

Kuchnia Kurpi



Charakterystyka

- **Kuchnia kurpiowska** to przede wszystkim dary i owoce lasu. Możemy tam znaleźć grzyby, jagody, miód, borówki.
- Dlatego w dawnych czasach ludność z tych terenów zajmowała się głównie zbieractwem oraz myślistwem. Z tego powodu w tutejszej kuchni często wykorzystywano **dziczyznę**.



- Kuchnia kurpiowska bazuje na darach lasów, takich jak grzyby i borówki, a także cenione tutaj **jagody jałowca**, z których przygotowuje się nalewki, wódki, a także dodaje się je do mięs.



- W tradycyjnej kuchni kurpiowskiej często serwowano kaszę, zwłaszcza jako dodatek do mięs oraz ziemniaki, marchew i dynię.



- Podobnie jak w całej Polsce cenionym mięsem było mięso kaczek, które pieczono tutaj najchętniej z jabłkami, a kaczki lub gęsi tłuszcz serwowano jako smarowidło do chleba.



- Kuchnia kurpiowska to kuchnia lubująca się w smakach wyraźnych i ostrych. Zupy zakwaszane są sokiem z kapusty kiszzonej, a dla zaostżenia smaku potraw, zwłaszcza mięs, dodaje się chrzan i ćwikłę. Wiele z dań i smaków popularnych w kuchni tego regionu pojawia się także w kuchni Mazowsza.

- Klasyczna kurpiowska biesiada:
- Najpierw jest wiejski chleb ze smalcem, potem kapuśniak z kaszą oraz następne smakołyki czyli fafernuchy, rejbak, łagodniak z kruszonką, psiwo kozicowe, a także dla dorosłych alkohol, tzn. nalewka ziołowa.

- Tuż przed Nowym Rokiem pieczono również ***fafernuchy*** – złociste pierniki o kształcie rombów, sporządzane z mąki żytniej z dodatkiem marchwi, pieczone na blasze, a następnie dopiekane w gorącym piecu lub piekarniku.





- Rejbak, natomiast, to babka ziemniaczana z surowych tartych ziemniaków, z cebulą, jakimś mięsem (może być podsmażony boczek albo kiełbasa), jajkiem i przyprawami.



- Tradycyjnym chlebem był tzw. *grycon*, pieczony z mąki gryczanej z dodatkiem drożdży, ziemniaków i soli. *Grycon* jadano czasem odsmażany na tłuszczu i polany sokiem z kiszanej kapusty.
- Jada się też chleb z ziemniakami, czyli ciasto drożdżowe wymieszane z ugotowanymi i tłuczonymi ziemniakami podawane do *jojek z cybulą*.

- Tradycyjnym pieczywem obrzędowym pieczonym na Nowym Rok są tzw. *byśki*, inaczej *nowe latka* – to ciastka sporządzone z mąki żytniej z dodatkiem soli, cukru i pieprzu. Formowano z nich figurki zwierząt – piesków, cieląt i drobiu – i obgotowywano we wrzątku, a następnie zapiekano na ruszcie. Dawniej pełniły rolę zabawek dla dzieci, dziś są ozdobą w tradycyjnych kurpiowskich domach.



- Łagodniak z kruszonką - delikatny, lekko słodki placek drożdżowy.



- Kurpie słyną z *psiwa kozicowego* – niskoalkoholowego alkoholowego napoju z jagód (tzw. *kozic*), szyszek chmielowych i miodu pszczelego. Swą nazwę wywodzi od młodych pędów jałowca, z których Kurpie wyrabiali bicze do poganiania koni, a które nazywano *kozicami*. Smakiem przypomina kwas chlebowy. Nazwa nawiązuje do kozic, ale nie takich, jakie skaczą po górach, tylko długich pędów jałowca.

