



**Interreg**  
Polska-Słowacja

Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego



UNIA EUROPEJSKA



Projekt współfinansowany z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego  
w ramach Programu Współpracy Transgranicznej Interreg V-A Polska - Słowacja 2014-2020 oraz z budżetu państwa.  
Projekt je spolufinancovaný z Európskeho fondu regionálneho rozvoja  
v rámci Programu cezhraničnej spolupráce Interreg V-A Poľsko - Slovensko 2014 - 2020 a zo štátneho rozpočtu.

# „JEDNOŚĆ W RÓŻNORODNOŚCI – rozwój tradycji regionalnych w Gminie Wilkowice i Gminie Pucov”



# „JEDNOTA V ROZMANITOSTI – vývoj regionálnych tradícií v gmine Wilkowice a obci Pucov”

Projekt realizowany przez:  
Gminę Wilkowice (Polska)  
Projekt je realizovaný:  
gminou Wilkowice (Poľsko)



Partner projektu:  
Gmina Pucov (Słowacja)  
Partner projektu:  
obec Pucov (Slovensko)



# Szanowny Czytelniku!

Przekazujemy w Twoje ręce kolejną publikację dotyczącą partnerstwa pomiędzy naszymi gminami. Tym razem Gmina Wilkowice wspólnie z Gminą Pucov realizuje w ramach Programu Interreg V-A Polska - Słowacja 2014-2020 projekt pn. „Jedność w różnorodności – rozwój tradycji regionalnych w Gminie Wilkowice i Gminie Pucov”.

Głównym celem tego projektu jest upowszechnianie wiedzy o tradycyjnych strojach i potrawach pogranicza. Chcąc go osiągnąć realizujemy szereg działań m.in.:

- przeprowadziliśmy w naszych szkołach ankietę, pozwalając nam sprawdzić, co najmłodsze pokolenie wie o naszych tradycjach i zwyczajach,
- organizujemy konkurs wiedzy na ten temat,
- członkinie naszych Kół Gospodyń Wiejskich otrzymały nowe stroje regionalne, które zaprezentowały już w Wielką Sobotę rozdając paczki z tradycyjnymi produktami spożywczymi związanymi ze Świętami Wielkanocnymi,

- dnia 18.05.2022 r. odbędzie się wydarzenie promocyjne – Konkurs „Kulinarne Dziedzictwo”, w trakcie którego nasze gospodynie zaprezentują przygotowane przez siebie regionalne potrawy. Z wydarzenia powstanie nagranie wideo, które będzie materiałem edukacyjny dla obu gmin.

- z pięknymi strojami naszych pań, można się będzie zapoznać również w trakcie warsztatów kulinarnych, które odbędą się w szkołach oraz podczas uroczystości Bożego Ciała.

Jako przedstawiciel gmin partnerskich dziękuję wszystkim osobom, które przyczyniają się do rozwoju naszych tradycji, starają się uchronić je przed zapomnieniem i przekazać młodemu pokoleniu.

W imieniu wszystkich tych osób zapraszamy do lektury niniejszej publikacji!

Koordinator projektu Wojciech Cendrzak  
Wójt Pucova Metod Sojčák





# Vážený čitateľ!



Odvzdávame do Tvojich rúk ďalšiu publikáciu o partnerskej spolupráci našich obcí. Tentoraz gmina Wilkowice realizuje v rámci Programu Interreg V-A Poľsko – Slovensko 2014 – 2020 spoločne s obcou Pucov projekt s názvom „Jednota v rozmanitosti – vývoj regionálnych tradícií v meste Wilkowice a obci Pucov“.

Hlavným cieľom tohto projektu je popularizovať poznatky o tradičných krojoch a jedlách pohraničia. V snahe ho naplniť realizujeme rad aktivít napr.:

- pripravili sme dotazník, ktorý nám umožní overiť, čo najmladšia generácia vie o našich tradíciách a zvykoch (žiaci našich škôl),

- organizujeme vedomostnú súťaž na túto tému,

- členky našich Spolkov dedinských gazdičiek dostali nové regionálne kroje, ktoré už prezentovali na Bielu sobotu počas odovzdávania balíčkov tradičných veľkonočných potravín,

- dňa 18. 05. 2022 sa uskutoční propagačné podujatie – Súťaž „Kulinárske dedičstvo“, v priebehu ktorého budú naše gazdičie prezentovať svojpomocne pripravené regionálne jedlá. Na podujatí bude natočená videonahrávka, ktorá bude pre obe obce slúžiť ako edukačný materiál.

- s peknými krojmi našich žien sa budete môcť oboznámiť aj počas kulinárskych workshopov, ktoré budú organizované počas sviatku Božieho tela.

Ako zástupca partnerských obcí ďakujem všetkým, ktorí sa podieľajú na šírení našich tradícií, snažia sa ich zachrániť pred zabudnutím a odovzdať mladšej generácii.

V mene všetkých týchto osôb Vám srdečne odporúčam túto publikáciu !

Koordinátor projektu Wojciech Cendrzak  
Starosta obce Pucov Metod Sojčák



# Stroje polskie

Wygląd stroju górali żywieckich jest ściśle związany ze wspólną dla terenu całych Karpat kulturą pasterską. Przejawem jej wpływu na ubiór mieszkańców Kotliny Żywieckiej jest używanie do jego wyrobu naturalnych surowców: skóry, lnu, owczej wełny. Górale karpaccy swoje formy ubiorów dostosowywali do warunków życia, pracy oraz panującego w ich miejscu zamieszkania klimatu. W przypadku Gminy Wilkowice, mamy do czynienia także z mieszaniami się wpływów mody miejskiej z dawnymi elementami ubiorów mieszkańców wsi. Ubiory kobiece są bardzo mocno zróżnicowane, tylko niektóre ich części są wspólne z innymi grupami etnograficznymi, zwłaszcza te wzorowane strojem mieszczchańskim.

Góralkom żywieckim za ubiór codzienny służyły płócienne białe koszule, które z przodu posiadały rozcięcie i były w tym miejscu wiązane lub zapinane na guzik. Rękawy koszuli sięgały do nadgarstków lub łokci. Spódnice do użytku codziennego były szyte z białego lnianego płótna lub tkanin fabrycznych drukowanych w białe wzory na granatowym tle. Musiały być kopiaste, dlatego wykonywano je nawet z 5 – 6 metrów szerokości materiału. Góralską bieliznę zakładaną pod spódnice stanowiły półhalki, zwane także podpośnikami lub spodnimi spódnicami. Szyte je z białego płótna, a dolny brzeg zdobiono zębami wykonanymi techniką haftu dziurkowego lub szydełkową koronką. Najkrótsza oraz najwęższa z hałek nazywana była ciasnochą, sięgała nieco powyżej kolan. Efekt pełniejszej figury uzyskiwano zakładając kilka mocno nakrochmalonych, wyprasowanych półhałek. Dzięki temu spódnica pięknie się układała, a szeleszczące halki dodawały właścicielce szyku. Na spódnice zakładano zapaski, czyli fartuchy codzienne, które służyły do ochrony przedniej części ubioru przed zabrudzeniem. Do prac codziennych kobiety nakrywały również głowę chustką - białą lnianą lub podobnie jak inne części ubioru z tkanin drukowanych w białe wzory

na niebieskim tle.

Najstarsze spódnice góralek były szyte z białego płótna, często wykonanego samodzielnie na domowych krosnach, lub z tkanin farbowanych metodą batikową w białe wzory na tle w odcieniach granatu. W późniejszym czasie najpopularniejsze stały się spódnice wełenkowe w kolorowe kwiatowe wzory na czarnym, granatowym, zielonym, bordowym lub kremowym tle. Kobiety nosiły także spódnice jednokolorowe, dołem obszywane ozdobnymi taśmami i zakładkami.



Najparadniejszy element stroju góralek stanowił gorset, zwany także kabotkiem. Posiadał głęboko wykrojony półkolisty dekolty, wąskie ramiączka, dołem zdobiony był drobnymi kaletkami lub falbanką, mocno dopasowany do sylwetki. W swojej najstarszej formie gorsety były szyte z drobnymi wzorzystych tkanin i zapinane na guziczki, z czasem upowszechniły się gorsety aksamitne zdobione haftem z motywami roślinnymi – początkowo proste, bardziej graficzne wzory z czasem ewoluowały w rozbudowane kompozycje kwiatowe, haftowane ścięciem atłasowym. Najpopularniejszymi kolorami był czarny, bordowy, ciemno zielony i granat.

Pod kabotek góralki zakładały odświętną koszulkę z płótna. Najstarsze formy posiadały proste rękawy, a pod szyją były wykończone tzw. oszewką. Później, pod wpływem mody miejskiej, oszewka przekształcała się w haftowa-

na kryzę, zaś do rękawków doszywano dołem ozdobną falbankę. Przd koszulki zdobiono kilkoma szczypankami biegnącymi wzdłuż zapięcia.

Zamiast gorsetu góralki zakładały, również odświętne kaftaniki z długimi rękawami, potocznie zwane jakłami lub jakłkami. W zależności od pory roku były szyte z różnego rodzaju tkanin – kretonów, perkali, aksamitów czy wełen. Młodsze kobiety wybierały kolory jasne, zaś te starsze częściej nosiły się w ciemniejszych barwach. Krój jakli – nawiązujący do ubiorów mieszkanek miasta był

mocno dopasowany, składający się z kilku klinów zwężających się do pasa, a następnie rozszerzających na biodrach, tworząc rodzaj baskiny. Rękawki kaftaniku u góry były mocno marszczone, zwężające się do dołu. Pod szyją wykończone były stójką, z przodu zapinane na guziczki i zdobione pasmanteryjnymi dodatkami.

Ozdobą stroju odświętnego był fartuch - zapaska. Najprostsze formy z białego płótna były obszyte dookoła fabrycznymi koronkami, marszczone w pasie i wszyte w oszewkę z troczkami do wiązania. Późniejsze, bogatsze zapaski szyte były z gotowych haftów dziurkowych kupowanych w metrażu, lub misternie zdobione ręcznie z charakterystycznymi „zębami” biegnącymi wzdłuż krawędzi.

Na stopy góralka zakładała wełniane skarpety – tzw. kopytka, ozdobione kilkoma kolorowymi paskami, zaś obuwie stanowiły kierpce – szyte z jednego kawałka świńskiej skóry i w efektywny sposób zawiązane powyżej kostki wełnianymi sznurkami.

Najbogatsze góralki posiadały prawdziwe korale (najczęściej kilka sznurów), które przekazywały później córkom lub wnuczkom. Były one nie tylko ozdobą – traktowano je również jako lokatę majątku, dziewczyna bez korali nie mogła liczyć na dobre zamążpójście. Pełniły one także funkcję amuletu.

Zamężne kobiety nakrywały głowy czepcem – małą czapeczką w kształcie podkowy, przywiązywaną za pomocą troczków. Na czepiec zaś zakładały chustkę, wiążąc ją z tyłu głowy lub pod szyją. Wystający spod niej rąbek czepca, był zdobiony koronką fabryczną lub misternie wykonaną na szydełku.

W miarę upływu czasu oraz rozwoju miast, w których powstawały liczne fabryki i rozwijał się przemysł, mieszkańcy podmiejskich wiosek mieli możliwość podjęcia innego zarobkowego zajęcia niż tylko utrzymywanie się z pracy w swoim rodzimym gospodarstwie. Długoterminowe wyjazdy do miasta sprawiły, że dotychczas noszony ubiór stał się dla górali mało praktyczny, a także mało atrakcyjny. Zaczęto więc przejmować do codziennego stroju elementy ubiorów miejskich. Górale z pogranicznych miejscowości dopatrywali się w noszeniu tych ubrań pewnego rodzaju

awansu społecznego, co bardzo im imponowało. W pierwszej kolejności modę miejską przejmowali mężczyźni, kobiety nieco później, często łącząc jeszcze stare elementy góralskiego ubrania z tymi typowymi dla życia miejskiego.

Warto też poświęcić nieco uwagi inspiracjom płynącym ze stroju krakowskiego, który w XIX wieku stał się narodowym symbolem stroju regionalnego. Taki ubiór był rozpropagowany, również na Żywiecczyźnie, zwłaszcza wśród ubiorów kobiet. Elementami charakterystycznymi dla tej inspiracji były czarny gorset zdobiony cekinami, biała bluzka z szeroką kryzą i falbanami u dołu rękawa, kwiecista spódnica, fartuch z naszytymi wstążkami, szklane korale oraz

związana na głowie chustka z frędzlami. Posiadanie „stroju krakowskiego” było postrzegane wśród górali jako pewien rodzaj zamożności.

Stroje regionalne są w dzisiejszych czasach noszone w zespołach regionalnych, przez członków różnych organizacji folklorystycznych. Mogą być wykorzystywane nie tylko podczas występów czy koncertów, ale także zakładane na przeróżne uroczystości – kościelne czy też prywatne. Ludzie noszą stroje regionalne, ponieważ chcą podkreślić swoją przynależność do danej grupy górali, swoją tożsamość regionalną lub aby uczcić ważne okazje.

Jednymi z organizacji społecznych, które od lat są zaangażowane w propagowanie tradycji i kultury regionalnej na terenie Gminy Wilkowice są Koła Gospodyń Wiejskich. Nieodłączną częścią działań kobiet należących do Kół Gospodyń jest promowanie ubioru regionalnego. Koła z Bystrej

oraz z Mesznej prezentują strój Górali żywieckich wykonany w nowoczesnej formie – aksamitny kabotek, batystową bluzkę oraz fartuch zdobiony białym haftem dziurkowym, a także kwieciste spódnice. Na szyi noszą trzy sznurki szklanych korali, zaś na nogach element wpływów mody miejskiej – sznurowane trzewiki. Kobiety z Koła Gospodyń z Wilkowic wyróżnia forma stroju zbliżonego do późniejszej „mody krakowskiej” – czarne gorsety zdobione bogatym cekinowym haftem, bluzka z szeroką kryzą oraz falbanami, a także spódnica w duże, kolorowe kwiaty.







## Poľské kroje

Kroj žywieckych goralov je úzko prepojený s pastierskou kultúrou, ktorá je spoločná pre celú karpatskú oblasť. Jej vplyv je viditeľný v odevu obyvateľov Žywieckej kotliny, ktorý sa vyrábala z prírodných surovín: kože, ľanu a ovčej vlny. Karpatskí goralí prispôbovali formy svojich odevov životným podmienkam, druhu práce a podnebiu, ktoré bolo typické pre nimi obývané oblasti. V prípade grminy Wilkowice sa stretávame aj s prelínajúcimi sa vplyvmi mestskej módy a pôvodných súčastí oblečenia dedinských obyvateľov. Miestny ženský odev je veľmi rozmanitý a iba niektoré jeho časti sú spoločné s odevom ostatných etnografických skupín. Ide predovšetkým o tie, ktoré sú prevzaté z oblečenia mešťanov.

Každodenným odevom žywieckych goraliek boli pláténne biele košele s rázporkom vpredu, ktorý sa mohol viazať alebo zapínať na gombíky. Rukávy košele boli dlhé po zápästia alebo po lakte. Každodenné sukne sa šili z bieleho ľanového plátna alebo z remeselne vyrábanej modrotlačce, teda látky zafarbenej na modro s potlačenými bielymi vzormi. Sukne museli byť nafúknuté a preto na jednu bolo potrebné použiť 5 – 6 m textílie. Bielizeň goraliek, ktorá sa obliekala pod sukne, tvorili spodné sukne, nazývané aj podpošniki. Šili sa z bieleho plátna a ich spodný okraj bol zdobený zúbkami z dierkovanej výšivky alebo háčkovanou čipkou. Na holé telo sa obliekala ciasnocha (rubáš), teda najkratšia a najužšia bielizeň vo forme košele siahajúcej mierne nad kolena. Efekt ženskejšej a plnšej postavy dosahovali goralčky obliekajúc si niekoľko silno naškrobených a vyžehlených spodných sukní. Vďaka tomu získavala sukňa pekný tvar a šuštiace spodné sukne pridávali ich majiteľke pôvab. Na sukne si ženy obliekali zapaski, čiže každodenné zástery, ktoré chránili prednú časť odevu pred zašpinením. Počas každodenných prác si ženy dávali na hlavu šatku. Najčastejšie to bola biela ľanová šatka alebo, podobne ako iné časti odevu, šatka z modrotlačce (látky s bielou potlačou na modrom podklade).

Najstaršie goralské sukne sa šili z bieleho plát-

na, často podomácky vyrábaného na krosnách, alebo z textílií farbených batikovaním s bielymi vzormi na tmavomodrom podklade. V neskoršom období sa rozšírili vlnené sukne s kvetovými vzormi na čiernom, tmavomodrom, zelenom, bordovom alebo krémovom podklade. Ženy nosili aj jednofarebné sukne, ktorých spodný okraj bol zdobený našitými stuhami, tkanicami a zámkami.

Najparádnejšou súčasťou ženského goralského kroja bol živôtik, nazývaný tiež kabotek. Mal hlboký polkruhový výstrih, úzke ramienka a jeho spodná časť bola zdobená tzv. kaletkami (uškami) alebo volánom. Živôtik mal tvarovaný strih a priliehal k telu. Najstaršie formy živôtikov sa šili z drahých vzorkovaných látok a zapínali sa na malé gombíky. Postupom času sa rozšírili zamatové živôtiky zdobené výšivkou s rastlinnými vzormi. Pôvodne to boli jednoduché, skôr grafické, ornamenty, ale postupne sa pretvárali na zložité kvetové kompozície vyšívané atlasovým stehom. Najčastejšie sa nosili živôtiky čiernej, bordovej, tmavozelenej a tmavomodrej farby.

Pod kabotek si goralčky obliekali sviatočnú plátennú košelu. Najstaršie strihy košele mali rovné rukávy a boli pri krku lemované tzv. oszewkou. V neskoršom období bola oszewka nahradená širokým riaseným vyšívaným golierom, ktorý sa volal kryza, a k spodným okrajom rukávov sa prišivali ozdobné volány, čo bolo ovplyvnené mestskou módou. Spredu bola košeľa pozdĺž rázporka zdobená niekoľkými zámkami.

Namiesto živôtika si goralčky obliekali aj sviatočné kabátky s dlhými rukávami, bežne nazývané jakle alebo jaklicky. Jakle sa v závislosti od ročného obdobia šili z rôznych druhov textílií. Mohli byť kretónové, perkálové, zamatové alebo vlnené. Mladšie ženy uprednostňovali svetlejšie farby, a staršie tmavšie. Strih jakly nadväzuje na odevy mestských žien. Jakle boli veľmi priliehavé, pretože sa šili z niekoľkých klinov, ktoré sa smerom k pásu zužovali, a následne sa na bokoch rozširovali a tvorili druh naskladaného volánu. Horné časti rukávov jakly boli bohato nariasené a zužovali sa smerom dole. Pri krku bola jakla ukončená



stojačikom. Zapínala sa vpredu na malé gombíky a bola zdobená textilnou galantériou.

Ozdobou sviatočného kroja bola zástera – zapaska. Tie najjednoduchšie sa šili z bieleho plátna a boli po celom svojom obvode lemované továrensky vyrábanými čipkami. Zástery boli v páse husto nazbierané do balku – oszewky a uväzovali sa k pásu tkanicami. V neskoršom období sa bohatšie zapaski šili z továrensky vyrábaných dierkových výšiviek, ktoré sa kupovali na metre, alebo boli po celom obvode kumštovne ručne zdobené charakteristickými „zubami“. Na chodidlá si goralky obliekali vlnené ponožky, tzv. kopytka, zdobené niekoľkými farebnými pruhmi. Goralky si obúvali krpce ušité z jedného kusa bravčovej kože, ktoré sa efektným spôsobom pripevňovali k členku vlnenými šnúrkami.

Najbohatšie goralky nosievali niekoľko šnúr pravých koralov. Tieto šperky sa dedili z matky na dcéru alebo na vnučku. Korále neboli iba ozdobou, ale mali aj majetkovú hodnotu. Dievča bez koralov sa nemohlo dobre vydať. Okrem toho plnili korále aj funkciu amuletu.

Vydaté ženy nosili na hlave čepiec – čiapočku v tvare podkovy, uväzovanú vzadu hlavy pomocou tkaníc. Na čepiec si dávali šatku, ktorú viazali vzadu hlavy alebo pod krkom. Vyčnievajúca časť čepca spod šatky bola zhotovená z priemyselne vyrábanej alebo kumštovne háčkovanej čipky.

Spolu s priemyselným rozvojom miest, v ktorých vznikali mnohé továrne, postupne získavali obyvatelia prímestských dedín možnosť zarábať inak ako pracujúc na svojom gazdovstve. Dlhodobé prebývanie v meste spôsobilo, že doposiaľ nosené odevy boli pre goralov nepraktické a málo atraktívne. Z tohto dôvodu začali do každodenného odevu pridávať prvky mestského štýlu odievania. Pre goralov z pohraničných obcí prezentovalo nosenie takýchto odevov určitý spoločenský status, ktorý im veľmi imponoval. Ako prví preberali mestskú módu muži a až po nejakom čase aj ženy, ktoré často spájali pôvodné súčasti goralského odevu s typickým mestským oblečením.

Za pozornosť stoja aj inšpirácie krakovským krojom, ktorý bol od 19. storočia stotožňovaný s národným regionálnym krojom. Takýto odev bol rozšírený aj v žywieckej oblasti, najmä jeho ženská podoba. Charakteristickými prvkami prevzatými z krakovského kroja sú: čierny živôtik zdobený flitrami, biela blúzka so širokým riaseným golierom tzv. kryzou a rukávmi ukončenými volánmi,

kvetovaná sukňa, zástera s našitými stuhami, sklenené koráliky a na hlave uviazaná šatka so strapcami. „Krakovský kroj“ bol pre goralov dôkazom zámožnosti jeho majiteľa.

V súčasnosti si regionálne kroje obliekajú členovia regionálnych súborov a rôznych folklórnych nazpkov. Kroje sa nosia nielen počas vystúpení a koncertov, ale aj na rozmanité slávnosti – cirkevné alebo rodinné. Ľudia nosia regionálne kroje, pretože chcú zdôrazniť svoju spolupatričnosť k danej skupine goralov, svoju regionálnu identitu a niekedy týmto spôsobom uctievať dôležitú udalosť.

Jednými z občianskych organizácií, ktoré sa roky zaoberajú propagovaním regionálnych tradícií a kultúry, sú na území gminy Wilkowice Koła Gospodyń Wiejskich (Spolky dedinských gazdiniek). Neoddeliteľnou súčasťou aktivít žien, ktoré sú členkami Spolkov dedinských gazdiniek, je propagácia regionálnych odevov. Spolky z Bystrej a z Mesznej prezentujú kroj žywieckych goralov v jeho modernej podobe, ktorého súčasťami sú: zamatový kabotek, batistová blúzka a zástera zdobené bielou dierkovanou výšivkou a kvetovanú sukne. Na krku ženy nosia tri šnúry sklenených korálikov a pod vplyvom mestskej módy si obúvajú šnurované topánky. Ženy zo Spolka dedinských gazdiniek z Wilkowic sa líšia od ostatných formou kroja, ktorý pripomína neskorú „krakovskú módu“. Nosia čierne živôtiky zdobené bohatými flitrovými výšivkami, blúzku so širokou kryzou a volánmi, sukňu s veľkými kvetovými vzormi.





# Kroj – ľudový odev



Každý kút Slovenska sa môže pýšiť bohatšou materiálnej i duchovnej kultúry. Zrejme najväčšiu pozornosť púta tradičný ľudový odev, ktorý poukazoval nie len na regionálnu, ale i lokálnu príslušnosť nositeľa. Nie nadarmo sa hovorí: „Čo dedinu prejdeš, to iný kraj nájdeš.“ Nositeľom týchto krajových alebo lokálnych špecifik je popri iných výzdobných prvkoch výšivka a jej techniky, ale i ornamentika, farebnosť či kompozícia. Na prelome 19. a 20. storočia mal slovenský kraj okolo 60 variantov a podvariantov. Líšili sa množstvom použitých dekoratívnych prvkov na mužskom alebo ženskom odev. Najvýraznejšie rozdiely bolo možné postrehnúť vo výšivke, v type použitej tkaniny, vo výzdobe pomocou čipiek a pod. Technická náročnosť vzorov, usporiadanie ornamentu alebo farebnosť, poukazovali na zručnosť zhotoviteľa, príležitosť nosenia, sociálne postavenie či vek nositeľa. Slovenské kroje sú teda dôkazom neobyčajnej tvorivosti našich predkov a nevyčerpatelňou studnicou folklórneho bohatstva ako prejavu jedinečnosti a umeleckého cítienia.

Kroj (staršie pomenovanie pre tradičný odev) označoval odev dedinských obyvateľov, ktorí sa v minulosti zaoberali prevažne roľníctvom, pastierstvom a remeselnými aktivitami. Na vznik a vývoj kroja vplývala najmä dostupnosť domácich prírodných materiálov, druh práce alebo zamestnanie, spoločenský status, regionálna či profesionálna príslušnosť. Odlišnosť sa prejavovala v odevе všednom, sviatočnom a obradovom. Odev odzrkadľoval pohlavie (muži, ženy), vek nositeľa (deti, mládež, dospelí), stav a postavenie v rodine (slobodní, vydaté, ženatí, vdovy). Spojitosť viacerých faktorov vplývali aj na postupné utváranie regionálnych charakteristík kroja.

Zhotovenie kroja bolo výsledkom nespočetného množstva ručnej práce, technických úkonov, ba dokonca matematických úvah.

Motív na kroji si vyžadoval rytmické opakovanie, na milimeter presné dosiahnutie potrebnej dĺžky, pričom navivnoč nevyšiel ani najmenší kúsok materiálu. Každý krojový variant a jeho časti mali svoju reč, podľa ktorej sa dalo rozoznať, na akú príležitosť sú určené. Keďže kroje zdôrazňovali aj spoločenské postavenie nositeľa, líšili sa aj materiálom. Najarchaickejší vzhľad si zachovali kroje pastierov a roľníkov. Obec Pucov bola založená na valašskom práve a pre našu obec je preto typický pastiersky kraj. (Od pastierstva k roľníctvu bolo obyvateľstvo nútené prejsť v priebehu 18. storočia.)

Pucovský ženský kraj, podobne ako aj iné kroje na Slovensku, sa delil na všedný, sviatočný a obradový. Sviatočný (tiež nazývaný „kostolný“), sa nosil najmä do kostola počas obdobia sviatkov, rodinných udalostí, ako boli svadby, krstiny, ale aj počas slávnostných príležitostí, zábav, či kadejakých iných osláv. Odev ženicha, mladuchy, starejšej, starejšieho, zväča, dieťa nesené na krst – odev obradový.

Sviatočný ženský kraj sa skladá z týchto častí:

Oplecko: bolo ušité z bieleho mušelínu (najskôr domácky vyrobeného ľanového plátna, neskôr sa viditeľné časti zhotovovali z jemnejšieho mušelínu a nakoniec celé, keď bol dostupný) zdobené okolo krku a rúk tzv. „šilingovaním“, čiže



zdobením čipkou. (po česky je krajka) Rukávy sú husto nazberané, na ramenách a nad lakťom previazané stuhou na mašľu.

Brunclík (teda žvôtik): okolo krku a rukávov má nazberanú stuhu, okolo krku je tiež čipka nariasená šilingovaním, okolo pásu je prišitý skladaný lem z tej istej látky ako základ brunclíka - vrchnej časti. Zapínanie na gombíky je šité vo dvoch radoch a husto zdobené nazberanou stuhou. Najčastejšími farbami stúh je bledomodrá a svetloružová, stuhy sú doplnené našitými flitrami či korálkami podľa vkusu majiteľky. Brunclík je podšitý mušelinom alebo plátnom a môže byť bordový, červený, modrý, biely alebo čierny na smútočne príležitostí. V súčasnosti sa na šitie používa materiál zvaný tesilan, no ženy si ho dávali šiť aj z hodvábu, atlasu, brokátu alebo zamatu.

Sukňa: sukňa bola skladaná, v páse nariasená na tzv. faldy (záhyby) o šírke asi tak 5-7 cm. Faldy boli zároveň zažehlené od pásu až po dolný okraj sukne, kde bola zdobená našitou čipkou alebo stuhou po celom svojom kruhovom obvode. Materiálom na šitie sukne bol hodváb a atlas bordovej, červenej alebo modrej farby, v súčasnosti je to najmä tesilan.

