



Receptář romských jídel



Listopad 2015

Receptář, který se Vám dostává do rukou, je společným dílem pracovníků týmu Hnízda – Čiriklano Kher, Vzájemné soužití o.p.s. a rodičů z Horní Suché, ul. Důlní, kteří se aktivně zapojili do projektu **„Rodičovský a dětský klub „Brouček“**.

Samotný projekt a Receptář vznikl díky finanční podpory Moravskoslezského kraje.



Projektem *Rodičovský a dětský klub „Brouček“* jsme chtěli reagovat na současnou situaci a stav rodin a jejich dětí žijících v Horní Suché v lokalitě Důlní. Svou pozornost jsme zaměřili na ranou péči a soustředili jsme se především na kontext rodičů s dětmi ve věku 0-6 let a budoucí rodiče, coby primární a nejdůležitější osoby v procesu socializace dítěte. Projekt také reagoval na dlouhodobou potřebu zvýšit sociokulturní kompetence a vzdělanostní úroveň znevýhodněných dětí i jejich rodičů.

Naším záměrem realizace projektu jsme chtěli nabídnout příjemný prostor pro setkávání rodičů, rodinných příslušníků a jejich dětí v *Rodičovském a dětském klubu „Brouček“*.

Projekt byl postaven na dvou hlavních pilířích:

- A/ sociálně a výchovně vzdělávací činnosti – tzv. neformální předškolní vzdělávání dětí se zapojením rodičů
- B/ svépomocné vzdělávací aktivity pro rodiče, volnočasové aktivity pro děti a jejich rodiče či příbuzné.

Rodičovský a dětský klub „Brouček“ byl realizován od 1. července 2015 do 31. prosince 2015.

V Ostravě, listopad 2015



1. Představení Týmu Hnízda – Čiriklano Kher, Vzájemné soužití o.p.s.

Tým Hnízdo – Čiriklano Kher /dále jen Tým Hnízdo/ započalo svou činnost v roce 2005 za podpory Nadace rozvoje občanské společnosti, programu Lidská práva. Podnětem k započetí činnosti byl případ romské holčičky, která byla kojící matce odebrána přímo z porodnice a umístěna tehdy ještě do dětského domova /v současnosti pod názvem dětské centrum/. Důvodem odebrání dítěte bylo to, že rodina neměla v bytě zatopeno a neměla nachystanou výbavičku. Na tento případ nás upozornila zástupkyně ombudsmana. Za spolupráce úřadu ochránce práv jsme matce začali pomáhat, obstarali vše potřebné a zastupovali ji u soudu. Asi po čtyřech měsících byla holčička navrácena zpět do rodiny.

Druhým impulsem pro vznik Týmu Hnízda pak byla zpráva profesora Kevina Browna z University of Birmingham, ve které jsme se dozvěděli informaci o tom, že Česká republika zastávala v té době z celé Evropy prvenství umístěných dětí do 3 let jejich věku v ústavech.

Posláním Týmu Hnízda je zajištění a poskytování kvalifikovaných služeb a aktivit ohroženým rodinám s dětmi ve věku 0 – 18 let, které se z různých důvodů ocitly v nepříznivé sociální situaci a nedokážou ji zvládat vlastními silami, zejména tehdy, hrozí-li nebezpečí, že by nepříznivé podmínky mohly vyústit v ohrožení vývoje dítěte a integrity rodiny. Tým Hnízdo pak ve spolupráci s rodinou, mnohdy za spolupráce a na žádost OSPOD usiluje o **zachování, posilování či navrácení společného soužití rodiny a zdravého vývoje dětí v podmínkách funkční biologické či náhradní rodiny.**

Své aktivity zaměřuje také na vyhledávání vhodných osob stát se pěstouny, na uzavírání dohod o výkonu pěstounské péče v případě vydání souhlasu příslušného orgánu, na realizaci asistovaných kontaktů. Svými aktivitami také napomáháme k rovnoprávnému postavení Romů ve společnosti.



2. Vývoj romské kuchyně

S ohledem na původ Romů lze tvrdit, že v daleké historii, tj. v dobách, kdy Romové pobývali v Indii, byla jejich kuchyně příbuzná indické. Kvůli nemajetnosti Romů byla ale kuchyně velice skromná. Romský jídelníček zůstával stále chudý, neboť Romové nikdy nepěstovali své plodiny a neměli ani dobytek. Byli závislí na produkci okolního obyvatelstva. Nejobtížnější pro ně byla zima, protože neměli žádné zásoby. Ženy, aby uživily své děti, musely často žebrať, ba dokonce krást.

V romském jídelníčku se používaly hlavně brambory, zelí a kukuřice. V neděli se dělávaly k obědu halušky, připravovaly se ze syrových brambor a mouky, jedly se s tvarohem, omastkem nebo s cibulí. Bylo to syté jídlo, takže se stávalo, že to bylo jediné jídlo za celý den. V romské kuchyni nechybělo ani maso, většinou se jednalo o uhynulou lesní zvěř. Koňské a psí maso se však neslušelo požídat. Romové nikdy nejedli znovu ohříváné jídlo, které již bylo jednou uvařeno. Přes svoji chudobu zbytky vyhazovali, protože věřili, že je očichávají duše mrtvých a mohly by tak na ně přenést nemoc.

Příprava jídla měla svá přísná pravidla. Hospodyně by při vaření měla mít dobrou náladu, aby se pak příjemně cítili ti, co jedí. Na vaření a praní prádla se musely užívat odlišné nádoby. Protože nádobí bývalo u Romů málo, často si je v rodinách i mezi rodinami půjčovaly. Mezi Romy byla většinou velká solidarita, takže kdo zrovna neměl co jíst, dostal většinou něco od druhých.



3. Současnost

K vydání tohoto *Receptáře* nás vedla myšlenka dát dohromady romské recepty, seznámit se nimi a přiblížit tak trochu romskou kuchyni té české. Mysleli jsme si, že vytvoříme obsáhlou knihu různých receptů teplé, studené tradiční romské kuchyně. Ale ve svém plánu jsme se zmýlili. Když jsme se rodičů ptali, jaké znají romská jídla, všichni bez rozmyšlení odpověděli Goja, Pišoty, Marikle, Holubky, Halušky, ale dál si nedokázali vzpomenout. Shodně uváděli, že mnohá jídla vaří stejně jako „gadžové“, jídla převzali z majoritní společnosti, většinou ze Slovenska, z Čech. Oslovili jsme i romské rodiny žijící v Ostravě a především starší generaci „babičky“. Ani ony si nebyly schopny vzpomenout na tradiční romská jídla, která by nebyla všeobecně známa.

Některé tradice, se však u Romů zachovaly dodneška.

V úvodní části jsme uvedli, že Romové mají rádi maso. Z našich dlouholetých zkušeností jsme vypožadovali, že i v současnosti je právě maso jednou z nejdůležitějších potravin Romů a bývá velmi často hlavním pokrmem na jídelníčku. Již malé děti běžně i k snídani či svačině jedí párky, paštiky, různé salámy apod.



V jídelníčku velmi často postrádáme ovoce, zeleninu.

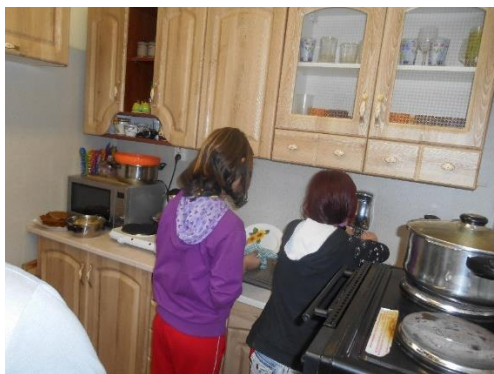


Rodiče o zdravé výživě mnoho nevědí. V rámci realizace projektu jsme maminky učili zdravě vařit hlavně pro své děti, zpočátku si nevěděly vůbec rady. Je zcela běžné, že rodiče jdou do obchodu a nakoupí přesnídávky pro své děti, ale doma je samy připravit neumí.

Z našich návštěv v rodinách, jsme vypožadovali, mnohdy je to pro nás nepochopitelné, že mnozí Romové uvaří jídlo a co nesní, běžně vyhodí. Neschovají si jídlo na druhý den, tak jak je běžně zvykem u majority. Pro nás to přijde jako plýtvání jídlem a špatné hospodaření s penězi.

Romové jsou i dnes, přestože většina z nich žije na hranici chudoby velmi pohostinní. Není výjimkou, že při návštěvách v rodinách se nás snaží občerstvit tím, co právě doma mají. Pokud jídlo odmítneme, považují to za urážku, pohrdání jimi. Bylo pro nás „gadži“ velkým překvapením, když jsme zjistili, že právě sami Romové, když přijdou na návštěvu do rodiny /v rámci terénní práce/, ve většině případů nabídnuté občerstvení, vodu, kávu odmítnou.

