

pietruszką, szara myszka

tekst i zdjęcia: Jola Stoma
i Mirek Trymbulak

Pietruszka
sprawdzi
się nie tylko
w wywarze.
Może zostać
prawdziwą
**gwiazdą
kolacji.**
Wystarczy
tylko dać
jej szansę

U progu wiosny zajrzyjmy na nasze lokalne stragany i przyjrzymy się nie zawsze poważnie traktowanej jarzynie. Pietruszka, bo o niej właśnie mowa, jest jednym z najpopularniejszych warzyw korzeniowych w naszej strefie klimatycznej. Przez całą zimę króluje na naszych straganach obok buraka, marchwi i selera. Co ciekawe, znamy mnóstwo potraw z nimi w roli głównej, tymczasem pietruszka cały czas czeka na swoje odkrycie. Surówki z marchewki, marchewka z groszkiem, ciasto marchewkowe, zupa marchwianka czy żydowski cymes to tylko niektóre przykłady na to, że marchewka



ma wzięcie. Równie popularne są tarte i zasmażane buraczki, barszcz, a także buraki pieczone, podawane w formie *carpaccio* lub używane do sałatek. Seler także ma wiele odsłon, od surówki z rodzynkami i orzechami poprzez sałatki aż po kotlety. Pietruszka jest zawsze na szarym końcu i czeka, aż ją zauważymy i odkryjemy we własnej kuchni. I tak właśnie stało się ostatnio, gdy wcześniej niedoceniana także przez nas, przypadkiem zakupiona od zaprzyjaźnionych dostawców warzyw, zabyła nagle w naszej kuchni i już wiemy, że zagości na stałe. Ta konkretna była piękna, dorodna i słodka. Aż się prosiła, by kupić ją w dużej ilości. Jednak po powrocie nasza zachłanność nas trochę przeraziła, gdy uświadomiliśmy sobie, że mimo że marzec już za pasem i wiosna niedługo, to gdy będziemy po prostu dodawać pietruszkę do dań w standardowych ilościach, zostanie nas późne lato, zanim wykorzystamy wszystkie zakupione korzenie, jeśli wcześniej nie zgniją. Zaczęliśmy więc kombinowanie, co by tu zrobić, aby właśnie pietruszka zagrała główną rolę w naszej kuchni. Dzięki takiej burzy myśli możemy Wam dziś podać przepis

na sajgonki i to w wersji *light*, bez smażenia. Nowym odkryciem jest pietruszkowe prawie *pesto*, na które przepisu podawać nie musimy, bo wystarczy ugotować słodki korzeń pietruszki i zmiksować go z dobrą oliwą. Jeśli ktoś ma ochotę, może także dodać natki, uważając jednak, by nie zdominowała smaku. Taka pasta idealnie skomponuje się z *grissini*, na które przepis oczywiście podamy, bo ma trochę więcej niż dwa składniki. Popróbcie i pobawcie się pietruszką w kuchni zanim pojawią się nowalijki. Smacznego i na zdrowie! »«

Sajgonki z pietruszką (20 sztuk)

Sajgonki:
20 sztuk papieru ryżowego
60 dag korzenia pietruszki
10 dag orzechów włoskich
5 dag rodzynek
5 dag kielków na patelnię
5 dag kielków lucerny,
brokuła lub rzodkiewki
3 łyżki oliwy

Sos:
kilka łyżek sosu sojowego
tamari
kilka łyżek octu balsamicznego

Pietruszkę myjemy i kroimy w plastry, dodajemy do niej sparzone rodzynek i kielki na patelnię. Wszystko dusimy do miękkości z odrobiną wody, na małym ogniu. Orzechy prażymy w piekarniku lub na patelni i siekamy. Gdy pietruszka



jest już miękka, rozdrabniamy ją widelcem i mieszamy z oliwą, częścią świeżych kielków i rodzynekami. Następnie moczymy arkusz papieru ryżowego i kładziemy na nim trochę ciepłego nadzienia oraz resztę świeżych kielków, zawijamy szczelnie i układamy na półmisku. Postępujemy tak po kolei ze wszystkimi arkuszami. Lemy jeszcze zanim nadzienie przestygnie, choć zimny farsz też jest dobry, mocząc w sosie, uzyskanym ze zmieszania octu balsamicznego z sosem sojowym.

Grissini z oliwkami (kilkanaście sztuk)

1 szklanka zielonych oliwek
125 ml zalewy z oliwek
15 dag mąki ryżowej

10 dag mąki gryczanej
10 dag mąki z ciecierzycy
100 ml oliwy
1 czubata łyżka mielonego
siemienia lnianego
0,5 łyżeczki sody

Suche składniki łączymy ze sobą, dolewamy oliwę, rozcieramy w palcach, natłuszczając mękę. Następnie wlewamy zmiksowane z zalewą oliwki i wyrabiamy ciasto. Całość odstawiamy na 10–15 min, aby siemię lniane wchłonęło wilgoć. Dłonie oraz silikonową stolnicę smarujemy oliwą. Formujemy z ciasta cienkie wałeczki, układamy je na blasze przykrytej papierem do pieczenia. Umieszczamy w piekarniku nagrzanym do 180 st. C i pieczemy około 40 min. Podajemy na ciepło lub na zimno.



Jola Stoma
& Mirek
Trymbulak:
projektanci
mody, auto-
rzy książek
kuchar-
skich oraz
wegańskiego
i bezgluteno-
wego progra-
mu „Atelier
Smaku” [www.
ateliersma-
ku.pl](http://www.ateliersma-
ku.pl)