

akademia kulinarna

#1 Kwiecień 2015

akademia kulinarna

#1 Kwiecień 2015





Postaw na jakość, rozwój i nowoczesność.

Współpracuj z nami.

Nasza firma od 25 lat łączy pasję do biznesu z pasją do gastronomii. Współpracujemy z najlepszymi Szefami Kuchni i Kucharzami w Polsce, dostarczając im każdego dnia wysokiej jakości produkty z różnych dziedzin kuchni. W codziennej pracy i doborze oferty stawiamy na jakość, rozwój i nowoczesność. Z zaangażowaniem śledzimy najnowsze trendy w gotowaniu i podawaniu potraw. Jeżeli gastronomia jest również Twoją pasją - zapraszamy do współpracy!

Dlaczego warto z nami współpracować?

- Jesteśmy liderem w dostawach produktów dla profesjonalnej gastronomii.
- Posiadamy 25-letnie doświadczenie w branży gastronomicznej.
- Jesteśmy firmą ogólnopolską, dostarczamy towar na terenie całego kraju.
- Posiadamy ofertę 6000 produktów: świeżych, chłodzonych, mrożonych i suchych, w tym m.in.: mięso, ryby, owoce morza, warzywa, owoce, produkty ziemniaczane, pieczywo i ciasta, lody, przyprawy, napoje.
- Prowadzimy projekt Akademii Kulinarnej – miejsca spotkań, szkoleń i pokazów dla Szefów Kuchni i Kucharzy z całej Polski.
- Posiadamy nowoczesne magazyny i flotę samochodów dostawczych, które pozwalają na zachowanie najwyższej jakości oferowanych przez nas produktów w całym łańcuchu dostaw od producenta aż do kuchni.

Jeżeli chcesz wiedzieć więcej odwiedź naszą stronę www.farutex.pl lub napisz do nas na kontakt@farutex.pl.

FARUTEX



**Bidvest
Polska**

Wydawca:

**marketing
and more**

Adres redakcji:

ul. Kadrowa 99 m 110, 04-426 Warszawa

redakcja@marketingandmore.com.pl

tel. + 48 698 218 831

Redaktor naczelny: Krzysztof Robert Szulborski

Opracowanie graficzne i skład: Grzegorz Madejak

Zdjęcia: Tomasz Rogala

Redakcja: Łukasz Wasiuta

Stale działają magazynu:

Techniki cukiernicze: Bożena Sikoń

Techniki kulinarne: Krzysztof Szulborski

Pytania do eksperta: Jerzy Pasikowski

Carving: Mariusz Gachewicz

Korekta: Regina Kuźmiak

Dział marketingu i reklamy:

reklama@marketingandmore.com.pl

marketing@marketingandmore.com.pl

 **akademia kulinarna-magazyn**

Druk: Batorski Poligrafia

Nakład: 4000 egzemplarzy

Patronat:



Akademia kulinarna, to miesięcznik skierowany do nauczycieli i uczniów szkół gastronomicznych oraz młodych kucharzy zaczynających swoją kulinarną, zawodową przygodę.

Projekt został stworzony nie tylko, aby inspirować, ale również po to, aby uczyć. Każde wydanie zawierać będzie przepisy ilustrowane etapami przygotowania dań, które pomogą w zrozumieniu procesu powstawania konkretnych potraw. Wśród stałych rubryk znajdą się wywiady ze znakomitymi szefami kuchni oraz cukierni, dzięki którym dowiedziecie się jak wyglądała ścieżka kariery ludzi osiągających sukcesy w branży gastronomicznej. Ponadto będziecie mieli możliwość zadawania pytań ekspertowi kulinarnemu – Jerzemu Pasikowskiemu, poznawania tajników carvingu wraz z Mariuszem Gachewiczem oraz pogłębiania wiedzy cukierniczej razem z Bożeną Sikoń od numeru majowego. Akademia Kulinarna pomoże Wam także zrozumieć wpływy lokalnych tradycji na nowoczesne kulinaria, poprzez cykl artykułów o tworzących naszą tożsamość kuchniach regionalnych. Na tych z Was, którzy najlepiej przyswoją wiedzę i będą chcieli ją sprawdzić, przygotowaliśmy krzyżówki z nagrodami.

Treści zawarte w czasopiśmie „akademia kulinarna” chronione są prawem autorskim. Wszelkie przedruki całości lub fragmentów artykułów i receptur możliwe są wyłącznie za zgodą wydawcy. Odpowiedzialność za treść reklam ponoszą wyłącznie reklamodawcy.

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych.

Spis treści

Adam Woźniak **Przepis na świetną restaurację ma tylko 4 składniki 4**

Adam Chrzastowski **Wyróżnienie ważniejsze niż Gwiazdki Michelin 14**

Jerzy Pasikowski **Pytanie do eksperta 24**

Krzysztof Szulborski **Kuchnia kaszubska 26**

Krzysztof Szulborski **Techniki kulinarne 33**

Przemysław Kaczmarek **Akademia kulinarna Unilever 36**

Jerzy Czapla **Akademia kulinarna Stalgast 38**

Anna Chylińska **Szkoła, która pokazuje prawdziwy kulinarny świat 40**

Wydarzenia 44

Mariusz Gachewicz **Carving 46**





KRUSZWICA

Tatwo i szybko!



Ultra wygoda

KONIEC Z KŁOPOTLIWYM DZIELENIEM FRYTURY

Qualito Ultra frytura w wygodnych kostkach 500 g. Przyspiesza pracę w profesjonalnej kuchni. Wyjątkowo trwała i wydajna w warunkach długotrwałego smażenia.

Karton 9 kg - zawiera 18 kostek.

Doskonała do smażenia:





Adam Woźniak

Choć od początku swojej zawodowej kariery jest związany z Trójmiastem, kulinarne umiejętności doskonalił również w prestiżowym lokalu St. George and Dragon w angielskim Wargrave. Od 2010 roku prowadzi przodującą w branżowych rankingach restaurację Mercato przy gdańskim Hiltonie.

W swojej kuchni hołduje zasadom minimalizmu i trendu slow food. Zdobywając składniki serwowanych potraw, sięga do oferty lokalnych dostawców. Podając gościom inspirowane pomorskimi tradycjami dania, koncentruje się na uwydatnieniu najbardziej charakterystycznych właściwości poszczególnych produktów.

Przepis na świetną restaurację ma tylko 4 składniki

REGIONALNE PRODUKTY, MALI DOSTAWCY, ZGRANY ZESPÓŁ I CIĄGŁY ROZWÓJ NA MOCNYCH PODSTAWACH – TO WEDŁUG ADAMA WOŹNIAKA NAJWAŻNIEJSZE ELEMENTY DOBRZE FUNKCJONUJĄCEGO LOKALU. SZEF GDAŃSKIEJ RESTAURACJI MERCATO HOŁDUJE SZLACHETNEMU MINIMALIZMOWI RÓWNIEŻ W KUCHNI.

Prowadzi Pan restaurację w gdańskim Hiltonie. Jaki jest główny koncept kuchni w tym hotelu?

Nie jesteśmy typową kuchnią hotelową. Mercato to miejsce bardzo prolokalne, wręcz slowfoodowe. Wszyscy nasi dostawcy pochodzą z najbliższej okolicy – nie dalej niż 100 km od Gdańska. Nie kupujemy produktów z innych regionów – tym bardziej surowców dostępnych jedynie za granicą. Promowanie tego, co nasze własne, tutejsze, to główne założenie, którym się kierujemy. Jesteśmy bardzo wierni obranej drodze. Promujemy ten trend z pełnym przekonaniem.

Przekrój lokalnych surowców, z których można komponować potrawy jest bardzo szeroki – wieprzowina i dziczyzna to tylko przykłady.

Kuchnia pruska, mennonici, napływy litewskie i łotewskie, migracja Holendrów do Gdańska – wszystko to miało znaczenie dla kształtowania kuchni Pomorza. To wszystko są nasze smaki. W naszej restauracji chcemy odtwarzać potrawy popularne w czasach tych historycznych przemian. Mamy bardzo bogatą kuchnię i zasób produktów. Trzeba jednak o tym przypominać.



Czym, oprócz geograficznej bliskości, kieruje się Pan wybierając dostawców?

Od dużych, globalnych dostawców bardziej interesujące są dla mnie lokalne firmy. Tutejsi producenci nie tylko dysponują unikalnym produktem, ale również są w stanie dostosować go do naszych potrzeb. Mogę na przykład pokazać, jak chcę mieć pocięte mięso. W przypadku dużej sieci nie byłoby to możliwe. Lubię także współpracować z małymi hurtowniami. Mają bardzo pro- klienckie podejście. Są w stanie na przykład wyszukać mi owcę, wieprzowinę lub kaczkę z Pomorza. Tego typu firmy znają dobrze specyfikę lokalnych restauracji – ich zaopatrywanie to często trzon ich działalności.

Czyli kuchnia w koncepcie slow food oparta na produktach lokalnych?

Tak. Szczególnie skupiamy się na 4 produktach. Te przewodnie elementy to: bób, łosoś, kaczka oraz fagat – owca, która kilkadziesiąt lat temu powstała z mieszanki opcji żuławskiej i opcji pomorskiej. Inspirujemy się tym, co przez wieki działo się na Pomorzu. Wielu ludzi uważa, że tutejsza kuchnia jest bardzo uboga. Kojarzą Gdańsk lub Gdynię ze śledziem po kaszubsku i innymi rybami. Jeśli jednak cofniemy się kilkadziesiąt-kilkaset lat, doszukamy się w niej śladów istnienia szlaku bursztynowego czy oddziaływania produktów kolonialnych.

Nie mamy w związku z tym najmniejszych problemów z dostępem do świeżych produktów. W przypadku ryb i warzyw stawiamy na sezonowość. Serwujemy to, co jest dostępne w danym momencie. Dorsz, łosoś – teraz pojawia się również okoń jeziorny. Podobną polityką kierujemy się w przypadku warzyw.

Skąd czerpie Pan inspiracje kulinarne?

Dużo podróży, dużo obserwacji, dużo Internetu. Czytam też dużo książek. Trzeba również podglądać mocno konkurencję

– szczególnie szefów za granicą. Chociaż i w Polsce jest teraz coraz więcej miejsc, w których można podpatrzyć coś interesującego.

Jak wygląda praca nad kartą? Czy jest to praca zespołowa czy Pan jako szef ma decydujący głos?

Kartę przygotowuję razem z moimi zastępcami. Siadamy w trzy lub cztery osoby. W pierwszej kolejności szukamy bazy – produktu, który w danym momencie możemy dostać świeży, nie mrożony i w stałej dostawie. Zastanawiamy się, co ciekawego można z nim zrobić. Później następuje faza testów, prób i błędów. Dopracowujemy danie, aż do efektu końcowego. Aby potrawa trafiła do karty, musimy mieć do niej pełne przekonanie. Pracujemy zespołem. Dużo z nas jeździ po świecie, podróżuje i czerpie inspiracje z kuchni różnych stron świata.

Nie jest problemem zrobienie czegoś wyszukanego. Jednak efekt serwowania przekombinowanych dań jest taki, że zamiast cieszyć się smakiem, klient zastanawia się jak podejść do talerza i jak zjeść daną potrawę.

Kładę przede wszystkim nacisk na jakość surowców. W daniach łączymy ze sobą cztery, maksymalnie pięć produktów. Bardzo mocno pracujemy z pierwszym składnikiem. Musi być on jak najbardziej wyrazisty. Nie „zabijamy” go żadnymi ziołami czy marynatami. Wyciągamy z niego pełnię smaku – niezależnie czy jest to mięso, ryba czy warzywo. Nad

smakiem przewodnim pracujemy delikatnie stosując różnorodne dodatki i tekstury. Klasyczną kuchnię pomorską podajemy więc w bardzo nowoczesny sposób.

Na przykład?

Na przykład bardzo popularny na Kaszubach krem z brukwi. Serwujemy ją w sposób odwrócony – do góry nogami. Do puree z brukwi podajemy grasicę oraz bardzo esencjonalny wywar



A jak często zmienia się u Państwa karta?

Jeszcze rok temu zmieniała się co 6 miesięcy. W tej chwili wprowadzamy nowe menu wraz ze zmianą pory roku – a więc co kwartał.

Czy obok karty głównej pojawiają się karty na specjalne okazje?

Po ostatnim liftingu karty wprowadziliśmy na stałe menu degustacyjne. Składa się ono z pięciu potraw. Mamy też propozycje ściśle sezonowe. Ostatnio, gdy tylko pojawił się na rynku, do karty wprowadziliśmy na przykład okonia jeziernego. Wkrótce do menu dołączy móżdżek wieprzowy. Tego typu dania dostępne są około 7-10 dni. Później szukamy nowej inspiracji do kolejnego sezonowego menu – i tak cały czas.

W kuchni stawia Pan na prostotę i łączenie kilku składników czy na bardziej skomplikowane dania? Jaka jest Pana recepta na sukces?

z kaczki, który nalewamy przy gościu. Do całości dodajemy chips ziemniaczany z majerankiem. Rozkładamy dania na czynniki pierwsze, po czym składamy je „po naszymu”.

Wynika z tego, że nie trzeba gotować w sposób bardzo skomplikowany, aby goście restauracji byli zadowoleni i wracali.

Jestem zwolennikiem podawania w ciekawy sposób kilkuskładnikowych, prostych rzeczy. Jeżeli dania są zbyt skomplikowane, klienci odchodzą. Skończyły się eksperymenty mocno odbiegające od standardów. Potrawy powinny być przygotowywane w myśl zasady „jedzenie do jedzenia”. Oznacza to, że wszystko, co znajdzie się na talerzu musi być jadalne, a klientowi musi chcieć się to zjeść. Sposobem na sukces są proste, świeże potrawy podane w fajny sposób. Nie jest problemem zrobienie czegoś wyszukanego. Jednak efekt serwowania przekombinowanych dań jest taki, że zamiast cieszyć się smakiem, klient zastanawia się jak podejść do talerza i jak zjeść daną potrawę.



Apetyczna sałatka
zasługuje na wyśmienity
vinaigrette.

Nasz sos doskonale
smakuje i zachowuje
świeży wygląd
na dłużej.



Zamów bezpłatne próbki na www.ufs.com



Unilever
Food
Solutions

Czyli najważniejszy jest smak.

Najważniejsze jest to, żeby nie „zabić” głównego składnika. Jeżeli przygotowujemy sarninę, to najpierw ją opalamy na bukowinie, dodajemy gorczycę, sól, pieprz i odrobinę oliwy z oliwek. To wszystko. Więcej nie trzeba.

Jakie cechy powinien mieć dobry kucharz?

Przede wszystkim powinien chcieć się uczyć. Dobry kucharz powinien być jak gąbka, która chłonie wiedzę. Powinien ciągle iść do przodu. Bo najgorsze jest stanie w miejscu.

Czyli po szkole gastronomicznej, która jest w większości przypadków pierwszym krokiem w karierze kucharza, trzeba odbyć staże i wyjeżdżać?

Zawsze powtarzam młodym kucharzom, którzy do mnie trafiają po szkole, żeby nie zachłysłni się odległymi tematami. Doradzam, aby skupili się na podstawach – na dobrym krojeniu i na tym, jak należy gotować podstawowe rzeczy: takie jak rosół czy sos.

Albo ugotować dobrze jajko?

Dokładnie. To są podstawowe rzeczy. A przychodzi bardzo dużo osób, które są zachwycone kuchnią molekularną. I oczywiście potrafią zrobić wyszukane rzeczy, ale nie potrafią ugotować rosółu. Nie znają podstaw. To jest na ten moment najpoważniejszy problem. Jest wielu kucharzy, którzy „żyją” technikami, którymi powinni zająć się za 5-6 lat. To jest też mankament szkolnictwa.

Jest za mało praktyk, zbyt mało ci ludzie są uczeni. Gdybym po szkole nie wyjechał na 7 lat za granicę to nie byłbym w miejscu, w którym jestem teraz. Oczywiście, obecnie są większe możliwości niż za mojej młodości. Jest wiele dobrych restauracji, wiedzę można czerpać z różnych źródeł.

Czy wie Pan dlaczego zapytałem o jajko?

Wiem, wiem (śmiech).

W kuchni pracuje się zespołem i zawsze wszystkim to powtarzam. Szef kuchni jest jeden, ale stoi za nim wiele innych osób, bez których nic nie mógłby działać. Dobry, stabilny i zaufany zespół to podstawa każdej dobrej restauracji, która osiąga sukces.

To klasyczny przykład jak prostą potrawą można zachwycić jury dużego konkursu. Może Pan zdradzić przepis?

To było dwa lata temu, a przepis jest bardzo prosty. Jajko było gotowane sous-vide w odpowiedniej temperaturze, przez odpowiedni czas. Na to są specjalne tabele, więc nie jest to nic strasznie trudnego. Potem jajko było obstukiwane z każdej strony, wrzucone w skorupkach do marynaty z wina stało tam kilkanaście godzin. Przejęło kolor wino – a co waż-

niejsze – jego smak. Po obraniu wyglądało jak jajko dinozaura. Do tego dodaliśmy świeżo wędzony, smażony boczek, kilka kurek i dobry, puszysty holenderski sos. I to wszystko. Cztery składniki. Proste jajko z lejącym się żółtkiem. Ludzie tego chcą.

Jakie jest Pana danie popisowe?

Przyznam szczerze, że nie mam. Moim zdaniem nie ma czegoś takiego jak danie popisowe. Z każdego produktu można wyciągnąć coś ciekawego. Lubię „bawić” się smakiem i zawsze wychodzi z tego coś ciekawego. Każde danie traktuję w karcie jednakoowo, i staram się je zrobić na jak najwyższym poziomie.

I ostatnie pytanie: Co, prócz gotowania, robi Pan w pracy?

Czy ma Pan na przykład czas na kontakt z Klientami?

Jeżeli jestem w restauracji – czy to przy okazji degustacji, czy podczas imprez – to obcuję z klientami. Zawsze podchodzę i rozmawiam – mam z nimi kontakt. Mam też dwóch świetnych zastępców: Piotra i Pawła, którzy podczas mojej nieobecności przejmują ster i wykonują świetną robotę. W kuchni pracuje się zespołem i zawsze wszystkim to powtarzam. Szef kuchni jest jeden, ale stoi za nim wiele innych osób, bez których nic nie mógłby działać. Dobry, stabilny i zaufany zespół to podstawa każdej dobrej restauracji, która osiąga sukces.



Program Rozwoju Obszarów Wiejskich 2014 - 2020

Konsumenci coraz częściej kierują się podczas zakupów żywności walorami smakowymi, zdrowotnymi czy też tradycją wytwarzania oraz jakością produktu. Niesie to za sobą większy popyt na żywność spełniającą nowe oczekiwania kupujących.

Wyjdź naprzeciw potrzebom konsumentów!

**Jeśli wytwarzasz produkty rolne lub środki spożywcze
w ramach systemów jakości
skorzystaj ze wsparcia działań informacyjnych i promocyjnych
realizowanych przez grupy producentów rolnych.**

W ramach działania

**„Wsparcie na przeprowadzenie działań informacyjnych i promocyjnych”
będzie można uzyskać pomoc w wysokości 70% kosztów kwalifikowalnych.**

www.arr.gov.pl



25 lat
wspieramy sektor
rolno-spożywczy



Europejski Fundusz Rolny
na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”
Publikacja opracowana przez Agencję Rynku Rolnego. Publikacja współfinansowana ze środków Unii Europejskiej w ramach
Pomocy Technicznej Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007 - 2013
Instytucja zarządzająca Programem Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007 - 2013 - Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi



Stopień trudności: ☹☹☹☹

Receptura na 4 porcje

Czas przygotowania: **45 min**

Autor: Adam Woźniak

Składniki:

- 100 ml oleju
- 20 g trawy żubrowej
- 100 g białej cebuli
- 8 jaj przepiórczych
- 100 g szalotki
- pęczek drobnego szczypioru
- 400 g combra z sarny
- sól
- pieprz
- 300 ml octu
- szczawik zajęczy do dekoracji
- gorczyca

Sposób przygotowania:

- Olej zmiksuj z trawą żubrową i pozostaw na kilka godzin.



- Przecedź olej przez bardzo drobne sito.



- Cebulę oczyść i pokrój w plastry.



- Rozłóż plastry cebuli na macie i susz w piekarniku rozgrzanym do 65°C.

- Jajka przepiórcze wybij do octu i poczekaj, aż białko się zetnie, następnie odcedź i wrzuć na wrzącą wodę. Po wyjęciu natychmiast wystudź.



- Oczyść szalotkę i pokrój w brunoise (bardzo drobną kostkę).

- Szczypior oczyść i posiekaj bardzo drobno.

- Sarninę oczyść z błon i nieczystości, następnie opal na drewnie.



Pokrój mięso drobno, w kostkę.

- Dopraw do smaku solą i pieprzem, dodaj gorczycę, pokrojoną szalotkę, szczypior oraz oliwę z trawy żubrowej.





Kasza pęczak/warzywa/kozi ser

Stopień trudności: ☺☺☺

Receptura na 4 porcje

Czas przygotowania: **120 min**

Autor: Adam Woźniak

Składniki:

- 100 g kaszy pęczak
- 100 g nieprażonej kaszy gryczanej
- 250 g buraków
- 250 g kolorowej marchwi
- 20 g czosnku
- 10 g tymianku
- sól morska do smaku
- 500 ml oleju
- 250 g sera koziego
- 100 ml śmietany
- pieprz
- sól
- 80 g czerwonej cebuli
- liście nasturcji do dekoracji
- 80 g ogórka kiszzonego
- 500 ml wywaru warzywnego
- 60 ml oleju lnianego

Sposób przygotowania:

- Kaszę pęczak opłucz, namocz, a następnie ugotuj w wywarze warzywnym.
- Buraki, marchew dopraw solą morską, następnie dodaj czosnek i tymianek, zawiń w folię i upiecz w piecu rozgrzanym do 160°C.



- Po upieczeniu warzywa wystudź i pokrój.



- Z części kaszy gryczanej przygotuj popcorn: rozgrzej olej do temp. 220°C i smaż przez ok 2 min.



- Pozostałą część kaszy ugotuj w wywarze warzywnym do miękkości, następnie przełóż do thermomixa i zmiksuj na jednolitą masę. Powstałą masę rozsmaruj na macie silikonowej i wysusz w piecu rozgrzanym do temp. 45°C aż powstaną chipsy.



- Ser koziego rozetrzyj ze śmietaną na jednolitą masę.
- Ogórka kiszzonego i czerwoną cebulę pokrój w kostkę.
- Ugotowaną kaszę pęczak wymieszaj z popcornem z kaszy gryczanej, ogórkiem kiszonym i czerwoną cebulą oraz odrobiną oleju lnianego.



Na talerzu rozetrzyj ser koziego, ułóż na nim sałatkę z kaszy. Na sałatce ułóż warzywa pieczone i chipsy z kaszy gryczanej, udekoruj nasturcją, a na koniec polej delikatnie olejem lnianym.



Adam Chrzastowski

Uznany szef kuchni, związany z branżą gastronomiczną od niemal 30 lat. Ambasador marki Appetita. Doświadczenie zdobywał za granicą: w Szwajcarii oraz Szanghaju. Podczas pobytu w Azji wypracował koncepcję prymatu kuchni polskiej i rodzimych tradycji kulinarnych. Jego filozofia przejawia się między innymi w wykorzystaniu lokalnych produktów wysokiej jakości.

Polską karierę rozpoczął w hotelu Bristol pod okiem Kurta Schellera. Kontynuował ją jako szef kuchni w wielu renomowanych lokalach. Dziś koncentruje się na rozwoju własnej restauracji Ed Red Steak House. Jest wziętym jurorem konkursów kulinarnych. Często powtarza jednak, że najważniejszym kryterium jest klient.

Gdybym miał na podstawie swojej historii sformułować poradę dla młodych ludzi, powiedziałbym: wyjeżdżaj, ucz się, podpatruj, miej otwartą głowę i wracaj. Tutaj będziemy na nowo kształtować rzeczywistość.



Wyróżnienie ważniejsze niż Gwiazdki Michelin

WIELU ŚLEDZĄCYCH NAJNOWSZE TRENDY ADEPTÓW SZTUKI KULINARNEJ WPADA W PUŁAPKĘ PRZEROSTU FORMY NAD TREŚCIĄ. O TYM, CO JEST W GOTOWANIU NAJWAŻNIEJSZE ORAZ O TYM, JAK TEGO NIE ZATRACIĆ, OPOWIADA ADAM CHRZĄSTOWSKI – SZEFE KUCHNI STEAK HOUSE’U ED RED.



Pierwszym krokiem na ścieżce Pańskiej kariery było ukończenie szkoły gastronomicznej. Odkąd został Pan szefem kuchni, obserwuje Pan absolwentów tego typu placówek z innej perspektywy. Co w Pańskiej ocenie zmieniło się przez te trzy dekady?

Od lat osiemdziesiątych zaszło wiele zmian na lepsze. Kiedy w 1987 roku kończyłem szkołę, na sklepowych półkach stał tylko ocet. Wszystkie inne produkty spożywcze podlegały reglamentacji – były dostępne tylko na kartki. Podczas praktyk zetknąłem się z machlojkami i pijaństwem. Tak wyglądała wtedy gastronomia. Kończąc szkołę, nie miałem najmniejszej ochoty iść w tym kierunku. Trafiłem jednak do pracy w restauracji w Szwajcarii. Pomyślałem wówczas, że jeśli branża w Polsce osiągnie ten poziom, to zostanę szefem kuchni w naszym kraju.

Odkąd wstąpiliśmy do Unii Europejskiej, dzięki różnym wymianom i projektom młodzież ma szerokie możliwości zrobić to, co wtedy mnie się udało – zetknąć się i zachwycić „żywą” gastronomią. Sporadycznie realizowane programy to jednak za mało. Szkolnictwo gastronomiczne jest niedofinansowane. Ministerstwo nie zapewnia środków, dzięki którym nauczyciele i uczniowie mogliby być na bieżąco z tym, co dzieje się na świecie. Mamy dobrą kadrę pedagogiczną i wielu wspaniałych dyrektorów – widzę ich zaangażowanie w przekazywanie wiedzy uczniom. Niestety, przewidziana w programie nauczania proporcja teorii do zajęć praktycznych jest bardzo niekorzystna. Patrząc na sytuację, można dojść do wniosku, że gastronomia jest „niechcianym dzieckiem” Ministerstwa Edukacji. Uważam więc, że choć mogłoby być dużo lepiej, nie można kategorycznie potępiać tego, co dzieje się w placówkach oświatowych przygotowujących młodych ludzi do pracy w naszej branży

Dziś jest Pan cenionym szefem kuchni. Jak wyglądała Pańska droga do tego miejsca?

Po powrocie ze Szwajcarii po raz kolejny miałem dużo szczęścia. Był rok 1992, w Polsce zaczynał funkcjonować wolny rynek. Jedną z pierwszych oznak tego procesu było otwieranie się nowych hoteli. Jednym z nich był Bristol. Dzięki zgromadzonym za granicą doświadczeniom dostałem pracę w tamtejszej restauracji. Moim pierwszym szefem był Kurt Scheller. Dzięki niemu płynnie przeszedłem ze szwajcarskiej do polskiej rzeczywistości. Ten okres bardzo mocno ukształtował mnie jako kucharza, szefa kuchni i trenera młodych ludzi. Dziś nie wyobrażam sobie innego funkcjonowania.



Doceniłem nasze tradycje podczas pobytu w Chinach – z tęsknoty za krajem i na skutek prób z azjatyckimi potrawami. Zrozumiałem wtedy, że najlepszą kuchnią, jaką będę w stanie robić będzie kuchnia polska. Z dużej odległości zobaczyłem, że nie mamy się czego wstydzić, że mamy bardzo dużo fajnych, a niedocenianych rzeczy. Nabrałem dużego szacunku do produktów, które w kraju są na wyciągnięcie ręki. Bez podobnej perspektywy wciąż łatwo wpaść w manierę, o której mówi powiedzenie: „Cudze chwalicie, swego nie znacie”. W Chinach, w oderwaniu od naszej kulinarnej rzeczywistości ukształtowałem w sobie taką filozofię, że będę gotował tylko po polsku. Miałem już wtedy kilkunastoletnie doświadczenie kucharza, poznałem masę różnych technik, kultur kulinarnych. To pozwoliło mi wypracować własny styl. A młodzi ludzie obecnie otwierają Internet, patrzą na różne zdjęcia z różnych restauracji i próbują to kopiować. Często niezbyt udolnie. Zamiast koncentrować się na istocie rzeczy, skupiają się na stronie wizualnej, która powinna być zwieńczeniem dobrego gotowania.

Gdybym miał na podstawie swojej historii sformułować poradę dla młodych ludzi, powiedziałbym: wyjeżdżaj, ucz się, podpatruj, miej otwartą głowę i wracaj. Tutaj będziemy na nowo kształtować rzeczywistość.

Mówi Pan o kształtowaniu kulinarnej rzeczywistości w naszym kraju. Czy widoczne są znaczące zmiany w podejściu Polaków do jedzenia?

Świadomość konsumentów rośnie z roku na rok. Kulinarria są modne, a szefowie kuchni stają się celebrytami. Ludzie zaczynają więcej wiedzieć o jedzeniu, o produkcji. To bardzo motywujące – trzeba cały czas trzymać rękę na pulsie. W związku z tym, zarówno kucharze i klienci są bardziej otwarci na świat. Optymistyczne jest również to, że po okresie fascynacji obcym wracamy do tego, co nasze. I nie mówię tu tylko o żurku i schabowym, ale o całości polskiej kultury gastronomicznej. Zaczynamy jako naród chcieć jeść więcej, lepiej i smaczniej.



Często podkreśla Pan, że w kuchni liczą się smak, tekstura i wygląd dania. W tej kolejności?

Klasę restauracji można poznać po tym, że potrawy osiągają najwyższą jakość w każdym z tych trzech aspektów. Jeśli jednak z powodów, organizacyjnych, kosztowych czy też z braku wiedzy – nie stać gastronomów na to, by zapewnić światowy poziom w każdym z nich – rekomendowałbym, by skupić się na smaku, w drugiej kolejności na teksturze – a wygląd postawić na trzecim miejscu.

Gdy ktoś próbuje kopiować tylko sam wygląd talerza, bez wglębenia się w istotę dania, najprawdopodobniej rozczaruje swoich gości. Jeżeli odwrócimy sytuację: coś nie będzie wyglądało najlepiej, ale będzie bardzo smacznie, konsumenci będą mile zaskoczeni. Niestety, bardzo często w konkursach kulinarnych, w których jestem jurorem, mam do czynienia z sytuacją, gdy dekoracja wychodzi na pierwszy plan.

Dobry kucharz to człowiek, który ma w sobie dużo pokory i dużo chęci do ciężkiej pracy. Bardzo ważna jest również otwarta głowa. Reszta przychodzi sama.

À propos konkursów – w Polsce panuje dziś moda na programy kulinarne. Czy to według Pana dobra droga na rozpoczęcie kariery w zawodzie?

Decydując się na start w reality show, trzeba mieć bardzo silną osobowość. Jest potrzebna, by przejść kolejne etapy i zająć miejsce w czołówce oraz po to, by nie pozwolić telewizji złamać swojej psychiki. Główną rolą tego typu programów

jest dostarczenie rozrywki widzom. Ludziom przed ekranami bardziej niż na tym, by nauczyć się czegoś o gotowaniu, zależy na przeżywaniu i oglądaniu emocji. By je wywołać, w telewizji często stwarza się ekstremalne, nie do końca rzeczywiste sytuacje. Osoby chcące się zgłosić do takich programów muszą mieć tego świadomość.

Ciekawą kwestią jest również to, czy – skoro widzowie nie przywiązują zbyt wielkiej wagi do kwestii merytorycznych – można dzięki tego typu programom wykreować wizerunek eksperta.

Jeśli uczestnik ma pomysł, jak wykorzystać związany z obecnością w telewizji szum medialny, zdobędzie inwestora i pozyska środki na realizację marzeń – udział w takim reality show może mieć sens. Niełatwo jednak stworzyć i wykonać taki plan. Na miejscu młodych, aspirujących adeptów sztuki kulinarnej, przed postawieniem stopy na tej ścieżce zastanowiłbym się pięćdziesiąt razy. Sukces zbudowany na wytrwałej, ciężkiej pracy wydaje mi się bardziej prawdopodobny i stabilny niż ten osiągnięty dzięki telewizyjnemu show.

Skoro o sukcesie mowa – co uznaje Pan za swój największy sukces zawodowy?

Kiedy odchodziłem z poprzedniego miejsca pracy, wiele osób pytało z niedowierzaniem: „Co Ty wyprawiasz? Przecież robisz tu tak fajną kuchnię!”. Tymczasem, w nowym lokalu – w restauracji, którą otworzyłem wraz ze współnikiem – od pierwszego miesiąca nie musimy dokładać do interesu ani złotówki. Uważam to za ogromny sukces.

Appetita

Uwodzi Aromatem

**MOC AROMATU PRZYPRAW
APPETITA SPRAWIA, ŻE KAŻDY
POSIŁEK TO KULINARNE DZIEŁO SZTUKI.**

BAZYLIA
ŻŁOŚLIWA OGRODO

**PAPRYKA
SŁODKA**
ŹRÓDŁO SMAKU

KURKUMA
ŹRÓDŁO SMAKU

www.appetita.pl



Według mnie, postępowanie klientów to dużo bardziej miarodajna ocena pracy niż opinie kolegów po fachu, inspektorów Micheline czy kogokolwiek innego. A my świetnie trafiliśmy w aktualne gusta naszych gości. Od samego początku istnienia lokalu tłumnie przychodzą, zostawiają pieniądze i wracają zadowoleni. Widzimy, że koncept się sprawdza. Że się udało. Fakt, że mamy grono regularnie powracających, stałych klientów to dla mnie największa satysfakcja.

Dotychczas zajmował się Pan typowo polską kuchnią w całości, bez skupiania się na ściśle określonych produktach. Tym razem stawia Pan na wołowinę. Nie boi się Pan, że koncept się wyczerpie – że moda na wołowinę przeminie?

Na początku Ancory (poprzednie miejsce pracy - przyp. red.), tworząc wszystko od podstaw, byłem bardzo zachowawczy. Grałem „bezpiecznie”, powszechnie dostępnymi produktami i sprawdzonymi recepturami. Stopniowo, z upływem lat, w każdym kolejnym menu kładliśmy nacisk na produkty lokalne i sezonowe w nowym wydaniu. Nazwalismy ten styl „nową kuchnią polską”. Tak to funkcjonowało. Odczułem wtedy bardzo silny związek z tym co można z francuska nazwać „terroir” – klimatem, w którym żyję, ziemią po której stąkam i powietrzem, którym oddycham w danym miejscu. Założenie własnej restauracji dało mi większą swobodę w podążaniu tą ścieżką. Obecnie używam niemal wyłącznie polskich produktów. Współpracuję z lokalnymi hodowcami i dostawcami mięsa. Wierzę, że koncentracja na jakości produktu – łącznie z doglądaniem, w jakich warunkach powstaje – to wartość, która nigdy się nie zestarzeje i nie wyjdzie z mody.

Rolą szefa kuchni jest zaspokojenie apetytu i oczekiwań gości, a nie własnego ego.

Jakie znaczenie dla funkcjonowania restauracji ma wspomniane przez Pana „terroir”? Czy wpływ miejsca i regionu wyraża się w czymś oprócz dostępności konkretnych produktów?

Każdy rynek ma swoją specyfikę. Przed rozpoczęciem działalności, trzeba ją dogłębnie poznać. Musimy znać oczekiwania gości. Podam kilka przykładów. Warszawa jest najbardziej kosmopolityczna. Tu ubijają interesy ludzie z całego świata. Kraków jest bardzo zachowawczy, tradycyjny w swojej historyczności. Wrocław odbieram jako miejsce, gdzie silnie, a często nieświadomie kulturuje się tradycje kresowe. To miejsce, do którego po drugiej wojnie światowej przesiedlono wielu ludzi ze Lwowa. Trójmiasto to wszystko, co jest związane z morzem. Ludzie tam nie będą przecież jedli oscypków z żurawiną. Świadomy gość będzie poszukiwał dobrej ryby – najlepiej z Bałtyku. Na tym polegają różnice.

Istotne są również różnice w sile nabywczej pieniądza. W dużych miastach goście mogą pozwolić sobie na coraz częstsze wizyty w restauracji.

W związku z tym powstają miejsca „casualowe”, w których ceny nie są wybujałe. Klienci mogą pozwolić sobie na to, by dość regularnie tam jadać. W myśl zasady – „coś dobrego w dobrych pieniądzach”. Tego typu lokale są pełne. Tętnią życiem. To odwrócenie sytuacji, która panowała na przestrzeni ostatnich kilkunastu lat. Obserwowałem wówczas nadpodaż miejsc bardzo ekskluzywnych, walczących o wąską grupę gości. Stosunkowo mało było miejsc dla klasy średniej. W tej chwili te proporcje się odwracają.

Dobrzy kucharze nie wstydzą się już robić prostych rzeczy. Wychodzą do ludzi i pochylają się nad ich potrzebami.

Klient i jego zadowolenie wychodzą na pierwszy plan. I tak być powinno – rolą szefa kuchni jest zaspokojenie apetytu i oczekiwań gości, a nie własnego ego.

Znam już Pańską filozofię i wiem, jakie środki Pan stosuje. Pozostaje pytanie, jaki cel chce Pan osiągnąć. Czy marzy Pan o Gwiazdce Michelin?

Szczerze mówiąc, nie. Gwiazdka Michelin to wyróżnienie dla bardzo specyficznych restauracji, serwujących wysublimowane dania dla krytyków. W naszym lokalu, z całą świadomością, celujemy w dania odpowiadające „zwykłym” ludziom. Dla mnie najlepszą nagrodą i powodem największej satysfakcji jest klient wielokrotnie powracający do restauracji. Po co nam inspektorzy przewodnika, którzy kontrolują restaurację raz do roku, skoro to, co robimy jest każdego dnia pozytywnie weryfikowane przez naszych gości? Zdobywanie Gwiazdki Michelin dla samej gwiazdki – to nie dla mnie.

Ostatnie, podsumowujące pytanie. Dobry kucharz to...

Dobry kucharz to człowiek, który ma w sobie dużo pokory i dużo chęci do ciężkiej pracy. Bardzo ważna jest również otwarta głowa. Reszta przychodzi sama.



TOM-GAST

Profesjonalna strona kuchni



/tomgast1998

de BUYER
DEPUIS 1830

Dynamic

Hotmix PRO
THE PROFESSIONAL THERMAL MIXER

abert

100%Chef

VICTORINOX

Libbey

eternum
created 1924

KASUMI

RAK
PORCELAIN

REVOL
FRANCE

PEUGEOT

SCHOTT
ZWIESEL

CAMBRO

Verlo

ChefsChoice

Robu

www.tomgast.pl



Policzki wołowe w czerwonym winie

21

Receptura na 4 porcje

Autor: Adam Chrzastowski

Składniki:

- 1 kg policzków wołowych
- 1 butelka czerwonego wytrawnego wina
- 100 g marchewki
- 100 g pora
- 100 g selera naciowego
- 2 liście laurowe
- 3 ziarna ziela angielskiego
- sól
- pieprz
- 100 ml sosu demi glace
- 160 g ziemniaczanego purée
- 1/2 pęczka natki pietruszki
- 1/2 pęczka koperku
- 1 mały pęczek szczypiorku
- 3 łyżki kaparów
- 75 ml sosu winegret

Sposób przygotowania:

- Policzki oczyść i namocz w solance przez 24 godziny.
- Wino zagotuj z warzywami i przyprawami i zalej tym odsączone z solanki policzki. Gotuj na małym ogniu do miękkości.



- Z listków świeżych ziół, kaparów i winegretu, przygotuj sałatkę.



Na dnie talerza ułóż ziemniaczane purée na to ugotowane policzki i sos demi glace.

Podaj z sałatką.





Owędzany stek bavette

Receptura na 4 porcje

Autor: Adam Chrzastowski

Składniki:

- 800 g oczyszczonej łaty wołowej
- sól
- 150 ml dowolnego sosu (baernaise, demi glace, masło cafe de paris)

Sposób przygotowania:

- Mięso podziel na porcje i namocz w solance przez 24 godziny.
- Osusz i owędź w zimnym bukowym dymie.



- Przełóż porcje do worków vacuum i gotuj sous vide przez 35 minut w temp. 64°C.



- Przed podaniem grilluj.



- Potnij na cienkie paski w poprzek włókien.



- Podaj z ulubionym sosem.



From: Mariola Pietrzik – CKPiDZ Ruda Śląska

To: redakcja@marketingandmore.pl

Subject: Kuchnia molekularna

Szanowny Panie Jerzy.

Zapytam o coś, co nurtuje mnie od dawna. Chciałabym poznać opinię eksperta w kwestii kuchni molekularnej, bo choć znana jest nie od dziś, to jednak dopiero od niedawna robi zawrotną karierę i budzi sporo emocji. Smaczna i efektowna jest na pewno, ale czy wartościowa pod względem odżywczym? A może to tylko sztuka dla sztuki?



