

marzec 2015

# wieści dla domu

LUDZIE

## Charsznicka kapusta kiszona to jej specjalność

OGRÓD

## Zaplanuj warzywnik - uprawa współrzędna

KWIATOWA MODA



Fot. H. Dmyrenko

ZDROWIE/URODA

## Wiosna tuż!

Wygraj zestaw  
kosmetyków



Prosto i pysznie na  
wielkanocnym stole

Fot. Anna Malinowski



# CHARSZNICKA KAPUSTA KISZONA TO JEJ SPECJALNOŚĆ

Na targi BioFach do Norymbergii Agnieszka Malinowska wybrała się z ekologicznymi producentami z Małopolski na zaproszenie marszałka województwa. Przywiozła ze sobą kiszoną kapustę i ogórki, które produkowane są w rodzinnej firmie od 1990 roku.

tekst ■ ■ ANNA MALINOWSKI

zdjęcia ■ ■ ANNA MALINOWSKI,  
PRYWATNY ALBUM AGNIESZKI MALINOWSKIEJ

W tym roku firma Agro-Wit obchodzi 25-lecie istnienia. Rok 1990 był przełomowym zarówno dla Polski, jak i dla rodziny Malinowskich. Mieszkają w Charsznicy, czyli kapuścianym zagłębiu, więc trudno się dziwić, że wybór padł właśnie na to warzywo. Na początku ukiszoną kapustę produkowano i pakowano w woreczki ręcznie. Małymi kroczkami rozwijano się, inwestując każdą zarobioną złotówkę w rodzinny zakład. Dzisiaj posiadają własną kwaszarnię i paczarnię, a w najbliższych planach jest poszerzenie gamy przetwarzanych warzyw. Od roku 2009 Agro-Wit posiada oprócz produkcji konwencjonalnej również certyfikat na tryb ekologiczny, co pozwala firmie być jeszcze bardziej atrakcyjną dla odbiorców. Produkuje nie tylko kiszoną kapustę, ale również kiszone ogórki, sok z kapusty kiszzonej oraz kapustę gołąbkową w główkach. Ta ostatnia

forma budzi we mnie ciekawość. – *To stary przepis naszych babć, które całe główki kapusty wkładały na dno beczki, a my jako dzieciaki nie mogliśmy się doczekać, aż będą przekiszzone. Kontynuujemy tę tradycję z sukcesem* – wyjaśnia pani Agnieszka. Po 15 latach od powstania firmy, czyli w 2005 roku, skompletowana została linia technologiczna, dzięki której na stałe zatrudnionych jest 8 osób, a w sezonie od 20 do 30.

## ZDANIEM WICEMARSZAŁKA MAŁOPOLSKI

Firma Agro-Wit odpowiada temu, co o przedsiębiorstwach mówi na BioFach wicemarszałek Małopolski Stanisław Sorys. Dowiaduje się, że teren województwa „małej Polski” jest w jednej części terenem płaskim z polami uprawnymi, a w drugiej - terenem górzystym, co sprzyja rozwo-



Do góry od lewej: syn Łukasz, córka Monika, Agnieszka Malinowska, Jacek Malinowski. Na dole od lewej: syn Mikołaj z kuzynem Jasiem

## PRZEPIS NA GOŁĄBKI Z KAPUSTY KISZONEJ W GŁÓWCE:

Kapustę wypłukać i podzielić na pojedyncze liście. Przepłukać 3 szklanki kaszy gryczanej, dodać łyżkę stołową oliwy, posolić i zalać wrzątkiem, dusić pod przykryciem, a w razie potrzeby dodać wrzątku. 1 – 1,5 kg żeberek upiec w ulubionych ziołach. Kaszę połączyć z upieczonymi kawałkami mięsa i sosem. Układać na liście. Każdy liść zawinąć do środka i ułożyć ściśle w garnku. Zalać sosem grzybowym i dusić do miękkości pod przykryciem.

*Smacznego życzy Agnieszka Malinowska.*



W rozmowie z potencjalnymi kontrahentami

jowi małych gospodarstw i przetwórstwa w trybie ekologicznym. Biorąc pod uwagę obszar całego kraju, to właśnie tutaj rolnictwo ekologiczne spotykane jest najczęściej. Wielopokoleniowe rodziny wyspecjalizowały się w działalności rolniczej połączonej z przetwórstwem do tego stopnia, że potrafią zagwarantować ciągłą dostawę swoich produktów, co obok certyfikatu jest najważniejszym aspektem współpracy z odbiorcami. Firma Agro-Wit jest tego najlepszym przykładem.

## KISZONA CZY KWASZONA?

O różnice między tymi dwoma określeniami pytam panią Agnieszkę - fachowca z kapuścianej stolicy. – *Określeniami używanymi jest alternatywnie i nie ma nic wspólnego z procesem powstawania produktu końcowego. Ogólnie jednak jest to problem, gdyż w naszym regionie możemy używać określenia „charsznicka kapusta kwaszona” lub „kapusta kiszona” ale już bez określenia „charsznicka”. Aktualnie trwają rozmowy, aby ujednoczyć nazewnictwo i mamy nadzieję, że już niebawem będziemy mieć rozwiązanie tego dylematu.*

Świeża kapusta doprawiana jest w Agro-Wit solą kamienną, po czym wędruje do kadzi na okres 60 dni. Kapusty już nikt nie depte nogami. Rolę nóg gospodyni pełnią wodne pontony, pod których ciężarem kapusta jest ugniatana. Nie dodaje się żadnych konserwantów, ale niekiedy do produktu końcowego wędruje wino lub różnego rodzaju przyprawy. Najważniejszym jednak aspektem jest czas, którego powoli wszystkim brakuje, a zwłaszcza producentom. Rocznie w powolnym

procesie kiszenia produkuje się ok. tysiąca ton kapusty. Nie wszystko jednak rozprowadzane jest w naszym kraju, bo do amatorów kapusty należą również Słowacy, Czesi, Anglicy i Niemcy.