Dnes je romská kuchyně celkem podobná kuchyním majoritních populací, v nichž Romové žijí. Vliv většinového okolního obyvatelstva je i přes značnou uzavřenost romské společnosti znatelný ve všech oblastech života. Přesto si Romové stále uchovávají v jídelníčku svá oblíbená tradiční jídla, která jsou velice levná a přitom chutná. Další jídla závisí na sociální situaci té které rodiny. Vývoj je i zde patrný a vznikají jídla nová, která jsou ovlivněna tradičními kulinářskými zvyklostmi. O romské kuchyni lze i v současnosti říci, že za málo peněz dokáží Romové uvařit velice chutně.



Když jsme tvořili tuto „kuchařku“, narazili jsme na menší problém. Pokud nám rodiny sdělovaly recepty, nedokázaly nám říci přesné gramáže ingrediencí. Většina z nich vaří či peče „od oka“, jak říkají - *přiměřeně*. Romové vaří ve velkém množství ve velkých hrncích, jako by stále očekávali návštěvu. Nedokáží uvařit jídlo v menším množství tak, aby jídlo nepřebývalo. Potom se stává, jak již bylo řečeno, že jídlo které nesnědí, na druhý den vyhazují.

Připravili jsme Vám několik tradičních romských jídel, na kterých si pochutnáte.



Přejeme Vám dobrou chuť.

4. Recepty

(Bala) Goja

Romské Goja patří mezi národní jídlo Romů, setkáme se s ním po celé Evropě u každé romské rodiny.

Suroviny pro 4 osoby:

vepřová střeva
2 kg brambor
6 stroužků česneku
3 lžíce hladké mouky
sůl, pepř, majoránka

Postup přípravy: střeva důkladně očistíme z každé strany. Oloupané /Romové používají termín očištěné/ syrové brambory nastrouháme na struhadle, přisypeme mouku dle potřeby, prolisovaný česnek, majoránku, sůl a vše řádně promícháme, utvoříme těsto. Lžící naplníme střeva připraveným těstem. Konce střev svážeme nitkou, aby náplň nevytekla. Naplněná střeva dáme vařit do vroucí osolené vody. Vaříme asi 20 – 30 minut. Po uvaření vyjmeme a podáváme. Někteří Romové po vyjmutí střev z vody ještě dávají do vyhřáté trouby opékat asi na 20 minut.

Podáváme teplé, jako přílohu doporučujeme kysané zelí s chlebem.

Je několik způsobů přípravy tohoto výborného jídla.



(cucat) Goja postup je stejný jako u (Bala) Goja-jen místo brambor se použije krupice.

Pišota se sýrem, vařeným bramborem a vepřovým/dle Romů syrovým žebírkem

Suroviny:

mouka polohrubá /500 g/
špetka soli
někdo do těsta přidává vajíčko
voda
cca 4 brambory
tavený sýr
másl
cibule
slanina
vepřová žebírka /Romové běžně říkají vepřovým žebřům syrová žebra, protože uzená žebra jsou již vyuzená/.

Postup přípravy:

mouku s vodou smícháme a uděláme tužší těsto na rozválání. Těsto rozválíme na tenké pláto a nakrájíme na menší čtverečky.

Náplň: Brambory oloupeme a dáme vařit v osolené vodě až do změknutí a scedíme. Poté brambory spojíme spolu se sýrem, rozmícháme /vidličkou, ponorným mixerem/, aby nám vznikla směs.

Do připravených čtverečků dáme připravenou náplň a slepíme okraje čtverečku dohromady. Slepěné čtverečky vkládáme do vroucí vody a necháme vařit asi 8 minut. Po vytažení z vody neoplachujeme, ale hned polijeme roztopeným máslem a můžeme podávat.

Vepřové žebírko: Maso umyjeme, pokrájíme na menší kousky a dáme dusit s cibulí, přidáme kmín, sůl a koření – podravku. Maso podléváme vodou, aby se nespálilo. Vepřová žebírka podáme k pišotám.

Na povrch pišot můžeme přidat najemno nakrájenou osmaženou cibulku a slaninu a vše ještě zalít roztaveným máslem.

Připravené pišoty můžeme také zapéct v troubě a zalít kysanou smetanou.

Pišoty můžeme také posypat strouhaným sýrem.

Pišoty lze připravit také nasladko. Můžeme je naplnit tvarohem s cukrem nebo marmeládou.



Halušky s usmaženou cibulkou:

Suroviny:

500 g polohrubé mouky
trochu soli
malou cibuli
4 velké brambory
sádlo /někdo dává olej na smažení/
může se přidat vajíčko

Postup přípravy:

brambory očistíme na struhadle,
nastrouháme. Přidáváme mouku podle
hustoty těsta.
Osolenou vodu na halušky přivedeme do
varu a těsto házíme do vroucí vody asi 6
min /třeme vidličkou, lžičkou, můžeme
použít cedník na noky, haluškovač/.
Halušky by měly vyplavat.

Někteří Romové vaří halušky trochu jinak.
Ze dvou třetin syrových brambor a jedné
třetiny vařených brambor. Jinak je postup
stejný.

Po uvaření halušky scedíme a s mícháme s
usmaženou cibulkou a podáváme k jídlu.



Halušky můžeme podávat např. s kuřecím masem, nebo přidat na halušky škvarky.

Dnes se běžně podávají halušky se zelím.

Pokud máme hlávkové zelí, nakrájíme ho na kousíčky a osmažíme na cibuli. Můžeme jej i
povařit, a poté osmahnout na cibulce. Na jiné pánvi osmahneme kostičky špeku, nebo
uzeného boku. Pak vše smícháme spolu s haluškami.

Pokud máme zelí kysané, odlijeme ze zelí nálev, osmahneme si kostičky špeku a na této pánvi
pak kysané zelí prohřejeme, nebo kysané zelí můžeme uvařit a poté vše s haluškami
promícháme.

Bokoľa, Marikľa

Suroviny:

1kg mouka polohrubá
prášek do pečiva nebo 1 lžice jedlé sody
sůl
kyška- kyselé mléko/ pokud nemáme kyšku,
nahradíme ji vodou



Postup přípravy:



na stůl/na vál nasypeme mouku, uprostřed vytvoříme jamku, do níž přidáme ostatní ingredience. Těsto mícháme od středu a postupně přidáváme mouku. Vše zpracujeme a uděláme bochánek. Těsto musí být vláčné a nesmí se lepit. Potom vyválíme 1/2 cm - 1 cm plát, který pomocí pokličky nebo šablony vykrajujeme. Pokud nemáme nic k dispozici, můžeme se pokusit vykrojit nožem kolečko a prsty tahat těsto dokola tak, až utvoříme kulatý tvar. Aby se nám těsto nelepilo, sypeme na vál hladkou moukou. Vykrojené placky – Marikly pokládáme na rozpálený tál, kamna (příp. elektrický sporák). Marikly obracíme z každé strany do upečení. Pokud nemáme plotýnku, můžeme marikle usmažit ve vroucím oleji.

Marikle podáváme jako pečivo, nebo jako přílohu k pečení, dušenému masu.

Velmi chutné jsou omaštěné máslem a posypané cukrem k bílé kávě nebo k čaji.

Závin: - šinga(sladký závin, který se u Romů často peče na štědrovečerní stůl)



Suroviny:

1 kg polohrubé mouky
1 kostička droždí
10 lžic pískového cukru
3 celé vejce /někdo používá jen žloutky/
citronová kůra,
1/2 l vlažného mléka
250 g másla Hery
kakao
sůl

Postup přípravy:

mouku nasypeme do mísy, přidáme 3 vejce, rozpuštěné máslo, 10 lžic cukru, špetku soli a nastrouhanou citrónovou kůru. Doprostřed si uděláme důlek a připravíme si kvásek. Do důlku vlijeme vlažné mléko, přidáme nadrobenou kostku droždí se lžičkou mouky a cukru. Necháme kynout. / většinou si kvásek připravíme zvlášť v hrnku a až po vykynutí kvásek nalijeme do mísy/, vše prohněteme. Hněteme tak dlouho, až se těsto nelepí na okraj mísy a na těstě se tvoří bubliny. Těsto dáme kynout těsto na teplé místo /běžně se přikryje utěrkami a dává do peřin/, nebo na kraj kamen. Z vykynutého těsta vyválíme 3 placky, které pomažeme máslem. Kakao smícháme s cukrem a pomažeme jím vyválené placky. Smotáme do rolády /placku rolujeme do tvaru válečku a na konci ještě spojíme okraje těsta prsty/ a vložíme do olejem vymazaného pekáče. Pečeme při 180 °C asi 30 minut. Během pečení potíráme rozpuštěným máslem nebo vajíčkem a olejem.

Místo kakaa můžeme rolády naplnit sladkým tvarohem, marmeládou, jablky, kokosem dle chuti.



Upečený závin posypeme cukrem.

Holubky:

Suroviny:

hlávkové zelí
kysané zelí
mleté maso
rýže
koření – pepř, sladká paprika, vegeta
sůl
cibule
olej



Postup přípravy:

zelí po listech rozebereme a naskládáme do většího hrnce – spaříme. Po vyjmutí dáme na cedník a necháme odkapat vodu.

Náplň: uvaříme si klasickou rýži /na hrnek rýže dva hrnky studené vody, osolíme, můžeme přidat trochu oleje/. Nakrájíme si cibuli a osmahneme na oleji.

