

# Rozmaitości na patyku

**Kolorowe kompozycje z niewielkich porcji mięsa i warzyw nadzianych na patyki będą smacznym obiadem lub kolacją. Można je też podać jako poczęstunek, gdy przyjdą goście.**

Szaszłyki, – kto ich nie lubi?. Niejeden z nas chętnie odda za nie solidną porcję mięsa. Pamiętajmy, że zestawy szaszłykowe możemy komponować w bardzo wielu i bardzo różnorodnych wariantach, a ich smak zależy trochę od naszej fantazji, trochę od tego, co mamy aktualnie w lodówce. Przygotować je można na grillu, na karbowanej patelni (griddle) lub w kuchennym piekarniku. Spróbujmy poeksperymentować.

## Szaszłyki mięsne z cukinią

### SKŁADNIKI:

60 dag polędwiczek wieprzowych, mała młoda cukinia, kilka plasterków ananasa z konserwy, duża cebula, ząbek czosnku, 5 łyżek oleju sezamowego, łyżka octu balsamicznego, ½ łyżeczki tymianku, łyżeczka pokruszonego listka laurowego, szczypta rozmarynu, sól, pieprz

- Umyte i osuszone mięso kroimy w dość dużą kostkę, cukinię w grubsze plastry, obraną cebulę i plastry ananasa w cząstki.
- Obrany czosnek posypujemy solą i rozgniatamy lub przeciskamy przez praskę, mieszamy z olejem sezamowym, octem z balsamicznymi przyprawami. Sosem polewamy rozdrobnione składniki, tak, aby były jednakowo zwilżone (w razie potrzeby można dodać trochę oleju), odstawiamy na godzinę do lodówki.
- Mięso, warzywa i kawałki ananasa osączamy z marynaty. Wszystkie składniki nadziewamy naprzemiennie na metalowe szpilki lub bambusowe czy też drewniane patyczki (wcześniej namoczone w wodzie – ważne!).
- Szaszłyki układamy na blasze wyłożonej folią aluminiową i wkładamy do rozgrzanego do około 180 - 200°C piekarnika na 20 - 30 minut (w trakcie pieczenia szaszłyki, od czasu do czasu, obracamy).

Podajemy z pieczonymi ziemniakami, frytkami lub pieczywem oraz surówkami.

## Pikantne szaszłyki z boczkiem wędzonym

### SKŁADNIKI:

10 dag boczku wędzonego pokrojonego w cienkie paski, mały kalafior podzielony na różyczki, słodka papryka w proszku, po kilka kropli sosu tabasco i sosu sojowego, sól

- Długie i stosunkowo dość cienkie paski wędzonego boczku smarujemy kilkoma kroplami sosu tabasco, delikatnie skrapiamy sosem sojowym i oprószamy papryką. Odstawiamy do lodówki na 30 minut.
- Oczyszczony i opłukany kalafior dzielimy na różyczki, delikatnie solimy i gotujemy na parze przez 10 minut.
- Na patyczki do szaszłyków nadziewamy na przemian plasterki boczku (jak wstążkę) i różyczki kalafiora. Układamy obok siebie na płaskiej brytfannie posmarowanej tłuszczem.
- Wstawiamy na górny poziom mocno nagrzanego piekarnika. Pieczemy 10 - 15 minut (w trakcie pieczenia odwracamy).

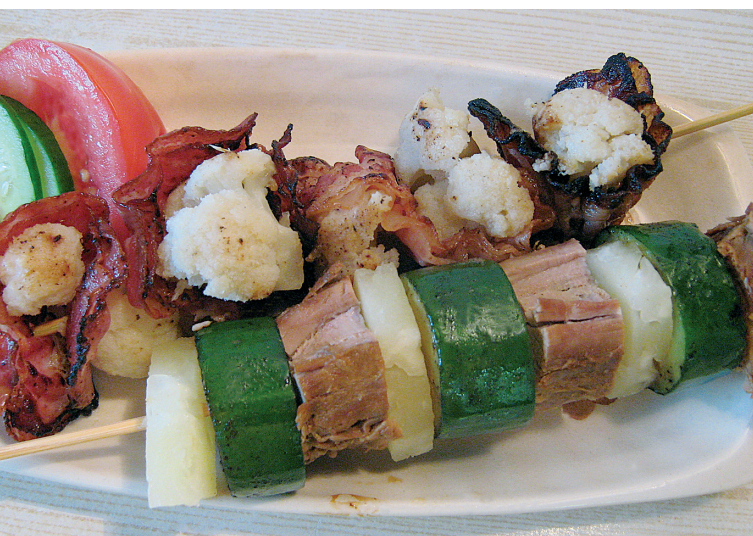
Podajemy z wiejskim chlebem z masłem, lekkim czerwonym winem lub piwem. Kalafiora z powodzeniem może zastąpić brukselka.

## Szaszłyki z mielonego mięsa

### SKŁADNIKI:

25 dag mielonego mięsa wieprzowo, 25 mielonego mięsa wołowego, 4 łyżki tartej bułki, 2 łyżki śmietany, jajko, 2 cebule, łyżka majeranku, łyżeczka oregano, sól, pieprz, oliwa z oliwek

- Obrane cebule ścieramy na tarce i dodajemy do mielonego mięsa razem z tartą bułką, śmietaną i jajkiem, majerankiem i oregano. Dokładnie mieszamy, aby wszystkie składniki się połączyły, doprawiamy do smaku solą i pieprzem.
  - Dłonią zmoconymi w zimnej wodzie formujemy małe okrągłe klopsiki lub podłużne kiełbaski długości około 6 cm. Każdy smarujemy oliwą z oliwek, przykrywamy i odstawiamy na godzinę do lodówki.
  - Uformowane porcje nadziewamy na metalowe szpilki lub drewniane patyczki do szaszłyków. Pieczemy 15 - 20 minut w mocno rozgrzanym piekarniku. Podczas pieczenia obracamy, aby równomiernie się zrumieniły.
- Podajemy z sosem pomidorowym lub grillowanymi pomidorami oraz pieczywem i sezonowymi surówkami.



Romana Chojnacka  
 Studium Wiejskiego Gospodarstwa Domowego  
 Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu