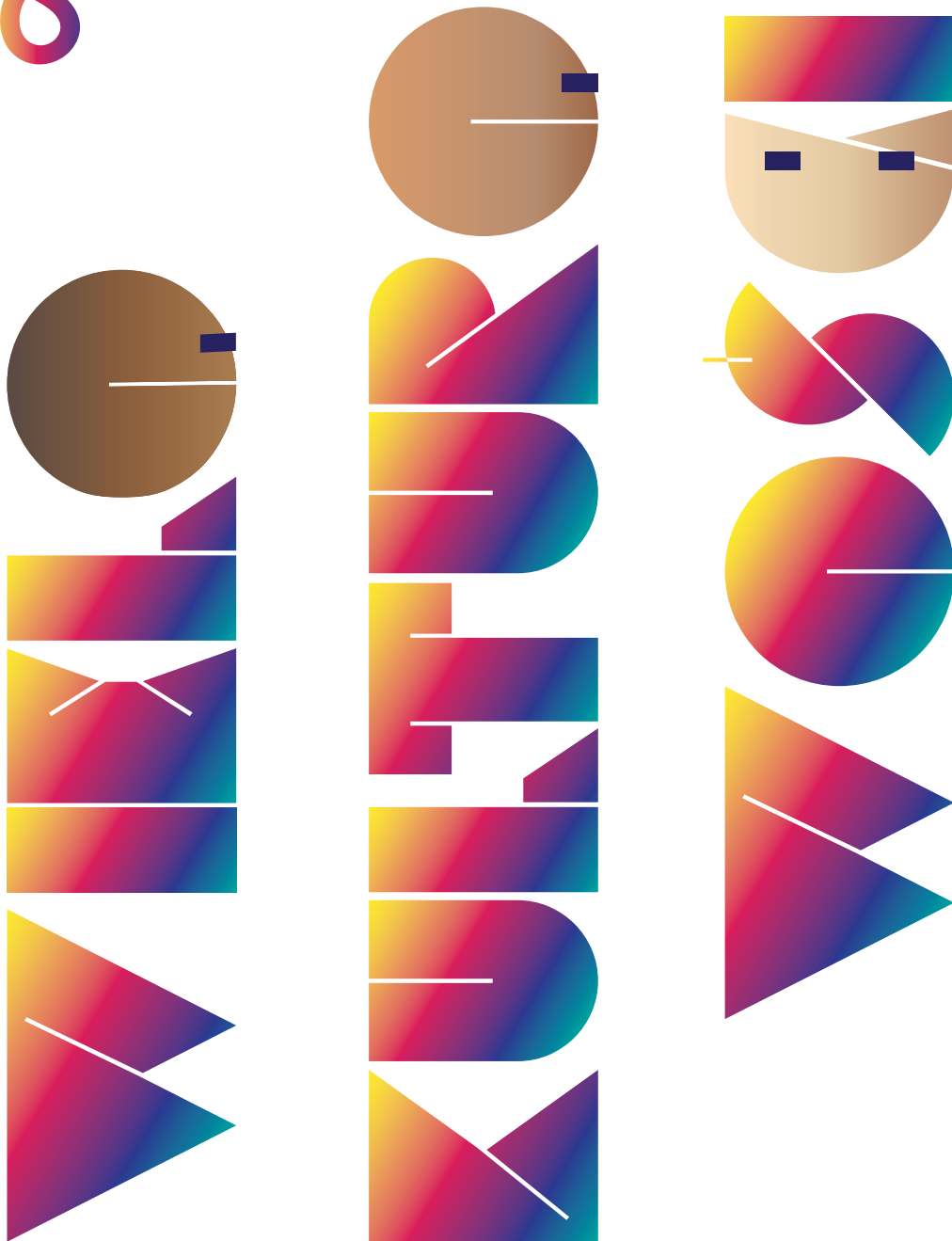


Smaki



# GRUZJA

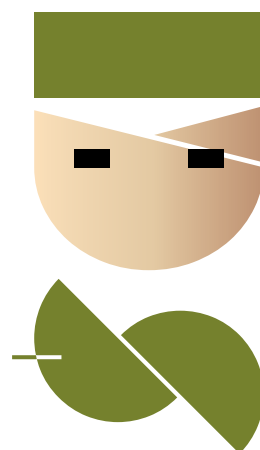
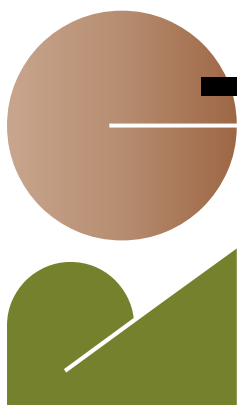
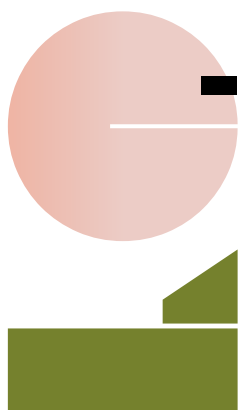
autor: Raul Labadze

## o mnie

Cześć, jestem Raul. Pochodzę z Gruzji, ale teraz mieszkam w Warszawie. Uwielbiam grać w piłkę nożną, podróżować i, oczywiście, gotować.

## wprowadzenie

Kuchnia jest bardzo istotną częścią gruzińskiej kultury. Widać to szczególnie podczas uroczystości, którą nazywamy supra. Na tę okazję przygotowuje się niezwykle ilości różnych potraw, którym zawsze towarzyszy dużo lokalnego wina. Wino to jest produkowane w starożytnych, gruzińskich glinianych garnkach zwanych kvevris. Przyjęciu przewodzi tadama, czyli dosłownie ten, który wznosi toast. Gruzinińska kuchnia jest dosyć ciężka. Wykorzystuje się w niej dużo hodowanego lokalnie mięsa, sera i ciasta na zakwasie. Dla równowagi podawane są warzywne sałatki, które często służą jako dodatek do dań głównych. Poza wszechobecnymi orzechami włoskimi, do przyprawiania używa się przede wszystkim czosnku oraz ziół takich jak kolendra, estragon i koperek.



# ADJARIAN KHACHAPURI



2godz (w tym czas  
by ciasto urosło)  
+ 25-30min pieczenia

*Khachapuri jest jednym z najpopularniejszych  