Záster: šitá po oboch stranách po dvoch skladoch, od pásu smerom dolu je rovná, neskladaná, dookola obšitá najčastejšie bielou čipkou po celom svojom obvode. Na zásteru sú z hornej časti prišité dve stuhy tiež zdobené bielou čipkou (sprava aj zľava), ktoré sa viažu na chrbte na mašľu. Najčastejšie sa šije z čierneho tesilanu.

Spodnica: obliekala sa pod sukňu, je to teda spodná sukňa bielej farby z mušelinu, v páse nazberaná, zospodu zdobená čipkou bielej farby.

Čižmy: nosili sa k tomuto odevu a boli vyrobené z jemnej čiernej kože so šnurovacím zapínaním na nízkom podpätku.

V súčasnosti sme svedkami toho, že kroje prežívajú svoju renesanciu a je mnoho dedín, kde už deťom darujú staré matky prvý kroj, ktorý dávajú šiť zručným krajčírkam. Rovnako je to aj z pohľadu zakomponovania folklórnych prvkov do aktuálnych módných trendov.

## Strój – ubiór ludowy

Každý zakątek Słowacji może poszczycić się bogactwem kultury materialnej i duchowej. Chyba najbardziej przyciąga uwagę tradycyjny ubiór ludowy, który świadczył nie tylko o tym z jakiego regionu, ale nawet z jakiej miejscowości pochodzi nosząca go osoba. Nie na darmo mówi się: „W każdej wsi, do której zajdziesz, inny strój znajdziesz”. Charakterystycznymi cechami regionalnymi lub lokalnymi są zdobienia, a wśród nich haft i jego techniki oraz wzory, kolorystyka i kompozycja.

Na przełomie XIX i XX wieku słowacki strój występował w około sześćdziesięciu wariantach i ich odmianach, które różniły się ilością stosowanych elementów zdobniczych na ubiorze męskim lub kobiecym. Różnice te były najbardziej widoczne w haftach, rodzaju używanej tkaniny, zdobieniach koronkami itp. Skomplikowane techniki zdobnicze, układ ornamentu, a także kolorystyka świadczyły o kunszcie wykonawcy, o tym na jakie okazje jest strój przeznaczony, a także pozycji społecznej oraz wieku jego właściciela. Słowackie stroje są zatem dowodem niezwykłej kreatywności naszych przodków oraz niewyczerpanym źródłem wiedzy o bogactwie folkloru, ponieważ są niepowtarzalne i świadczą o zmyśle artystycznym ich twórców i właścicieli.

Strój (nazywany dawniej tradycyjnym ubiorem) był odzieniem ludności wiejskiej, która w przeszłości zajmowała się przeważnie rolnictwem, pasterstwem i rzemiosłem. Powstawanie i ewolucja stroju były uzależnione głównie od dostępności naturalnych surowców w danym miejscu, jak również od rodzaju wykonywanej pracy lub zajęć, statusu społecznego, przynależności do regionu lub wyznania jego użytkowników. Stroje codzienne, świąteczne i obrzędowe wyraźnie się od siebie różniły. Ubiór świadczył o tym, jakiej płci (męskiej, żeńskiej), w jakim jest wieku (dzieci, młodzież, dorośli), jakiego stanu cywilnego jest (osoba stanu wolnego, w związku małżeńskim, wdowa lub



wdowiec) i jaką pozycję w rodzinie zajmuje nosząca go osoba. Spłót wielu czynników powodował, że stopniowo wykształcały się charakterystyczne stroje regionalne.

Wykonanie stroju było efektem ogromnego nakładu ręcznej wykonywanych prac, zabiegów technicznych, a nawet obliczeń matematycznych. Motywy zdobnicze stroju wymagały rytmicznych powtórzeń, a długość poszczególnych części musiała być dokładna co do milimetra, przy czym nie mógł zmarnować się nawet najmniejszy skrawek materiału. Każdy wariant stroju oraz jego poszczególne części miały określone znaczenie, więc było wiadomo, na jaką okazję są przeznaczone. W związku z tym, że stroje podkreślały także pozycję społeczną ich użytkowników, różniły się także materiałem, z jakiego były wykonane. Najbardziej archaiczną formą zachowała się w strojach pasterzy i rolników. Miejscowość Pucov została założona na prawie wołoskim i dlatego jest dla niej typowy pasterski strój. (Jej mieszkańcy zostali zmuszeni do przejścia z gospodarki pasterskiej na rolniczą w XVIII wieku).

Pucovski strój kobiecy, podobnie jak inne stroje na Słowacji, występował w wersji codziennej, świątecznej i obrzędowej. Świąteczny (zwany też „kościelnym”) zakładano przede wszystkim w okresie świąt do kościoła, a także na takie wydarzenia rodzinne, jak śluby czy chrzciny oraz na inne uroczyste okazje, zabawy i różne inne uroczystości. Ubiór pana młodego, panny młodej, starosty, starościny, zwańca – drużby zapraszającego na wesele, dziecka niesionego do chrztu były strojami obrzędowymi.

Świąteczny strój kobiecy składa się z następujących części:

Oplecko (krótka szeroka koszula): uszyte z białego muszlinu (pierwotnie z tkanego w domu płótna lnianego, później widoczne części szyto z delikatniejszego muszlinu, aż w końcu wraz z rosnącą dostępnością muszlinu szyto z niego całą koszulkę), było zdobione wokół szyi i na zakończeniach rękawów tzw. „šilingovaním”, czyli ozdobiane koronką. Jego rękawy są gęsto marszczone na ramionach, a nad łokciem przewiązane wstążką zawiązaną na kokardę.

Brunclík (gorset): wokół szyi i przy zakończeniach rękawów ma naszytą układaną w zakładki wstążkę, wokół szyi też jest namarszczona koronka, a w pasie doszyta baskinka z tego samego materiału co gorset. Zapinany jest na guziki, które są przyszyte w dwóch rzędach i gęsto zdobiony w tych miejscach marszczonymi wstążkami. Wstążki są najczęściej białoniebieskie lub jasnoróżowe z naszytymi cekinami lub koralikami, zależnie od gustu właścicielki. Brunclík jest doszyty muszlinem lub płótnem i może być bordowy, czerwony, niebieski, biały lub czarny na żałobne okazje. Obecnie gorsety są szyte z materiału o nazwie tesilan (mieszanka 35% bawełny i 65% poliestru), lecz dawniej kobiety zamawiały także gorsety szyte z jedwabiu, atłasu, brokatu lub aksamitu.

Sukňa (spódnica): spódnica była marszczona, w pasie układana w tzw. fałdy (zakładki) o szerokości ok. 5-7 cm. Fałdy były też zaprasowywane od pasa do dolnego brzegu spódnicy, który był wzdłuż całego obwodu zdobiony naszytą koronką lub wstążką. Spódnice szyto z jedwabiu i atłasu w kolorze bordowym, czerwonym lub niebieskim, obecnie najczęściej spódnice są szyte z tesilanu.

Zástera (fartuch): szyty dwustronnie z zakładkami z każdej strony, od pasa w dół jest prosty, niemarszczony, obsyty dookoła koronką, najczęściej białą. Do górnej części fartucha są przyszyte dwie wstążki również zdobione białą koronką (z prawej i lewej strony), które wiąże się w pasie z tyłu na kokardę. Fartuchy najczęściej szyje się z tesilanu.

Spodnica (pólhalka): zakładana pod spódnicę, czyli rodzaj białej uszytej z białego muszlinu, marszczona w pasie z dolnym brzegiem zdobionym białą koronką.

Čižmy (buty z cholewkami): noszono je do opisanego stroju, a robiono z delikatnej czarnej skóry, były sznurowane i na małym obcasie.

Obecnie jesteśmy świadkami tego, że stroje przeżywają swój renesans i w wielu wsiach już dzieci dostają pierwszy strój w prezencie od babć, które zamawiają go u zdolnych krawcowych. To samo dotyczy wykorzystywania elementów folklorystycznych w aktualnych trendach mody.





## Przepisy

przygotowane przez  
gospodynie  
z Gminy Wilkowie  
i Gminy Pucov

## Recepty

prípravené podľa  
gazdinky  
z Gminy Wilkowie  
a Obcou Pucov



## Zupa ziemniaczana - kartofflanka

- 0,75 dag ziemniaków
- 0,25 dag warzyw bez kapusty
- 0,10 dag cebuli
- 0,15 dag boczku wędzonego
- 2 litry wody
- sól, pieprz
- łyżka siekanego kurdybanku (kondrotek)

Obrane ziemniaki pokroić w kostkę lub cienki plasterki, Warzywa i cebule rozdrobnić, Boczek pokroić w kostkę, zrumienić na tłuszczu. Dodać pokrojone ziemniaki i warzywa. Chwilę smażyć, zalać wodą. Dodać sól i pieprz. Gotować 30 minut. Przed końcem gotowania dodać pietruszkę. Można zabielić śmietaną lub zrobić zasmażkę.



## Zemiaková polievka

- 0,75 dag zemiakov
- 0,25 dag zelenin bez kapusty
  - 0,10 dag cibule
- 0,15 dag údeného bôčika
  - 2 litre vody
  - soľ, čierne koreníe
- lyžica nasekanej kurdybanky

Ošúpané zemiaky nakrájajte na kocky alebo na tenké plátky. Zeleninu a cibuľu nakrájajte nadrobno, bôčik nakrájajte na kocky a opečte na tuku dozlata. Pridajte nakrájané zemiaky a zeleninu. Chvíľu opečajte a zalejte vodou. Pridajte soľ a čierne koreníe. Varte 30 minút. Pred koncom varenia pridajte petržlenovú vňať. Môžete pridať smotanu alebo zápražku.

## Placki ziemniaczane z oskubkami

- 2 kg ziemniaków
- 2 cebule
- 2 jajka
- 4 ząbki czosnku
- 2 - 3 łyżki mąki pszennej
- sól, pieprz



Ziemniaki obrać i zetrzeć na bardzo drobnych oczkach, dodać startą cebulę, przeciśnięty czosnek, rozmacone jajka i mąkę. dodać sól i pieprz. Rozgrzać mocno tłuszcz i smażyć szybko na ostrym ogniu. placki powinny być cienkie i chrupiące.

### Oskubki

- 0,30 dag boczku
- 2 cebule
- 6 ząbków czosnku
- 0,10 dag smalcu

Boczek i cebulę drobno pokroić. Dodać przeciśnięty czosnek. Wszystko podsmażyć na smalcu. Na usmażony placek ziemniaczany dajemy łyżkę oskubków, przykrywamy drugim plackiem. Dekorujemy łyżką kwaśnej śmietany.

## Zemiakové placky s oskubkami (škvarkami)

- 2 kg zemiakov
- 2 cibule
- 2 vajcia
- 4 strúčiky cesnaku
- 2 - 3 lyžice pšeničnej múky
- soľ, čierne koreníe

Zemiaky ošúpte a nastrúhajte na veľmi drobnom strúhadle, pridajte nastrúhanú cibuľu, prelisovaný cesnak, rozšľahané vajcia, múku, soľ a čierne koreníe. Silno/Dobre rozohrejte tuk a krátko opečte na prudkom ohni, placky musia byť tenké a chrupkavé.

### Oskubki

- 0,30 dag bôčiku
- 2 cibule
- 6 strúčikov cesnaku
- 0,10 dag bravčovej masti

Bôčik a cibuľu nakrájajte nadrobno. Pridajte prelisovaný cesnak. Všetko opečte na masti. Na upečenú zemiakovú placku položte lyžicu oskubok a prekryte druhou plackou. Dekorujte lyžicou kyslej smotany.

## Kolacz serowy z kruszonką

### Ciasto

- 0,5 kg mąki pszennej
- 3 dag drożdży
- ¼ litra mleka
- 10 dag masła
- 0,10 dag cukru
- 2 żółtka

### Masa serowa

- 0,5 kg twarogu
- 0,10 dag masła
- 0,10 dag cukru
- cukier waniliowy
- 1 jajko
- skórka z pomarańczy
- 5 dag rodzynek
- 2 łyżki kaszki manny

Mąkę przesiać do miski. Zrobić wgłębienie, wlać w nie rozmieszczone drożdże z letnim mlekiem i zarobić rozczyń. Masło utrzeć, dodać żółtka, cukier i szczyptę soli. Utartą masę włożyć do wyrośniętego rozczyń dodać resztę mleka i wyrobić ciasto. Gdy wyrośnie wyłożyć na okrągłą natłuszczoną blachę i rozciągnąć je.

Ser zmielić, utrzeć z miękkim tłuszczem, cukrem waniliowym i jajkiem na puchną masę. Dodać skórkę z pomarańczy i rodzynki. Jeśli ser jest zbyt wilgotny dodać kaszę manną.

Gdy nieco podrośnie, wyłożyć na nie przygotowaną masę serową, pozostawiając wolny 3 cm brzeg.

### Kruszonka

- 5 dag masła,
- 8 dag mąki
- 5 dag cukru pudru
- wanilia

Wszystkie składniki wymieszać ręcznie i posypać ser. Wstawić do dobrze nagrzanego piekarnika 175 stopni C. Piec 40-50 minut. Zamiast masy serowej można dodać masę makową.

## Tvarohový koláč s posýpkou

### Cesto

- 0,5 kg pšeničnéj múky
- 3 dag droždia
- ¼ litra mleka
- 10 dag masla
- 0,10 dag cukru
- 2 žltky

### Tvarohová masa

- 0,5 kg tvarohu
- 0,10 dag masla
- 0,10 dag cukru
- vanilkový cukor
- 1 vajce
- pomarančová kôra
- 5 dag hrozienok
- 2 lyžice krupice

Múku preosejte do misy. Do stredu urobte jamku, vlejte do nej droždie rozmiešané s vlažným mliekom a vypracujte kvások. Rozšľahajte maslo, pridajte žltky, cukor a štipku soli. Rozšľahanú masu vložte do vykysnutého kvásku pridajte zvyšné mlieko a vypracujte cesto. Keď cesto vykysne, rozložte ho na okrúhлом vymastenom plechu.

Pomelte tvaroh, rozmiešajte s mäkkým tukom, vanilkovým cukrom a vajcom na mäkkú masu. Pridajte pomarančovú kôru a hrozienka. Ak je tvaroh príliš vlhký, pridajte krupicu.

Keď cesto mierne vykysne položte naň tvarohový masu, ale nechajte asi 3 cm okraje bez tvarohu.

### Posýпка

- 5 dag masla,
- 8 dag múky
- 5 dag práškového cukru
- vanilka

Všetky ingrediencie ručne vymiešajte a posypte nimi tvaroh. Vložte do dobre nahriatej rúry, cca 175 stupňov Celzia. Peče 40 – 50 minút. Namiesto tvarohovej masy môžete použiť makový.



## Buchta drożdżowa z posypką

### Ciasto

- 4 szklanki [250 ml] mąki krupczatki typ 550
- ½ szklanki cukru
- ½ kostki masła
- 3 łyżki oleju
- 4 żółtka (wyjęte 2 godziny wcześniej z lodówki)
- 5 dkg drożdży
- 1 i 1/2 szklanki mleka
- szczypta soli

### Posypka

- 1 i ½ szklanki mąki
- ½ kostki masła
- 3 łyżki cukru pudru
- 1 cukier waniliowy

Wszystkie składniki na ciasto i posypkę powinny mieć temperaturę pokojową.

Wykonanie:

#### Posypka:

Wszystkie składniki dokładnie wymieszać i połączyć. Tworzyć nierównomierne grudy i wyłożyć na ciasto.

#### Ciasto:

Drożdże rozpuścić w ½ szklanki mleka, dodać 1 łyżkę cukru i 1 łyżkę mąki – odstawić do wyrośnięcia na 5-10 minut. („zaczyn” powinien mieć konsystencję ciasta na naleśniki). Następnie do zaczynu dodać żółtka utarte z resztą cukru, roztopione i ostudzone masło, przesianą i lekko podgrzaną mąkę i sól, resztę mleka i olej. Wyrabiać bardzo dokładnie, tak by ciasto oddzielało się od ręki i naczynia. Przykryć ściereczką i zostawić do wyrośnięcia. Ciasto nie może być w chłodnym miejscu oraz nie znosi „przeciągów”.

Wyrośnięte ciasto wyłożyć na wysmarowaną i wysypaną tartą bułką blachę. Na wierzch delikatnie nałożyć cieniutką warstwę dżemu a na dżem posypkę. Odstawić znowu na około 10 - 20 minut, aby ciasto się „napuszyło”. „Napuszone” ciasto włożyć do piekarnika nagrzanego do 180°C. Piecze się około 50 minut. Sprawdzać patyczkiem.

## Kysnutá buchta s posypkou



### Cesto

- 4 poháre [2,5 dl] polohrubej múky
- ½ pohára cukru
- ½ kocky masla
- 3 lyžice oleja
- 4 žitky (vybrané z chladničky 2 hodiny skôr)
- 5 dag droždia
- 1 a 1/2 pohára mlieka
- štipka soli

### Posypka

- 1 a ½ pohára múky
- ½ kocky masla
- 3 lyžice práškového cukru
- 1 vanilkový cukor

Všetky ingrediencie na cesto a posypku by mali mať izbovú teplotu.

Postup:

#### Posypka:

Všetky ingrediencie spolu dôkladne vymiešajte. Vytvorte nepravidelné hrudky a ukladajte na cesto.

#### Cesto:

Droždje rozpustite v ½ pohára mlieka, pridajte 1 lyžicu cukru a 1 lyžicu múky – nechajte a 5 – 10 minút vykysnúť. Takto vytvorený „kvások” by mal mať konzistenciu palacinkového cesta. Následne pridajte do kvásku žitky vyšľahané so zvyšným cukrom, roztopené a vychladnuté maslo, preosiatu a mierne zohriatu múku, soľ, zvyšnú časť mlieka a olej. Veľmi dôkladne vypracujte cesto, aby sa nelepiło na ruku a nádobu. Prekryte nádobu kuchynskou utierkou a nechajte vykysnúť. Cesto nesmiete nechať na studenom mieste a neznašať prievan. Vykysnuté cesto položte na vymastený a posypaný strúhankou plech. Na vrch dajte tenučkú vrstvu džemu a na džem posypku. Opätovne ho nechajte asi 10 – 20 minút vykysnúť, aby cesto sa „nafúкло”. „Nafúknuté” cesto vložte do rúry rozohriatej na cca 180° C. Pečte približne 50 minút. Kontrolujte špáradlom či je upečené.



## Nalewka cytrynowa „Roma”

- 5 cytryn
- 1 szklanka cukru
- 0,5 l spirytusu
- 0,5 l wody

Cytryny obrać ze skórki. Rozdrobnione skórki cytrynowe zalać spirytusem i pozostawić na 48 godzin. Przecedzić. Wodę zagotować z cukrem. Do schłodzonego wycisnąć sok z cytryn i wlać spirytus. Pozostawić na 7 dni do „przeżyczenia się”.



## Citrónový likér „Roma”

- 5 citrónov
- 1 pohár cukru
- 0,5 l liehu
- 0,5 l vody

Citróny osušte. Nakrájanú citrónovú kôru zalejte liehom a nechajte stáť 48 hodín. Potom ich scedte. Uvarite vodu s cukrom a keď vychladne, pridajte k nej vytlačenú citrónovú šťavu a zalejte skôr zliatym liehom. Nechajte 7 dní stáť, kým sa chute spoja a likér nadobudne požadovanú chuť.



