

Marcin Leszczyński

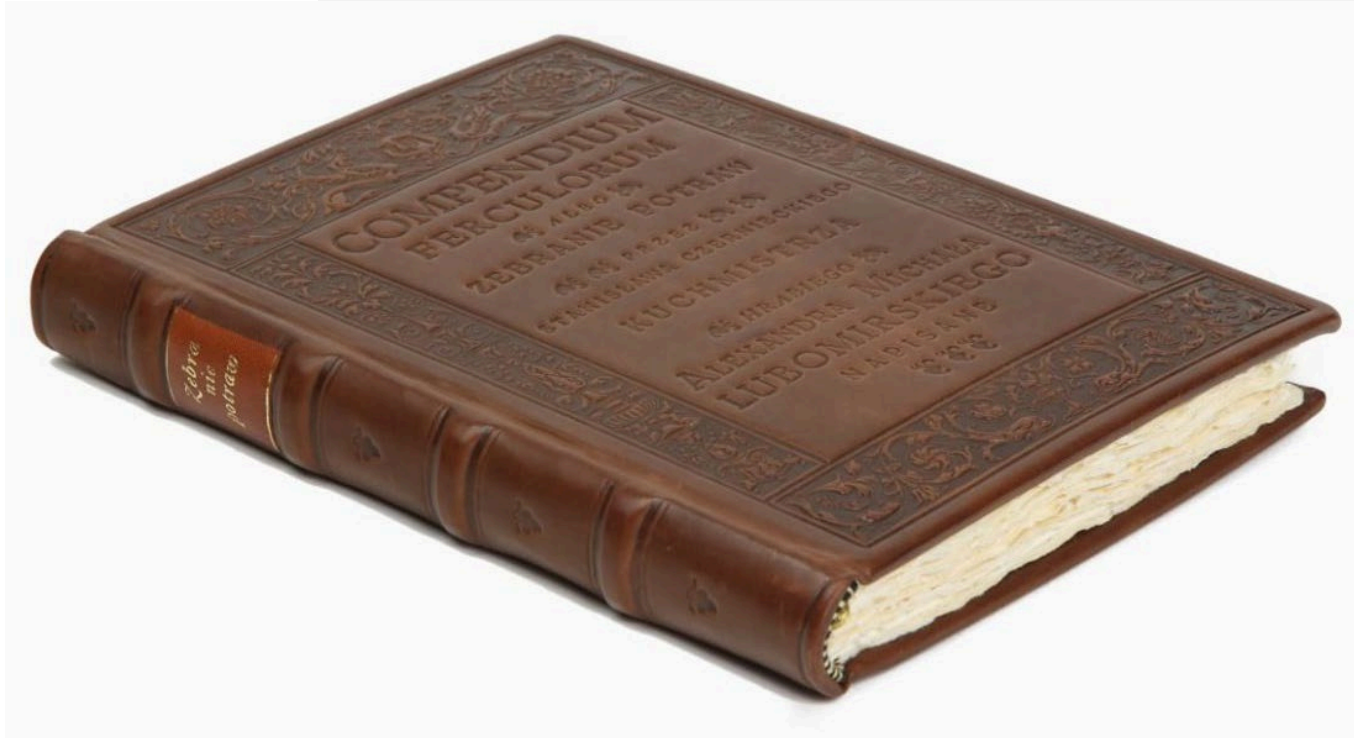
*Historia od kuchni -
polskie książki kucharskie*



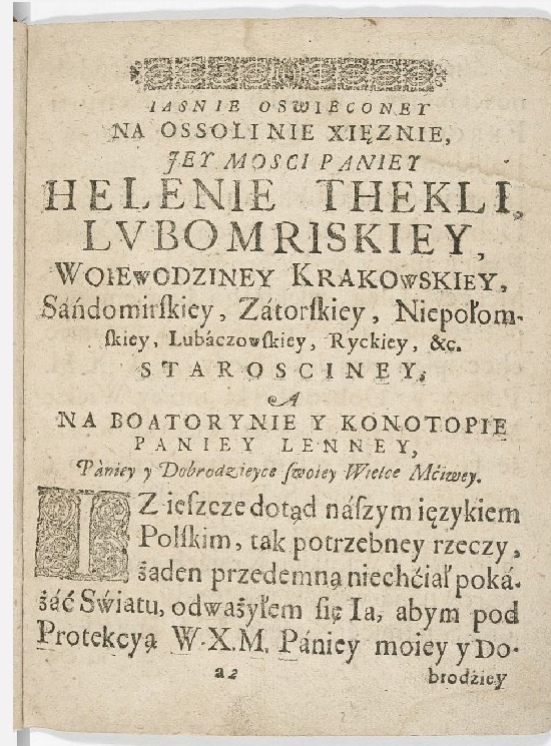
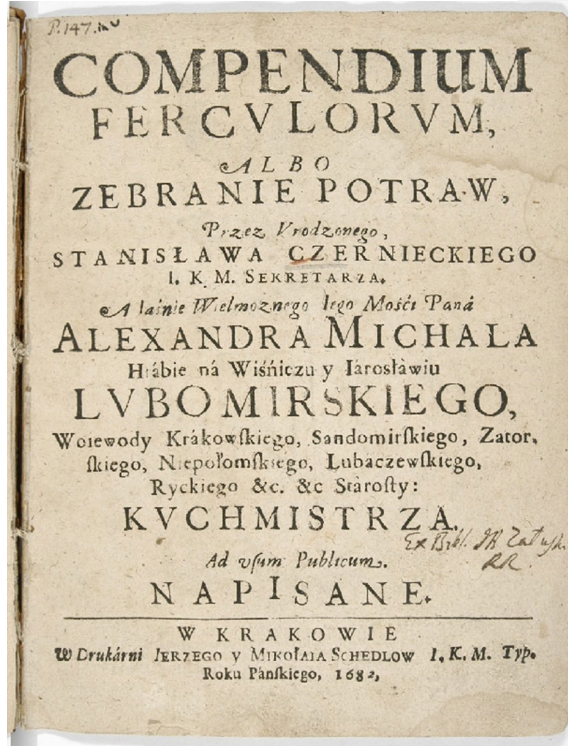


„*Compendium ferculorum, albo zebranie potraw*”

pierwsza polska książka kucharska - 1682 r.



„Compendium ferulorum, albo zebranie potraw”



7



INSTRVKCYA O Kuchmistrzu.

KUCHMISTRZ w Polskim ięzku brzmie kuchenny Nauczyciel. Aiego jest powinność ż rozumieć intencyę Pana swego, albo Autora, spráwcy Bankietu, iáko wiele Gości ma mieć, y zrozumieć Stołu, a według Stołu, Bankie akkomodozać, zeby zbytku nie wczynić, (ktory jednak zbytek, mierny, potrzebny jest, bo jest ozdoba Autorow Bankietu) według stárey przypowiészci. Lepiej mieć żá taler skody, nizeli żá pulgrošá wštydu: ná to umieieny Kuchmistrz pámietać powinien, zeby głupim skępsztwie Pánu swemu wštydu nieuczynić. Rozmieszenie tedy Stołow bárdzo jest przyrzebne, dla miernego rošcobdu, kto bowiem chce mieć osob dwánaście u Stołu, niech daná jedno z estáwienie stołu Mišę potrawy y pulmiskow porędkowych dwánaście, kto chce mieć dwádzesięcia y cztery Osob u Stołu, day Potraw ná dwie Mišie, y dwánaście potraw, po dwa pulmiski, będzie

8 INSTRVKCYA

będzie dwádzesięcia y cztery, kto przydziešić Osob y šest day dwánaście potraw po trzy pulmiski redney, y mis trzy. Kto czterdziešić y ošm osob chce mieć, dwánaście potraw po cztery pulmiski, y cztery misy. A kto pięćdziesiat osob, day potraw dwádzesięcia y pięć po dwa pulmiski, y pięć mis. A kto sto Osob chce mieć u Stołu, day dwádzesięcia y pięć potraw po cztery pulmiski y dziesieć mis. Kto dwiescie Osob chce mieć day dwádzesięcia y pięć potraw po ošmi y dwádzesięcia mis. A tak będzie mierny zbytek temperowány uczesnym dostátkiem.

