

www.jemywlodzi.pl

DUMNI Z ZALEWATKI

2025



© 2025
JANKOWSKI



PREZYDENT MIASTA ŁÓDZI
HANNA ZDANOWSKA



ŁÓDZKIE CENTRUM
WYDARZEŃ

NAJLEPSZE ZALEWAJKI ŁÓDZKICH SZEFOW KUCHNI EDYCJA 2025

TRZY NOWE, AUTORSKIE PRZEPISY!

Niniejszy e-book powstał w ramach piątej edycji akcji DUMNI Z ZALEWAJKI organizowanej przez portal Jemy w Łodzi i Łódzkie Centrum Wydarzeń.

Znajdziecie w nim trzy nowe przepisy na oryginalne dania inspirowane łódzką zalewajką. Dań tych mogliście spróbować w trakcie akcji Dumni z Zalewajki w restauracjach:

Nitka | Piotrkowska 56

Siekany Mieszany | Piotrkowska 144

SmaszMi | Zgierska 211

Każdy z przepisów to kreatywna interpretacja najstynniejszej 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, w których zjecie zalewajkę. O szczegółach akcji przeczytacie na stronie

www.jemywlodzi.pl/zalewajka

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

SMACZNEGO!





NITKA

PASTA-WINE & CHILL



PASTA DI ŁÓDŹ - POŁĄCZENIE SPAGHETTI Z ZALEWAJKĄ

Restauracja Nitka

Składniki:

- 0,5 kg kości wędzonych
- 3 – 4 średnie marchewki
- 400 g selera
- 3 – 4 średnie pietruszki
- 5 średnich cebuli
- 3 ząbki czosnku
- 1 łyżeczka chrzanu
- 250 g boczku wędzonego
- 400 g białej parzonej kiełbasy
- 200 g śmietany 18%
- 1 butelka zakwasu (0,5l)
- 3 średnie ziemniaki
- kilka suszonych podgrzybków
- 400 g makaronu spaghetti
- lubczyk, majeranek, ziele angielskie, liście laurowe

Dodatki:

- 4 jajka
- szczypiorek

Przygotuj zalewajkę. Cebule opal nad palnikiem kuchenki, przetóż do dużego garnka. Dodaj kości i włoszczyznę, zalej wodą i zagotuj. Boczek i cebulę pokrój w kostkę i przesmaż na złoto.

Kiedy włoszczyzna będzie miękka odcedź wywar zachowując warzywa. Wywarem zalej przesmażony boczek i cebulę i gotuj dalej. Kiedy wywar dokładnie przejdzie aromatem boczku i kiełbasy dodaj zakwas, chrzan, suszone grzyby i dopraw do smaku solą i pieprzem. Chwilę gotuj i dodaj zahartowaną śmietanę – do miski ze śmietaną stopniowo dodawaj gorący wywar i całość przelej do garnka.

Dodaj majeranek i lubczyk i całość razem chwilę podgrzewaj na małym ogniu.

Przygotuj spaghetti. Ugotuj makaron zgodnie z instrukcją na opakowaniu. Przygotuj też cztery jajka sadzone. Ugotowaną włoszczyznę pokrój w kostkę i przesmaż na patelni na złoty kolor.

Do warzyw na patelni dorzuć ugotowany makaron i dodaj kilka łyżek zalewajki. Podgrzewaj cały czas mieszając aż sos się zredukuje i dokładnie oblepi kluski. Wyłóż makaron na talerze, na nim ułóż jajko sadzone i całość posyp szczypiorkiem.

A close-up photograph of a man with a grey beard and mustache, wearing a black t-shirt, sitting at a wooden table. He is looking down at a plate of spaghetti. He holds a silver fork in his right hand and a silver spoon in his left hand. The plate is filled with spaghetti, topped with sliced sausage, mushrooms, carrots, and green onions. The plate is placed on a white paper placemat with some text and a logo. The background is dark and out of focus.

KONRAD PODKÓWKA

Nitka

Piotrkowska 56 | Łódź | nitka.jesc.pl

slekany
miessany



TATAR WOŁOWY ZALEWAJKA

Siekany Mieszany | Szef Kuchni: Norbert Szefer | Przepis: Krystian Kisiołek i Mikołaj Augustyniak

Tatar:

- 100 g polędwicy wołowej
- 1 łyżeczka sosu Worcestershire
- 1/2 łyżeczki musztardy Dijon
- 1 łyżeczka oliwy
- sól i świeżo mielony pieprz do smaku

Wędzony majonez z majerankiem:

- 2 łyżki majonezu
- 1/2 łyżeczki suszonego majeranku
- kilka kropli naturalnego aromatu wędzarniczego (najlepiej z białego orzecha)

Smażona cebulka z kiełbasą i czosnkiem:

- 1/2 małej cebuli, drobno posiekanej
- 30 g kiełbasy, pokrojonej w drobną kostkę
- 1 ząbek czosnku, posiekany
- 1 łyżka tłuszczu (olej lub smalec)

Piklowana cebula:

- 1/2 czerwonej cebuli, pokrojonej w cienkie plastry
- 1 część octu jabłkowego
- 1 część cukru
- 2 części wody
- 1/2 łyżeczki ziaren kolendry
- plaster świeżego imbiru
- 1 ząbek czosnku

Chrust ziemniaczany:

- 1 mały ziemniak
- 1 łyżeczka cukru
- olej do smażenia

Mus zalewajkowy:

- 200 ml zupy zalewajki

Tatar: Oczyszczyć polędwicę wołową z błonek i drobno posiekać ostrym nożem. Dopraw sosem Worcestershire, musztardą Dijon, oliwą, solą oraz pieprzem. Delikatnie wymieszać i odstawić do lodówki.

Wędzony majonez: Wymieszać majonez z majerankiem i kilkoma kroplami aromatu wędzarniczego. Odstawić do przegryzienia smaków.

Smażona cebulka z kiełbasą i czosnkiem: Na rozgrzanym tłuszczu usmażyć kiełbasę do zrumienienia. Dodaj czosnek oraz cebulę i duś na małym ogniu, aż się skarmelizuje. Odstawić do ostygnięcia, a następnie wymieszać całość z tatarem.

Piklowana cebula: W rondlu zagotuj ocet, cukier i wodę. Dodaj kolendrę, imbir i czosnek. Gorącą marynatą zalej pokrojoną cebulę i odstawić do wystudzenia.

Chrust ziemniaczany: Obrane ziemniaki pokrój w cienkie paski i mocz w zimnej wodzie z cukrem przez 15 minut. Osusz i smaż na głębokim tłuszczu w 150°C do chrupkości. Odsącz na ręczniku papierowym.

Mus zalewajkowy: Zupę zalewajkę podgrzewaj mieszając aż zredukuje się do konsystencji gęstego sosu, następnie dokładnie zblenduj na gładki mus.

Składanie tataru: Na spód talerza wylej ok. 50 g musu z zalewajki. Na musie ułóż tatar oraz żółtko. Na żółtku umieść piklowaną cebulkę oraz chrust ziemniaczany. Wykończ danie kropkami wędzonego majonezu i posyp świeżym szczypiorkiem.



KRYSTIAN KISIOŁEK

Siekany Mieszany

Piotrkowska 144 | Łódź | siekanymieszany.pl



ZALEWAJKOWE TACOS

SmaszMi | Przepis: Damian Korkosz

Składniki:

- 8x taco kukurydzianych lub pszennych
- 400 g białej kiełbasy (może być surową)
- 200 g wędzonego parzonego boczku
- 100 g suszonych podgrzybków namoczonych z ciepłej wodzie
- 100 g majonezu
- 200 ml zalewajki
- 1 duża cebula
- Cukier i sól
- 100 ml barszczu białego z butelki
- 80 - 100 g frytek
- majeranek

Sos zalewajkowy: Ulubioną domową zalewajkę podgrzej i blenduj na gładko, następnie przecedź przez sito i ponownie gotuj ok. 5 minut do zredukowania. Następnie dodaj majonez i całość mieszaj do uzyskania jednolitego sosu. Doprawić do smaku solą, pieprzem lub barszczem z butelki.

Farsz do taco: Białą kiełbasę i boczek pokrój w drobną kostkę i smaż, kiedy całość się zarumieni dodaj namoczone podgrzybki i całość smaż ok. 5 - 8 minut. Po tym czasie dodaj 100 ml barszczu z butelki i mieszaj. Dopraw do smaku solą i pieprzem.

Karmelowa cebula: Cebulę pokrój w pióra i przesmaż na maśle, możesz odrobinę posolić. Kiedy cebula się zeszkli dodaj cukier (na dużą cebulę ok 3 łyżek), 1 łyżkę octu, i 5 łyżek wody. Całość na małym ogniu mieszaj do momentu uzyskania karmelu który otoczy cebulkę.

Składanie taco: Taco odgrzej w opiekaczu, grillu lub na suchej patelni, następnie nałóż do niego odrobinę sosu oraz farsz z białej kiełbasy, boczku i podgrzybków. Dodaj kilka usmażonych frytek oraz cebulę karmelową. Całość wykończ sosem zalewajkowym. Możesz posypać odrobiną prażonej cebulki, szczyptorku lub świeżej natki pietruszki i gotowe!

DAMIAN KORKOSZ

SmaszMi

Zgierska 211 | Łódź | www.instagram.com/smaszmi



DUMNI Z ZALEWAJKI

Więcej informacji o akcji
DUMNI Z ZALEWAJKI
znajdziesz na stronie
www.jemywlodzi.pl/zalewajka



ŁÓDŹ | 2025