

# Kabanosy inaczej

Aromatyczne kabanosy wieprzowe możemy wykorzystać w kuchni na wiele ciekawych sposobów. Są idealne do kanapek, przekąsek, sałatek, nadziewania pierogów, jako dodatek do zapiekanek, domowej pizzy, jajecznicy, fasolki po bretońsku, żurku, bigosu, a nawet ziemniaczanej babki. Pomysłów na potrawy z kabanosem jest całe mnóstwo.

Proponujemy połączenie smaku kaszy gryczanej i kabanosów, wzbogacone sosem serowym z czosnkową nutą.

## Gryczane placuszki z kabanosami i sosem czosnkowym

### Składniki

**Pasta z kabanosów:** 20 dag kruchych kabanosów wieprzowych, ½ strąka grillowanej papryki konserwowej, kilka zielonych oliwek, 4 kawałki suszonych pomidorów lub 3 łyżki pasty z suszonych pomidorów, czubata łyżka łyżki bazyliowej pasty pesto, łyżeczka gęstego majonezu, sól, pieprz

**Placuszki:** 20 dag kaszy gryczanej, średnia cebula, marchew, kawałek selera, mała pietruszka, 2 jajka, sól, pieprz, majeranek, mielona papryka, jajko oraz tarta bułka do panierowania, oliwa z oliwek do smażenia

**Sos czosnkowy:** opakowanie serka mascarpone (25 dag), mały jogurt naturalny, 2-3 ząbki czosnku, sól, biały pieprz

- Przygotowujemy pastę z kabanosów: pokrojone na mniejsze kawałki kabanosy miksujemy. Do masy dodajemy drobno pokrojone pomidory suszone i paprykę, posiekane oliwki, pastę pesto oraz majonez. Całość mieszamy, doprawiamy do smaku solą i pieprzem.
- Umyte, obrane warzywa korzeniowe ścieramy na tarce z dużymi otworami, podsmażamy na małej ilości oliwy z oliwek. Kaszę zalewamy 2½ szklanki wrzącej, osolonej wody, wkładamy podsmażone warzywa, mieszając gotujemy na półsympko.
- Cebulę obieramy, drobno siekamy, przesmażamy. Do ugotowanej kaszy z warzywami dodajemy jajka, przesmażoną cebulę, majeranek i pozostałe przyprawy. Całość dokładnie mieszamy. Z masy formujemy niezbyt duże placuszki, panierujemy je w rozmąconym jajku i tartej bułce, wkładamy na



rozgrzany tłuszcz, smażymy z obu stron na złoty kolor.

- Serek mascarpone łączymy z jogurtem, dodajemy czosnek przeciśnięty przez praskę, dokładnie mieszamy, doprawiamy solą i białym pieprzem. Gdy sos będzie zbyt gęsty, możemy dodać kilka łyżek śmietany.
- Na usmażone gryczane placuszki nakładamy porcje wcześniej przygotowanej pasty, przykrywamy kolejnym placuszkiem, polewamy z wierzchu sosem czosnkowym.

Podajemy ciepłe z dodatkiem ulubionej surówki.

## Warto wiedzieć

Kabanosy to jeden z najpopularniejszych rodzajów kietbasy suchej. Ich cechą charakterystyczną jest smak peklowanej i pieczonej wieprzowiny oraz lekki posmak wędzenia, kminku oraz pieprzu. Wyrób oryginalny powinien być kruchy i przy łamaniu wydać charakterystyczny dźwięk, przez fachowców nazywany „strzałem”. Wyjątkowy, wyrazisty smak wynika z tradycyjnego

sposobu wytwarzania i starannie dobranego surowca. W 2011 roku kabanosy zostały wpisane do unijnego rejestru, jako polska Gwarantowana Tradycyjna Specjalność. Kupując, szukajmy na opakowaniu znaku gwarantującego ich oryginalność i dobrą jakość.

*Romana Chojnacka  
Studium Wiejskiego Gospodarstwa Domowego  
Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu*