



Jola Stoma i Mirek Trymbulak

Para projektantów mody, biżuterii, mistrzów kuchni wegetariańskiej, czerpiących mocno z hinduskiej filozofii życia, wydawcy bestsellerowych książek *Nakarmić Duszę* i *Ubrać Duszę*.

Jesienne grillowanie

No i kto by się spodziewał...Znowu mamy wrzesień! Póki pogoda sprzyja, czujemy się zmobilizowali do plenerowego kucharzenia. Co prawda wieczory już chłodne więc nie zapuszczamy się za bardzo do ogrodu, a naszego grilla rozpalamy na tarasie. Jednak dzisiejsze menu pierwotnie zagościło na ognisku i mieliśmy wielką satysfakcję z tego, że dla zdecydowanej większości nasze potrawy były większym rarytasem niż staropolskie kielbaski.



Dla ludzi nie znających naszej kuchni to objawienie, że warzywa można piec nadziewając na patyk, a placki kładąc na rozgrzanym kamieniu, a co najważniejsze, że przyrządzone w ten sposób mogą być smaczne. Jak widać producenci półproduktów przeznaczonych do grillowania sprzedawanych w zatrważających ilościach w hipermarketach skutecznie zadbali by wypuszczone latem na słońce i nad wodę społeczeństwo skutecznie zapomniało boski smak ziemniaków pieczonych w ognisku. Ale nie o globalizacji i skutecznym marketingu wielkich sieci mieliśmy tu dziś rozprawiać.

Żeby warzywa były aromatyczne i soczyste musimy przygotować tłusto-ziolową marynatę i pozwolić warzywom przesiąknąć nią. To bardzo istotne, jeżeli chcemy by nasze szaszłyki stanowiły konkurencję dla mięsnych potraw. Nie bójmy się tego, że będą za tłuste. Nawet w chudym mięsie znajduje się minimum 20% tłuszczu. Warzywa nigdy nie pochłoną aż takiej ilości. No może wyjątkiem jest bakłazar, który chłonie oliwę jak gąbka. W związku z tym przed wrzuceniem do marynaty najpierw go lekko solimy i po kilku minutach kiedy stanie się wilgotny, odciśkamy. Wtedy nie jest już tak chłonny. Kiedy zabieramy się za rozpaliwanie ogniska, a nie grilla, możemy też podgotować go przez 5 minut na parze, ponieważ płomienie mogą podpiec go tylko z zewnątrz. W naszych szaszłykach jest jedynym warzywem, które jest niezbyt smaczne w wersji półsurowej. Również kuku-

rydza pieczona na ognisku, którego płomienie są duże, szybciej się upiecze, gdy podgotujemy ją przez 5 minut na parze, choć jak wiadomo nawet surowa jest smaczna i nadaje się do jedzenia. Rzecz gustu. Grill daje nam większe pole do popisu, ponieważ możemy regulować intensywność pieczenia poprzez podnoszenie i opuszczanie rusztu lub przekładanie potraw na jego brzegi gdzie temperatura jest niższa niż na środku. Aby uzyskać podobne rezultaty na ognisku musimy trochę pouprawiać sport, manewrując patykiem. Mistrzem dzisiejszego grilla nie byliśmy my, a le Krzysiek syn naszych przyjaciół, który osobiście przekładał wszystkie potrawy żeby się nie spaliły, a my dzięki temu mieliśmy więcej czasu na intensywne rozmowy z jego rodzicami. Oczywiście nie robił tego bezinteresownie... Na samym końcu, po ilości zgromadzonych patyczków i kaczanów widać było, komu kukurydza i szaszłyki smakowały najbardziej. Mamy jedną konkluzję: jeżeli rodzice chcą by ich dzieci jadły więcej warzyw, niech zachęcą je do wspólnego przygotowywania! Takie wspólne grillowanie i oczekiwanie wzmacnia ciekawość i apetyt. Jednak to nie szaszłyki i kukurydza były największym zaskoczeniem wieczornego grillowania, ale placuszki, które dzięki aromatom pieczarek i oliwek zaczarowały wszystkich, a dodatek oliwy z oliwek sprawił, że były niebiańsko kruche. To cudowne jak łatwo za pomocą grilla na tarasie można przedłużyć sobie lato o kilka tygodni.

WARZYWNE SZASZŁYKI I KUKURYDZA Z GRILLA

- 1 bakłazar
- 1 cukinia
- 1 papryka czerwona
- kilka pieczarek
- kilka ciecierzycy

Marynata:

- 200ml oliwy z oliwek
- 2 łyżki sosu sojowego
- 2 łyżki suszonego majeranku
- 1 łyżeczka mielonego kminu
- 1 łyżeczka cuminu
- 1 łyżeczka suszonego cząbrku
- 1 łyżeczka pieprzu zielenego
- 1/2 łyżeczki czarnego pieprzu
- 1/2 łyżeczki gałki muskatowej
- 1/2 łyżeczki soli

Wszystkie składniki marynaty mieszamy ze sobą w zakręconym słoiczku, używając go jak shakera. Posolony i odciśnięty lub podgotowany przez 5 minut na parze bakłazar kroimy na kawałki. Tak samo kroimy pozostałe warzywa. Kolby kukurydzy łamiemy na kawałki. Wszystko zalewamy marynatą, mieszamy i zostawiamy na jakiś czas by smaki przeszły sobie. Kawałki warzyw nadziewamy na patyczki i układamy na grillu, obok układamy kukurydzę. Czas grillowania zależy od indywidualnych preferencji.

ORKISZOWE PLACKI Z PIECZARKAMI I OLIVKAMI

- 2 pieczarki
- 2 ziołowych oliwek
- 1/4 szklanki oliwy z oliwek
- ok. 1,5 szklanki mąki orkiszowej
- czuć szczypta soli

Miksujemy oliwkę z pieczarkami i oliwą, następnie dodajemy sól i mąkę. Przez chwilę wyrabiamy ciasto, z którego robimy placki. Pieczemy je na grillu z obu stron.

