JEDLIŃSK PRZYSUCHA PRZYTYK WIENIAWA WOLANÓW ZAKRZEW

PRZEWODNIK KULINARNY PAPRYKI!

markowego produktu obszaru **LGD Razem dla Radomki**

Program Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007-2013

Wydawca: **Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania**

„Razem dla Radomki”
ul. Wernera 9/11, 26-600 Radom
tel./fax.(048) 38 58 996
email: zarzad@razemdlaradomki.pl
www.razemdlaradomki.pl

stowarzyszenie
LOKALNA GRUPA DZIAŁANIA
Razem dla Radomki

Wykonanie: **Agencja Zarządu Nieruchomości i Rozwoju Regionalnego Sp. z o.o.**
AZ Reklama
26-600 Radom
ul. Starowolska 13a
tel. (048) 38 58 700
fax. (048) 38 20 777
email: reklama@azn.radom.pl
www.azn.radom.pl
www.reklama.azn.radom.pl
www.kalendarze.azn.radom.pl

Słowo wstępu

Oddajemy w Państwa ręce przewodnik kulinarny zawierający wyjątkowe przepisy dań z papryki – markowego produktu Lokalnej Grupy Działania „Razem dla Radomki".

Prezentowane w niniejszej publikacji przepisy potraw z papryki zostały wybrane z ponad 100 propozycji, które zostały nadesłane do biura Lokalnej Grupy Działania „Razem dla Radomki".

Wyboru przepisów dokonał komitet redakcyjny pod przewodnictwem **Stefana Błaszczyka** - Wójta Gminy Przytyk, Przewodniczącego Rady Stowarzyszenia „Razem dla Radomki, w skład którego wchodzili – **Jadwiga Gajewska** – Dyrektor Gminnej Biblioteki Publicznej w Przytyku, **Jadwiga Kowalik** – Dyrektor Publicznej Szkoły Podstawowej we Wrzosie, Członek Stowarzyszenia „Wrzosowisko", oraz **Marianna Jasińska** –Inspektor w Gminie Przytyk.

Dzięki przewodnikowi kulinarnemu możemy ukazać, iż papryka to wyjątkowe smaczne i zdrowe warzywo. Jest doskonałym składnikiem do wszelkich dań mięsnych i rybnych, sałatek, warzyw i zup.

Serdecznie dziękujemy wszystkim osobom zaangażowanym w powstanie przewodnika.

Zachęcamy do lektury i życzymy smacznego!

Więcej o papryce na stronie Stowarzyszenia LGD Razem dla Radomki
www.razemdlaradomki.pl/papryka

Marianna Jasińska, Podgajek, Gmina Przytyk

Papryka z miodem
tylko z Przytyka

Czas przygotowania:
30 min.

Składniki

- 1 litr wody
- 1 szklanka octu 10%
- 1 szklanka cukru
- 1 łyżka soli
- 1 łyżka miodu
- 2 - 3 ziarnka ziela
- 1 listek laurowy
- 1 ząbek czosnku
- papryka

Sposób przygotowania

Wodę, ocet, cukier, sól i miód zagotować i przestudzić. Surową paprykę układać w słoiczkach, włożyć do każdego słoika: 2 - 3 ziarnka ziela, 1 listek laurowy, 1 ząbek czosnku, wlać zalewę, gotować 5-10 minut. **Zalewy wystarcza na 7 słoiczków po dżemie.**

Firlej Katarzyna, Garno, Gmina Wolanów

Łagodne ogórki
konserwowe z papryką

Czas przygotowania:
55 min.

Składniki

- 4 kg małych ogórków
- 2 duże czerwone papryki
- 2 duże żółte papryki
- ok. 0,5 kg małych cebulek
- ziele angielskie, liść laurowy, gorczyca
- 8 szkl. wody
- 3 szkl. octu spirytusowego
- 3 szkl. cukru
- 2 łyżki soli
- 1 płaska łyżeczka pieprzu mielonego

Sposób przygotowania

Paprykę pokroić w cienkie paski,cebulkę w plasterki. Przygotować słoiki i układać w nich ogórki, paprykę i cebulkę. Dodać również parę ziaren gorczycy. Z wody, octu i cukru przygotować zalewę, dodać do niej sól, pieprz oraz ziele angielskie i liść laurowy tak, aby znalazło się w każdym słoiku przynajmniej po 1 ziarenku i listku tych przypraw. Zalewać ogórki gorącą zalewą i pasteryzować ok. 5 minut od zagotowania. Po tym czasie wyjąć słoiki z wody i odwrócić do góry dnem. Gdy wystygną można odstawić na półkę.

Czas przygotowania:
50 min.

Lisek Elżbieta, Strzałków, Gmina Wolanów

Papryka z cebulą
i czerwonymi burakami

Składniki

- 6 dużych papryk
- 4 duże cebule
- 3 kg buraków czerwonych

Zalewa:

-1 szkl. octu
-1 szkl. wody
-1 szkl. oliwy
-¾ szkl. cukru

Sposób przygotowania

Wszystko razem zagotować. Ugotować buraki i zetrzeć na grubych oczkach tarki. Cebulę pokroić w krążki, a paprykę w drobną kostkę. Do gotującej się zalewy dodać paprykę, po 3 minutach dodać cebulę, a po następnych trzech minutach dodać buraki. Wszystko gotować 5 minut. Gorące nakładać do słoików i odwrócić do góry dnem (wtedy nie wymagają pasteryzowania).

Czas przygotowania:
40 min.

Anna Wilczyńska, Glinice, Gmina Przytyk

Sałatka z papryki
i cebuli

Składniki

- 2 kg. papryki
- 0,5 kg. cebuli

Zalewa:

- 1 litr wody
- 1 łyżka soli
- 1 szklanka octu 10%
- 1 łyżka miodu
- 1 szklanka cukru

Sposób przygotowania

Należy ugotować zalewę i przestudzić. Następnie paprykę i cebulę cieniutko kroimy, wkładamy do słoików i zalewamy zalewą. Szczelnie zakręcone słoiki gotujemy przez 10 minut.

