

grudzień 2015

# wieści *dla* **domu**

## DRZEWA TO CAŁY JEGO ŚWIAT

Tomasz Pawlak wygląda jak członek Partii Zielonych i nie tylko tak wygląda, ale i tak żyje, czyli w zgodzie z naturą i samym sobą. Jest arborystą. Drzewa to cały jego świat, a ten znajduje się na dolnośląskim Pogórzu Izerskim w powiecie lwóweckim.

tekst ■ ■ ANNA MALINOWSKI





W młodym sadzie leszczyny



Podczas pielęgnacji lawendy

**N**a spotkanie z moim rozmówcą jadę do Młazda. Miejsce jest mi znane, bo to właśnie tutaj spotkałam 2 miesiące temu panią Dorotę – partnerkę pana Tomka, a zarazem bohaterkę artykułu zatytułowanego „Życie o zapachu lawendy”. Dojeżdżam do ich domu, który mieni się wszystkimi kolorami jesieni. Orzechowo-słodki zapach suchych liści, widok dojrzałego winogrona, przed bramą samochód terenowy, a w ogrodzie dwa ogromne, spokojne nowofundlandy. Widząc czworonogi, nie mogę oprzeć się skojarzeniu: „Jaki pan, taki kram”, bo zarówno pan Tomek, jak i pani Dorota emanują spokojem, zadowoleniem i tym czymś, co sprawia, że jest się przekonanim o bogatym doświadczeniu i znajomości tego, czym się ci ludzie zajmują. Pan Tomek mieszkał w różnych miejscach, między innymi w Krakowie, Wrocławiu i Warszawie. W Gdyni poznał swoją partnerkę Dorotę. To, co ich między innymi połączyło i łączy do dzisiaj, to potrzeba bliskości z naturą i podobny światopogląd.

Urodził się 55 lat temu w Cieplicach. Jak sam mówi: po mieczu jest Wielkopolaninem, bo ojciec pochodził z Kalisza, natomiast po kądzieli - Małopolaninem, gdyż mama była z Krakowa. Gdy pytam o zawód, mówi, że tak jak większość chłopaków z Cieplic, jest absolwentem Zespołu Szkół Rzemiosł Artystycznych, co w jego przypadku przełożyło się na drzewiarza, czyli technologa drewna. Od dziecka lubił wdrapywać się na drzewa i wędrować po górach, co później zaowocowało wspinaczką. Dzisiaj jakby to wszystko złożyło się w jedną całość. Można by powiedzieć, że wędruje po drzewach zawodowo. Gdy musi wsiąść w samochód i wyruszyć w drogę, jego celem są prawie zawsze drzewa, z których oględzin i badań przygotowuje ekspertyzy, opinie dendrologiczne, a gdy zostaje w domu, czas swój dzieli między plantację pigwy, świerków i lawendy oraz macecznik topoli energetycznej „Hybryda 275”.

## WSPINACZKA I JEJ OWOCE

Pod koniec lat 80-tych, gdy zaczęła się jego przygoda z drzewami, zawodu arborysty jeszcze nie było. Mówiło się wtedy raczej o chirurgii drzew, zajmującej się stroną techniczną, a nie przyrodniczą, jak to jest w przypadku dzisiejszej arborystyki. Kursy organizowane w ramach Stowarzyszenia Inżynierów i Techników Ogrodnictwa z wszystkimi jego etapami, dały panu Tomkowi podwaliny kwalifikacji zawodowej. Zanim jednak tak się stało, fascynowała go alpinistyka, która jako efekt uboczny pozwalała na wykonywanie pracy na wysokościach, takiej jak chociażby malowania kominów czy pielęgnacja fasad wielopiętrowych budynków. Pytam, czy trzeba mieć szczególne umiejętności, aby zajmować się alpinistyką. Pan Tomek zastanawia się przez chwilę, a potem odpowiada z półuśmiechem: - *Chyba trzeba mieć trochę wyobraźni... choć może nie za dużo, aby się nie bać, a jednak przeżyć.*

Praca ta dawała mojemu rozmówcy satysfakcję, ale ze względu na po-

godę była możliwa tylko w ciepłych miesiącach roku. W efekcie końcowym dobrze, że tak było, ponieważ w wyniku wolnych miesięcy zimowych pan Tomek zajął się szyszkarstwem, czyli pozyskiwaniem nasion drzew iglastych na potrzeby Lasów Państwowych. Kominy, na które się wdrapywał, były może i wyższe, ale nie dawały takiej satysfakcji, jaką zapewniała przygoda z żywą rośliną. Poczuli, że jest w swoim żywiole. Wspiął się na wysokie sosny i modrzewie w Karkonoszach i Puszczy Noteckiej. To właśnie w tym czasie spotkał na swojej drodze życiowej, a jednocześnie ścieżce Narodowego Parku Karkonoskiego, człowieka zajmującego się chirurgią drzew. Tworzyli dobry zespół, ponieważ poznany chirurg drzew świetnie znał się na dębach, klonach i im podobnych, natomiast nie miał zupełnie zmysłu do wchodzenia na nie. To zadanie przypało panu Tomkowi.