KUCHNIA MOLEKULARNA

Różnorodność stosowanych technik kulinarnych przygotowywania potraw to aktualnie jedna z największych ambicji kucharzy i szefów kuchni. Najchętniej, a tym samym najczęściej stosowaną techniką jest szeroko pojęta tzw. kuchnia molekularna. Termin ten po raz pierwszy został użyty w 1988 roku przez dwóch naukowców, fizyka Nicholasa Kurti oraz chemika Herve Thisa. Efekty ich prac wskutek połączenia składników chemicznych oraz fizycznych nadały potrawom zaskakujące i niesamowite doznania smakowe oraz zupełnie nowe wymiary wizualne. Zanim jednak sposoby te zostały zaakceptowane i zastosowane w kuchni zaczął wykorzystywać je na szeroką skalę przemysł spożywczy, który stosuje je do dziś. Rozkwit kuchni molekularnej w restauracjach rozpoczął się zaś dopiero po 2000 roku. Prekursorami i jednocześnie największymi autorytetami w tej dziedzinie są z pewnością tacy szefowie jak; Ferrano Adria, Heston Blumenthal czy Pierre Gagnaire.

Ferrano Adria to szef i właściciel nieistniejącej od 2011 roku, ale chyba najsłynniejszej restauracji świata, jaką bez wątpienia była El Bulli. To szef, o którym można powiedzieć, że w swojej kuchni znakomicie umiał połączyć tradycję z nowoczesnością, a tworzone przez niego dania to była wyjątkowa i niesamowita uczta dla wszystkich zmysłów. Jest szefem znanym przede wszystkim z tworzenia wyjątkowych pianek z mięs, ryb, grzybów czy warzyw. Ponadto był twórcą między innymi produktów takich jak chleb ze szparagów czy sera z migdałów. Aktualnie Ferrano Adria otworzył Instytut Kulinarny, miejsce tworzenia i poszukiwania zupełnie nowych wrażeń smakowych oraz estetycznych przygotowywanych potraw i dań.

Niemal równie słynny jak Ferrano Adria jest szef kuchni z Wielkiej Brytanii, Heston Blumenthal oraz jego restauracja The Fat Duck, która od 2004 roku utrzymuje trzy gwiazdki Michelin, a on został odznaczony Orderem Imperium Brytyjskiego przez Królową Elżbietę II. W swojej kuchni umiejętnie wykorzystuje bardzo powolne gotowanie w niskich temperaturach czy tzw. próżniowe słoiki, które zwiększają ilość pęcherzyków powietrza powstałych podczas gotowania. Jest twórcą takich potraw jak płynny żel migdałowy lub lody o smaku jajecznicy i bekonu oraz purée z czarnych oliwek o zapachu wnętrza nowego samochodu. Dlatego uznawany jest za jednego z największych kulinarnych ekscentryków i alchemików zarazem.

Kolejną bardzo istotną postacią kulinarną dla kuchni molekularnej jest z całą pewnością Pierre Gagnaire znany francuski szef kuchni. Aktualnie prowadzi siedem restauracji na całym świecie w Londynie, Paryżu, Las Vegas, Dubaju, Seulu, Hongkongu i Courchevel, a ponadto od 2010 roku jest właścicielem restauracji w Tokio gdzie przy współpracy z fizyko-chemikiem Hervé This'em tworzy wyjątkowe i niesamowite dania. Jest twórcą takich pomysłów molekularnych jak przystawka z kwasu askorbinowego, czyli witaminy C, glukozy, kwasu cytrynowego i maltitolu (organiczny związek chemiczny z grupy alkoholi cukrowych) czy potrawka z homara w polifenolowym sosie, przygotowana na bazie kwasu winnego, glukozy oraz, polifenoli (organiczne związki chemiczne z grupy fenoli występujące naturalnie w roślinach). Większość dań tworzonych przez Pierre Gagnaire'a to dania całkowicie syntetyczne.

Reasumując kuchnia molekularna wnosi ogromne i niesamowite doznania smakowe i estetyczne, zachwycając nas przy tym prostotą, a zarazem ekstrawagancją podania jak również dokonuje przełomu w naszym dotychczasowym i tradycyjnym myśleniu o kuchni, a także sposobach przygotowywania dań.



II OGÓLNOPOLSKI KONKURS FOTOGRAFII KULINARNEJ

3 kategorie

1

PROFESJONALIŚCI
Makaron

2

BLOGERZY
Uczta Kulinarna
Wołowina z Sokółowa

3

AMATORZY
Tajko

więcej informacji na www.kucharze.pl

fol. Maciej Stankiewicz

organizator



partnerzy strategiczni

OLYMPUS



marketing
and more

patroni medialni



kucharze.pl

akademia
kulinarna

PORADNIK
RESTAURATORA

SlowLife[™]

Restauracja

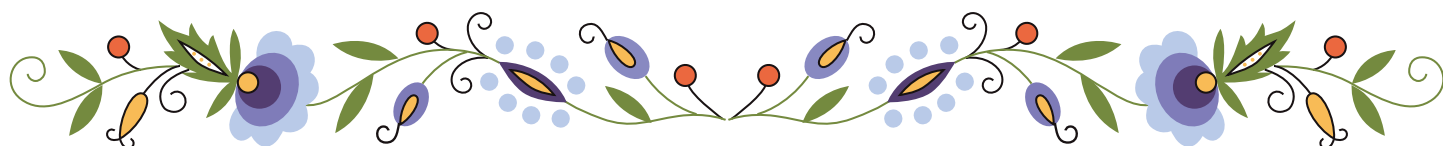
FOOD
service
Magdalena Kukuła

Kuchnia kaszubska

Kuchnie regionalne, już od dłuższego czasu przeżywają swoisty renesans. Restauracje, które nie posiadają w swojej ofercie dań opartych na lokalnych produktach są praktycznie démodé. Regionalizm wpływa na wizerunek kuchni polskiej w świecie. Zaczęto dostrzegać naszą kulinarną różnorodność.

Kuchnie regionów oraz innych narodów nigdy nie cieszyły się zbyt wielką popularnością w szkołach. Ze świecą można było szukać uczniów, którzy chętnie i skrupulatnie przygotowywali się

z obowiązkowego materiału. A tych, którzy ochoczo poszukiwali nadprogramowych informacji, można było zliczyć na palcach jednej ręki. Przypuszczam, że głównym powodem była niechęć do trudnych do wymówienia nazw potraw, zupełnie oderwanych od nowoczesności. Młodzi adepci sztuki kulinarnej często, chcąc - nie chcąc, przyjmują postawę „co mi tam będą o przeszłości opowiadać, skupiam się na kuchni molekularnej i fusion”. Zgoda. Kto stoi w miejscu, nie rozwija się. Ale bez znajomości podstaw i receptur wypracowywanych latami przez naszych przodków,



Duet kapust faszerowanych dorszem i pęczakiem

Receptura na 4 porcje
Stopień trudności: 
Czas przygotowania: 60 min

Autor: Krzysztof Szulborski

Składniki:

- 200 g kapusty białej
- 200 g kapusty czerwonej
- 300 g dorsza
- 50 g (surowej) lub 150 g ugotowanej kaszy pęczak
- 80 g borowików mrożonych
- 100 ml śmietanki 36%
- 100 g boczku
- 2 jaja
- 50 ml oleju
- pęczek koperku
- 60 g pora
- przyprawy: sól, pieprz, tymianek
- ocet

Sposób przygotowania:

- Ugotuj kaszę pęczak stosując zasadę 2:1 (dwie objętości wody i jedna kaszy).

- Zmiel dorsza.



- Dodaj do zmielonej masy rybnej surowe jaja oraz ugotowaną kaszę oraz boczek pokrojony w kostkę, a następnie podsmażony.



- Dodaj drobno posiekany koperek.



- Przypraw masę solą, pieprzem i tymiankiem (jeśli używasz suszonych ziół najpierw zaparz je gorącą wodą, aby wydobyć ich aromat).

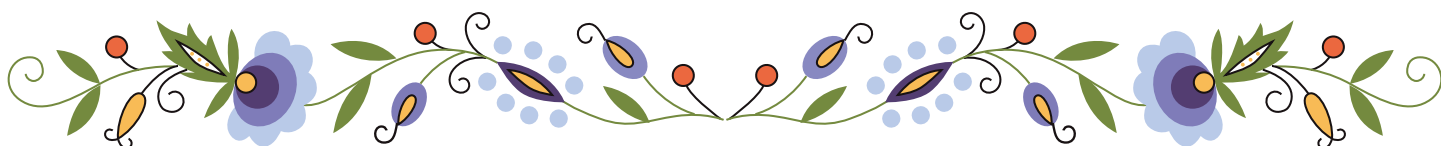


- Gotową masę odstaw do lodówki na około 15 min.



- Wytnij głąb z kapusty.

- Sparz liście kapusty białej i czerwonej (uwaga: liście czerwonej kapusty pod koniec parzenia skrop octem).



Liście nfaszeruj przygotowaną masą i zawiń.

- Gotowe roladki obsmaż na oleju z obydwu stron i zalej osoloną wodą (w oddzielnych naczyniach białe i czerwone).



- Gotuj około 30 min pod koniec dodając rozmrożone borowiki.



- Całość zagęść śmietanką 36% , a następnie zredukuj płyn o 30%.

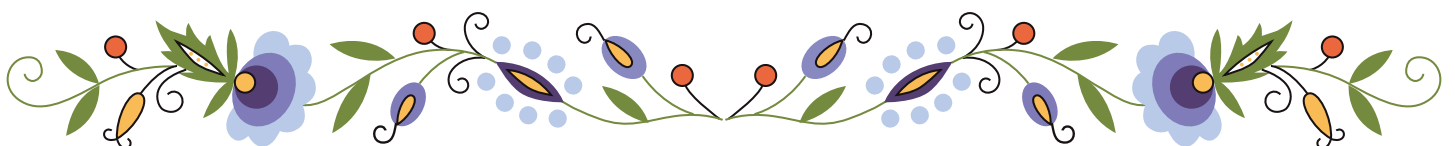


- Dla dekoracji gołąbki przewiąż zbłanszowanymi paskami pora.

- Podawaj z ziemniaczaną masą purée.



- Zetnij nożem zgrubiałe części liści.





kucharz nic nie osiągnie, bo zwyczajnie nie będzie miał z czego czerpać inspiracji do własnej kuchni autorskiej.

Pierwszą kuchnią jaką chciałam Wam przedstawić, jest KUCHNIA KASZUBSKA. Żeby zrozumieć sens jakichkolwiek lokalnych kulinariów, musimy zajrzeć do mapy. Kaszuby leżą w północnej Polsce, stanowią część Pomorza i podzielone są na regiony: nadmorski/zatokowy, jeziorny i borowiacki. Wszystkie regiony są bogate w inne zasoby naturalne. Ze względu na to, że na Kaszubach odnajdziemy zarówno morze, jak i jeziora, lasy, sady i pola, asortyment surowców jest bardzo zróżnicowany, cieszący się produktami charakterystycznymi dla danego środowiska, czyli grzybami i owocami lasu, rybami (słodkowodne i morskie) oraz zbożami, warzywami i owocami. Dodatkowo, w każdej niemalże zagrodzie hodowano gęsi i uprawiano truskawki. Kuchnia kaszubska jest naturalna, prosta i smaczna, oparta na produktach łatwo dostępnych – darach mórz, lasów i ziemi. Można nadmienić, że w zamierzchłych czasach, które nie znały jeszcze lodówek, Kaszubi konserwowali żywność poprzez solenie/peklowanie, kwaszenie, wędzenie, suszenie i wekowanie. Ale nie dajmy sobie wmówić, że była to charakterystyczna cecha danego regionu. W owych czasach były to metody utrwalania żywności, stosowane przez większość mieszkańców kuli ziemskiej.

Ryby

Potrawy z ryb w kuchni kaszubskiej są swoistym sztandarem tego regionu. Lokalne kulinaria obfitują w przepisy zarówno na ryby słodkowodne, jak i morskie. Podaje się je na wiele sposobów, głównie w formie smażonej, gotowanej, doprawionej octem czy śmietaną. Zapewne domyślacie się, że główne skrzypce odgrywa tu słony śledź, który królował na stołach głównie w każdy piątek oraz w czasie postu.

Potrawy rybne: Hylyng opiekany z cebulą – śledź po kaszubsku, ikra smażona z Kaszub, klopsiki z pomóchlą (dorsza) po kaszubsku, surowy łosoś bałtycki solony, śledź pomorski solony z beczi w zalewie słodko-kwaśnej, wątroba miętusa lub dorsza po kaszubsku, węgorz wędzony po kaszubsku

Mięso

Dania mięsne stanowiły rzadkość, będąc rarytasem na kaszubskich stołach. Świniobicie było wyczekiwanym wydarzeniem, gdyż odbywało się sporadycznie, a każda część wieprza była z powodzeniem wykorzystywana: mięso poddawano wędzeniu, soleniu, gotowaniu lub przerabiano na kielbasy. Z podrobów sporządzano kaszanki lub wątrobianki, a ze skóry i kości robiono galarety. Mięso spożywano głównie podczas niedzielnych obiadów bądź rodzinnych uroczystości czy też jako nagrodę po żniwach, wykopkach tudzież młócce.

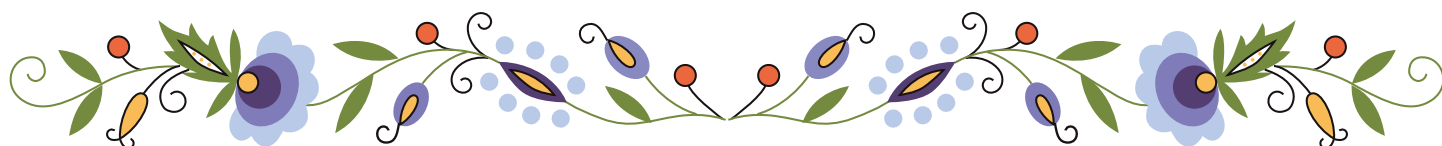
Najbardziej popularny był od zawsze drób, który hodowano w przydomowych zagrodach. Głównie były to kaczki, kury oraz najpopularniejsze – gęsi, podawane uroczyście podczas obchodów dnia Św. Marcina.

