Spis treści

ZUPY

» Zupa dyniowo-kokosowa z krewetkami 13
» Zupa cebulowa z kozim serem, ziołami i chlebem czosnkowym 15
» Zupa wiśniowa 17
» Zupa chrzanowa z tymiankiem i chrupkim boczkiem 19
» Zupa czosnkowa 21
» Zupa grzybowa z olejem truflowym i zacierkami 23
» Żurek na zakwasie z kiełbasą drobiową, przepiórczym jajkiem i tymiankiem 25
» Zupa rybna z orzechami, szałwią i skórką cytryny 27
» Zupa z kurek z roladkami z cukinii faszerowanymi mięsem kraba 29
» Zupa pietruszkowa z pierożkami faszerowanymi kozim serem 31
» Zupa z soczewicy 33

RYBY I OWOCE MORZA

» Tilapia przekładana szpinakiem w sosie szafranowo-pomidorowym 37
» Okoń morski w sosie limonkowym z jaśminowym ryżem i czarnymi truflami 39
» Smażony jesiotr z warzywami z zamkowego ogrodu, pesto i chrupkim boczkiem 41
» Małże w białym winie z pietruszką, chilli i trawą cytrynową 43
» Wędzona sieja z guacamole, serwowana na arbuzie, z sorbetem z czerwonej porzeczki i rukolą 45
» Krewetki z owocami leśnymi, sosem z mango i tajskim imbirem 47
» Filet z sandacza na carpaccio z buraków z ziołowymi kopytkami 49
» Łosoś na grillowanych gruszkach 51
» Karmazyn z wiosennymi warzywami 53
» Pieczona tilapia w pieprzu z dzikim ryżem, szparagami, zielonym groszkiem i rzodkiewkami 55

MIĘSA

» Polędwica wołowa marynowana w sake i trawie żubrowej 59
» Zrazy wołowe faszerowane szparagami serwowane z risotto z kaszy gryczanej i marynatami 61
» Karkówka po krzyżacku z purée buraczanym oraz młodą kapustą z koprem i marchwią 63
» Postny indyk z soczewicą i warzywami 65
» Duszone policzki cielca z marchewką i cebulką dymką 67
» Żeberka w miodze z sezamem, orzechami i kolendrą 69
» Wątróbki cielęce w miodzie i occie balsamicznym z dżemem z czerwonej cebuli 71
» Grillowana karkówka na risotto z kaszy jaglanej, z sosem grzybowym 73
» Kociołek rycerski 75
» Kotlet ze schabu obkładany złotem, serwowany z szafranowym ryżem i cytryną 77
» Kapusta faszerowana siekanym mięsem, warzywami i ryżem, przekładana liśćmi kapusty 79
» Kotleciki z siekanej cielęciny faszerowane przepiórczymi jajkami podawane z zapiekanką dyniową 81
» Kalarepki faszerowane mięsem serwowane z szałwią na carpaccio z marchewki 83
» Terrina wieprzowa nadziewana wątróbkami i orzechami pistacjowymi z sosem malinowym 85
» Zielony kurczak w jajecznym cieście serwowany z soczewicą po czesku 87
» Czarny kurczak z piwnymi plackami, migdałami i sosem miodowym 89
» Kurczak po królewsku w papilotach i płatkach złota 91
» Pieczony dzik ze śliwkami 93
» Królik duszony w musztardzie z warzywami i żurawiną 95

DESERY

» Suszone daktyle z kremem cytrynowo-imbirowym 99
» Deser jajeczny brata Andrzeja 101
» Tarta orzechowo-migdałowa 103
» Makowiec z rodzynkami i orzechami 105
» Szarlotka z imbirem pani Lidzi 107
» Sernik cynamonowo-orzechowy z bezą 109
» Chrusty 111
» Pudding ryżowy na mleku migdałowym z karmelizowanymi płatkami fiołków 113
» Cukierki anyżowe wielkiego mistrza obkładane złotem 115
» Racuchy drożdżowe z jabłkami i cukrem pudrem 117

