



Przepisownik kiszenie kapusty



Dziedzictwo
niematerialne
w województwie
kujawsko-
pomorskim



Muzeum Etnograficzne
im. Marii Znamierowskiej-Prüfferowej
w Toruniu

Województwo
Kujawsko-Pomorskie



Urząd Marszałkowski
Województwa
Kujawsko-Pomorskiego
w Toruniu

Przepisownik kiszenie kapusty

Kapusta kwaszona do szybkiego spożycia

Na 2 kg kapusty głowiastej białej 1 łyżka soli oraz 1 szklanka zsiadłego mleka lub serwatki

Kapustę umyć, oczyścić z uszkodzonych liści, przekroić i razem z głąbem pokroić nożem w cienkie paski. Dokładnie wymieszać z solą, ułożyć w kamiennym garnku lub szklanym słoju, ugnieść i zalać roztrzepanym zsiadłym mlekiem lub serwatką odsączona z twarogu. Kwaszonkę przykryć płótnem, przycisnąć talerzem, obciążyć kamieniem lub słoikiem wypełnionym wodą i pozostawić do ukwaszenia w temperaturze pokojowej.

(Bohdan Jacórzyński, *Przetwory z warzyw i owoców...*, Warszawa 1982)

Kapusta kwaszona delikatesowa

2 kg kapusty, 1 kg marchewki, 1 kg jabłek twardych, ½ kg pietruszki, ½ kg selera, ½ kg pora, ½ kg cebuli

Wszystko szatkujemy lub kroimy w paski jak kapustę. Dokładnie mieszamy, przepujemy 10 dag soli i dodajemy 2 łyżki stołowe miodu naturalnego. Dobrze wymieszaną masę nakładamy do słoików mocno uciskając aż do wystąpienia soku. Następnie słoiki zamykamy i wyносimy do chłodnego miejsca.

(Robert Miernik, *150 domowych przetworów...*, Warszawa 1991)

Kapusta kwaszona na prędcę

Poszatkowaną kapustę przemyć w zimnej wodzie i wrzucić na gotującą wodę – gdy się zgotuje, dobrze odcedzić, przelać bardzo zimną wodą, najlepiej z lodem, aż zupełnie ostygnie. Układać w słoje kamionkowy, lekko soląc, przekładać kwaśkowatymi jabłkami, dojrzałymi pomidorami, ale jeszcze twardymi, plasterkami marchewki, przyspać kminkiem lub nasionami kopru. Przycisnąć mocno deklek, talerzykiem kamieniem, aż wypłynie sok. Po 4-5 dniach jest dobra do użycia.

(Janina Izdebska, *Polska kuchnia i spiżarnia*, Warszawa 1905)

Kapusta kwaszona w słojach wecka

1 kg kapusty, 1 płaska łyżka soli, 1-litrowy słoje wecka, gumka, sprężynka

Kapustę oczyścić, umyć, poszatkować jak najcieniej, wymieszać na miednicy z solą. Nakładać do przygotowanych słoików, uciskać ręką lub drewnianą pałką, napełniając słoje z czubem. Nakładać wyparzoną gumkę, wieko, sprężynkę i ustawić na talerzu w ciepłym miejscu. Kiedy sok i piana zacznie się wydobywać spod pokrywy, słoje otworzyć, kapustę przekłuć kilka razy cienkim nożem i powtórnie zamknąć. Kapusta jest najlepsza do jedzenia po 7-10 dniach, ale może być też przechowywana w ciemnym i chłodnym miejscu przez kilka miesięcy. Kapustę można ukisić z dodatkami: tartą marchwią, tartym jabłkiem, kminkiem lub nasionami kopru.

(Anna Gasik, *Kapusta biała*, Warszawa 1984)

Przepisownik kiszenie kapusty

Kapusta kwaszona w garnku kamiennym [kamionkowym]

8-10-litrowy garnek kamienny, wyparzone białe płótno, talerz lub 2 płaskie wyparzone deszczułki, słoik z wodą lub niekruszący się wyparzony kamień, papier, sznurerek oraz 8-10 kg kapusty, prawie pełna 1 szklanka soli (po 2 dag na 1 kg kapusty)