## MIĘDZY ZAKŁADEM A DOMEM

Pani Agnieszka ma 43 lata, pochodzi z Olkusza, a do Jelczy koło Charsznicy przywędrowała za mężem, którego rodzice zajmowali się, jak nie trudno się domyśleć, kiszeniem kapusty. Po ślubie oboje zaangażowali się w 5-hektarowe gospodarstwo teściów, które z czasem powiększono do 20 ha.

Pani Agnieszka z wykształcenia jest technikiem budowlanym. Gdy pytam ją, czy nie żał jej było zostawić zawód, odpowiada, że nie do końca to zrobiła, bo przecież mogła się realizować i robi to do dzisiaj, gdy potrzebny był projekt domu, budynków zakładu czy otoczenia. Nie żałuje swojej decyzji o zmianie zawodu zwłaszcza dzisiaj, gdy widzi, jak dużo udało jej się razem z mężem Jackiem osiągnąć.

Państwo Malinowscy mają trójkę dzieci: syn Łukasz ma 22 lata, córka Monika 20, a Mikołaj 10. Pani Agnieszka obowiązki przedsiębiorcy musi pogodzić z obowiązkami gospodyni domowej i aby temu podołać, zaczyna dzień o godz. 6.00. Po odwiezieniu Mikołaja do szkoły siada

nad dokumentacją firmy, wizytuje zakład, odwiedza urzędy, odbiera syna, robi rodzinie obiad, zawozi Mikołaja na zajęcia językowe (15 km), wraca do swoich obowiązków szefowej, co jest konieczne zważywszy, że zakład pracuje na dwie zmiany. Najwięcej pracy jest w sezonie, czyli od września do listopada i potem na wiosnę, gdy przychodzi czas sadzenia i pielienia kapusty. Wcześniej produkowano sadzonki we własnym zakresie, ale pochłaniało to zbyt wiele czasu, więc teraz zamawiane są już odrośnięte, gotowe do flancowania.

Pani Agnieszka bardzo lubi gotować i w jej kuchni często pojawiają się dania z kapusty. Mąż jest myśliwym, więc daniem firmowym jest bigos z dziczyzną. Z całych główek kapusty kiszzonej robione są gołąbki, którymi zajada się cała rodzina i znajomi, więc proszę panią Agnieszkę o przepis dla naszych Czytelników.

## PLANY CZY MARZENIA?

Młodzieńcze marzenia posiadania udanej rodziny spełniły się. Mówi, że męża ma dobrego (śmiech), dzieci porządnie wychowane. Gdy pytam o marzenia na dzień dzisiejszy, pani Agnieszka zastanawia się długo. A co zrobiłaby, gdyby nagle zjawiła się u niej dobra wróżka i podarowała jej milion euro? Na odpowiedź nie muszę czekać: - *Zainwestowałabym całość w firmę! ... No, ale gdyby jeszcze coś zostało, to chętnie wyjechałabym z mężem, ale bez telefonu, gdzieś daleko na miesiąc... Obawiam się jednak, że tak długo nie wytrzymałobyśmy poza domem i zakładem (śmiech).*



Ekologiczna grupa z Wicemarszałkiem St. Sorysem (5. od lewej)



GATUNEK	DOBRY SĄSIAD	ZŁY SĄSIAD
Burak	Cebula, fasola, ogórek	Marchew, ziemniaki
Cebula	Por, marchew, buraki	Fasola, groch
Czosnek	Ogórek, pomidor, sałata	Fasola, groch
Fasola	Ogórek, seler, kapustne	Cebula, czosnek
Groch	Ogórek, kapustne, ziemniaki	Cebula, czosnek
Kapustne	Burak, cebula, seler	Pomidor, marchew, rzodkiewka
Marchew	Cebula, por, sałata	Burak, kapustne, ziemniaki
Ogórek	Czosnek, seler, rzodkiewka	Pomidor, ziemniak
Pietruszka	Pomidor, rzodkiewka	Sałata
Pomidor	Czosnek, fasola, pietruszka	Ogórek, ziemniaki
Por	Ogórek, pietruszka	Burak, fasola, groch,
Rzodkiewka	Groch, sałata	Pomidor, kapustne
Sałata	Pomidor, ogórek, rzodkiewka	Pietruszka
Seler	Ogórek, kapustne, fasola	Marchew, ziemniaki
Ziemniak	Kapusta, fasola, groch, czosnek	Pomidor, ogórek, marchew

# ZAPLANUJ WARZYWNIK - UPRAWA WSPÓŁRZĘDNA

Zbliża się wiosna, a z nią czas siania i sadzenia roślin w naszych ogrodach. Zanim wpadniemy w wir pracy, zastanówmy się, gdzie każda z roślin powinna rosnąć. Poświęćmy nieco wolnego czasu i stwórzmy plan tegorocznych nasadzeń.

tekst ■ ■ MICHAŁ KALISZAN

Często się zdarza, że gdy nadchodzi wiosna, jesteśmy kompletnie zaskoczeni. Szybko kupujemy nasiona, które pospiesznie wysiewamy, nie dbając o właściwe sąsiedztwo roślin. A przecież z własnego ogrodu chcemy jeść warzywa zdrowe, dorodne i smaczne!

Na niewielkich powierzchniach często stosujemy uprawę współrzędną, czyli świadome sianie i sadzenie jednych gatunków w pobliżu innych. Taki sposób prowadzenia warzywnika ma wiele zalet. *Uprawa współrzędna przyczynia się do zachowania bioróżnorodności, zwiększa równowagę ekologiczną przede wszystkim w środowisku glebowym. Lepiej wykorzystana jest powierzchnia, ponieważ przez cały okres wegetacji prowadzone są nowe gatunki roślin uprawnych i w efekcie otrzymuje się duże zbiory. Ponadto przez cały sezon gleba pokryta jest roślinami, co sprzyja zatrzymaniu wilgoci oraz hamuje wzrost chwastów. Rośliny uprawiane współrzędnie są też rzadziej atakowane przez szkodniki i porażane przez choroby, ponieważ niektóre gatunki cechują się odstraszającym działaniem wobec nich* - wyjaśnia dr inż. Tomasz Spiżewski z Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu. Właściwie dobrane sąsiedztwo roślin sprawi, że uzyskane plony będą większe, zdrowsze, a ich smak się polepszy. Uprawa współrzędna opiera się na obserwacji wpływów, jakie jedne rośliny wywierają na wzrost i rozwój innych. Często jest to związane ze specyficznymi substancjami wydzielanymi do środowiska przez określone organy poszczególnych gatunków. Zjawisko to nazywamy allelopatią. Zależności te mogą mieć charakter zarówno korzystny, jak i niekorzystny. Jakie spełnić warunki, by taki sposób prowadzenia upraw przynosił jak najlepsze efekty?

Planując nasz warzywnik w większości korzystamy z już poznanych zależności między konkretnymi gatunkami. Zastosowanie ich nie jest proste, ponieważ wpływ na wzrost i rozwój rośliny, oprócz właściwego sąsiedztwa, ma wiele różnych czynników takich jak: rodzaj gleby, przebieg pogody czy nawożenie. Każdy z tych elementów jest ważny. Jednak wiele oddziaływań zostało już poznanych i potwierdzonych przez badania naukowe i praktykę ogrodniczą. Najbardziej znanym przykładem jest dobre sąsiedztwo marchwi i cebuli. Ta pierwsza odstrasza śmietkę cebulanę, a druga polysnicę marchwiankę. Dzięki naprzemiennemu wysiewaniu rzędów marchwi i cebuli zyskamy naturalną ochronę przed tymi szkodnikami. Podobnych zależności jest wiele. *I tak rosnące w sąsiedztwie fasola karłowa, cząber ogrodowy, koper ogrodowy, cebula i nasturcja sprawiają, że mniejsze jest zagrożenie ze strony mszyc. Występowanie polysnicy marchwianki*

*ograniczają: szałwia lekarska, sałata, por i cebula. Gąsienice motyli, np. bielinka kapustnika czy rzepnika pojawiają się rzadziej, jeśli w pobliżu znajdują się: seler, pomidor, koper ogrodowy, szałwia lekarska i tymianek właściwy. Aksamitka wykazuje odstraszające działanie w stosunku do nicieni. Cebula i czosnek ograniczają porażenie szarą pleśnią i chorobami bakteryjnymi, a warzywa kapustne septoriozą selera. W literaturze można również znaleźć informacje, że niektóre gatunki, rosnąc razem z warzywami, poprawiają ich smak. Szczególnie cenny pod tym względem jest koper ogrodowy, który wzmacnia smak buraka ćwikłowego, cebuli i grochu. Cząber ogrodowy ma wpływ na smak kopru włoskiego i sałaty, pietruszka - pomidora, a rzeżucha ogrodowa - rzodkiewki - wylicza dr Spiżewski. Kapusta lubi towarzystwo buraków, selera czy cebuli, z kolei przy pomidorach czy truskawkach będzie gorzej rosła. Ogórki, a także inne dyniowate nie lubią sąsiedztwa ziemniaka. Wspomniana cebula korzystnie wpływa na por, a nie znosi warzyw z rodziny strączkowych: grochu i fasoli.*

Aromatyczne zioła to kolejna grupa gatunków, która powinna być brana pod uwagę przy planowaniu warzywnika. Z racji intensywnego zapachu mogą przyciągać bądź odstraszac organizmy pożyteczne oraz szkodniki, a jednocześnie wpływać na smak uprawianych warzyw. Bazylkę można wsiewać między pomidory, ogórki czy kapustne, a majeranek między kapustne. Melisa wabi pszczoły, a mięta odstrasza mrówki, mszycy oraz bielinka kapustnika.

Ogród nie może obyć się bez kwiatów, są one nie tylko jego ozdobą lecz pełnią rozmaite funkcje i wpływają na wzrost pozostałych roślin. Popularne aksamitki wabią nicienie, które przyczepione do ich korzeni umierają z głodu, z kolei nasturcja działają niekorzystnie na mączlika, częstego szkodnika upraw pod osłonami. Również warzywa mogą oddziaływać na wzrost i kwitnienie kwiatów. Przykładowo róże lepiej rosną, gdy w ich pobliżu znajduje się grządką z czosnkiem czy pietruszką.

