Potrawy kulinarne

Babka ziemniaczana

Babka jest to tradycyjna potrawa ziemniaczana. Najczęściej przygotowuje się ją ze świeżych młodych kartofli z uwagi na ich smak. Jest to potrawa bardzo tania i bardzo często podawana jako podstawowe obiadowe danie wiejskie. Babka ma zazwyczaj kształt kilkucentymetrowego jasnobrązowego „placka" a jej wielkość zależy od naczynia, w którym została upieczona.

Historia

Potrawa ta jest powiązana z kuchnią wileńską. Autorka książek kucharskich E. Kiewnarska uważa, że babka ziemniaczana, znacznie przetworzona, pochodzi z kuchni żydowskiej. Można przypuszczać, że autorce chodziło o zmodyfikowanie popularnej potrawy zwanej czulen. Czulen to zapiekane warstwami warzywa zmieszane z mięsem baranim. Brak przekazów nie pozwala precyzyjnie ustalić, kiedy potrawa ta stała się popularna w okolicach Sejn i na Suwalszczyźnie. Można założyć, że była znana tutaj już w końcu XIX wieku. Obecnie w wielu domach na Sejneńszczyźnie piecze się babkę. Często spożywa się ją również w dni postne, nie stosując wówczas zasmażki.

Receptura

Do przygotowania porcji babki ziemniaczanej potrzebne są ziemniaki, słonina, kwaśna śmietana, cebula, sól kamienna, suszone warzywa oraz wieprzowy smalec do wysmarowania blaszki.

Bliny po litewsku

Pod nazwą bliny kryją się różnorodne potrawy występujące zarówno w Rosji jak i na Białorusi czy Litwie. W okolicach Sejn blin to placek ziemniaczany zapiekany z mięsnym farszem. W zestawie podaje się zwykle dwa bliny.

Historia

Takie bliny kartoflane wspominał Tadeusz Konwicki: „(...) Nasz wileński blin był kartoflany, najprostszy, z surowych kartofli. Nie, nie placki kartoflane. Ołatki to zupełnie inna potrawa. Są one przesączone tłuszczem. Natomiast blin- prawie suchy. U nas był nawet blin owsiany, łamliwy. Stąd powiedzonko wileńskie: nie łam się jak owsiany blin! Jak bliny, to i wiadomo, tak zwane pamoczki, czyli sosy, od najprostszych z topionej słoniny, aż po wyrafinowane, z takiego młodziwa choćby (...) bliny na Wileńszczyźnie były podstawą pożywienia. Co się jadło na przykład idąc do młócki? Młócenie cepem było straszliwą harówką. Idąc do takiej pracy należało zjeść potężne śniadanie. Składała się na nie nieprawdopodobna ilość blinów." Brak przekazów

pisanych nie pozwala na precyzyjne ustalenie, w którym roku placki (ołatki) ziemniaczane zapiekane z mięsem stały się popularne w okolicach Sejn. Można założyć, że były spożywane tutaj już przed pierwszą wojną światową, na co wskazują przekazy ustne.

Receptura

Bliny po litewsku przyrządza się z ziemniaków, cebuli, jaj, zwykłej mąki, mielonego mięsa wieprzowego, śmietany do dekoracji i smalcu lub oliwy do smażenia. Dodaje się również zestaw przypraw: mielony pieprz naturalny, pieprz ziołowy, ziele angielskie, kolendra, suszone warzywa, sól.

Placki ziemniaczane

Podobne do babki ziemniaczanej są placki ziemniaczane. Są one jakby jej 10-12 cm miniaturką. W połowie XIX w. kasza wyraźnie ustępowała tu miejsca ziemniakom: ulubioną potrawą były *oładzie/ołatki* – (placki kartoflane), z utartych ziemniaków, z dodatkiem jaj i mąki, smażone na maśle lub tłuszczu. „Potrawy tej – pisał Kolberg – nieco ciężkawej, niesmaczną nazwać nie można." Miarą popularności placków ziemniaczanych (ołatków) jest wzmianka o codziennych potrawach w reportażu Aleksandra Osipowicza z lat 60-tych XIX w. Do dzisiaj placki ziemniaczane są częstą i popularną potrawą na Sejneńszczyźnie. Smaży się je z tych samych składników co babkę.