Kapustę poszatkować, wymieszać z solą. Garnek umyć, wyptukać i wyparzyć, wlewając wrzątek i przykrywając na pół godziny miską lub talerzem. Wodę wylać, do garnka wkładać poszatkowaną kapustę wymieszaną z solą. Krajankę dokładnie ubijać, na wierzch położyć płótno, ucisnąć talerzem lub dwiema skrzyżowanymi deszczułkami, obciążyć kamieniem lub słoikiem napełnionym wodą. Sok wydzielony z kapusty powinien wptynąć na płótno. Garnek osłonić papierem, obwiązać sznurkiem, postawić w ciepłym miejscu. Kiedy kapusta zacznie się burzyć, zdjąć płótno i przebić ją trzonkiem drewnianej łyżki lub nożem. Przechowując kapustę w garnku, trzeba ją przynajmniej raz w tygodniu obmyć, tzn. wyparzoną ściereczką wymyć talerz (deszczki) i słoik (kamień), płótno wyptukać i sparzyć. Ponownie nakryć kwaszonkę jak poprzednio. Na wierzchu zawsze powinien być sok. Jeśli go brakuje, należy wlać trochę lekko osolonej wody. Do kwaszonej kapusty można dodać całe liście kapusty, które wykorzystuje się na gołąbki. Można też włożyć całe nieduże jabłuszka (dokładnie umyte), które potem zjada się w całości jako przysmak. Do kapusty zakwaszonej w garnku kamiennym można też dodać tartę jabłko, marchew albo żurawiny lub borówki. Na 1kg kapusty – 5-10 dag umytych owoców.

(Anna Gasik, *Kapusta biała*, Warszawa 1984)

Kapusta sałatkowa kwaszona z gaškami

9 kg kapusty, 1 kg grzybów gašek, łyżka nasion kopru lub kminku, łyżka nasion suchego jałowca, 17 dag soli

Kapustę poszatkować. Grzyby gaški bardzo dokładnie wymyć, obgotować w dużej ilości wody przez 7-8 minut, odcedzić, sputkać zimną wodą i po osączeniu bardzo drobno pokrajać w paski. Wymieszać grzyby z kapustą i przyprawami. Dorodnymi liśćmi kapusty wyłożyć dno garnka kamiennego, układać wymieszaną z grzybami i przyprawami kapustę i ubijać. Ubitą kapustę przykryć denkiem lub talerzykiem, obciążyć. Gdy wytoczy się na powierzchni piana, można talerzyk odkryć i ostrym narzędziem przebić w 2-3 miejscach otwory w kapuście, aby gromadzące się wewnątrz gazy mogły ujść. Po opadnięciu piany kapustę zakryć i odstawić do ukwaszenia. Ukwaszoną kapustę rozłożyć do słoików, zamknąć, poddać pasteryzacji. Kapustę w słoikach o pojemności 0,5 l pasteryzować 20 minut, w większych nieco dłużej.

(Kazimiera Pyszkowska, *Z działki na stół i do spiżarni*, Warszawa 1989)

Przepisownik kiszenie kapusty

Kapusta sałatkowa z jabłkami

Na naczynie 10-litrowe bierzemy około 14 kg kapusty świeżej w główkach oraz około 2 kg jabłek twardych późnojesiennych (Antonówka). Kapustę po obraniu przekrawamy na połówki, wycinamy całkowicie głąby i szatkujemy drobniutko na szatkownicy. Jabłka obieramy ze skórki, kroimy najpierw na plasterki, wykrawając gniazda nasienne, a następnie na paski. Po wymieszaniu kapusty z solą w ilości 2 dag na kilogram mieszaniny oraz innymi dodatkami smakowymi, jak liść laurowy, pieprz gorzki, ziele angielskie, nakładamy kapustę do naczynia i mocno uciskamy, aż do puszczenia dużej ilości soku. Po napełnieniu naczynia kładziemy na wierzch czysty kawałek płótna, denko drewniane albo kilka deszczótek i przyciskamy kamieniem lub stoikiem napełnionym wodą.

(Robert Miernik, *150 domowych przetworów...*, Warszawa 1991)

Kapusta ukiszona w trzech dniach

Chcąc mieć w lecie lub jesieni kapustę na świeżo ukiszoną do prędkiego użycia, należy kilka główek kapusty skrajać cienko nożem, posolić lekko, a po pół godzinie wycisnąć, aby gorycz odeszła, włożyć do garnka kamiennego, zalać gorącą wodą odcedzoną z gotowanych kartofli, dodać kawałek razowego chleba i postawić w ciepłe nad kuchnią.

(Maria Ochorowicz-Monatowa, *Uniwersalna książka kucharska*, 1913)

Kiszona kapusta „Parzonka”

2 ½ kg kapusty, 1kg jabłek, ½ kg marchwi, 6 dag soli, płaska łyżeczka nasion kopru

Kapustę poszatkować razem z głąbem. Jabłka i marchew obrać i zetrzeć na grubej tarce. Warzywa wymieszać z solą i koprem, ułożyć w kamionkowym garnku i przycisnąć. Zalać wywarem z ugotowanych ziemniaków, przykryć, obciążyć. Kapusta szybko będzie ukiszona, ale powinno się zużywać na bieżąco.

(Grażyna Michalik, *Smaki Powiśla*, Kwidzyn 2012)