

# Apetyt na Tradycje

KGW  
WUJSKIE



# SPIS TREŚCI

## SERY DOMOWEJ PRODUKCJI

Ser Koryciński	7
Ser Żuławski	8
Ser w typie oscypka	8
Korbacze	9

## SWOJSKIE WĘDLINY

Boczek peklowany na sucho	11
Boczek peklowany na mokro	11
Szynka wędzona	13
Kiełbasa swojska z mięsa peklowanego na mokro	14
Kiełbasa swojska z mięsa peklowanego na sucho	15
Schab wędzony	17
Kiełbasa żywiecka – peklowana na sucho	17
Kiełbasa jałowcowa – peklowana na sucho	19
Kiełbasa wiejska i czosnkowa	19
Kiełbasa w słoikach	19

## TRADYCYJNE PIECZYWO

Chleb pszenno-razowy na zakwasie	21
Chlebek ziołowy	21
Chlebek pszenny	23
Proziaki	23

# WUJ

# SKIE

*piękna wieś z długą tradycją*

## WUJSKIE W GMINIE SANOK

– piękna wieś z długą tradycją

Rok 1494 przynosi pierwszą wzmiankę o potoku Wojsko płynącym przez wieś Wujskie i Załuż, przymym dopływie Sanu. Wtedy to Stanisław Kmita zastawił wieś Załuż z wierzchowinami dochodzącymi do tego potoku. Od nazwy tego potoku wzięła nazwę wieś Wujskie.

Z upływem czasu ulegała ona modyfikacjom np. Wola Uisko – 1513 r., Zaluzka Volya – 1526 r., Wojszkye – 1542 r., Wojskie – 1580 r. 1513 r. – z dokumentu dziedziców sobieńskiego klucza dóbr Piotra – starosty przemyskiego i Stanisława Kmitów dokonujących podziału majątku po śmierci ojca Stanisława (wojewody ruskiego) dowiadujemy się, że zamek Sobień, wieś Manasterzec, Załuż, Wujskie i inne przeszły w posiadanie Stanisława Kmity. Była to własność szlachecka w historycznej ziemi sanockiej.

1526 r. – Wujskie wraz z Bezmiechową i innymi wsiami było już w posiadaniu Piotra Kmity, marszałka wielkiego koronnego. Obie wsie posiadały wolniznę i nie płaciły podatku. 1542 r. – mieszkaniec Wujskiego Mathwey de Wojszkye gener Pasenkow przyjął prawo miejskie miasta Leska. Fakt ten dowodzi, iż miejscowość wchodziła w skład leskiego klucza dóbr Kmitów. XVI w. – końcem XVI w. wieś przeszła na ponad półtora wieku w posiadanie Stadnickich, 1672 r. – najazd tatarski przyniósł ogromne zniszczenia i wyludnienie wsi. XIX w. – miejscowość należała do Zatorskich i Wiktorów.

Początkiem tego stulecia w 1804 r. zbudowano tutaj murowany rzymskokatolicki kościół parafialny p.w. św. Kosmy i Damiana dla służby dworskiej i robotników manufaktury tkackiej. 1839 r. – manufakturę tkacką zniszczył pożar i robotnicy rozjechali się. Dziedziczka wsi odstąpiła wówczas kościół na cerkiew unicką bowiem stara drewniana cerkiew groziła zawaleniem. Odtąd świątynia ta aż do drugiej wojny światowej służyła jako parafialna cerkiew unicka mieszkańcom dwóch wsi: Załuża i Wujskiego. 1921 r. – po I wojnie światowej wieś liczyła 178 domów i 1031 mieszkańców (w tym 985 unitów, 40 wyznania rzymskokatolickiego, 6 Żydów wyznania mojżeszowego). 1947 r. – po wysiedleniach ludności obrządku unickiego murowany kościół ponownie wrócił do obrządku rz. kat. Końcem XX w. Wujskie liczyło ok. 70 gospodarstw, a we wsi ocalało kilka starych domów.

Według tradycji w czasach książąt ruskich istniała tu wojskowa strażnica, osłaniająca zamek sanocki przed napadem ze wschodu.

Geograficznie wieś znajduje się na południowym stoku Gór Słonnych w dolinie potoku Wujski. Miejscowość otacza od północy pasmo Gór Słonnych z kulminacjami Słony Wierch 671 m n.p.m., Słona 683 m n.p.m. oraz Hrynia Horb 640 m n.p.m., od południowego zachodu pasmo Granickiej 575 m n.p.m. z kulminacjami Duży Kamień 510 m n.p.m., Wołoski 500 m n.p.m., od południa Góra Paproć 503 m n.p.m.

