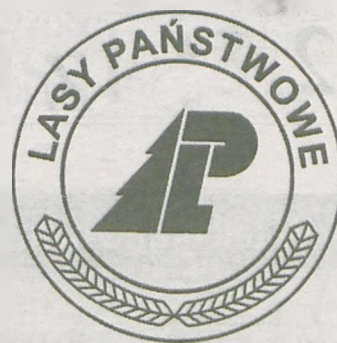




Z wieści lasu



Krzysztof Schwartz
NADLEŚNICZY
NADLEŚNICTWA JAROCIN

Szanowni Czytelnicy

Z okazji Świąt Bożego Narodzenia życzę Państwu radosnych dni w gronie kochających, przyjaznych i życzliwych osób. Życzę, by każdemu z Was coś miłego zapadło w serce i pamięć. Życzę, by te święta były dostatnie, a przede wszystkim, by przyniosły ukojenie niepokojów, trosk i smutków. Tym, dla których czas Bożego Narodzenia nie będzie czasem łatwym, życzę, by nadzieja, że będzie jeszcze dobrze, przerodziła się w wiarę i pewność. Życzę jednocześnie, by nadchodzący Nowy Rok, rok 2015 okazał się tym, na który czekałście, by przyniósł spełnienie marzeń.



► ZAPOMNIANA I NIEDOCENIANA

Dziczyzna nie lubi pośpiechu

► Przepisy na dziczyznę
na str. 4 WzL

Jak podkreśla ksiądz Przemysław, bycie myśliwym nie oznacza jedynie udziału w polowaniach. - Zdarza się, że nawet kandydaci na myśliwych mają błędne wyobrażenia. Dokarmianie zwierzyny jest faktem, a nie tylko sloganem. Jak trzeba, to się zakłada gumowce i idzie się w pole donieść karmę. W Żerkowie mieliśmy nawet akcję zbierania kukurydzy. Myśliwi spotkali się w sobotę, bo to jest taki wolniejszy dzień. Chodziliśmy po polu i zbieraliśmy to, co zostało po zbiorze. Na początku roku, w styczniu czy w lutym, była taka sytuacja, że wszystko było oblodzone. Koguty, czyli bażanty potraciły ogony. Były znajdowane zamrożone zajace, a sarny nie potrafiły nic wygrzebać spod lodu. Dlatego dokarmianie jest wręcz obowiązkiem - podkreśla duchowny. Dodaje, że pasja myśliwska jest dla niego odskocznią od problemów codziennych. Zapewnia, że dobrze czuje się na samotnych wędrowniach po lasach i polach, w których towarzyszą mu czasem dwa psy. - Łowiectwo to coś więcej niż pasja. To styl życia i życia. Bez myślistwa nie potrafiłbym pewnie funkcjonować. Miałem sezon, że jadąc kilkanaście razy na polowania indywidualne, nie wystrzeliłem na nich ani razu. Jest to zajęcie dla pasjonatów, bo kto chętnie siedziałby długie godziny na ambonie w temperaturze minus 10 stopni, jednocześnie nie mając gwarancji, że coś wyjdzie. Ja nie lubię łatwych polowań. Często odpuszczam sobie strzelanie na rzecz obserwacji - podkreśla ksiądz Przemysław Kubiak.

Nie widzi problemu w łączeniu pasji myśliwskiej z posługą kapłana. - Przykazanie „nie zabijaj” pojawiło się w czasach Mojżeszowych. Należałoby rozpatrzyć, czy miało ono odniesienie tylko do ludzi, czy również do zwierząt. Trzeba też wziąć pod uwagę kontekst czasów. W Starym Testamencie mordują się na każdym kroku. Dla człowieka



nie jest naturalne, że nie je mięsa. My jesteśmy drapieżnikami, a nie roślinożercami. Oponentom radziłbym porównać profesjonalnie przeprowadzone polowanie z warunkami uboju zwierząt na masową skalę. Wiele gatunków nie ma naturalnych wrogów, dlatego konieczne są odstrzały. To człowiek musi pełnić rolę drapieżnika. Ludzie, którzy kupują mięso w sklepie, wolą nie myśleć o etapie zabijania - tłumaczy proboszcz. Nie marzy o jakichś wyjątkowych trofeach. Koncentruje się głównie na dzikach i lisach. Do jeleni nie strzela, a sarnę upoluje najwyżej jedną rocznicę.

