

[www.jemywlodzi.pl](http://www.jemywlodzi.pl)

# DUMNI Z ZALEWATKI



© 2021  
JANKOWSKI



PREZYDENT MIASTA ŁÓDZI  
HANNA ZDANOWSKA



# NAJLEPSZE ZALEWAJKI ŁÓDZKICH SZEFOW KUCHNI EDYCJA 2022

*TRZY NOWE, AUTORSKIE PRZEPISY!*

Niniejszy e-book powstał w ramach drugiej edycji akcji DUMNI Z ZALEWAJKI organizowanej przez portal Jemy w Łodzi i Łódzkie Centrum Wydażeń. Tym razem mamy dla Was trzy zupełnie nowe przepisy na pyszne, autorskie zalewajki przygotowane przez szefów kuchni znanych z łódzkich restauracji:

**Fatamorgana - Bartłomiej Pagacz**

**Food Art - Street Food & Cocktail Bar - Bartosz Snecz Dębski**

**Ukryte Rzeki - Michał Bartczak**

Każdy z przepisów to nowoczesna i kreatywna interpretacja najśłynniejszej łódzkiej zupy. Historia zalewajki sięga XIX wieku, w my przenosimy ją w wiek XXI. Mamy nadzieję, że w ten sposób pomożemy w promowaniu tej wspaniałej zupy nie tylko wśród łodzian.

DUMNI Z ZALEWAJKI to akcja mająca na celu popularyzację zalewajki. W jej ramach powstał Łódzki Szlak Zalewajki, czyli wirtualna mapa łódzkich restauracji podających zalewajkę. O szczegółach akcji przeczytacie na stronie [www.jemywlodzi.pl/zalewajka](http://www.jemywlodzi.pl/zalewajka)

E-book powstał we współpracy z łódzkim grafikiem Igorem Jankowskim, który opracował ilustrację z okładki. Zdjęcia do e-booka wykonała Izabella Borowska z Jemy w Łodzi.

**SMACZNEGO!**





# ZALEWAJKA Z PRAŻOKIEM Z KONFITOWANĄ CEBULĄ I CZOSNKIEM

Restauracja Fatamorgana | Przepis: Bartłomiej Pagacz

## Zakwas na zalewajkę:

- 70 g zakwasu żytniego
- 0,5 l wody
- 100 g mąki żytniej
- 3 ząbki czosnku
- ziele angielskie
- liść laurowy
- ziarna pieprzu
- suszony majeranek

## Prażok z konfitowaną cebulą i czosnkiem:

- 1 kg obranych ziemniaków
- 75 g mąki
- 1 cebula
- 3 ząbki czosnku
- sól
- olej
- masło

## Wywar:

- 2 kg kości wędzonych
- 300 g wędzonego boczku
- 2 cebule
- 5 ząbków czosnku
- ziele angielskie
- liść laurowy
- pieprz
- 50 g suszonych grzybów

## Produkt końcowy, czyli pyszna zalewajka:

- 150 g śmietany 18%
- zakwas na zalewajkę (wcześniej przygotowany)
- sól
- pieprz

**Przygotuj zakwas.** Wszystkie składniki zakwasu na zalewajkę wymieszaj w słoiku. Odstaw na 3-4 dni w ciepłe miejsce.

**Prażok z konfitowaną cebulą i czosnkiem.** Ziemniaki ugotuj z solą, a kiedy będą miękkie odlej z garnka połowę wody (tak, żeby zostały 2 – 3 cm wody w garnku). Wsyp mąkę, przykryj pokrywką i gotuj kilka minut na małym ogniu – mąka musi się zaparzyć, ale uważaj, żeby się nie przypaliła. Cebulę obierz i pokrój w grubszą kostkę, a obrany czosnek w plasterki. Smaż razem na oleju ze sporą ilością masła przez kilka minut na niewielkim ogniu, aż się skarmelizują. Ziemniaki z mąką ubij **tłuczkiem aż do uzyskania jednolitej masy**, połącz z usmażoną cebulą i czosnkiem i dokładnie wymieszaj.

**Wywar.** Kości wędzone zalej wodą tak, aby je pokryła. Dodaj liść laurowy, ziele angielskie, pieprz i suszone grzyby. Gotuj aż mięso będzie łatwo odchodziło od kości. Wyjmij kości, oddziel mięso i przełóż je z powrotem do wywaru. Boczek pokrój w kostkę, przesmaż na patelni do momentu aż się zarumieni. Dodaj do boczku cebulę i czosnek pokrojone w kostkę – smaź, aż zmiękną i nabiorą koloru. Wszystko przełóż do wywaru i chwilę razem gotuj.

**Produkt końcowy, czyli pyszna zalewajka!** Do zagotowanego wywaru dodaj zakwas. Gotuj kilka minut często mieszając. Do miski wlej chochlę wywaru i wymieszaj ze śmietaną (zabiel zupę tak jak lubisz). Dopraw do smaku solą i pieprzem. Dla uzyskania bardziej kremowej konsystencji możesz zupę zblendować. Tak przygotowaną zupę podawaj z prażakiem. Gotowe!

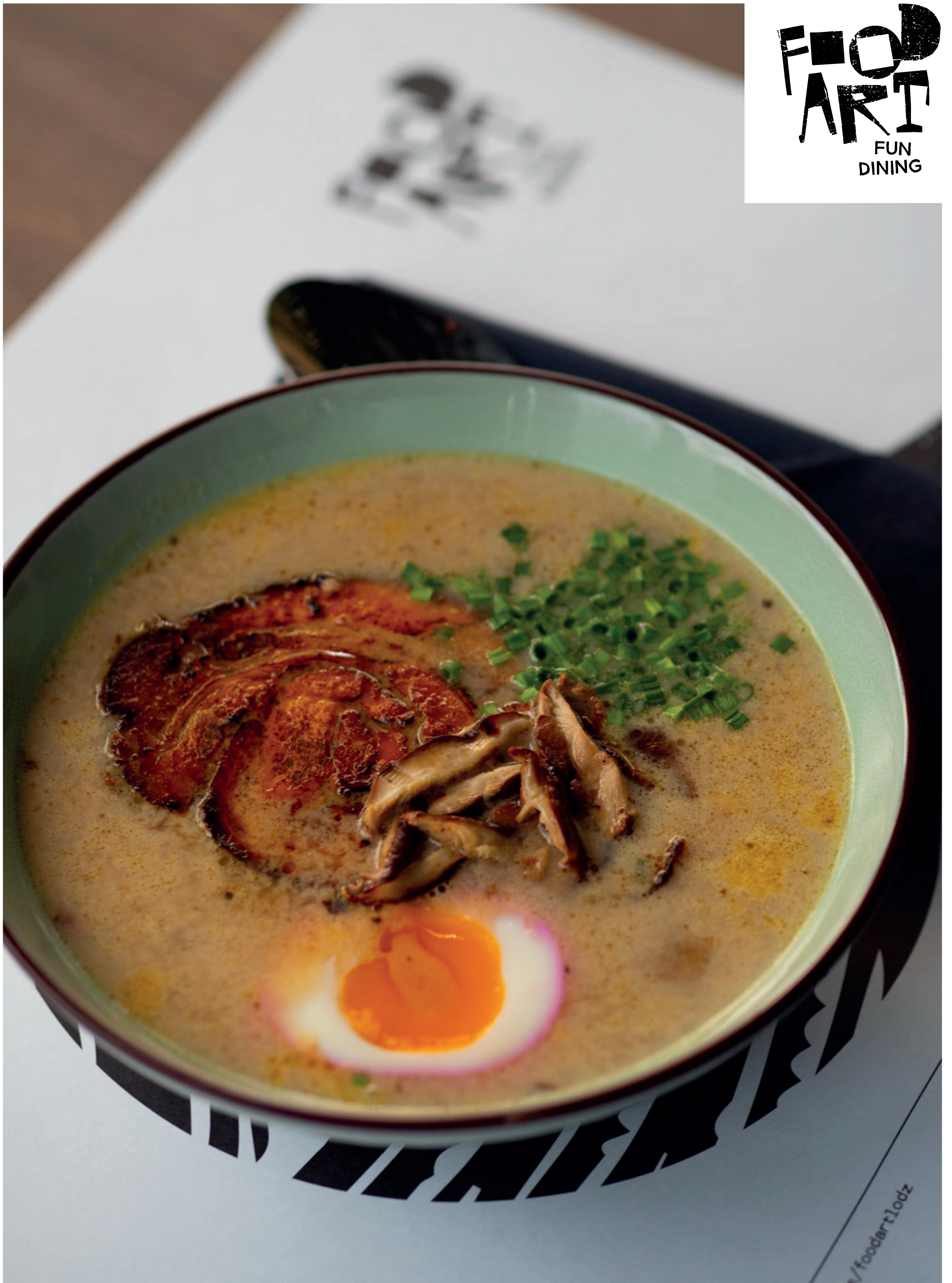
P.S. Najlepiej smakuje następnego dnia.





