

## 36. Warsztaty kulinarne

W środę 11 października, po wakacyjnej przerwie, w ofercie Gminnego Ośrodka Kultury im. Janusza Gniatkowskiego w Poraju ponownie zagościły Warsztaty kulinarne.

---



Fot.: arch. GOK

### 36. Warsztaty kulinarne ściągnęły do Małońskiego amatorki letnich smaków

Tym razem Warsztaty kulinarne odbyły się w Budynku Wielofunkcyjnym w Małońskim, a poprowadziła je **Magdalena Adamus-Barszcz**. Gotowanie dla pani Magdy jest wielką przyjemnością. Uwielbia eksperymentować, poznawać nowe smaki i tajniki kuchni.

Motywy przewodnim 36. Warsztatów Kulinarnych było „Wspomnienie lata”. Jak wskazuje tytuł w menu nie mogło więc zabraknąć potraw, które są niejako przypomnieniem letnich miesięcy i wakacyjnych podróży. Licznie zgromadzone uczestniczki warsztatów mogły zaznajomić się z procesem przygotowywania paelli, czy też panna cotti oraz grillowanej niespodzianki z kolorowym sosem.

#### Przepisy 36. Warsztatów kulinarnych:

- **Grillowana niespodzianka z kolorowym sosem**

Składniki: bakłażan, kilka liści szpinaku, suszone pomidory,

feta, papryczka pepperoni, natka pietruszki,  
oliwa, sól, pieprz

Wykonanie: Cukinie kroimy w plastry, grillujemy. Na zgrillowane plastry kładziemy liść szpinaku, suszonego pomidora, kawałek fety i zwijamy w rulon. Polewamy sosem.

Sos: papryczkę drobno siekamy wraz z natką, dodajemy oliwę, sól i pieprz.



#### • Paella

Składniki: 0,25ml bulionu drobiowego + szczypta szafranu;  
100g kurczaka;  
kawałek papryki, kawałek cukinii, czosnek, mały pomidor, oliwa,  
papryka wędzona w proszku, papryka ostra w proszku;  
1/5 szklanka białego wina;  
1 łyżka sosu pomidorowego  
75g ryżu do paelli  
sos sojowy

Wykonanie: Bulion podgrzewamy wraz z szafranem; kurczaka kroimy w kostkę, przyprawiamy. Paprykę, cukinię, czosnek, pomidor kroimy w kostkę. Rozgrzewamy oliwę lekko przesmażamy ryż, potem kurczaka, warzywa. Dodajemy paprykę w proszku, wino, i gotujemy aż wino wyparuje. Dodajemy sos pomidorowy, a po chwili wsypujemy ryż i smażymy 2min. Wlewamy niecały bulion i dusimy do miękkości dolewając gorącego bulionu w razie konieczności. posypać natką.



#### • Panna cotta

Składniki: 50ml śmietany 30% lub 36%

50 ml mleka

3 g żelatyny

wanilia

16 g cukru

Wykonanie: Żelatynę zalać zimną wodą, mleko zagotować ze śmietaną, dodać cukier wanilię, namoczoną żelatynę. Wymieszać do rozpuszczenia żelatyny. Przebrać do pojemnika w i wstawić d lodówki.