Kapłan podkreśla, że dziczyzna jest bardzo smacznym i zdrowym

mięsem, ale wymagającym dużo czasu i cierpliwości, jej przygotowanie może trwać nawet kilka tygodni. - Musi przejść odpowiedni proces bejcowania, moczenia w zalewie i w przyprawach. Ta kuchnia jest ekskluzywna, ponieważ, żeby było najlepsze, muszą zająć określone procesy chemiczne - podkreśla ksiądz Kubiak. Mięso jest zdrowe, ponieważ zwierzyna leśna żywi się w warunkach naturalnych. - Ona nie je byle czego. Potrafi wybierać. Na przykładając - sam to widziałem - nie

Ksiądz PRZEMYSŁAW KUBIAK od ponad roku jest proboszczem parafii św. Jana Chrzciciela w Brzostkowie. Od kilkunastu lat kapłan jest też myśliwym. Swoją przygodę z łowiectwem zaczął czternaście lat temu, w czasach, gdy był wikariuszem w Błaskach. Obecnie jest prezesem koła PZŁ - nr 35 „Grzywacz”. Od ponad roku należy też do koła nr 26 „Borsuk” w Żerkowie. Nie tylko poluje, ale sam również zajmuje się przygotowaniem dań z dziczyzny. Sam wędzi kielbasę w zbudowanej przez siebie wędzarni.

zjada całej rośliny, tylko wybiera z niej najlepszą część. Mięso ma zupełnie inną barwę. Zwierzęta są „sportowcami”. Nawet dzik na swoich krótkich nogach potrafi naprawdę szybko biegać. Dlatego dziczyzna to są głównie mięśnie, bez tłuszczu. Dlatego dobrze jest mieszać ją z innymi gatunkami np. z wieprzowiną - wyjaśnia myśliwy.

Kuchnia staropolska opierała się głównie na dziczyźnie. Na stołach szlacheckich też królował ten rodzaj mięsa. Obecnie spożywany jest on na niewielką skalę. Ale żeby zjeść dziczyznę, nie trzeba być myśliwym ani polować. Coraz częściej można ją znaleźć w marketach. W internecie są sklepy, które oferują zarówno

świeży, jak i mrożony towar. Najdroższy, kosztujący nawet około 200 zł za kg, jest comber z sarny bez kości. Takie samo mięso z jelenia kosztuje ponad 100 zł za kg. Większość innych mięs to wydatek w granicach 50-80 zł za kg.

Przygodę z dziczyzną dobrze jest zaczynać od nieco łatwiejszych potraw. Zdaniem księdza Przemysława najlepsze na debiut kulinarny będzie ptactwo - kaczka, gęś czy bażant, które przygotowuje się podobnie jak gatunki udomowione. Przepisy na marynatę do mięsa można znaleźć np. w internecie. - A z innych gatunków proponuję dziką, z którego można zrobić pieczeń. Nie wymaga aż tak skomplikowanej obróbki jak sarna. Choć dobrze jest go zmrozić, a później zapiekować. Dzięki tym procesom mięso będzie bardziej kruche i smaczniejsze. Można zrobić gulasz z dzika albo nawet z dzika w połączeniu z sarną lub jeleniną. Czasochłonny, ale nie tak bardzo skomplikowany, jest pasztecik. A z jelenia można zrobić np. tatar. Przyprawy są ważne, ale cały smak opiera się głównie na mięsie, dlatego ważne jest dobre jego przygotowanie. Jeśli nie mamy doświadczenia, to lepiej za dużo nie kombinować. Ważne jest, żeby się nie zniechęcać, jeśli coś nam nie wyjdzie - podkreśla ksiądz Kubiak. Dodaje, że jego zdaniem „guru”, jeśli chodzi o potrawy z dziczyzny, jest Grzegorz Russak, który jest największym autorytetem w Polsce. - Ja też bazuję na jego przepisach. Według jego receptury robię np. kielbasę. Ale do niektórych rzeczy trzeba dojść samemu, dostosować do własnego gustu za pomocą metody prób i błędów. Przepisy dają ogólne wskazówki. Niektórzy do hejcy dodają wino. Ja wolę dodać ocet winny - wymienia duchowny.

(Is)

KALENDARIUM grudzień 2014 / styczeń 2015

► **6-13 grudnia** - Akcja „Choinki Jedynki”, do której włączają się znani i lubiani ze świata kultury, sportu i nauki malując obrazy licytowane na potrzeby Fundacji Anny Dymnej „Mimo Wszystko” oraz Fundacji „Pro Artis”. Lasy Państwowe dostarczyły 15-metrowe choinki na rynki miast, gdzie odbywały się licytacje.
► **13 grudnia** - Światowy Dzień Telewizji dla Dzieci,

► **20 grudnia** - Dzień Ryby, jest obchodzony jedynie w naszym kraju od 2003. Święto umiejscowione w okolicach Wigilii ma nakłonić do refleksji nad m.in. niehumanitarnym traktowaniem karpi w punktach sprzedaży.
► **22 grudnia** - Pierwszy Dzień Zimy,
► **29 grudnia** - Światowy Dzień Różnorodności Biologicznej,
► **1 stycznia** - Światowy Dzień Pokoju (obchodzony przez

Kościół katolicki),
► **3 stycznia** - Dzień Pamięci Reżimu Hitlerowskiego,
► **6 stycznia** - Dzień Filatelisty (Polska),
► **20 stycznia** - Dzień Wierzy Głowiastej. Wierzba głowiasta to jedyny gatunek drzewa liściastego, który można ogławić - czyli przycinać jego koronę.
► **21 stycznia** - Dzień Babci,

► **22 stycznia** - Dzień Dziadka,
► **24 stycznia** - Światowy Dzień Środków Masowego Przekazu,
► **24-25 stycznia** - Bieszczadzki Weekend Sportu, a w nim II edycja zawodów narciarskich „Tropem Wilka” na dystansie 15 km - zapraszają leśnicy z Nadleśnictwa Cisna, więcej na www.cisna.krosno.lasy.gov.pl

Oprac. WoJAK

W telegraficznym skrócie

► **Barciowisko**

W Białymstoku spotkali się bartnicy na pierwszej w Polsce imprezie gromadzącej entuzjastów odtwarzania dawnego pszczelarstwa. Uczestnicy, a dokładnie dziewięć zespołów, rywalizowali ze sobą w konkurencji drażenia uli w ogromnych sosnowych kłodach. W pracy wykorzystywano m.in. siekiere, pilarkę spalinową, skobliczka, cieślicę, dłuto i pierzchnię - brzmi tajemniczo? Na pewno, dlatego tym bardziej zachęcamy do śledzenia poczynąń tej dawno zapomnianej techniki pszczelarskiej (Głos Lasu nr 530).

► Dziesięć nowości

10 nowości wydawniczych ukazało się w tym roku nakładem Ośrodka Kultury Leśnej w Gołuchowie. Najnowszą z nich jest pakiet edukacyjny „Użytkowanie lasu nie jest złe”. Tworzy go 13 scenariuszy zajęć, stanowiących pomoc metodyczną i merytoryczną dla leśników prowadzących edukację w nadleśnictwach oraz nauczycieli i edukatorów podejmujących tematykę leśną. Wszystkich chętnych odsyłamy na stronę www.okl.lasv.gov.pl (OKL).

► **Zaufanie rośnie**

78% społeczeństwa obliuguje za lasami - jak wynika z badania przeprowadzonego przez firmę TNS na zlecenie Ministerstwa Środowiska. Lasom Państwowym najbardziej ufają Polacy w kwestiach związanych ze środowiskiem naturalnym. Zbliżony poziom zaufania notują jedynie naukowcy. W przypadku leśników on rośnie - w 2012 roku wynosił 68% (LP).

► Kradzież nie poptaca

30 tys. zł - tyle ze wstępnych ustaleń ma wynieść koszt rekultywacji terenu po nielegalnym pozyskiwaniu bursztynu w okolicy Wypływu Sobieszewskiej w Nadleśnictwie Gdańsk. Sprawcy zdarzenia, którzy będą musieli to zapłacić, zostali ujęci przez pracowników Straży Leśnej i Morskiego Oddziału Straży Granicznej w nocy z piątku na sobotę (weekend andrzejkowy). Grozi im także grzywna w wysokości do 5 tys. złotych lub 30-dniowy areszt. Uśpiony i leniwy okres przedświąteczny w lesie jest tylko pozorny. Właśnie teraz Straż Leśna przy współpracy innych jednostek prewencji intensywniej monitoruje lasy w celu ochrony mienia Skarbu Państwa (LP).

► Zielona strategia

Dyrekcja Generalna LP uruchomiła stronę www.strategia.lasy.gov.pl, gdzie znajdziemy informacje o projektach strategicznych realizowanych w Lasach Państwowych. Jest tam obszerna baza danych dotycząca projektów realizowanych w latach 2007–2014 oraz ponad 6 tys. pomysłów na kolejne działania (DGLP).

► Lasy dla GOPR

Nadleśnictwo Cisna przekazało dawny budynek własnej siedziby biura Bieszczadzkiej Grupie GOPR. Leciwy już budynek powstał w 1959 roku według projektu inż. arch. Ireny Lipskiej (opracowanego jeszcze przed II wojną światową). Wzniesiony w całości z drewna, służył leśnikom przez 47 lat. Kiedy Nadleśnictwo Cisna przeniosło swoje biura do nowego obiektu, przez ostatnie siedem lat ten dzierżawili goprowcy. Obecnie, po nabyciu prawa własności, uzyskali możliwość zdobycia funduszy na jego renowację i zagospodarowanie. Cisna to druga, po Ustrzykach Górnych, rejonowa Stacja GOPR w wyższych partiach Bieszczadów. W ciągu ostatnich siedmiu lat dyżurujący tu goprowcy setki razy wyruszyli na pomoc ludziom w górach. Mamy nadzieję, że własne cztery kąty przysłużą się ratownikom społeczeństwu (N-ctwo Cisna).

Zestawił: WoJak

Leśnicy z przedszkolakami, czyli choinka z jasełkami

Już po raz piąty Niepubliczne Przedszkole „Puchatek” z Gminy Jarocin włączyło się w akcję „Choińki Nadziei” organizowaną od dziesięciu lat przez Fundację Ekologiczną „Arka”. Przedsięwzięcie polega na przygotowaniu ozdób świątecznych, które później zawiesza się na choince przekazanej przez Lasy Państwowe. Tak przybrane drzewko jest prezentem dla ośrodków pomocy czy domów starców. W Jarocinie choinka stanęła na stołówce Centrum Społecznego. Na jej gałązkach zawisły ekologiczne ozdoby - papierowe bałwanki i aniołki zrobione z patyczków po lodach.

Akcja ma łączyć pokolenia, uczyć wrażliwości na potrzeby ludzi starszych i osamot-

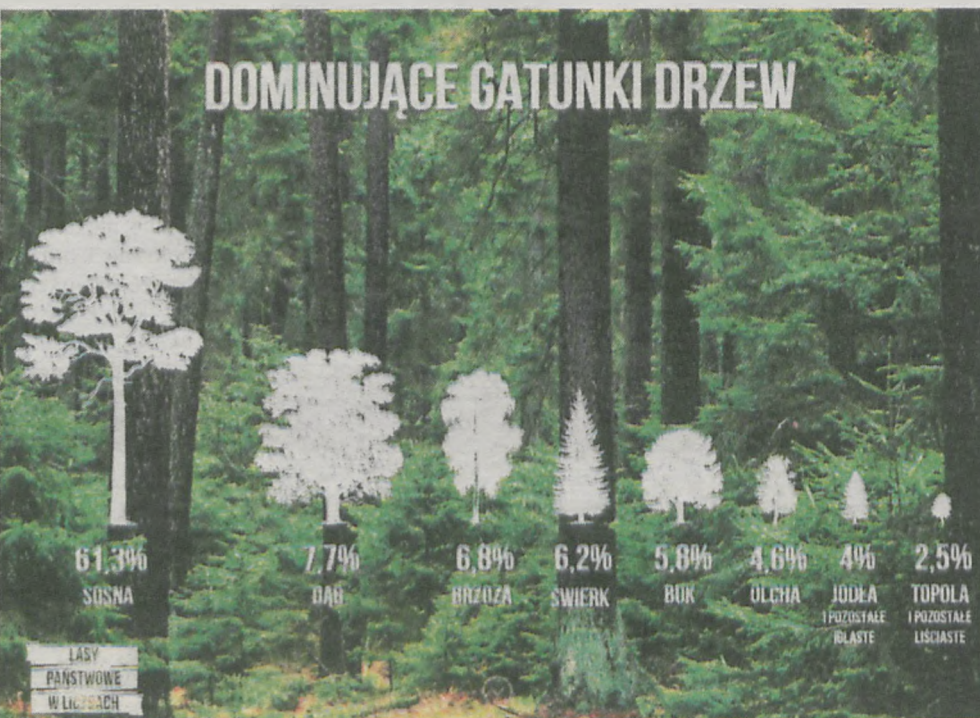
nionych, a także propagować zakupy choinek w doniczkach, sprzyjających ochronie środowiska. Oprócz ozdób, przedszkolaki z Gminy co roku przygotowują też przedstawienie jasełkowe, na które zapraszają podopiecznych Domu Dziennego Pomocy Społecznej, Środowiskowego Domu Samopomocy oraz Warsztatu Terapii Zajęciowej. Obecny był także Jakub Wojdecki reprezentujący Nadleśnictwo Jarocin, które przekazało choinkę. Na zakończenie występów, w ramach podziękowania maluchom, widownia zaśpiewała dwie kolędy. Publiczność została obdarowana świątecznymi kartkami z życzeniami, które także wykonały przedszkolaki.



Fot. Lidia Sokowicz



▶ LAS W LICZBACH



► PUSZCZE POLSKI

LASY WAR

Zielony pierścień

Fot. www.twierdzamodlin.pl

Lasy Warszawskie jako Leśny Kom-
pleks Promocyjny zostały powołane zu-
pełnie niedawno, bo w sierpniu 2005 roku.
Administracyjnie ich granice tworzą czte-
ry nadleśnictwa: Celestynów, Drewnica,
Chojnów oraz Jabłonna. Tworzą je 4 kom-
pleksy: Lasy Chojnowskie, Legionowskie
oraz borowe Otwockie i Celestynowskie,
a ich łączna powierzchnia wynosi aż 48
tys. ha. Sieć hydrologiczna jest dość in-
tensywnie rozbudowana. Tworzy ją Wisła
z prawobrzeżnymi dopływami: Bugiem,
Narwią, Wkrą, Świder z Mienią oraz inne
drobniejsze ciek i rzeczki.

Historia

W okresie średniowiecza lasy te wchodziły w skład rozległej Puszczy Mazowieckiej i Osieckiej.

Zamieszkiwała je ludność trudniąca się głównie bartnictwem, rybołówstwem, hodowlą i wypasem bydła oraz pozyskiwaniem surowca drzewnego. Mieszkańcy wsi królewskich wspomagali organizację licznych polowań możnowładców w zamian za możliwość pozyskiwania drewna na najważniejsze potrzeby (opałowe i budowlane). Udział żyznych siedlisk (dąbrowy) spadał na rzecz powstających upraw rolnych. W XVIII w. fragment Lasów Chojnowskich wszedł w skład dóbr wilanowskich rodziny Potockich, później

Branickich. W X
ziem została opz
na na działka etn
późniejsze kształt
miał niewątpliwie
i działania. Wje
stawały się wok
działów parzan
listopadowych i
pod Radzymi
Warszawy). Nat
Warszawska zna
„Cudu nad Wisk
przeprowado
Lasów Państw
warszawska

Przyroda

Lasy Wierzb
nym zasięgiem wy
i jodły. Na sędzi
napotkamy sosnę
wierzbę, a w zesp
i grądów równie
ny, osiki i modrz
rzadkich i chron
wiciokrzew pom
kopytnik pospoli
żemy natknąć się
gatunków zwierz
czy sarna oraz m
- borsuk. Stw

Dąb wolności

„Dąb Wolności” to ogólnopolska akcja pod patronatem Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej, Bronisława Komorowskiego. W 25. rocznicę wolnych wyborów w wielu miejscowościach naszego kraju posadzono symboliczne drzewka. Do tej akcji przyłączyło się Nadleśnictwo Jarocin wraz z przedstawicielami samorządu lokalnego oraz druhami z Ochotniczej Straży Pożarnej we Wszemborzu. Uroczystość miała miejsce 7 listopada w Społecznej Szkole Podstawowej we Wszemborzu. Uczniowie przygotowali program artystyczny dla druhów i przybyłych gości, odśpiewany został hymn Polski oraz odczytano list od Prezydenta RP. Posadzenia „Dębu Wolności” wspólnie dokonali sołtys wsi Wszembórz Aurelia Banaszak i radny gminny Grzegorz Banaszak, w obecności przedstawiciela Nadleśnictwa Jarocin - Huberta Przybylskiego. Nowe drzewko zostało poświęcone przez proboszcza parafii Wszembórz, księdza Marka Szymanowicza.

Opr. HUBERT PRZYBYLSKI



WARSZAWSKIE cień wokół stolicy



Fragment Twierdzy Modlin
- magazyn zbożowy

ich. W XIX i XX w. znaczna część
stała rozparcelowana i podzielo-
zianki etniczno i mieszkalne. Na
ze kształtowanie się układu lasów
wzajemny wpływ rozwój Warszawy
nia wojenne. Lasy Warszawskie
się wielokrotnie schronieniem od-
partizanckich oraz powstańców
owych i styczniowych. W 1920 r.
dzymiem (30 km na północ od
wy), miała miejsce słynna Bitwa
wska znana również pod nazwą
nad Wisłą". W tym samym roku
wzrostło podział administracyjny
Polskich, powołując dyrektora
wska

da
Warszawskie leżą poza natural-
eggen występowania świerka, buka
Na siedliskach borów wilgotnych
my sosnę, brzozę omszoną oraz
a w lasach lasów mieszanych
w również dęby, lipy, graby, kło-
i i modrzewie. Wśród gatunków
i chronionych znajdują się m.in.:
ew pomorski, lilia złotogłów czy
popolity. Podczas spacerów mo-
tknę się na ślady bytności wielu
w zwierząt: tych dużych, jak łosć
a oraz mniejszych, jak wydra, bóbr,
rusk. Stwierdzono występowanie

blisko 200 gatunków ptaków, są tu kruki,
pełzacz, raniuszki, śpiewaki, dzięcioły,
jastrzębie i puszczyki.

Lasy Warszawskie obfitują w liczne
rezerwy przyrody, a jest ich tu łącznie
29. Najbardziej okazały dąb o obwodzie
560 cm znajdziemy w Emowie.

Turystyka

Leśny Kompleks Promocyjny „Lasy
Warszawskie” jest obszarem o znaczeniu
naukowym i badawczym. Wyniki badań
pozwalają na doskonalenie metod go-
spodarowania lasem i określenia granic
ingerencji ludzkiej. Będąc w okolicy warto
zobaczyć pozostałości kultury materialnej,
w tym liczne pałace, dwory, dawne zamki.
W odległości ok. 30 km na północny zachód
od Warszawy u zbiegu Wisły i Narwi
znajdziemy Twierdzę Modlin. Składa się
z cytadeli położonej na prawym brzegu
Narwi, umocnionych przedmości: kazuń-
skiego i nowodworskiego oraz z dwóch
pierzścieni fortów. Zawiera w sobie elementy
fortyfikacji francuskiej, rosyjskiej i polskiej.
Jest jedną z największych i najlepiej zachowa-
nych twierdz w Polsce.

Zestawił: Wojak

Zaczerpnięto: <http://www.warszawa.lasy.gov.pl>,
<http://zielona.um.warszawa.pl>, „Puszcze i lasy
Polski” - D. Zawadzka, E. Kwiecień 2011 r.



PASJE LEŚNIKÓW

TOPINAMBUR - zamiast ziemniaka

Rozmowa z KASJANEM
MIKOŁAJCZYKIEM, hodowcą
niezwykłej rośliny



Fot. Jakub Wojdecki

■ Jesteś hodowcą mało popularnej
obecnie rośliny. Skąd się wzięła u nas
w kraju i czy ma powiązania z naszą
kulturą?

Topinambur przywędrował do Europy
na początku XVII wieku z Ameryki
Północnej wraz z francuskim koloni-
zatorem Samuelem Champilian'em,
któremu pomógł przetrwać srogi zimy
na obcym lądzie. Podobnie jak Indianie,
uwierzył w życiodajną moc tej
rośliny. Topinambur szybko stał się
bardzo popularny w Europie, przez
około 200 lat spełniał rolę, jaką dziś
odgrywa ziemniak. Obecnie jest on
bardzo niszowym warzywem, jednak
z roku na rok jego popularność wzrasta.
Roślina występuje w opisach pod róż-
nymi nazwami: słonecznik bulwiasty,
karczoch jerozolimski, gruszka ziemna,
bulwa (*Helianthus tuberosus*), świni
orzech, bulba, gdula, świński chleb
oraz trufla kanadyjska.