**BARTŁOMIEJ PAGACZ**

*Szef Kuchni restauracji Fatamorgana*  
Księży Młyn 16 | Łódź | [www.fatamorganalodz.pl](http://www.fatamorganalodz.pl)



# ZALEWAJKA Z BRZUCHEM CHASHU, GRZYBAMI SHITAKE I JAJKAMI MARYNOWANYMI W KISZONYCH BURAKACH

*Restauracja Food Art - Street Food & Cocktail Bar | Autor: Bartosz Sniec Dębski*

## Zupa:

- 400 g kości wieprzowych
- 400 ml zakwasu
- 0,5 kg ziemniaków
- 25 g pasty miso
- 1,5 l wody
- 3 – 4 ząbki czosnku
- sól
- pieprz

## Dodatki:

- 50 g świeżych grzybów shitake
- 2 – 3 jajka
- 0,5 l soku z kiszonych buraków (zakwas buraczany)
- 4 – 6 grubych plastrów brzucha chashu
- 1 pęczek szczypioru
- olej

**Przygotuj zupę.** Do garnka wrzuć kości i zalej wodą. Gotuj przez około godzinę. Następnie wyjmij kości, a do wywaru dodaj obrane ziemniaki pokrojone w kostkę oraz obrane ząbki czosnku. Gdy ziemniaki będą już miękkie zalej wywar zakwasem i zagotuj. Następnie dopraw całość pastą miso, solą oraz pieprzem do smaku.

**Przygotuj dodatki.** Grzyby shitake oczyść, usuń nóżki i usmaż na oleju. Jajka gotuj 6 minut i 30 sekund, następnie przełóż do wody z lodem i zostaw do całkowitego wystudzenia. Zimne jajka obierz i przełóż do pojemnika z sokiem z kiszonych buraków. Odstaw na minimum 6 godzin do zamarynowania.

Brzuch chashu przygotuj według ulubionego przepisu, a następnie pozostaw do wystudzenia, żeby mięso się nie rozpadało i pokrój w grube plastry.

**Sposób podania.** Do głębokiego talerza wlej gorącą zupę z ziemniakami. Na wierzchu ułóż plastry brzucha chashu, smażone grzyby shitake i połówkę jajka marynowanego w soku z kiszonych buraków.



**BARTOSZ SNECZ DĘBSKI**

*Creative Chef restauracji Food Art - Street Food & Cocktail Bar*

Piotrkowska 37 | Łódź | [www.facebook.com/foodartlodz](http://www.facebook.com/foodartlodz)



FUSION  
RESTAURANT

**UKRYTE  
RZEKI**



# ZALEWAJKA Z PUREE ZIEMNIACZANYM, SZARPANYM POLIKIEM, BOCZNIAKAMI I JAJKIEM W KOSZULCE

Restauracja Ukryte Rzeki | Autor: Michał Bartczak

## Zakwas:

- 200 g mąki żytniej 2000
- liść laurowy
- ziele angielskie
- pieprz ziarnisty
- 2 ząbki czosnku
- skórka z żytniego chleba na zakwasie

## Wywar:

- 0,5 kg wędzonych żeberek wieprzowych
- 2 średnie cebule (nieobrane)
- 5 g suszonych podgrzybków
- po 50 g marchewki, pietruszki i selera
- 100 ml śmietanki 18%
- 10 g tartego chrzanu
- sól, pieprz i majeranek

## Dodatki:

- 150 g polików wołowych
- mąka pszenna
- 50 g boczniaków ostrygowatych
- 1 szalotka
- 2 ząbki czosnku
- 2 – 4 jajka zielononóżki
- 250g ziemniaków
- 50 g masła
- 50 ml śmietanki 18%
- wasabi w proszku
- sól i pieprz

**Przygotuj zakwas.** Wszystkie składniki wymieszaj z 0,5 l wystudzonej, przegotowanej wody (najlepiej w szklanym słoiku), przykryj ściereczką lub gazą i odstaw na 4-6 dni w ciepłe miejsce. Zaczyn codziennie mieszaj czystą, drewnianą łyżką. Zakwas będzie gotowy, kiedy zaczną pojawiać się na nim pęcherzyki powietrza i nabierze charakterystycznego zapachu.

**Przygotuj wywar.** Cebule opal nad kuchenką albo pod grillem w piekarniku. Wędzone żebra wieprzowe, opalone cebule, podgrzybki, marchew, pietruszkę i selera przetóż do dużego garnka i zalej 2,5 l wody. Gotuj wywar na małym ogniu przez ok. 3 – 4 godziny. Następnie najlepiej odstaw go na noc, aby smaki przeniknęły się nawzajem. Następnego dnia odcedź wywar, dodaj do niego przygotowany zakwas, chrzan i śmietankę. Podgrzej i dopraw solą, pieprzem i majerankiem.

**Przygotuj dodatki.** Poliki wołowe dopraw solą i pieprzem, obtocz w mące i obsmaż na oleju. Duś pod przykryciem przez kilka godzin do pełnej miękkości, a następnie poszarp mięso widelcem na małe kawałki. Boczniaki pokrój w małą kosteczkę, podsmaż na maśle z posiekanym czosnkiem i szalotką. Dopraw do smaku solą i pieprzem. Ziemniaki ugotuj do miękkości i przeciśnij przez praskę. Dodaj masło, śmietankę i wasabi w proszku, a następnie dopraw do smaku solą i pieprzem.

Jajka zielononóżki ugotuj w koszulkach. Zagotuj w garnku wodę, zakwaś ją octem, łyżką zrób wir i w jego środek wlej jajko. Gotuj ok. 2,5 – 3 minuty i ostrożnie wyjmij łyżką cedzakową.

**Sposób podania.** W głębokim talerzu ułóż porcję puree ziemniaczanego, na nim szarpane poliki, smażone boczniaki i jajko. Całość zalej gorącą zupą.



**MICHAŁ BARTCZAK**

Szef Kuchni restauracji Ukryte Rzeki

Piotrkowska 295A | Łódź | [www.facebook.com/UkryteRzeki](http://www.facebook.com/UkryteRzeki)

# DUMNI Z ZALEWAJKI

Więcej informacji o akcji  
DUMNI Z ZALEWAJKI  
znajdziesz na stronie  
[www.jemywlodzi.pl/zalewajka](http://www.jemywlodzi.pl/zalewajka)



ŁÓDŹ | 2021