Nasiadko Agnieszka, Wawrzyszów, Gmina Wolanów

Dżem z czerwonej papryki

Czas przygotowania:
90 min.

Składniki

- 1,25 kg czerwonej papryki
- 2 cytryny
- 1 kg cukru
- 3 goździki
- ½ łyżeczki cynamonu w proszku
- sól

Sposób przygotowania

Cytryny wyszorować szczoteczką, opłukać w gorącej wodzie, osuszyć, otrzeć skórką i odstawić przykrytą, aby nie wyschła. Z otartych owoców wycisnąć sok. Paprykę umyć, osączyć, oczyścić z gniazd nasiennych oraz białych włókien, zmiksować lub zemleć. Do masy paprykowej dodać cukier, szczyptę soli i 1/3 szklanki wody. Dusić na małym ogniu 10 minut w płaskim rondlu z grubym dnem, często mieszając. Następnie wlać sok cytrynowy. Dżem dusić mieszając od czasu do czasu, aż zgęstnieje. Goździki utłuc w moździerzu. Krótko przed zakończeniem duszenia dodać przyprawy i skórkę cytryny. Gorący dżem kłaść do słoików i zamykać. Pasteryzować około 15 minut.

Duchniak Dariusz, Sabat, Gmina Wolanów

Leczo

Czas przygotowania:
35 min.

Składniki

- 12 kg papryki
- 1 kg cebuli
- 1 szkl. wody
- ½ szkl. octu
- ½ szkl. oleju
- 1 szkl. cukru
- 1 łyżki soli
- ½ torebki pieprzu mielonego (do smaku)
- 1 torebka papryki słodkiej w proszku
- koncentrat pomidorowy do smaku 2 szt.

Sposób przygotowania

Cebulę posiekać w krążki, paprykę w paski. Płynne składniki wlać do garnka. Cebulę posypać solą i cukrem. Gotować 10 minut. Potem paprykę 20 minut dusić razem, na końcu przyprawić i dodać koncentrat. Gorące wkładać do słoików, nie pasteryzować.

Czas przygotowania:
30 min.

Grażyna Janowska, Podgajek, Gmina Przytyk

Sałatka zimowa
z papryką

Składniki

- makaron rurki
- ser żółty
- 4 plastry ananasa
- 1 cebula
- kukurydza
- papryka marynowana
- ogórki konserwowe
- pęczek szczypioru
- sól i pieprz do smaku
- musztarda i majonez

Sposób przygotowania

Makaron gotujemy, paprykę kroimy w paski. Pozostałe składniki pokrojone w kostkę mieszamy z kukurydzą, majonezem i musztardą. Do smaku dodajemy przyprawy, wierzch okraszając świeżym szczypiorkiem.

Czas przygotowania:
30 min.

Anna Wilczyńska, Glinice, Gmina Przytyk

Sałatka grecka

Składniki

- 3 pomidory
- 4 ogórki
- 15 oliwek
- 0,5 sałaty lodowej
- 1 cebula
- 2 papryki czerwone
- 1 papryka zielona
- 1 kostka sera feta

Sposób przygotowania

Warzywa drobno pokroić, doprawić do smaku solą, pieprzem, cukrem, połączyć z serem.

Anna Wilczyńska, Glinice, Gmina Przytyk

Surówka z kapusty włoskiej

Czas przygotowania:
30 min.

Składniki

- kapusta włoska
- puszka kukurydzy
- 1 czerwona papryka
- 1 cebula czerwona
- szczypior, sól, pieprz
- majonez

Sposób przygotowania

Warzywa drobno pokroić, doprawić do smaku solą, pieprzem. Na końcu połączyć z majonezem.

Małgorzata Siek, Radom

Ajvar

Czas przygotowania:
35 min.

Składniki

- 2 duże bakłażany
- 6 świeżych papryk
- sól
- pieprz
- 1-2 roztarte ząbki czosnku
- 1 łyżka soku z cytryny lub 1 łyżka octu (6 proc.)
- oliwa
- 4 łyżki posiekanej zielonej pietruszki

Sposób przygotowania

Bakłażany i papryki umyć, osuszyć, wstawić do mocno nagrzanego piekarnika (300 °C) i opiekać tak długo, aż skórki ściemnieją i pomarszczą się. Wyjąć z piekarnika, zdjąć skórki. Papryki (bez pestek) posiekać i zemleć w maszynce do mięsa. Miąższ z bakłażanów utrzeć na jednolitą masę. Wymieszać paprykę z bakłażanami, doprawić solą, pieprzem i czosnkiem, wlać sok cytrynowy lub ocet, wymieszać. Mieszając masę jarzynową, wlewać powoli oliwę, aż powstanie gęsty sos o konsystencji majonezu

Jak podawać

Przełożyć do salaterki, posypać zieloną pietruszką.

Uwagi

Podawać do pieczonego mięsa lub drobiu z grzankami, albo ze świeżym białym pieczywem i masłem.

Czas przygotowania:
30 min.

Janina Jańczyk, Radom

Wieprzowina
w kapuście na ostro

Składniki

- 1,5 kg wieprzowiny
- 60 dag kapusty włoskiej
- 50 dag czerwonej papryki
- 30 dag pietruszki
- 2 papryczki chili
- 2 ząbki czosnku
- 4 łyżki oliwy
- 2 łyżki mielonej, słodkiej papryki
- 3 płaskie łyżki mąki
- sól

Sposób przygotowania

Paprykę i pietruszkę należy umyć i pokroić na małe kawałki. Kapustę umyć i poszatkować. Na rozgrzanym w garnku oleju obsmażyć warzywa z kminkiem, cukrem i solą. Następnie dodać posiekane papryczki chili i czosnek. Mięso opłukać pod bieżącą wodą, osuszyć i pokroić w kostkę. Obtoczyć w mące i słodkiej papryce. Ułożyć na warzywach i zapiekać 1,5 godziny w temperaturze 170 °C. Bezpośrednio przed podaniem posypać natką pietruszki.

Czas przygotowania:
80 min.

Tadeusz Jańczyk, Radom

Papryka
faszerowana mięsem i ryżem

Składniki

- 4 zielone i 4 czerwone papryki
- ½ kg mięsa mielonego
- przyprawy: sól, pieprz, vegeta,
- 1 torebka ryżu
- słoik drobnych cebulek konserwowych
- słodka i ostra mielona papryka

Sposób przygotowania

Odcinamy czapeczki z papryki i wydrążamy nasiona. Ugotowany ryż mieszamy z podsmażonym mielonym mięsem, które przyprawiamy dodając cebulki obtoczone w wymieszanej pół na pół mielonej papryce. Mięso z ryżem i cebulkami nakładamy do wydrążonych papryk, przykrywany czapeczkami. Wkładamy do garnka z wodą (ok. ½ szklanki) i dusimy pod przykryciem ok. 40 minut.

Emilia Flis, Bierwce, Gmina Jedlińsk

Mintaj pieczony
z papryką

Czas przygotowania:
30 min.

Składniki

- 75 dag filetów rybnych z mintaja
- 2 łyżki soku z cytryny
- 2 żółte papryki
- 2 czerwone papryki
- 2 cebule
- 3 łyżki oliwy z oliwek
- sól
- biały pieprz
- mielona pietruszka
- 2 łyżki posiekanej natki pietruszki

Sposób przygotowania

Filety po umyciu dzielimy na mniejsze porcje i skraplamy sokiem z cytryny. Odstawiamy na około 10 minut.
Papryki myjemy i usuwamy gniazda nasienne. Miąższ kroimy w niezbyt grube paski. Cebulę obieramy i kroimy w krążki. Warzywa przesmażamy na patelni na łyżce oliwy.
Następnie oliwą smarujemy naczynie żaroodporne. Na dnie układamy kawałki ryby, obkładamy papryką i podsmażoną cebulą, posypując solą, pieprzem i mieloną papryką. Piekarnik rozgrzewamy do temp. 200°C. Naczynie z rybą wstawiamy do rozgrzanego piekarnika i pieczemy ok. 25 minut. Przed podaniem posypujemy natką pietruszki. Podajemy z ziemniakami purée lub pieczywem.

Diana Klocek, Bierwce, Gmina Jedlińsk

Pasta paprykowa

Czas przygotowania:
90 min.

Składniki

- 1,5 kg pomidorów
- 4 duże czerwone papryki
- 2 duże cebule
- od 3 do 5 ząbków czosnku
- 1/6 ostrej papryczki
- 2 łyżki octu winnego
- 2 łyżki oliwy
- sól, vegeta, majeranek, pieprz ziołowy

Sposób przygotowania

Umyte i pokrojone warzywa mieszamy z przyprawami, gotujemy ok. 50 minut bez przykrycia. Następnie lekko studzimy, miksujemy i napełniamy pastą słoiczki. Pasteryzujemy ok. 10 minut

Czas przygotowania:
40 min.

Malwina Klocek, Bierwce, Gmina Jedlińsk

Papryka w sosie pomidorowym

Składniki

- 1 kg czerwonej papryki
- 3 duże cebule
- 1 łyżka soli

Zalewa:

- 1 szklanka wody
- ¾ szklanki octu spirytusowego
- ½ szklanki oleju
- ½ szklanki cukru
- 6-7 łyżek koncentratu pomidorowego
- 10 ziarnek ziela angielskiego
- liść laurowy

Sposób przygotowania

Z papryki usuwamy gniazda nasienne, miąższ kroimy w małe kawałki, a cebule w plastry. Warzywa solimy i pozostawiamy w oddzielnych naczyniach na kilka godzin.
Z wymienionych składników gotujemy zalewę. Delikatnie odciskamy sok z papryki i cebuli, wrzucamy warzywa do gotującej się zalewy. Paprykę z cebulą gotujemy ok. 10 minut. Wrzącą papryką napełniamy słoiki i szczelnie zakręcamy.

Czas przygotowania:
30 min.

Siwak Anna, Kowalanka, Gmina Wolanów.

Surówka z kapusty pekińskiej

Składniki

- kapusta pekińska
- 3 pomidory
- 3 ogórki
- 3 papryki
- 3 jajka
- kilka sztuk oliwek
- sos sałatkowy (lub grecki)
- ser feta

Sposób przygotowania

Wszystko kroimy w kostkę, mieszamy z sosem zrobionym zgodnie z przepisem na opakowaniu, jajka kroimy w ćwiartkę i układamy na górze surówki.

Janas Małgorzata, Strzałków, Gmina Wolanów

Papryka
faszerowana pieczarkami

Czas przygotowania:
80 min.

Składniki

- 8 szt. papryk
- 0,5 kg świeżych pieczarek
- 20 dkg mięsa mielonego
- 3 łyżki przecieru pomidorowego
- pół puszki kukurydzy
- 4 łyżki posiekanej natki z pietruszki
- 1 szkl. ryżu
- 4 łyżki oleju + sól + pieprz +1 cebula
- 1 szkl. bulionu

Sposób przygotowania

Strąki papryki oczyścić, ugotować ryż. Pieczarki pokroić i podsmażyć na oleju.
Farsz: cebulę posiekać i zrumienić na 1 łyżce oleju, podsmażyć mielone mięso, dodać pieczarki, ryż, kukurydzę, przecier pomidorowy, doprawić solą i pieprzem, posypać natką pietruszki.
Papryki napełnić farszem i ułożyć w żaroodpornym naczyniu, dolać bulion i zapiekać 20 min.

Szymon Jańczyk, Radom

Łatwa wołowina
duszona z papryką

Czas przygotowania:
40 min.