Chleb wiejski na kalmusie

Pieczenie chleba ma długą tradycję na Sejneńszczyźnie. Nie tylko w wiejskich chatach, ale i w miejskich domach w chlebowych piecach wypiekano chleb oraz różnego rodzaju bułki i ciasta. Ta zanikająca umiejętność powoli odradza się dzięki rozwojowi turystyki oraz powrotowi do żywności ekologicznej.

Historia

Historia chleba sięga około 10 tysięcy lat, a jego początki to placki wypiekane na rozgrzanych kamieniach. Technologia pieczenia chleba stopniowo zmieniała się i udoskonalała. Od zarania dziejów wyroby chlebowe były podstawą pożywienia w dawnej Polsce. Wypiekano go domowymi sposobami w piecach chlebowych, stosując głównie mąkę żytnią,

wodę, sól i zakwas fermentacyjny pobrany z poprzedniego ciasta. Na Sejneńszczyźnie i graniczącej z nią Litwie popularny był żytni chleb na kalmusie. Jest to odmiana chleba razowego, który wypiekano, kładąc pod jego spód liście kalmusa. Kalmus, czyli tatarak, to roślina przybrzeżna o długich mięsistych liściach, które sprawiają, że chleb nabywa niepowtarzalnego aromatu. Dzisiaj już tylko nieliczne gospodynie potrafią piec chleb na kalmusie. Jest on jednak dostępny na tym terenie i można spróbować jego niespotykanego nigdzie indziej smaku, który tchnie nutką minionych czasów.

Receptura

Do zrobienia zaczynu potrzebna jest odrobina surowego ciasta z pieczenia chleba z poprzedniego razu. Dodaje się do niego wodę, żytnią mąkę, sól i odpowiednią ilość liści kalmusu. Po wyrośnięciu ciasta, chleb piecze się w rozgrzanym piecu.

Chołodziec litewski / chłodnik

Chłodnik to zupa z dużą ilością warzyw, podawana na zimno. Szczególnie popularna jest latem i znakomicie uzupełnia zestaw obiadowy. Jest ona bardzo dietetyczna a jednocześnie pożywna.

Historia

Chłodnik pochodzi z Litwy. Jest to tradycyjne danie, które najczęściej przyrządzało się latem. Jest to odmiana zupy na bazie świeżych buraczków z dużą ilością świeżych warzyw. Dodawane są tam śmietana i kefir oraz drobno pokrojone ogórek, szczypiorek i koperek Dla dekoracji, do każdego talerza wkładane są pokrojone na ćwiartki ugotowane jajka.

Receptura

Podstawowymi składnikami chłodnika są czerwone buraki, kwaśna śmietana, kefir, jaja, świeże ogórki, pęczek koperku i szczypiorku, sok z cytryny, sól i cukier oraz rosół przygotowany z wody, cukru, ziela angielskiego, listków laurowych, czosnku i cebulki.

Czenaki z Puńska

Jest to danie nietypowe zarówno w sposobie podawania, jak również w smaku. Czenaki podawane są w glinianych garnuszkach z przykrywką. Trzymające ciepło naczynia sprawiają, że czenaki do ostatniej łyżki są gorące i w trakcie jedzenia nie zmieniają smaku w wyniku stygnięcia.

Historia

Czenaki to tradycyjne danie litewskie. Na Sejneńszczyźnie, szczególnie w ostatnich latach, potrawa ta jest bardzo popularna.

Receptura

Czenaki przygotowuje się z: surowej szynki wieprzowej, marchwi, ziemniaków, świeżej białej kapusty, cebuli, pora, czosnku oraz przypraw: tj. koncentrat pomidorowy, pieprz naturalny i ziołowy, majeranek, suszone warzywa, sól i smalec. Przyprawia się i podsmaża mięso oraz cebulę. Warzywa są krojone w kostkę lub szatkowane. Następnie wszystko wkładane jest warstwami do kamionkowych garnuszków i polewane zalewą z przypraw. Garnuszki wstawiane są do nagrzanego piekarnika, aż do momentu rozmięknięcia mięsa i warzyw.

Kartacze sejneńskie

Kartacze, to nazwa dawnych pocisków do ostrzeliwania piechoty i kawalerii. Były to kartonowe lub blaszane pudełka wypełnione czarnym prochem, siekańcami lub ołowianymi kulkami. Ta nazwa przylgnęła również do ziemniaczanych kul wypełnionych gałką mięsa nazywanych na Sejneńszczyźnie kartaczami.

Historia

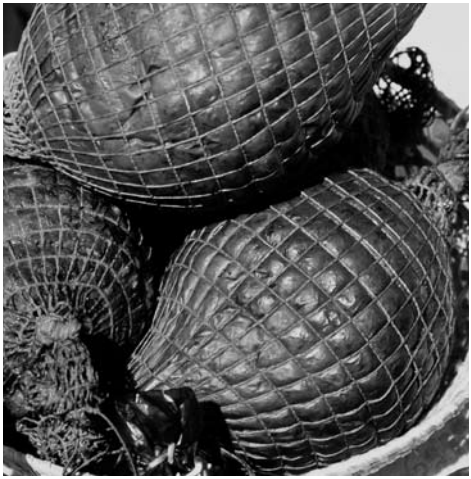
W Polsce kartacze a na Litwie nazywane kokuleje, to stara tradycyjna potrawa Sejneńszczyzny. Są to duże, owalne o długości 10-12 cm kluski ziemniaczane z tartych ziemniaków surowych z dodatkiem gotowanych, nadziewane mielonym mięsem, zwykle baranim lub wieprzowym z dodatkiem cebuli, pieprzu i majeranku. Uważane są za jedną z najbardziej popularnych, tradycyjnych potraw pogranicza polsko-litewskiego. Popularne w zachodniej Polsce pyzy przygotowuje się podobnie jak kartacze, ale jest to coś zupełnie innego i ich smak jest zupełnie inny. Kartacze różnią się od pyz recepturą ciasta (duży udział surowych tartych ziemniaków) oraz wielkością i kształtem. Ugotowane, podaje się okraszone skwarkami usmażonymi z cebulą, a na Litwie z kwaśną śmietaną. Kartacze były znane bez wątpienia w okresie międzywojennym, a zapewne też w końcu XIX wieku. W okolicach Sejn o popularności kartaczy mogą świadczyć wzmianki w piosenkach ludowych:

Kapyleńko nasza,
nie stóbruj się na nas,
my kartaczy wykurzymy,
pojedziemy zaraz.

Jest to zwrotka piosenki spisanej w Krzywym pod Suwałkami w 1953r. przez profesora Jarosława Lisakowskiego. Od kilkunastu lat kartacze określane są na Litwie cepeliami od nazwy Zeppeliny, czyli popularnego określenia sterowców, które kształtem i proporcjami kojarzą się z kartczami i litewskimi kokuleje. Kartacze podaje się w domach zazwyczaj jako obiad świąteczny dla rodziny i zaproszonych gości.

Receptura

Kartacze przyrządza się z mielonego mięsa baraniego, wieprzowego, cielęcego lub ich mieszaniny, surowych i gotowanych ziemniaków, czosnku, mielonego pieprzu naturalnego, majeranku, soli kamiennej oraz słoniny i cebuli do zasmażki.



Kindziuk z Puńska

W dawnych czasach jedyną możliwością przedłużenia trwałości mięsa było jego zasolenie, odpowiednie przyprawienie, wędzenie oraz umiejętne przechowywanie. Spośród wielu tradycyjnych wyrobów o charakterze wędlin na Sejneńszczyźnie zachowała się unikalna receptura wyrobu kindziuka.

Historia

Pierwotnie Tatarzy podczas swoich dalekich wypraw posilali się rodzajem wyrobu mięsnego, który charakteryzował się długą trwałością. Do końskiego żołądka napychano surowe mięso, które odpowiednio przyprawione ulegało konserwacji, zachowując walory smakowe i odżywcze. Tatarscy wojownicy wozili takie żołądki przytroczone do końskich siodeł i podczas podróży stanowiły jedno z głównych źródeł pożywienia. Powyższy sposób przyrządzania mięsa trafił również na tereny polsko-litewskie, przyjmując z czasem nazwę kindziuk. Jest to tradycyjna wędzona wędlina kuchni litewskiej i terenów przygranicznych sejneńszczyzny powszechna w XIX wieku. Kindziuk jest robiony wyłącznie z wieprzowiny i gotowany przed wędzeniem. Jak pisze Wańkowicz: „Na zimę przygotowywano dla czeladzi tak zwany „kindziuk" czyli „skiłłądź" (ten ostatni termin ma być polski) – brzuch wieprzowy, tęgo nabity obrzynkami mięsa, zaprawiony saletrą z korzeniami i wędzony". Warto odwołać się do Kolberga: „jedzą też rodzaj salcesona zwanego po litewsku „skilandis" a u Mazurów „kindziuk" – jest to grubo posiekane mięso z tłuszczem, suto osolone i przyprawione czosnkiem." W dawnych czasach, latem wysokie temperatury ograniczały możliwość przetwarzania i konserwacji mięsa. Z tego względu przyrządzanie większości wyrobów mięsnych rozpoczynało się już przed Bożym Narodzeniem. Na kindziuk najlepiej nadawało się mięso z dziczych warchlaków, a w chłopskich gospodarstwach z dużych, nieraz nawet trzyletnich świń. Ze zwierzęcia ważącego zwykle grubo ponad 250 kg najlepsze mięso uzyskiwano z szynek, polędwic i łopatek. Drobno pokrojone mięso solono i przyprawiano dużą ilością pieprzu, czosnku oraz suszonych przypraw. Tak upeklowane upychano w żołądku wieprza. Uformowany kindziuk zaszywano, układano między deski, przyciskano kamieniami i prasowano, następnie oprawiano w tzw. „błonki" – rodzaj ożebrowania z listewek powiązanych sznurkiem – i wieszano koło pieca, by obsechł. Podsuszony kindziuk wędzono i wynoszono na strych, gdzie wieszano pod jątką, co uniemożliwiało dostęp do niego myszom. Wiosną, by uchronić kindziuk przed muchami i robakami, zamykano go w bardzo szczelnej drewnianej skrzyni, nazywanej okraśnikiem, służącej do przechowywania mięsa. W czasie żniw spożywano kindziuk jako wędlinę lub gotowano z kapustą. Podaje się go często z razowym chlebem i z masłem. Są gospodynie, które do dziś przyrządzają kindziuk

czysto tradycyjną metodą. Mięso jego jest dojrzałe, soczyście nasiąknięte przyprawami i bardzo smaczne. Charakteryzuje się on bardzo długą trwałością.

Receptura

Dzisiejszy kindziuk przygotowuje się, wykorzystując dostępne technologie i produkty. Stosuje się wyłącznie mięso wieprzowe i naturalne przyprawy jak pieprz naturalny, sól, majeranek, ziele angielskie, kolendrę, jałowiec, gorczycę, czosnek i sól peklową. Farsz mięsny napychany jest obecnie do pęcherzy wieprzowych, dlatego kindziuk jest teraz o wiele mniejszy i wymaga krótszego, około miesięcznego, okresu dojrzewania. Kindziuk jest dwukrotnie podwędzany i podsuszany. Nabiera on wówczas charakterystycznego koloru i zapachu i jest gotowy do konsumpcji.

Kiszka ziemniaczana

Potrawa o zadziwiającej recepturze i składnikach przyjęła się na Sejneńszczyźnie już przed pierwszą wojną światową. Jest ona wyjątkowa ze względu na unikalny smak i to, że wytwarza się ją z wieprzowych jelit.

Historia

Ta typowa dla okolic Sejn i Suwalszczyzny potrawa upowszechniła się znacznie później niż ołatki (placki ziemniaczane) i kartacze. Najprawdopodobniej zaczęto piec wieprzowe oczyszczone jelita wypełnione farszem z utartych ziemniaków i posiekanej cebuli dopiero po pierwszej wojnie światowej. Chociaż Adam Chętnik w *Pożywieniu Kurpiów*... zanotował, że tak przyrządzaną kiszkę robiono w okolicach Nowogrodu i Ostrołęki już przed 1910 rokiem. Można wnioskować, że kiszka ziemniaczana przywędrowała w okolice Sejn z Kurpi.

Receptura

W skład kiszki ziemniaczanej wchodzą ziemniaki, wieprzowe oczyszczone jelita, cebula, kwaśna śmietana, słonina oraz przyprawy, sól i smalec. Obrane i utarte ziemniaki są przyprawiane oraz mieszane z cebulowo-słoninową zasmażką i doprawiane śmietaną. Tak przygotowanym farszem napełnia się jelita, które są pieczone w piekarniku, aż do uzyskania rumianego koloru.

Kołduny litewskie

Kołduny – małe gotowane pierożki z ciasta pszennego, nadziewane surowym mięsem z dodatkiem łoju nerkowego – zostały zapewne przyniesione na tereny Litwy, w tym również w okolice Sejn przez Karaimów (vide Tatarów).

Historia

We wszystkich najbardziej znanych polskojęzycznych książkach kucharskich opisuje się kołduny jako potrawę litewską. W popularnych w XIX w. i na początku XX w. książkach kucharskich przeznaczonych dla zamożnych domów nadziewano je jednak rozmaicie. W XIX w. – tak jak i obecnie – nazwa „pierogi" oznaczała potrawę z ciasta, przede wszystkim pszennego (gotowanego albo pieczonego), z różnorodnym nadzieniem. W kuchni ludowej nadzienie to stanowiły głównie jarzyny (kapusta, soczewica, siemię, fasola, groch, ale także marchew czy tarte buraki) lub też grzyby, ser i kasze. Określenie pierogów lub pierożków „kołdunami" to zasługa kuchni litewskiej. Tak nazywa się na Wileńszczyźnie

pierogi od ich litewskiej nazwy „koldunas". Znana autorka książek kucharskich E. Kiewnarska pisała: „Kresy północno-wschodnie mają (...) naleciałości tatarskie. Są niemi wszędzie w Polsce, a nigdzie prawie dobrze nie przyrządzane kołduny..." (*O kuchni kresowej*, Bluszcz, nr 23, 1930r.). Kołduny tatarskie są jednak większe od litewskich i mają grubsze ciasto. Kołduny były powszechnie znane: „(...) te prawdziwe, robione z baraniny, łoju baraniego, i te z mielonego mięsa, na wzór rosyjskich pielmieni. (...) Organizowano konkursy jedzenia kołdunów, trafiali się tacy, co zjadali po 100 sztuk. Na głuchej prowincji kołduny robiono często, po miastach – od święta (A. Mieroniuk, A. Petera, C. Wrębiak, *Kultura ludowa południowego Podlasia...*).

Receptura

Kołduny litewskie przygotowuje się ze zwykłej, mięsa baraniego lub wieprzowego, masła, słoniny, cebuli, pieprzu naturalnego i ziołowego, majeranku, czosnku, smalcu, słoniny i soli.

Mrowisko

Niespotykany i atrakcyjny wypiek o bardzo delikatnych jasnożółtych płatkach ciasta, na których mak i rodzynki przypominają biegające mrówki. Mrowisko jest delikatnie chrupiące i oblane miodem, którego aromat kusi do jedzenia.

Historia

Mrowisko to słodka ozdoba świątecznych stołów. Ciasto bywa również prezentem na przeróżne okoliczności. Mrowisko przygotowywane tradycyjnie w domach, jest również dostępne u miejscowych restauratorów.

Receptura

Żeby upiec mrowisko należy przygotować jaja, mąkę, naturalny mód wielokwiatowy, bakalie, rodzynki, suchy niebieski mak, sól i smalec. Pieczenie rozpoczyna się od ubicia masy jajecznej z dodatkiem mąki, z której wyrabia się ciasto. Ciasto musi odleżeć 15 minut i wówczas jest wałkowane na bardzo cienki plaster, który jest krojony na fragmenty przypominające tradycyjne chrusty. Następnie smaży się je w rozgrzanym smalcu z dwóch stron na złocisty kolor. Tak usmażone odsącza się z nadmiaru tłuszczu i moczy się gorącym sosie miodowym. Na przygotowanej podstawce układa się kolejne warstwy chrustów, tworząc z nich formę stożka. Stopniowo każda warstwa posypywana jest makiem, rodzynkami i bakaliami. Po ułożeniu wszystkich chrustów dodatkowo polewa się całe mrowisko pozostałym miodem i posypuje resztą maku i rodzynek.

Miód z Sejneńszczyzny

Sejneńszczyzna leży w rejonie Zielonych Płuc Polski. Nie ma tutaj żadnych zakładów przemysłowych. Powietrze, woda i gleba nie wykazują śladów jakiegokolwiek skażenia. Okoliczne lasy tworzą swoisty mikroklimat przyjazny dla ludzi i zwierząt. Liczne pasieki i żyjące w nich rodziny pszczele dostarczają ekologicznie czystego miodu. Jest on wysokogatunkowy o charakterystycznym smaku i aromacie oraz spełnia wszystkie normy unijne.

Historia

Dzieje pszczelarstwa na Sejneńszczyźnie sięgają czasów średniowiecznych Jaćwingów. Rozwijało się wówczas bartnictwo, które z czasem przekształciło się w pszczelarstwo. Mieszkańcy puszczańskich osad na podstawie nadanego im prawa użytkowania barci (wchody bartne) trudnili się korzystaniem z bogactwa natury, którym jest miód pszczeli. Istniały takie wchody w XVI wieku między innymi w uroczysku u Wałów nad jeziorem Sejwy. Liczba barci i bartników była ściśle określona. Barcie znajdowały się w dużych starych drzewach. Bartnicy oddawali daniny miodowe, około 15 kg od jednej barci, urzędnikom królewskim – klucznikom. Bartnictwo upadło w okresie rozbiorów Polski, przekształcając się w pasiecznictwo przydomowe, o którym pierwsze zapisane wzmianki pojawiają się już za czasów panowania króla Jana Kazimierza. Pszczelarstwo na przestrzeni wieku przeżywało okresy zastoju i rozkwitu. Pierwsze Koło Pszczelarskie powstało na Sejneńszczyźnie w 1873r. i było jedyną w tym czasie organizacją pszczelarską w Królestwie Polskim, która prężnie działa do dzisiaj.