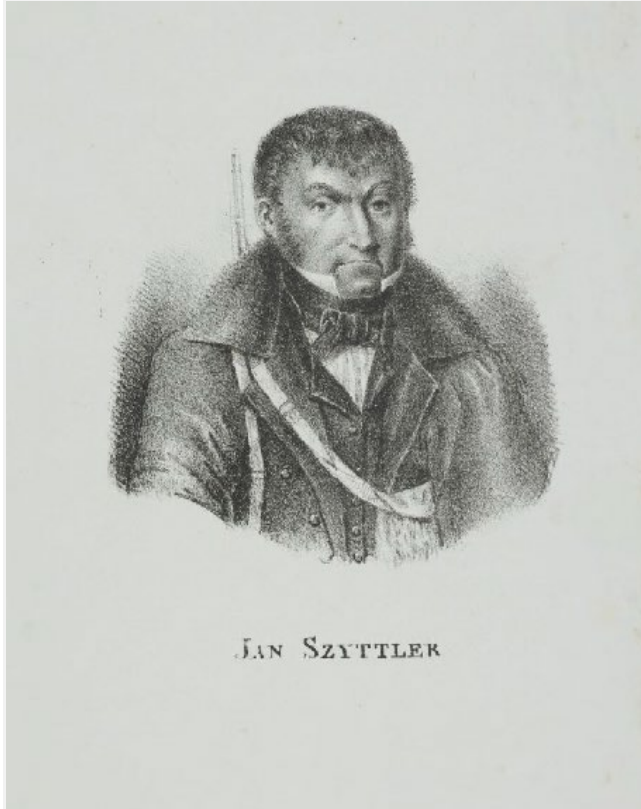
Powinność Kuchmistrzowska.

I.

Kuchmistrzowi należy myšlić o wygodzie wšytkim Gošciom y domowym, w porrámbach, z ukontentowaniem, stárázać sie o to zeby żaden, pod czas dobrej myšli Páná nie turbowal, albo po wesolej myšli, Cholerycznego nie dodał humoru.

II.

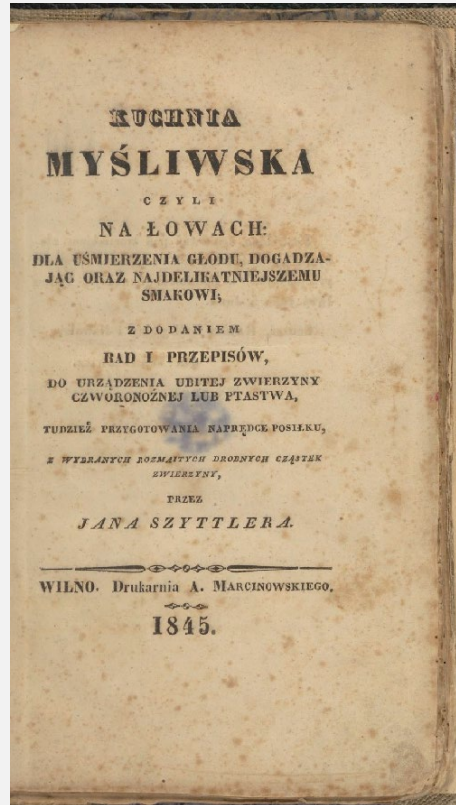
Temuż należy, potrawy wšytkie akkomodować Ku. chárzom, y one ze Spijárnie wydać do kuchni, wiedzieć co ktory Kucharz gotować będzie, y co mu do Potraw wydać, y áko wiele: umieić zApráwować: kostować: á korego konáymensu nie dęstawa, dodać; albo zbyrny
temperoz

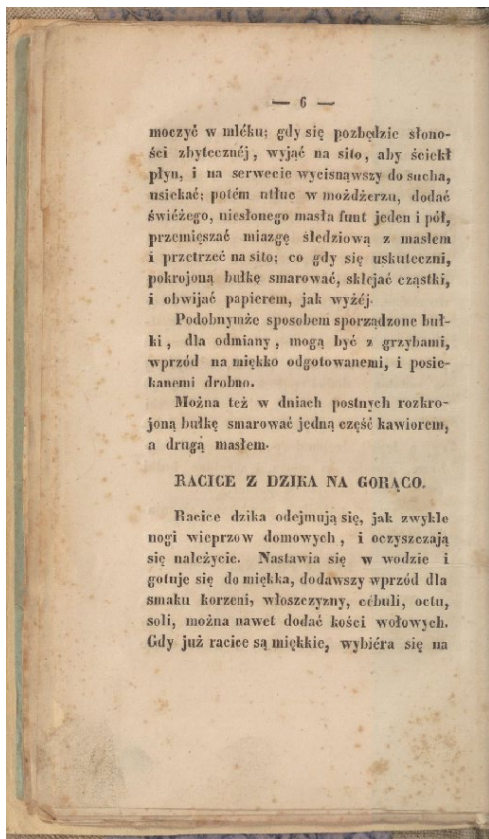


JAN SZYTTLER



Jan Szyttler „Kuchnia myśliwska”





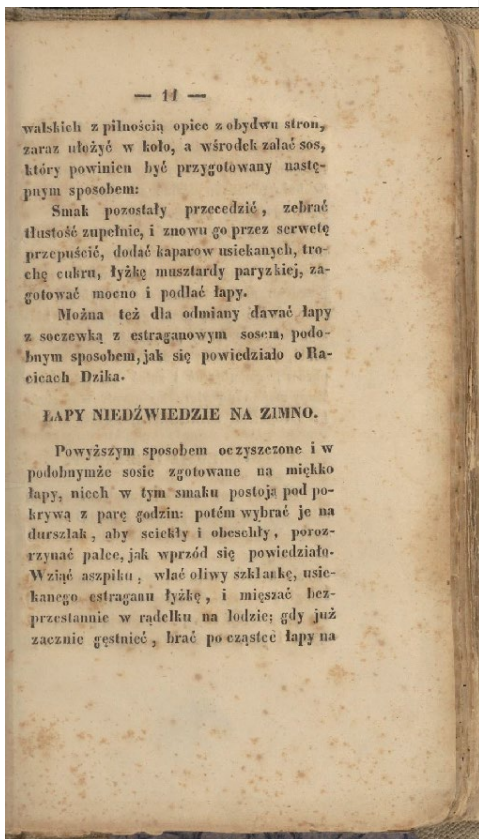
moczyć w młku; gdy się pozbędzie słoności zhytecznej, wyjąć na sito, aby ściekł płyn, i na serwecie wycisnąwszy do sucha, usiekać; potem utłuc w moździerzu, dodać świeżego, niesłonego masta funt jeden i pół, przemieszać miążgę śledziową z masłem i przetrzeć na sito: co gdy się uskuteczni, pokrojoną bułkę smarować, skłcając cząstki, i obwiązać papierem, jak wyżej.

Podobnymże sposobem sporządzone bułki, dla odmiany, mogą być z grzybami, wprzód na miękko odgotowanemi, i posiekanemi drobno.

Można też w dniach postnych rozkrojoną bułkę smarować jedną część kawiozem, a drugą masłem.

RACICE Z DZIKA NA GORĄCO.

