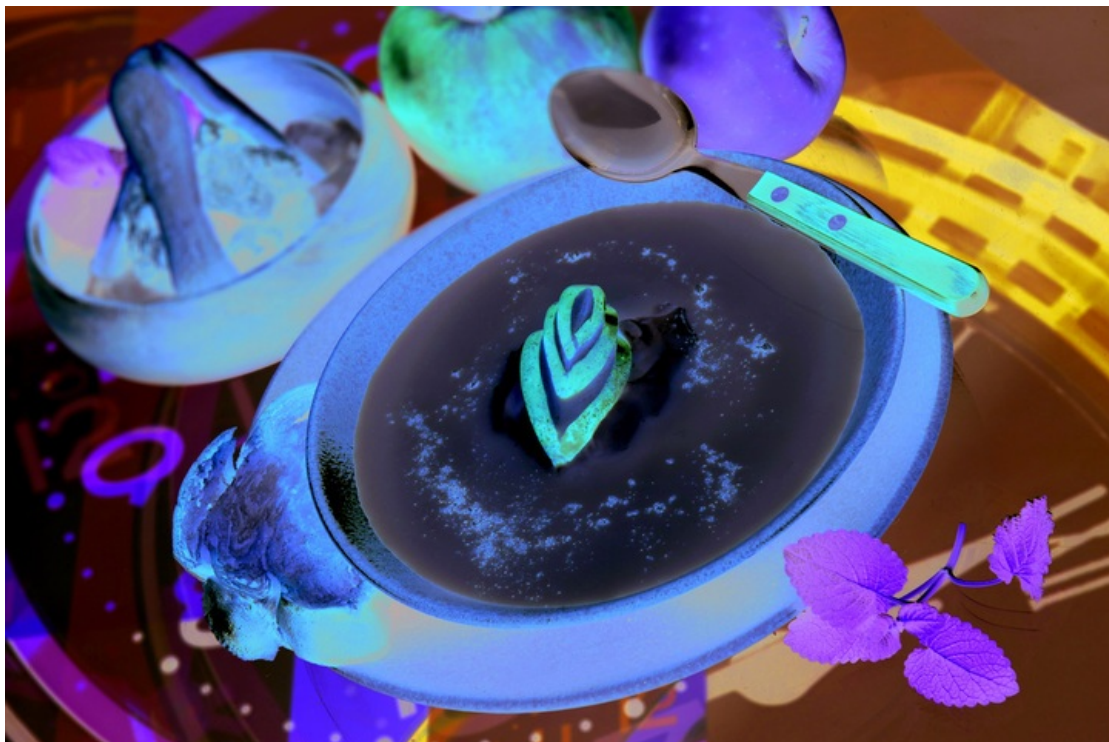


MAZOWSZE SERCE POLSKI NR 7

29/06/2021 15:09 | Zamieścił: Dorota

Cichocka

Smaki Mazowsza



Autor:

Shutterstock

Upały to idealny moment, by cieszyć się orzeźwiającymi, ale pożywnymi chłodnikami.

Chłodnik Królowej Bony

- 750 g jabłek grójeckich
- 1 l mleka 3,2 proc.
- 4-5 łyżek cukru
- 3 żółtka
- pół laski wanilii
- 1 szklanka wrzątku

Jabłka umyć, pokroić na ćwiartki i zalać wrzątkiem, podduścić. Owoce przetrzeć przez sito.

Zagotować mleko z dwiema łyżkami cukru i cienko pokrojoną wanilią.

W międzyczasie utrzeć żółtka z trzema łyżkami cukru, zahartować odrobiną gorącego mleka, a następnie, cały czas mieszając, wlewać cienkim strumieniem do pozostałego gorącego mleka. Przystudzić, a później dokładnie wymieszać z przetartymi jabłkami i mocno schłodzić. Podawać z uprażonymi na suchej patelni płatkami migdałowymi. Smacznego życzą gospodynie z KGW w Goszczynie.

Światowe oblicze chłodnika

Hiszpanie mają swoje wyśmienite gazpacho na bazie pomidorów, Bułgarzy tarator z ogórka i orzechów, Francuzi – vichyssoise, czyli chłodnik z ziemniaków i pora, a Węgrzy myggyleves – zupę wiśniową z winem. Zimne zupy są także popularne poza Europą – w krajach orientu można skosztować chłodnika z awokado, a w Indiach – jogurtowej zupy z miętą i kminem. Afrykańskie gospodynie przygotowują zaś chłodnik dyniowo-jabłkowy z mlekiem kokosowym.

Idealne dla ochłody

Uff... jaki upał! Przy takiej pogodzie nie mamy najczęściej ochoty na tłuste, ciężkie dania, mięsa i gorące zupy. Ale coś jeść trzeba. I tu z pomocą przychodzą chłodniki. Pożywne, sycące, ale lekkie, niskokaloryczne i odświeżające. Historia najbardziej popularnego w naszym kraju chłodnika litewskiego sięga XIV w., mimo nazwy, zaczęła się na obecnym Podlasiu. W tamtym czasie kuchnie narodowe Księstwa Litewskiego i Korony przenikały się wzajemnie, na terenach pochodzenia tej potrawy mieszkała duża mniejszość litewska, więc można powiedzieć, że zupa ta jest efektem współpracy kulinarnej „obojga narodów”.

UWAGA

Informacje opublikowane przed 1 stycznia 2021 r. dostępne są na stronie archiwum.mazovia.pl