

STAGE DE CUISINE POLONAISE

**CREUTZWALD Foyer du Centre
Vendredi 4 avril 2014**



Animé par Leszek Cichyanty
Cuisinier à Kamienna Gora

Notre formateur : **Leszek Cichyanty** « le cuisinier de l'Ambassadeur »

Leszek tient un restaurant à Kamienna Góra, petite ville située près de Wałbrzych dans le sud-ouest de la Pologne.

Par ailleurs, il s'est spécialisé en intervenant dans des ambassades et consulats polonais comme Strasbourg, Lille, Budapest, Bruxelles... soit en préparant un repas ou le plus souvent un buffet froid et chaud. Tout son art consiste à reprendre les recettes traditionnelles, les préparer et les présenter en plats délicats et raffinés.

Ce personnage haut en couleurs et de surcroît fort sympathique saura vous faire découvrir des recettes excellentes.

Ces journées sont organisées par l'association

« Reflets de l'Est »

Nous vous invitons à consulter notre site internet sur :

<http://www.refletsdelest.fr/>

Pour découvrir nos activités, buts, adresses utiles etc...

Rosół z pierozkami

Bouillon de poule aux ravioles

Ingrédients pour le bouillon :

1 poule de 1.5 à 2 kg - 4 à 5 l d'eau – 2 oignons – 2 carottes
¼ de céleri – persil – aneth – sel – poivre.

Eplucher les oignons, carottes et céleri. Laver soigneusement la poule, la mettre dans une marmite et couvrir d'eau. Porter à ébullition puis cuire à feu doux durant 40 mn en écumant de temps en temps. Ajouter les légumes, saler, poivrer et continuer la cuisson pendant 2 h. Retirer la poule et filtrer le bouillon. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire.



Pierozki miesne – Kreplach

Ravioles à la viande

Ingrédients pour la pâte :

120 g de farine – 1 œuf – sel – 2 cuillères à soupe d'eau

Ingrédients pour la farce :

150 g de viande de bœuf bouillie ou de poule
1 cuil. à soupe d'huile – 1 oignon – sel et poivre

Faire une pâte avec la farine, l'œuf, l'eau et le sel. La laisser reposer le temps de préparer la farce.

Pour la farce : faire revenir l'oignon émincé dans l'huile, ajouter la viande préalablement hachée, saler, poivrer et faire cuire encore 5 mn.

Etaler la pâte et découper des petits carrés ou des petits cercles sur lesquels on pose la farce, fermer les ravioles. Les faire cuire dans de l'eau frémissante durant 3 mn à partir du moment où elles remontent à la surface.

Les servir dans le bouillon de poule.



Czulent drobiowy

Tchoulent au poulet

Ingrédients pour 4 à 6 personnes

2 cuil. à soupe d'huile – 500 g de filet de poulet – 2 oignons
6 petites pommes de terre – 3 ou 4 gousses d'ail – 200 g de
haricots blancs - 150 g d'orge perlé ou gruau – sel – poivre
bouillon

La veille faire tremper les haricots et l'orge perlé.

Précuire les haricots. Dans une poêle, faire revenir l'oignon
et la viande coupée en cubes.

Eplucher les pommes de terre et les couper en gros cubes.

Mélanger tous ces ingrédients, saler et poivrer, et les mettre
dans une terrine.

Verser du bouillon jusqu'à 3 cm au-dessus des ingrédients.
Mettre dans un four préchauffé à 180 ° et laisser cuire 3 h en
rajoutant éventuellement du bouillon.



Cymes z marchewki

Tzimmes aux carottes

Ingrédients :

1 kg de carottes – 1 cuil. à café de sel – 1 cuil. à café de sucre
1 cuil. à café de miel – 2 cuil. à soupe de beurre – 1 pincée
de cannelle – 1 cuil. à soupe de jus d'orange.

Eplucher les carottes et les couper en rondelles. Les mettre dans une poêle avec tous les ingrédients, ajouter un peu d'eau et faire mijoter à feu moyen jusqu'à ce qu'elles aient absorbé tout le liquide.



Kugiel z makaronem z białem serem i jabłkami

Kugel aux pâtes, fromage blanc et pommes

Ingrédients pour 6 à 8 parts :

3 œufs – 2 cuil. à soupe de sucre – 250 g de fromage blanc –
1 verre de lait – 5 cuil. à soupe de beurre fondu - 5 pommes
1 verre de raisins secs – 6 pruneaux d'Agen – 450 g de
vermicelles – 2 cuil. à soupe de cannelle – 6 cuil. à soupe de
sucre – beurre pour le moule.

Faire cuire les pâtes à l'eau bouillante salée. Egoutter. Râper grossièrement les pommes. Hacher les pruneaux.

Travailler les jaunes d'œufs avec le sucre, incorporer progressivement le fromage blanc, le lait et la moitié du beurre fondu, ajouter les pommes, les raisins secs et les pruneaux, bien mélanger et ajouter les pâtes. Battre les blancs en neige et ajouter délicatement au mélange précédent.

Verser le mélange dans un plat beurré, saupoudrer de cannelle et de sucre, arroser avec le reste de beurre fondu. Faire cuire environ 45 mn à 140° jusqu'à ce que le dessus soit doré.



Kryncelki

Galettes au pain azyne

Ingrédients :

3 tranches de pain azyne – 2 œufs – 1 pincée de sel – 1 pincée de cannelle – 3 cuil. à soupe de sucre – 1 cuil. à soupe d'amandes en poudre – 1 cuil. à soupe de jus de citron – 1 verre de raisins secs – huile pour la friture – sucre glace pour saupoudrer les galettes.

Faire tremper le pain azyne dans de l'eau jusqu'à ce qu'il ramollisse. Bien l'essorer l'écraser avec une fourchette et le mélanger avec les jaunes d'œufs. Ajouter le sel, la cannelle, le sucre, les amandes en poudre, les raisins secs et le jus de citron. Batre les blancs en neige et les rajouter au mélange précédent.

Faire chauffer l'huile dans une poêle et mettre une quantité équivalente à une cuillère à soupe dans l'huile très chaude, faire frire de chaque côté jusqu'à ce que les galettes aient une belle couleur dorée. Mettre sur un plat avec un papier absorbant et saupoudrer de sucre glace.