Racice dzika odejmują się, jak zwykłe nogi wieprzo domowych, i oczyszczają się należycie. Nastawia się w wodzie i gotuje się do miękka, dodawszy wprzód dla smaku korzeni, włoszczyzny, cebuli, octu, soli, można nawet dodać kości wołowych. Gdy już racice są miękkie, wybiera się na



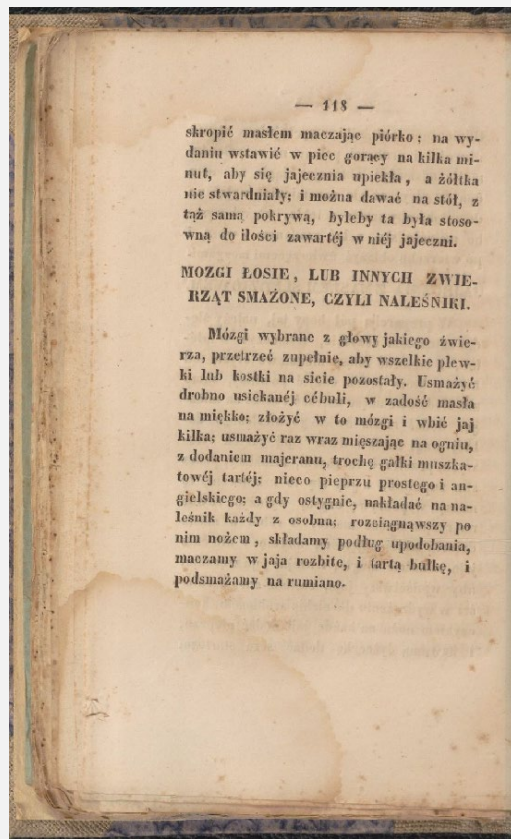
walskich z pilnością opiec z obydwu stron, zaraz ułożyć w koło, a wśrodek zalać sos, który powinien być przygotowany następnym sposobem:

Smak pozostały przecedzić, zebrać tłustość zupełnie, i znowu go przez serwetę przepuścić, dodać kaparow usiekanych, trochę cubru, łyżkę musztardy paryzkiej, zagotować mocno i podlać łapy.

Można też dla odmiany dawać łapy z soczewką z estraganowym sosem; podobnym sposobem, jak się powiedziało o Racicach Dzika.

ŁAPY NIEDŹWIEDZIE NA ZIMNO.

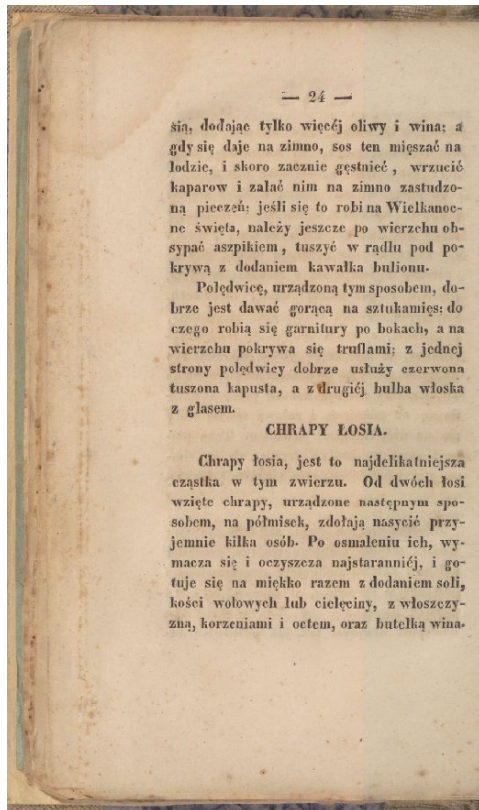
Powyższym sposobem oczyszczone i w podobnymże sosie zgotowane na miękko łapy, niech w tym smaku postoją pod pokrywą z parę godzin: potem wybrać je na durszlak, aby ściekły i obeschły, porozrywać palce, jak wprzód się powiedziało. Wziąć asypiku, wlać oliwy szklanę, usiekanego estraganu łyżkę, i mięsząc bezprzestannie w radelku na lodzie; gdy już zacząć gęstnieć, brać po cząstec łapy na



shropić masłem maczając piórko: na wydaniu wstawić w piec gorącej na kilka minut, aby się jajecznia upiekła, a żółtka nie stwardniały; i można dawać na stół, z tą samą pokrywą, byleby ta była stosowną do ilości zawartej w niej jajeczni.

MOZGI ŁOSIE, LUB INNYCH ZWIERZĄT SMAŻONE, CZYLI NALEŚNIKI.

Mózgi wybrane z głowy jakiego zwierza, przelrzeć zupełnie, aby wszelkie plewki lub kostki na sicie pozostały. Usmażyć drobno usiekanęj cebuli, w zadość masła na miękko; złożyć w to mózgi i wbić jaj kilka; usmażyć raz wraz mięszając na ogniu, z dodaniem majeranu, trochę galki muszkatowej tartej; nieco pieprzu prostego i angielskiego; a gdy ostygnie, nakładać na naleśnik każdy z osobna; rozciągnawszy po nim nożem, składamy podług upodobania, maczamy w jaja rozbite, i tartą bułkę, i podsmażamy na rumiano.

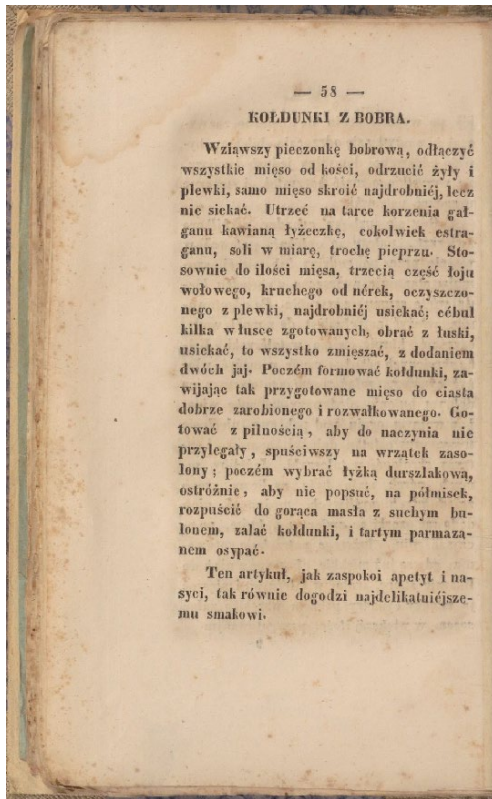


sia, dodając tylko więcej oliwy i wina; a gdy się daje na zimno, sos ten męszać na lodzie, i skoro zacznie gęstnieć, wrzucić kaparów i zalać nim na zimno zastudzoną pieczeń: jeśli się to robi na Wielkanocne święta, należy jeszcze po wierchu obysypać aspikiem, tuszyć w radlu pod pokrywą z dodaniem kawałka bulionu.

Poędwiec, urządzoną tym sposobem, dobrze jest dawać gorącą na sztukamięd; do czego robią się garnitury po bokach, a na wierchu pokrywa się truflami; z jednej strony poędwicy dobrze usłuży czerwona tuszona kapusta, a z drugiej bulba włoska z glasem.

CHRAPY LOSIA.

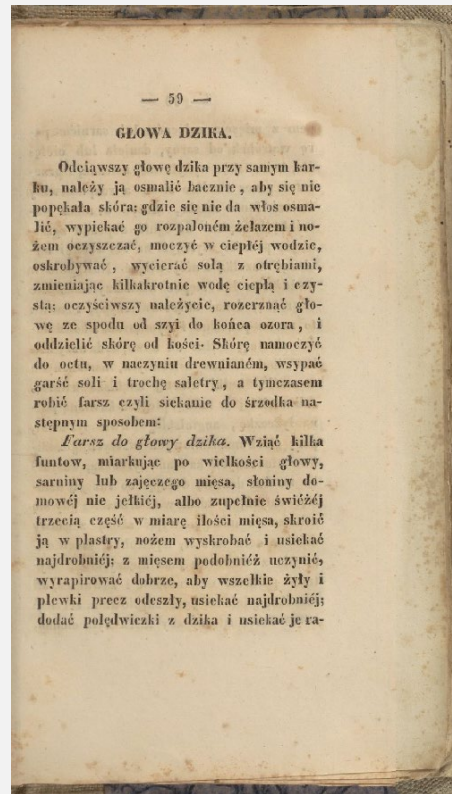
Chrapy losia, jest to najdelikatniejsza częśćka w tym zwierzu. Od dwóch łosi wzięte chrapy, urządzone następnym sposobem, na półmisek, zdołają nasycić przyjemnie kilka osób. Po osmaleniu ich, wymacza się i oczyszcza najstaranniej, i gotuje się na miękko razem z dodaniem soli, kości wołowych lub cielęciny, z włoszczyzną, korzeniami i octem, oraz butelką wina.



KOLDUNKI Z BOBRA.

Wziąwszy pieczonkę bobrową, odłaczycь wszystkie mięso od kości, odrzucić żyły i plewki, samo mięso skroić najdrobniej, lecz nie siekać. Utrzeć na tarce korzenia galganu kawianą łyżeczkę, cokolwiek estraganu, soli w miarę, trochę pieprzu. Stosownie do ilości mięsa, trzecią część łoju wołowego, kruchego od nerek, oczyszczanego z plewki, najdrobniej usiekać; cebul kilka włusce zgotowanych, obrać z łuski, usiekać, to wszystko zmieszać, z dodaniem dwóch jaj. Poczém formować koldunki, zawijając tak przygotowane mięso do ciasta dobrze zarobionego i rozwałkowanego. Gotować z pilnością, aby do naczynia nie przyleżały, spuściwszy na wrzątek zasolony; poczém wybrać łyżką durzszlakową, ostróżnie, aby nie popsuć, na półmisek, rozpuścić do gorąca masła z suchym bulionem, zalać koldunki, i tartym parmazanem osypać.

Ten artykuł, jak zaspokoili apetyt i nasyci, tak równie dogodzi najdelikatniejszemu smakowi.



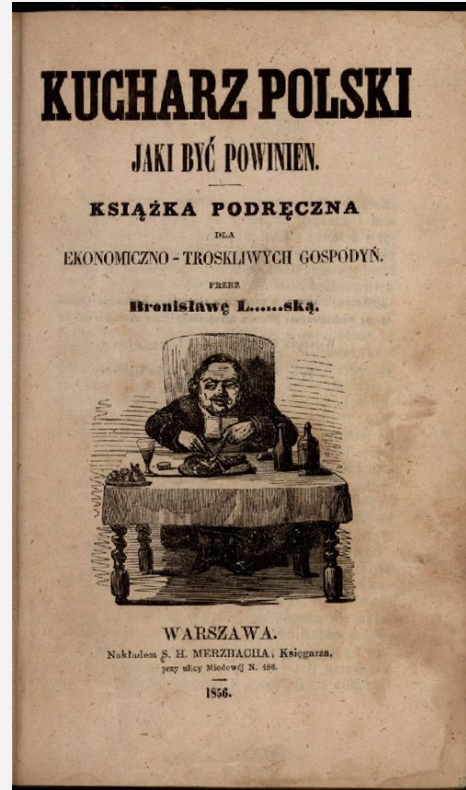
GŁOWA DZIKA.

Odciawszy głowę dzika przy samym karku, należy ją osmalicь bacznie, aby się nie popękała skóra; gdzie się nie da włos osmalicь, wypiekać go rozpalonóm żelazem i nożem oczyszczać, moczyć w ciepłej wodzie, oskrobywać, wycierać solą z otrębiami, zmieniając kilkakrotnie wodę ciepłą i czystą; oczyszcziwszy należyte, rozetznąć głowę ze spodu od szyi do końca ozora, i oddzielić skórę od kości. Skórę namoczyć do octu, w naczyniu drewnianém, wysypać garść soli i trochę saletry, a tymczasem robić farsz czyli siekanie do środka następnym sposobem:

Farsz do głowy dzika. Wziąć kilka funtów, miarkując po wielkości głowy, sarminy lub zajęczego mięsa, słoniny domowej nie jętkiej, albo zupełnie świętej trzecią część w miarę ilości mięsa, skroić ją w plasty, nożem wyskrobać i usiekać najdrobniej; z mięsem podobnież uczynić, wyrapirować dobrze, aby wszelkie żyły i plewki precz odeszły, usiekać najdrobniej; dodać poędwiczki z dzika i usiekać je ra-



Bronisława Leśniewska „*Kucharz Polski jaki być powinien*”



126. Zupa czekoladowa z winem.

Utrzeć pół funta czekolady, dodać kawałek pokruszonej wanilii, gotować w kwarcie wody; gdy się czekolada rozgotuje, dolać półkwarty francuzkiego wina, ubić z cukrem 5 żółtek, zaprawić tём zupę na ogniu ciągle mieszając; gdyby się komu zdawała za gęsta, rozprowadzić winem albo gotowaną śmietanką. Dodatek małe sucharki albo biszkopciki.

Uwaga. Podobnym sposobem można urządzić czekoladę na mleku, nieużywając wody ani wina.

99. Zupa berberysowa (dla 8 osób).

Ugotować dobrego rosolu kwart 3; jagód berberysowych mocno dojrzałych kwatek 3 obrać z szypulek, wyplókać, a podłożysz świeżego masła w ilości włoskiego orzecha, dusić w czystej ryneczce lub rądelku; gdy się już dobrze udusi, ciągle mieszając, lać z wolna dobrej śmietany kwatek 3, dorzucić kawałek cukru, nieco kwiatu pomarańczowego, i chwilę jeszcze gotować, potem przetrzeć przez sito do wazy, przelewając przygotowanym rosolem; do tego dać grzanecki lub uszka przyrządzone z berberysu i ryżu.

Uszka te robią się w następujący sposób: odgotować w mleku pół funta ryżu, wziąć pół funta berberysu oczyszczonego z pestek, posypać berberys cukrem i postawić z talerzem lub durszlakiem na parze, aby rozpęczniał; jeżeliby przy wybiéraniu pestek było w berberysie nieco soku, odlać takowy do przyrządzonej zupy; potem zmieszać berberys z wyżej wymienionym ryżem. Jeżeli uszka mają być osmazane, robi się do zawijania takowych ciasto na sposób francuzki, kraje w kwadratowe plasterki i zawiera mieszaninę z ryżu i berberysu, w kształcie już ogólnie przyjętym co do uszek, smaży się je w młodem maśle. Jeżeli uszka mają być gotowane, wtedy wypada zrobić ciasto jak na makaron.

390. Skowronki z truflami.

Wybrać największe trufile, najlepsze są świeże, oplókać, wydrążyć środki, które trzeba usiekać; oprawione skowronki rozebrać na części, obciągnąć w udrobinie bulionu, a lepiej jeszcze usmażyć w maśle, nadziewać niemi trufile, kłaść w rądelek, przesypując usiekanymi środkami truflii, nalać burgundzkim winem, zagotować, i wydać w sosie na stół.



82. Zupa majowa z liści Malwy
(dla 6 osób.)

W miesiącu maju bierze się liście malwy białej, różowej lub żółtej, nigdy zaś czarnej; oczyściwszy, pakuje pełno w kwartowy garnuszek, nalewając dobrze ugotowanym bulionem, stawi do ognia. Oprócz tego trzeba mieć jeszcze 2 kwart tegoż samego bulionu. Ugotować 12 jaj na twardo, wybrać żółtka, utrzeć na masę z cukrem i masłem, dodać szczyptę kwiatu pomarańczowego, dwa sproszkowane goździki korzenne, kawałek wanilii. Po utarciu takowej masy dokłada się ugotowane na miękko malwowe liście, rozciera jeszcze raz mocno, dolawszy pozostałym bulionem, daje na wazę z suchymi grzankami.

