE



Zupy i czorby



Pwa podstawowe rodzaje zup w bułgarskiej kuchni to *supa* i *czorba*. *Czorba* to wyraz zapożyczony z tureckiego, zastanawiamy się więc czy oprócz czysto językowej jest także jakaś inna różnica pomiędzy zupą a czorbą. A może właśnie tu przebiega granica podziału między europejskimi i bliskowschodnimi wpływami w kuchni bułgarskiej?

Czy dałoby się dostrzec różnicę cywilizacyjną w tym, że zupa jest delikatna, kremowa i właśnie w kremie ukrywa swą treść, podobnie jak Paryżanka zasłania twarz woaletką, zaś prosta *czorba* szczerze i bez finezji pokazuje zawartość - pływające w wywarze kawałki jarzyn? Jednak bardzo typowe dla starej kuchni bułgarskiej *czorby* różnią się od zup przede wszystkim walorami oraz sposobem przygotowania. *Czorby* są niezbyt gęste, niezbyt tłuste, natomiast doprawiane dużą ilością przypraw. Gotuje się je od początku do końca na małym ogniu, a ich składniki muszą być bardzo drobno pokrojone.





Zasmażka do czorby

Занръжка

SKŁADNIKI:

1 cebula
1 pomidor
2 łyżki oliwy

można dodać trochę cukru –
ale nie więcej niż 1 łyżeczkę

Sposób przygotowania

Podsmażamy na oliwie drobno pokrojoną cebulę. Gdy się zeszkli, dodajemy mąkę i smażymy do uzyskania złocistego koloru. Następnie trzemy na tarce pomidora, łączymy z resztą składników i podsmażamy jeszcze przez 1 – 2 minuty. Możemy uszlachetnić smak potrawy, dodając łyżeczkę cukru. Tak przygotowaną zasmażką zaprawiamy zupę.

Prawie każdy Bułgar doprawi zupę łyżką octu winnego.



Zupa fasolowa jest tradycyjnym daniem świątecznym. Jest obecna nie tylko na stole wigilijnym, ale także podaje się ją na *Ignazden* – dzień Świętego Ignacego. Święto wypada 20 grudnia, czyli w okolicy przesilenia zimowego, gdy według wierzeń ludowych zaczyna się nowy rok, ponieważ właśnie wtedy rodzi się „nowe” słońce. Według kolęd od *Ignazden* do Wigilii trwają męki porodowe Matki Boskiej, która ma urodzić Młodego Boga. Jest to okres, w którym młode niewiasty i mężatki, które nie rodziły jeszcze dzieci, nie pracują, aby mogły lżej znosić bóle porodowe.

Obyczaj ludowy, związany z tym dniem nazywa się *poljazvane*. Gospodynie bacznie obserwują, kto pierwszy odwiedzi ich dom i na tej podstawie wróżą, jaki będzie następny rok. Osoba, która pierwsza przekroczy próg domu nazywa się *poljaznik* i jeśli jest to dobry gospodarz i dobry człowiek, to rok będzie obfitował w plony, a rodzinie będzie się szczęściło. Gospodynie przygotowują świąteczny



stół dla *poljaznika*, na którym tradycyjnymi daniami są *czorba* z fasoli oraz *musaka* z ziemniaków i ryżu.

W *Ignazden* gospodarz domu nie pożycza sąsiadom niczego, bo według obyczaju, w ten dzień cały dobytek musi się znajdować w domu, co jest dobrą wróżbą na nadchodzący rok.

Wszystkie obrzędy, związane z tym dniem, skupiają się wokół domu, domowników i zwierząt domowych, ponieważ okres przesilenia zimowego – zgodnie z wierzeniami – to czas, gdy demoniczne stwory z tamtego świata – *karakondżuły*, grasują po ziemi i mogą zaszkodzić człowiekowi.

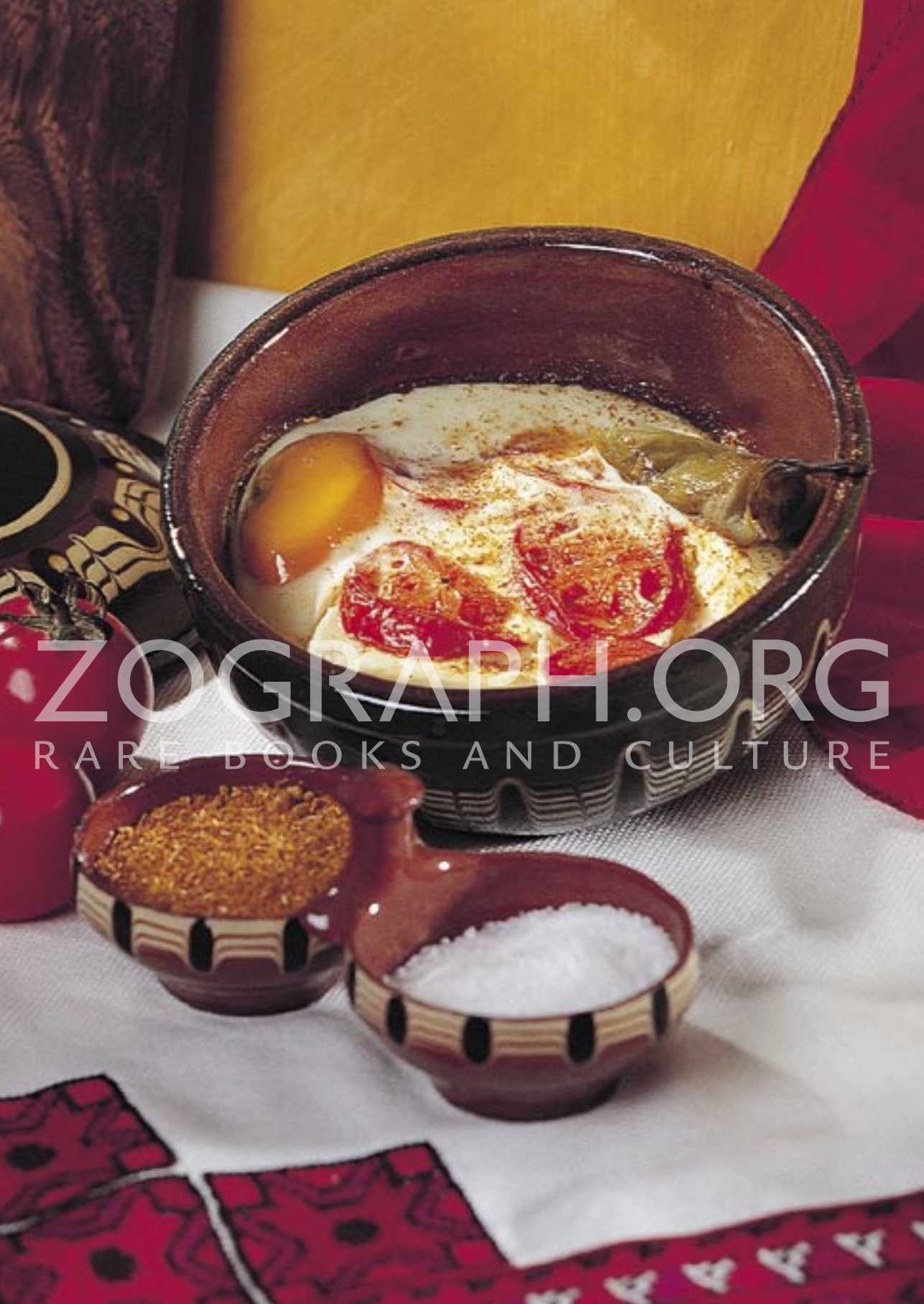


ARBANASI



ARBANASI to mała wioska w północnej Bułgarii, 4 km od miasta *Veliko Tarnovo*, średniowiecznej stolicy kraju. Założona w XIV wieku, dziś wioska liczy 300 mieszkańców i jest rezerwatem architektury, wpisany na liście zabytków światowego dziedzictwa kulturowego UNESCO.

Dla *Arbanasi* los okazał się łaskawy – dzięki zachowanym w idealnym stanie domów wraz z wyposażeniem z XVI i XVII wieku etnolodzy mogą dziś odtworzyć codzienne czynności domowników z przed 200 lat. Typowy pokój gościnny w domu kupca z epoki Odrodzenia Bułgarskiego kusi wygodą: wzdłuż ścian ułożone są niskie, szerokie leżanki, pokryte grubymi kapami i poduszkami, na których goście i gospodarz mogli oddać się pogawędkom w pozycji półleżącej. Po środku gospodyni wstawiała okrągły stolik na trzech nóżkach zastawiony kawą i słodkimi poczęstunkami. Zimą wstawiano również metalowy pojemnik z jarzącym się węglem z ogniska, aby goście mogli się ogrzać.



ZOGRAPH.ORG
RARE BOOKS AND CULTURE



Ser po szopsku

Сирене по шопски



LATO



SKŁADNIKI (DLA 5 OSÓB):

½ kg białego sera feta lub bryndzy
5 jajek
2 pomidory
4 łyżki masła

1 łyżka słodkiej mielonej papryki
ostre papryczki (według uznania)

Sposób przygotowania

Jeśli udało nam się zdobyć oryginalny ser feta, musimy go najpierw odsolić, mocząc w wodzie przez godzinę. W ten sam sposób postąpimy, jeśli zamiast fety użyjemy bundzu czy bryndzy. Odsolony ser dzielimy na 5 grubych plastrów i układamy do osobnego żaroodpornego naczynia, najlepiej ceramicznego. Dodajemy połowę masła i układamy na wierzchu pokrojone w plastry pomidory. Zapiekamy pod przykryciem przez 10 minut w wysokiej temperaturze.

Wyjmujemy naczynia z piekarnika, do każdego z nich wbijamy po jednym jajku i polewamy resztą masła, które uprzednio zostało roztopione oraz zabarwione słodką czerwoną mieloną papryką. Miłośnicy mocnych wrażeń kulinarnych mogą dodać po jednej świeżej lub marynowanej ostrej papryczce. Naczynia z serem wkładamy z powrotem do piekarnika, tym razem bez przykrywek i zapiekamy aż do ścięcia się jajek.

Jeśli nie dysponujemy specjalnymi ceramicznymi naczyniami, lecz jednym większym żaroodpornym naczyniem, możemy w nim zapiec plastry sera, a na końcu zalać je jajkami, ubitymi razem z 1 filiżanką wody gazowanej.

Tradycyjnie już Bułgarzy posypują ser *po szopsku* słodką czerwoną papryką lub ziołowym pieprzem.





POLSKI SKOROWIDZ PRZEPISÓW



Przystawki i sałatki



<i>Sałatka Szopska</i>	27	<i>Sałatka Topanica</i>	44
<i>Sałatka z pieczonych papryk</i>	31	<i>Rodopska sałatka fasolowa</i>	45
<i>Pasta z bakłażanów</i>	35	<i>Sałatka z cebuli</i>	46
<i>Sałatka mnicha</i>	35	<i>Sałatka z młodej cebulki</i>	47
<i>Sałatka z bakłażanów</i>	36	<i>Sałatka z liści mleczu (rukoli)</i>	47
<i>Przekąska z twarogu i papryk</i>	37	<i>Tarator</i>	51
<i>Carska turszija</i>	39	<i>Sałatka zielona</i>	53
<i>Pasta paprykowa</i>	41	<i>Jajka po Panagiursku</i>	57
<i>Pasta czosnkowo-orzechowa</i>	44		

Zupy



<i>Czorbą fasolowa na sposób klasztorny</i>	61	<i>Czorbą koperkowa</i>	74
<i>Czorbą z soczewicy na sposób klasztorny</i>	69	<i>Czorbą grzybowa</i>	74
<i>Czorbą z porów z oliwkami</i>	72	<i>Czorbą z młodej pokrzywy</i>	77
<i>Czorbą z kiszanej kapusty na zimno</i>	72	<i>Czorbą wiosenna ze szpinaku</i>	79
<i>Zupa pomidorowa z papryką</i>	73		

*Dania główne*

<i>Gołąbki w liściach winogronowych</i>	83	<i>Jachnija ze śliwkami kalifornijskimi</i>	110
<i>Faszerowane warzywa</i>	87	<i>Jachnija ogrodnika</i>	111
<i>Duszone warzywa</i>	91	<i>Popska jachija</i>	113
<i>Ser po szopsku</i>	95	<i>Jachnija z oliwkami</i>	114
<i>Tjurlju-gjuwecz</i>	97	<i>Soczewica wg przepisu ze Świętej Góry</i>	114
<i>Fasolka z kiszoną kapustą</i>	99	<i>Fasolka szparagowa – płakija</i>	115
<i>Imambajaldy</i>	103	<i>Pory z ryżem</i>	116
<i>Musaka z bakłazanów</i>	105	<i>Zapiekane pomidory z cukiniami</i>	117
<i>Musaka z ziemniaków i ryżu</i>	107	<i>Placki ziemniaczane z twarogiem</i>	119
<i>Musaka z serem</i>	108	<i>Pomidory z twarogiem na sposób tracki</i>	120
<i>Musaka z żółtym serem</i>	108	<i>Ryżowe krokiety z twarogiem</i>	120
<i>Zapiekanka z cukini i młodych ziem.</i>	109	<i>Warenki z twarogiem</i>	121

Wypieki

<i>Banica z serem</i>	125	<i>Pogacza – Chleb Święteczny</i>	137
<i>Bakława</i>	129	<i>Krucze ciastka winne</i>	144
<i>Tikwenik – Ciasto z dyni</i>	131	<i>Białe kruche ciasteczka</i>	145

Desery

<i>Pigwy pieczone</i>	139	<i>Chatwa z kaszki</i>	143
<i>Sutljasz – ryż na mleku</i>	141	<i>Dynia z karmelem</i>	144