OPRACOWAŁ: Stanisław Orłowski, Stowarzyszenie Przewodników Turystycznych "Karpaty"



## ZABYTKI

- ✓ **Murowany kościół parafialny pw. Św. Kośmy i Damiana** zbudowany w 1804 r., barokowa budowla jednonawowa ze sklepieniem kolebkowym na gurtach. Obok murowana dzwonnica z tego samego okresu.
- ✓ **Pomnik nagrobny Gąsiorowskich z Załuża.**
- ✓ **Pozostałości dworskiego parku krajobrazowego i ogrodów.** Dwór i folwark zostały spalone i zniszczone, a historyczny układ przestrzenny zarty. Zbiorowiska drzewiaste uległy w większości całkowitemu wyniszczeniu, a granice są dziś tylko częściowo czytelne. Dawne ogrody z widokiem na pasmo górskie otaczają od dołu głębokie zapadliska, jary i potoki, które do niedawna graniczyły z ogrodem i lasem. Z drzew pomnikowych zachowały się 4 lipy szerokolistne o obwodzie 350 cm.



**Ciekawostka:** W Wujkiem znajduje się punkt startowy do organizowanego corocznie Bieszczadzkiego Wyścigu Górskiego na trasie Wujskie – szczyt Gór Słonnych, przy drodze DK28. Wyścig zaliczany jest jako runda Górskich Samochodowych Mistrzostw Polski. Już w latach 30-tych odbywały się tu rajdy samochodowe Kraków – Lwów.

## CIEKAWY MIEJSCA

- ✓ Powyżej Wujskiego szosa do Przemyśla pokonuje licznymi, malowniczymi serpentynami **grzbiec Gór Słonnych**. Jest to jeden z najefektowniejszych tego typu odcinków w Polsce. Przed wojną droga nie miała nawierzchni asfaltowej, a serpentyn było jeszcze więcej. Do lat 70 XX wieku były tu 42 serpentyny, obecnie jest ich 18.
- ✓ **Platforma widokowa** przy krętej szosie prowadzącej na Przełęcz Słone (619 m n.p.m.) z której można rozpościera się widok na powiat sanocki, leski, szczyty Bieszczad, Smerek, Połoninę Caryńską i Połoninę Wetlińską.

# Sery

## DOMOWEJ PRODUKCJI





# SER *Koryciński*

Ser koryciński jest serem bardzo specyficznym. Prawdziwe sery korycińskie wytwarzane w gminie Korycin na Podlasiu, powstają z mleka bezpośrednio po udoju i nie dodaje się do niego żadnych kultur bakteryjnych, a jedynie podpuszczkę. Jeżeli jednak nie dysponujemy świeżym mlekiem, a jedynie do mleka, które było schłodzone po udoju – musimy dodać bakterie.

Do zakwaszenia mleka proponujemy użyć maślanki zawierającej żywe kultury bakterii lub zsiadłego mleka. Ewentualnie możemy dodać kultury bakterii liofilizowanych (MSE lub MSO z [www.serowar.pl](http://www.serowar.pl)). Nie dodajemy kefiru ani jogurtu, które zawierają inne szczepy bakterii.

## Przepis podstawowy:

- ✓ 10 l mleka pełnego od krowy
- ✓ Podpuszczka (zgodnie z instrukcją producenta – podpuszczki są różne)

## Na solankę:

- ✓ 30 g soli kamiennej niejodowanej na 1,5 l wody (około)

Kostka, na jaką kroimy skrzep, to ok. 1 cm. Po pokrojeniu czekamy na wydzielenie się serwatki, po czym kroimy skrzep po ukosie i znowu czekamy ok. 10 minut. Podgrzewamy do temp. 38°C i rozdrabniamy do ziarna wielkości podobnej, jak serek GRANI.

Ser odcedzamy poprzez odciekanie na sicie wyłożonym chustą serowarską. Musi odciekać "samoczynnie" ok. 20 minut. Ser odwracamy co 2 godziny. Odwracanie jest ważne z uwagi na równomierność obsychania sera i kształt. Teraz czas na solankę – ser powinien w niej poleżeć kilka godzin.

## PODGRZEWANIE

38°C

## ODCEDZANIE

20

minut

## ODWRACANIE

co

2

godziny

★ Ser koryciński zrobiony z mleka pasteryzowanego ma zupełnie inne walory smakowe. Można go zrobić dodając kultury bakterii i chlorek wapnia (nie więcej niż 1,5 g na 10 litrów mleka) – nie będzie to jednak ser koryciński.

# SER *Zuławski*



Mleko podgrzewamy do temp 34-36°C. Dodajemy bakterie serowarskie (MSE) i pozostawiamy na ok. 20 min. Podgrzewamy do temp. 36-37°C i dodajemy chlorek wapnia oraz podpuszczkę. Delikatnie mieszamy i pozostawiamy pod przykryciem na czas wyskrzepiania – ok. 30 min. do 1 godz. Po sprawdzeniu skrzepu kroimy go w kostkę o boku ok. 1,5-2cm. Pozostawiamy na kilkanaście minut. Skrzep rozdrabniamy na ziarno serowarskie i pozostawiamy na kolejne kilkanaście minut. Podgrzewamy do temp. 39-40°C cały czas rozdrabniając, odlewamy serwatkę i formujemy ser. W tym momencie, do ziarna możemy dodać zioła lub inne dodatki lub obsypać ser później, po zasoleniu.

Ser odciskamy przez ok. 1 godzinę. Wyjmujemy ser z formy i obsypujemy go solą niejodowaną – pozostawiamy na kilkanaście minut i gotowe.

## WYSKRZEPIANIE

do

1

godziny

## ODCISKANIE

1

godzina

# SER *w Typie oscypka*

Mleko podgrzewamy do temp. 34-36°C i dodajemy podpuszczkę. Po otrzymaniu zwartego skrzepu, kroimy go w kostkę o boku 1,5 cm. Czekamy, aż skrzep zatonie pod lustrem serwatki. Powstały skrzep rozdrabniamy, krojąc go nożem po ukosie. Pozostawiamy na 10-15 min. by odpoczął. Skrzep podgrzewamy powoli do temp. 46°C, cały czas mieszając i sprawdzając czy ziarno zaczyna się zlepiać. Jeśli tak – odstawiamy z ognia, aby się nie przegrzało. Pozostawiamy na kilka minut, by opadło na dno. Odlewamy do powierzchni z serwatki. Podgrzewamy wodę do temp. 70°C. Do gorącej wody wkładamy kulki sera i ugniatamy je – czynność tę powtarzamy trzykrotnie.

Jeśli mamy foremki – odciskamy w nich wzory na serach. Uformowane sery wkładamy do zimnej solanki.



# KORBACZE

## Składniki:

- ✓ mleko
- ✓ podpuszczka
- ✓ kultury bakterii do mozzarelli (Agrovis: Delta1, Serowar: M, Wańczykówka: T (Mozzarella))

## Przygotowanie:

Podgrzać mleko do 38°C. Dodać kultury bakterii (ilość wg zaleceń producenta), pozostawić na godzinę do ich namnożenia. Jeśli temperatura mleka spadła, ponownie podgrzać do 38°C i dodać podpuszczkę (ilość wg zaleceń producenta). Zamieszać, zostawić na ok. pół godziny, aż wytworzy się poprawny skrzep. Pociąć skrzep w szachownicę ok. 1,5 cm x 1,5 cm, zostawić na kolejne 20 minut. Po upływie tego czasu wykonać kolejne rozdrobnienie skrzepu – do wielkości ziarna kukurydzy, pozostawić na kolejne 20 minut. Odebrać serwatkę, skrzep przełożyć do chusty. Serwatkę podgrzać do 40°C. Skrzep przełożyć do jakiegoś zamykanego pojemnika, zalać podgrzaną serwatką i starając się utrzymać temperaturę 40°C: owinąć kołdrą lub kocem lub pozostawić w kąpeli wodnej.

Od momentu dodania bakterii skrzep się ukwasi po około 8 godzinach. Na pewno po 7 godzinie należy sprawdzać czy masa się nadaje do wyciągania, odciąć kawałek wrzucić do wody o temp. 75°C i potem sprawdzać czymś metalowym – jak przywiera do metalu i się ciągnie – to znak, że masa jest ukwaszona – ma odpowiednie pH (4,9-5,2 a idealnie to 5.1) i nadaje się do obróbki. Odsączyć serwatkę przez chustę serowarską do osobnego pojemnika, przyda się np. na ricottę :). Skrzep kolejnymi porcjami wykładać do obróbki, do pojemnika z wodą nagrzaną do 65-75°C. (poniżej 60°C wyciągany skrzep staje się mniej plastyczny i ma tendencję do rwania się; powyżej 75°C wyciągany skrzep łatwiej się formuje, ale trzeba szybciej przebieierać palcami; nie można przekroczyć 80°C, gdyż przeparzymy masę).

Ogrzany skrzep poddajemy wyciąganiu, gdzie gotowe nitki przekładamy do przygotowanego pojemnika z zimną wodą. Na obróbkę całości masy mamy ok. 3 godz. – w tym czasie zachowane zostaną jej parametry pozwalające na otrzymanie poprawnych korbaczy.

Otrzymany „makaron” pociąć na odcinki o pożądanej długości, jeśli chcemy zaplatać z nich warkocze – to właśnie teraz. Umieścić otrzymane korbacze na godzinę w solance zrobionej ze 100 gram soli i 1 litra wody. Po godzinie rozwiesić do wysuszenia na ok. 8 godz, sprawdzając „na dotyk” czy na końcówkach jest już sucho. **Nie można przesuszyć!** Wędzić w temp. 40-50°C ze 45 minut do godziny max. Sprawdzać dotykiem, czy się nie pocą z tłuszczu – jeśli tak się dzieje to wyciągnąć – są już gotowe.



## UKWASZANIE

8

godzin

## IDEALNE PH

5.1

★ *Ukwazanie to jeden ważny proces, ale drugi chyba znacznie ważniejszy – to **wygniatanie gorącego ciasta**, tak aby nie było kawałków masy serowej, która przy wygniataniu przekształca się coś w rodzaju plasteliny, ciasta na pizzę. Nie mogą pozostać grudki z tej masy przed zakwaszaniem, bo one powodują że masa się rwie, albo pozostają przy wyciąganiu takie grudki jak kora, która potem jest wyczuwalna na takim sznurku gdy przeciągnie się dłonią.*

★ *Jak obrabiać to małe porcje – dla tych, którzy nie mają jeszcze wprawy – to tak 200-300 g na początek. Zbyt dużo masy – to ta na końcu znów musi zostać wygnieciona, bo łąpie wodę i się rozwarstwa.*

# SWOJSKIE Wędliny



*Boczek*

# BOCZEK

## peklowany na sucho

Ładne kawałki boczku, bez chrząstek myjemy i osuszamy.

Przygotowujemy mieszankę przypraw:

- ✓ sól niejodowana
- ✓ papryka słodka
- ✓ majeranek
- ✓ pieprz mielony

Taką mieszanką nacieramy dokładnie boczek i wkładamy do naczynia, które przykrywamy i wstawiamy do lodówki. Boczek powinien poleżeć w przyprawach minimum 24 godziny. Jednak smaczniejszy będzie, jak poleży kilka dni. Wędzimy w dymie o temperaturze około 40°C, najlepiej przez dwa, trzy dni po kilka godzin każdego dnia. W dymie cieplejszym, o temperaturze 56-60°C wędzimy około 10 godzin.

★ *Uwędzony boczek można zaparzyć w wodzie podgrzanej do 68-80°C.*

# BOCZEK

## peklowany na mokro

Ładne kawałki boczku, bez chrząstek myjemy i wkładamy do solanki.

**Solanka:** na 6 litrów wody bierzemy:

- ✓ 3-4,5 łyżek soli (60-80 g) niejodowanej
- ✓ 1,5 łyżeczki saletry (20 g)
- ✓ 2 łyżki cukru (28 g)

Boczki peklujemy 7 dni w temperaturze 6-8°C. Na dzień przed wędzeniem wyjmujemy do obsuszenia – układamy np. na kratce w lodówce lub podwieszamy w chłodnym pomieszczeniu. Wędzimy w dymie o temperaturze około 40°C, najlepiej przez dwa, trzy dni po kilka godzin każdego dnia. W dymie cieplejszym, o temperaturze 50-60°C wędzimy około 6-8 godzin. Podobnie jak boczek peklowany na sucho, boczek peklowany na mokro można zaparzyć w wodzie podgrzanej do 60-80°C.

### CHŁODZENIE

minimum

24h

### WĘDZENIE

2-3

dni

40°C + 56-60°C

### PEKLOWANIE

7

dni

6-8°C

### WĘDZENIE

2-3

dni

40°C + 56-60°C



*Szynka Wędzona*

# SZYNKA *wędzona*

Ładny kawałek szynki o wadze do 1,5 kg (do większych kawałków trudniej przenika solanka do środka i muszą się peklować dłużej, lub należy je nastrzykiwać solanką do środka) obkrajamy z błon, chrząstek i żył. Tłuszcz na mięsie zostawiamy. Mięso myjemy i wkładamy do solanki przygotowanej zgodnie z opisanymi wcześniej zasadami. Najprościej będzie przygotować solankę z soli peklowej w proporcji 50 g soli peklowej na 0,5 litra wody. Wodę wcześniej zagotowujemy z listkiem laurowym i 3-4 ziarnami ziela angielskiego oraz (opcjonalnie) ząbkiem czosnku. Po wystudzeniu wyjmujemy przyprawy, dodajemy peksól, mieszamy i chłodną solanką zalewamy szynkę. Mięsa o takiej wadze powinno się peklować przynajmniej przez 7 dni, w temperaturze 6-8°C. Na kilkanaście godzin przed wędzeniem wyjmujemy szynkę z solanki i obwiązujemy ją sznurkiem w zgrabny wałek lub kulkę, lub wkładamy do siatki wędzarniczej.

Mięso wieszamy w chłodnym miejscu do obsuszenia, jeśli nie obесhnie po uwędzeniu może być kwaśne. Szynkę wędzimy w dymie o temperaturze około 40°C, najlepiej przez dwa-trzy dni po kilka godzin każdego dnia. W dymie cieplejszym, o temperaturze 50-60°C, wędzimy około 10 godzin. Po uwędzeniu szynkę można zaparzyć.

## PEKLOWANIE

7  
dni

6-8°C

## WĘDZENIE

2-3  
dni

40°C + 56-60°C

★ Uwędzoną szynkę wkładamy do wody o temperaturze 60-80°C przez 1 godzinę na kg szynki, czyli w przypadku szynki o wadze do 1,5 kg 1,5 godziny. Po zaparzeniu szybko wkładamy szynkę do bardzo zimnej wody, aby przerwać proces parzenia. Można, dla lepszego z aromatyzowania i „dosmaczenia” szynki wodę zagrzzać z dodatkiem pokrojonej w plastry cebuli, ząbkiem czosnku, kilku ziaren ziela angielskiego i liściem laurowym.

# KIEŁBASA SWOJSKA

*z mięsa peklowanego na mokro*

## Dzień pierwszy:

1. Przygotowujemy solankę: na 2,5 l wody dajemy 2-3 łyżki soli, 1 łyżkę cukru. Trzymamy w solance 24 godziny.

2. Przygotowujemy jelita: płuczemy je kilkakrotnie w zimnej wodzie, zamaczamy w wodzie i wstawiamy do lodówki, 3 kg mięsa z łopatki, 1 kg tłustego boczku lub podgardla albo stoniny.

Mięso myjemy i oczyszczamy z twardych błon, żył i chrząstek. Kroimy na mniejsze kawałki, będziemy je później mielić. Wkładamy do solanki – trzymamy w niej przez 24 godziny w temp. 6-8°C.

## Dzień drugi:

Wyjmujemy mięso z solanki, płuczemy i mielimy przez sitko o drobnych lub średnich oczkach. Zmielone mięso przyprawiamy majerankiem, rozgniecionymi ziarnami gorczycy, mielonym pieprzem, możemy dodać mielonej papryki, czosnku. Przyprawiamy „na smak” – wyrabiamy. Jeśli masa jest twarda, dodajemy 1-2 łyżki wody. Tak przygotowaną masą kiełbasianą nadziewamy jelita.

Na maszynkę do mielenia nakładamy końcówkę do robienia kiełbas, nasuwamy na nią jelito i ostrożnie kontrolując dłonią stopień nabicia – nadziewamy jelita. Powinno być nabite dosyć luźno. Nie nabijamy do końca. Końcówki nabitego jelita należy zawiązać np. sznurkiem wędliniarskim. Nabite jelita dzielimy na odpowiedniej długości kiełbasy przesuwając delikatnie farsz tak, by zostało puste miejsce i zakręcamy. Robimy to w ten sposób, że na końcu pierwsze go pęta bierzemy w palce jelito – zaciskamy, a drugą ręką delikatnie przekręcamy pęto. Następny odcinek odmierzymy, zaciskamy i przekręcamy w drugą stronę – i tak do końca. Końcówkę zawiązujemy sznurkiem wędliniarskim. Rozwieszamy na drążkach wędzarniczych w wędzarni i zostawiamy na kilka godzin do o obsuszenia.

Wędzimy w dymie o temp. ok. 40°C najlepiej 2-3 dni po kilka godzin każdego dnia. W dymie cieplejszym o temp. 50-60°C wędzimy 6-8 godzin. Kiełbasę możemy zaparzyć w wodzie o temp. 60-80°C przez 1 godz. lub zostawić surową.

## PEKLOWANIE

24

godziny

6-8°C

## WĘDZENIE

2-3

dni

40°C + 56-60°C

## ZAPARZANIE

1

godzina

60-80°C



# KIEŁBASA SWOJSKA

*z mięsa peklowanego na sucho*

Według tego przepisu kiełbasę przygotowujemy w jeden dzień.

## Proporcje i składniki:

- ✓ 3 kg mięsa z łopatki
- ✓ 1 kg tłustego boczku, podgardla lub słoniny

Mięso myjemy i oczyszczamy z twardych błon, żył i chrząstek, kroimy na mniejsze kawałki, mielimy przez sitko o drobnych lub średnich oczkach. Do zmielonego mięsa dodajemy przyprawy: sól niejodowaną (do smaku około 2-3 łyżki, mięso ma być słone, ale nie za bardzo), pieprz mielony, gorczycę, majeranek, ewentualnie zmiażdżony czosnek. Sprawdzamy czy masa jest smaczna – wyrabiamy. Jeśli masa jest twarda dodajemy 1 lub 2 łyżki wody. Tak przygotowaną masą kiełbasianą nadziewamy jelita.

Na maszynkę do mielenia nakładamy końcówkę do robienia kiełbas, nasuwamy na nią jelito i ostrożnie, kontrolując dłonią stopień nabicia, nadziewamy jelita. Powinno być nabite dosyć luźno. Nie nabijamy do końca. Końcówki nabitego jelita należy zawiązać np. sznurkiem wędliniarskim. Nabite jelita dzielimy na odpowiedniej długości kiełbasy, przesuwając delikatnie farsz, tak by zostało puste miejsce. Robimy to w ten sposób, że na końcu pierwszego pęta bierzemy w palce jelito, zaciskamy, a drugą ręką delikatnie przekręcamy pęto. Następny odcinek odmierzamy, zaciskamy i przekręcamy w drugą stronę – i tak do końca. Końcówkę zawiązujemy sznurkiem wędliniarskim. Wędzimy od razu po przygotowaniu w dymie o temp. ok. 40°C najlepiej przez 2-3 dni po kilka godzin każdego dnia. W dymie cieplejszym, o temp. 50-60°C wędzimy ok. 6-8 godzin.