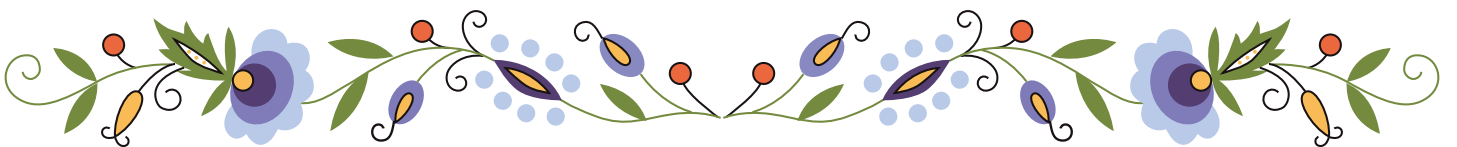
Potrawy mięsne: Kielbasa – wórszta, boczek wieprzowy wędzony, czarny salceson (blutka), kaczka po pomorsku, kaszanka po kaszubsku, kielbasa biała surowa, kurczak wędzony po kociewsku, metka, okrasa z gęsiny / óbòna, pierśnik dębogórski, potrawka z kury po kociewsku, szynka w cieście, szynka wieprzowa wędzona, udziec barani z owcy pomorskiej z czosnkiem, wątrobianka (léberka), wieprzowina w słojach z Żuław

Grzyby i owoce lasu

Las, od zarania dziejów, był skarbnicą smaków. Można w nim znaleźć grzyby, borówki, jagody czy też żurawiny. Na zbiory chadzano do lasu całymi rodzinami. Owoce, bogate w witaminy używano na bieżąco do zup, wypieków lub jako dodatek do dań mięsnych lub suszono i wykorzystywano wedle potrzeb. Grzyby natomiast, jako smakowy i aromatyczny dodatek świetnie pasowały do zup, sosów, placków czy mięsa, także w formie świeżej lub suszonej.

Z owoców lasu przyrządzano: Borówkę z gruszką po pomorsku, Czarną jagodę we własnym soku, Konfiturę borówkową z Borów Tucholskich, Konfiturę z żurawiny po mermecku, Mermecką





Żurek na maślanie

Stopień trudności:  

Receptura na 4 porcje

Czas przygotowania: **30 min**

Autor: Krzysztof Szulborski

Składniki:

- 300 g kielbasy białej
- 200 g ziemniaków
- 120 g cebuli
- 40 g czosnku
- 0,8 litra maślanki
- 2 jaja
- przyprawy: majeranek, sól i pieprz
- 50 g mąki
- 30 g chrzanu
- 10 g natki pietruszki
- 100 g boczku parzonego

Sposób przygotowania:

- Kielbasę białą ugotuj w wodzie.



- Następnie wyciągnij, obierz z flaka.



- Usmaż pokrojony boczek.



Cebulę obierz i pokrój w drobną kostkę, dodaj do smażącego się boczku.

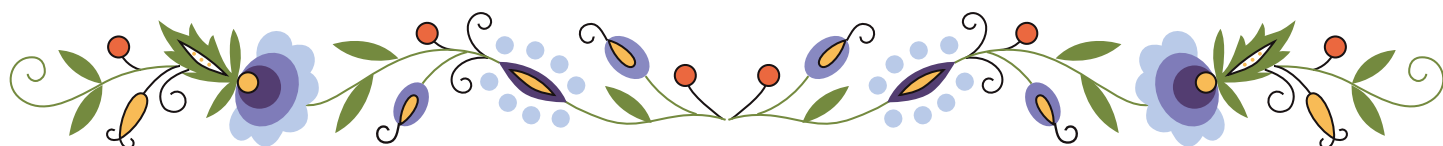
- Wywar po ugotowanej białej kielbasie przecedź przez sito.



- Do garnka z wywarem dodaj boczek usmażony z cebulą.



- Następnie dodaj pokrojone ziemniaki.



- Kielbasę pokrój i dodaj do gotującego się żurku.



- Dodaj pokrojony roztarty czosnek.



- Rozetrzyj w dłoniach nad garnkiem majeranek.



- Dopraw solą, pieprzem, zagotuj.

- Po około 20 minutach wymieszaj chrzan wraz z rozmieszaną mąką z maślanką dodaj do zupy, doprowadź do wrzenia, ale nie gotuj.



przystawkę z żurawiny do mięs. Z grzybów natomiast wykonywano m.in. Kociewską polewkę owocowo-grzybową, Kociewską zapiekaną z grzybów, Kociewski salceson z grzybów, Polewkę grzybową po kaszubsku czy też Pomorskie borowiki suszone w śmietanie.

Zboża

Produkty zbożowe stanowią podstawę żywienia. Na Kaszubach uprawiano żyto, pszenicę, jęczmień i grykę, z których wyrabiano mąki i kasze, które jadano z mlekiem, dodawano do zup oraz do niektórych wyrobów wędliniarskich. Ze zbóż sporządzano mąki oraz kawę zbożową (kafeszrut).

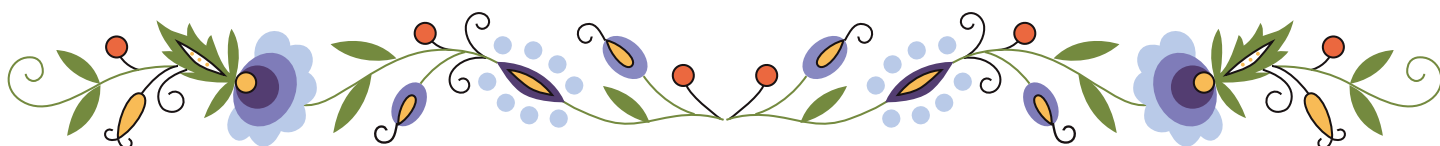
Innymi, bardzo popularnymi produktami na Kaszubach są ziemniaki. Z bulw sporządza się wiele codziennych dań, tj. Gòlce / nadzy kłosczy lu inne kluski ziemniaczane, stosowane jako dodatek do każdego niemalże dania, Kaszubski chleb żytni na ziemniakach czy też Żuchel (blacharz, sztydrych, kartoflak) – czyli placek z tartych ziemniaków. Na bazie ziemniaków przyrządzano także zupy, np. Zagraj.

Kuchnia kaszubska to także ciekawe wyroby cukiernicze. Do najbardziej kontrowersyjnych należą kociewskie serduszka marcepanowe, zwane inaczej MARCEPANOWYMI SERDUSZKAMI Z PIEKŁA, które wykonuje się z ziemniaków, cukru pudru, wody różanej, olejku migdałowego oraz masła. Gospodynie na Kaszubach

bardzo często przyrządzały łakocie, takie jak fefernuski kociewskie (kruche ciasteczka wykonane z mąki, smalcu, miodu pszczelego, jaj, cukru i mleka, z dodatkiem cynamonu, amoniaku, goździków i gałki muszkatołowej), kaszubski kuch (ciasto) marchewny oraz szpajzę (cytronszpajza – deser jajeczny, krem jajeczny).

Lokalne kuchnie zasługują na należyty szacunek. Powinniście wiedzieć, że to właśnie kuchnie regionów stworzyły tożsamość kuchni polskiej, z której powinniśmy być dumni. Ale żeby być z czegoś dumnym należy najpierw to poznać i docenić.

Agnieszka Opłatkowska



Jak kupić dobry nóż Szefa kuchni? Czym się kierować? Czy ma być kuty w całości, czy rękojeść nitowana?

Zasada jest prosta. Każdy kucharz powinien mieć swój nóż, kupiony przez siebie i dla siebie. O swój nóż dbaj szczególnie, czyść go dokładnie, nie myj go pod gorącą wodą, niedopuszczalne jest mycie go w zmywarce. Nóż myj letnią wodą, dezynfekuj go spirytusem lub octem albo płynem do dezynfekcji oferowanym przez wyspecjalizowane firmy.

Kupując nóż pamiętaj o tym, aby był on zawsze dostosowany do twojej ręki. Im grubsze masz palce tym dłuższa powinna być broda noża (broda to część noża, która odstaje od rękojeści). Kupując nóż Szefa kuchni trzymaj go naturalnie i „przymierz” do deski do krojenia. Jeśli palce rąk nie dotykają deski oznacza to, że nóż jest dla ciebie idealny. Pamiętaj, żeby nóż był odpowiednio wyważony, tj. rękojeść i ostrze powinny być o tej samej wadze. Przy zakupie noża nie kieruj się nigdy modą, ani nawet tym, że producent wygraweruje na nim twoje nazwisko. Nóż to główne narzędzie kucharza, które ułatwia mu pracę zawodową.



Nóż dekoracyjny
do warzyw parissien



Jarzyński



Nóż dekoracyjny



Nóż Szefa kuchni
„z brodą”

Podstawowe Techniki Krojenia

LEKCJA 1

W dzisiejszych czasach coraz chętniej powracamy do kuchni narodowej, lecz kuchmistrzowie na całym świecie zgadzają się z jednym niepodważalnym faktem, że matką kuchni światowej jest kuchnia francuska, co za tym idzie terminologia kulinarna wciąż przesiąknięta jest francuszczyzną. Nie sposób przewidzieć gdzie będziecie pracowali za dwa, trzy, cztery, a może dziesięć lat i do jakiego lokalu gastronomicznego skieruje was i wasze ambicje kulinarne los. Patrząc na rozwój gastronomii na polskim rynku widać gołym okiem, że przybywa nam dobrych, markowych i sieciowych lokali, gdzie w profesjonalnych kuchniach kucharze posługują się odpowiednią terminologią opartą na języku francuskim. Tak jest też w nazewnictwie technik krojenia warzyw, dlatego warto się tego nauczyć. Warzywa w większości kroimy

nożem Szefa kuchni charakteryzującym się odpowiednim profilowanym zakrzywieniem, ułatwiającym dokładnie cięcie. Jednak nie do wszystkich technik stosujemy tę zasadę, bo warzywa i owoce parissien wycinamy nożem dekoracyjnym typu drążownik, a warzywa wycinane metodą printanierre – jarzyniakiem.

Przygotowany przeze mnie materiał potraktujcie jako inwestycję w siebie, która z czasem pomoże wam odnaleźć się w pięknym, pełnym aromatów i dobrego smaku świecie kulinariów.

Zacniemy od wyróżnienia podstawowych technik i zastosowań, a w kolejnych wydaniach zaczniemy praktyczną naukę krojenia.

1. Mirepoix [czyt. mirepła]

Bardzo nieregularna kostka o bokach od 1 do 3 cm.

Używaj noża szefa kuchni.

Do krojenia: marchwi, cebuli, szalotki, pora, selera naciowego.

2. Chiffonnade [czyt. szifonad]

Technika siekanie ziół.

Zastosowanie: jako dodatek do zup i gulaszy

Używaj noża szefa kuchni.

Do krojenia m.in. bazylii, szalwii, mięty, tymianku.

3. Parissien [czyt. parizien]

Warzywa i owoce drążone w kulki w różnych rozmiarach, wykorzystywane jako elementy dekoracyjne.

Używaj noża do drążenia.

Warzywa – ziemniaki, seler, marchew, cukinia.

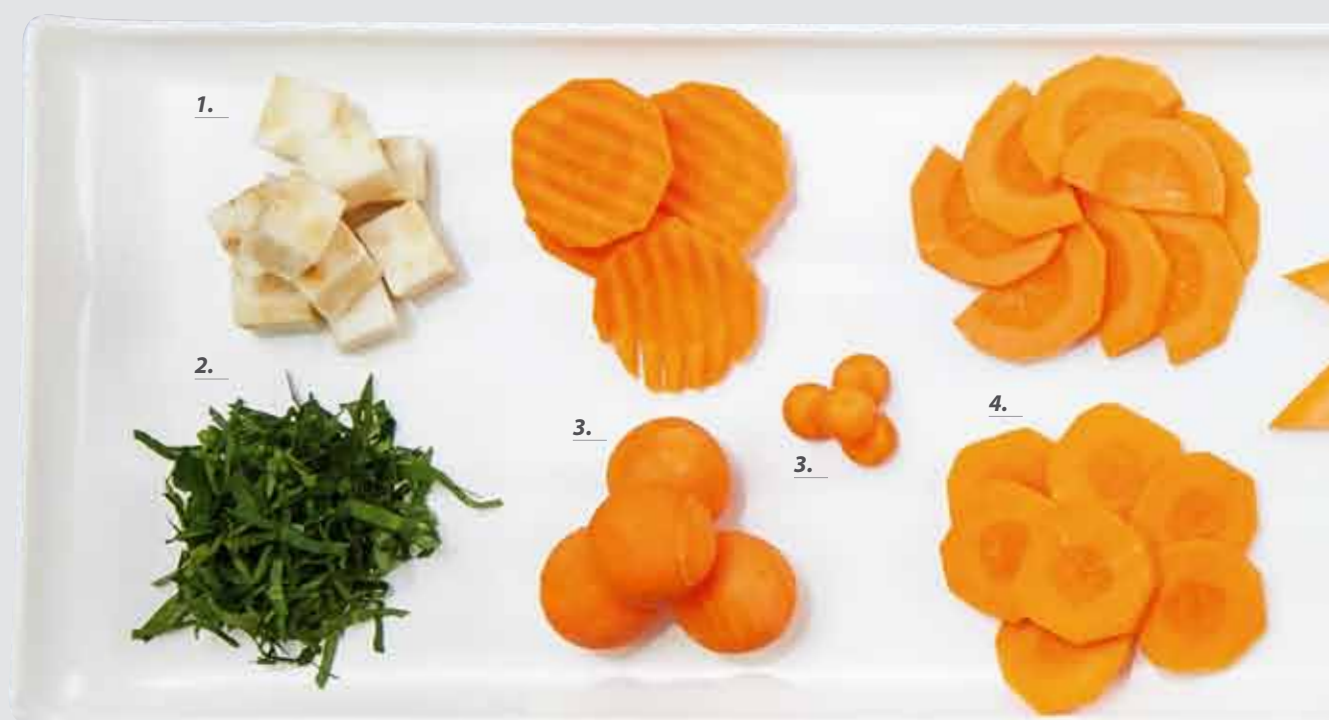
Owoce – arbuz, melon, papaja.

