



Przepisownik potrawy z kiszonej 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 potrawy z kiszonej kapusty

Bigos

Wycisnąć z kwasu kapustę kwaszoną, a nawet wypłukać, jeżeli zbyt kwaśna, wykrajając kilka dużych cebul, włożyć kawałek mięsa lub tylko kości, jakie są w domu, trochę skórek ze słoniny, jeden mały grzyb i ząbek czosnku, który potem wyjąć. Niech się tak gotuje godzinę, poczem odstawić i dodać przecieru pomidorowego. Osobno mieć pokrajane w kostkę rozmaite mięso pieczone, jak: wołowe, wieprzowe, cielęce, resztki drobiu, trochę wędliny, zwierzyny [dziczyzny], kiełbasy i sporo słoniny przesmażone na biało. Wtedy układać we rondlu warstwami: na spód wlać słoninę, na to ułożyć kapustę, mięso zmieszane i trochę pieprzu, potem znów słoninę, kapustę i mięso. Gdy wszystko wyjdzie, przykryć i wstawić do piekarnika lub na palnik niech się dobrze poddusi. Polewać trochę rosółem żeby się nie przypaliło. Zapalić [zasmażyć] w końcu masłem z łyżką mąki. Bigos ten można użyć zaraz, lepszy jest jednak przygrzewany. Wydając, obłożyć świeżo ugotowanymi całymi kartoflami albo kiełbasą niewędzoną, ugotowaną i pokrajaną w plasterki. Wlać szklankę wina, a będzie wykwinny. Im więcej gatunków mięsiwa, tem bigos smaczniejszy.

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

Bigos z kwaszonej kapusty

Zagotować nalawszy zimną wodą kapustę, odlać wodę po zagotowaniu, włożyć łyżkę masła, wkrajać stosownie do ilości, np. na cztery osoby dwa łuty [2 łuty to 12 g] bulionu, krajać go drobno, podlać wodą i pod pokrywą dusić kapustę. Pozostałą pieczeń wołową pokrajać w kostkę, włożyć w duszącą się kapustę, jedną sparzoną mocno i posiekaną cebulę również włożyć, a gdy się jeszcze z pół godziny poddusi, wziąć łyżkę masła, zasmażyć z łyżką mąki, rozprowadzić z sosem od kapusty, wymieszać wszystko razem, zagotować i podać do stołu, okładając całymi kartoflami z solą gotowanymi. Bigos taki jadać mogą osoby słabe nawet na żołądek bez żadnych złych skutków.

(*Kuchnia polska*, Toruń 1901)

Ciupka z grochem (Wielkopolska)

70 dag kapusty kwaszonej, 10 dag grochu łuskanego, 8 dag cebuli, 6 dag słoniny, 2 dag mąki, pieprz, sól

Groch ugotować w wodzie, w której się moczył. Kwaszoną kapustę ugotować. Dodać do kapusty ugotowany groch oraz zasmażkę ze słoniny, cebuli, mąki. Doprawić solą i pieprzem.

(Barbara Snaglewska, Irmina Zahorska, *Potrawy staropolskie i regionalne*, Warszawa 1991)

Przepisownik potrawy z kiszanej kapusty

Groch z kapustą (Bory Tucholskie)

Mięso wieprzowe z kością, kawałek boczku wędzonego, ½ kg grochu, włoszczyzna, 4-5 ziemniaków, pieprz, sól, majeranek, cebula, ząbek czosnku, ½ kg kapusty kiszanej

Umyty groch zamoczyć w garnku na noc w 2-3 litrach wody. Ugotować w tej samej wodzie z mięsem, włoszczyzną i ziemniakami. Boczek pokroić w kostkę i przesmażyć z cebulą na patelni, dodać do gotującego się grochu, dobrze wymieszać, doprawić do smaku solą, pieprzem, czosnkiem i majerankiem. Kapustę kiszoną pokroić, wyłożyć na półmisek lub do salaterki. Do nalanego do głębokich talerzy grochu dodawać kapustę według upodobania. Można jeszcze przygotować grzanki z chleba razowego. Na Wigilię przygotować groch na gęsto bez mięsa i boczku.