Receptura

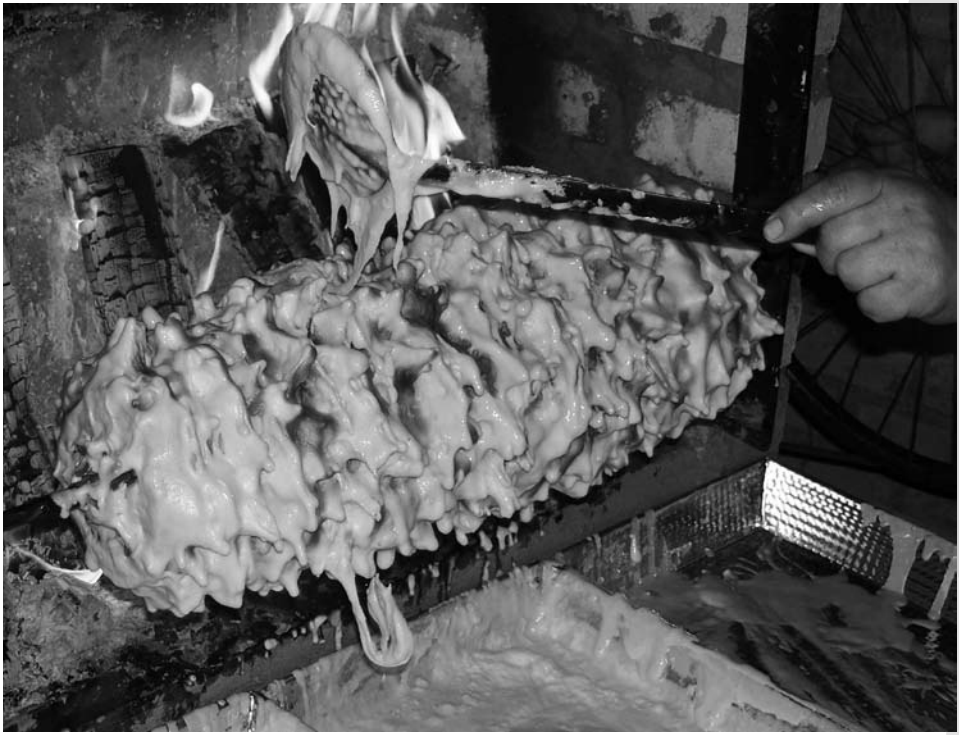
Właściwości fizyczne i skład chemiczny miodu zależą od surowca, z którego powstaje. Rozróżnia się trzy typy miodu: nektarowy, spadziowy i nektarowo- spadziowy. Miód może mieć różne barwy od jasnej do ciemnej wpadającej w czerń u miodów spadziowych. Miód ulega krystalizacji i przechodzi z fazy płynnej – patoki w postać stałą – krupiec. Na Sejneńszczyźnie uzyskuje się miody nektarowe: mniszkowy, malinowy, faceliowy, lipowy, nostrzykowy, gryczany oraz występujące co kilka lat miody spadziowe i nektarowo-spadziowe. Miód wielokwiatowy charakteryzuje się silnym aromatem i specyficznym goryczkowym smakiem, który jest spowodowany dużą różnorodnością roślin entomofilnych tego terenu. Miód posiada dużo wartości odżywczych oraz właściwości lecznicze.

Sękacz sejneński / Bankuchen

Sękacz jest to ciasto robiące wrażenie swoim niepowtarzalnym kształtem i smakiem. Przypomina on owalny, lekko stożkowaty i pionowo ustawiony kloc drewna, z którego boków wystaje mnóstwo różnej wielkości sęków. Całość ma apetyczny cieniowany jasnożółty kolor, przeplatany wewnątrz cienkimi brązowymi smugami. Sękacz przyciąga świeżym aromatem domowej świątecznej kuchni gwarantującym niezwykłe doznania smakowe.

Historia

W polskich przepisach kulinarnych sękacz, zwany pierwotnie „baumkuchenem" zaistniał na przełomie XIX i XX wieku. Nazwa ciasta jest najprawdopodobniej pochodzenia niemieckiego,



gdzie badacze sztuki kulinarnej odnotowali wzmiankę o „baumkuchenie" w 1682r. Ciasto takie było znane w Berlinie. Max Zeim z „Baumkuchenfabrik" twierdzi, że piecze się je od 1749r. Firma cukiernicza założona przez A. F. Schernikowa w 1875r. wspomina, że piecze to ciasto od dnia jej powstania. Najstarszy przepis na wykonanie „baumkuchena", napisany w języku polskim, pochodzi z książki Wincentyny Zawadzkiej – „Kucharka litewska" wydanej w Wilnie w 1856r. Najprawdopodobniej ciasto to trafiło w okolice Sejn w początkach XX wieku. Z czasem stało się powszechnie wypiekane a mieszkańcy regionu Sejneńszczyzny zaadaptowali niemiecką (pruską) recepturę. Potwierdzają to relacje osób, które pochodzą z rodzin od wielu pokoleń wypiekających bankucheny. Starsi sejneńczanie do dziś, mówiąc o sękaczu, używają nazwy „bankuchen" będącej spolszczoną nazwą niemieckiego „Baumkuchen".

Receptura

Do wypieku średniej wielkości sękacza potrzebne są następujące składniki: 40 szt. jaj, mąka, cukier, masło oraz domowa kwaśna śmietana o zawartości tłuszczu ok. 30%. Do uzyskania charakterystycznego posmaku dodaje się wyciśnięty sok lub otartą skórkę z cytryny. Sękacz piecze się polewając przygotowane ciasto na obracający się wałek. Na złociste, zapieczone miejsca stopniowo nakłada się kolejne warstwy. Ciasto, mając odpowiednią konsystencję, zostaje na wałku, tworząc właściwą masę sękacza, a z jego osuwających się fragmentów powstają charakterystyczne sęki. W tradycyjnej metodzie wypieku wałek z ciastem obracany

jest nad ogniem palonym z liściastego drewna. Dzisiaj stosuje się już głównie elektryczne opiekacze.

Sery deserowe z Puńska

Sery wytwarzane tradycyjnymi domowymi metodami stają się coraz bardziej popularne. Wytwarzane są z naturalnego mleka pozyskiwanego od zwierząt hodowanych w miejscowych gospodarstwach. Krowy są tam żywione naturalnie, czyli trawą i sianem. Stanowi to gwarancję nie tylko dobrego smaku ale również ekologicznej czystości sera.

Historia

Tradycja wytwarzania serów z mleka zwierząt gospodarskich sięga dalekich czasów. Charakter serów zależy przede wszystkim od rodzaju mleka oraz lokalnych tradycji danego regionu. Na Sejneńszczyźnie domowymi metodami produkowano niegdyś sery niemal w każdym gospodarstwie wiejskim. Zwykle robiono ser biały, lekko osolony. W zależności od potrzeb i gustów poszczególnych rodzin sery przyprawiano na różne sposoby

Receptura

Ser wytwarza się z mleka krowiego, serwatki z dodatkiem soku z cytryny i dodatków – na słodko: cukier waniliowy i zwykły, w zależności od upodobania suszone jabłka, rodzynki, mak – na słono: sól kamienna, w zależności od upodobania tymianek, kminek, mielona papryka.

Soczewiaki i kakory

Soczewiaki i kakory są rodzajem pierogów, których nadzienie stanowi zmielona soczewica, suto przyprawiona skwarkami. Są to dania bardzo smaczne, chociaż nieco ciężkostrawne. Spożywane przed pracami wiejskimi i w ich trakcie dawały sytość i energię.

Historia

Tego typu potrawy wiązane są z kręgiem kuchni niemieckiej. Jednak sposób ich przyrządzania można wiązać z kuchnią karaimską i tatarską. W kuchni tatarskiej i karaimskiej spożywa się pierogi z ciasta drożdżowego zwane kibinai, w skład ciasta nie wchodzą jednak ziemniaki. Włączenie do przepisu tego składnika wskazuje na modyfikację wprowadzoną lokalnie. Jak wynika z relacji ustnych potrawa ta była powszechnie znana w okolicach Sejn długo przed

drugą wojną światową. Odwołując się do etymologii tego słowa można je wiązać z łacińskim caccare.

Receptura

Do przygotowania soczewiaków i kakorów potrzebne są ziemniaki, soczewica, mąka, cebula, słonina, smalec i przyprawy. Z gotowanych, zmielonych ziemniaków formowane są placuszki, w które zwija się zmieloną i przyprawioną soczewicę. Sposób przyrządzania soczewiaków i kakorów różni się. Zawinięte soczewiaki smaży się w głębokim rozgrzanym tłuszczu na wolnym ogniu aż się zrumienią natomiast zawinięte kakory, poukładane na blaszkach, wypieka się w piecu chlebowym. Usmażone lub upieczone potrawy, suto okraszone zasmażką, najlepiej spożywać na ciepło, popijając mlekiem.