

S. ANASTAZJA
PUSTELNIK FDC

173
SPECJAŁY
SIOSTRY ANASTAZJI

Wydawnictwo WAM

10 PRZYDATNYCH RAD

1. W niektórych przepisach celowo nie podano rodzaju tłuszczu – należy użyć według własnych upodobań i możliwości.
2. Surówki należy przyrządzać na krótko przed podaniem.
3. Naczynia, do których wkłada się surówki powinny być nieuszkodzone.
4. Wartość odżywczą i smak surówek podnosi odpowiedni dobór warzyw i ich umiejętne przyprawienie – dobrać warzywa zdrowe, świeże, młode.
5. Warzywa do gotowania należy zalewać wrzącą, osoloną wodą w takiej ilości, aby były zakryte i gotować pod przykryciem.
6. Warzywa zielone oraz zawierające gorzkie, piekące składniki, jak kapusta czy kalafior, po zagotowaniu – odkryć i dalej gotować bez przykrycia.
7. Warzyw obranych i rozdrobnionych nie należy moczyć w wodzie.

8. Rozpoznanie mięsa.

Mięso wołowe: mięso z młodych sztuk ma barwę czerwoną, tkanka jest soczysta, tłuszcz, który przerasta część tuszy odznacza się barwą kremoworóżową.

Mięso ze starych sztuk ma kolor ciemnoczerwony, tłuszcz żółtawy, przerośnięty błonami.

Cielęcina ma kolor bladoróżowy, na jej powierzchni nie ma tłuszczu, natomiast tłuszcz wewnętrzny ma również odcień bladoróżowy.

Mięso wieprzowe: mięso z młodych sztuk ma kolor jasnoróżowy, ze starych jest ciemnoróżowe.

Mięso drobiu: z ptaków młodych jest smaczne i delikatne. Drób stary ma odstającą, zrogowaciałą łuskę na nogach, chropowatą skórę, a zakończenie mostka twarde.

Ryba: świeża odznacza się swoistą wońią i przylegającą do skóry łuską; skrzelka są jasnoczerwone, a mięso jest barwy bladoróżowej.

9. Do sporządzania posiłków używa się głównie mąki pszennej, łącząc ją z mlekiem, śmietaną, żółtkami.

10. Przed użyciem jaj należy zwrócić uwagę na ich wygląd. Skorupka świeżego jajka jest gładka, o jednolitej barwie. Rozbite jajko powinno mieć miły swoisty zapach, nienaruszoną błonę na żółtku, zaś białko nie powinno się rozlewać.

Wszystkie przepisy opracowane zostały na 5-6 osób.

W książce oznaczono przepisy według stopnia trudności:



bardzo łatwe



łatwe



trudniejsze

SZCZYPTA KLASYKI:

Kawa od ludzi majątnych przeszła nareszcie do całego pospólstwa, podniosły się po miastach kafenhauzy; szewcy, krawcy, przekupnie, przekupki, tragarze i najostatniejszy motłoch udał się do kawy. Nie była już wtenczas droga: za sześć groszy miedzianych dostał filiżanki kawy z mlekiem i cukrem, lecz też taka była i kawa: łut kawy dla zapachu, cztery łuty pszenicy palonej, trocha faryny cukrowej, łyżka mleka roztworzonego wodą – smakowało to jednak prostactwu, nie znającemu smaku czystej kawy, dobrze sporządzonej. A nawet i po domach małych albo skąpych robili sobie taką kawę przy-mieszując do niej przez połowę pszenicy lub grochu palonego, bo koniecznie chciało się kawy, już to że bez niej dom byłby poczytany za prostacki i sknerski, już że kawa wciąga ludzi w nałóg tak jak gorzałka albo tabaka, że się bez niej obejść nie może, kto się w nią włoży, tak dalece, że woli niejedną, a jeszcze bardziej niejedną, obejść się bez chleba niżeli bez kawy.

Ks. Jędrzej Kitowicz
Opis obyczajów za panowania Augusta III