4. Vichy [czyt. wiszi]

Technika stosowana wyłącznie przy krojeniu marchewki.

Talarki o grubości 1-2 mm.

Używaj noża szefa kuchni.



5. Diaments [czyt. diamą]

Warzywa krojone w romby o długości 3 cm i szerokości 1,5 cm.

Zastosowanie: jako warzywa na gorąco oraz jako elementy dekoracyjne.

Używaj noża szefa kuchni.

Do krojenia: marchwi, pora, pietruszki, cukinii, ziemniaków, selera.

6. Batonnet [czyt. batone]

Krojenie warzyw w małe batoniki o długości 3- 4 cm i szerokości 5 mm.

Zastosowanie: warzywa panierowane podawane na gorąco, warzywa na parze, warzywa grillowane.

Używaj noża szefa kuchni.

Do krojenia: marchwi, pietruszki, cukinii, selera korzeniowego.

7. Paysanne [czyt. pejzan]

Warzywa krojone w płaską kostkę, o długości od 5 mm do 1 cm i grubości 1-2 mm.

Zastosowanie: do zup czystych i zabielenych.

Używaj noża szefa kuchni.

Do krojenia: marchwi, pora, pietruszki, cukinii, ziemniaków, selera naciowego, selera korzeniowego.

8. Julienne [czyt. żulien]

Warzywa krojone w tak zwane zapałki, o długości od 3 do 4 cm i grubości do 1 mm.

Używaj noża szefa kuchni.

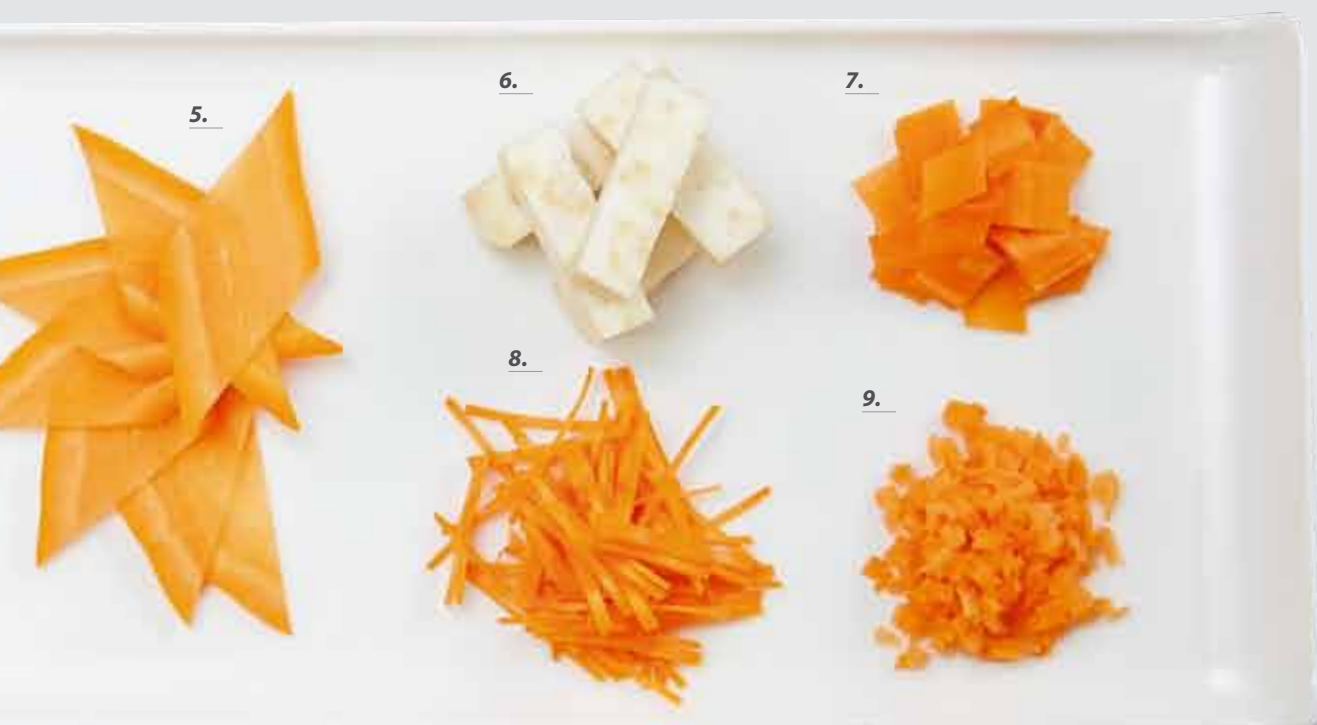
Do krojenia: marchwi, pietruszki, buraków, cukinii, selera korzeniowego, pora.

9. Brunoise [czyt. brunłaz]

Warzywa krojone w bardzo drobną kostkę o grubości od 1 do 2 mm.

Używaj noża szefa kuchni.

Do krojenia: marchwi, pietruszki, cukinii, bakłażana, dyni, selera korzeniowego, pieczarek, kopru włoskiego, papryki.





Sałatka szparagowa z oliwkowym pudrem



Autor: Przemysław Kaczmarek, Szef Kuchni Unilever Food Solutions

- 500 g szparagów białych
- 400 g szparagów zielonych
- 400 g kalarepy
- 200 g rzodkiewki
- 70 g czarnych oliwek
- 200 g wędzonego boczku
- bukiet sałat
- 50 g sosu sałatkowego ogrodowego Knorr
- 350 ml smaku z ugotowanych szparagów
- 30 g barszczu czerwonego Knorr
- 50 ml oliwy z oliwek
- 50 ml oleju
- sól i cukier do smaku

- Szparagi obierz, odetnij końcówki. Ugotuj w osolonej wodzie z odrobiną cukru. Gotuj je w wąskim garnku tak, by szparagi ustawić pionowo. Zapewni to równomierne ugotowanie szparagów.



- Kalarepę obierz, rzodkiewki oczyść. Warzywa pokrój w cienkie plasterki używając maszyny do krojenia wędlin. Wstaw je do wody z lodem, dzięki czemu staną się jędrne, chrupkie i pofalowane.



- Wędzony boczek pokrój w cienkie plastry, poukładaj na pergaminie, przykryj drugim pergaminem i drugą blachą. Dzięki temu boczek się nie poskleja i będzie płaski. Całość susz w temperaturze 120°C przez 1 godzinę.

- Sałaty wypłucz i odwiruj z nadmiaru wody.
- Przygotuj puder oliwkowy.
- Zagotuj smak szparagowy, dodaj barszcz czerwony, odstaw i pozostaw do wystudzenia. Zimny wymieszaj z sosem sałatkowym ogrodowym, olejem i oliwą. Wymieszaj ponownie po 10 minutach, sos pozostanie cały czas jednolity i emulsyjny.



- Na talerzu przygotuj kompozycję z sałat, kalarepy, rzodkiewek i pokrojonych szparagów oprószonych oliwkowym pudrem. Sałatkę wzbogać chipsem z boczku.
- Całość delikatnie skrop buraczkowym vinaigrette.



Zimne, wysuszone oliwki zmiaskuj na puder. Dobrze zrobić jednorazowo większą ilość, puder z oliwek można przez długi czas przechowywać w suchym miejscu.



Przedszkola i szkoły

Wyselekcjonowany zestaw zblendowanych (czyli wysokomiksowanych) odżywczych napojów owocowych został stworzony z myślą o zbilansowanym, zdrowym i smacznym odżywianiu dzieci oraz młodzieży. Przy wykorzystaniu naturalnych produktów wysokiej jakości, zawierających całą gamę witamin, minerałów i dużą ilość błonnika takie koktajle stanowią rewelacyjne uzupełnienie diety młodego człowieka. Poniżej przedstawiamy kilka propozycji przepisów na wartościowe i pyszne napoje zawierające naturalne cukry proste (glukozę i fruktozę), które sprawiają, że nie ma potrzeby dosładzania cukrem lub sztucznymi słodzikami.

Napoje na bazie świeżych produktach z dużą zawartością witamin, minerałów i błonnika.

Przepisy opracował: *Jerzy Czapla*



Napój bananowo malinowy (porcja na ok. 600 g)	Napój melonowo truskawkowy (porcja ok 500 g)	Shake z melona i kiwi (porcja ok. 350 g)	Napój truskawkowy (porcja ok. 450 g)
Składniki: • 2 obrane banany (ok. 300 g) • 200 g mrożonych malin • 1 łyżeczka soku z cytryny (ok. 5 ml) • 100 ml wody gazowanej lub niegazowanej • 1 łyżka miodu (ok. 15 ml)	Składniki: • ¼ żółtego melona (ok. 300 g) • 150 g mrożonych truskawek • 50 ml wody niegazowanej • 1 łyżka cukru brzożowego (ok. 20 g)	Składniki: • ⅓ obranego żółtego melona (ok. 150 g) • ½ obranego kiwi (ok. 40 g) • 50 ml mleka 3,2% • 5 kostek lodu (ok. 100 g) • 1 łyżka miodu (ok. 15 ml)	Składniki: • 200 g mrożonych truskawek • 1 obrany banan (ok. 150 g) • 100 ml jogurtu naturalnego • 15 ml syropu trzcinowego
Przygotowanie: Wszystkie składniki umieścić w dzbanku blendera 484150.	Przygotowanie: Wszystkie składniki umieścić w dzbanku blendera 484150.	Przygotowanie: Wszystkie składniki umieścić w dzbanku blendera 484150.	Przygotowanie: Wszystkie składniki umieścić w dzbanku blendera 484150.
Etapy obróbki: 1) 5 s - 25% mocy 2) 5 s - 50% mocy 3) 15 s - 100% mocy	Etapy obróbki: 1) 10 s - 25% mocy 2) 10 s - 100% mocy	Etapy obróbki: 1) 15 s - 30% mocy	Etapy obróbki: 1) 15 s - 50% mocy



Fitness Club i bary wegetariańskie

Przedstawiamy propozycje aromatycznych i orzeźwiających napojów wytworzonych wyłącznie ze świeżych produktów, bez dodatku cukru i substancji słodzących. Takie koktajle są niskokaloryczne, dlatego stanowią doskonałe uzupełnienie dietetycznych posiłków osób dbających o zdrowie i uprawiających sport. Naturalne składniki, warzywa i owoce wchodzące w skład napojów oraz brak składników pochodzenia zwierzęcego powodują, że koktajle stanowią rewelacyjne rozszerzenie menu lokali wegetariańskich i wegańskich, które cieszą się coraz większą popularnością nie tylko wśród wegan.

Przepisy opracował: *Jerzy Czapla*



Pimopetri (porcja ok. 200 g)	Bogur (porcja na ok. 380 g)	PapiJab (porcja ok. 400 g)	Jagobur (porcja ok. 400 g)
Składniki: - natka pietruszki (ok. ½ pęczka) 30 ml soku z limonki 10 ml syropu kiwi lub trzciniowego 150 ml wody gazowanej	Składniki: 50 ml soku z buraka ćwikłowego 100 ml jogurtu naturalnego light ½ zielonego ogórka (ok. 150 g) 1 łodyga selera naciowego (ok. 80 g)	Składniki: ½ czerwonej papryki (ok. 80 g) 1 jabłko średniej wielkości (ok. 200 g) - sok z ½ pomarańczy (ok. 70 ml) 50 ml wody gazowanej 3 plasterki świeżego imbiru (ok. 5 g)	Składniki: 50 ml soku z buraka 100 ml jogurtu naturalnego light 1 obrany banan (ok. 150 g) 1 marchewka (ok. 100 g)
Przygotowanie: Wszystkie składniki umieścić w dzbanku blendera.	Przygotowanie: Wszystkie składniki umieścić w dzbanku blendera.	Przygotowanie: Wszystkie składniki umieścić w dzbanku blendera.	Przygotowanie: Wszystkie składniki umieścić w dzbanku blendera.
Etapy obróbki: 5 s - 30% mocy 5 s - 60% mocy 10 s - 100% mocy	Etapy obróbki: 5 s - 30% mocy 5 s - 60% mocy 10 s - 100% mocy	Etapy obróbki: 10 s - 30% mocy 20 s - 100% mocy	Etapy obróbki: 5 s - 30% mocy 5 s - 60% mocy 10 s - 100% mocy





Szkoła, która pokazuje prawdziwy kulinarny świat

MODA NA GOTOWANIE I DOBRE JEDZENIE JEST WIDOCZNA DZIŚ WSZĘDZIE – W PRASIE, TELEWIZJI, INTERNECIE, RESTAURACJACH I W NASZYCH DOMACH. KULINARNY BOOM ZNAJDUJE ODZWIERCIEDLENIE RÓWNIEŻ W SZKOLNICTWIE. O SWOIM PRZEPISIE NA SKUTECZNE KSZTAŁCENIE SPECJALISTÓW TEJ BRANŻY OPOWIADA ANNA CHYLIŃSKA – DYREKTOR ZESPOŁU SZKÓŁ GASTRONOMICZNO-HOTELARSKICH W WARSZAWIE

Jak z perspektywy prowadzonej placówki ocenia Pani kondycję szkolnictwa gastronomicznego w Polsce?

Szkoły gastronomiczne cieszą się obecnie bardzo dużym zainteresowaniem. W dużej mierze jest to zasługa panującej obecnie mody. Widać to w telewizji, w Internecie i w naszych domach – cała Polska gotuje. Widać to również w mojej placówce – na brak kandydatów nie mogę narzekać.

Spośród propozycji naszego technikum największą popularnością cieszy się profil „Technik żywienia i usług gastronomicznych”. Uczniowie tego kierunku zyskują kwalifikacje przygotowujące do gotowania oraz wszelkie umiejętności związane z obsługą i organizacją przyjęć. W drugiej wchodzącej w skład prowadzonego przeze mnie Zespołu Szkół placówce, Zasadniczej Szkole Zawodowej, młodzież najczęściej decyduje się na zawód kucharza.