(Maria Olick, *Małych, grapa...*, Tuchola 2007)

Grochówka z kapustą kiszoną (Pałuki)

1 szklanka grochu w łupinach, 0,5 kg kapusty kiszanej, 0,5 kg kości wędzonych (najlepiej od schabu), 20 dag boczku wędzonego, 1 marchew, 2 średnie ziemniaki, 1 cebula, 2 litry wody, sól, pieprz, majeranek

Groch płuczemy i namaczamy w litrze wody na 12 godzin przed gotowaniem. Do garnka wlewamy wodę z grochem i dolewamy jeszcze litr wody. Dodajemy kości i gotujemy do miękkości. Następnie wyjmujemy kości i obieramy mięso. W połowie gotowania dodajemy pokrojoną w kostkę marchew i ziemniaki. Nie solimy! Boczek i cebulę kroimy w kostkę i podsmażamy. Kapustę przepłukujemy wodą. Siekamy. Zupę doprawiamy przyprawami, dodajemy podsmażoną cebulkę z boczkiem, obrane mięso z kości i kapustę. Wszystko gotujemy przez około 15 min. Podajemy z chlebem żytnim.

(Krzysztof Leśniewski, *Kuchnia pałucka*, Bydgoszcz 2016)

Kapusta kiszona z grzybami (Bory Tucholskie)

75 dag kapusty kiszanej, 2 dag grzybów suszonych, 10 dag cebuli, 10 dag boczku, 1 dag mąki, 1 ząbek czosnku, 2 dag tłuszczu (smalec, masło), pieprz i sól do smaku

Kapustę zalać niewielką ilością wody, dodać sól, czosnek i gotować do miękkości. Boczek przesmażyć na patelni. Oddzielnie ugotować pokrojone grzyby z posiekaną cebulą i pieprzem. Do kapusty dodać przesmażony boczek, grzyby z cebulą wraz z wywarem. Sporządzić zasmażkę z mąki i tłuszczu. Wszystko zagotować. Podawać na gorąco do mięs, do kiszki ziemniaczanej, lub jako samodzielne danie.

(Maria Olick, *Małych, grapa...*, Tuchola, 2007)

Przepisownik potrawy z kiszonej kapusty

Kapusta kiszona z majerankiem (Kujawy)

1 kg kiszonej kapusty, 20 dag boczku wędzonego, 3 cebule, garść majeranku, sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe, suszone grzyby

Kiszoną kapustę umyć i zagotować. Odlać wodę i zalać świeżą. Gotować z grzybami i przyprawami, aż będzie miękka. Następnie wrzucić majeranek i jeszcze chwilę gotować. Na koniec zrobić zasmażkę z boczku i usmażonej na złoty kolor cebulki. Wszystko wymieszać i zagotować.

(Dorota Kalinowska, *Gzik, żur i prażucha...*, Włocławek 2014)

Kapusta kwaszona z jabłkami i tartymi ziemniakami, zasmażana

75 dag kapusty kwaszonej, 2-3 jabłka, 2-3 ziemniaki, 1cebulą, 8 dag słoniny lub smalcu, cukier, pieprz, 1 łyżka mąki

Kapustę zalać wrzącą wodą i ugotować do miękkości bez przykrycia. Po ok. pół godzinie gotowania dodać jabłka i ziemniaki; należy je uprzednio umyć, obrać, optukać, zetrzeć ziemniaki na drobnej tarce, jabłko (bez gniazdek nasiennych) na tarce o dużych otworach i zaraz dodać do kapusty, by nie ściemniały. Wymieszać i gotować jeszcze 20-30 min. Słoninę pokrajać w kostkę, stopić, dodać cebulę pokrajaną w kostkę, zrumienić, dodać mąkę, podsmażyć na jasnozłoty kolor, dodać do kapusty, zagotować. Doprawić do smaku cukrem i pieprzem. Do potrawy tej można dodać pod koniec ćwierć szklanki białego wina oraz kilka ziaren jałowca i liść laurowy.