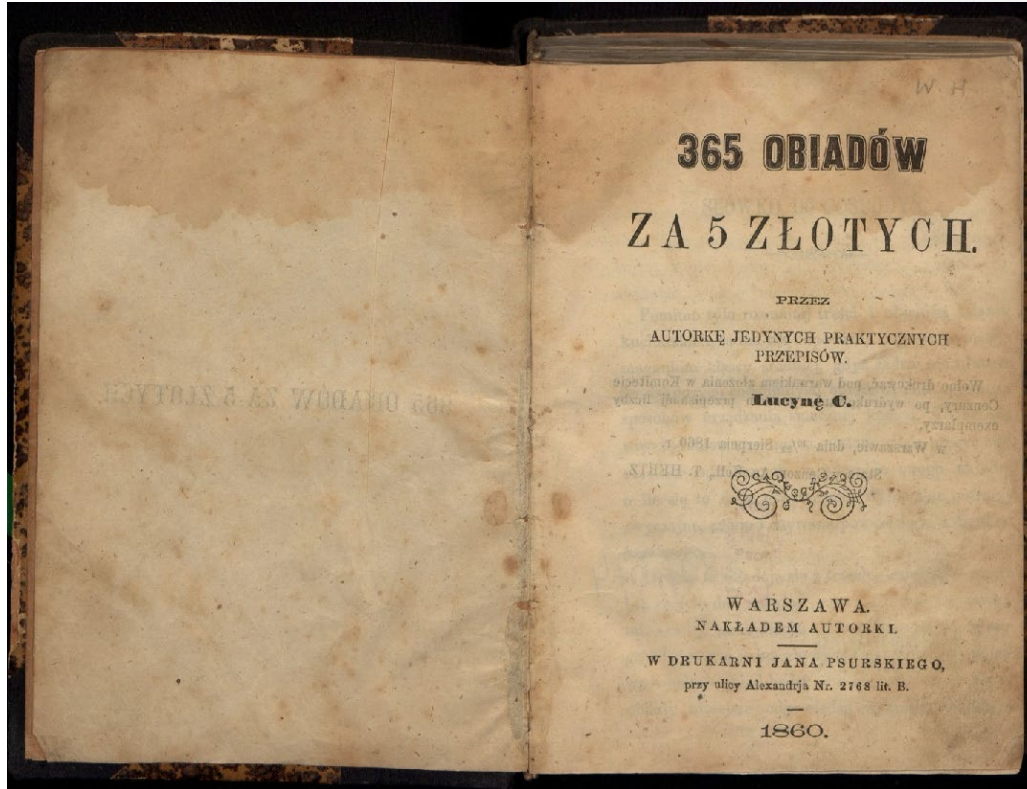
377. Potrawa z kaczki z nasturcyą.

Oczyszczoną kaczkę rozebrać na części; dać w rądel dobrą łyżkę masła; kaczkę natrzeć solą i grubo tłuczonym imbirem; obłożyć czysto oplukanym zielonym liściem nasturcyi, nastawić; gdy się masło rozpuści, wlać odwaru mięsnego N. 1, tyle, aby tenże zabrał kaczki; gdy się już dobrze przegotuje, wyjąć, odcedzić, smak, w którym się gotowała, zaprawić małą łyżką masła z mąką; włożyć napowrót kaczkę, dodać cienko w paseczki krawanej młodej słoniny, parę łyżek octu, parę kawalków cukru, parę żółtek surowych, trochę wanilii i garść zielonego młodego nasienia z nasturcyi; zagotowawszy kilka razy, wyciąć na stół.





Lucyna Ćwierczakiewiczowa „365 obiadów za 5 złotych”



MARZEC.

Ponieważ w tym miesiącu i w następnym zwykłe wypada post na oba te miesiące podaje dyspozycje obiadów postnych trzy razy na tydzień, z zastosowaniem zawsze do produktów tej pory roku.

1. Barszcz z uszkami. str. 4—30.
- Flaki. str. 58.
- Pierogi leniwe z sera. str. 145.
- Zajęc z borówkami. str. 121.
- †2. Zupa kartoflana. str. 16.
- Sandacz z jajami. str. 100.
- Pierogi ruskie z powidłami. str. 145.
- †3. Polewka piwna ze śmietaną. str. 23.
- Sielawy wędzone.
- Ryż opiekany. str. 160.
- Okonie smażone z sałatą z kapusty czerwonej. str. 105—184.
4. Rosół z kaszką na gęsto gotowaną. str. 1—27.
- Sztuka mięsa z cebulowym sosem. str. 44—38.
- Zajęc z buraczkami. str. 121—126.
- Jabłka w cieście kruchem. str. 163.
5. Czarnina z kluseczkami. str. 21—29.
- Potrawa z prosięcia z białym sosem. str. 79.
- Kartofle z wędliną z pół gęsi. str. 134.
- Pyza z masłem lub sokiem. str. 156.
6. Rosół z makaronem. str. 1—26.
- Paszteciki z mózgu w naleśnikach. str. 89.
- Sztuka mięsa z chrzanem ze śmietaną. str. 44—41.
- Kotlety cielęce z groszkiem. str. 63—127.
- Śmietana bita z marenkami. str. 171.

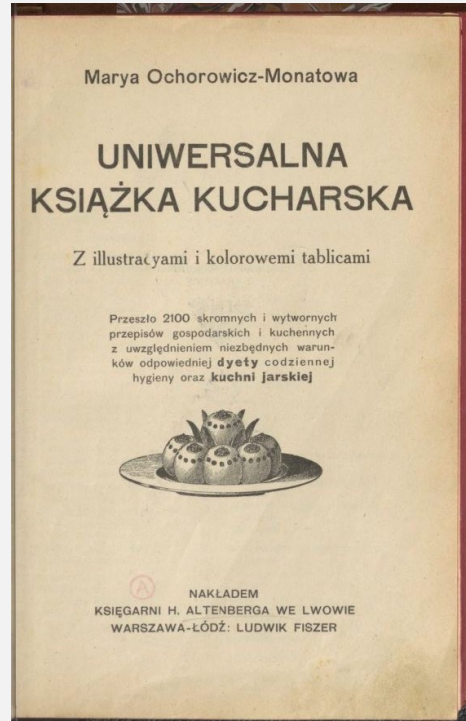
MAJ.

W tym miesiącu również trudna jest dyspozycja obiadu jak w zeszłym, gdyż zapasy zimowe już wychodzą wiele produktów smak traci, a nowalji jeszcze nie zbývá wiele; szparagi są najlepsze w tym miesiącu.

1. Zupa szczawiowa z grzankami. str. 9—31.
- Kielbasa z sosem z kartoflami. str. 77—134.
- Kurczęta z sałatą zieloną. str. 116—183.
2. Rosół z kluskami francuskimi. str. 128.
- Paszteciki z móżdżku w naleśnikach. str. 88.
- Sztuka mięsa z sosem ze smardzli. str. 44—40.
- Kotlety cielęce z sałatą. str. 63—133.
3. Zupa cytrynowa. str. 11.
- Sztuka mięsa z jarzynami. str. 44.
- Szparagi. str. 138.
- Mostek cielęcy nadziewany. str. 61.
- Śmietana bita z biszkoptami. str. 171.
4. Rosół z grzankami i z liśćmi szczawiowymi. 10—31.
- Sztuka mięsa z musztardą. 44—41.
- Marehewka młoda z móżdżkami smażonymi. 136—67.
- Kurczęta ze śmietaną. str. 116.
- †5. Sago u winie białem francuskim. 24.
- Szczupak z sosem kaparowym. 96.
- Szparagi 138.
- Krem kawowy. 173.
6. Rosół z kaszką zacieraną. 1—27.
- Sztuka mięsa z sosem szczawiowym. 44—37.
- Smardzle i szparagi z sosem pietroszkowym. 43—138.
- Cielęcina z sałatą. 60—183.



Maria Ochorowicz – Monatowa „*Uniwersalna książka kucharska*”



21

Śniadania skromne

<p>1 Omlet z cynaderkami Kalarepka faszerowana Sery — owoce</p> <p>2 Vol-au-vent z kurcząt Fasolka szparagowa Sery — owoce</p> <p>3 Forszmak na gorąco Marchewka z grzankami Sery — owoce</p> <p>4 Jaja w sosie pomidorowym Wątróbka duszona Sery — owoce</p> <p>5 Zraziki cielęce po parysku Grzybki duszone ze śmietaną Sery — owoce</p>	<p>6 Paszteciki z mózgu w naleśnikach Omlet z jarzynami Sery — owoce</p> <p>7 »Vinaigrette« z ryb Ragout z cielęciny Sery — owoce</p> <p>8 Potrawa z pulardy z rakkami Pomidory faszerowane Sery — owoce</p> <p>9 Szczupak po żydowsku Kalarepka duszona z grzankami Sery — owoce</p> <p>10 Jaja po włosku Mostek cielęcy z agrestem Sery — owoce</p>
--	---

46

Śniadania wykwintne.

<p>I. Bulion z jajem - paszteciki Majonez z homara Kotlety z pulard - purée z kasztanów Zajęce pieczone Salata zimowa Budyń ponczowy Sery - owoce.</p> <p>II. Barszcz w filiżankach - paszteciki Sole „au vin blanc” Gigot baranie z brukselką Kaptony z różną Salata - kompot Galareta pomarańczowa Sery - owoce.</p> <p>III. Consommé w filiżankach - paszteciki Karp „à la Matelot” Filet „à la Rossini” Pantarki pieczone Salata - kompot Croutes aux ananas Sery - owoce.</p>
--

Żabki.

183. **Żabki smażone.** Żabki najsmaczniejsze są przy końcu lata. Dostać je można na targach już przygotowane, t. j. obcignięte ze skóry. Jada się tylko zadnie udka, które posolić godzinę wprzód, wysuszyć w bibule lub serwecie, posypać mąką, zmaczać w rozbitym jajku, otarzać ze wszystkich stron w przesianej tartej bułce i smażyć w fryturze lub na rozpalonem maśle aż się ładnie zrumienia. Kto nie jest uprzedzony, że to żabki, nie rozpozna ich od smażonych kurcząt, są nawet delikatniejsze niż kurczęta. Podaje się do żabek zielona sałata.

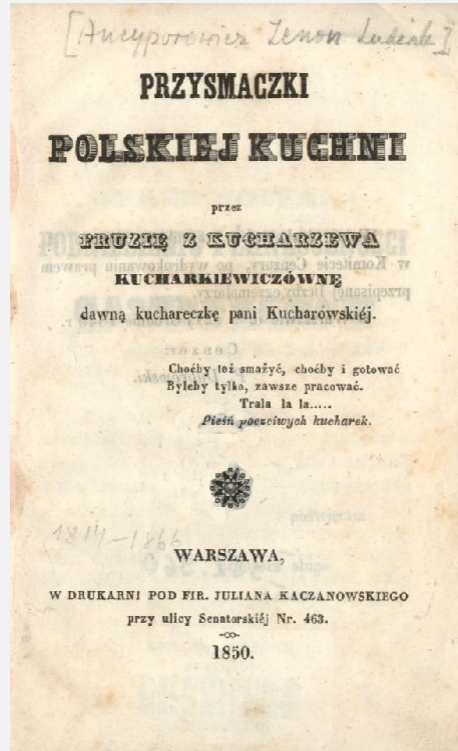
Ślimaki.

185. **Ślimaki nadziewane.** Kupić na targu specjalny gatunek jadalnych ślimaków. Wrzucić je do gorącej posolonej wody, a gdy ślimaki wyjdą ze skorup, wybrać wszystkie muszelki, ślimaki zaś dodawszy trochę cebuli, kilka pieczarek, pół łyżki masła dusić pod nakryciem przez pół godziny. Potem wyrzucić na stolnicę, usiekać drobno, dodać bułkę namoczoną w mleku i dobrze wyciśniętą, dwa całe jaja, trochę surowego masła, szczyptę soli, pieprzu i gałki muszkatołowej, wymieszać razem, napelnić tym farszem muszelki ze ślimaków, połączyć każdą masłem z przyrumionioną bułeczką, ułożyć na półmisku i wstawić na 10 minut do pieca.



186. **Ślimaki smażone. (Escargots frits).** Wrzucić ślimaki na gorącą słoną wodę, a gdy wyjdą z muszelek, zagotować je raz, wyjąć, obsuszyć, a potem maczać w rozbitym jajku, otarzać w tartej bułce i smażyć na fryturze lub rozpalonem maśle. Ułożyć na serwecie, ubrać gałązkami zielonej smażonej pietruszki i cytryną pokrajaną w plasterki.

„Przysmaczki polskiej kuchni”



Cena Złp: 1.

Po napisaniu tych wyrazów, przypomniałam często przez matkę moją powtarzane przysłowie:

Jeszcze się ten nie urodził,
który by światu dogodził.

Abyście więc posiadacze tej broszury, nie narzekali, żeście za nią drogo zapłacili—powiedziałem przeto, jak zawsze mówił Mosiek z Pociejo-wa: „niech moje przejście“ dam wam jeszcze w do-datku, notabene tylko na tej okładce:

PASZTET Z MŁODYCH WRÓBLI.

Szkodliwe to dla stodoł, pola i ogrodów ptastwo, dla szczęścia gospodarzy i ogrodników, znalazło na koniec zasłużoną zgubę w żołądkach gastro-nomów, jeżeli następnym sposobem będzie przyrzą-dzone.

Przypuściwszy że 10 osób przy stole masie-dzić a na jedną przeznaczając 4 wróble,—potrzeba wziąć ich 40 i oczyścić z pierza, a łapki i łebki odciawszy, każdego zawinąć w listek słoniny młodej i tak delikatnie jak papier pocztowy z Je-ziorniej krajanej,—następnie wszystkich zagnawszy do rądla jak do stodoły, gdy dostatecznie w nim się wyświergoczą na ogniu—wydobyć i zrzócićwszy słoninę, włożyć do drugiego rądla wyklejonego drożdżowem ciastem, a przesypanwszy pieprzem, angielskiem zieleń, goździkami, i t. d. zasklepić te-

goź samego rodzaju ciastem, — a upiekłszy w piecu, wyrzucić jak babkę na półmisek— a podziękowawszy Bogu za ten wynalazek po żyteczny dla żołądka, podniebienia, ogrodów, pola i stodoły, jeść z tém silnem przekona-niem:

Że kto tak nieje zrobionej wróbliny,
Ten nigdy smaku nie pozna zwierzyny.

A jeślibyście i teraz jeszcze powiedzieli,
że to jest drogo, zanadto, za wiele,— pomi-mo to wszakże, ze względu na tę okoliczność:

Że człek na świecie, a bez pieniędzy,
Zawsze być musi w biedzie i nędzy,—
Raczie dać proszę— po jednej—złotówce,
I to nie później— lecz zaraz— w gotówce.

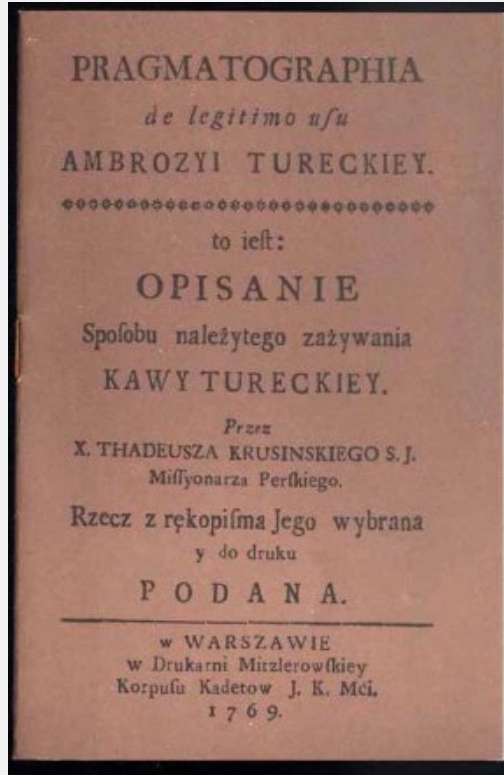
najniższa sługa

Fruzia.

35
D. 727/37

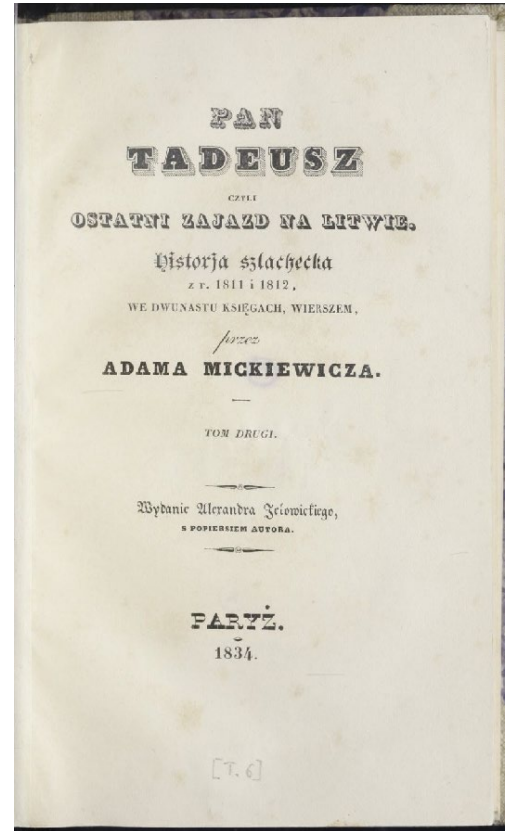


Pierwsza w polskiej historii drukowana publikacja o kawie





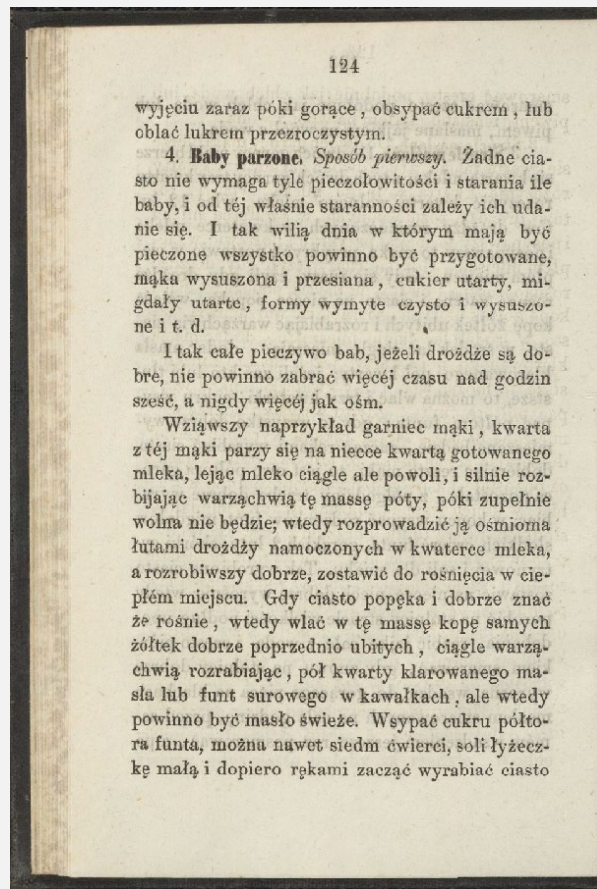
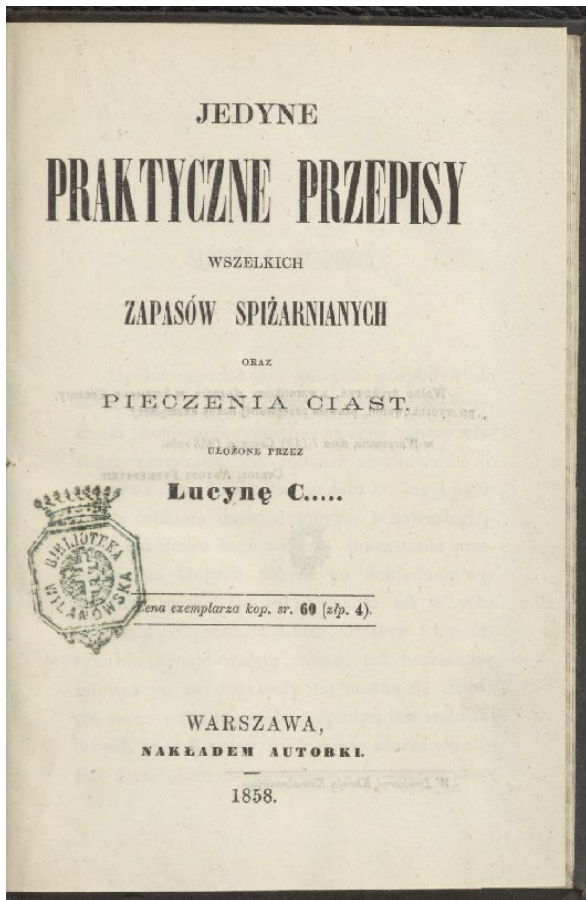
*Takiej kawy, jak w Polsce, nie ma w żadnym kraju:
W Polsce, w domu porządnym, z dawnego zwyczaju,
Jest do robienia kawy osobna niewiasta,
Nazywa się kawiarą; ta sprowadza z miasta,
Lub z wicin bierze ziarna w najlepszym gatunku
I zna tajne sposoby gotowania trunku,
Który ma czarność węgla, przejrzystość bursztynu,
Zapach moki i gęstość miodowego płynu.
Wiadomo, czym dla kawy jest dobra śmietana;
Na wsi nietrudno o nią: bo kawiarą z rana,
Przystawiwszy imbryki, odwiedza mleczarnie
I sama lekko świeży nabiału kwiat garnie
Do każdej filiżanki w osobny garnuszek,
Aby każdą z nich ubrać w osobny kożuszek,*



Z GALERYI DAWNYCH SŁUG.



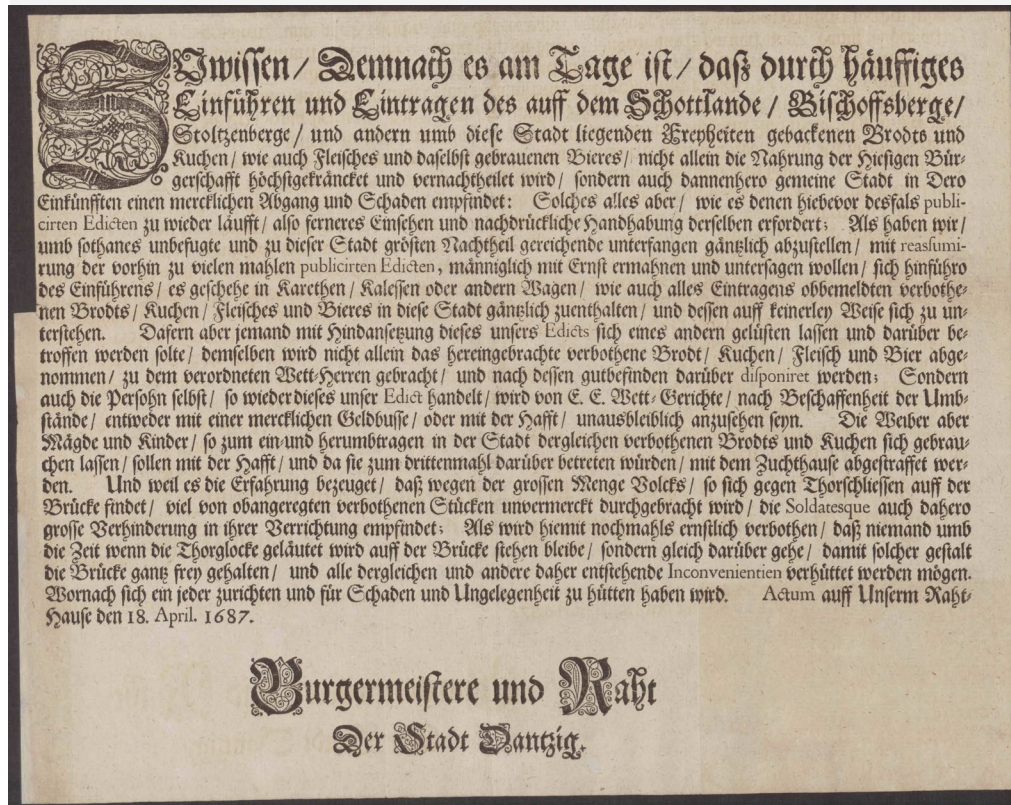
„KAWIARKA.”





Rozporządzenie Rady
Miasta Gdańska
zakazujące przywożenia
i wnoszenia do miasta
pieczywa, mięsa i piwa
wytwarzanych w
Szkotach, Biskupiej
Górcie i na Chełmie.

1687 r.



Mimo 1
1946

ŻYWIENIE ZBIOROWE

PORADNIK DLA PROWADZĄCYCH GOSPODARSTWA ZBIOROWE

Nr 2 Warszawa, Listopad 1946 r. Ręk 1

LUCJA KIPOWA

Niezbędne wymagania kultury stołu

Każdemu z nas zdarzyło się nieraz usłyszeć p. nie o bliźnim: „On tak dalece nie umie się zachowywać przy stole, że wypocł odcił dr. ob. ia do jedzenia. gdy się pow. z nim rzem”. Istotnie, n. umiejętność przyzwoitego jedzenia, niezdawanie zachowanie się przy stole, były zawsze źródłem śmieci p. zbytków dla społeczeństwa, sprawdzające przy tym niezauważalne uszkodzenie dla zdrowia. Daj. jednak, gdy n. emal. e. w. sy. w. at. przy korzystaniu zmiast żywienia domowego z t. aw. żywienia zbiorowego w postaci rzel. nych „stołówek”, sprawa zabiera znaczącego znaczenia i staje się do pewnego stopnia problemem społecznym.

Czas, poświęcony na sprzywanie psół, choć bytymi nawet musieli spotykać je w po. spoiechu, jest zawsze czasem odierwania się od pracy, jest pewnego rodzaju odprężeniem za. łowa. Dł. z. nym, jak i. d. i. w. Niezbędne więc dla naszego zdrowia i dla naszego samo. p. czenia jest jak naj. g. o. j. e. w. y. z. y. s. t. a. n. i. e. W. g. o. k. i. e. g. o. w. y. p. o. c. y. n. i. a. Obek pełnej wartości psół i. a. n. a. z. n. e. g. o. i. c. h. p. r. z. y. r. z. a. l. i. z. a. n. i. a. m. a. s. n. y. s. t. a. n. e. s. i. e. s. t. o. r. e. n. i. e. a. t. m. o. s. f. e. r. y. o. d. r. o. z. n. e. j. e. d. n. e. j. e. k. i. m. o. z. n. y. n. i. e. t. y. l. k. o. s. t. w. o. r. y. w. e. w. i. e. s. a. m. y. s. t. o. m. a. a. l. e. k. i. w. i. e. c. i. p. r. o. w. i. n. n. y. z. n. a. j. e. k. i. w. s. t. o.ł. o. w. e.

Podstawowym warunkiem dobrej kultury jest amonyer. s. t. o.ł. o. w. i. k. i. w. j. e. p. r. z. y. r. z. a. l. i. z. a. n. i. e. j. e. g. o. w. i. e. d. n. i. e. n. a. s. t. e. p. i. e. n. i. e. j. e. j. o. r. g. a. n. i. z. a. c. j. a. i. k. o. s. t. o.ł. o. w. i. k. o. w. W. p. o. r. o. w. a. n. i. a. z. t. n. e. i. c. y. n. i. a. z. a. r. z. a. t. k. i. m. i. z. b. o. r. o. w. e. g. o. w. y. w. i. e. n. i. a. p. r. z. e. d. w. o. j. n. a. z. a. j. a. j. e. m. y. s. i. e. d. i. e. w. z. a. w. a. r. e. n. i. e. k. a. p. i. t. a. l. n. y. p. o. l. i. z. e. n. i. a. Tragiczne znaczenie Warszawy zmu. s. t. a. n. a. s. do całkowitej odbudowy warszaw. t. w. p. r. z. e. s. t. M. a. t. o. t. e. d. l. a. b. a. r. a. w. a. n. i. e. z. i. e. s. t. o. w. i. e. n. i. e. n. a. n. a. u. r. z. e. d. z. i. e. n. i. e. n. i. e. n. a. j. u. s. t. o. w. o. c. a. z. k. i. e. s. z. y. c. h. w. y. m. o. g. o. w. h. g. i. e. n. y. i. e. s. t. e. t. y. c. k. i. p. r. a. c. y. W. k. a.ż. d. y. m. p. i. a. n. i. e. z. a. k. a. d. u. p. r. a. c. y. w. i. n. n. o. z. n. a. j. e. k. i. w. o. d. p. o. d. i. e. n. i. e. p. o. m. i. e. s. z. e. n. i. e. n. i. e. n. a. s. t. o.ł. o. w. i. k. Kierownictwo stoł. o. w. k. i. z. a.ł. i. o. z. p. r. z. e. d. z. i. e. j. e. k. o.ł. e. m. w. i. d. n. y. m. o. i. b. i. r. w. a. c. h. j. a. s. n. y. c. h. p. o. g. o. t. o. w. y. c. h. m. i. z. e. n. a. n. e. w. e. s. t. e. m. w. y. s. t. i. e. k. i. m. s. t. w. o. r. z. y. c. z. e. n. p. r. a. w. i. d. z. i. e. n. i. e. e. s. t. e. t. y. c. z. n. y. i. m. i. l. y. r. z. a.ł. o. k.

Lokal czysty, dobrze wywietrzony, stoły n. a. k. r. y. t. e. c. z. y. s. t. y. n. e. w. y. m. a. g. l. o. w. a. n. y. m. o. b. r. u. s. e. m. r. o. z. t. a. w. i. e. n. i. e. n. a. n. i. c. h. z. a. w. e. z. a. s. k. i. e. s. z. y. c. k. i. z. t. o. r. e. m. r. o. z. t. a. w. i. e. n. i. e. n. a. n. i. c. h. z. a. w. e. z. a. s. k. i. e. s. z. y. c. k. i. z. t. o. r. e. m.

D 64/3/97a

01210

Żywienie Człowieka

TREŚĆ NUMERU:

E. Iwaszkiewicz.	Zadania żywieniowe na etapie reorganizacji gospodarstwa	str. 2
St. Maudek.	Polityka apropracyjna na przełomie roku	4
Br. Lesi.	Bony tłuszczowe	6
M. Strasburger.	Głód i energia	9
M. Szczepiowa.	Otwór na temat podziału produktów na grupy	11
Z. Wyrsołkita.	Jak się żywić zimną?	14
K. Pyszkowski.	Spółdzielczość spożywców w służbie zbiorowego żywienia	10
S. Witkowska.	Obiad w stołówce — inwalidzie i kochanku w domu	17
S. Bilińska.	Małta i dżem — smaża Wyjechał na wczasy	20
S. Witkowska.	Jadłospis dla domu wczasów Maki i Dzielca	23
Rzeczy ciekawe	Z bibliografii zagranicznej	20
Z pracy krajowej	Nowe książki u nas	27
Odpowiedzi Redakcji		32

PKZ

STYCZEN — LUTY 1949 WARSZAWA

Przemysł Gastromiczny

Miesięcznik

3/1956

POLSKIE WYDAWNICTWA GOSPODARCZE = WARSZAWA

Smacznego...