Mimo wszystko we własnym ogrodzie trzeba być wzorowym obserwatorem. Nic nie może umknąć naszej uwadze. Może się okazać, że z nieznaną przyczyną rośliny, które nie powinny rosnąć we własnym pobliżu, mają się koło siebie doskonale. Warto przyglądać się, a ciekawe spostrzeżenia notować, po to by w przyszłości z nich skorzystać. Pamiętajmy, że ogród to nie książka i żyje własnym życiem. Wszystkie informacje zebrane w literaturze czy internecie mają jedynie charakter poglądowy. Niech stanowią punkt wyjścia do rozpoczęcia obserwacji i wyciągania trafnych wniosków dla naszych własnych upraw.



# KWIATOWA MODA

Każdego roku w kwaciarstwie obowiązują jakieś trendy. - *To jest tak, jak z modą, gdzie na każdy sezon mamy określoną kolorystykę. Na ten poleca się pastelowe, rozmyte kolory.*

*Można powiedzieć, że takie koronkowe, trochę babcine. Choć jest również drugi trend, bardziej zdecydowany - na zasadzie kontrastów na przykład kolor czarny z żółtym, czy czarny z czerwonym - wyjaśnia Anna Korzeniewska, florystka z Pleszewa.*

tekst ■ ■ DOROTA PIĘKNA-PATERCZYK  
Wielkopolski Ośrodek Doradztwa Rolniczego w Poznaniu

Zbliża się wiosna. Dlatego warto zająć się domowymi kwiatami. One, tak jak my, potrzebują wiosennego zastrzyku energii - czyli przesadzenia do większej doniczki, wymiany podłoża i zasilenia nawozami. Moimi dzisiejszymi rozmówczyniami są dwie wyjątkowe panie, które o roślinach wiedzą chyba wszystko i podpowiedzą, jak zadbać na przedwiośniu o te domowe. A co najważniejsze łączą przyjemność z pracą zawodową. Anna Korzeniewska i jej córka Joanna z Pleszewa są florystkami. Co kryje się pod pojęciem florysta? Otóż taka osoba musi mieć zmysł artystyczny, zdolności manualne, no i wiedzę. Ale tak naprawdę florysta jest artystą tworzącym z różnych materiałów cuda, cudenka! Powstające bukiety to często dzieła sztuki. - *Z normalnych przedmiotów robi się zupełnie coś innego, inaczej się aranżuje. Zachęca się tym samym ludzi do wykorzystania może nie całego, ale chociaż jednego elementu do domowych kompozycji. Chodzi tutaj, aby rozwinąć ich wyobraźnię. Od jakiegoś czasu współpracujemy z firmą Plastiflora, która oferuje bardzo szeroki zakres dodatków. Najważniejsza w tym zawodzie jest jednak miłość do kwiatów!* - podkreśla Anna Korzeniewska. Prowadzona przez moje rozmówczynie kwaciarnia łączy w sobie nowoczesność i tradycję. To miejsce wyjątkowe, pełne uroku i jednocześnie tajemniczości. Cała rodzina państwa Korzeniewskich związana jest z branżą ogrodniczą. - *Klientom należy oferować szeroki zakres usług, dlatego ciągle poszerzamy naszą ofertę. Kiedyś ludzie aż tak nie dbali o nasadzenia w ogrodach. Teraz to wszystko pozmięniało się - uważa. W gospodarstwie znajdują się obiekty pod osłonami, w których produkuje się rośliny rabatowe oraz byliny. Część sadzonek kupowana jest w Niemczech i dalsza produkcja odbywa się już w Pleszewie. W pracach w ramach praktyk biorą też udział uczniowie z Zespołu Szkół Politechniczno-Przyrodniczych CKU w Marszewie. Odbywają się również kursy florystyczne skierowane do osób bezrobotnych z unijnych projektów. Czyli dzieje się naprawdę dużo!*

Kiedy spotykamy się na umówioną wizytę, pani Anna jest w trakcie tworzenia ciekawych kompozycji na pokaz florystyczny, podczas targów Gardenia w Poznaniu. Motywem przewodnim tegorocznego pokazu jest „Papierowe wesele”. Dlatego do przygotowywanych prac są wykorzystywane elementy dekoracyjne z papieru. Podczas targów, dzieła sztuki tworzone są na oczach publiczności. Bogactwo i różnorodność użytych w trakcie pokazu materiałów zawsze wzbudza wśród publiczności bardzo żywiołowe reakcje. Często są to zaskakujące materiały, które pomagają stworzyć artystom



Propozycje stroików na stół wielkanocny



Propozycje wiosennych aranżacji przygotowane przez Annę Korzeniewską



zadziwiające arcydzieła. - *Zainteresowanie kwaciarstwem odziedziczyłam po swoim tacie, który, jako jeden z pierwszych robił wiązanki i wieńce. Zawodu uczył się w niemieckiej szkole w Lesznie. W Polsce nie było szkół, które uczyły florystyki. Ja należałam do pierwszej grupy florystów - instruktorów w Polsce, którą uczyli Holendrzy. Jesteśmy także z córką po części szkolone przez florystów niemieckich - opowiada pani Anna. W domu państwa Korzeniewskich ciągle rozmawia się o roślinach, nowościach odmianowych i o wszystkim, co jest związane z branżą ogrodniczą. Pani Ania cieszy się, że dzieci wybrały również taką drogę. Podkreśla, że jest im na pewno łatwiej, ponieważ ta wiedza towarzyszyła im od najmłodszych lat. - *Córka skończyła niemiecką szkołę florystyczną, ale jest też magistrem kulturoznawstwa. Jeden syn ukończył akademię rolniczą i wraz z żoną, która również jest absolwentką tej uczelni, projektują i zakładają tereny zieleni. Drugi syn ukończył Akademię Sztuk Pięknych i jest architektem. Trzeci, najmłodszy syn w tym roku rozpoczął studia na wydziale grafiki. Zdobywana wiedza jest bardzo przydatna. Dobrze, że dzieci podpowiadają sobie różne techniki, które mogą być wykorzystane podczas tworzenia ciekawych aranżacji. Takie osoby są wrażliwe na wszystko, co wokół się dzieje. Wykształcenie pozwala rozwinąć się szerzej. W obecnych czasach trzeba być wszechstronnym - zaznacza. Każdego roku w kwaciarstwie obowiązują jakieś trendy. Co na ten sezon? - *To jest tak, jak z modą, gdzie na każdy sezon mamy określoną kolorystykę. Na ten sezon poleca się pastelowe, rozmyte kolory. Można powiedzieć, że takie koronkowe, trochę babcine. Choć jest również drugi trend, bardziej zdecydowany - na zasadzie kontrastów na przykład kolor czarny z żółtym, czy czarny z czerwonym - wyjaśnia florystka z Pleszewa. Podpowiada, jak przygotować rośliny domowe do sezonu. Pierwszą zasadą jest odpowiednia ziemia do określonej rośliny. Radzi, aby rośliny ze sklepów, marketów od razu przesadzić w normalną ziemię. - *One są uprawiane w systemie zalewowym i nie mają żadnych nawozów, a w domach nie prowadzimy uprawy w takich systemach. Warto również zasilić takie rośliny. Na rynku jest bardzo duży wybór nawozów z przeznaczeniem do konkretnej rośliny. Lepiej kupować małe opakowanie, aby je zużyć - poleca. Proponuje zakupy****

ze znanych firm, ponieważ mają lepszą sprzedaż i nie zalegają na półkach sklepowych. Ważne, aby nie wyrzucać etykiet znajdujących się na roślinach, ponieważ tam są wskazówki i zalecenia co do ich pielęgnacji. Jeśli roślina wymaga np. uszczykiwania czy zasilenia dolistnego, róbmy to! Na pewno zawsze na początku każda młoda roślina wymaga większej opieki. Kupując trzeba już coś o niej wiedzieć lub się dowiedzieć. - *Jest wiele osób, które chciałyby podlać roślinę raz na dłuższy czas i sprawa załatwiona. Niestety, nie ma złotego środka na wszystko i do każdej rośliny podchodzimy indywidualnie!* - podkreśla. Ulubionymi kwiatami pani Ani są wszystkie drobne kwiaty, takie typowe letnie. - *W Holandii są one produkowane w szklarniach przez cały rok, ale u nas klienci nie chcą się przelamać do nabywania takich kwiatów. Takie bukiety są zdecydowanie inne - mówi. Kiedyś w ogrodach przydomowych rosło dużo takich roślin.*

Zawód florysty jest o tyle ciekawy, że człowiek ciągle się rozwija. - *Nie*

można w tej dziedzinie liczyć tylko na zyski. Trzeba mieć pasję. To nie jest zawód łatwy, związany jest w większości z pracą fizyczną - trzeba go kochać! Trzeba być pasjonatem, żeby śledzić to wszystko. Na pewno nie osiągnie się sukcesu, jeśli będzie się podpatrywało tylko innych. Tutaj trzeba być indywidualistą i wypracować swój styl. Tego wymaga rynek, ponieważ jest zbyt duża konkurencja. To wszystko przychodzi z doświadczeniem - zaznacza pani Anna. Jakie plany na przyszłość ma rodzina Korzeniewskich? - *Plany mamy zawsze - żeby coś ciekawego dołożyć, coś powiększyć w naszym gospodarstwie ogrodniczym. W ubiegłym roku zaczęliśmy nasze rośliny wystawiać na zewnątrz. Chcemy pokazywać różne elementy aranżacji. Jak można zestawiać ze sobą rośliny pod względem wymagań glebowych, kolorystycznych. Będzie to taka cenna i przydatna wiedza dla klienta. Nie ma brzydkich roślin. Trzeba je tylko w umiejętny sposób zaaranżować - podsumowuje Anna Korzeniewska z Pleszewa.*

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

— REKLAMA —



Fot. W. Staniko

# PROSTO I PYSZNIE NA WIELKANOCNYM STOLE

Wielkanocne dania tworzą pyszne świąteczne menu, na które czekamy przez cały rok. Ich przygotowanie wiąże się z dodatkowym stresem, czy wszystkie się nam udadzą, bo przecież będą je jeść nie tylko domownicy, ale też goście. Wiele z nas jest zapracowanymi osobami i czasu na pitraszenie w kuchni zdecydowanie nam brakuje. Dlatego też mam nadzieję, że moje dzisiejsze propozycje sprawią, że zachowując czas dla rodziny przygotujecie dania, którymi zaskoczycie nie tylko najbliższych. (HD)



## SERNIK GOTOWANY



Fot. H. Dmytenko

🔧 łatwe  
🕒 120 min  
👥 4-6 os.

### Składniki:

- 1 kg białego sera,
- 1 kostka margaryny,
- 1 szklanka cukru,
- cukier waniliowy,
- 1 szklanka mleka,
- 6 jajek,
- 2 budynie na 3/4 litra,
- 1 paczka herbatników,
- rodzynki, owoce i skórka pomarańczowa
- - według uznania

### Przygotowanie:

Z mleka odlewam pół szklanki i rozpuszczam w niej budynie. Resztę mleka zagotowuję z margaryną i cukrem, dodaję ser i jajka. Ponownie zagotowuję, cały czas mieszając (najlepiej w garnku o podwójnym dnie, by masa się nie przypaliła). Dodaję rozpuszczone budynie. Do gorącej masy dodaję owoce, rodzynki i skórkę pomarańczową. Gorącą masę wylewam do tortownicy lub specjalnej, świątecznej foremki. Na wierzchu układam herbatniki, które po wyjęciu z formy będą na spodzie ciasta. Dekoruję kolorowym lukrem lub czekoladą.

## SZYBKI MAZUREK



Fot. H. Dmytenko

🔧 łatwe  
🕒 120 min  
👥 4-6 os.

### Składniki:

- 50 dag mąki,
- 25 dag masła ewentualnie margaryny,
- 15 dag cukru pudru,
- 4-5 żółtek,
- 1 jajko do posmarowania ciasta,
- mały słoiczek powideł śliwkowych lub konfitur malinowych,
- puszka masy krówkowej

### Przygotowanie:

Składniki na ciasto zagniatam na jednolitą masę. Dzielę na dwie części i każdą osobno rozwałkuję na ok. 0,5 cm grubości. Jednym plackiem wyklejam dno i bok tortownicy lub blachy do tarty. Na to rozsmarowuję powidła lub konfiturę. Całość przykrywam drugim plackiem. Widelcem nakłuwam ciasto i piekę około 45 minut, aż ładnie się zrumieni. Z reszty surowego ciasta piekę elementy dekoracyjne, np. kwiatki i listki. Po upieczeniu i ostudzeniu ciasto smaruję masą krówkową i dekoruję według uznania.

## POPEKANE JAJKA



Fot. joanna.vnuk - Fotolia

🔧 łatwe  
🕒 60 min  
👥 6 os.

### Składniki:

- 12 jajek,
- 2 litry zielonej lub czarnej herbaty,
- gwiazdka anyżu,
- 2 łyżki ciemnego sosu sojowego,
- pieprz,
- sól

### Przygotowanie:

Jajka gotuję na twardo. Po schłodzeniu obtłukuję ich skorupkę, ale nie obieram. Zagotowuję herbatę z przyprawami i zanurzam jajka (płyn uzupełniam wodą, tak aby w całości przykrył jajka). Gotuję na małym ogniu około godziny. Po ostudzeniu obieram. Najładniej wyglądają podane w całości na zielonej sałacie.

Więcej przepisów szukaj na:

• [www.wiescidladomu.pl/hotblog](http://www.wiescidladomu.pl/hotblog)

## ZUPA CHRZANOWA



Fot. Teresa Kasprzycka - Fotolia.pl

🔧 łatwe  
🕒 120 min  
👥 2-4 os.

### Składniki:

- 1 słoik tartego chrzanu (około 200 ml),
- włoszczyzna,
- cebula,
- 100 ml śmietany do zup,
- kilka suszonych grzybów,
- 2 swojskie wędzone naturalnie kiełbasy,
- sól,
- pieprz,
- cukier,
- natka pietruszki,
- jajka

### Przygotowanie:

Grzyby namaczam w wodzie kilka godzin wcześniej. Włoszczyznę z cebulą i grzybami gotuję w 1 litrze wody. W połowie gotowania (tak po 20-30 min) dodaję pokrojoną w kostkę kiełbasę. Po 40 minutach od wstawienia zupy, wyjmuję włoszczyznę, dodaję chrzan i zagęszczam zahartowaną śmietaną. Doprawiam do smaku. Podaję z ugotowanymi jajkami i natką pietruszki.

## KACZUSZKI JAJECZNE Z FARSZEM



Fot. H. Dmytenko

🔧 średnie  
🕒 60 min.  
👥 2-4 os.

### Składniki:

- 4 jajka,
- 3 liście sałaty,
- 3 łyżki białego sera,
- 2 razy więcej ziarenek pieprzu niż jaj,
- 1 ugotowana marchewka,
- 3 duże pieczarki,
- olej do smażenia,
- sól,
- pieprz,
- majonez.

### Przygotowanie:

Jajka gotuję na twardo. Studzę, obieram i przekrawam wzdłuż na pół. Oczyszczone pieczarki drobno siekam i podsmażam na oleju. Gdy ostygną, łączę z rozgniecionymi żółtkami, przygotowuję do smaku. Białka nadziewam farszem. Na talerzu układam osuszone liście sałaty, a na nich jajka - brzuskami do góry. Białe ser rozcieram widelcem i robię dłońmi małe kuleczki - główki kaczek. Łączę je z połówkami jajek. Z pieprzu robię oczy, z marchwi dzióbek. Łyżką nakładam majonez, tak by powstały skrzydełka.

## JAJKA WE FRANCUSKIEJ KOSZULCE



🔧 łatwe  
🕒 60 min  
👥 4-6 os.

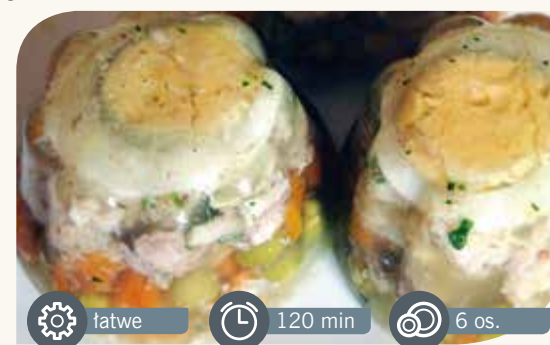
### Składniki:

- 6 jajek,
- 1 gotowe ciasto francuskie,
- 15 dag żółtego sera,
- dowolna wędlina (jednak najlepiej smakuje z boczkiem),
- 1 łyżka masła,
- 1 cebula,
- 1 pęczek szczypiorku,
- 1 papryka czerwona,
- sól i pieprz

### Przygotowanie:

Na maśle podsmażam pokrojoną w kostkę cebulkę. Dodaję drobno pokrojony boczek, sól i pieprz. Gdy lekko się przyrumieni, dodaję pokrojoną w drobną kostkę paprykę i 2/3 posiekanego szczypiorku. Mieszam i już nie smażę. Ciasto francuskie dzielę na 6 części i poszczególnymi prostokątami wykładam zagłębienia w formie do muffinek. Dno wysypuję żółtym serem. Na to kładę cebulkę z boczkiem i papryką. Na wierzchu delikatnie umieszczam po jednym jajku. Piekę całość w 180°C przez ok. 20 minut, aż białko się zetnie, a ciasto zrumieni. Wyciągam delikatnie, podważając najpierw boki, żeby odeszły od foremki. Wierzch posypuję resztą szczypiorku.

## MIĘSNO-WARZYWNE GALARETKI



Fot. H. Dmytenko

🔧 łatwe  
🕒 120 min  
👥 6 os.

### Składniki:

- 4 nogi kurczaka,
- 2 pęczki włoszczyzny,
- pół selera,
- pęczek lubczyku,
- 6 jajek ugotowanych na twardo,
- pół puszki zielonego groszku,
- sól,
- pieprz,
- 6 łyżeczek żelatyny,
- ziele angielskie,
- liść laurowy,
- pęczek natki pietruszki

### Przygotowanie:

Nogi kurczaka i obrane warzywa zalewam zimną wodą - tak, by przykryć wszystkie składniki. Dodaję kilka ziaren ziela angielskiego oraz liści laurowych. Gotuję rosół. Pod koniec gotowania dodaję pęczek lubczyku, pieprz i sól. Ugotowane mięso wyjmuję i studzę. Oddzielam od kości i kroję na kawałki. Na drobną kostkę siekam też ugotowaną marchewkę. Na dnie małych foremek (mogą być też filizanki lub kubeczki po jogurtach) wysypuję posiekaną pietruszkę i układam plasterki jajka. Na to wysypuję garść mięsa i marchewki (możemy też wykorzystać do tego seler i pietruszkę). Na końcu wysypuję zielony, odcędzony groszek. Żelatynę moczę w szklance zimnego rosółu. Rosół (około 1,5 litra) przecedzam, podgrzewam, jeśli zachodzi potrzeba - poprawiam i mieszam z żelatyną. Studzę. Tak przygotowanym rosółem zalewam ostrożnie zawartość foremek i wstawiam do lodówki do stężenia. Przed wyjęciem galarety na półmisek przecieram ścianki czymś gorącym lub wkładam na moment do gorącej wody.

## RZEŻUCHA OGRODOWA DOSKONAŁA NIE TYLKO NA WIELKANOC

Rzeżucha pochodzi z północno-wschodniej Afryki, południowo-zachodniej Azji i Europy. Uprawiali ją i spożywali starożytni Egipcjanie, Grecy i Rzymianie. - Obecnie rzeżucha, wysiewana na odwróconych doniczkach, owiniętych watą czy talerzach wyłożonych watą, wykorzystywana jest do dekoracji stołu w okresie Świąt Wielkanocnych i najczęściej w tym okresie jest spożywana. Jest to jednak roślina zasługująca na szersze zastosowanie w żywieniu, ponieważ oprócz niewielkich ilości białka, cukrów i soli mineralnych, zawiera duży procent witaminy C oraz witaminy A i B1. Olejki eteryczne, nadające jej specyficzny zapach i smak wpływają pobudzająco na apetyt i trawienie. Zawierają siarkę - mówi Jarosław Górski z Wielkopolskiego Ośrodka Doradztwa Rolniczego. Rzeżuchę można dodawać do zup warzywnych, sałatek, surówek, past serowych, rybnych i jajecznych. W najprostszym wydaniu wystarczy kromkę chleba z masłem posypać pociętą rzeżuchą.



# WIOSNA TUŻ!

Wprawdzie marcowa aura nieraz jeszcze przypomni nam o zimie, ale może właśnie na przekór pogodzie już teraz przygotować się na cieplejsze dni?



Fot. fotogestoeber - Fotolia.com

ziaja

sopot rozświetlanie

**P**ewnie niejedna z nas narzeka, że po zimie przybyło kilka centymetrów w biodrach, cera stała się ziemista i zmęczona, a włosy skryte pod czapką też straciły blask. Zamiast narzekać, lepiej zabrać się do pracy. Tak, tak, do pracy... nad sobą!