## Rolady zawijane wołowe

- 1 kg wołowiny z grubego
- 20 dkg boczku wędzonego
- 2 marchewki
- 2 cebule
- 2 ogórki kiszone
- chrzan, starty i połączone ze śmietaną
- pieprz, sól

Wykonanie:

### Marynata

- 1 łyżka świeżego rozmarynu
- 1 łyżka świeżej szalwii
- 1 ząbek roztertego czosnku
- 5 łyżek oliwy

Mięso zamarynować na 2 godziny, osuszyć. Pokroić na plastry grubości 1 cm, rozbić dokładnie i uformować owalne zrazy. Każdy zraz posypać solą i pieprzem, posmarować delikatnie chrzanem. Na każdym kawałku mięsa położyć pokrojone w słupki: boczek, marchewka, ogórek i cebula. Dokładnie zrolować każdy zraz. Owinąć nicią lub wykałaczką. Obsmażyć każdy zraz ze wszystkich stron. Przełożyć do rondla, wlać 2 szklanki bulionu. Przykryć i dusić do miękkości (ok 40-50 minut). Można dodać pod koniec duszenia śmietaną. Podawać z kaszą gryczaną lub ziemniakami.

## Hovädzie rolády (à la „španielsky vtáčik“)

- 1 kg hovädzieho mäsa (napr. roštenky)
- 20 dag údeného bôčika
- 2 mrkvy
- 2 cibule
- 2 kyslé uhorky
- chren, strúhaný a so smotanou
- čierne korenje, soľ

Postup:

### Marináda:

- 1 lyžica čerstvého rozmarínu
- 1 lyžica čerstvej šalvie
- 1 strúčik rozotretého cesnaku
- 5 lyžíc olivového oleja

Mäso marinujte 2 hodiny, potom osušte. Nakrájajte na plátky hrubé 1 cm, dôkladne rozklepte a tvarujte oválne kusy. Každý plátok posypte soľou a čiernym korením, jemne potrite chrenom. Na každý plátok mäsa položte na stĺpiky nakrájané: bôčik, mrkvu, uhorku a cibuľu. Každý plátok dôkladne zrolujte, omotajte niťou alebo prepichnete špáradlom. Každú roládu opečte z každej strany. Preložte do kastróla, vlejte 2 poháre bujónu. Duste domäkka pod pokrievkou (cca 40 – 50 minút). Ku koncu dusenia môžete pridať smotanú. Podávajte s pohánkou alebo so zemiakmi.



## Sernik

### Składniki spód:

- 1 kostka masła
- 10 dkg orzechów zmielonych
- 5 dag cukru pudru
- 25 dag zmielonych herbatników

Z podanych składników zagnieść ciasto i rozłożyć go na blachę wcześniej wyłożoną papierem do pieczenia.

### Składniki masa:

- 1,5 kg sera białego zmielonego
- 2 szklanki cukru
- 8 jajek (żółtka, piana z białek)
- 2 budynie
- 2 cukry waniliowe
- 1 kostka masła

Masło utrzeć z cukrem, dodać żółtka i po łyżce sera, ucierać do uzyskania gładkiej masy. Na koniec dodać budynie i wymieszać delikatnie pianę z białek. Masę serową wyłożyć na ciasto, piec ok. 1 godz. W temp. 180°C. Podawać posypane cukrem pudrem albo polane białą lub deserową czekoladą.



## Syrnik

### Ingredencje na spodną warstwę:

- 1 kostka masła
- 10 dag młotych orzechów
- 5 dag praśkowanego cukru
- 25 dag młotych susienek

Wypracujcie cesto z uvedených ingrediencií a rozložte ho na plechu vyloženom papierom na pečenie.

### Ingredencje na masu:

- 1,5 kg mletého tvarohu
- 2 poháre cukru
- 8 vajec (žĺtky, sneh z bielkov)
- 2 pudiny
- 2 vanilkové cukry
- 1 kocka masla

Zmiešajte maslo s cukrom, pridajte žĺtky a postupne po lyžici tvaroh, miešajte až kým vznikne hladká masa. Nakoniec pridajte pudiny a jemne vymiešajte so snehom. Masu položte na cesto, pečte cca 1 hod. na teplote 180°C. Podávajte posypané praškovým cukrom alebo s polevou z bielej prípadne dezertnej čokolády.

## Pasztet z jajek

- 10 jajek ugotowanych na twardo
- surowe jajko
- cebula
- 400 g pieczarek
- ¼ puszki zielonego groszku
- 5 łyżek startego żółtego sera
- 5 łyżek kaszy manny
- 2 łyżki majonezu
- 2 łyżki kwasnej śmietany 18 %
- sól, pieprz, szczypta ostrej papryki

Ugotowane jajka i oczyszczone pieczarki zetrzyj na tarce o dużych oczkach. Drobnoposiekaj cebulę i podsmaż razem z pieczarkami na odrobinie oleju, wystudź. Wymieszaj jajka, podsmażone pieczarki oraz odsączony groszek. Dodaj jajko, ser, śmietanę, majonez oraz kaszę mannę. Wszystko dokładnie wymieszaj, popraw solą i pieprzem oraz papryką. Podłużną formę wyłóż folią aluminiową tak, by można ją było przykryć pieczęf. Przelóż masę i przykryj folią. Piecz 40 minut w piekarniku w temperaturze 200°C. Odchyl folię i piecz jeszcze przez 20 minut. Można podawać z dowolnym sosem, najlepiej z chrzanowym lub czosnkowym.



## Paštéta z vajec

- 10 na tvrdo uvarených vajec
- surové vajce
- cibula
- 400 g šampiňónov
- ¼ plechovky zeleného hrášku
- 5 lyžíc nastrúhaného tvrdého syra
- 5 lyžíc krupicovej kaše
- 2 lyžice majonézy
- 2 lyžice 18 % smotany
- soľ, čierne korenie, štipka páľivej papriky

Uvarené vajcia a očistené šampiňóny nastrohajte na hrubom strúhadle. Na drobno nkrájanú cibulu spolu so šampiňónmi vpražte na malom množstve oleja a nechajte vychladnúť. Vymiešajte vajcia, pražené šampiňóny a ocedený hrášok. Pridajte vajce, syr, smotanú, majonézu a krupicovú kašu. Všetko dôkladne vymiešajte, dochuťte soľou, čiernym korením a paprikou. Obdĺžnikovú formu vyložte alobalom tak, aby ňou bolo možné prikryť masu. Formu vyplňte masou a prikryte alobalom. Pečte 40 minút v rúre na teplote 200°C. Odstráňte alobal a pečte ešte ďalších 20 minút. Paštétu môžete podávať s ľubovoľnou omáčkou, odporúčame však chrenovú alebo cesnakovú.

## Klopsiki z warzywami i kaszą

- 2 l bulionu z warzyw
- 500 ml passaty pomidorowej lub przecieru pomidorowego
- 450 g kaszy pęczak
- 350 g mięsa mielonego wieprzowego lub wieprzowo-wołowego
- 2 opakowania mieszanych mrożonych warzyw np. marchewka, kalafior, brokuł, papryka
- 1 mała cukinia lub kabaczek
- 1 mała cebula
- 2 jajka
- 8 łyżek oleju
- 2 - 3 łyżki bułki tartej
- 2 łyżki mąki
- natka pietruszki
- szczypiorek
- sól, pieprz



Mięso wymieszaj z bardzo drobno posiekaną cebulą, bułką tartą i rozkłóconymi jajkami. Przypraw je solą i pieprzem, a potem uformuj klopsiki. Oprósz je mąką a potem zrumień na oleju. Nie muszą być usmażone, bo będą jeszcze dusić się razem z warzywami. Cukinię pokrój w kostkę i podsmaż ją na pozostałym oleju. Dodaj pozostałe warzywa i podsmaż wszystko razem. Dodaj klopsiki, duś przez 10 minut a potem dodaj opłukaną kaszę i gotuj do miękkości kaszy, uważaj żeby jej nie rozgotować. Doprav solą i pieprzem. Kaszę można ugotować osobno. Podawaj posypane natką i szczypiorkiem.



## Guľky z mletého mäsa so zeleninou a krúpami

- 2 l zeleninového vývaru
- 500 ml paradajkovej omáčky „Passata“ alebo paradajkového pretlaku
- 450 g hrubých jačmenných krúp tzv. pęczak
- 350 g mletého bravčového alebo bravčovo-hovädzieho mäsa
- 2 vrecká miešanej mrazenej zeleniny napr. mrkva, karfiol, brokolica, paprika
- 1 malá cuketa
- 1 malá cibuľa
- 2 vajcia
- 8 lyžíc oleja
- 2 - 3 lyžice strúhanky
- 2 lyžice múky
- petržlenová vňať
- pažitka
- soľ, čierne korenie

Mäso vymiešajte s jemne nakrájanou cibuľkou, strúhankou a rozmiešanými vajcami. Masu dochutíte soľou a čiernym korením a následne tvarujete guľky. Poprášte ich múkou a potom opražte dozlata na oleji. Nemusia byť usmažené, lebo sa budú ešte dusiť spolu so zeleninou. Cuketu nakrájajte na kocky a opražte na zvyšnom oleji. Pridajte ostatné zeleniny a všetko spolu osmažte. Pridajte mäsové guľky, duste 10 minút a potom pridajte opláchnuté krúpy a varte domäkka. Dávajte pozor, aby sa krúpy nerozvarili. Dochutte soľou a čiernym korením. Krúpy môžete uvariť osobitne. Podávajte posypané vňaťou a pažitkou.



## Predjedlo

### Bryndzová nátierka s Pucovským domácim kabáčom

Na prípravu potrebujeme:

- bryndzu zo 100% ovčieho syra najlepšie priamo zo salaša,
- maslo,
- cibuľu,
- mletú červenú papriku,
- pažítku,
- soľ.

Do misky dáme 250g pravej ovčej bryndze, pridáme 50g masla, nadrobno nakrájanú cibuľu, pridáme trocha červenej papriky len pre farbu a všetko dôkladne premiešame.

Podávame s čerstvým chlebom alebo na Orave s čerstvým kabáčom.

Natretý chlieb posypeme nadrobno nakrájanou pažítkou a prajeme dobrú chuť.

### Kabáč – domáci chlieb

- 1 kg hladkej múky
- 8 dcl vlažnej vody
- 2 polievkové lyžice soli
- 1 čajová lyžica celej rasce
- bravčová masť na vymastenie plechu

#### Kvások

- 2 dcl vlažného mlieka
- 1 čajová lyžica cukru
- 1 kocka drożdžia (42 g)

Do vlažného mlieka pridáme drożdžie, 1 čajovú lyžicu cukru. Do takto pripraveného kvásku pridáme ostatné ingrediencie a necháme kysnúť cca 1 hodinu. Počas kysnutia cesto dvakrát premiešame.

Plech vymastíme bravčovou masťou a na takto pripravený plech vylejeme cesto. Povrch cesta posypeme makom a dáme piecť na 230°C cca 30 min. Po vybratí z pece nechať voľne vychladnúť.



## Przystawka

### Domowy pucowski chleb tzw. kabáč z pastą z bryndzy

Do przygotowania potrzebujemy:

- bryndzę ze 100% owczego sera, najlepiej bezpośrednio z bacówki,
- masło,
- cebulę,
- mieloną czerwoną paprykę,
- szczypiorek,
- sól.

Do miski dajemy 250 g prawdziwej owczej bryndzy, dodajemy 50 g masła, drobno posiekaną cebulę, trochę czerwonej papryki, by nadać paście kolor i wszystko dokładnie mieszamy.

Podajemy ze świeżym chlebem lub na Orawie ze świeżym kabáčem.

Posmarowany pastą chleb posypujemy drobno posiekanym szczypiorkiem i życzymy smacznego.

### Kabáč – domowy chleb

- 1 kg drobno mielonej mąki
- 800 ml letniej wody
- 2 łyżki soli
- 1 łyżeczka niemielonego kminku
- smalec wieprzowy do wysmarowania blachy

#### Zakwas

- 200 ml letniego mleka
- 1 łyżeczka cukru
- 1 kostka drożdży (42 g)

Do letniego mleka dodajemy drożdże i 1 łyżeczkę cukru. Do tak przygotowanego zakwasu dodajemy pozostałe składniki i zostawimy do wyrośnięcia na około godzinę. Podczas wyrastania ciasto dwukrotnie mieszamy.

Blachę smarujemy wieprzowym smalcem, a następnie wylewamy na nią ciasto. Z wierzchu posypujemy ciasto makiem i pieczemy w temperaturze 230°C przez ok. 30 min. Po wyjęciu z pieca zostawiamy ciasto, by wystygło.

## Polievka

### Brmbol' – jarná zeleninová polievka s májovkami

Na prípravu potrebujeme:

- mrkvu,
- petržlen,
- kaleráb,
- cibuľu,
- maslo,
- májovky alebo sušené huby,
- čierne korenie,
- mletú červenú papriku,
- jedno vajce,
- polohrubú múku,
- soľ.

Očistenú zeleninu pokrájame na malé kúsky. V hrnci roztopíme maslo a pridáme nadrobno nakrájanú cibuľu, ktorú do sklovita opečieme. Potom pridáme nakrájanú zeleninu a chvíľu ju podusíme a zalejeme vodou. Pridáme soľ, čierne korenie celé a mleté. Následne pridáme huby najlepšie čerstvé májovky alebo môžeme pridať sušené huby. Varíme do polomäčka. Medzi tým si pripravíme halušky. Do nádoby - šálky si rozbijeme jedno vajce, pridáme polohrubú múku, štipku soli a všetko dôkladne zmiešame. Do cesta pridáme trochu vody, cesto bolo vláčne. Keď je zelenina takmer uvarená pridáme halušky najlepšie trhané vidličkou z nádoby. Nakoniec polievku zalejeme zápražkou z rozopeného masla a sladkej červenej papriky.



## Zupa

### Brmbol' – wiosenna zupa jarzynowa z gąskami majowymi (Calocybe gambosa)

Do przygotowania potrzebujemy:

- marchew,
- pietruszkę,
- kalarepę,
- cebulę,
- masło,
- gąski lub suszone grzyby,
- pieprz,
- słodką mieloną czerwoną paprykę,
- jedno jajko,
- mąkę krupczatkę,
- sól.

Oczyszczone jarzyny kroimy na małe kawałki. W garnku roztapiamy masło i dodajemy drobno posiekaną cebulę, którą smażyjemy aż się zeszkli. Następnie dodajemy pokrojone jarzyny i chwilę dusimy, a potem zalewamy wodą. Dodajemy soľ, pieprz w ziarenkach oraz mielony. Potem dodajemy grzyby, najlepiej świeże gąski, ale mogą też być suszone. Gotujemy aż będą pół miękkie. W tym czasie przygotowujemy kluski. Do naczynia – filiżanki wbijamy jedno jajko, dodajemy mąkę krupczatkę, szczyptę soli i wszystko dokładnie mieszamy. Dolewamy do ciasta trochę wody, żeby było plastyczne. Kiedy jarzyny są już prawie ugotowane, robimy kluski nabierając widelcem ciasto z filiżanki. Na koniec dodajemy do zupy zasmażkę z roztopionego masła i słodkiej czerwonej papriky.

## Aperitív

### Domáca slivovica

Na prípravu potrebujeme, zrelé veľmi sladké slivky. Starostlivo slivky pozbierame a naložíme do suda aby nám vznikol kvalitný kvas vhodný na pálenie.

Hotový kvas zanesieme do pálenice a netrežlivo čakáme na výsledok.

Výsledok závisí od starostlivosti. Podáva sa patrične chladená a riedená na 52%. Užívať pravidelne ale v malých množstvách.

## Aperitif

### Domowa śliwowica

Do przygotowania potrzebujemy dojrzałe bardzo słodkie śliwki. Śliwki dokładnie zbieramy i wkładamy do beczki, by powstał nastaw nadający się do destylacji.

Gotowy nastaw zawozimy do gorzelnii i niecierpliwie czekamy na efekt.

Efekt zależy od dbałości. Śliwownicę należy podawać odpowiednio schłodzoną i rozcieńczoną do 52%. Stosować regularnie, ale w małych ilościach.

## Hlavné jedlo

### Pečená bravčová krkovička s kapustou a domácou knedľou



#### Pečené bravčové

- 2 kg krkovička (s kosťou alebo bez kosti) alebo pliecko
- 2 kus cibuľa
- 100 g slanina
- 1 hlávka cesnaku
- drvená rasca
- mleté čierne korenie
- mletá červená paprika
- soľ
- bravčová masť

Mäso umyjeme, osušíme a pozdĺžne prešpikujeme cesnakom. Ak použijeme pliecko tak mäso prešpikujeme okrem cesnaku aj slaninou. Najlepšie koreniny čierne korenie, mletá rasca, červená paprika soľ zmiešame a potom touto zmesou mäso natrieme zo všetkých strán. Ako uprednostňujeme rôzne grilovacie koreniny môžeme použiť kúpenú zmes. Takto pripravený kus mäsa dáme do pekáča, ktorý sme dopredu vytrelí bravčovou masťou. Mäso obložíme pokrúpanými kúskami cesnaku, podlejeme vodou tak do 1/3 zakryjeme pekáč a dáme do predhriatej rúry piecť pri teplote 180°C cca 2,5 hod. Priebežne mäso podlievame. Pred koncom pečenia krkovičku vyberieme a nakrájame na úhľadné plátky, ktoré ešte ležmo uložíme do šťavy a dáme ešte dopiecť a nakoniec aj trocha zapiecť.

## Dusená kapusta

- 1 kg kyslej kapusty
- 2 ks cibule
- rasca celá
- soľ
- bravčová masť
- kryštálový cukor

Podľa potreby kyslú kapustu premyjeme a pokrájame na menšie kúsky.

V hrnci rozpálime dve lyžice bravčovej masti a pridáme nadrobno nakrájanú cibuľu. Na miernom ohni miešame aby sa nepripálila cibuľa. Pridáme dve tri lyžice kryštálového cukru. Cukor sa roztopí, skaramelizuje a upečie spolu s cibuľou. Skaramelizovaný cukor dodá kapuste peknú hnedšiu farbu. Postupne pridáme kapustu, soľ a rascu. Zakryjeme a za občasného miešania dusíme pokiaľ kapusta nezmäkne.

#### Domáca parená knedľa

- 500 g polohrubej múky
- 250 ml vlažné mlieko
- 1 kocka (20g) droždie
- 1 vajce
- 1 čajová lyžička soľ
- 1 čajová lyžica cukor

Do vlažného mlieka pridáme droždie, 1 čajovú lyžicu cukru a 2 polievkové lyžice múky.

Necháme vykysnúť kvások. Ostatnú múku zmiešame so soľou.

Keď máme kvások vykysnutý zamiešame zvyšnú múku a vajce. Cesto dobre vypracujeme a necháme znova postáť (vykysnúť), prikryté utierkou. Objem cesta sa nám zdvojnásobí.

Po vykysnutí cesto dáme na dosku a vyformujeme knedle (podľa veľkosti aké chceme - dve až tri)

Kým cesto kysne pripravíme si hrniec s vodou, do ktorého dáme parák. Parák potrieme olejom, aby sa nám cesto neprilepilo. Keď voda v hrnci vrie vložíme knedľu a necháme ju zakrytú pariť cca 20 min. Po vybratí knedle z hrnca ju potrieme zľahka olejom, aby nám neobschla.

**Na tanier naložíme kapustu, pridáme plátok pečenej krkovičky, knedľu a všetko bohato polejeme omáčkou z výpeku.**



## Danie główne

### Pieczona karkówka wieprzowa z kapustą i domowym knedlem

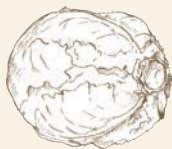
#### Pieczona wieprzowina

- 2 kg karkówki (z kością lub bez kości) albo łopatki
- 2 cebule
- 100 g słoniny
- 1 główka czosnku
- mielony kminek
- mielony pieprz
- mielona czerwona papryka
- sól
- smalec wieprzowy

Mięso myjemy, osuszamy i szpikujemy czosnkiem wzdłuż włókien. Jeżeli przyrządzaemy łopatkę wówczas szpikujemy ją nie tylko czosnkiem, ale również słoniną. Najlepsze przyprawy, czyli pieprz, mielony kminek, czerwoną paprykę i sól mieszamy, a następnie nacieramy tą mieszanką mięso ze wszystkich stron. Jeśli wolimy różne przyprawy do grilla możemy użyć gotowej mieszanki. Tak przygotowany kawałek mięsa wkładamy do wcześniej wysmarowanej wieprzowym smalcem brytfanny. Mięso obkładamy pokrojonym na kawałki czosnkiem, zalewamy wodą do wysokości jego 1/3, zamykamy brytfannę i wstawimy do nagrzanego piekarnika, pieczemy w temperaturze 180°C ok. 2,5 h. W trakcie pieczenia mięso podlewamy. Przed końcem pieczenia wyjmujemy karkówkę i kroimy w foremne plastry, które kładziemy na płasko w sosie i jeszcze chwilę pieczemy, a na końcu troszkę zapiekamy.

#### Duszona kapusta

- 1 kg kiszonej kapusty
- 2 cebule
- cały kminek
- sól
- smalec wieprzowy
- cukier kryształ



Jeżeli jest taka potrzeba, to kiszoną kapustę płuczemy i kroimy na mniejsze kawałki.

W garnku rozgrzewamy dwie łyżki wieprzowego smalcu oraz dodajemy drobno posiekaną cebulę. Smażymy na lekkim ogniu, żeby cebula się nie przypaliła. Dodajemy dwie - trzy łyżki cukru kryształu. Chodzi o to, by cukier roztopił się, skarmelizował i upiekł razem z cebulą. Skarmelizowany cukier nada kapuście piękny brązowy kolor. Stopniowo dodajemy kapustę, sól i kminek. Przykrywamy i często mieszając dusimy aż kapusta zmięknie.

#### Domowy knedel na parze

- 500 g mąki krupczatki
- 250 ml letniego mleka
- 1 kostka (20 g) drożdży
- 1 jajko
- 1 łyżeczka soli
- 1 łyżeczka cukru

Do letniego mleka dodajemy drożdże, 1 łyżeczkę cukru i 2 łyżki mąki.

Zastawiamy zakwas do wyrośnięcia. Pozostałą mąkę mieszamy z solą.

Po wyrośnięciu zakwasu dodajemy do niego pozostałą mąkę i jako. Ciasto dokładnie wyrabiamy i znowu zostawimy do wyrośnięcia nakryte ściereczką, aż podwoi swoją objętość.

Po wyrośnięciu wykładamy ciasto na deskę i formujemy knedle (zależnie od tego jakiej mają być wielkości dwa lub trzy).

W czasie, gdy ciasto wyrasta przygotowujemy garnek z wodą, do którego wkładamy sitko do gotowania na parze. Sitko smarujemy olejem, żeby nie kleiło się do niego ciasto. Kiedy woda w garnku wrze, kładziemy na sitku knedle, przykrywamy i gotujemy na parze ok. 20 min. Po wyjęciu knedla z garnka nacieramy go delikatnie olejem, żeby nie obsecht.

Nakładamy na talerz kapustę, dodajemy plaster pieczonej karkówki, knedel i wszystko obficie polewamy sosem spod pieczonego mięsa.

## Dezert

### Domáca kysnutá štrúdl'a plnená makom

#### Suroviny na kysnuté cesto:

- ½ kg polohrubej múky,
- ½ kocky čerstvého drożdžia,
- 3 dcl vlažného mlieka,
- 1 dcl oleja,
- 1 vajíčko,
- vanilkový cukor,
- štipku prášku do pečiva,
- štipku soli,
- polievková lyžica cukru

#### Suroviny na plnku:

- 500 g maku,
- 3 polievkové lyžice džemu,
- 1 citrón, šťavu a nastrúhanú kôrku z umytého citrónu pridáme do maku, vanilkový cukor a cukor podľa chuti.



Urobíme si kvások, do 1 dcl vlažného mlieka rozdrobíme droždie pridáme 1 polievkovú lyžicu cukru premiešame a necháme na teplom mieste postáť, aby nakyslo.

Do väčšej misy si preosejeme múku pridáme zvyšný cukor, vanilkový cukor, prášok do pečiva soľ, vajíčko, olej a vykysnutý kvások, všetky suroviny vymiesime ručne alebo elektrickým mixérom a vypracujeme hladké nelepivé cesto. Poprášime múkou a prikryjeme utierkou necháme na teplom mieste kysnúť cca 30 – 40 min. Pripravíme si plech do ktorého dáme cca 0,5 dcl oleja.

Pripravíme si plnku: mak zomelieme, pridáme všetky suroviny, 1 dcl mlieka prevaríme a pomaličky lejeme do maku tak, aby nebola riedka plnka /plnka je krásne čierna /

Keď je vykysnuté cesto tak si ho rozdelíme na 3 bochníky, ktoré vyvaľkáme podľa veľkosti plechu a naplníme pripravenou makovou plnkou. Bochníky zrolujeme a dáme na plech, štrúdle potrieme olejom, aby sa nezlepili a poukladáme na plech vedľa seba a ešte necháme 20 min, aby dobre podkysli a dáme do vyhriatej rúry, ktorá je vyhriata na 180°C, pečieme 30 – 40 min.

Po upečení štrúdle vyberieme dáme na mriežku, aby nám vychladli a potom ich pokrájame a podávame s bylinkovým čajom.

## Deser

### Domowy strudel drożdżowy z makiem

#### Składniki na ciasto drożdżowe:

- ½ kg mąki krupczatki,
- ½ kostki świeżych drożdży,
- 300 ml letniego mleka,
- 100 ml oleju,
- 1 jajko,
- cukier waniliowy,
- szczypta proszku do pieczenia,
- szczypta soli,
- łyżka cukru

#### Składniki na nadzienie:

- 500 g maku,
- 3 łyżki džemu,
- 1 cytryna, sok i startą skórkę z umytej cytryny dodajemy do maku wraz z cukrem waniliowym i cukrem do smaku.

Robimy zaczyn do 100 ml letniego mleka dodajemy pokruszone drożdże, 1 łyżkę cukru i mieszamy, a następnie zostawiamy w ciepłym miejscu do wyrośnięcia.

Do większej miski przesiewamy mąkę i dodajemy pozostały cukier, cukier waniliowy, proszek do pieczenia, sól, jajko, olej i wyrośnięty zaczyn, wszystkie składniki mieszamy ręcznie lub mikserem elektrycznym aż do wyrobienia gładkiego nieklejącego się ciasta. Posypujemy ciasto mąką, nakrywamy ściereczką i zostawiamy do wyrośnięcia w ciepłym miejscu na ok. 30 – 40 min. Przygotowujemy blachę, do której wlewamy ok. 50 ml oleju.

Przygotowujemy nadzienie: mielimy mak, dodajemy wszystkie składniki, 100 ml mleka przygotowujemy i powoli wlewamy do maku, tak by nadzienie nie stało się rzadkie i nie straciło czarnego koloru.

Po wyrośnięciu dzielimy ciasto na trzy bochenki, które rozwałkowujemy na wielkość blachy i smarujemy przygotowaną masą makową. Każdy płat ciasta zwijamy, smarujemy olejem, żeby się nie skleił z sąsiednim, układamy na blasze obok siebie i pozostawiamy jeszcze na 20 min., żeby dobrze wyrosły, a następnie wkładamy do piekarnika nagrzanego do 180°C i pieczemy 30 – 40 min.

Po upieczeniu wyjmujemy strudle, kładziemy na kratkę, żeby wystygły, a potem kroimy i podajemy z herbatką ziołową.







Wydawca: ITenor

Adres: ul. Relaksowa 9, 43-365 Wilkowice, [www.itenor.pl](http://www.itenor.pl), e-mail: [info@itenor.pl](mailto:info@itenor.pl)

Tekst: Jadwiga Jurasz, Wojciech Cendrzak, Metod Sojćak

Zdjęcia: Archiwum Gminy Wilkowice, Wojciech Cendrzak, Metod Sojćak

Wszelkie prawa zastrzeżone / All rights reserved

Printed in Poland – Wilkowice 2022

Przedruk i powielanie w jakiegokolwiek formie jest zabronione.

Wyłączną odpowiedzialność za zawartość niniejszej publikacji ponoszą jej autorzy i nie może być ona utożsamiana z oficjalnym stanowiskiem Unii Europejskiej.

Egzemplarz bezpłatny