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

Kapusta z grochem lub fasolą (szablukiem), potrawa wigilijna i nie tylko (Kujawy)

2 kg kiszonej kapusty, 30-50 dag grochu łuskanego lub szabluku [fasola], 2-4 cebule, olej, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, sól

Kapustę i fasolę lub groch gotujemy początkowo oddzielnie. Kapustę w miarę potrzeby odlewamy, aby nie była zbyt kwaśna. Dodajemy do niej liść laurowy, ziele angielskie, kilka łyżek oleju oraz przesmażoną na szklisko cebulę. Dusimy, aż kapusta zrobi się miękka (po kilka godzin przez dwa dni). Drugiego dnia gotujemy groch lub fasolę do miękkości. Po ugotowaniu część przecieramy (lub wystarczy rozgnieść widelcem) i razem z pozostałym ziarnem dokładamy do kapusty. Doprawiamy solą do smaku. Całość jeszcze dusimy 1-2 godziny, często mieszając.

(Dorot Kalinowska, *Gzik, żur i prażucha...*, Włocławek 2014)

Kapusta z grzybami (Pomorze)

Ugotować 3-4 dag suszonych grzybów, pozostawiając sporo wywaru. 1 kg kwaszonej kapusty, ale nie za kwaśnej nastawić w garnku i gotować, polewając wywarem z grzybów. Dodać 2-3 surowe kartofle utarte na tarce. Gdy kapusta jest ugotowana, zasmażyć łyżkę masła na rumiany kolor z drobno siekaną cebulą. Do zasmażki dodać łyżkę mąki, rozprowadzić zimną wodą. Zagotować, zmieszać z kapustą i znowu zagotować, dodając pokrojone w paski ugotowane grzybki.

(Zbigniew Przybylak, *Tradycyjna kuchnia pomorsko-wielkopolska...*, Poznań 2005)

Przepisownik potrawy z kiszonej kapusty

Kapuścianka z kaszą (Bory Tucholskie)

Mięso wieprzowe (mogą być stopki lub ogony), kapusta kiszona, marchew, pietruszka, seler, liść laurowy, ziele angielskie, kasza jęczmienna, pieprz, sól, ząbek czosnku, majeranek

Mięso dobrze umyć, zalać wodą, dodać włoszczyznę pokrojoną w kostkę. Gotować do miękkości. Wrzucić do garnka listek laurowy i kapustę, a gdy będzie miękka, dodać 3 łyżki stołowe kaszy. Gotować jeszcze tak długo, aż kasza będzie miękka i puści kleik. Doprawić pieprzem, czosnkiem, majerankiem i solą. Podawać z ugotowanymi osobno ziemniakami lub pieczywem.

(Maria Olick, *Małtych, grapa...*, 2007)

Kapuścianka (Kaszuby)

Obrać ½ kg kartofli, pokroić na kawałki i zalać 1 ½ l wody, dodać kminku i w zależności od smaku, innych przypraw: liść laurowy, ziele angielskie i pieprz. Gdy ziemniaki są już podgotowane, wlać ½ l soku z niewielką ilością kiszonej kapusty. Podgotować. Pokroić chleb w kosteczkę, podsmażyć na patelni i wrzucić do „kwasu”. Zupę można „podbić” mąką, doprawić solą. Kapuściankę kraszono również słoniną lekko zarumienioną z cebulą, wrzucano też do niej pokrojoną kiełbasę.

(Zbigniew Przybylak, *Tradycyjna kuchnia pomorsko-wielkopolska...*, Poznań 2005)

Kapuścianka (Kujawy)

Okolo 1 kg ziemniaków, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, okolo 1 l soku z kiszonej kapusty oraz niewielką ilość kapusty kiszonej, trochę kminku, słoninę, cebulę. Ziemniaki pokroić w kostkę i zalać 3 l wody, dodać przyprawy, zagotować. Gdy ziemniaki są miękkie, wlać sok z kapusty i dodać kapustę. Pogotować. Zupę można doprawić zasmażką zrobioną z łyżki mąki. Okrasić przetopioną słoniną i zarumienioną cebulką.

(Grażyna Szelańska, *Kuchnia z rodowodem...*, Toruń 2010)

Kapuśniak

Najsmaczniejszy jest kapuśniak na mięsie. Można wziąć kości wieprzowe, kawałki peklówki albo żeberka wędzone. Mięso się gotuje z cebulą, pietruszką i 2-3 grzybkami suszonymi i kilku ziarnkami angielskiego korzenia [ziele angielskie]. Gdy jest już miękkie, wyjąć je z rosółu, dodać do niego odgotowanego i odszumowanego kwasu kapuścianego tyle, ile potrzeba do smaku i zaklepać półtorej łyżki mąki z dwiema łyżkami śmietany, a w braku tejże, z mlekiem albo jajkiem. Postną robi się tak samo, tylko z samej włoszczyzny i więcej grzybków. Podaje się z kluseczkami.

(*Nauka gotowania do użytku ludu wiejskiego*, Grudziądz 1915)

Przepisownik potrawy z kiszanej kapusty

Kapuśniak

Dwie garści kwaszonej kapusty zalać wodą i aż do miękkości gotować, poczem włożyć czubatą łyżkę powideł, a gdy się rozpuszczą, zaprawić łyżką roztopionego masła, zarobionego łyżką mąki i zagotować. Dodać nieco cukru do smaku. Podaje się z ziemniakami utartymi, surowym masłem lub kwaśną surową śmietaną.

(Janina Breyerowa, *Jarska kuchnia witaminowa*, Kraków 1927)

Kapuśniak polski

Ugotować smak [wywar] z kości, wędzonki lub świeżej wieprzowiny, po odszumowaniu włożyć odpowiednią ilość kapusty kwaszonej i dolać kwasu do smaku (miary oznaczyć nie można, zależy to od mocy kwasu). Wkrajając dwie cebule, wrzucić jeden lub dwa grzybki suszone i gotować tak mięso, jak i kapustę, aż będą zupełnie miękkie, wtedy zapalić [zagaęścić zasmażką] łyżką mąki z masłem lub słoniną, zagotować, opieprzyć i wydać na stół. Osobno podać kartofle tłuczone. Chcąc mieć kapuśniak postny, ugotować smak tylko z włośzczyzny i grzybów, dodać więcej masła, a także można wsypać pół kwaterki kaszy orkiszowej.

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

Kapuśniak staropolski

50 dag kości, 25 dag włośzczyzny, 30 dag kapusty kwaszonej, 2 l wody, 1,5 dag grzybów suszonych, 5 dag powideł śliwkowych, 2 dag mąki, 4 dag tłuszczu, sól, cukier, mielone ziarno jałowca

Ugotować wywar z kości i włośzczyzny. Kapustę zalać wywarem i gotować do miękkości. Grzyby ugotować, pokroić w paski. Dodać do kapusty grzyby wraz z wywarem, w którym się gotowały. Dodać powidła śliwkowe. Całość zaprawić zasmażką z tłuszczu i mąki, dodać przyprawy i zagotować. Utrzymywać w stanie wrzenia jeszcze kilka minut. Podawać z ziemniakami.

(Barbara Snaglewska, Irmina Zahorska, *Potrawy staropolskie i regionalne*, Warszawa 1991)

Kapuśniak z grzybami (Kociewie)

20 dag mieszanych grzybów (borowiki z podgrzybkami) oczyścić, opłukać, drobno pokroić i udusić z 3 dag cebuli. W innym naczyniu udusić na maśle odsączona kiszona kapustę (30 dag). Z 25 dag kości i podstawowych jarzyn (włośzczyzna) przygotować wcześniej wywar, który po odcedzeniu zagaęścić zasmażką z 2 dag mąki. Potem wszystko wymieszać, dodając do wywaru grzyby i kapustę.