Nieco mniej chętnych rozpoczyna kształcenie na technika hotelarstwa i cukiernika. To wielka szkoda – oba zawody są bardzo poszukiwane. Wybierając szkołę w wieku 16 lat, uczniowie nie mają jednak jeszcze pełnej świadomości na temat struktury gastronomicznego rynku pracy.

Skoro mowa o wyborach młodzieży i rynku pracy: czy szkoła gastronomiczna jest w ogóle potrzebna, by zostać profesjonal-

nym kucharzem? W telewizji gotują przecież aktorzy, celebryci i amatorzy.

Gdyby gotować mieli wyłącznie absolwenci szkół takich jak moja, wielu Polaków nie mogłoby w ogóle jadać w domu. Mój syn przyrządza świetne potrawy, choć jest na politechnice. Jednak do profesjonalnego funkcjonowania na gastronomicznym rynku pracy odpowiednie wykształcenie jest według mnie konieczne.

Szkoła gastronomiczna jest bazą, na której można budować karierę mistrza kuchni. Uczymy najbardziej fundamentalnych kulinarnych zasad. Na zajęciach teoretycznych mówimy o komponowaniu zbilansowanego jadłospisu. Uczniowie doskonalą praktyczne umiejętności w ramach lekcji technologii gastronomicznej. Przez cztery godziny tygodniowo poznają tajniki obróbki termicznej różnych produktów. Od podstaw przygotowują wywary i sosy, wypróbując receptury i przepisy. Chcemy, by nasi wychowankowie znali swój zawód od podszewki. Mają zrozumieć sedno gotowania – tak, by potrafić samodzielnie znaleźć nowe zastosowania dla poznanych reguł.

Nasi uczniowie mają również styczność z najnowszymi trendami. Podczas praktyk realizowanych u naszych zewnętrznych partnerów zyskują umiejętności będące na topie w danym momencie.



Konkurs podczas targów Expo Sweet - 2 miejsce uczennice ZSGH przy ul. Majdańskiej w Warszawie: Emilka Zgutka i Natalia Ostrowska



Konkurs szkolny - wybieramy talenty kulinarne.

By skutecznie je przyswoić, konieczna jest jednak wyniesiona ze szkoły baza.

Z kim współpracuje w tym zakresie Pani szkoła? Gdzie uczniowie odbywają praktyki?

Ze względu na dużą liczbę znajdujących się w Warszawie renomowanych, pięciogwiazdkowych hoteli, nasi uczniowie mają okazję szlifować umiejętności w najlepszych kuchniach naszego kraju. Stale współpracujemy z Hiltonem, Sheratonem, Marriottem czy hotelem Westin. Wielu naszych absolwentów prowadzi swoje studia kulinarne – i oni nigdy nie odmawiają przyjęcia naszym wychowankom.

Pozyskujemy również na bieżąco wsparcie z funduszy unijnych. Organizujemy spotkania z profesjonalistami rynku gastronomicznego i realizujemy specjalistyczne kursy barmańskie, kelnerskie czy związane z przygotowaniem niedostępnych w inny sposób surowców – wyszukanych ryb i owoców morza. Od 2002 roku współpracujemy z Ogólnopolskim Stowarzyszeniem Szefów Kuchni i Cukierni. Nawiązujemy także kontakty z producentami. Do naszych partnerów należą między innymi Unilever Food Solutions, Norge, Ecolab i McCormick.

W czasie ostatnich wakacji udało nam się również zorganizować letnie praktyki w Hiszpanii. Nasi uczniowie przez kilka miesięcy ubiegłego roku praktykowali w tamtejszych kuchniach, salach bankietowych i za barem. Wrócili bardzo zadowoleni. Mamy nadzieję powtórzyć ten projekt również po bieżącym roku szkolnym.

Wspieramy również uczniów biorących udział w konkursach gastronomicznych. Przygotowujemy ich do tego typu wyzwań organizując szkolne zawody, w których jurorami są ci spośród naszych absolwentów, którzy odnieśli szczególne sukcesy. Nasi



Ogólnopolski konkurs Monini Cup Junior organizowany z firmą Monini w szkole ZSGH przy ul. Majdarskiej w Warszawie.

wychowankowie regularnie biorą udział w takich wydarzeniach, jak „Młody Kreator Sztuki Kulinarnej”, „Zgotuj sobie sukces” czy „Kulinary Puchar Świata”. W 2014 roku dwóch uczniów ZSGH było członkami narodowej reprezentacji juniorów, która przywiozła z Luksemburga brązowy medal najwyższych rangą zawodów gastronomicznych. Bardzo staramy się, by młodzież miała okazję poznać prawdziwy kulinarny świat. Robimy naprawdę dużo, by stymulować wszechstronny rozwój naszych wychowanków.

Gdyby mogła zmienić Pani jedna rzecz w systemie szkolnictwa gastronomicznego, co by to było?

Zrobiłabym wszystko, żeby zwiększyć ilość i jakość praktycznej nauki u pracodawcy. Obecnie tego typu zajęcia są prowadzone raz w tygodniu w 2 klasie i tylko 4 tygodnie w klasie 3. Realizujemy również 4 godziny pracowni gastronomicznej bezpośrednio w szkole. Tymczasem, wykorzystanie praktycznych umiejętności i uczenie się przez doświadczenie to najbardziej skuteczne metody przyswajania wiedzy.

Z tych samych przyczyn rozważyłabym swoją centralizację szkół gastronomicznych. Aby młodzież zainteresowana zawodami związanymi z żywieniem mogła się w pełni rozwijać, powinna mieć okazję praktykowania u najlepszych. W związku z tym, zamiast utrzymywać placówki w mniejszych miejscowościach, rozważyłabym zapewnienie ich mieszkańcom bezpłatnych internatów w miastach, w których będą mieli okazję uczyć się pod okiem szefów kuchni np. renomowanych hoteli.

Wreszcie, doprowadziłabym do sytuacji, w której zajęcia z uczniami prowadzą eksperci rynku gastronomicznego. Dziś zdarza się to zdecydowanie za rzadko – głównie w ramach realizacji unijnych projektów. Na co dzień stawki obowiązujące w szkolnictwie nie są dla szefów kuchni zbyt zachęcające.

Widać to w telewizji,
w Internecie i w naszych
domach – cała Polska
gotuje. Widać to również
w mojej placówce
– na brak kandydatów
nie mogę narzekać.

Bardzo staramy się, by młodzież miała okazję poznać prawdziwy kulinarny świat.

Skąd w takim razie brać dobrych nauczycieli zawodu? Kto prowadzi zajęcia praktyczne w Pani szkole?

W świetle wspomnianych przeze mnie kłopotów z zachęceniem do prowadzenia zajęć praktykujących kucharzy, pozyskanie i rozwój kadry pedagogicznej to niełatwe zadanie. Znalazłam jednak sposób, który przez te wszystkie lata bardzo dobrze się sprawdzał. W nauczaniu bardzo ważne są dla mnie podstawy. Dlatego w przeważającej części moi nauczyciele zawodu to absolwenci Wydziału Nauk o Żywieniu Człowieka i Konsumpcji. Tych spośród nich, którzy lubią i potrafią gotować – na przykład dzięki technikum takiemu jak nasze – staram się doksztalać dzięki moim kontaktom i unijnym funduszom.

Tak jak w przypadku uczniów, dbam o to, by moja kadra miała okazję zetknąć się z pracą kulinarną i była na bieżąco z nowoczesnymi technologiami. Niezawodną pomocą są tu nasi absolwenci. Mam poczucie, że kształcenie zawodowe w naszej szkole jest na wysokim poziomie. Jestem zadowolona z efektów.

Podsumowując naszą rozmowę – gdyby miała Pani podać przepis na dobrą szkołę...

Powiedziałabym: zaangażowanie całym sercem i prawdziwa pasja – do gotowania i do nauczania.

Anna Chylińska

Absolwentka Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego. Praktyczne umiejętności zdobyła pracując na stanowisku technologa żywienia w Hotelu Metropol-Polonia. Dyrektor Zespołu Szkół Gastronomiczno-Hotelarskich w Warszawie, w skład którego wchodzi Technikum Gastronomiczno-Hotelarskie nr 2 oraz Zasadnicza Szkoła Zawodowa nr 20. Patronem szkoły jest profesor Stanisław Berger - założyciel Wydziału Nauki o Żywieniu na SGGW. Jego teorie naukowo-badawcze są na co dzień wykorzystywane w praktyce szkolnej oraz projektach realizowanych przez placówkę.

W trakcie niemal dwudziestoletniej kariery w szkolnictwie gastronomicznym wykształciła wielu laureatów konkursów rejonowych, ogólnopolskich i międzynarodowych. Zdobywczyni Nagrody Kuratora Oświaty, Nagrody Prezydenta m.st. Warszawy oraz Nagrody Ministra Edukacji Narodowej, odznaczona Medalem Komisji Edukacji Narodowej. Pani Anna powtarza swoim wychowankom, by przyrządzali potrawy oddziałujące na wszystkie zmysły człowieka – niczym prawdziwe dzieła sztuki.



Konkurs Młody Kreator Sztuki Kulinarnej

XI edycję Konkursu Młody Kreator Sztuki Kulinarnej wygrała **KLAUDIA JANKOWSKA** z Zespołu Szkół Gastronomicznych w Poznaniu przy ul. Podkomorskiej.

Finał odbył się 11 marca 2015 roku w Centrum Kulinarным Unilever Food Solutions. Zwycięskie danie laureatki to „Kurczak zagrodowy z duxelles z pieczarek i szynki, puree z topinambura, marchew karmelizowana miodem”.



Zwycięzcy wygrali tygodniowy staż w hiszpańskiej restauracji z gwiazdką Michelin. Ponadto Klaudia zakwalifikowała się do finału konkursu kulinarnego dla profesjonalistów Primerba Cup 2015 oraz została powołana do kadry młodzieżowej, reprezentującej Polskę na Olimpiadzie kulinarnej w Erfurcie w 2016 roku.

Na drugim miejscu uplasował się uczeń **ADRIAN DZIEWIĘCKI** z Zespołu Szkół Gastronomicznych w Kaliszu, natomiast trzecie miejsce zajął **STANISŁAW GÓRKA** z Zespołu Szkół Gastronomicznych w Poznaniu przy ul. Podkomorskiej.

Jury w składzie Grzegorz Kazubski – Makro HoReCa Centrum Manager, Grzegorz Labuda – Executive Chef Grand Hotel Tiffi, Ilawa, Joanna Ochniak – Przewodnicząca Kobiet World Chefs Association, Ewa Olejniczak – Executive Chef Restauracja Villa Foksal, Warszawa, Paweł Oszczuk – Szef Kuchni Hotelu La Regina, Warszawa oraz Tomasz Purol – Executive Chef Blow Up Hall, Poznań, wyróżniło także:

- Kamile Matełę z Zespołu Szkół Gastronomicznych w Poznaniu przy ul. Podkomorskiej
- Tomasza Grota z Zespołu Szkół Hotelarsko-Gastronomicznych w Gdyni
- Wojciecha Komsa z Zespołu Szkół Gospodarczych w Rzeszowie
- Oskara Dąbrowskiego z Zespołu Szkół Gospodarczych w Rzeszowie
- Łukasza Dzikowskiego z Zespołu Szkół nr 7 w Wałbrzychu przy ul. Kłodzkiej
- Przemysław Kopanię z Zespołu Szkół Gastronomiczno-Hotelarskich w Warszawie przy ul. Majdańskiej
- Roberta Kwietnia z Zespołu Szkół Ponadgimnazjalnych w Świeciu przy ul. Kościuszki

• Natalię Lipińską z Zespołu Szkół Gastronomicznych we Wrocławiu przy ul. Kamiennej

• Patrycję Paluszkiewicz z Zespołu Szkół Gastronomicznych w Poznaniu przy ul. Podkomorskiej

Patronat honorowy nad konkursem objęło Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

Sponsorzy: KitchenAid, Hendi, GRAPIL, EvaTec



Krzyżówka

PIONOWO

1. Płaska kostka o bokach od 8 do 10 mm.
2. Ziemniaki pokrojone w bardzo cieką słomkę.
3. Ziemniaki pokrojone w kostkę o boku 1 cm.
4. Kostka o bokach ok. 5 mm.
5. Ziemniaki drążone - kuleczki
6. Warzywa krojone w tzw. zapałki
9. Technika krojenia wyłącznie marchewki w talarki o grubości 1-2 mm.

POZIOMO

6. Kostka o bokach od 3 do 4 mm.
7. Przyrząd do obierania warzyw i owoców.
8. Technika krojenia w bardzo cienkie półplasterki lub plasterki.
10. Kostka o grubości 1-2 mm.



Dla pierwszych 5 uczniów, którzy prawidłowo wypełnią krzyżówkę i jej zdjęcie odeślą na adres: redakcja@marketingandmore.com.pl czekają zestawy noży w bloku marki Ambition ufundowane przez firmę Dajar.

Nazwiska zwycięzców opublikujemy w majowym wydaniu magazynu „akademia kulinarna”, a nagrody zostaną wysłane pocztą.

DAJAR
horeca



Carving



NAUKA RZEŻBIENIA W OWOCACH NIE JEST TRUDNA, POD WARUNKIEM, ŻE MASZ SPORO CIERPLIWOŚCI I POŚWIĘCISZ JEJ WYSTARCZAJĄCO DUŻO CZASU. NAWET JEŚLI NA POCZĄTKU ZEPSUJESZ WIELE ELEMENTÓW TO ZDOBĘDZIESZ PRAKTYKĘ, KTÓRA W PRZYSZŁOŚCI POZWOLI CI TWORZYĆ WSPANIAŁE RZEŻBY.

NA POCZĄTEK PROPONUJĘ WYBRAĆ ŁATWIEJSZE RZECZY, JAK KWIATKI Z RZODKIEWKI, KTÓRE TYM RAZEM NAUCZĘ WAS WYKONYWAĆ. OD PROSTYCH ELEMENTÓW PRZEJDZIEMY ETAPAMI DO PRZEDSTAWIONEJ NA ZDJĘCIU RZEŻBY.

