

# Wiadomości

Środa, 15 lutego 2017

## Babski Kocioł - rodzinne warsztaty kulinarne

W Mietniowie w miniony piątek „królowały” śledzie z marynowaną gruszką. „Iskry Mietniowa” krok po kroku prezentowały poszczególne etapy przygotowania inscenizując, a nawet wyśpiewując kolejność kulinarnych zadań. Poniżej przedstawiamy przepis na ten specjal.

### ŚLEDZIE Z MARYNOWANYMI GRUSZKAMI

Składniki:

1 kg śledzi solonych-matiasów  
3 średnie cebule  
1 duży słoik marynowanych gruszek  
majonez kielecki średni słoik  
jogurt naturalny grecki duży  
pieprz mielony

Sposób wykonania:

Śledzie moczyć w marynacie z gruszek najlepiej przez 24 godz., potem pokroić je w paski, gruszki na kawałki, cebulę w piórka (pokrojoną cebulę sparzyć). Układać w misce warstwami śledzie, cebula posypać ją pieprzem i następna warstwa to gruszki, i od nowa. Zrobić sos tzn. zmieszać majonez z jogurtem i zalać śledzie. Można zostawić jako sałatkę warstwową lub wymieszać. Smacznego.

### GRUSZKI W OCCIE

2 kg gruszek twardych  
2 szklanki wody  
1 szklanka cukru  
1/2 szklanko octu 6%  
garść goździków, ziaren pieprzu, kawałek kory cynamonu  
Gruszki obrać, pokroić na ćwiartki( na czas przygotowania obrane przechowywać w zakwaszonej wodzie). Zagotować marynatę, do gotującej dodać gruszki i gotować jeszcze przez 5-10 minut. Nałożyć do słoików, zalać gorącą marynatą, zakręcić, obrócić do góry dnem do wystygnięcia.

### KOMPOT ZE SŁODKICH OWOCÓW

Słoik napełnić owocami pokrojonymi (brzoskwinie, maliny, morele, gruszki, czereśnie), dodać

szczyptę soli, zalać wrzącą wodą. Zakręcić, pasteryzować 20 min. Przez 6 tygodni nie otwierać, a potem smacznego.

fot. CKiT/FOTO Rogalska

/Centrum Kultury i Turystyki/