Przede wszystkim należy zmienić nastawienie z „jestem gruba, brzydka i nic mi się nie chce” na „zmienię się, bo wszystko mogę”! Bez choćby odrobiny optymizmu będzie trudno, ale może namówić do wspólnych działań koleżankę, córkę, mamę? Czemu nie! Od czego zaczynamy? Od ćwiczeń. Po zimowym lenistwie koniecznie trzeba wrócić do formy. Basen czy siłownia są świetne, ale można też inaczej, np. biegać bądź maszerować z kijkami. Jeśli i to nam nie odpowiada, to zacznijmy od kilku prostych ćwiczeń na dywanie, przy okazji oglądania ulubionego serialu. Być może to zachęci nas do większego wysiłku. Wszakże lekarze wszelkiej specjalności przekonują, że ruch to zdrowie. A aktywność fizyczna nie tylko pomaga zadbać o właściwą linię, spalając zbędne kalorie, ale także poprawia krążenie, zwiększa dotlenienie

### Czy wiesz, że...

Wiosna meteorologiczna oznacza kwartał od marca do maja. Już w starożytności datowano tę porę roku właśnie na dzień 1 marca. Był to jednocześnie pierwszy dzień roku. Dlaczego? Otóż rok starożytny podzielony był na trzymiesięczne okresy, rozpoczynał się wiosną, a kończył zimą.

organizmu i opóźnia jego starzenie, pomaga walczyć ze stresem czy także osłabia apetyt. Jeśli nie mamy jednak ochoty na wysiłek, to chociaż częściej spacerujemy, a zamiast pokonywać samochodem krótkie odcinki, przejdźmy się albo przesiądźmy na rower.

No tak, teraz patrzmy w lustro i co widzimy? Błądą i szarą twarz z podkreślonymi oczami i włosy z kilkucentymetrowym odrostem. Oczywiście i na to jest rada. Kupmy dobry krem nawilżający. Jeśli dodatkowo będą to produkty, które rozświetlą nam cerę, poprawiając koloryt skóry i dodając jej subtelny blask – to tym lepiej. Oczywiście możemy skorzystać z solarium, ale z umiarem. Mocno wspomaganą opalenizną u progu wiosny wygląda sztucznie, no chyba, że wróciliśmy właśnie z drugiej półkuli, gdzie lato w pełni, i kolor skóry zawdzięczamy wyłącznie słońcu. Stosowanie kosmetyków delikatnie opalających o tej porze roku przygotowuje naszą skórę na pierwsze promienie. A jeśli same zauważymy zmianę w kolorystyce twarzy, na pewno poprawi nam to nastrój. Nie czekajmy również z wizytą u fryzjera. Wypływały kolor czy rozdwojone kosmyki nie dodają uroku. Lepiej nie czekać, aż przyjdzie pora na pożegnanie się z czapką w tym sezonie, bo w marcu - wiadomo - jak w garnku. Pogoda może nas zaskoczyć, zarówno lepszą jej odmianą, jak i gorszą. Jedno wiadomo na pewno - wiosna tuż! (nap)

## PROMOCJA

Kosmetyki z serii ziaja sopot rozświetlanie intensywnie nawilżają, poprawiają koloryt skóry oraz dostosowują go do rodzaju karnacji. Rozświetlają i dodają skórze subtelny blask, a także poprawiają proces dotleniania jej komórek. Produkty te przywracają również równowagę energetyczną, aktywnie rewitalizują skórę oraz zapobiegają fotostarzeniu. Delikatnie korygują, wygładzają i modelują owal twarzy. W zestawie dla czytelników „Więści Rolniczych” znajdują się:

- krem opalizujący dla skóry suchej i normalnej,
- krem opalizujący dla skóry tłustej i mieszanej,
- krem pod oczy zmniejszający obrzęki i rozjaśniający cienie,
- balsam do ciała opalizujący,
- bursztynowe masło do ciała opalizujące.



## KONKURS

Dla naszych czytelników mamy 20 zestawów kosmetyków z serii ziaja sopot rozświetlanie. Wystarczy prawidłowo odpowiedzieć pytanie:

**Kiedy zaczyna się astronomiczna wiosna?**

- 1 marca
- 20 marca
- 21 marca

SMS o treści wr.ziaja.poprawna odpowiedź, np. wr.ziaja.b prosimy przesyłać do 30 marca pod numer 71051 (koszt 1,23 zł z VAT). Regulamin na [www.wiescirolnicze.pl](http://www.wiescirolnicze.pl).

### Lista zwycięzców konkursu publikowanego w nr 02/2015 „Więści Rolniczych”:

Lidia Kowalkowska, Elżbietków; Ewelina Sworowska, Mszano; Maria Ratajczak, Bojanowo; Gabriela Kukuła Skarydzew; Beata Huchrak, Bączylas; Iwona Urbaś, Gola; Zofia Szkudlarek, Żółków; Teresa Swierczyk, Kallszkowice Otobockie; Krystyna Roszykiewicz, Ludwinów; Lucyna Kacperkowiaki, Bodzewo; Elwira Chmielewska, Lutynia; Danuta Jagodzińska, Pogorzela; Milena Twardowska, Dusina; Anita Mieloszyk, Nosków; Katarzyna Chądziłk, Miejska Górka; Karolina Czajka, Borzęcizki; Genowefa Porawska, Mokronos; Natalia Kubiak, Pleszew; Katarzyna Szlachetka, Grabonóg; Agnieszka Dobrosz, Kościuszkowo.