Mleté maso dáme do větší mísy, přidáme uvařenou rýži, osmahnutou cibulku, okořeníme pepřem, vegetou, paprikou, osolíme. Vše řádně promícháme.

Tuto směs klademe na jednotlivé listy a balíme do tvaru válečku. Záleží na každém, jak chce mít holubky velké, podle toho dává množství náplně.

Důkladně zabalené válečky klademe na pekáč nebo do většího hrnce. Holubky posypeme kmínem a po celé ploše na holubky rozprostřeme kysané zelí.

Takto můžeme klást holubky na sebe a prokládat j kysaným zelím.

Zalijeme trochou vody, olejem a pečeme v předehřáté roubě.

Dnes někteří Romové Holubky připravují bez kysaného zelí, dusí je v rajské omáčce, nebo pečou samotné v troubě.



Zapékané zelné závitky (sármi) /podobné holubkum

Suroviny:

1 hlávka zelí
3/4 kg mletého krůtího masa
1 a půl šálku hnědé rýže
2 vejce
2 bílé cibule
2 polévkové lžíce olivového oleje
čerstvé oregáno a petržel
kmín, sůl, pepř, bobkové listy.

Postup přípravy:

vyřízneme střed hlávky zelí /tzv. košťál/, poté hlávku ponoříme do vroucí osolené vody. Když se listy začnou uvolňovat, vyjmeme hlávku z hrnce, oddělíme listy a z každého listu odřízneme silnou prostřední žílu.

Náplň: nadrobno nasekáme cibuli s oreganem a petrželí. Přidáme kmín, sůl a pepř a vše promícháme. Přidáme mleté krůtí maso, hnědou rýži, vejce a vše rukama propracujeme.

2 až 3 polévkové lžíce této směsi položíme na list od silnějšího konce, přehneme strany a zarolujeme.

Takto připravené listy dáme do zapékačské misky, potřeme olivovým olejem, potřeme vodou ze zelí, přidáme bobkové listy a zakryjeme poklicí. Pečeme 1 a půl hodiny na 200 stupňů.

Bobálky Šulánky (buchtičky sypané mákem a polité mlékem)

Suroviny:

500 g polohrubé mouky
droždí
cukr
med
1/8 másla
mák
mléko

Postup přípravy:

připravíme si pevnější kynuté těsto. Nejdříve si uděláme kvásek z droždí, cukru a trochy vody, který necháme v teple vzejít. Do misky/hrnce si nachystáme mouku, cukr a trochou vody a pak přidáme vykynutý kvásek. Vypracujeme těsto a v teple necháme vykynout.

Po vykynutí z těsta "šoulíme" (válíme) dlouhé šulánky (válečky) s průměrem asi 1 cm, nakrájíme na 1 až 1,5 cm dlouhé kousky a řeznou stranou klademe je hustě vedle sebe na vymazaný a moukou vysypaný plech. Upečeme je v troubě do světle hněda. Pokud se nám válečky v troubě spojí, lehce je potom oddělíme.

Po vychladnutí dáme válečky/bobálky do skleněné nádoby, nebo poskládáme na plátýnko/utěrku, plenu a uložíme do chladu. Válečky nepříkrýváme. Válečky Necháme odležet den i více.

Po odležení dáme do hrnce asi 6 cm vody, na něj postavíme mísu s bobačkami a necháme na slabém plamenu, dokud bobačky nejsou krásně měkké. Přelijeme rozpuštěným máslem a vroucím mlékem, posypeme mletým mákem a rozpuštěným medem, nebo práškovým cukrem.

Rady: Mléka na začátku dáváme málo, opatrně, bobačky postupně vsakují mléko, proto ho postupně přiléváme jenom po troškách, vždy horké. Mákem nešetříme. Díky hrnci s horkou vodou udržujeme bobačky teplé až do doby podávání. Průběžně chutnáme, jestli jsou bobačky měkké, kvůli tomu přidáváme případně ještě mléko. Není třeba při nich stát. Jednou za čas se na ně podíváme. Pozor, bobačky nesmí být rozmočené a ani mák nesmí být rozmáčený. Nezapomínáme na vodu v hrnci, je třeba ji dolévat.



Rezanky:

Suroviny:

300 g hrubé mouky
2 vejce
sůl
voda dle potřeby

Postup přípravy:

z mouky, vajec, soli a vody uděláme tužší těsto tak, aby se nelepilo a dalo se vyválet. Těsto vyválíme. Potom připravené vyválené těsto nařežeme nožem, nebo rádýlkem na proužky o šířce 5 cm. Prouhy posypeme moukou a pak na sebe pokládáme tři prouhy, vzniknou nám tři vrstvy. Poté vrstvy pruhů krájíme asi po centimetru, takže dostaneme jakoby fleky. Takto připravené naházíme do vroucí osolené vody a vaříme 3 až 4 minuty pokud nevyplavou nahoru.



Rezanky přidáváme jako těstoviny do polévky.

Rezanky můžeme podávat i na jiný způsob. Osmahneme si cibulku, přidáme roztavený tavený sýr a vše smícháme dohromady a podáváme.

Mačanka:

Suroviny:

1/3 kg hovězího masa
3 čerstvé houby nebo hrst sušených
cibule
3 stroužky česneku
3 lžiče sladké papriky
1 lžiče hladké mouky
sůl,
pepř
tuk
ocet

Postup přípravy:

maso spolu s pokrájenými houbami dáme vařit tak dlouho, až bude maso měkké. Potom maso vyndáme z vody, nakrájíme na kostky a opět vložíme do vody. Přidáme nastrouhaný česnek, vývar osolíme a opeříme a chvilku povaříme. Mezitím si připravíme jíšku. Do hrnečku studené vody vsypeme hladkou muku, rozkvedláme tak, aby nám nevznikly hrudky. Jíšku pomalu za stálého míchání vléváme do polévky, která prochází varem. Asi pět minut ještě polévku povaříme a stále mícháme. Poté dochutíme lžící octa a necháme polévku stát.

Na pánvi si na oleji /sádle/ osmahneme do zlatova cibulku a přisypeme sladkou papriku. Mačanku nachystáme na talíř, navrch posypeme osmaženou cibulku s paprikou a můžeme podávat.

Mačanku můžeme připravit i bez masa - na kyselém mléce.

Mačanka z masa se řadí také ke tradiční romské polévce, jedná se spíše o recept olašských Romů.



Barydara

Suroviny:

1 sklenice kysaného zelí
500 g krkovičky bez kosti
500 g uzeného bez kosti
kroupy
sádlo
2-3 cibule
chléb
kmín
sůl
pepř
hladká mouka



Postup přípravy:

do hrnce dáme zelí, trochu krup a zalijeme vodou, přidáme uzené maso a vaříme. Přidáme koření. Dolíváme vodu.

Vedle na pánvi na cibuli osmažíme na kostičky nakrájenou krkovičku pěkně dohněda.

Když kroupy v hrnci změknou, vyjmeme uzené maso a nakrájíme na kostičky a poté vrátíme do hrnce, kam přidáme i směs z pánve, když se voda vyvaří, zaprášíme hladkou moukou. Podáváme s chlebem či houskovým knedlíkem.

Šedivý Joe (Joe Grey)

Suroviny:

6 párků
6 plátků slaniny
4 velká rajčata nebo plechovku rajčat
4 velké brambory
1 cibule
3 kostky bujonu do polévky.

Postup přípravy:

v pánvi do hněda opečeme párky, slaninu a cibuli.

Přilijeme vodu a přidáme na kostky nakrájené brambory. Dusíme na mírném ohni. Asi po 10 minutách přidáme rajčata a rovnoměrně posypeme rozdrobenými kostkami polévkového bujonu. Necháme dále dusit.



Poznámka 1: Joe Grey (šedivý Joe) je tradiční romské dušené jídlo z masa. Obvykle se připravuje z párků a slaniny, ale recept se dá přizpůsobit tak, abychom využili cokoli, co máme právě v lednici.



Šedivý Joe je v anglické romské komunitě populární jídlo, ale nikdo si doopravdy není jistý, jak vzniklo jeho jméno. Podává se nejlépe jako pokrm se spoustou šťávy, k tomu křupavý chléb s máslem, který tuto šťávu nasákne.



Dušené jehněčí s fazolovými lusky (morenas)

Suroviny:

500 g jehněčího masa
 5 brambor
 350 g čerstvých fazolových lusků
 česnek
 olivový olej nebo vepřové sádlo
 cibule
 čerstvá petržel
 cayenský pepř a drcený pepř
 česnekové koření
 malé chilli papričky
 červené, zelené a žluté normální
 papriky
 rajský protlak a čerstvé rajče



Postup přípravy:

jehněčí maso nařežeme na malé kousky a zprudka opečeme na oleji dohněda. Zakryjeme pokličkou a podusíme na mírném ohni asi 15 minut. Přidáme na kostičky nakrájenou cibuli a petržel. Přikryjeme pokličkou a dusíme na mírném ohni 10 minut.

Přidáme oloupané a nakrájené brambory a fazolové lusky. Postupně přidáváme vodu, aby se nevyvařila. Dusíme dalších 15 až 20 minut. Přidáme rajský protlak kvůli červené omáčce a šálek vody. Podle chuti vmícháme česnekové koření, cayenský pepř, drcený pepř, sůl, chilli papričky a česnek. Za stálého míchání přidáme červené, žluté a zelené papriky. Jako přílohu podáváme rýži nebo čerstvý chléb.

Vařené maso se zelím nakyselo (shax shukló)

Suroviny:

malé kuře
kus vepřového masa
1/2 hrnku rýže
paprika
sůl
pepř
1/2 hrnku octa
1/2 hlávky zelí nebo kapusty
trochu mouky.

Postup přípravy:

malé kuře a kousky vepřového masa povaříme dohromady. Přidáme 1/2 hrnku rýže, papriku, sůl a pepř pro ochucení, dále přidáme 1/2 hrnku octa.

Když je maso uvařené, vyndáme ho a do vývaru z masa přidáme nakrájené hlávkové zelí nebo kapustu. Smícháme tuk z vepřového s moukou a pak povaříme úplně všechno (včetně masa) dohromady ještě 15 minut.

Zapékané nudle nasladko (pirógo le strugurlása)

Suroviny:

500g širokých nudlí
100g medu
trocha šafránu
250g rozinek
250g smetanového sýra
kousek másla

Postup přípravy:

široké nudle uvaříme v hrnci vody, přičemž je osladíme medem a obarvíme šafránem. V misce promícháme rozinky se smetanovým sýrem.

Do zapékačské misky pokládáme vrstvu nudlí (uvařených doměkka a dobře okapaných), zasypeme hustou vrstvou směsí rozinek a sýra. Potom opět vrstva nudlí a na to vrstva směsi. Dokončíme vrstvou nudlí. Svrchní vrstvu lze vytvarovat podle libosti. Nakonec poklademe kousky másla a dáme do rozpálené trouby na 10 minut.

Okurková pomazánka

Suroviny:

1 salátová okurka
3 trojúhelníčky taveného šunkového sýra
160g majonézy
sůl, pepř

Postup přípravy:

nastrouháme okurku na jemném struhadle. Tavený sýr rozetřeme s majonézou. Šťávu z okurek vylijeme. Nastrouhanou okurku smícháme se směsí sýra a majonézy. Osolíme a opepříme. Mažeme nejlépe na veky nebo na jiné pečivo.

A k svačině si dáme třeba **tousty**

Suroviny:

4 krajíce chleba
2 vejce,
špetka soli a pepře
1 polévková lžíce mléka,
2 polévkové lžíce oleje nebo másla

Postup přípravy:

Vajíčka rozšleháme, přidáme sůl, pepř, lžici mléka. Krajíce chleba necháme nasáknout v připravené směsi. Na pánvi rozpálíme olej nebo máslo a obalené chleby smažíme do křupava. Občas obracíme.

Chleba se smetanou (manró le smetanása)

Suroviny:

4 krajíce chleba
džem nebo dušené či kompotované ovoce
kelímek kysané smetany

Postup přípravy:

chléb se namaže džemem nebo dušeným ovocem, pak ještě kysanou smetanou.

Už naše babičky říkaly, „*polévka je grunt...*“

Salátová polévka

Suroviny:

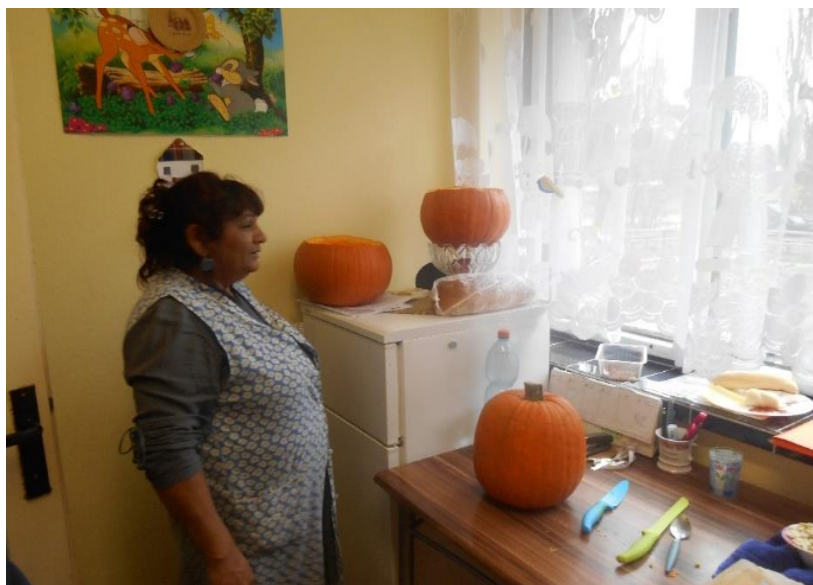
1 hlávka salátu
1 litr mléka
4 brambory
2 lžíce oleje
2 cibule
hladká mouka na jíšku
2 lžíce másla
na zlepšení polévky trochu smetany
sůl
pepř
pár kapek citronové šťávy

Postup přípravy:

hlávku salátu rozebereme na listy a dobře opláchneme.

