

# Kompilacja na patelni

Łączenie różnych rodzajów mięs w potrawie pozwala na uzyskanie wspaniałego smaku. Warunkiem jest zachowanie prawidłowych proporcji, w przeciwnym razie efekt może być mierny.

Tym razem zamieszczamy propozycje dań nieco już zapomnianych, wywodzących się z dawnej kuchni tradycyjnej lubującej się zarówno w daniach prostych, jak i oszczędnych.

## Smażonka wieprzowa (świeżonka)

Na co dzień przyrządzano ją z karkówki lub łopatki, a niekiedy ze schabu lub szynki. Taka smażonka przygotowana z mięsa pozyskanego bezpośrednio po uboju (tzw. ciepłego), nazywana była świeżonką.

**Składniki:** po ok. 50 dag schabu, karkówki i mięsa z szynki, 4 cebule, 50 dag wątroby wieprzowej, 2-3 łyżki smalcu, sól, pieprz, majeranek

- Mięso i wątrobę płuczemy, osuszamy ręcznikiem kuchennym. Mięso kroimy w zgrabną, niezbyt dużą kostkę, posypujemy solą, pieprzem, majerankiem. Oczyszczoną z żył i błon wątrobę kroimy w wąskie paski.
- Na dużej patelni rozpuszczamy tłuszcz, wrzucamy pokrojone mięso i, cały czas mieszając, smażymy rumieniąc ze wszystkich stron. Gdy mięso



zbrunatnieje i będzie prawie miękkie, dodajemy wątrobę oraz pokrojoną w piórka cebulę. Całość smażymy do miękkości. Na koniec, gdy trzeba, doprawiamy solą i pieprzem.

Podajemy na ciepło z chlebem i surówkami.

## Kotlety mielone z kaszą gryczaną

Są typowym przykładem dania tzw. oszczędnego. Dodatek kaszy gryczanej do mielonej masy mięsnej nie tylko zwiększy objętość potrawy, lecz także bardzo ubogaci jej smak.

**Składniki:** 1 kg mielonego mięsa wieprzowego, 2 cebule, 4 szklanki ugotowanej kaszy gryczanej, 3 łyżki oliwy z oliwek, 2-3 jajka, 4 zębki czosnku, sól, pieprz, sproszkowana ostra papryka, bułka tarta do obtoczenia, tłuszcz do smażenia

- Cebulę drobno siekamy. Mięso mielone mieszamy dokładnie z posiekaną cebulą, ugotowaną kaszą gryczaną, jajkami, 3 łyżkami oliwy z oliwek i przeciśniętym przez praskę czosnkiem. Doprawiamy solą, pieprzem i papryką.
- Z masy mięsnej, lekko zwilżonymi rękoma, formujemy okrągłe lub owalne, lekko spłaszczone kotlety, obtaczamy w bułce tartej.
- Na patelni rozgrzewamy tłuszcz, wkładamy kotlety i smażymy po 2-3 minuty z każdej strony tak, aby zrumieniły się.
- Obsmażone układamy w naczyniu żaroodpornym. Przykrywamy pokrywką (lub folią aluminiową)



i wstawiamy do piekarnika rozgrzanego do 150°C na 30 minut.

Podajemy na ciepło z ulubionymi surówkami. Doskonale smakują z sosem grzybowym.

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