## PEKLOWANIE

7

dni

6-8°C

## WĘDZENIE

2-3

dni

40°C

+

56-60°C





# SCHAB *wędzony*

Ładny kawałek schabu bez kości o wadze ok. 1,5 kg. Myjemy, odkrajamy połówniczkę i tzw. warkocz czyścimy z błon.

Peklujemy w solance bez przypraw przez 5-6 dni. Na dzień przed wędzeniem wyjmujemy do obsuszenia.

Wędzimy w dymie o temp. ok. 40°C najlepiej przez 2-3 dni po kilka godzin każdego dnia. W dymie cieplejszym o temp. 50-60°C wędzimy ok. 6-8 godzin.

## PEKLOWANIE

5-6

dni

6-8°C

## WĘDZENIE

2-3

dni

# KIEŁBASA *żywiecka* *peklowana na sucho*

### Proporcje i składniki:

- ✓ 1/3 mięso wołowe – łopatka mielona
- ✓ 2/3 mięso wieprzowe (łopatka, szynka, mielone, podgardle, schab-pokrojony w małą kostkę)

Peklujemy solą zwykłą i peklową, przyprawy: w tym gorczyca, woda, osłonki.



# KIEŁBASA JAŁOWCOWA

*peklowana na sucho*

## Proporcje i składniki:

- ✓ 1/3 mięso wołowe
- ✓ przyprawy
- ✓ woda
- ✓ 2/3 mięso wieprzowe
- ✓ jałowiec
- ✓ jelita

# KIEŁBASA

*wiejska i czosnkowa*

## Proporcje i składniki:

- ✓ 1/3 mięso wołowe
- ✓ 2/3 mięso wieprzowe (łopatka, szybka, gotowana golonka, podgardle, wywar z golonki, przyprawy w tym majeranek, ostonki)

Do kiełbasy czosnkowej dodajemy dodatkowo czosnek. Zamiast wody do masy podczas przygotowywania dodajemy wywar z gotowanych golek do uzyskania właściwej konsystencji.

# KIEŁBASA

*w słoikach*

## Proporcje i składniki:

- ✓ 1/3 mięso wołowe
- ✓ 2/3 mięso wieprzowe (łopatka, gotowana golonka, podgardle, wywar z golonki, przyprawy w tym majeranek, ostonki)

Do kiełbasy czosnkowej dodajemy dodatkowo czosnek. Mięso wkładamy do słoików 0,5 l, pasteryzujemy kolejne 3 dni – w pierwszy dzień 3 godz., w drugi 2 godz. w 3 dzień 1 godz.



# TRADYCYJNE Pieczywo

# CHLEB PSZENNO-RAZOWY

## na zakwasie

### Proporcje i składniki:

- ✓ 200 g zakwasu
- ✓ 550 g mąki pszennej chlebowej
- ✓ 50 g mąki pszennej razowej lub otrębów owsianych
- ✓ 1 łyżeczka słodku lub cukru trzcinowego
- ✓ 1 płaska łyżka soli
- ✓ 300 ml letniej wody
- ✓ ¼-1/2 łyżeczki suchych drożdży
- ✓ 2 łyżki kminku jeśli ktoś lubi

Wszystkie składniki dobrze wyrobić aby otrzymać gładkie sprężyste ciasto. Odstawić do wyrośnięcia na 2-2,5 godz. i złożyć w tym czasie 2-3 razy. Po wyrośnięciu z ciasta formować bochenek i układać w formie lub blaszce odstawić na 1,5 godz. Następnie szybko naciąć, piec z parą w 250°C przez 10 min. i dalej w 230°C – 30-35 min.

★ Gotowy bochenek postukany od spodu powinien dać głuchy odgłos. Studzić na kratce.

# CHLEBEK

## ziołowy

### Proporcje i składniki:

- ✓ 60 g masła
- ✓ 60 g posiekanej cebuli
- ✓ 100 g czosnku niedźwiedziego drobno posiekanego
- ✓ 0,5 łyżeczki soli

### Ciasto:

- ✓ 600 g mąki pszennej
- ✓ 300 g wody letniej
- ✓ 40 g świeżych drożdży
- ✓ 0,5 łyżeczki cukru
- ✓ 1,5-2 łyżeczki soli
- ✓ 50 g oleju



Wszystkie składniki połączyć z sobą. Zagnieść ciasto z podanych składników, wałkować, smarować przygotowanym masłem, ciąć na paski wysokości foremki i składać posmarowane w harmonijkę. Układać pionowo w formie jak zapełni się cała odstawić na 10 min. Następnie piec.





# CHLEBEK *pszenny*

## Proporcje i składniki:

- ✓ 500 g mąki
- ✓ 30 g drożdży
- ✓ 1 łyżeczka miodu
- ✓ 2-3 łyżki letniej wody
- ✓ 2 łyżeczki soli
- ✓ 380-400 g letniej wody
- ✓ Ok.50 g słonecznika
- ✓ 20 g siemę lniane
- ✓ 20 g sezam

Mąka, ziarna, sól wymieszać. Drożdże rozetrzeć z cukrem i 2-3 łyżki wody dodać do mąki. Z wszystkich składników zarobić ciasto. Odstawić na 30 min. do wyrośnięcia. Następnie nakładać do formy wierzch przegładzić mokrą dłonią, posypać dowolnym ziarnem. Piec w 220°C.

# PROZIAKI

## Proporcje i składniki:

- ✓ 1 kg mąki
- ✓ 3 łyżki cukru
- ✓ ¾ szkl. śmietany 18%
- ✓ 2 kopiate łyżeczki świeżej sody
- ✓ ½ l maślanki
- ✓ 2 jajka

Zarobić dobrze wolne ciasto, można robotem wałkować, wykrawać. Zostawić na 10 min., następnie piec na blaszce bądź suchej patelni na małym ogniu często obracając.



# Koto Gospod



# Żyć wiejskich w Wujaskiem



## POCZĄTKI KGW

Początki naszego koła sięgają lat 50-60 XX wieku. Koło liczyło początkowo kilka, a potem kilkanaście kobiet, które zajmowały się hodowlą i sprzedają piskląt. Pierwsza przewodnicząca Koła organizowała słynne w miejscowości Jasełka, do których sama pisała scenariusz, przygotowywała dzieci, dekorowała salę i przygotowywała całą oprawę. W kolejnych latach koło zaczęło organizować kursy pieczenia i gotowania dla chętnych kobiet.

## WSPÓŁCZESNA DZIAŁALNOŚĆ KOŁA...

...rozpoczęła się od udziału w dożynkach gminnych w Dobrej (ok. 2010 r.), (za czasów przewodniczącej p. Renaty Król i sołtys Agnieszki Pastuszek). Koło Gospodyń Wiejskich w Wujkiem od momentu zaprezentowania się na gminnych dożynkach w Dobrej, cały czas działa bardzo aktywnie. Bierze udział w konkursach wielkanocnych, cyklicznej imprezie gminnej pn. „Kuferek Babuni”, Dniu Kobiet a także corocznie w Dożynkach Gminnych. Obecnie liczba członkiń w kole zmienia się, na chwilę obecną jest nas 14 kobiet i 2 mężczyzn.

## KUCHNIA I KULTURA

Zajmujemy się głównie kultywowaniem regionalnej kuchni oraz kultury. Bierzymy udział w dożynkach, jarmarkach i festynach. Jednocześnie tworzymy zespół śpiewaczy pieśni ludowych. Jesteśmy zróżnicowanym wiekowo kołem począwszy od studentek, młodych mamus do emerytek. Uczymy się od siebie wzajemnie tajników kuchni regionalnej, jak i wspieramy się w zwyczajnych problemach życia codziennego.

## DOŻYNKI

Corocznie bierzemy udział w dożynkach, na które przygotowujemy wieniec oraz pieczywo dożynkowe, organizujemy pikniki oraz zabawy dla dzieci, pozyskujemy środki i organizujemy różnego rodzaju warsztaty dla lokalnej społeczności tj. serowarstwa, zielarsko-chlebowe, wędliniarskie, wypieku i zdobienia pierników, curvingu, decopage, bibułkarskie. W planach jest pozyskanie środków na warsztaty wikliniarstwa.



## WYSTAWY I KONKURSY

Bierzemy udział w różnego rodzaju wystawach oraz konkursach organizowanych w naszym regionie tj. gruszki faszerowane w cieście maślanym zdobyły wyróżnienie, zaś gwiazda gór Słonnych oraz śliwki nadziewane orzechami zdobyły czołowe miejsca na konkursie w Boguchwale.

## WARSZTATY

Panie uczestnicząc w warsztatach serowarstwa i wędliniarskich zgłębiły wiedzę i robią wysmienite sery oraz wędliny. Od kwietnia 2019 r. jesteśmy zarejestrowane w Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa w Sanoku. Dało nam to szansę na lepszy rozwój, pozyskując środki z dotacji możemy się rozwijać oraz nawiązywać współpracę z innymi kołami z różnych regionów Polski.

## JEDNOCZYMY SIĘ!

Panie mają różne talenty, wzajemnie się uzupełniają przekazując sobie wiedzę z różnych dziedzin. Spotykamy się różnie zależnie od potrzeb, możliwości oraz pory roku ponieważ większość z pań pracuje zawodowo bądź prowadzi gospodarstwa. Ważne jest jednak to, że realizując jakieś zadanie jednoczą siły i są w stanie im sprostać. Na przykład efektem warsztatów bibułkarstwa okazała się piękna palma Wielkanocna, która zdobyła wyróżnienie na wystawie w sanockim Skansenie.



## PRZEWODNICZĄCE KGW WUJSKIE

1.

Inicjatorki powstania KGW (lata 60-te)



Janina Król



Władysława Hirniak



Józefa Wyżycka



Maria Bieniek

Kazimiera Wyżycka

II przewodnicząca KGW  
(lata 80-90te)



2.

3.



Renata Król

III przewodnicząca KGW  
(w latach 1998-2020)

Regina Malarczuk

IV przewodnicząca KGW  
(w latach 2020-2022)



4.

5.



Janina Kobiątka

V i obecna przewodnicząca KGW  
(od 2022 r.)

## Koła z obszaru LSR LGD „Zielone Bieszczady” wpisane do Krajowego Rejestru Kół Gospodyń Wiejskich

### Koła Gospodyń Wiejskich w gminie Ustrzyki Dolne

### Miejscowość

KGW w Równi	Równia
KGW w Dźwiniaczu Dolnym	Dźwiniacz Dolny
KGW w Jureczkowej	Jureczkowa
KGW Wiejskich w Stańkowej	Stańkowa
KGW w Wojtkowej	Wojtkowa
KGW w Hoszowczyku „Mleczna Dolina”	Hoszowczyk
KGW w Ustjanowej Górnej – „Ustjanki”	Ustjanowa Górna
KGW w Bandrowie „Bandrowianki”	Bandrów Narodowy
KGW w Liskowatym	Liskowate
KGW w Brzegach Dolnych	Brzegi Dolne

### Koła Gospodyń Wiejskich w gminie Lutowiska

### Miejscowość

KGW w Dwerniku „Jagódka”	Dwernik
KGW w Chmielu	Chmiel
KGW w Stuposianach „Stuposianki”	Pszczeliny
KGW w Lutowiskach	Skorodne
KGW w Smolniku	Smolnik

### Koła Gospodyń Wiejskich w gminie Czarna

### Miejscowość

KGW w Michniowcu „Michniowianki”	Michniowiec
KGW Babiniec-Czarna i Przyjaciele w Czarnej Górnej	Czarna Górna
KGW w Lipiu	Lipie
KGW w Polanie	Polana

### Koła Gospodyń Wiejskich w gminie Olszanica

### Miejscowość

KGW „Paszowianki” w Paszowej	Paszowa
KGW „UHERCZANKI” w Uhercach Mineralnych	Uherce Mineralne

### Koła Gospodyń Wiejskich w gminie Solina

### Miejscowość

KGW Wołkowyja	Wołkowyja
KGW „Berezka” w Berezce	Berezka
KGW w Bereznicy Wyżnej	Bereznica Wyżna
KGW w Myczkowie „KGW” Myczków	Myczków
KGW Bukowiec	Bukowiec
KGW „Drabinianki” w Myczkowcach	Myczkowce
KGW Wola Matiaszowa	Wola Matiaszowa

### Koła Gospodyń Wiejskich w gminie Tyrawa Wołoska

### Miejscowość

KGW w Hołuczku Złoty Dąb	Hołuczów
KGW w Siemuszowej o nazwie Kalina	Siemuszowa

### Koła Gospodyń Wiejskich w gminie Sanok

### Miejscowość

KGW w Załużu	Załuż
KGW w Strachocinie	Strachocina
KGW w Wujskiem	Wujskie
KGW w Pakoszówce	Pakoszówka
KGW w Lisznej Lisznianki	Liszna
KGW w Sanoczku	Sanoczek
KGW w Niebieszczanach	Niebieszczany
KGW w Prusieku	Prusiek
KGW w Markowcach	Markowce
KGW Srogów Dolny	Srogów Dolny



Gotowanie jest jak miłość. Należy do niego podejść bez opamiętania albo nie podchodzić wcale.”

*Harriet van Horne*

Publikacja, którą trzymacie Państwo w ręku ma na celu popularyzację i promocję polskiej tradycji kulinarnej, kulturowanej od lat przez Koła Gospodyń Wiejskich.

Mamy nadzieję, że będzie także zachętą dla współczesnego Czytelnika, aby samodzielnie bądź rodzinie odkrywał przyjemność z gotowania i pieczenia – na nowo. Przecież domowa kuchnia smakuje najlepiej!

Przygotowując własnoręcznie potrawy wiemy co jemy, redukujemy wydatki, a przede wszystkim przekazujemy młodszymi pokoleniom sprawdzone, tradycyjne receptury, a wraz z nimi naszą tradycję i kulturę.

Niech ta publikacja nie tylko cieszy oko Czytelnika, ale też stanie się doskonałą inspiracją do odkrywania uroków polskiej sztuki kulinarnej.

*Smacznego!*  
*Koło Gospodyń Wiejskich w Wujskiem*



„Europejski Fundusz Rolny na Rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”. Instytucja Zarządzająca PROW 2014-2020 – Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Publikacja opracowana przez Koło Gospodyń Wiejskich w Wujskiem, współfinansowana jest ze środków Unii Europejskiej w ramach poddziałania 19.2 „Wsparcie na wdrażanie operacji w ramach strategii rozwoju lokalnego kierowanego przez społeczność” PROW 2014-2020.