



Poczęstunek dla dusz zmarłych



**Dla
kogo?**

dzieci
z rodzicami



**Potrzebne
materiały:**

patrz przepis
poniżej



**Poczęstunek
dla dusz zmarłych**

Kiedyś ludzie wierzyli, że w Dzień Zaduszny dusze wracają na ziemię, by spotkać swoich żyjących bliskich. Urządzano wtedy w domach i na cmentarzach wystawne uczty, aby godnie przywitać duchy odwiedzające świat żywych. Na stołach stawiano dla nich najlepsze jedzenie – chleb, kaszę, miód i jajka. We wschodniej Polsce **podawano też kutię**, czyli potrawę obecnie kojarzoną z Wigilią. Dzień przed Zaduszkami pieczono **chlebki** znane na Lubelszczyźnie jako **powałki** (ich nazwa pochodzi od tego, że odkładano je do wystudzenia na specjalną belkę pod powałą, czyli pod sufitem), a w okolicach Ciechanowa i na Kurpiach – jako **peretyczki**. Tego wyjątkowego pieczywa dawniej nie jedzono samemu, tylko dawano je żebrakom (nazywanym dziadami kościelnymi), prosząc ich o modlitwę za zmarłych bliskich. Wciąż można spotkać się z tradycją wypiekania zaduszkowych chlebków, chociaż współcześnie najczęściej spożywa się je wspólnie z rodziną.



**Instrukcja
do zadania**

Wypieczcie własne chlebki
zaduszkowe!

**Dawniej jedzenie
było bardzo proste
- ale jakie smaczne!**



POWAŁKI - CHLEBKI ZADUSZKOWE

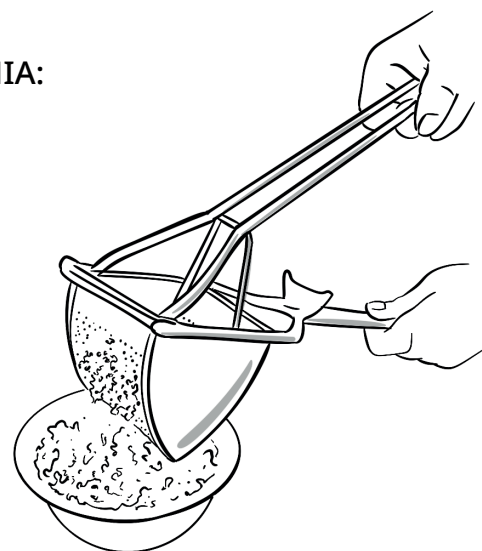
SKŁADNIKI:

- 1 kg ugotowanych ziemniaków (typ mączysty, najlepiej ugotowane dzień wcześniej)
- 2 jajka
- ok. 400 g mąki pszennej
- 100 g świeżych drożdży
- 1 łyżeczka cukru
- 2 płaskie łyżeczki soli

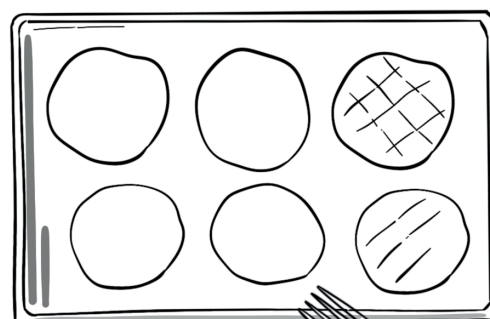
SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:



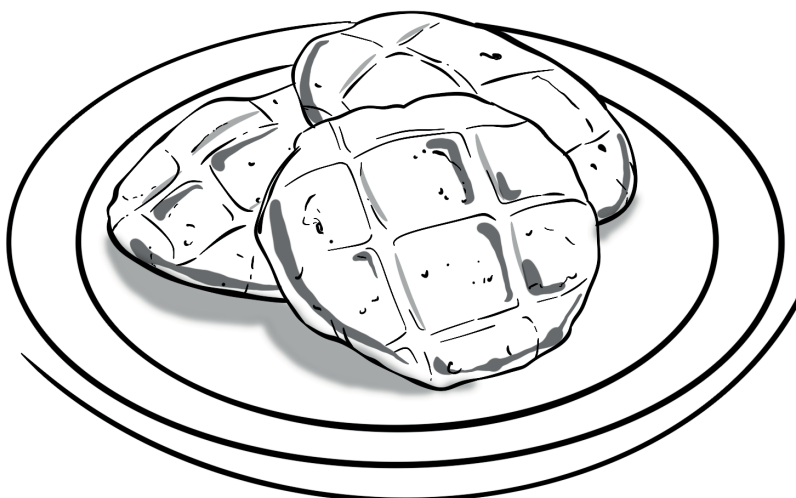
Ugotowane wcześniej i wystudzone ziemniaki przeciśnijcie przez praskę. Dodajcie do nich jajka, przesianą mąkę, sól i utarte z cukrem drożdże. Z całości wyróbcie dość luźne ciasto, z którego będzie można formować kulki.



Umytymi i natłuszczonymi olejem dłońmi odrywajcie kawałki ciasta, róbcie z nich grubsze placuszki i układajcie je na blasze wyłożonej papierem do pieczenia lub oprószonej mąką. Na każdym placuszku odcisnąć wzór (kratkę widelcem) i odstawcie je do wyrośnięcia na ok. 30 minut.



Następnie pieczcie je ok. 20–30 minut w piekarniku rozgrzanym do 160°C.



Jeśli chcecie nadać powałkom ciut więcej smaku,
przygotujcie do nich farsz z twarogu.

FARSZ TWAROGOWY DO POWAŁKÓW

SKŁADNIKI:

- 300 g półtłustego twarogu
- 2 duże cebule
- ok. 4 łyżek oleju
- sól
- świeżo mielony pieprz

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:



Na rozgrzonym oleju podsmażcie na złoto cebulę pokrojoną w drobną kosteczkę.



Przestudzoną cebulę odsączcie z oleju i dodajcie do rozgniecionego widelcem twarogu. Doprawcie farsz niewielką ilością soli i sporą ilością świeżo mielonego pieprzu.



Z farszu utoczcie kuleczki. Z oderwanego ciasta ziemniaczanego na powałki zróbcie niewielkie placuszki, na środku każdego z nich połóżcie kulkę farszu i uformujcie z nich niezbyt wysokie bułeczki.



Pieczcie je ok. 20–30 minut w piekarniku rozgrzanym do 160°C, aż się zarumienią.