Do wykonania będą potrzebne:

- nóż tajski
- dłutko V szerokie
- dłutko V wąskie
- rzodkiewki
- deska do krojenia warzyw
- miska z wodą



• Rzodkiewkę połów na desce ogonkiem do góry i nacinaj do $\frac{3}{4}$ głębokości tak, jakbyś ciął plasterki.



• Pamiętaj o niedocinaniu, aby płatki nie wyleciały. Im cieńsze płatki tym efekt ciekawszy.



• Nacinaj w ten sposób całą rzodkiewkę od prawej strony do lewej.



• Ten element można wykonać każdym cienkim ostrym nożem.



• Szczególną ostrożność zachowaj przy końcówce, aby jej nie odciąć.



• Jeśli skończyłeś przekręć rzodkiewkę i nacinaj w ten sam sposób w drugą stronę.



• Nacinany element będzie wyglądał jak szachownica.



• Pamiętaj, aby cięcia były proste, czyli pod kątem 90 stopni.



• Tak powinna wyglądać twoja rzodkiewka. Pamiętaj im cienie tym efekt ciekawszy.



• Wycięty element włóż do zimnej wody, która spowoduje że warzywo stanie się jędrne i bardziej rozłoży wycięte płatki.



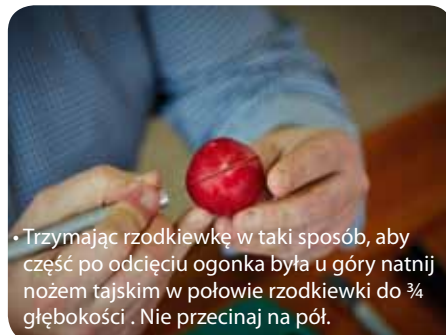
• Efekt końcowy twojej pracy.



• Zetnij zieloną część rzodkiewki.



• Odwróć rzodkiewkę i zetnij ogonek tak, aby nie naruszyć rzodkiewki.



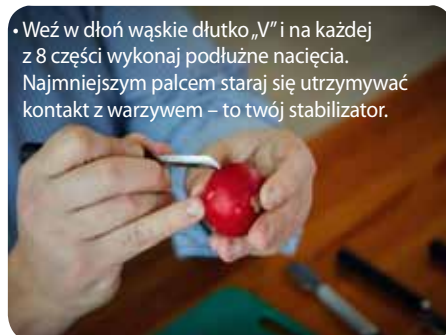
• Trzymając rzodkiewkę w taki sposób, aby część po odcięciu ogonka była u góry natnij nożem tajskim w połowie rzodkiewki do $\frac{3}{4}$ głębokości. Nie przecinaj na pół.



• Przekręć rzodkiewkę i natnij ją na cztery. Uważaj by jej nie przeciąć.



• Kontynuuj, aż uzyskasz 8 części.



• Weź w dłoń wąskie dłutko „V” i na każdej z 8 części wykonaj podłużne nacięcia. Najmniejszym palcem staraj się utrzymywać kontakt z warzywem – to twój stabilizator.



• Cięcie zaczynaj od połowy wysokości.



• Płatek powinien w górnej części być cienki i delikatny, a ku dołowi powinien stawać się grubszy.



• Wykonaj ten element na każdej z ośmiu części.



• W dłoń weź szerokie dłutko „V” i powyżej pierwszego płatk postaraj się wykonać kolejny na tej samej części.



• Przy tym elemencie musisz głębiej wbijać dłuto.



• Uważaj, by nacięcia nie przecinały się.



• Staraj się pracować dłutem i jednocześnie pomagaj sobie palcem.



• Widok z góry na rzodkiewkę uprzednio namoczoną w wodzie.



• Tak powinna wyglądać twoja rzodkiewka po rozłożeniu wykonanych elementów, pod wpływem wody, .

FARUTEX

Farutex Sp. z o.o.
Gorzowska 4
65-127 Zielona Góra
kontakt@farutex.pl
www.farutex.pl

Farutex jest ogólnopolskim dystrybutorem żywności dla sektora HoReCa. Firma istnieje na rynku od 25 lat i posiada 17 lokalizacji na terenie całego kraju. W ofercie Firmy znajduje się 6 tysięcy produktów świeżych, chłodzonych, mrożonych i suchych, w tym ryby i owoce morza, mięso, warzywa i owoce, produkty ziemniaczane, nabiał, napoje, lody i wyroby słodkie. Firma współpracuje między innymi z takimi odbiorcami jak Hotele Qubus, Hotele Accor, Hotele Radisson, lodziarnie Grycan, kawiarnie empik cafe oraz stacje paliw Statoil i BP. Farutex prowadzi również program szkoleniowo-doradczy pod nazwą „Akademia Kulinarna Farutexu”. Celem Akademii jest podnoszenie kwalifikacji i wymiana doświadczeń zawodowych wśród Szefów Kuchni i Kucharzy z całej Polski.



Zakłady Tłuszczowe Kruszwica S.A.
ul. Niepodległości 42, 88-150 Kruszwica
tel. 52 353 51 00
Dział Produktów Profesjonalnych
ul. Wiślna 19, 80-555, Gdańsk
tel. 58 76 62 134
www.ztkruszwica.pl
www.akademiamistrza.pl

Zakłady Tłuszczowe Kruszwica S.A., to największy w Polsce i jeden z największych w Europie Środkowej przetwórców nasion oleistych i producentów tłuszczów roślinnych. Spółka jest czołowym dostawcą na rynku produktów profesjonalnych dla cukierników i piekarzy. Oferuje bogaty asortyment specjalistycznych tłuszczów i margaryn do szerokiego zastosowania przy produkcji wyrobów cukierniczych, ciast, kremów, nadzień, polew, deserów oraz wyrobów półcukierniczych i pieczywa. W swojej ofercie posiada również wysokiej jakości tłuszcze smażalnicze, produkowane w oparciu o surowce krajowe, tropikalne oraz ich modyfikacje.



TOM-GAST Sp.j.
ul. Beskidzka 123/125, 91-610 Łódź
tel. +48 42 674 85 87
fax: +48 42 674 85 88
e-mail: tomgast@tomgast.pl
www.tomgast.pl

Firma TOM-GAST jest Generalnym Dystrybutorem na Polskę profesjonalnego wyposażenia gastronomicznego wielu uznanych, europejskich producentów. Nasze marki to: RAK Porcelain, Libbey, Eternum, Peugeot, De Buyer, Giesser Messer, Chef's Choice, Cambro, Schott Zwiesel, Dynamic, Revol, Victorinox, Kasumi, Robur. Oferta handlowa nieustannie poszerza się w odpowiedzi na zapotrzebowanie klientów oraz zmieniające się trendy na rynku. Dzięki wieloletniej obecności na rynku i konsekwencji w oferowanej jakości, firma TOM-GAST dostarcza dzisiaj do najbardziej wymagających klientów, jakimi są hotele, restauracje i sale bankietowe premium.



Limito S. A.
ul. Partyzantów 76
80-254 Gdańsk
Green Office
tel. 58 350 60 60
www.limito.pl

Firma Limito to wiodący producent lososia Premium w Polsce. Limito zostało założone w kwietniu 2004 roku w Gdańsku i w stosunkowo krótkim czasie stała się jednym z wiodących dostawców lososia norweskiego oraz innych ryb w Polsce. Z powodzeniem eksportuje też swoje produkty do krajów w Europie, Azji i do Australii. Fabryka Limito to jeden z najnowocześniejszych zakładów w Europie. Spełnia ona najwyższe standardy, potwierdzone wieloma certyfikatami m.in. HACCP, IFS, BRC czy BIO. Produkty przed opuszczeniem fabryki poddawane są ścisłej kontroli na każdym etapie produkcji, regularnie przeprowadzane są testy mikrobiologiczne, wykonywane przez zewnętrzne laboratoria. Systemy technologiczne do zakładu w Grudziądzu dostarczają światowi liderzy, tacy jak Marel Food Systems (linie przetwórstwa ryb z surowców do gotowego produktu), system Innova (oprogramowanie do inteligentnej kontroli produkcji) i Multivac (maszyny do pakowania).



Stowarzyszenie Kucharzy Polskich
Al. Grunwaldzka 131a
80-244 Gdańsk
tel. 607 555 707
e-mail: skp@kucharze.pl
www.kucharze.pl

Stowarzyszenie Kucharzy Polskich jest najstarszą organizacją kulinarną w Polsce, zrzeszającą najlepszych kucharzy z całego kraju. Misją SKP jest rozwój całej branży gastronomicznej we wszystkich jej strukturach, począwszy od nauczycieli zawodu i młodych adeptów sztuki kulinarnej, kończąc na profesjonalnych kucharzach i restauratorach, którym niejednokrotnie pomagaliśmy we wszystkich działaniach mających na celu otwarcie restauracji. Dodatkowo, dzięki międzynarodowej współpracy ze stowarzyszeniami i organizacjami z całego świata, nieustannie promujemy Polską sztukę kulinarną na szeroką skalę. Jako organizacja non-profit, wspieramy wiele działań społecznych, a także angażujemy się w kształcenie młodzieży, organizując pokazy kulinarne, szkolenia i konkursy, udzielając patronatów merytorycznych wydarzeniom kulinarnym skierowanym zarówno do profesjonalistów jak i uczniów szkół gastronomicznych.



Dajar biuro Koszalin
ul. Poławska 6, 75-072 Koszalin
Dajar biuro Horeca
ul. Poznańska 129/133
05-850 Ożarów Mazowiecki
horeca@dajar.pl

DAJAR jest największym w Polsce i w regionie Europy Środkowo-Wschodniej dystrybutorem produktów gospodarstwa domowego oraz produktów profesjonalnych dla klientów HORECA. Podstawą naszej szerokiej oferty jest współpraca z największymi, najbardziej renomowanymi producentami na świecie producentami z branży i posiadanie dwóch własnych zakładów produkcyjnych. Jesteśmy właścicielem kilku marek w tym najbardziej znaną Ambition.



Unilever Food Solutions
Unilever Polska Sp. z o.o.
ul. Bałtycka 43, 61-017 Poznań
tel. 800 66 11 11, fax: 61 876 44 63

W branży spożywczej działamy już od 1873 roku, budując takie międzynarodowe marki, jak m.in. Knorr, Hellmann's i Lipton. Blisko współpracujemy z właścicielami i szefami kuchni lokali różnej wielkości, od niezależnych restauracji, poprzez hotele sieciowe, po catering kontraktowy aż w 74 krajach świata. Na polskim rynku działamy już od ponad 20 lat – dostarczając sprawdzone rozwiązania w dziedzinie gastronomii oraz organizując szkolenia i konkursy kulinarne.



Agencja Rynku Rolnego

AGENCJA RYNKU ROLNEGO
ul. Nowy Świat 6/12
00-400 Warszawa
fax: 22 628 93 53
Telefoniczny Punkt Informacyjny
tel. 22 661 72 72

Agencja Rynku Rolnego, jako akredytowana agencja płatnicza Unii Europejskiej, realizuje zadania dotyczące sektora żywnościowego i wspólnej polityki rolnej (finansowane z budżetu unijnego i krajowego), istotne zarówno pod względem gospodarczym, jak i społecznym, w zakresie: wspierania promocji i konsumpcji żywności; pomocy żywnościowej najsłabszej ludności Unii Europejskiej; wspierania producentów rolnych; odnawialnych źródeł energii, a także monitorowania i kontrolowania procesów produkcji oraz przetwórstwa na wybranych rynkach rolnych; interwencyjnego zakupu i sprzedaży produktów rolnych i ich przetworów oraz płatności do prywatnego przechowywania (w przypadku, gdy wymaga tego sytuacja rynkowa lub na podstawie decyzji KE); administrowania mechanizmami wsparcia producentów dotkniętych stratami spowodowanymi sytuacjami kryzysowymi; kwotowania produkcji; obrotu towarowego z zagranicą; obsługi dziewięciu funduszy promocji produktów rolno-spożywczych; bieżącego analizowania i monitorowania cen podstawowych produktów rolno-spożywczych.



STALCAST Sp. z o.o.
ul. Staniewicka 5, 03-310 Warszawa
infolinia: 801 40 50 63
tel. 22 517 15 75, fax: 22 517 15 77
www.stalcast.com

Jesteśmy firmą rodzinną z 25 letnim doświadczeniem. Działamy na rynku HoReCa od 1990 roku. Jesteśmy liderem na rynku polskim wśród dostawców profesjonalnego sprzętu gastronomicznego do restauracji, barów, hoteli i firm cateringowych. Nasza oferta obejmuje szeroką gamę produktów od uznanych światowych producentów. Zaopatrujemy klientów w Polsce i w Europie poprzez sieć lokalnych dystrybutorów. Posiadamy własny serwis i biuro projektowe. Dzięki zintegrowanym magazynom o blisko 20.000 m² i dostępności towarów, możemy zapewnić wysyłkę towaru do klienta w ciągu zaledwie 48 godzin. W ciągłej sprzedaży mamy ponad 5 000 produktów. W 2008 roku w Radomiu Stalcast uruchomił fabrykę produkującą meble gastronomiczne ze stali nierdzewnej, urządzenia chłodnicze i mroźniki, ciągi grzewcze oraz ciągi wydawcze. Wysokiej jakości produkty szybko znalazły uznanie zarówno u klientów w Polsce jak i za granicą.

SPRAWDŹ

czy

TWOJA SZKOŁA



może zdobyć

CERTYFIKAT

Idealny do świeżych warzyw!

WINIARY proponuje nowy wariant majonezu na sezon wiosenno-letni, o obniżonej zawartości tłuszczu, DELikatny, wspinały do nowalijek i świeżych warzyw.

NOWOŚĆ



Podkreśla walory smakowe i delikatnie łączy składniki w harmonijną całość, nie dominując nad warzywami.

 **Nestlé**
PROFESSIONAL

www.nestleprofessional.com

Bezpłatna infolinia 800 111 755, pn.-pt. w godz.: 8:00-18:00