Contents

SOUPS

» Pumpkin-coconut soup with shrimps 13
» Onion soup with goat cheese, herbs and garlic bread 15
» Cherry soup 17
» Horseradish soup with thyme and crunchy bacon 19
» Garlic soup 21
» Mushroom soup with truffle oil and homemade noodles 23
» Żurek (sour rye soup) on sourdough with poultry sausage, quail egg and thyme 25
» Fish soup with hazelnuts, sage and lemon zest 27
» Yellow chanterelle soup with zucchini roulades stuffed with crab meat 29
» Parsley soup with dumplings stuffed with goat cheese 31
» Lentil soup 33

FISH & SEA FOOD

» Tilapia with spinach in saffron-tomato sauce 37
» Sea perch in lime sauce with jasmine rice and black truffles 39
» Fried sturgeon with vegetables from the castle garden, pesto and crunchy bacon 41
» Mussels in white wine with parsley, chilli and lemongrass 43
» Smoked lavaret with guacamole, served on a watermelon with red current sorbet and arugula 45
» Shrimps with forest fruit, mango sauce and Thai ginger 47
» Pike-perch fillet on beetroot carpaccio with herb potato noodles 49
» Salmon on grilled pears 51
» Rockfish with spring vegetables 53
» Baked pepper tilapia with wild rice, asparagus, green peas and radish 55

MEAT

» Beef sirloin marinated in sake and wisent grass 59
» Beef collops stuffed with asparagus served with buckwheat risotto and marinates 61
» Pork-neck Teutonic style with beetroot purée, new cabbage, dill and carrots 63
» Fast turkey with lentils and vegetables 65
» Stewed calf cheeks with carrot and spring onion 67
» Ribs in honey and sesame, nuts and coriander 69
» Calf livers in honey and balsamic vinegar with red onion confiture 71
» Grilled pork-neck on buckwheat risotto and mushroom sauce 73
» Knights' pot 75
» Pork chops covered in gold, served with saffron rice and lemon 77
» Cabbage stuffed with minced meat, vegetables and rice, interlayered with cabbage leaves 79
» Cutlets from chopped veal stuffed with quail eggs served with a pumpkin casserole 81
» Kohlrabi stuffed with meat served with sage on carrot carpaccio 83
» Pork terrina stuffed with livers and pistachios with raspberry sauce 85
» Green chicken in egg pastry served with lentils à la Czech 87
» Black chicken with beer pancakes, almonds and honey sauce 89
» Royal chicken with paper decorations and gold flake 91
» Roasted boar with plums 93
» Rabbit simmered in mustard with vegetable and cranberries 95

DESSERTS

» Dried dates with lemon-ginger sauce 99
» Brother Andrew's egg dessert 101
» Nut-almond tart 103
» Poppy seed cake with raisins and hazelnuts 105
» Mrs. Lidzia's ginger apple pie 107
» Cinnamon-hazelnut cheese cake with meringue 109
» Crispy pastries 111
» Rice pudding with almond milk and caramelized violet petals 113
» Grand Master's anise sweets covered in gold 115
» Yeast-pancakes with apples and powdered sugar 117

Od Autora

W **„Kuchni wielkich mistrzów zakonu krzyżackiego w Malborku”** zebrałem 50 przepisów inspirowanych kulinarnymi zwyczajami krzyżaków. Chciałem pokazać, jak różnorodna, bogata i wyrafinowana była kultura kulinarna zakonu. Jak wielką wagę przywiązywano do tego, co się je i jak się je. A ponieważ nasze dzisiejsze przyzwyczajenia nieco odbiegają od tych sprzed wieków – aby książka poza zaspokojeniem ciekawości miała też walor użytkowy – zaadaptowałem stare przepisy do czasów współczesnych.

Historia dowodzi, że w średniowieczu jadano na poziomie. To, co oraz jak spożywano, określało pozycje społeczną, majętność i styl życia. Wielcy mistrzowie nie różnili się w tym względzie od innych możnych epoki. Dokładali starań, by ich menu było bogate, wystawne i urozmaicone. Najważniejszą rolę w ich diecie odgrywało mięso, jemu też poświęcam najwięcej miejsca w tej książce. Jadano także ryby, jarzyny, owoce, nabiał, używano nawet egzotycznych przypraw i przygotowywano słodycze. Gustowano w daniach o wyrazistych smakach i kolorach. Mistrzowie kulinarni modyfikowali naturalne smaki produktów, szczycili się też tworzeniem oryginalnych kompozycji. Dbano wszak, by posiłki były nie tylko piękne, ale i zdrowe – do ich przygotowywania wykorzystywano więc ówczesną wiedzę medyczną, jakkolwiek śmieszna się nam dziś wydaje.