dań w Gruzji, które jest znane również  
w innych krajach byłego ZSRR.  
Zaczynamy!*

## składniki

- 400g mąki do pieczenia chleba
- 1 łyżeczka cukru
- 1 łyżeczka drożdży instant
- 1 łyżeczka soli
- 290ml ciepłej wody
- 1 łyżka oleju słonecznikowego
- 450g różnych serów  
w temperaturze pokojowej
- świeżo zmielony czarny pieprz
- 2 rozbite jajka

## sposób przyrządzenia

**Krok 1:** W misce umieść mąkę, cukier, drożdże oraz sól i delikatnie wymieszaj. Wlej ciepłą wodę i zamieszaj ponownie. Składniki powinny połączyć się, aż ciasto uformuje się w jednolitą kulę. Ugniataj przez kolejne 2-3 minuty.

**Krok 2:** Wyłóż ciasto na delikatnie podsypaną mąką powierzchnię. Posyp dłonie mąką i ugniataj ciasto jeszcze przez dwie minuty. Powinno delikatnie się kleić i nie być zbyt twarde. Na dnie i bokach miski rozsmaruj olej. Włóż do niej ciasto, obracając je najpierw tak, by z każdej strony było nasmarowane olejem. Przykryj miskę czystą, lnianą ściereczką i pozostaw w ciepłym miejscu do wyrośnięcia ciasta na 90 - 110 minut.

**Krok 3:** Gdy ciasto urośnie, uderz je pięścią, wyłóż na podsypaną mąką blat i ugniataj przez chwilę, by uformować gładką kulę. Jeśli chcesz przygotować dwa chlebki, podziel kulę na dwie równe części.

**Krok 4:** Podgrzej piekarnik do 180 °C. Na środku piekarnika umieść cienką, żelazną blachę do pieczenia. Gdy piekarnik będzie się podgrzewał, uformuj chleb i wypełnij go serem. Nie mam u niestety dostępu do gruzińskiego sera, używam więc kombinacji trzech różnych serów w równych proporcjach. Do każdego Khachapuri dodaję mozzarellę, goudę i naturalny twaróg. Możesz też dodać swój ulubiony ser. Wymieszaj sery w misce. Jeśli masz ochotę, dodaj do nich połowę z rozbitego jajka, resztę zachowaj, by nasmarować nią ciasto.

**Krok 5:** Tak przygotowuję swoje AdjarianKhachapuri - jedno jajko na wierzchu po ugotowaniu powinno wystarczyć.

# RULONY Z BAKŁAŻANÓW



1godz - 1,5godz

*Ten klasyczny przepis na zawijane bakłażany z orzechowym farszem, zwane Nigvziani Badrijani, jest popularny w całej Gruzji. Rulony podaje się jako przystawki podczas uroczystych kolacji jak supra, ale doskonale sprawdzają się również jako dodatek do drinków przed kolacją.*

## składniki

- 3 bakłażany – pozbawione szypulek i pokrojone wzdłuż w grube paski
- 2 łyżeczki soli
- pasta z orzechów włoskich
- 2-3 łyżki wody
- 3 łyżki drobno posiekanej, świeżej bazylii
- 1 łyżka drobno posiekanej jalapeno
- 1/4 kubka pestek z granatu

## sposób przyrządzenia

### Krok 1:

Umieść plastry bakłażana w dużej misce, posyp je solą z obu stron. Pozostaw na około 30 minut, aż zaczną wilgotnieć, a na dnie miski zgromadzi się woda.

### Krok 2:

Następnie umyj dokładnie plastry bakłażana pod zimną wodą. Ściśnij je mocno między ręcznikami papierowymi, aż usuniesz nadmiar wody i osusz ręcznikiem.

### Krok 3:

Do dużej, głębokiej patelni lub rondla wlej olej, podgrzewaj na średnim ogniu, a następnie za pomocą cedzaka, umieść w niej bakłażan. Smaż, aż się zrumieni, około 3 minuty z każdej strony. Wyjmij z patelni i połóż na ręczniku papierowym, aby odsączyć nadmiar oleju.

### Krok 4:

W dużej misce umieść pastę z orzechów włoskich i wymieszaj z wodą. Pasta powinna nadawać się do łatwego rozsmarowania. Jeśli to konieczne, dodaj więcej wody stopniowo, po jednej łyżeczce, aż pasta nabierze odpowiedniej konsystencji. Dodaj bazylię i jalapeno i połącz je z pastą.

### Krok 5:

Na skraju każdego z bakłażanowych plastrów rozsmaruj po dwie łyżki orzechowej pasty i zwiń w rulon. Ułóż rolki na paterze tak, by końcówki plastrów nie były widoczne. Na górze posmaruj je resztą orzechowej pasty i posyp pestkami granatu.

# CHURCHKHELA



dość  
długo :)

*To tradycyjny deser, który polega na kilkukrotnym zanurzeniu połączonych nitką orzechów w tatarze – mieszance mąki, cukru oraz badagi – skoncentrowanego soku z winogron. Gruzini zwykle przygotowują churchkhelę jesienią, podczas zbiorów orzechów oraz winogron. Opowiem jak przyrządzić churchkhelę z orzechów włoskich oraz orzechów laskowych.*

## składniki

- 1 i 1/2 litra soku z białych winogron (badagi)
  - 3/4 szklanki cukru
  - szklanka mąki
  - 40 połówek orzechów włoskich
  - igła i nitka
- \* Ilość badagi, mąki i cukru jest wystarczająca, aby pokryć orzechy jedną warstwą polewy. Potrzebne są jednak co najmniej dwie warstwy

## sposób przyrządzenia

### Przygotowanie orzechów:

**Krok 1:** Obierz orzechy. Wsyp je na rozgrzaną patelnię i podgrzewaj przez około 2-3 minuty na wolnym ogniu, tak, by ich nie przypalić. Zdejmij z ognia i pozostaw do wystudzenia, by móc rozdzielić je na połówki.

**Krok 2:** Na igłę naciągnij mocną nitkę o długości około 80 cm. Zszyj 25 połówek orzechów, tak, by były skierowane płaską stroną ku górze. Utnij nitkę i zwiąż w supeł jej końcówkę. Przed kolejnym etapem orzechowe pasmo powinno zostać wysuszone na słońcu, tak by do środka nie dostała się wilgoć.

### Przygotowanie tataru:

**Krok 1:** W misce wymieszaj mąkę z cukrem oraz 0,5 l badagi. Po zmieszaniu ich łyżką użyj blendera, by mieć pewność, że mieszanka jest całkowicie gładka.

**Krok 2:** Wlej litr badagi do głębokiego, żeliwnego garnka i stopniowo dodawaj do niego mieszankę mąki, cukru i reszty badagi. Wymieszaj dokładnie.

**Krok 3:** Podgrzewaj na wysokim ogniu, cały czas energicznie mieszając. Gdy sos zacznie wrzeć, zmniejsz ogień do minimum i podgrzewaj, nadal mieszając, przez kolejne 8-10 minut. Spróbuj gęstniejącego sosu, by upewnić się, że nie czuć w nim smaku mąki.

**Krok 4:** Trzymając za jeden koniec nitki, ostrożnie zanurz zszyte orzechy (włoskie lub laskowe) w tatarze. Upewnij się, że wszystkie orzechy są pokryte sosem i delikatnie wyjmij churchkhelę z tataru. Pozostaw churchkhelę na słońcu na 3-4 dni, by wyschła, a orzechowy łańcuch nie był klejący.

**Krok 5:** Po 3 czy też 4 dniach przygotuj kolejną porcję tataru i ponownie zanurz w niej orzechy. Następnie znów pozostaw churchkhelę do wyschnięcia na 3-4 dni. Jeśli masz ochotę na grubszą churchkhelę, powtórz cały proces jeszcze raz lub dwa razy. Churchkhela jest gotowa do spożycia, gdy jest całkowicie sucha i nie klei się palców. Można również zawinąć ją w ręcznik, umieścić w drewnianym pudle i poczekać aż dojrzeje przez około 2-3 miesiące.



# Centrum Pomocy Prawnej Im. Haliny Nieć

## *kim jesteśmy*

Od 16 lat działamy na rzecz ochrony praw człowieka świadcząc bezpłatną pomoc prawną cudzoziemcom, uchodźcom i bezpaństwowcom. Jako prawnicy pracujemy na co dzień w wielokulturowym środowisku, które za pośrednictwem tego ebooka chcielibyśmy wam pokazać „od kuchni”. Poznawanie zwyczajów i jedzenia innych narodów jest doskonałym sposobem na budowanie bardziej otwartego społeczeństwa!

W naszym cyklu „Smaki wielokulturowości” co miesiąc ukazuje się nowy, darmowy ebook z przepisami z innego kraju. Jeżeli podoba ci się to co robimy, będzie nam miło jeśli wesprzesz działalność stowarzyszenia dowolną darowizną:

**Nr konta: 65 1160 2202 0000 0000 4950 8531 (Bank Millennium S.A.).**

**Wystarczy, że wpłacisz 10, 20, 50 zł – każda kwota ma dla nas ogromne znaczenie! Dzięki zebranych środkom, będziemy mogli nadal kontynuować naszą misję pomocy uchodźcom. Serdecznie dziękujemy za każdy gest wsparcia!**

[www.pomocprawna.org](http://www.pomocprawna.org)  
[www.facebook.com/pomocprawna.org](https://www.facebook.com/pomocprawna.org)  
[twitter.com/CPPHN](https://twitter.com/CPPHN)  
[www.youtube.com/user/CentrumPomocyPrawnej](https://www.youtube.com/user/CentrumPomocyPrawnej)



Fundusz Obywatelski

Inicjatywa wspierana jest przez Fundusz Obywatelski  
zarządzany przez Fundację dla Polski