(*W kuchni i przy stole. Książka o jeściu na Kociewiu*, Tczew 2000)

Przepisownik potrawy z kiszanej kapusty

Kapuśniak zwyczajny

Nałożyć do rondla kwaśnej kapusty z beczki z kapuścianka [sok z kiszanej kapusty], dodać do tego kawałek kości z wołowina, kawałek wieprzowej wędzonki, kiełbasy, niech się gotuje. Potem włożyć natkowych cebul [szczypiorek], jedną całą pietruszkę, selerów i marchwi, a gdy wszystko już miękkie, skrajać kawałek słoniny według proporcji zupy w kostki, zaskważyć [dodać zasmażkę] ją, dodawszy jedną cebulę i zasypać mąką, aby zupa była zawieszista. Następnie wybrać z gotowego już kapuśniaku wędzonkę i kiełbasę, pokrajać to ładnie, dać do wazy, nalać zupą, posolić, popieprzyć i wydać. Osobno zaś można wydać groch okrągły, cało ugotowany bez omasty, albo masłem w bulce przesmażonym, a w braku wędzonki użyć świeżej wieprzowiny.

(*Kuchnia polska*, Toruń 1901)

Kwas (Kujawy)

1 golonka, 2 l wody, 2-3 łyżki kwaśnej śmietany, 3 łyżki maki, włoszczyzna, cebula, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek sok z kiszanej kapusty do smaku

Golonkę zapeklować na 3-4 dni w wodzie z solą i czosnkiem. Ugotować golonkę z włoszczyzną i przyprawami. Kiedy będzie miękka dodać kwas z kiszanej kapusty (indywidualnie do smaku). Zaciągnąć mąką połączoną z wodą i kwaśną śmietaną. Podawać z ziemniakami w mundurkach.

(Grażyna Szelańska, *Kuchnia z rodowodem...*, Toruń 2010)

Kwas z beczki (Kaszuby)

Na ½ kg kości i kawałku wędzonki (np. boczku, żeberka, ostatecznie skórek od wędzonej szynki lub boczku) - wędzone nie jest konieczne - z dodatkiem liści bobkowych, kubaby [ziele angielskie] i włoszczyzny ugotować 1 ½ l wywaru. Oddzielnie można ugotować grzyby do uzyskania miękkości; pokroić je w paski i dopiero potem połączyć z zupą. Pod koniec gotowania dodać majeranek i cząber oraz wlać ½ l kwasu z beczki, czyli kwasu z kapusty kiszanej. Zaciągnąć mąką ze śmietaną, doprawić solą. Podawać z dukanyimi pyrami, czyli ubitymi ziemniakami lub z kluskami ziemniaczanymi.

(Zbigniew Przybylak, *Tradycyjna kuchnia pomorsko-wielkopolska...*, Poznań 2005)

Kwasówka (Kujawy)

1 ½ dag grzybów suszonych, ½ l kwasu z kapusty kiszanej, 1 ½ l wody, ½ kg kości (wieprzowych lub wołowych), włoszczyzna, masło, mąka do zasmażania, cukier, sól

Grzyby namoczyć w zimnej wodzie, ugotować do miękkości, pokroić. Kości ugotować z włoszczyzną i kwasem z kapusty, dodać ugotowane grzyby wraz z wywarem. Zupę doprawić zasmażką, zagotować. Doprawić cukrem i solą do smaku. Podawać z ziemniakami.

(Grażyna Szelańska, *Kuchnia z rodowodem...*, Toruń 2010)

Przepisownik potrawy z kiszanej kapusty

Łazanki

Na ½ kg mąki wziąć 4 posolone i roztrzepane żółtka, dodać troszkę letniej wody i wyrobić bardzo gładkie ciasto. Bardzo cienko je rozwałkować, pokroić na paski szerokości ok. 2 cm, a następnie ponacinać je w romby, wrzucić na lekko osoloną, gotującą się wodę i ugotować. Kapustę kiszoną ugotować na miękko, dodać podsmażoną cebulkę z kiełbasą i wymieszać z ugotowanym makaronem.