Składniki

- 50 dag wołowiny
- 25 dag papryki
- 50 dag pomidorów
- 4 cebule, 10 dag tłuszczu
- zielona pietruszka, koperek
- suszona bazylia, cząber
- sól, pieprz

Sposób przygotowania

Wołowinę dokładnie opłukać pod zimną wodą, osuszyć i drobno posiekać. W garnku rozgrzać tłuszcz, wrzucić do niego wołowinę i krótko zrumienić. Z papryki wyjąć gniazda nasienne, cebulę obrać ze skórki. Paprykę i cebulę posiekać, wrzucić do garnka. Podlać wrzącą wodą i dusić ok. 10 minut na wolnym ogniu. Posiekać pietruszkę i koperek, dodać razem z suszonymi ziołami do całości. Przyprawić do smaku solą i pieprzem. Pomidory sparzyć wrzątkiem, obrać ze skórki oraz pokroić w ćwiartki i dodać do mięsa. Dusić pod przykryciem, aż mięso zmięknie.

Czas przygotowania:
40 min.

Błażej Gregorczyk, Radom

Makaron z papryką i pomidorami

Składniki

- 1 czerwona papryka
- 1 zielona papryka
- 1 żółta papryka
- 2 pomidory
- 2 łyżki oliwy
- sól, pieprz
- gruby makaron, np. świderki

Sposób przygotowania

Papryki myjemy, usuwamy gniazda nasienne, a miąższ kroimy w paski. Pomidory parzymy i obieramy. Następnie cebulę i paprykę kroimy w kostkę. Paprykę, cebulę i pomidory wkładamy do dużej patelni z zimną oliwą. Dodajemy sól, pieprz i pod przykryciem dusimy aż warzywa będą miękkie, jednak zachowując ich jędrność. Makaron gotujemy w dużej ilości lekko osolonej wody z odrobiną oliwy. Odcedzamy. Wykładamy na talerze, nakładamy duszone warzywa.

Czas przygotowania:
45 min.

Firlej Katarzyna, Garno, Gmina Wolanów

Zrazy z kolorowym nadzieniem

Składniki

- 6 cienkich plastrów dowolnego mięsa
- 6 plastrów wędzonego boczku
- po jednym strąku czerwonej i żółtej papryki
- 20 dkg pieczarek
- 2 łyżki posiekanej natki pietruszki
- 1 średniej wielkości cebula
- sól i pieprz
- 4 łyżki mąki
- olej do smażenia

Sposób przygotowania

Pieczarki i paprykę umyć, oczyścić i pokroić: pieczarki i cebulę w cienkie plasterki, paprykę zaś w paski. Plastry mięsa rozbić tłuczkiem. Ułożyć na nich boczek, pietruszkę, pieczarki, cebulę i paski kolorowej papryki. Mięso zrolować, związać nitką, posolić i oprószyć pieprzem. Zrazy obtoczyć w mące i usmażyć na rozgrzanym oleju, często obracając. W zależności od rodzaju mięsa czas smażenia wynosi od 10 do 25 minut. Zrazy mogą być podawane jako samodzielne danie na zimno, bądź też jako danie główne z ziemniakami, czy ryżem, stanowiąc wyśmienity obiad.

Gibała Krystyna, Franciszków, Gmina Wolanów

Papryka z cebulą
do słoików

Czas przygotowania:
30 min.

Składniki

- 1,5 kg papryki + 3 ostre papryczki
- 1,5 kg cebuli
- 1 litr winnego octu
- 2,5 szklanki cukru
- 2 łyżki soli

Sposób przygotowania

Zagotować ocet z solą i cukrem, dodać paprykę pokrojoną w paseczki i cebule w plasterki, wszystko wymieszać i gotować 15 minut. Gorące nakładać do słoików, zakręcać i odsączać do góry dnem, wtedy nie wymaga pasteryzacji.

Siara Hanna, Garno, Gmina Wolanów

Papryka nadziewana
mięsem i ryżem

Czas przygotowania:
80 min.

Składniki

- 8 dużych owoców słodkiej papryki
- 10 dag ryżu
- 5 dag cebuli
- 3 dag tłuszczu
- 20 dag wieprzowiny
- 1 jajko, 1 ząbek czosnku,
- sól, majeranek, bazylia
- 2 łyżki siekanej natki pietruszki
- ½ sosu pomidorowego

Sos pomidorowy z zasmażką:

- 40 dag pomidorów lub 8 dag koncentratu pomidorowego
- 3 dag cebuli, 3 dag tłuszczu
- 2 dag masła lub margaryny
- 3 dag mąki, sól, cukier
- ¼ rosołu lub wywaru jarzynowego
- cytryna lub kwasek cytrynowy
- 2 łyżki siekanej natki pietruszki
- ½ sosu pomidorowego

Sposób przygotowania

Paprykę opłukać, ściąć nasadę szypułki, wydrążyć. Ryż ugotować na pół miękko. Cebulę pokroić w kostkę i zrumienić na tłuszczu. Mięso opłukać, zemleć, dodać ryż, jajko, cebulę, czosnek roztarty z solą, szczyptę majeranku, bazylię, natkę. Wszystkie składniki dokładnie wymieszać.

Sos pomidorowy: Pomidory opłukać, pokroić na kawałki, dodać pokrojoną cebulę, zalać niedużą ilością wrzącej wody, dodać masło, udusić pod przykryciem na silnym ogniu. Gdy pomidory są miękkie, przetrzeć. Z tłuszczu i mąki sporządzić jasnozłotą zasmażkę, rozprowadzić przetartymi pomidorami i rosołem, zagotować. Dodać do smaku sól, cukier i jeśli potrzeba kwasek cytrynowy.

Wydrążone papryki osolić, napełnić nadzieniem ułożyć w rondlu, zalać sosem, gotować do miękkości. Gdy sos zbyt gęstnieje, dodać trochę wody. Przed podaniem posypać natką.

Czas przygotowania:
40 min.

Kępka Wiesława, Strzałków, Gmina Wolanów

Papryka słodka
marynowana

Składniki

- 1 szkl. octu 10%
- 7 szkl. zimnej wody
- 18 łyżeczek cukru
- 2 łyżki soli
- ziele angielskie
- liście laurowe
- papryka czerwona, żółta, fioletowa.

Sposób przygotowania

Ocet, wodę, cukier, sól, ziele angielskie, liście laurowe zagotować. Paprykę umyć pokroić, oczyścić. Ułożyć paprykę w słoikach, włożyć ziele, liście, zalać wrzątkiem. Do każdego słoika wlać łyżkę oliwy i zakręcić. Pasteryzować 15-20 minut.

Czas przygotowania:
45 min.

Siara Hanna, Garno, Gmina Wolanów

Papryka
w bieliźnie

Składniki

- 4 duże strąki kolorowej papryki
- 2 szkl. gęstego jogurtu naturalnego
- 2-3 ząbki czosnku lub 1 łyżka czosnku granulowanego
- garść posiekanej zieleniny (natka pietruszki, bazylia kolendra, rozmaryn, oregano)
- sól
- pieprz ziołowy

Sposób przygotowania

Papryki oczyścić z gniazd nasiennych i pokroić na połówki lub ćwiartki, włożyć do nagrzanego piekarnika i opiekać do chwili, gdy zacznie odchodzić skóra. Papryki obrać i smażyć na gorącym tłuszczu 2-3 minuty. Wyjąć łyżką cedzakową i nieco ostudzić. Czosnek posiekać, wymieszać z jogurtem, posiekaną zieleniną i przyprawami, wylać do salaterki. Do sosu włożyć kawałki papryki i wymieszać.

Augustyniak Zofia, Mniszek, Gmina Wolanów

Sałatka
z zapiekanej papryki

Czas przygotowania:
40 min.

Składniki

- 2 duże strąki czerwonej papryki
- 2 duże strąki żółtej papryki
- 2 duże strąki zielonej papryki
- 3 łyżki oliwy z oliwek
- 1 rozgnieciony ząbek czosnku
- sól
- pieprz zmielony

Sposób przygotowania

Papryki podzielić na ćwiartki i usunąć gniazda, ułożyć w formie do pieczenia skórką do góry. Piec do momentu, aż skórka zbrązowieje i zacznie odstawać. Wyjąć z piekarnika i ostudzić na tyle, żeby można było zdjąć skórkę. Każdy kawałek papryki dodatkowo przekroić na pół i ułożyć na talerzu. Oliwę wymieszać z czosnkiem, solą, pieprzem i polać na paprykę.

Seredyn Barbara, Wawrzyszów, Gmina Wolanów

Sos paprykowy

Czas przygotowania:
20 min.

Składniki

- 2 łyżki majonezu
- 2 czerwone papryki
- 1 szkl. jogurtu
- 1 łyżka wegety
- sok z 1 cytryny
- sól, pieprz

Sposób przygotowania

Jogurt wymieszać z majonezem. Dodać sól, pieprz, wegetę i sok z cytryny. Paprykę umyć, wyjąć gniazda nasienne i pokroić na bardzo drobniutką kosteczkę. Dodać paprykę do sosu i wszystko razem dokładnie wymieszać.
Sos paprykowy jest doskonałym dodatkiem do wędlin, mięs, porów i szparagów.

Czas przygotowania:
40 min.

Farbiszewska Agnieszka, Garno, Gmina Wolanów

Sałatka z kurek
i papryki

Składniki

- 1 kg świeżych kurek
- 4 kolorowe papryki
- 4 cebule
- 2 łyżki ziół suszonych
- 2 łyżeczki papryki mielonej słodkiej
- 1 ½ szkl. octu winnego 6 %
- 2 szkl. wody
- ½ szkl cukru
- 1 ½ łyżki soli
- ziele angielskie
- liść laurowy

Sposób przygotowania

Kurki gotować 20 minut w 2 szklankach wody, paprykę pokroić w paski, cebulę w krążki. Do ugotowanych kurek wrzucić paprykę, cebulę, pozostałe przyprawy – wszystko zagotować do 5 minut, następnie przełożyć do słoików i pasteryzować.

Czas przygotowania:
45 min.

Gibała Małgorzata, Garno, Gmina Wolanów

Paprykowa
sałatka z kurczakiem

Składniki

- 50 dag konserwowej papryki
- 1 podwójny filet z kurczaka (50 dag)
- ostra papryka w proszku
- słodka papryka w proszku
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 25 dag makaronu (dowolny kształt)
- 4 jajka
- por
- 9 łyżek majonezu, sól, pieprz

Sposób przygotowania

Paprykę konserwową osączyć z zalewy i pokroić w kostkę. Filet z kurczaka opłukać, osuszyć i pokroić w kostkę. Osypać słodką i ostrą papryką w proszku. Zrumienić na oliwie z oliwek i ostudzić. Makaron ugotować w osolonej wodzie, odcedzić i ostudzić. Jajka ugotować na twardo, ostudzić i pokroić w kostkę. Por pokroić w plasterki. Do drugiej miski przełożyć paprykę konserwową, filet z kurczaka, makaron, jajka i pora. Dodać majonez, sól i pieprz do smaku. Wszystko razem dokładnie wymieszać. Gotową sałatkę schłodzić w lodówce.

Śmigaszewska Mariola, Ślepowron, Gmina Wolanów

Sałatka
z papryką i kurczakiem

Czas przygotowania:
40 min.

Składniki

- 2 papryki (czerwone i zielone)
- 1 por
- 2 ogórki kiszone
- upieczone udko z kurczaka
- 4 jajka
- majonez
- sól, pieprz do smaku

Sposób przygotowania

Paprykę pokroić w kostkę, pora drobno posiekać, dodać ogórki pokrojone również w kostkę. Wymieszać. Dodać pokrojone ugotowane jajka, kawałki udka kurczaka i majonez. Wymieszać. Doprawić do smaku solą i pieprzem.

Grzyb Anna, Garno, Gmina Wolanów

Sałatka z papryki
i ogórka w marynacie

Czas przygotowania:
30 min.

Składniki

- 1 kg ogórków w plasterkach
- 1 kg marchewki poszatkowanej
- 1 kg cebuli w piórkach
- 1 ½ kg papryki w paseczkach
- 1 główka czosnku

Zalewa:
- 2 szkl. cukru
- 1 szkl. octu
- 3-4 szkl. wody

Sposób przygotowania

Ogórki, marchew, cebulę, paprykę i czosnek połączyć i zasypać 3-4 łyżkami soli, odstawić na 6-12h. Składniki na zalewę gotujemy. Sałatkę wkładamy do słoiczków luźno i zalewamy gorącą zalewą. Pasteryzujemy 10-15 minut.

Czas przygotowania:
35 min.

Głogowska Jolanta, Wolanów

Leczo
z piekła rodem

Składniki

- 2 czerwone papryki
- 2 gotowane marchewki
- 3 pomidory bez skórki
- 2 cebule
- 30 dag grzybów leśnych lub pieczarek
- 3 parówki lub kiełbasa
- koncentrat pomidorowy
- sól, pieprz, olej
- ogórek konserwowy

Sposób przygotowania

Wszystkie składniki kroimy. Na oleju podsmażamy cebulę, dodajemy parówki, warzywa, grzyby, dusimy do miękkości ok. 15 min. Dodajemy koncentrat pomidorowy, doprawiamy i dusimy około 5 min. Wkładamy na talerz i dekorujemy ogórkiem konserwowym i grzybami.

Czas przygotowania:
45 min.

Grzyb Anna, Garno, Gmina Wolanów

Papryka
z grzybami

Składniki

- 10 średniej wielkości papryk czerwonych
- ½ mielonego mięsa
- ½ grzybów leśnych lub pieczarek
- 2 cebule
- 2 jajka surowe
- sól, pieprz do smaku
- ok. 20 plastrów sera
- ketchup

Sposób przygotowania

Grzyby kroimy na małe kawałki i dusimy z cebulą. Do ostudzonych grzybów dodajemy mięso, jajka przyprawy i dokładnie mieszamy. Paprykę należy przekroić na pół, wydrążamy gniazda nasienne, połówki solimy i odstawiamy na kilka minut. Paprykę napełniamy farszem, przykrywamy plastrami sera i zapiekamy 10-15 minut w naczyniu żaroodpornym. Podajemy z ketchupem.

Wabik Katarzyna, Garno, Gmina Wolanów

Sałatka
z papryką na słodko

Czas przygotowania:
30 min.

Składniki

- 1 kg papryki czerwonej
- 1 kg papryki żółtej
- 1 kg cebuli
- 5 kg ogórków

Zalewa Nr 1
- 1 ½ szkl. soli
- 4,5 litra wody

Zalewa Nr 2
- 6 szkl. wody
- 2.5 szkl. octu
- 1 kg cukru

Sposób przygotowania

Wszystkie składniki kroimy i zalewamy zalewą nr 1, pozostawiamy na ok. 2-3 godzin. Potem wyciskamy składniki i zalewamy zalewą nr 2. wkładamy wszystkie składniki do słoika i gotujemy ok. 5 minut.

Kumoch Sylwia, Garno, Gmina Wolanów

Paprykarz

Czas przygotowania:
30 min.

Składniki

- ½ ugotowanej ryby
- 15 dag ryżu
- 4 papryki pokrojone w kostkę
- 2 cebule pokrojone w kostkę
- 7 pomidorów pokrojonych w dużą kostkę
- 2 szkl. bulionu z kostki

Sposób przygotowania

W garnku rozgrzać trochę oleju, wrzucić cebulę i paprykę, chwilkę smażyć.

Dodać ryż i bulion. Dusić 10 minut, dodać pomidory, dalej dusić do miękkości. Doprawić solą, pieprzem i mieloną słodką papryką. Wymieszać z rozdrobnioną rybą.

Czas przygotowania:
35 min.

Lisek Piotr, Strzałków, Gmina Wolanów

Paprykówka
z miodem

Składniki

- 0,5 litra spirytusu
- 0,75 litra wody
- 2 duże łyżki miodu
- 25 ziaren czarnego pieprzu
- 2 papryczki chili oczyszczonego z ziarenek

Sposób przygotowania

Wszystko włożyć do dużego słoja, bądź butelki. Po pierwszym tygodniu wyjąć papryczki, po kolejnych dwóch tygodniach zlać z nad osadu pieprzu. Zabutelkować na co najmniej dwa miesiące, czym dłużej stoi, tym jest lepsza. Super do picia pod ogórki lub śledzika.

Czas przygotowania:
6 miesięcy

Lisek Piotr, Strzałków, Gmina Wolanów

Nalewka z chili

Składniki

- 4 duże papryczki chili
- 1 litr czystej wódki

Sposób przygotowania

Oczyszczoną papryczkę pokroić na paseczki włożyć do słoja i zalać wódką. Odstawić na 7 dni, kilkakrotnie przez ten czas mieszając poprzez potrząsanie słojem. Po 7 dniach bardzo dokładnie przefiltrować, przelać do butelek, odstawić szczelnie zamkniętą na 6 miesięcy, aby trunek nabrał właściwego smaku i aromatu.

Pokorska Iwona, Wolanów

Ogórki z papryką

Czas przygotowania:
4 godz.

Składniki

- 4-5 kg ogórków gruntowych
- 4 strączki papryki
- 50 dag cebuli
- 3 szkl. wody
- 1 szkl. soli

Zalewa:

- 3 szkl. wody
- 3 szkl. octu
- 4 szkl. cukru
- kilka ziaren ziela angielskiego, gorczycy,
- liść laurowy.

Sposób przygotowania

Ogórki oraz cebulę obrać i poszatkować. Paprykę umyć, wydrążyć gniazda nasienne, a miąższ również poszatkować. Tak przygotowane składniki przełożyć do miski, zalać wodą, wymieszać razem z solą i odstawić na 3 godziny. Następnie warzywa odcedzić.
Zalewa: Wszystkie składniki razem wymieszać i gotować 7- 10 minut. Przygotowane warzywa przełożyć do słoików i zalać zalewą, dokładnie zakręcić i pasteryzować ok. 30 minut.

Anna Jurek, Radom

Śledzie
z czerwoną papryką

Czas przygotowania:
20 min.

Składniki

- 4 płaty śledziowe(matiasy)
- 1/2 czerwonej papryki
- 1 czerwona cebula
- czarny pieprz w ziarnach
- olej
- sok z cytryny

Sposób przygotowania

Filety namoczyć w wodzie, pokroić w drobne paski. Cebulę obrać , pokroić w cienkie plastry, paprykę w drobną kostkę. Wrzucić do miski, zalać odrobiną oleju, sokiem z cytryny. Doprawić do smaku solą i sporą ilością czarnego pieprzu. Odstawić na kilka godzin.

Czas przygotowania:
50 min.

Anna Jurek, Radom

Zupa krem
z grillowanej papryki z pomidorami

Składniki

- 1 l bulionu (+ warzywa z rosołu- jedna marchew, kawałek selera etc.)
- 0,5 litra przecieru pomidorowego
- 250 g świeżej czerwonej papryki
- 1 czerstwa bułka
- oliwa czosnkowa
- sól, pieprz, szczypta cukru i chili

Sposób przygotowania

Paprykę upiec na patelni grillowej lub w mocno nagrzanym piekarniku do momentu, gdy zczernieje jej skórka. Jeszcze gorącą przełożyć do miseczki i szczelnie przykryć folią spożywczą. Gdy zaparuje i ostygnie obrać ją ze skórki. Zmiksować z warzywami z buliony i odrobiną rosołu. Wlać do pozostałego płynu wraz z sokiem pomidorowym. Na patelni grillowej zrumienić bułkę pokrojoną w kostkę na odrobinie czosnkowej oliwy. Pieczywo wrzucić do zupy (to ją zagęści). Całość jeszcze raz zmiksować, doprowadzić do wrzenia, przyprawić.

Czas przygotowania:
30 min

Anna Jurek, Radom

Kotlety wieprzowe
z papryką

Składniki

- kotlety wieprzowe (np. 6)
- 2 ząbki czosnku
- 1/2 cukini
- 2 łyżki masła
- 1 łyżka oleju
- 1 łyżeczka tymianku
- 1 łyżeczka estragonu
- 3 papryki, każda innego koloru
- sól, pieprz

Sposób przygotowania

Kotlety lekko rozbij tłuczkiem, posól i popieprz. Papryki oczyść, umyj, pokrój w paski. Czosnek obierz i posiekaj. Cukinię umyj, osusz, pokrój w plasterki.
Masło i olej rozgrzej na patelni. Usmaż kotlety (wg przepisu po 5 minut z każdej strony). Przełóż na ogrzany talerz, trzymaj w cieple. Do tłuszczu ze smażenia włóż paprykę, czosnek i cukinię. Dodaj zioła. Smaż około 5 minut. Podawać razem z ziemniakami.

Anna Jurek, Radom

Makaron z papryką
i pomidorami

Czas przygotowania:
35 min

Składniki

- makaron (mieszanka: pełnoziarniste świderki i wstążki fale)
- ½ pojedynczej piersi z indyka
- chińska mieszanka przypraw
- sól, pieprz
- mała cebula
- czerwona papryka, mały pomidor
- 1 ząbek czosnku
- kostka Knorra - pieprz
- kostka Knorra - papryczka
- 1 łyżeczka ostrej papryki
- 1 łyżeczka bazylii
- 2 łyżki ketchupu czosnkowo-bazyliowego
- mąka, mleko, oliwa do smażenia

Sposób przygotowania

Pierś z indyka oczyścić, pokroić w kostkę. Wymieszać z chińską przyprawą, solą, pieprzem i odrobiną oliwy. Usmażyć na rumiano (jak w sałatce) i odstawić w ciepłe miejsce. Na oliwie zeszklić pokrojoną w kostkę cebulę z pokrojoną w kostkę papryką i posiekanym lub przeciśniętym czosnkiem. Posypać przyprawami, wymieszać i dodać pokrojonego pomidora. Wymieszać, posypać mąką, zalać mlekiem (na oko). Cały czas mieszać, aż sos zgęstnieje. Dodać ketchup i doprawić do smaku. Makaron, indyka i sos wymieszać razem.

Janas Rafał, Strzałków, Gmina Wolanów

Sałatka
z buraków i papryki

Czas przygotowania:
30 min.

Składniki

- 5 kg buraków
- 1 kg cebuli
- 1 kg słodkiej papryki
- 10 strąków ostrej papryki
- 1 szkl. octu, 1 szkl oleju + sól do smaku

Sposób przygotowania

Buraczki oczyścić, umyć i pogotować. Następnie zetrzeć na tarce o dużych oczkach. Cebulę obrać, sparzyć i pokroić w plasterki. Paprykę słodką i ostrą pokroić w paski. Tak przygotowane warzywa połączyć ze sobą, dodać pozostałe składniki i dokładnie wymieszać. Sałatką napełniać słoiki, dobrze zakręcić i gotować 10 minut.

Czas przygotowania:
80 min.

Dorota Piastowicz, Radom

Chili Con Carne

Składniki

- 1 łyżka oliwy z oliwek
- 1 duża cebula, pokrojona w kostkę
- 2 ząbki czosnku, drobno posiekane
- 1 łyżeczka przyprawy chilli
- 1 łyżeczka przyprawy kmin rzymski (kumin) w proszku
- 1 łyżeczka suszonego oregano
- 450 g mielonej chudej wołowiny
- 1/2 puszki pokrojonych pomidorów bez skórek (200 g)
- 1 kostka bulionu wołowego
- 1 duża czerwona papryka, bez gniazd nasiennych, pokrojona w kostkę
- 5 suszonych pomidorów
- 1 puszka czerwonej fasoli w zalewie, odsączonej z zalewy

Sposób przygotowania

Na dużej patelni z przykrywką rozgrzać olej i zeszklić cebulę, dodać czosnek, chilli, kmin rzymski i oregano i mieszając smażyć przez 1 minutę. Stopniowo dodawać zmieloną wołowinę, mieszając zarumienić z każdej strony. Dodać pomidory z zalewą i pół puszki pozostałego soku pomidorowego (w razie potrzeby uzupełnić wodą). Dodać bulion wołowy i doprawić solą oraz pieprzem, ewentualnie kolejnym bulionem. Przykryć i gotować przez 20-25 minut, w zależności od delikatności mięsa. Dodać paprykę i suszone pomidory i gotować pod przykryciem, aż papryka będzie prawie miękka, przez około 15 minut, od czasu do czasu mieszając. Na koniec dodać fasolę i chwilę razem pogotować. Podawać na gorąco z białym ryżem, chipsami z tortilli lub plackami tortilli, ewentualnie z dodatkiem kwaśnej śmietany i sałatki z awokado.

Ogólnopolskie Targi Papryki w Przytyku

Od ponad 10 lat Przytyk i okoliczne gminy nazywane są **paprykowym zagłębiem.** To właśnie z tego obszaru pochodzi ok. 80 % krajowej produkcji tego smacznego warzywa. W samym Przytyku paprykę uprawia się w około 200 gospodarstwach.

Ogólnopolskie Targi Papryki organizowane są od 1998 roku z inicjatywy Wójta Gminy, Starosty Powiatu Radomskiego oraz Prezesa Radomskiej Giełdy Rolnej - stanowiąc znakomitą formę promocji przednich odmian, na które popyt stale wzrasta. Targi – to również doskonała okazja do spotkań producentów z kraju i zagranicy.

Paprykowe święto odbywa się rokrocznie w pierwszą niedzielę września. Uczestniczą w nim tysiące mieszkańców gminy Przytyk, okolicznych miejscowości i coraz licznej odwiedzających targi gości spoza regionu. Podczas imprezy na kilkudziesięciu kolorowo urządzonych stoiskach prezentowane są najwspanialsze okazy, a najatrakcyjniejsze z pawilonów nagradzane są w prowadzonym przez organizatorów konkursie. Dodatkową formą promocji są wydawnictwa reklamowe oraz degustacja potraw, których głównym składnikiem jest papryka.

Targom towarzyszą liczne imprezy i konkursy, prezentacje sprzętu rolniczego i występy artystyczne znanych gwiazd oraz regionalnych zespołów ludowych.

Stowarzyszenie LGD "Razem dla Radomki"

Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania „Razem dla Radomki" działa w ramach europejskiego programu Leader, na rzecz rozwoju obszaru gmin: **Jedlińsk, Przysucha, Przytyk, Wieniawa, Wolanów, Zakrzew.**

Program Leader skierowany jest do gmin, stowarzyszeń, przedsiębiorców, rolników i mieszkańców obszaru LGD, którzy mogą uzyskać środki unijne na realizowane przez siebie projekty w zakresie: „Odnowa i rozwój wsi", „Tworzenie i rozwój mikroprzedsiębiorstw", „Małe projekty", „Różnicowanie w kierunku działalności nierolniczej".

Stowarzyszenie LGD „Razem dla Radomki" przyczynia się do wzrostu atrakcyjności i rozwoju gospodarczego całego obszaru LGD poprzez aktywizację społeczeństwa i wykorzystanie unikalnych walorów przyrodniczych, kulturowych i historycznych obszaru.

Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania „Razem dla Radomki"
ul. Wernera 9/11
26-600 Radom
tel/fax (0-48) 38 58 996
e-mail: zarzad@razemdlaradomki.pl

więcej informacji na stronie:
www.razemdlaradomki.pl

JEDLIŃSK

PRZYSUCHA

PRZYTYK

WIENIAWA

WOLANÓW

ZAKRZEW

Historia papryki

Papryka pochodzi z Ameryki Środkowej i Południowej. Pierwotnie rosła w Boliwii, Brazylii oraz w Peru gdzie była uprawiana już 2500 lat. p.n.e.

Kariera papryki w Europie rozpoczęła się wraz z odkryciem Indii Zachodnich przez Krzysztofa Kolumba, który sprowadził ją do Hiszpanii w 1493 r., gdzie szybko znalazła swoich wielbicieli. Od tego momentu papryka szybko rozprzestrzeniła się we Włoszech, Francji, w krajach bałkańskich aż po Indie.

Do szerokiego jej rozpropagowania przyczynili się Węgrzy, dla których stała się narodową jarzyną i przyprawą. Zwana jest tam „czerwonym złotem", bowiem przynosi duże dochody z eksportu. Dzięki papryce kuchnia węgierska ma nie tylko specyficzny smak ale i kolor. Bez czerwonej papryki nie byłoby zupy gulaszowej ani rybnej czy lecza.

Do Polski papryka trafiła ponad 20 lat temu, stając się jednym z najczęściej spożywanych w Polsce warzyw. Obecnie największe zagłębie paprykowe znajduje się na obszarze funkcjonowania Stowarzyszenia LGD „Razem dla Radomki", gdzie uprawia się największe ilości tego warzywa.

Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich
Europa inwestująca w obszary wiejskie

Przewodnik kulinarny markowego produktu obszaru LGD Razem dla Radomki - Papryki współfinansowany jest ze środków Unii Europejskiej w ramach osi 4 - LEADER Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007 - 2013