Na malborskim zamku menu układano zgodnie z pewnymi zasadami. Inaczej jadano w dni zwykłe, inaczej w postne; co innego przygotowywano braciom rycerzom, co innego chorym, a czym innym karmiono wielkich mistrzów.

Najważniejsza była tak zwana kuchnia konwentualna, podporządkowana ściśle regule zakonu, czyli zbiorowi praw obowiązujących zakonników. W odróżnieniu od zwykłych zakonów krzyżacy nie musieli jednak prowadzić się zbyt ascetycznie. Jako bracia rycerze, ogniem i mieczem chrystianizujący świat, potrzebowali pokarmów, które pozwolą im utrzymać odpowiednią kondycję fizyczną. Umartwiony rycerz nie miałby przecież siły na gry wojenne. W ich menu dominowało więc mięso oraz pokarmy bogate w węglowodany i skrobię.

Nieco inaczej karmiono chorych i starszych braci. Zakon Szpitala Najświętszej Marii Panny Domu Niemieckiego w Jerozolimie został przecież powołany do życia, by opiekować się chorymi i rannymi rycerzami, którzy ucierpieli podczas wypraw krzyżowych, dla nich więc przygotowywano specjalne menu, oparte na lekkostrawnych, acz pożywnych i pełnych zdrowia składnikach. Chorym oszczędzano mięsa, budując dania głównie na ryżu i jarzynach.

Funkcjonowała wreszcie tak zwana kuchnia wielkich mistrzów, najbardziej wystawna i rozpustna, mogąca śmiało konkurować z tą serwowaną na największych dworach Europy. Kierowała nią zupełnie inna logika. Miała nie tylko zaspokajać wyrafinowane gusta wielkich mistrzów, ale także pełnić funkcje propagandowe, odzwierciedlać siłę, zamożność i potęgę państwa krzyżackiego, olśniewać gości zakonnych i zachęcać ich do współpracy w „walce z niewiernymi”.

Aby zaspokoić wszystkie kulinarne potrzeby zakonu, w Malborku istniał zastęp urzędników odpowiedzialnych za aprowizację. Ich najważniejszym zadaniem było zgromadzenie odpowiedniej jakości składników. Wiele produktów wytwarzano na miejscu, w zakonnych folwarkach i ogrodach, część ściągano od podległej ludności w postaci danin, a niektóre po prostu kupowano, czasem w najodleglejszych zakątkach współczesnego świata. Ceniono sobie bowiem egzotyczne nowinki, takie jak owoce, bakalie czy przyprawy, a na ich sprowadzenie nie szczędzono pieniędzy. Warto pamiętać, że w wiekach średnich tego typu zakupy wiązały się z kolosalnymi wydatkami. Urzędnicy dbali także o odpowiednie przechowywanie żywności, przygotowywanie uczt oraz bieżącą obsługę krzyżaków w refektarzach, czyli zakonnych jadalniach.

Wszystko to składało się na barwną, bogatą, pełną smaków i zapachów kuchnię zakonną, a pośrednio – na kulturę tych ziem. Chciałbym, by książka, którą trzymacie Państwo w rękach, choć w części oddała klimat minionych wieków, przybliżyła nieco codzienne życie w malborskiej warowni, wzbogaciła wiedzę o dawnych czasach, ale przede wszystkim, by pozwoliła Państwu przygotować kilka smacznych potraw. Warto bowiem pamiętać – z czym z pewnością zgodziliby się ze mną wielcy mistrzowie – że od tego, co się je, zależy, kim się jest.

Bogdan Gałązka

From the author

'The Cuisine of the Teutonic Grand Masters in Malbork Castle' is a compilation of 50 recipes inspired by the culinary traditions of the Teutonic Knights. My desire is to show the variety of this cuisine, its richness and refined aspects, within the Order's traditions and the great attention that was paid to what was eaten and how it was prepared. Because our habits are rather different from those of centuries ago and in order for the book to have a utilitarian value also I have adapted the old recipes to fit our modern day reality.

History proves that the preparation of food and meals were of a certain standard in the Medieval Ages. What and how it was served indicated social status, wealth and lifestyle. Grand Masters were no different from other wealthy people of the epoch. They made every effort to ensure their menu was rich, tasteful and diverse. Their staple food was meat therefore I have devoted most of my attention to meat in this book. Fish, vegetables, fruits, dairy products were also served, sometimes even sweetened or with exotic spices. Food with sharp flavours and colours was preferred and culinary masters modified the natural flavours of their creations whilst taking pride in original compositions. Great care was actually taken in the preparation of meals. They were not only beautifully presented but also healthy – and although this may sound extraordinary today the remedial knowledge of those times was applied in the preparation of the food.

There were certain rules according to which the 'bill of fare' was composed in Malbork Castle. Different food was served on regular days, though the food served was not the same during fasting days. Different meals were prepared for brother-knights, different meals for the sick and, of course, different ones for the Grand Masters.

So called conventional cooking was carried out strictly under the Order's Rule – the fundamental code, a set of laws and conventions binding the knights. Unlike the habitual monks of the day the Teutonic Knights did not have to live a strictly aesthetic, monastic life. As brother-knights Christianizing the world (with fire and sword) they needed food which would enable them to maintain a proper physical condition. A hungry soldier would not have enough strength for warfare. This is why their diets had as their main ingredients meat and foods rich in carbohydrates and starch.

The sick and elderly brothers, however, were fed a less rich diet. The Order of the Teutonic Knights of St. Mary's Hospital in Jerusalem was founded to take care of knights who had succumbed to illness or injury during the Crusades and there was a special 'menu' for them based on light but nutritious and healthy ingredients. They were spared meat and their diet was based on rice and vegetables.

Finally there was the so called Grand Masters' cuisine, the most exquisite and licentious. It could easily compete with food served at the largest of European courts. A different rationale was applied to this cuisine. It was supposed not only to satiate the refined palates of the Grand Masters but also serve as a form of 'propaganda', to reflect the strength, wealth and power of the Teutonic state, delight the Order's guests and encourage them to join the fight against the infidels.

To fulfill the Order's culinary needs, there was a regiment of domestic underlings responsible for the food supply in Malbork. Their main task was to gather ingredients of sufficient quality and quantity. Many products were obtained from the area around the castle, from farms and gardens, some were taken from local farmers in the form of tributes and some were purchased, on some occasions in the furthest corners of the world. Exotic novelties, such as fruit, nuts and spices, were appreciated and no money was spared on importing them; it has to be remembered that 'shopping' in the Middle Ages was a complicated and expensive business. The domestics charged with the running of the castle also took care of the proper storage of the food, preparations for feasts and serving the Knights in the refectories – the dining rooms of the Order.

All of this contributed to the colourful, rich, full of flavours and aromas of the kitchens of the Order and indirectly the culture of this land. I hope that the book you are holding conveys the climate of those past centuries, brought closer to everyday life in Malbork Castle, and enriches your knowledge of those olden days. I also hope that it will inspire you in the preparation of several of these delicious meals. It is worth keeping in mind – and I am sure the Grand Master would agree – that what you eat makes you who you are.

Bogdan Gałązka

PRZEPISY KULINARNE MISTRZÓW KRZYŻACKICH?

Wolne żarty, wszak trzynasty punkt reguły zakonu, obowiązującej przynajmniej od połowy XIII wieku, określał wyraźnie: *W trzy dni, niedzielę, wtorek i czwartek, bracia tego zakonu mogą jeść mięso; w pozostałe trzy dni mogą jeść ser i jaja, a w piątek powinni jeść postne potrawy; jakkolwiek mogą oni jeść mięso każdego dnia, w który przypada dzień Bożego Narodzenia, nawet jeśli to przypada w piątek, ze względu na radość ze świętego okresu.* A jednak okazuje się, że życie zakonne było znacznie bardziej urozmaicone.

Wiele ciekawych informacji dostarcza lektura zapisków skarbnika malborskiego z końca XIV stulecia. Wiemy z nich, że krzyżacy zajmowali się nie tylko wojowaniem i modłami. Ogromną wagę przywiązywali do jedzenia, nie szczędząc nań pieniędzy i serwując sobie liczne ekstrawagancje. To, co i jak jedzono oraz pito w Pałacu Wielkich Mistrzów podczas uczt, zależne było nie tylko od norm i gustów. Na skład menu wpływał także – jakżeby inaczej... marketing bezpośredni. Ogromna warownia nad Nogatem, kilkakrotnie większa od Wawelu, była stolicą jednego z najpotężniejszych państw średniowiecznej Europy. Potrawy tutaj serwowane miały wskazywać na siłę oraz odzwierciedlać zamożność państwa zakonnego. Miały olśnić, a może i zaczarować. Wywołać zadowolenie, zarówno wśród możnych sojuszników, potencjalnych współpracowników, jak i pospolitego rycerstwa. Nie szczędzono więc na imporcie egzotycznych owoców, bakalii czy przypraw. Dbano o wyrazisty, a nawet ostry smak. Niebagatelną rolę odgrywała też woń, ważny był aromat i kolor potraw. Mistrzowie kuchni wręcz unikali naturalnych smaków. Tworzyli oryginalne i wyraziste kompozycje kulinarne.

Jadano wieprzowinę, wołowinę, drób, dziczyznę, i to pod najróżniejszymi postaciami, nie brakowało też zwierząt egzotycznych. Istotną rolę odgrywały ryby. Uzupełnieniem dań głównych było pieczywo, kasze i ryż. Z nabiału najwięcej spożywano jaj i serów. Mniejszą rolę odgrywały śmietana i mleko; to ostatnie najczęściej zastępował wyciąg z migdałów. Do podstawowych napojów należały piwa i miody. Wiadomo, że sprowadzano do Malborka 19 gatunków win, najwięcej reńskiego, ale było także węgierskie, greckie i włoskie. Bracia pijali przynajmnej 12 gatunków piwa: bydgoskie, elbląskie, ale również ze Świętomiejsca, czyli Mamonowa (okolice dzisiejszego Braniewa). W dużych ilościach sprowadzano też cukierki anyżkowe. Najprawdopodobniej wielki mistrz Ulryk von Jungingen był ich smakoszem. Z dokumentów wynika, że dostawy były ciągłe, więc możliwe, iż była to przypadłość rodzinna, i lubił je także jego brat, a zarazem poprzednik, Konrad.

Krzyżacy urządzali uczty, których przepych zaskakiwał. Wielki mistrz, wzorem innych dworów, miał własną orkiestrę. Tworzyło ją 32 grajków. Przez długie lata szefem zespołu był niejaki Pasternak, który pełnił właściwie funkcję dyrektora artystycznego, zajmował się bowiem sprowadzaniem innych zespołów i śpiewaków. Na dworze wielkiego mistrza grano w warcaby, szachy, kości i wcale nie były to zabawy wyłącznie w męskim gronie. W 1405 roku skarbnik zanotował, że tancerkom bosym zapłacono jedną ósmą grzywny...

Spójrzmy zatem, jak dogadzali swemu podniebieniu wielcy mistrzowie krzyżaccy z malborskiego zamku. Frapujące tajniki kuchni pałacowej odkrywa przed nami Bogdan Gałązka – wyborny znawca tematu, godny następca zakonnego kuchmistrza, a zarazem szef zamkowej restauracji Gothic Café & Restaurant.

Mariusz Mierzwiński
DYREKTOR MUZEUM ZAMKOWEGO W MALBORKU

THE GRAND MASTER'S CULINARY RECIPES?

You have got to be joking. Did not the thirteen points of the Order's Rule in force from at least the mid-13th century specifically point out: *Brothers at this monastery are allowed to have meat only on three days: Sunday, Tuesday and Thursday; on other days they are allowed to have cheese and eggs and on Friday only lenten food; however they are allowed to have meat on every day at Christmas, even if it falls on Friday by reason of the joy this holiday period brings us.* In fact, it turns out monastic life was much more varied.

Reading the notes of the Malbork Treasurer from the end of the 14th century we find a lot of interesting information. We know from them that the Teutonic Knights occupied themselves not only with fighting and praying. They also paid a lot of attention to their food, not saving money on food but serving themselves various extravagant meals. What and how was eaten and drunk in the Grand Master's Palace during feasts depended not only on rules and tastes. The menu was influenced also by – how can we make it different – direct marketing in a sense. The grand fortress upon Nogat, several times bigger than the Wawel castle in Kraków, was the capital of one of the most powerful states of Medieval Europe. The dishes that were served here were supposed to direct attention to the might of the Teutonic State and reflect its wealth. They were supposed to dazzle or even put a spell on people. They were supposed to evoke pleasant feelings among rich allies, potential partners and the ordinary knights. Therefore no one saved money on importing exotic fruit, nuts or spices. Great care was taken over matters of food; that it was obvious in its flavour even when highly seasoned. The aroma and colour of these victuals also played an important role. Chefs and cooks actually avoided the natural flavour of their creations and 'fashioned' original and distinct culinary compositions.

Pork, veal, poultry and game, along with other more exotic creatures, were served in various shapes and sizes. Fish also had an important place in the menu. Main courses were complemented by bread, groats and rice. Eggs and cheese were the most popular among dairy products. Cream and milk were less important; the latter usually replaced by almond milk. Beer and meads were the staple beverages. It is known that 19 kinds were delivered to Malbork – the majority were the Rhine variety, but Hungarian, Greek and Italian beverages were also drunk. The Brothers had at least 12 kinds of beer: from Bydgoszcz, Elbląg, Świętomiejsce, Mamonowo (the Braniewo area). Anis sweets were imported in large quantities. Grand Master Ulrich von Jungingen loved his anis drops. Documents show that supplies came in continuously so it is possible that the import of anis sweets, a favourite seemingly in the family, went back to his predecessor and brother the Grand Master Konrad who liked them also.

Teutonic Knights had feasts whose splendour was really astounding. The Grand Master, as it was popular in other manors, had his own orchestra. It was made up of 32 musicians. A Mr. Pasternak was the leader of the band for many years; he acted as the artistic director as his responsibility was also to invite other bands and singers. Checkers, chess, dice were popular games at the Grand Master's court but please don't think that the games were played in the company of men only. The Treasurer noted in 1405 that 'bare-foot dancers' were paid one-eighth of the winnings.

So let's have a look at how those Teutonic Grand Masters in Malbork Castle pleased their palates. The intriguing mysteries of the castle's cuisine are revealed by Bogdan Gałązka – a specialist on the subject, a worthy successor of the Order's chefs, and the manager of the Gothic Café & Restaurant restaurant located in the castle.

Mariusz Mierzwiński
DIRECTOR OF THE MALBORK CASTLE MUSEUM

310

ZUPY

SOUPS

Zupa dyniowo-kokosowa z krewetkami

Pumpkin-coconut soup with shrimps

Ilości składników we wszystkich przepisach w książce podano na 6 osób

»Składniki

50 g masła | 15 ml oleju sezamowego | 3 szalotki | 600 g miąższu dyni bez pestek | 2 l bulionu z kurczaka | 250 ml mleka kokosowego | sól, pieprz | 2 łyżki tajskiego sosu rybnego | 10 g startego imbiru | 3 liście limonki pokrojone w paseczki | 100 g ugotowanych krewetek koktajlowych | liście z jednego pęczka kolendry

»Przygotowanie

W rondlu o grubym dnie podgrzać masło z odrobiną oleju sezamowego i podsmażyć przez 2 min obrane, posiekane szalotki. Miąższ dyni pokroić w kostkę i dorzucić do garnka. Dolać wywar z kurczaka i wszystko razem gotować na małym ogniu przez mniej więcej 15 min, aż dynia będzie miękka. Zmiksować wszystko blenderem. Dodać mleko kokosowe, imbir, liście limonki, sos rybny i trzymać na ogniu przez kolejne 2 min. Na koniec wrzucić krewetki i gotować 2 min. Zupę przelać do miseczek i ozdobić z kolendrą.

W średniowieczu odpowiednikiem dzisiejszych zup były polewki, gęste i niezwykle treściwe. Wchodziły w skład niemal każdego posiłku. W owym czasie jadano dwa główne posiłki w ciągu dnia. Pierwszy, *prandium*, spożywany przed południem był czymś w rodzaju dzisiejszego obiadu. Drugim była kolacja, zwana też wieczerzą. Zaczynała się około godziny 18 i uważana była za najważniejszy posiłek w ciągu dnia. W okresie postnym wieczerzę zastępowano piwną przekąską. Czasami możni pozwalali sobie jeszcze na tzw. *jantaculum*, czyli wczesne śniadanie, jednakże powszechnie takie praktyki uchodziły za nieprzyzwoite i wstydliwe.

All recepies are for 6 people

»Ingredients

50 g. of butter | 15 ml. sesame oil | 3 shallots | 600 g. pumpkin meat without seeds | 2 liters of chicken stock | 250 ml. coconut milk | salt, pepper | 2 tablespoons of Thai fish sauce | 10 g. ground ginger root | 3 leaves of lime diced | 100 g. cooked cocktail shrimp | leaves from one bunch of coriander

»Preparation

Warm up butter with a touch of sesame oil in a heavy pot and stir-fry 2 peeled and diced shallots for 2 min. Cut the pumpkin into cubes and add. Add chicken stock and simmer everything for 15 min. at a low heat until the pumpkin is soft. Blend contents of pot. Add coconut milk, ginger, lime leaves and fish sauce and keep at a low heat for 2 more min. Add shrimps and cook for 2 min. Serve in bowls decorated with coriander.

Pottage, thick and extremely filling, was the Medieval equivalent of our contemporary soup and was a part of almost every meal. At that time people had two main meals during the day. The first one, *prandium*, was taken before noon and was something equivalent to today's lunch. The second one was dinner called supper. It started around 6 p.m. and was considered the most important meal of the day. During Lent supper was replaced by a beery snack. The rich sometimes allowed themselves an early breakfast called *jantaculum*, however the poorer people considered it indecent and shameful.

Zupa cebulowa z kozim serem, ziołami i chlebem czosnkowym

Onion soup with goat cheese, herbs and garlic bread

»Składniki

90 ml oliwy | 50 g masła | 8 dużych cebul, czyli ok. 800 g | 100 g plastrów wędzonego boczku pokrojonych w paseczki | 5 ząbków czosnku | 100 ml koniaku | 2 l bulionu wołowego | kilka gałązek tymianku i lubczyku | gałka muszkatołowa | sól, pieprz | 6 kromek chleba razowego | 12 plastrów wędzonego żółtego sera | 50 g koziego sera | kilka gałązek rozmarynu

»Przygotowanie

W garnku o grubym dnie rozgrzać oliwę z odrobiną masła. Cebule obrać, pokroić w niewielkie kawałki i smażyć ok. 10 min, aż uzyskają złoty kolor. Dodać pokrojony boczek i chwilę smażyć. Dodać 4 ząbki posiekanego czosnku, lekko przesmażyć, a na koniec dodać koniak i gotować 3 min, do czasu, aż alkohol wyparuje. Do garnka dodać po gałązce tymianku i lubczyku (przed podaniem zupy należy je usunąć). Dolać bulion i zagotować. Całość doprawić solą, pieprzem i gałką muszkatołową. Na blasze ułożyć kromki chleba i piec przez 4 min w piekarniku rozgrzanym do 180°C. Po wyjęciu z piekarnika natrzeć chleb lekko rozgniecionym, ostatnim ząbkiem czosnku. W głębokich talerzach ułożyć grzanki, na nich po dwa plastry wędzonego sera i zalać gorącą zupą. Ozdobić tymiankiem i kozim serem.

»Ingredients

90 ml. oil | 50 g. butter | 8 large onions approx. 800 g. | 100 g. of sliced smoked bacon | 5 garlic cloves | 100 ml. cognac | 2 liters of beef stock | some thyme and lovage | nutmeg | salt, pepper | 6 slices of whole-wheat bread | 12 slices of smoked cheese | 50 g. goat cheese | some rosemary

»Preparation

Heat oil with butter in a heavy sauce pan. Peel and cut the onion and fry for about 10 min. till it's golden. Add diced bacon and fry for a while. Add 4 cloves of chopped garlic, fry lightly, add cognac and simmer for 3 min. until the alcohol evaporates. Add thyme and lovage (take them out before serving soup). Add bullion and boil. Spice with salt, pepper and nutmeg. Put pieces of bread on a frying sheet and bake for 4 min. in an oven pre-heated to 180°C. Take out the bread and rub in the last clove of garlic. Put the toast in soup plates, cover with smoked cheese and ladle hot soup over it. Decorate with thyme and goat cheese.