## LIPA SĄDOWA I CIS HENRYKOWSKI

Pierwszym drzewem, którym mógł się zająć, rosnącym do dzisiaj, była lipa sądowa w Szklarskiej Porębie. Zarówno w jej przypadku, jak i kolejnych ważną była diagnostyka, która dzisiaj jest przede wszystkim tym zadaniem, dla którego wsiada w samochód jako arborysta.

Zleceniodawcami są zarówno osoby prywatne, jak i urzędy, choć miazdzącą przewagę stanowią te drugie. Bez względu jednak na to, kto zleca mu zadanie, do oceny ma układ biologiczny i mechaniczny drzewa. Nawet jeśli do pomocy ma sprzęt zwany rezystografem, który obrazuje stan drewna wewnątrz kłody, to i tak ocena ta pozostanie w dużej mierze subiektywną, gdyż nie ma się do dyspozycji wzorów matematycznych, a zamiast nich promień drzewa, który musi co najmniej w 1/3 być zdrowym, współczynnik smukłości, ekspozycję na wiatr, gatunek drzewa, jego wiek, warunki zewnętrzne czy pokrój rośliny. Na podstawie zebranych informacji wystawiana jest opinia, a za nią idzie wyrok: zostawia się drzewo takim, jakie jest, poddaje pielęgnacji lub usuwa.

W sąsiednim powiecie lubańskim rośnie najstarsze polskie drzewo, którym jest ok. 1300-letni cis henrykowski. Nie dalej jak 2 lata temu poproszono pana Tomka o ekspertyzę tego drzewa. Nie wypadła ona najlepiej, gdyż leciwe drzewo na przestrzeni ostatnich lat znacznie podupadło na zdrowiu. Zalecił więc przede wszystkim 2 razy w roku podlanie drzewa w strefie rozwoju korzeni ok. 500 do 1.000 litrami wody, przeprowadzenie badania gleby, zwiększenie ogrodzonego obszaru wokół samego drzewa. Turyści chcąc podejść jak najbliżej cisa, udeptują ziemię i sprawiają, że staje się ona nieprzepuszczalna dla wody. Pana Tomka denerwuje ta cała sytuacja, bo uważa, że zleca się masę ekspertyz, zasięga rad, tyle tylko, że się z nich nie korzysta i nie robi praktycznie nic. - *Wszyscy biadają, przyjeżdżają panowie z tytułami profesorskimi, tylko nikt nie przyjechał jeszcze z cysterną wody i nie podlał tego biednego cisa - denerwuje się mój rozmówca, ale dodaje optymistycznie, że cisy mają ogromną zdolność*

W roli arborysty



regenerowania się, więc może cis henrykowski pozytywnie go zaskoczy.

## W SŁUŻBIE CZŁOWIEKA

To, że drzewa są nam do życia potrzebne, nie ulega wątpliwości. Nie tylko do życia, ale i dla zdrowia. Nie bez powodu mówi się na Zachodzie, że prawdziwie bogatym miastem jest to, które może pozwolić sobie na dużo zieleni. Park nie przyniesie żadnej konkretnej sumy do kasy burmistrza czy prezydenta, ale istnieją przykłady na konkretne korzyści, które dają się przeliczyć na pieniądze. Pan Tomek opowiada mi o badaniach, które przeprowadzono w jednej z klinik w Chicago w latach 90-tych. Policzono wtedy ilość dni, które przebywali pacjenci w pokojach z widokiem na park i tych z widokiem na beton, szkło oraz aluminium. Okazało się, że ludzie z tym samym schorzeniem, ale należący do pierwszej grupy, wypisywani byli średnio 1,5 dnia wcześniej niż ich sąsiedzi bez widoku drzew, co pozwoliło klinice zaoszczędzić ok. 150 tys. dolarów w roku, a państwu kolejne sumy, gdyż ludzie wrócili wcześniej do pracy.

Negatywnym przykładem natomiast jest rolnictwo. Mój rozmówca

przytacza przykłady wycinania drzew rosnących przy drogach dojazdowych do pól, gdyż stanowią one barierę dla ciężkiego sprzętu typu kombajn. Wycina się również pojedyncze drzewa lub ich skupiska rosnące na polach i to z przekonaniem, że im większa jest powierzchnia uprawowa, tym wyższe będą plony. Niestety tak nie jest. Drzewa odgrywają ogromną rolę np. w gospodarce wodnej, gdyż bez nich obniża się retencja wód opadowych. Dają też schronienie ptakom, te z kolei są naturalnym wrogiem insektów wyrządzających szkody w uprawach. Poprzez umiejętne nasadzenie drzew można spowodować 40% spowolnienie wiatru, a tym samym zmniejszyć zniszczenia i zbyt szybkie parowanie wody czy wysychanie pól (nawet do 20%). Drzewa chronią również rośliny przed wymarzeniem. Na szczęście polityka dopłat bezpośrednich, nowe projekty, jak chociażby „Natura 2000” powodują, że myślenie rolników staje się bardziej przyjazne naturalnemu środowisku.

Zdaniem mojego rozmówcy bardzo rośnie świadomość ludzi. Poczynania urzędów w dziedzinie planowania urbanistycznego nierzadko napotykają na opór społeczeństwa, które domaga się swoich praw, jak chociażby tego, aby od miejsca zamieszkania do najbliższego miejsca z zielenią nie było dalej niż 500 metrów.

Pan Tomek zwraca mi uwagę na to, że drzewa zawsze były ważne w życiu człowieka. Drzewa się czciło, szanowało, przypisywało im szczególną siłę. Dowodem na to była tradycja sadzenia co najmniej jednej lipy przy nowo budowanych domach. Brano pod uwagę to, że lipa daje kwiat herbaty, działała kojąco i nasennie, przyciąga pszczoły, a te z kolei produkują mёд. Nie sadzono natomiast dębów, gdyż te mają to do siebie, że ściągają pioruny. Inną tradycją na dzisiejszym Dolnym Śląsku było nasadzenie 2- do 4-metrowej kłokoczki południowej. Rośnie ona tylko na południu Polski, jej historia sięga polskiej, germańskiej i celtyckiej mitologii, stąd (pomimo wiary) przekonanie, że roślina ta jest siedliskiem dobrych duchów, które czuwają między innymi nad „dzietnością” gospodarzy.

## Z WYŁĄCZONYM SZWENDACZEM

Pan Tomek tłumaczy mi, że drzewa są jak ludzie, a może odwrotnie: ludzie są jak drzewa. Oba gatunki mają swoje strategie: strategię rozwoju, przetrwania i ostatnią - zamierania - gdy organizm przestaje się już bronić, choć z rozpędu może jeszcze funkcjonować. W jego strategii życia nastąpiły w ostatnich latach ważne zmiany, a najważniejsza jest ta, że „wyłączył mu się szwendacz”. Szwendał się wiele lat, aż wreszcie w 2006 roku znalazł swoje miejsce na ziemi, którym jest Mładz. To tutaj chce spełniać swoje marzenia i plany pokrywające się ze sobą. Drzewa są dla niego pasją, której życzy również innym: - *Spotykam wielu ludzi, u których mam wrażenie, że to co robią, robią jakby za karę. Ja tego nie mam i chciałbym, aby ludzie wokół mnie również tego nie mieli. Świat byłby wtedy szczęśliwszy.* ■



Z Marleyem i Robi

Fot. Dorota Piękna-Paterczyk



Justyna Biernacka na tle różnych ozdób

Fot. Dorota Piękna-Paterczyk



Świątecznie urządzona witryna kwiaciarni

Fot. Dorota Piękna-Paterczyk



Przyozdobione bombki świąteczne

## MAGICZNA KWIACIARNIA JUSTYNY

Justyna Biernacka z Rozdrażewa prowadzi rodzinną kwiaciarnię. - *Ja mam pomysły, ale do ich realizacji potrzebuję więcej rąk. Dużo pomaga mi mąż. Robię mu na przykład wzór na sklejce, a on wycina. Ozdoby z masy solnej robią córki, które mają bardzo dużo ciekawych pomysłów. Teraz w okresie przedświątecznym ozdabiam bombki różnymi dodatkami. Słoma, len, koronki ciekawie wyglądają na moich rękodzielnach. Jest to bardzo czasochłonne, ale przynosi mi satysfakcję!* – podkreśla.

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

Przed nami najpiękniejsze Święta Bożego Narodzenia. Kochamy je ze względu na rodzinną atmosferę, niepowtarzalny klimat, zapach choinki i pieczonych pierników oraz magiczną aurę, która im towarzyszy. Taki magiczny klimat „poczułam” wchodząc do „królestwa” Justyny Biernackiej, która w Rozdrażewie (powiat krotoszyński) prowadzi kwaciarnię „Wiktoriana”. Dzisiejsza nasza bohaterka ma wszechstronne zainteresowania i talent, który pozwala jej realizować się na szerokiej płaszczyźnie życia. Oprócz tego, że prowadzi kwaciarnię, ma duży ogród, z którego rośliny wykorzystuje jako dodatki do tworzonych bukietów, ubiera sale i kościoły na uroczystości rodzinne, robi wspańnię rękodzieła, urządza gabinety i mieszkania, daje „drugie życie” starym meblom. Jest wykładowcą w szkole, prowadzi warsztaty, podczas których uczy sztuki deкупаżu, aktywnie działa w radzie rodziców w szkole swojej córki, a w wolnych chwilach śpiewa. Skąd więc pomysł na założenie kwaciarni? - *Nie ukrywam, że było to trochę ryzykowne. Otworzyłam kwaciarnię w małej miejscowości, w której od 20 lat już jedna funkcjonowała. Jednak chciałam robić to, co kocham, co mi przynosi satysfakcję. Od dziecka miałam zdolności artystyczne. Lubiłam malować i wychodziło mi to dobrze. A kwiatami interesowałam się od zawsze. Będąc jeszcze laikiem w tej dziedzinie znalazłam wiele roślin. A ponieważ jestem absolwentką Liceum Ekonomicznego w Koźminie Wielkopolskim o profilu rolniczym, musiałam poszerzyć wiedzę z zakresu kwaciarnictwa. Dlatego najpierw ukończyłam kurs florystyczny, a następnie Prywatną Szkołę Florystyczną* - opowiada pani Justyna. Dodaje, że lubi rozmawiać z klientami, ponieważ uważa, że w zawodzie florysty trzeba być po części psychologiem. Różne osoby przychodzą do kwaciarni. Są takie bardzo konkretne, ale są też niezdeterminowane, które szukają czegoś, ale nie wiedzą jeszcze, czego. - *Rozmowa powoduje, że dowiaduję się więcej na temat oczekiwań w kwestii bukietu czy prezentu. Jeśli ktoś ma wątpliwości, podpowiem i zawsze coś wspólnie zdecydujemy. Bardzo często takie osoby wracają i mówią, że wybór prezentu był bardzo dobry. Nie ukrywam, że jest to miłe!* - podkreśla. Zaznacza, że zwraca bardzo dużą uwagę na wystrój okna w kwaciarni. Tu liczy się każdy szczegół



Fot. Dorota Piękna-Paterczyk

**Cuda, cudenka można znaleźć w kwaciarni Justyny Biernackiej**

*mi mąż. Robię mu na przykład wzór na skleję, a on wycina. Ozdoby z masy solnej robią córki, które mają bardzo dużo ciekawych pomysłów. Teraz w okresie przedświątecznym ozdabiam bombki różnymi dodatkami. Słoma, len, koronki ciekawie wyglądają na moich rękodzielach. Jest to bardzo czasochłonne, ale przynosi mi satysfakcję!* - podkreśla. Opowiada, że każdego roku stara się coś innowacyjnego wprowadzać w swojej kwaciarni. - *W ubiegłym roku w okresie przedświątecznym częstowaliśmy naszych gości domowymi piernikami. Wiele osób było pozytywnie zaskoczonych tym pomysłem. Był to taki miły akcent świąteczny. Lubię zapalać świece czy kadzidełka. To wszystko ociepla wnętrze kwaciarni - twierdzi mieszkanka Rozdrażewa. W to, co robi, wkłada duszę, ponieważ uważa, że zawsze trzeba robić tak, jakby daną rzecz wykonywało się dla siebie.*

Święta Bożego Narodzenia kojarzą się z choinką. W związku z tym rynek ogrodniczy proponuje choinki sztuczne i naturalne. Wszystko zależy, jaki gatunek drzewka iglastego wybierzemy. Gdy przyniesiemy do domu świeżą, pachnącą żywicą choinkę, od razu w całym domu robi się świątecznie. Najczęściej decydujemy się na świerki pospolite, świerki kłujące lub świerki serbskie o wąskim pokroju. Można też wybrać jodłę kaukaską, która ma sztywne, długie i błyszczące igły. Po roztarciu wydzielają owocowo-cytrusowy zapach i są niekłujące. Polecić warto również sosny. Ich ciemnozielone, długie igły nie opadają, ale mają wiotkie gałązki. Co poleca pani Justyna? - *Ciekawie wyglądają dekoracje ze srebrnego świerku Nobiles, który pięknie zasusza się, a igły nie opadają. Po odpowiednich zabiegach można go wykorzystać w następnym roku* - wyjaśnia. A co zrobić, aby przedłużyć „życie” ciętego drzewka? Warto na spódzie pnia zrobić nacięcie i wstawić do wiadra z wodą na głębokość co najmniej 10 cm. Należy pamiętać o ciągłym dolewaniu wody i spryskiwaniu całej rośliny. Nie stawiamy drzewka przy źródłach ciepła typu kominki, kaloryfery, bo szybko stracą igły i zaczną żółknąć. A jaki kolor będzie dominował podczas tegorocznych świąt? - *Mamy rok miedzi, ale jest to kolor, który na pewno wszędzie się nie przyjmie. Biel i czerwień to kolory najbardziej popularne i one na pewno będą królowały* - mówi. Pani Justyna jest osobą nowoczesną, energiczną z ogromną ilością pomysłów. - *W ubiegłym roku za namową córki założyłam stronę internetową na facebooku, gdzie pokazuję wykonane przez siebie prace, zapraszam do udziału w różnych konkursach. Myślę, że był to dobry pomysł, ponieważ tą drogą wiele osób obserwuje moje poczynania. A jednocześnie mogę wyjść do większej ilości ludzi* - opowiada. Kończąc naszą rozmowę zadaje pani Justynie pytanie, czego może jej życzyć z okazji Świąt Bożego Narodzenia. - *Marzeniem każdej osoby artystycznie uzdolnionej jest pokazanie swoich prac w jak najszerszym kręgu. Staram się więc wyjeżdżać na różne jarmarki, targi, gdzie mogę zaprezentować swoje rękodzieła. Tak po cichutku marzę, aby zostać zauważoną nie tylko lokalnie, ale jeszcze dalej!* - mówi. Tego jej życzy.



Fot. Dorota Piękna-Paterczyk

**Kolekcja wianków**

i detal. Nie lubi przesady i chaosu. - *Dobrze zrobiona witryna daje bardzo dużo. Przyciąga klienta i jednocześnie coś podpowiada. Mam na przykład takie panie, które jeżdżą do pracy z Poznania do Krotoszyna i specjalnie przejeżdżają przez Rozdrażew, aby, jak mówią - obejrzeć okno i „nacieszyć oko”. Jest to dla mnie komplement!* - opowiada Justyna Biernacka. W jej kwaciarni powstają cuda, cudenka. Wykonane i przyozdobione własnoręcznie bombki, dekoracje z masy solnej, świąteczne wianki, ciekawe grawery, kolorowe donice, ramki oblane gipsem, ozdobne deski do krojenia czy chlebaki - oczarują każdą osobę wchodzącą do jej „królestwa”. - *Prowadzimy taką rodzinną firmę. Ja mam pomysły, ale do ich realizacji potrzebuję więcej rąk. Dużo pomaga*

# ŚWIĄTECZNIĘ I SYLWESTROWO

Na naszym wigilijnym stole od lat goszczą te same tradycyjne, po-  
stne dania. Jednak wiele pań zastanawia się, co przygotować na Święta  
Bożego Narodzenia, by zaskoczyć biesiadników podczas świątecznego  
obiadu. Czy postawić na tradycję i zaserwować pieczoną gęś? A może  
wybrać całkiem nowe danie, jak sałatkę z pałeczek krabowych? Nie-  
które z przepisów, przygotowanych z pomocą Dariusza Pietrzyka  
i Piotra Ostrowskiego, szefów kuchni Pałacu w Pakoślawiu, idealnie  
nadają się również na domowe przyjęcie sylwestrowe.

**Honorata Dmyterko**



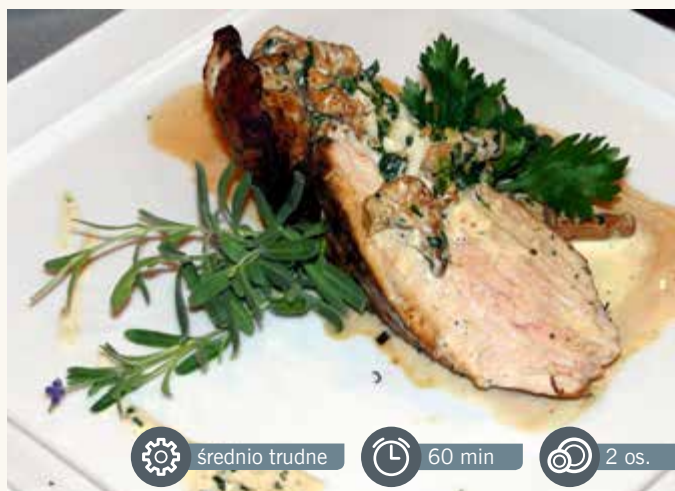
## PSTRĄG Z SALSĄ WARZYWNĄ

### Składniki:

- 2 pstrągi średniej wielkości
- 200 g marchwi (waga warzyw przed obraniem)
- 200 g pietruszki (waga warzyw przed obraniem)
- 200 g selera (waga warzyw przed obraniem)
- 100 g masła
- cytryna
- przyprawa do ryb

### Przygotowanie:

Pstrąga filetuję. Usuwam ości, kręgosłup, płetwy, łuski i oczy. Przyprawiam, skraplam sokiem z cytryny. Warzywa obieram, ścieram na tarce o grubych oczkach, doprawiam solą, pieprzem oraz sokiem z cytryny. W garnku rozpuszczam masło i dodaję wcześniej przyprawione warzywa. Duszę do miękkości. Studzę. Przygotowaną salsą warzywną faszeruję pstrąga. Całość piekę we wcześniej nagrzanym piekarniku przez ok. 30 minut.



Przepisy i porady kulinarne  
**Honoraty Dmyterko**  
[wiescidladomu.pl/hotblog](http://wiescidladomu.pl/hotblog)

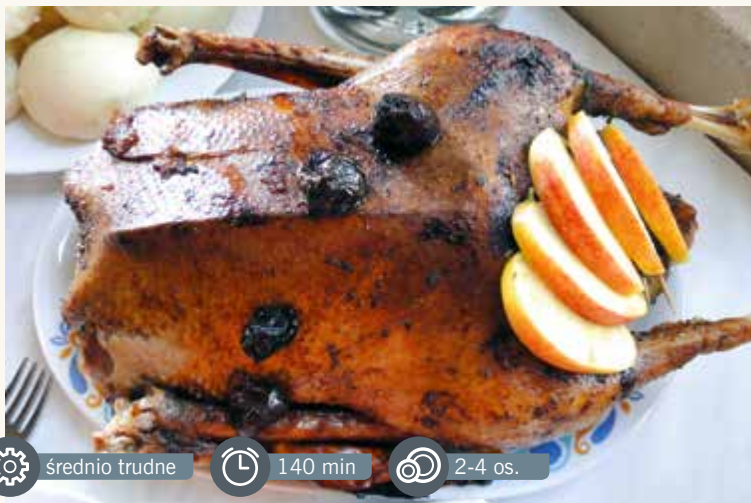
## POŁĘDWICZKA WIEPRZOWA W SOSIE KURKOWYM

### Składniki:

- 400 g połówki wieprzowej
- 100 g masła
- 200 ml słodkiej śmietanki
- 100 g kurek (mogą być mrożone)
- 1 pęczek natki pietruszki
- 100 ml oliwy z oliwek
- sól, pieprz
- ząbek czosnku
- 60 g cebuli

### Przygotowanie:

Połówkę wieprzową oczyszczam z błony. Doprawiam solą i pieprzem. Obsmażam na patelni (najlepiej grillowej) z każdej strony. Podsmażoną połówkę układam na blaszce wysmarowanej wcześniej oliwą i piekę w piekarniku nagrzanym do 180 stopni przez ok. 25 minut. W tym czasie przygotowuję sos kurkowy. W garnku rozpuszczam masło, dodaję posiekany lub starty czosnek i posiekaną w kostkę cebulę. Całość podsmażam, po czym dodaję kurki. Po około 10-15 minutach dodaję posiekaną natkę pietruszki. Całość zalewam śmietanką. Doprawiam do smaku solą i pieprzem. Doprowadzam do wrzenia. Podaję z upieczoną połówką.



średnio trudne 140 min 2-4 os.

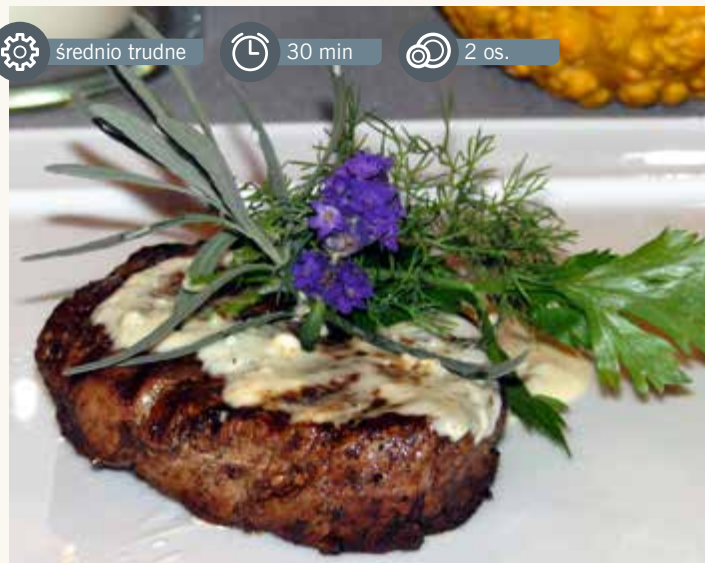
## PIECZONA GĘŚ Z OWOCAMI

### Składniki:

- 1 młoda gęś, może być mrożona
- sól, pieprz
- suszony majeranek
- 3 kwaśne lub kwaśnowinne jabłka
- duża garść suszonych śliwek

### Przygotowanie:

Jeśli gęś mamy mrożoną, powinna ona się powoli rozmrozić - najlepiej w lodówce. Może to potrwać nawet 2 dni. Gęś dokładnie myję i usuwam pozostałości piór - jeśli takie będą. Osuszam ją ręcznikiem papierowym. Nacieram solą i pieprzem - w środku i na zewnątrz, a majerankiem tylko w środku. Odstawiam w chłodne miejsce na kilka godzin, najlepiej na całą noc. Jabłka dzielę na cztery części i usuwam gniazda nasienne. Mieszam z przyprawami i suszonymi śliwkami. Tak przygotowanym farszem nadziewam wnętrze gęsi. Spinam gęś wykałaczkami i nitką. Rozgrzewam piekarnik do temperatury 160 stopni. Gęś wkładam do gęsiarki lub naczynia żaroodpornego. Piekę ją pod przykryciem - przez 45 minut na każdy kilogram mięsa i farszu (w sumie trwa to około 4-5 godzin). Przez ostatnie 45 minut gęś piekę bez przykrycia, polewając wierzch wytopionym tłuszczem. Po wyjęciu z piekarnika pozwalam gęsi „odpocząć” kilka minut, by soki się ustabilizowały. Podaję ją z wielkopolskimi pyzami (kluszkami na parze) oraz czerwoną kapustą lub buraczkami.



średnio trudne 30 min 2 os.

## STEK Z POŁĘDWICY Z SOSEM GORGONZOLA

### Składniki:

- 500 g połówki wołowej
- 200 ml śmietanki słodkiej
- 100 g sera gorgonzola
- sól
- pieprz do smaku

### Przygotowanie:

Połędwicę oczyszczam z błon i skóry. Przed smażeniem doprawiam ją tylko pieprzem. Nagrzewam patelnię (najlepiej grillową). Smażę mięso po 8 minut z każdej strony. W trakcie smażenia nacynam mięso w celu sprawdzenia stopnia wysmażenia. Po usmażeniu stek odstawiam, aby mięso „odpoczęło”. Kiedy się smaży, przygotowuję sos mieszając słodką śmietankę oraz ser gorgonzola w garnku, aby uzyskać jednolitą konsystencję. Stek wołowy przed podaniem solę.



średnio trudne 120 min 2-4 os.

## CIASTECZKO Z LODAMI I PIAKĄ BEZOWĄ

### Składniki na spód biskoptowy:

- 4 jajka
- 100 g mąki
- 100 g cukru
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- szczypta soli

### Pozostałe składniki:

- dżem, najlepiej malinowy
- 3-4 jajka
- 150 g cukru
- lody, najlepiej bakaliowe, waniliowe lub malinowe

### Przygotowanie:

Rozdzielam żółtka od białek. Białka ubijam ze szczyptą soli, dodaję stopniowo cukier, a następnie pojedynczo żółtka. Zmniejszam obroty w mikserze i stopniowo dodaję zmieszana mąkę z proszkiem do pieczenia. Wylewam cienką warstwę masy na blaszkę i piekę w temperaturze 160 stopni przez około 20 minut. Po wystudzeniu spodu wycinam szklanką koła. Smaruję je dżemem i odstawiam na 20-30 min. Białka z 3-4 jajek ubijam na sztywno, dodając stopniowo cukier. Tuż przed podaniem na spody nakładam po galce lodów, nakrywam je ubitą pianą, którą opalam palnikiem gastronomicznym lub posypuję startą czekoladą.



łatwe 60 min 2-4 os.

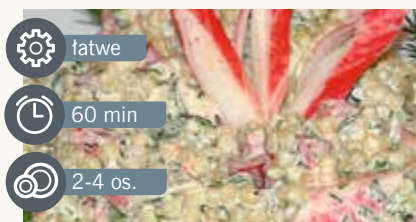
## TATAR Z ŁOSOSIA

### Składniki:

- 300 g fileta z łososia
- 70 g ogórka konserwowego
- 70 g białej cebuli
- 70 g marynowanych pieczarek
- pęczek świeżego koperku
- cytryna

### Przygotowanie:

Łososia siekam na desce, dodaję sok z cytryny. Pozostałe składniki kroję w drobną kostkę i mieszam. Doprawiam solą, pieprzem i ziołową przyprawą do ryb. Nakładam w małe stoiczki typu wek lub kieliszki od wina. Dekoruję koperkiem.



łatwe 60 min 2-4 os.

## SAŁATKA Z PAŁECZEK KRABOWYCH

### Składniki:

- 250 g drobnego makaronu - na przykład ryżowego
- 250 g paluszków krabowych
- pęczek koperku
- 1 papryka
- 1 ogórek zielony
- 1 mały por
- sok z 1 cytryny
- majonez
- sól, pieprz

### Przygotowanie:

Makaron gotuję w osolonej wodzie, odcedzam i studzę. Dodaję do niego (rozmrózzone) pokrojone paluszki krabowe, posiekany koperk oraz paprykę i ogórek (pokrojone w kostkę). Do smaku dodaję sok z cytryny. Całość mieszam z majonezem. Doprawiam solą i pieprzem.

# POSMARUJ SIĘ... MASŁEM!



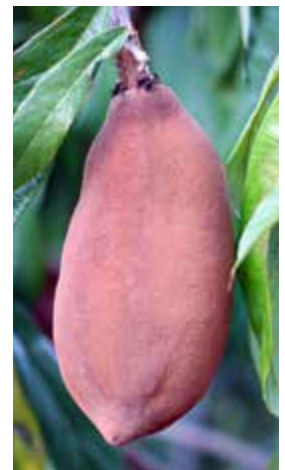
Fot. Syda Productions - Fotolia.com

Najbardziej znane masło stosowane w przemyśle kosmetycznym - kakaowe - otrzymywane jest z nasion. Podobnie jest z innymi owocami należącymi do tej rodziny roślin. Jednym z nich jest kuzyn kakaowca - owoc cupuacu. Cóż to takiego?

Owoc - podłużny i brązowy jest nieco podobny do kiwi, ale większy i o twardszej skorupie - znajdziemy głównie w lasach Amazonii. Kiedyś był głównym pożywieniem ludów zamieszkujących te odległe tereny. Obecnie jest to bardzo powszechna uprawa w krajach Ameryki Południowej. Dojrzały owoc ma biały miąższ, ale jego zapach jest zbliżony do czekolady i ananasa.

Szybko przekonano się o właściwościach pielęgnacyjnych cupuacu. Wytwarzane masło - metodą tłoczenia nasion na zimno - ma działanie natłuszczające, nawilżające oraz ochraniające. Zawiera także naturalne antyutleniacze neutralizujące działanie wolnych rodników. Skóra bardzo łatwo reaguje na tego rodzaju naturalne masło, to znaczy, że się łatwo wchłania i nie powoduje alergii. Oprócz tego poprawia nawilżenie i przywraca elastyczność skóry skłonnej do przesuszania czy wiotczenia. Wykazuje też działanie przeciwzapalne i regenerujące. Masło cupuacu jest także filtrem słonecznym, dzięki czemu chroni skórę przed szkodliwym promieniowaniem UVA i UVB. Nic więc dziwnego, że dzięki swoim właściwościom, miąższ z nasion tego owocu znalazł zastosowanie w wielu produktach kosmetycznych do pielęgnacji twarzy, ciała i włosów. Miąższ owocu zawiera witaminy A i C.

Cupuacu wykorzystywany jest także w przemyśle spożywczym. Dodaje się go do lodów i wielu słodkości. Jest alternatywą dla czekolady oraz kakaowca. Co ciekawe, owoców się nie zrywa - wówczas nie pachną i są niedojrzałe - ale zbiera opadłe pod drzewami. Wtedy ich wierzchnia warstwa posiada intensywny zapach. Jeszcze 20 lat temu te rośliny rosły dziko, teraz wielkie plantacje cupuacu spotkać można m.in. w Peru, Bolwii, Brazylii i Kolumbii. **(nap)**



Fot. Altair de Bruin - Fotolia.com

### Czy wiesz, że....

Masło cupuacu ma dużą zdolność do wchłaniania wody, dzięki czemu jest bardzo cenionym i efektywnym zamiennikiem lanoliny.

Tak, tak, masłem! Ale nie chodzi tu o masło śmietankowe czy czosnkowe, których używasz podczas przygotowywania kanapek. Chodzi o to, stosowane w kosmetykach pielęgnacyjnych. Wszak masło kakaowe czy shea - oprócz tego, że pięknie pachną - od dawna znajdziemy w balsamach czy kremach.

### Pielęgnacja ciała, poprawa kolorytu skóry i cudowny zapach pobudzający zmysły – to wszystko znajdą Państwo w najnowszej serii do pielęgnacji twarzy i ciała od firmy Ziaja. W zestawie nagród znajdują się:

- ▶ brązujący krem odżywczy na dzień spf 10 - 50 ml
- ▶ odżywczy krem regenerująco-wygładzający na dzień i na noc - 50 ml
- ▶ suchy olejek krystaliczny twarz, ciało, włosy - 100 ml
- ▶ krystaliczne mydło pod prysznic i do kąpeli - 500 ml
- ▶ krystaliczny peeling cukrowy - 200 ml
- ▶ balsam pod prysznic twarz, ciało, włosy - 300 ml
- ▶ brązujące mleczko do ciała nawilżająco-odżywcze - 300 ml



## KONKURS

Każdy z Czytelników, którzy prześlą prawidłową odpowiedź na pytanie, może stać się posiadaczem, zestawu nowych kosmetyków z serii Ziaja cupuacu, karite, olej z orzechów brazylijskich i makadamia:

### Gdzie rosną drzewa cupuacu?

**a) w Alpach Szwajcarii**

**b) w Lasach Amazonii**

**c) w Delcie Nilu**

SMS o treści wr.ziaja.poprawna odpowiedź, np. wr.ziaja.c, prosimy przesyłać do 11 stycznia 2016 roku pod numer 71051 (koszt 1,23 z VAT). Regulamin na [www.wiescirolnicze.pl](http://www.wiescirolnicze.pl).

### Lista zwycięzców z konkursu publikowanego w nr 11/2015 „Więści Rolniczych”:

Magdalena Waleńska, Gostkowo; Ireneusz Marciniak, Nowa Wieś; Aleksander Mróz, Zalesie; Małgorzata Czajka, Pacanowice; Weronika Paluszak, Komorze Przybysławskie; Krystyna Filipiak, Golina; Kamila Durak, Kaniew; Władysław Michalewicz, Drzewce; Agnieszka Mikołajczyk, Bodzewo; Justyna Maciudzińska, Żerków; Jolanta Ebel, Łukownice; Renata Pachurka, Nosków; Agnieszka Bąkowska, Stramnice; Lucyna Szymańska, Nosków; Alina Marek, Grzupia; Grażyna Dolata, Ciołkowo; Anna Dolata, Golina; Agnieszka Gładz-Frąckowiak, Chocicza; Hanna Marszałek, Żerków; Żaneta Walczak, Pogorzela.