Na másle zpěníme cibuli, zasypeme moukou a připravíme jíšku. Zalijeme vodou a dobře povaříme. Doplníme salátovými listy. Necháme přejít varem a odstavíme. Můžeme přidat i smetanu, nakonec zakapeme citronem.

Jako příloha jsou bezvadné vařené brambory polité osmaženou cibulí.



Poznámka: Romové dříve tuto polévku vařili z dýně. Říkali jí duduma

Jídlo, které se vaří v osadách:

dle informací obyvatel, kteří žili ve slovenských osadách, žádné jídlo typické pro tuto lokalitu není známo, vše je přebráno např. z Maďarska apod.

Beľuša

Suroviny:

uděláme těsto jak na bramborové knedlíky (500 g brambor, 80 g hrubé mouky, 40 g krupice, 1 vejce, sůl).

Postup přípravy:

Z těsta utvoříme placku (marikľu), pečeme na rozpálené peci, podáváme s olejem, cukrem, kakaem, masem apod.

Džatky

Suroviny:

Stejné ingredience, jak u Beľuшы /viz výše/

Postup přípravy:

z těsta vytváříme dlouhé válečky o průměru asi 1 cm, které krájíme tak, aby vznikly malé šišky, podáváme s mákem, cukrem apod.

Pankušky

Suroviny:

4 vejce, 250 g polohrubé mouky, prášek do pečiva, cukr dle chuti, špetka soli

Postup přípravy:

z výše uvedených těstovin vypracujeme těsto, lžičkou tvoříme malé kuličky, které smažíme v rozpáleném oleji na pánvi (třeba použít více oleje, aby v něm kuličky plavaly a my bychom je tak mohli otáčet), podáváme s cukrem nebo tvarohem, popř. sypané kakaem.

Jedná se o slovenský recept

Perkelt

Suroviny:

asi půl kg masa /vepřové, kuřecí/, 1 cibule, 2 lžíce sádla, 2 lžičky mleté červené papriky, 2 lžíce hladké mouky, 3–4 lžíce rajčatového protlaku nebo kečupu, 3 stroužky česneku, smetana

Postup přípravy:

na sádle osmažíme cibuli dozlatova, přidáme na větší kostky pokrájené maso, zaprášíme hladkou moukou, necháme osmahnout, zalijeme vodou, osolíme, vaříme doměkka. Poté přidáme rajčatový protlak nebo kečup, prolisovaný česnek, chvíli ještě povaříme, popř. dochutíme solí.

Tento recept byl přebrán z Maďarska

Kuře nebo slepice pečené v jílu

Suroviny:

slepice (nebo kuře), sůl, jíl, popel

Postup přípravy:

slepici vykucháme, osolíme, obalíme jílem, zahrabeme do popela a čekáme. Asi za hodinu a něco je slepice hotová.

Zvyky jídel na vánoce



Dříve byla štědrovečerní tabule výhradně postní, dnes je již maso její běžnou součástí. Na rozdíl od českého prostředí však není mezi Romy jako vánoční jídlo rozšířené maso rybí, nejčastěji na štědrovečerní tabuli se podává vepřové nebo kuřecí.

Vánoční stůl musí být bohatý, má symbolizovat dostatek a blahobyt, abychom zajistili blahobyt do dalšího roku. Na stole by neměly chybět oblíbené romské vánoční pochoutky jako fazole se sušenými švestkami (**e fasul'a šuke khil'avenca / šl'ivčanka**) /recept: Namočíme švestky sušené, když jsou měkké, pak se dají společně vařit s fazolemi /becoky/, ochucujeme solí, cukrem/, nebo buchtičky polévané sádlem a sypané mákem (**o bobal'ki**) a další, jako jsou plněné zelné listy (**o holubki**), plněné taštičky (**o pišota**), tvarohové či makové kynuté záviny (**o šinga**) aj. Kromě těchto pochoutek na stole nechybějí ani některé symbolické potraviny. Chléb a sůl mají zajistit, aby bylo po celý rok co jíst, čočka či hrách dostatek peněz, česnek, aby byli všichni po celý rok zdraví, a med, aby k sobě byli v rodině navzájem dobří a milí.



Výše uvedené suroviny receptů byly psány ve většině případech asi pro čtyři osoby.

Dobrou chuť