(Wanda Dębska, Wielka Nieszawka, 2024)

Napój kapuściany (Bory Tucholskie)

½ litra kwasu z kiszanej kapusty, 1 cebula, ½ szklanki przegotowanej ostudzonej wody, sól, pieprz, cukier do smaku

Cebulę zetrzeć na tarce, wycisnąć sok. Do soku z kiszanej kapusty dodać wodę, sok z cebuli, sól, pieprz i cukier. Wszystko wymieszać. Doskonały zimą, bogaty w witaminę C, reguluje przemianę materii.

(Maria Olick, *Małych i grapa...*, Tuchola 2007)

Pierogi z kapustą

Ciasto: 3 szklanki maki, 15 dag masła, 2-3 łyżki śmietany, 2 żółtka, sól

Farsz: 50 dag kwaszonej kapusty, 10 dag pieczarek, duża cebula, pół łyżeczki nasion kopru, sól, pieprz jajko, 2 łyżki oliwy, białko

Na stolnicę przesiać mąkę, dodać masło, posiekać niżej „na piasek”, dodać żółtka, śmietanę i sól. Dokładnie, ale szybko zagnieść ciasto, owinać w folię, włożyć na kilka godzin do lodówki. Kapustę poszatkować, włożyć do rondla, dodać nasiona kopru, zalać wrzątkiem, ugotować i odparować. Drobnopokrojone pieczarki i cebulę usmażyć na oleju, doprawić solą i pieprzem, dodać kapustę i chwilę smażyć, mieszając, zdjąć z ognia, przestudzić, wbić jajko, wymieszać. Na posypanej mąką stolnicy rozwałkować ciasto, pokroić na kwadraty, nadziewać kapustą, zalepiać. Pierogi ułożyć w wysmarowanej tłuszczem formie, piec w mocno nagrzanym piekarniku na złoty kolor.

(Halina Szymanderska, *Wigilia*, Warszawa 2001)

Przepisownik potrawy z kiszanej kapusty

Pierogi z grzybami i kiszoną kapusta (Bory Tucholskie)

40 dag kiszanej kapusty, suszone grzyby w takiej ilości, by zamoczone i odsączone stanowiły objętość w stosunku do kapusty 1:1, 2 jajka, bułka tarta, kaszka manna, 10 dag boczku wędzonego, cebula, ząbek czosnku, 1 kg maki, sól, pieprz, majeranek

Suszone grzyby namoczyć, ugotować razem z kapustą, pokrojonym w kostkę boczkiem i cebulą. Zmilić wszystko przez maszynkę lub drobno posiekać nożem. Wbić całe jajka. Dodać bułkę tartą i kaszkę, by nadzienie nie było rzadkie. Doprawić solą, pieprzem, majerankiem i wyciśniętym zębkiem czosnku. Przygotować ciasto do pierogów. W misce zalać mąkę gorącą przegotowaną wodą. Dobrze wymieszać, przełożyć na stolnicę i starannie wyrobić, podsypując mąką. Rozwałkować. Wykrawać duże krążki o średnicy 6-7 cm. Na środek kłaść nadzienie, złożyć na pół, zlepiać mocno brzegi. Kłaść do dużego płaskiego rondla na osolony wrzątek. Gdy wypłyną, gotować jeszcze 2-3 min. Wyjąć łyżką cedzakową na sito, przelać ciepłą wodą. Podawać na półmisku polane tłuszczem ze zrumienioną cebulką.

(Maria Olick, *Maltych i grapa...*, Tuchola 2007)

Salata z kiszanej kapusty, na ciepło

Kapustę drobno pokrajać, dodać obranych, pokrajanych w kostkę jabłek, i pokrajanych, gotowanych ziemniaków, posłodzić do smaku, zalać paru łyżkami dobrej, świeżej oliwy i wymieszać.

(Janina Breyerowa, *Jarska kuchnia witaminowa*, Kraków 1927)

Salatka z kwaszonej kapusty, ziemniaków, buraków i śledzi

30 dag kapusty kwaszonej, 3-4 ziemniaki, 2 średnie buraki, 2-3 filety śledziowe, 1 ogórek kwaszony, 1 większa cebula, 2-3 łyżki oleju, cytryna, ocet winny lub sok z kwaszonej kapusty, cukier, pieprz

Kapustę posiekać. Ziemniaki i buraki umyć, ugotować w skórkach, obrać, pokrajać w kostkę. Filety śledziowe pokrajać w paski. Ogórek zetrzeć na tarce o dużych otworach lub pokrajać w plastry. Połowę ogórka i cebulę zostawić do dekoracji, wszystkie pozostałe składniki surówki wymieszać. Przy podawaniu udekorować pierścieniami cebuli i paskami ogórka kwaszonego.

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

Surówka z kapusty kiszanej, marchwi, rodzynek, orzechów z winem

Kapustę drobno posiekać. Marchew umyć, oskrobać, optukać, zetrzeć na średniej tarce. Rodzynki umyć, namoczyć w winie. Orzechy pokrajać na dość grube kawałki. Kapustę, marchew, rodzynki, orzechy z winem, cukier i olej wymieszać. Porcjować surówkę, posypując posiekanymi orzechami.

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

Przepisownik potrawy z kiszanej kapusty

Sztrucel z kapustą i grzybami (Bory Tucholskie)

½ kg maki, 4 dag drożdży, 3 jaja, ¾ szklanki mleka, ¾ kostki masła, ½ kg kiszanej kapusty, 3 cebule, 4 łyżki tartej bułki, cukier, sól, pieprz, gałka muskatołowa

Z mąki, 1 jajka, mleka, drożdży, ½ kostki masła, 1 łyżki cukru przyrządzić ciasto, wyrobić i odstawić na godzinę, by wyrosło. Kapustę ugotować z małą ilością wody, odcedzić, posiekać i podsmażyć na tłuszczu z cebulą. Wbić jajka, doprawić solą, pieprzem i gałką. Masę wymieszać z tartą bułką. Na stolnicy ciasto rozwałkować na grubość 1 cm, nadając mu kształt prostokąta. Na środku nałożyć nadzienie, zawinąć, końce zlepić. Piec na blaszce, aż się zarumieni. W trakcie pieczenia posmarować osłodzonym mlekiem. Kroić grube plastry i podawać z barszczem.

(Przysmaki Borów Tucholskich, 2008)

Wieprzowina w kapuście

40 dag szynki wieprzowej lub karkówki, 20 dag boczku wędzonego, 60 dag kiszanej kapusty, 1 ziemniak, 1 cebula, 100 ml śmietany, kminek, cukier, sól

Na patelnię wrzucamy pokrojony w kostkę boczek, gdy tłuszcz odrobinę się wytopi wrzucamy mięso w całości i smażymy na złoto, dodajemy pokrojoną w kostkę cebulę. Przekładamy wszystko do garnka, zalewamy wodą i dusimy 5 minut. Dodajemy kapustę posiekaną i gotujemy wszystko do miękkości. Wyjmujemy mięso i kroimy solidne plastry. Do kapusty w garnku dodajemy startego ziemniaka, a następnie zahartowaną śmietanę. Mięso wkładamy powtórnie do kapusty w celu ogrzania i podajemy. Najlepiej smakuje z ziemniakami.

(Artur Wasilewski, *Kulinaria żuławskie*, brak roku wydania)

Wigilijna potrawa z kwaszonej kapusty

60 dag kwaszonej kapusty, 3-4 dag suszonych grzybów, 2 łyżki masła lub 3 łyżki oleju, 1 łyżka mąki, 1 średnia cebula, ewentualnie 3 łyżki gęstej śmietany, pieprz, cukier

Grzybki umyć, namoczyć na kilka godzin w chłodnej, przegotowanej wodzie, a następnie ugotować w tej samej wodzie, w której się moczyły, odcedzić, pokrajać w bardzo cienkie paski. Kwaszona kapustę włożyć do rondla, podlać wywarem z grzybów, ugotować do miękkości. Cebulę obrać, opłukać, pokrajać w drobną kostkę i lekko zrumienić na oleju, dodać przesianą mąkę i pokrajane grzybki, chwilę podduścić, dodać do gotującej się kapusty wówczas, gdy zmięknie. Wymieszać chwilę, gotować, odstawić, przyprawić do smaku pieprzem i odrobiną cukru. Kapustę można wymieszać ze śmietaną. Podawać na wigilię jako dodatek do ryb smażonych.

(Archiwum MET, wycinek z gazety, data nieznana)

Przepisownik potrawy z kiszanej kapusty

Zarzutka z kiszanej kapusty (Kaszuby)

1 ½ l wody, ½ kg ziemniaków, 20 dag kapusty kiszanej z sokiem, 5 dkg słoniny, 1 cebula, 1 łyżeczka kminku, sól

Pokrojone w kostkę ziemniaki zalać wrzątkiem, dodać kminek, ugotować i rozgnieść widelcem. Dodać pokrojoną kapustę wraz z sokiem, podgrzać. Zupę przyprawić solą i okrasić przesmażoną na słoninie cebulą.

(Kuchnia pomorska, Gdańsk 1998)

Zupa buraczana z kwasem kapuścianym (Bory Tucholskie)

Mięso z kością, włoszczyzna, buraki ćwikłowe, suszone grzyby, czosnek, cebula, kwas z kiszanej kapusty, śmietana, mąka, sól, pieprz, majeranek

Do garnka włożyć mięso, włoszczyznę pokrojoną w kostkę, umyte suszone grzyby, zalać wodą i zagotować. Obrac buraki, pokroić w talarki i wrzucić do garnka. Dalej gotować, by wszystko było miękkie. W osobnym naczyniu połączyć kwas kapuściany z mąką tak, by nie było grudek, dodać śmietanę, wlać do garnka z mięsem, grzybami, włoszczyzną i burakami. Zagotować, ciągle mieszając. Zdjąć z ognia. Dodać wyciśnięty czosnek, doprawić majerankiem, solą, pieprzem i przesmażoną na patelni cebulą. Do zupy podawać „dukane” [tłuczone] ziemniaki z boczkiem.

(Maria Olick, *Małych i grapa...*, Tuchola, 2007)

Zupa na kwasie kapuścianym (Kujawy)

Kości lub żeberka wieprzowe, włoszczyzna, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, 1 mała cebula, sól

Ugotować wywar na kościach lub żeberkach, dodać włoszczyznę, liść laurowy, ziele angielskie, cebulę i majeranek. Zalać ½ l kwasu z kapusty. Zaklepać [zaciągnąć] mąką połączoną ze śmietaną, doprawić solą. Podawać z kluskami ziemniaczanymi lub ziemniakami ugotowanymi w łupinach.

(Grażyna Szelałowska, *Kuchnia z rodowodem...*, Toruń 2010)

Zupa z kwaśnej kapusty (Pałuki)

2 l wody, 30 dag kapusty kiszanej, ½ kg żeberek, włoszczyzna, 5 łyżek kaszy jęczmiennej, sól, pierz, ziele angielskie, liść laurowy

Żeberka ugotować z dodatkiem liścia laurowego i ziela angielskiego. Włoszczyznę zetrzeć na tarce o grubych oczkach i dodać do wrzącego wywaru, wsypać kaszę, a na końcu dodać pokrojoną kiszoną kapustę. Gotować do miękkości. Doprawić solą i pierzem. Podawać z osobno ugotowanymi ziemniakami (najlepiej ziemniaki ugotowane w mundurkach).

(Grażyna Szelałowska, *Kuchnia z rodowodem...*, Toruń 2010)

