



# Książka Kucharska

Martyna Malik, Sandra Kielak



# Spaghetti Carbonara

Składniki:

- 400g spaghetti
- 150g guanciale lub boczku
- 4 jajka
- 100g sera Pecorino Romano
- Sól, pieprz



## Sposób Przygotowania

- Ugotuj makaron spaghetti al dente
- Podsmaż boczki na patelni
- Wymieszaj jajka z serem i pieprzem
- Połącz makaron z boczkiem i jajkiem mieszając na ciepłej patelni



# Lasagna Bolognese

Składniki:

- 500g mięsa mielonego (wołowo-wieprzowe)
- 1 marchewka, 1 cebula
- 500g sosu pomidorowego
- 500g płatów lasagne
- 300g sera mozzarella
- Sos beszamelowy





## Sposób przygotowania

- Przygotuj sos bolognese: podsmaż warzywa i mięso, dodaj sos pomidorowy
- Ułóż warstwami: płaty makaronu lasagne, sos, beszamel i mozzarella
- Piecz w temperaturze 180 stopni przez 40 minut



# Risotto alla Milanese

Składniki:

- 300g ryżu arborio
- 1 cebula
- 100ml białego wina
- 1 litr bulionu warzywnego
- 0.5g szafranu
- 50g masła
- 50g parmezanu





## Sposób Przygotowania

- Podsmaż cebulę, dodaj ryż i podlej winem
- Stopniowo dodawaj bulion, mieszając
- Na końcu dodaj szafran, masło i parmezan

# Tagliatelle al Rogu

Składniki:

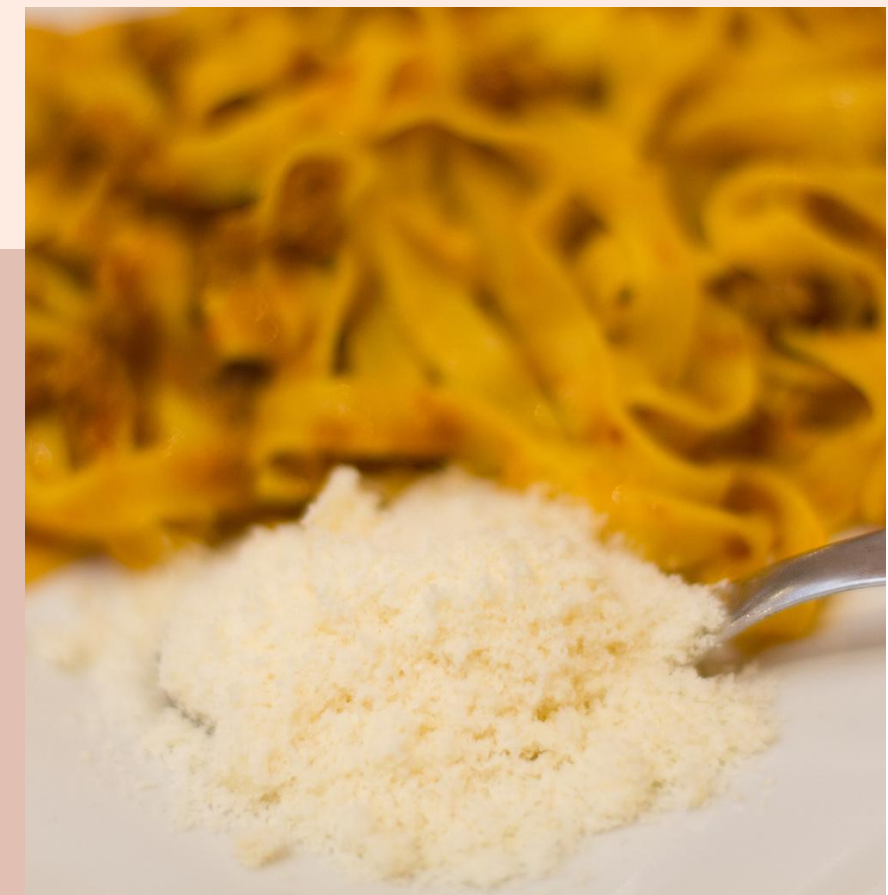
- 400g tagliatelle
- 300g mielonego mięsa wołowego
- 1 marchewka, 1 seler naciowy, 1 cebula
- 500g przecieru pomidorowego
- 100ml czerwonego wina
- Oliwa z oliwek, sól, pieprz





# Sposób Przygotowania

- Pokrój warzywa w małą kostkę
- Podsmaż warzywa, dodaj mięso i smaż na złoty kolor
- Dodaj wino, a następnie przecier pomidorowy
- Duś sos przez 2 godziny na małym ogniu
- Ugotuj makaron tagliatelle
- Wymieszaj sos z makaronem



# Pollo alla Cacciatora

Składniki:

- 4 udka kurczaka
- 1 cebula, 2 ząbki czosnku
- 200ml czerwonego wina
- 500g pomidorów krojonych
- Gałązki rozmarynu, oliwki, sól, pieprz



## Sposób Przygotowania

- Podsmaż kurczaka na oliwie, dodaj pokrojoną w kostkę cebulę i czosnek
- Zalej czerwonym winem, dodaj pomidory, rozmaryn i oliwki
- Duś na małym ogniu przez godzinę aż mięso będzie miękkie



# Ossobuco alla Milanese

Składniki:

- 4 kawałki giczy cielęcej (ossobuco)
- 1 cebula, 1 marchewka, 1 seler naciowy
- 200ml białego wina
- 500ml bulionu
- Skórka cytryny, natka pietruszki, czosnek



# Sposób Przygotowania

- Podsmaż kawałki cielęciny na złoty kolor z każdej strony
- Pokrój warzywa w kostkę
- Dodaj warzywa do mięsa, wino a następnie bulion
- Duś przez półtorej godziny aż mięso będzie miękkie
- Podawaj z cytryną, pietruszką i czosnkiem



Autorki książki kucharskiej są uczennicami Technikum nr 2 w Rudzie Śląskiej w klasie o profilu technik żywienia i usług gastronomicznych.

Prezentacja wykonana w [canva.com/pl\\_pl/grafiki](https://canva.com/pl_pl/grafiki) - canva.com

Rok szkolny 2024/2025

Książka kucharska została opracowana przez uczestniczki mobilności “Gotowi na nowe wyzwania - europejskie staże zawodowe” realizowanej w ramach projektu “Zagraniczna mobilność edukacyjna uczniów i absolwentów oraz kadry kształcenia zawodowego” współfinansowanego przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego+, w Programie Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego 2021-2027 realizowanego na zasadach Programu Erasmus+.



Fundusze Europejskie  
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską

