



# **KUCHNIA W KRAJACH EUROPEJSKICH**

# KUCHNIA NIEMIECKA



Bardzo ważnym elementem całej niemieckiej kuchni jest piwo. Bardzo często stanowi ono nie tylko odrębny element posiłku, ale wykorzystywane jest również jako składnik do przyrządzania licznych, tradycyjnych dań. Częstym dodatkiem do wielu potraw są także ziemniaki, serwowane w każdej postaci – na ciepło i na zimno, jako osobny element dania. Ziemniaki dodaje się nawet do sałatek, takich jak tradycyjna bawarska sałatka ziemniaczana.

# Popularne dania niemieckie



## MAULTASCHEN

Kwadratowe pierogi z ciasta makaronowego z nadzieniem mięsnym. Nadzienie to składa się najczęściej z mięsa mielonego, pieczonej kiełbasy cielęcej, szpinaku i pietruszki.



## EINTOPF

Bardzo popularna w całych Niemczech potrawa jednogarnkowa, która zastępuje cały obiad. Składa się zazwyczaj z mięsa, ziemniaków, ryżu lub kaszy oraz warzyw.



## Schäufele

Łopatką wieprzową, ciętą i podawana razem z kością. Jest duszona w piwie z warzywami i przyprawami. Skórka musi być obowiązkowo przypalona do chrupkości.

# KUCHNIA FRANCUSKA

Francja słynie przede wszystkim ze wspaniałej jakości bagietek, croissantów, różnorodnych serów, które idealnie komponują się z specjalnie dobranymi winami. Ponadto bardzo lubiane są we Francji zupy. Szeroka gama przypraw stosowanych w kuchni francuskiej nadaje jej charakterystycznego smaku i aromatu. Anyż, cząber, cebula, estragon, gałka muskatołowa czy rozmaryn to podstawa wielu dań, która podkreśla smak i nadaje wyrazisty charakter. Ponadto kuchnia francuska korzysta z walorów smakowych wielu ryb i owoców morza.



# Najpopularniejsze francuskie dania



**soupe à l'oignon**

Aromatyczna, gęsta zupa z wyraźnym posmakiem cebuli, z grzankami i zapiekana z serem. Do zrobienia wiele nie potrzeba – cebula, masło, bulion, białe wino, czerstwa bagietka i ser, więc można ją przygotować również w domu.



**Boeuf Bourguignon**

Wyjątkowo miękkie kawałki długo gotowanej wołowiny w aksamitnym sosie z dodatkiem warzyw, idealnie smakują z gotowanymi ziemniakami. Jak sama nazwa wskazuje, danie pochodzi z Burgundii.



**QUICHE LORRAINE**

Sam quiche to rodzaj wypieku na bazie słonego kruchego ciasta i zapiekanego nadzienia. Najbardziej sławny jest właśnie quiche lorraine, czyli placek lotaryński na bazie boczku, szynki, tartego sera, śmietany i jajek.

# KUCHNIA HISZPAŃSKA



W ogólnym ujęciu kuchnia hiszpańska wykorzystuje znaczące ilości ryb i owoców morza (w tym ośmiornic), a także duże ilości warzyw, owoców i wodorostów. Popularne są pomidory, cukinie, groszek i bakłażany. Nie brakuje też oliwek i daktyli. Kuchnia obfituje w mięso, przede wszystkim baraninę oraz różnorodne sery.

# Popularne dania w Hiszpanii



## Tortilla

Typowo hiszpański omlet z ziemniaków i jajek smażony na oliwie. Tortilla występuje w wielu różnych odmianach, często z dodatkami takimi jak cebula, grzyby lub fasola.



## Gazpacho

Rodzaj chłodnika z ogórków, cebuli, papryki, pomidorów, octu winnego, i oliwy, podawany z grzankami.



## Patatas bravas

Ziemniaki pokrojone w kostkę i smażone na głębokim oleju. Patatas bravas to odmiana tapas, czyli przekąski. Danie podawane jest z sosem.

# KUCHNIA GRECKA

Kuchnia grecka jest uznawana za jedną z najsmaczniejszych kuchni świata. Dominują w niej śródziemnomorskie smaki, zdrowe produkty, proste przepisy oraz nietypowe przyprawy. Cechami charakterystycznymi kuchni greckiej jest szerokie zastosowanie oliwy z oliwek, baraniny i różnego rodzaju warzyw.





# Najlepsze greckie dania



## GYROS

. Prawdziwy gyros to opiekane na obracającym rożnie mięso wieprzowe, które odcina się w postaci płatków za pomocą elektrycznego noża. Gyros stanowi popularny składnik fast foodów.



## BAKLAVA

Deser z ciasta filo przełożonego orzechami z miodem lub cukrem. Danie jest zapiekane i krojone w kwadraty lub romby, a następnie oblewane lukrem i posypywane orzechami pistacjowymi.



## KRESTOSUPA

To chyba najbardziej znana zupa greckiego pochodzenia. Do jej przyrządzenia wykorzystuje się wołowinę oraz ryż.

# KUCHNIA CZESKA

Kuchnia czeska jest wyraźnie mięsna, mączna i dość tłusta, ale nie brakuje w niej także słodkości. Wędliny jedzone są chętnie i w dużych ilościach, zwłaszcza szynki i kiełbasy typu „salami”. Typowe dodatki do mięsa to ziemniaki w różnych postaciach, w tym popularne frytki, a także wspomniane już knedliki – drożdżowe, proszkowe, ziemniaczane.



# Popularne czeskie dania



## Pečená kachna

Kaczka pieczona wiele godzin w niskiej temperaturze i podawana z knedlikami oraz czerwoną zasmażaną kapustą



## Vepřový řízek

Kotlet schabowy w panierce podawany z sałatką ziemniaczaną na zimno



## Ovocne knedlíky

Owocowe knedle z jagodami, śliwkami i morelami – ulubiony letni przysmak

**DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ!!**