

W KUCHNI I PRZY STOLE

Karta pracy

Barbara Bandzarewicz
Uniwersytet w Siedlcach

Temat: W kuchni i przy stole

Poziom: B2

Kuchnia staropolska – smaki sprzed wieków¹

Niezdrowa, tłusta, mączna i pełna mięsa – tak powszechnie kojarzy się kuchnia staropolska. Tymczasem rzeczywistość może zaskoczyć kulinarnych sceptyków. Kuchnia staropolska bowiem to smaki, które chwaliła sobie nie tylko polska szlachta, ale też zagraniczni dygnitarze.

Niezwykłość tkwi w szczegółach

Kuchnia staropolska wydaje się obecnie odsunięta na boczny tor. Często bowiem można spotkać się z opinią, że dawne polskie dania ociekały tłuszczem, a spożywanie ich może szkodzić zdrowiu. Tymczasem prawda wygląda zupełnie inaczej. Ze względu na ścisły post staropolscy kucharze sięgali po słodkowodne ryby. Najczęściej były one gotowane w całości. Wśród przepisów kuchni staropolskiej nie odnajdziemy pierogów, bigosu czy schabowego. Mięso wieprzowe było bardzo rzadko wykorzystywane, natomiast pierogi przywędrowały do Polski z Kijowa przez Chiny i dopiero z czasem stały się potrawą, jednoznacznie kojarzoną z naszym krajem.

Co zatem jedli nasi przodkowie? Staropolska kuchnia to przede wszystkim dary natury: grzyby, ryby i dziczyzna. Według Stanisława Czernieckiego, autora pierwszej polskiej książki kucharskiej z 1682 roku Polacy w XVII wieku jedli również cielęcinę i drób. Dania często były podawane z różnorodnymi sosami. Można tu było znaleźć słodko-kwaśne polewy czy mocno pikantne dodatki.

Przyprawy kuchni staropolskiej

Myśląc o kuchni staropolskiej, musimy uświadomić sobie, iż przed zaborami w naszym kraju próżno było szukać egzotycznych przypraw z całego świata. Kucharze zatem wykorzystywali to, co było powszechnie dostępne. Aby urozmaicić smak potraw, dodawano do nich ocet, cytrynę, cukier, rodzyнки, owoce (również konfitury). Z czasem

¹ Kuchnia staropolska - jak gotowali nasi pradziadkowie? (restauracjapapu.pl)

zaczęto sięgać też po imbir, cynamon, pieprz, gałkę i kwiat muskatołowy. Nie zapomiano również o uwielbianym przez szlachtę szafranie. Obecnie przyprawa ta uchodzi za najdroższy dodatek na świecie, a za jego kilogram trzeba zapłacić nawet kilka tysięcy złotych.

Naśladowani w Europie

Staropolscy kucharze oraz ich zróżnicowane, śmiałe w smaku dania podbiły serca nie tylko Polaków, ale też zagranicznych gości. Już w średniowieczu polską kuchnię interesowali się Czesi i Niemcy. To właśnie u naszych zachodnich i południowych sąsiadów zaczęły pojawiać się polskie przepisy w książkach kucharskich. Już w XV wieku Niemcy i Czesi zakochali się w kuchni staropolskiej.

Włosi również odkryli wyjątkowość kuchni staropolskiej. Sto lat po tym, jak polskie dania podbiły serca Niemców i Czechów, we Włoszech pojawiła się cała seria potraw „alla Polacca”. W XVII wieku kuchnia staropolska zagościła na francuskich salonach, jednak prawdziwa moda na cielęcinę, ryby, drób, dziczyznę czy baraninę po polsku rozwinęła się tam w XVIII wieku. Francuzi rozkochali się w naszych rodzimych smakach.

Uznanie ze strony Niemiec, Czech, Włoch czy Francji nie oznacza, że staropolskie potrawy stały się najważniejsze i najslynniejsze w całej Europie, jednak ich popularność napawa dumą. Obecnie kucharza coraz chętniej sięgają po sprawdzone przepisy przodków. Staropolskie dania w połączeniu z obecną wiedzą i innowacyjnymi technikami przygotowywania potraw to mieszanka wybuchowa, wprawiająca w zachwyt niejednego konesera polskiej kuchni. Niech dowodem na to będzie wyjątkowa pieczona cielęcina z sosem tymiankowym i glazurowanymi warzywami czy pół kaczki z sosem ze śliwek i moreli, których skosztować mogą Goście naszej restauracji.

1. Przeczytaj tekst *Kuchnia staropolska – smaki sprzed wieków* i odpowiedz, czy poniższe zdania są prawdziwe (P) czy fałszywe (F).

1. Kuchnia staropolska była bardzo zdrowa i lekkostrawna.
2. Staropolscy kucharze często gotowali słodkowodne ryby.
3. W kuchni staropolskiej często wykorzystywano wieprzowinę.
4. Pierogi przywędrowały do Polski z Kijowa przez Chiny.
5. Kuchnia staropolska była popularna tylko w Polsce.
6. Kucharze staropolscy używali ocet, cytrynę, cukier i rodzynki do przyprawiania potraw.
7. Włoska kuchnia nigdy nie miała wpływu na kuchnię staropolską.
8. W XVII wieku kuchnia staropolska była popularna we Francji.

2. Zastąp poniższe wyrażenia synonimami o podobnym znaczeniu, zgodnie z kontekstem tekstu.

1. „odsunięta na boczny tor” –
2. „zaskoczyć kulinarnych sceptyków” –
3. „powszechnie dostępne” –
4. „podbili serca” –
5. „rozkochali się” –

3. Stwórz tabelę porównawczą, w której zestawisz kuchnię staropolską z współczesną kuchnią polską, uwzględniając następujące kategorie:

Kategoria	Kuchnia staropolska	Kuchnia współczesna polska
Główne składniki		
Rodzaje mięs		
Typowe przyprawy		
Techniki przygotowania		
Popularność w Europie		

4. W grupach przedyskutujcie, jakie elementy kuchni staropolskiej mogą zostać zaadaptowane we współczesnych restauracjach i dlaczego. Przygotujcie krótką prezentację wyników Waszej dyskusji.

5. Znajdź w ramce idiomy pasujące do podanych znaczeń.

Jeść za dwóch, jeść komuś z ręki, jeść aż się uszy trzęsą, pić sobie z dzióbeków, głodny jak wilk, mieć wilczy apetyt, jeść chleb z niejednego pieca, spijać (komuś) z ust, móc zjeść konia z kopytami, pić nawarzone piwo, jeść jak ptaszek/wróbelek

- Jeść bardzo mało –
.....
- Jeść bardzo dużo –
.....
- Jeść z wielkim apetytem –
.....
- Być bardzo głodnym –
.....

- Mieć wielki apetyt –
.....
- Chłonać wszystko, co się usłyszy –
.....
- Być dla siebie bardzo miłym, żyć w idealnej zgodzie –
.....
- Wiedzieć niejedno o życiu –
.....
- Ponosić konsekwencje swoich czynów –
.....
- Być komuś podporządkowanym –
.....
- Móc zjeść wszystko i w każdej ilości –
.....

6. Wymień po kilka produktów spożywczych łączących się z podanymi czasownikami.

Przykład:

Obierać – jajka, owoce, ziemniaki

Siekać –
Kroić –
Smażyć –
Piec –
Mieszać –
Cedzić –

7. Wpisz odpowiednie ilości (spośród podanych w ramce) przed nazwami produktów.

Worek, pudełko, opakowanie, tabliczka, karton, zgrzewka, puszka, torbka, butelka,
słoik, główka, pęczek, szczypta, piórko, kostka, paczka

.....bulionowa
..... kapusty
.....masła
..... soli
.....wody

.....koperku
.....dżemu
.....cukierków
.....czekolady
.....oleju
.....soku
.....szczypiorku
.....papierosów
.....cukru
.....sera
.....ogórków
.....piwa
.....kawy
.....kaszy
.....mleka
.....herbaty
.....chipsów
.....ryżu
.....śmietany
.....płatków śniadaniowych
.....groszku

8. Podpisz fotografie wyrazami z ramki.

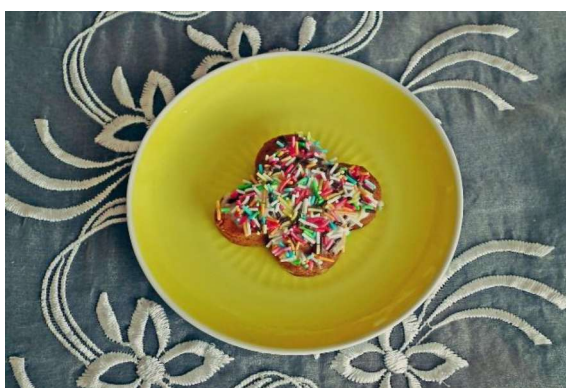
Tarka, obieraczka, talerzyk deserowy, sztucce, talerz płytki, salaterka, łopatka,
wałek do ciasta, tasak, trzepaczka, talerz głęboki, korkociąg, chochła,
patelnia, garnek, deska



² Źródło: Pixabay



3



4



5



³ Źródło: Pixabay

⁴ Źródło: Pixabay

⁵ Źródło: Pixabay



6



7



8



-
- ⁶ Źródło: Pixabay
⁷ Źródło: Pixabay
⁸ Źródło: Pixabay



9



10



11



⁹ Źródło: Pixabay

¹⁰ Źródło: Pixabay

¹¹ Źródło: Pixabay



12



13



14



¹² Źródło: Pixabay

¹³ Źródło: Pixabay

¹⁴ Źródło: Pixabay



15



16



17



9. Obok nazw akcesoriów i przyborów kuchennych napisz, do czego służą.

Przykład:

Wałek do ciasta – służy do wałkowania i rozplaszczania ciasta.

Stolnica –

Śtiko –

¹⁵ Źródło: Pixabay

¹⁶ Źródło: Pixabay

¹⁷ Źródło: Pixabay

Tasak –
Trzepaczka –
Patelnia –
Garnek –
Salaterka –
Łopatka –
Krajalnica –
Wyciskarka –
Korkociąg –
Obieraczka –
Deska –
Szatkownica –

10. Opisz dokładnie 3 wybrane przybory kuchenne (jak w przykładzie).

Przykład:

Sitko to metalowa lub plastikowa obręcz, na której umocowana jest siatka. Do obręczy przytwierdzona jest metalowa lub drewniana rączka.