■ Czy istnieją jakieś odmiany tej
rośliny, a jeżeli tak, to które są naj-
bardziej pożądane?

W Polsce rozróżniamy dwie odmiany
topinamburu: białą „albik” oraz
czerwoną bądź jak kto woli, różową,
o nazwie „rubik”. Ma bardzo wiele wła-
ściwości leczniczych, „bijąc” ziemniaka
pod każdym względem. Badania wyka-
zały, że poziom bioenergii topinamburu
jest wyższy niż żeńszenia oraz czosnku.

■ Skąd pomysł na jego hodowlę?
Jakie ma upodobania co do gleby,
miejsc występowania, wody czy pie-
lęgnacji?

Topinambur w mojej rodzinie jest
uprawiany już 28 lat, co stanowi o ma-
łej tradycji. Pierwszy hektar został po-
sadzony przez mojego ojca i docelowo
miał stanowić schronienie dla bażan-
tów przed drapieżnikami. Zupełnym
zbiegiem okoliczności postanowiłem
około 10 lat temu spróbować znaleźć
nabywców na ten produkt za pośred-
nictwem internetu. Z roku na rok rzesza
klientów się powiększała przekracza-
jąc nasze oczekiwania, ale to dobrze.
Topinambur jest rośliną o zdumiewa-
jących zdolnościach adaptacyjnych.
Rośnie zarówno na glebach słabych,
jak i zasobnych. Potrafi przetrwać na-
wet okres deficytowy w wodę oraz
przymrozki do -52 St. C. Zbiór oraz
sadzenie (jednorazowo na 50 lat) jest
dokonywane od listopada do maja.
Do zbioru można używać tradycyjnych
kombajnów ziemniaczanych.

■ Jak wygląda ta roślina? Co się
nadaje do spożycia lub wtórnego wy-
korzystania?

Bulwa swym kształtem przypomina
imbir, gdyż posiada amorficzne kształty.



KASJAN MIKOŁAJCZYK (z prawej) jest mężem Lidii, specjalisty ds. edukacji
w nadleśnictwie Grodziec. Jego ojciec Mirosław Mikołajczyk, który również
pracuje w tym samym nadleśnictwie, jest obecnie leśniczym w Leśnictwie
Stara Kaźmierka. W przeszłości jego pradziadek Tomasz Mikołajczyk był
gajowym w leśnictwie Ladorudz (obecnie nadleśnictwo Koło), a jego dwóch
synów: Stefan oraz Mieczysław Mikołajczycy również zostali leśniczymi.
Jeden z nich (Stefan Mikołajczyk) zginął z rąk najeźdźcy podczas walk II wojny
światowej. W jego leśniczówce znajdowała się radiostacja AK, która została
zdemaskowana przez hitlerowców.

Część nadziemna jest bardzo podobna
do słonecznika. Inna nazwa tego wa-
rzywa to właśnie słonecznik bulwiasty.
Z łodyg możemy produkować biomasę
w postaci zrębek. Można ją również
przetworzyć na pellet lub brykiet. Ist-
nieje możliwość wytworzenia biogazu
zarówno z łodyg, jak i z bulw. W kra-
jach zachodniej Europy sieczka z łodyg
topinamburu jest wykorzystywana na
podłoże dla grzybni. Część podziemna
może być przetwarzana przez wiele
gałęzi przemysłu na syropy fruktozowe,
leki dla diabetyków, alkohol, naturalny
konserwant w piekarnictwie, szampo-
ny do włosów, kremy odmładzające.
W rolnictwie stosowany jest jako pasza
dla zwierząt gospodarskich. Trudno szu-
kać drugiej rośliny, która może znaleźć
tak szerokie zastosowanie.



■ Opowiadałeś, że zainteresowanie
tą rośliną jest całkiem spore. Kto jest
głównym odbiorcą tej produkcji?

Głównymi odbiorcami tej rośliny są
głównie firmy z branży farmaceutycz-
nej, spożywczej, gorzelniej oraz koła to-
wieckie, które obsadzają topinamburem
poletka zaporowe. Większość firm to
przedstawiciele odbiorców zagranicz-
nych. Na naszym rodzimym rynku topi-
nambur nie jest tak spopularyzowany,
jak w innych częściach świata. Mam
nadzieję, że kiedyś się to zmieni.

■ Opowiedz nam o właściwościach
leczniczych topinamburu.

Topinambur jest warzywem o bar-
dzo bogatej zawartości składników
odżywczych. Zawiera białka, cukry,
aminokwasy i węglowodany, posiada
dwukrotnie wyższą zawartość witamin
C i B1 niż w tradycyjnym ziemniaku.
Ponadto zawiera witaminy i pierwiastki
B2, B6, C, i E, potas, cynk, fosfor,
żelazo. Topinambur posiada naturalne
właściwości konserwujące. Ta niepo-
zorna bulwa zawiera inulinę, która
w procesie hydrolizy w organizmie
człowieka zamienia się we fruktozę.
Mogą ją bezpiecznie spożywać chorzy

na cukrzycę. Żywym przykładem na jej
skuteczność w zwalczaniu cukrzycy
są wyniki badań wśród mieszkańców
Przedkawkazja, gdzie nie stwierdzono
ani jednego przypadku zachorowania
na tę chorobę. Topinambur jest tam
uprawiany od ponad 100 lat. A to
ważna informacja, tym bardziej, że
Światowa Organizacja Zdrowia odnoto-
wuje obecnie rekordowy współczynnik
zachorowań wynikających z defektu
produkcji lub działania insuliny wy-
dzielanej przez komórki beta trzustki.
Ponadto topinambur przyczynia się do
normalizacji glikemii (cukrzyca typu II),
posiada korzystny wpływ na rozwój
retinopatii cukrzycowej, obniża chole-
sterol, ma właściwości detoksykacyjne
(metale ciężkie, radionuklidy, alkohol),
zwiększa kurczliwość jelita zapobiega-
jąc zaparciom, zapobiega infekcjom
dróg moczowych, odbudowuje osłonę
śluzową żołądka, reguluje ciśnienie
krwi, spowalnia procesy starzenia się
komórek i wspomaga metabolizm. Topi-
nambur ma działanie hepatoprotek-
cyjne i immunostymulujące, które jest
nieodzownym elementem w terapii
nowotworów.

■ Jak można zatem spożywać topi-
nambur i którą jego część?

Można go jeść na surowo, moż-
na gotować, smażyć i piec. Jadalną
częścią roślin są bulwy, wewnątrz
żółte lub białawe, czerwono lub nie-
biesko nabiegłe, kruche. Mają słodki,
orzechowy smak, porównywany do
karczocha i orzechów brazylijskich.
Przed spożyciem wymagają oczysz-
czenia za pomocą szczoteczki i do-
kładnego umycia. Jeżeli chcesz obrać
bulwę z cienkiej skórki, zaraz po tej
czynności zanurz topinambur na 5
minut w zimnej zakwaszonej wodzie
(litr wody i sok z połówki cytryny),
ponieważ bulwy szybko ciemnieją ze
względu na dużą zawartość żelaza.
Bulwy zawierają inulinę, nietrawioną
przez ludzi, dlatego najlepiej je poddać
obróbce termicznej (przetworzenia,
gotowania na parze lub pieczenia).
Podczas gotowania należy uważać,
by nie rozgotować bulw. Im dłużej
gotujemy, tym stają się one słodsze.
Ze względu na to, że najwięcej witamin
znajduje się tuż przy powierzchni bulw,
nie zaleca się ich obierania. Gotując
bulwy zaleca się dodanie octu do wody.
Walory smakowe poprawia dodanie do
potrawy starej gałki muszkatołowej.
Bulwy nadają się znakomicie do przy-
gotowywania zup, delikatnych frytek,
zapiekane, a także chipsów.

Rozmawiał
JAKUB WOJDECKI


► LEŚNE KULINARIA
PASZTET Z ZAJĄCA I SARNY

Przepis: ks. Przemysław Kubiak


Składniki:

- połowa zająca
- 1/2 kg sarniny
- 1/2 kg boczku
- 600 g boczku wędzonego
- 3 cebule
- bułka tarta
- kilka suszonych grzybów
- 1 marchewka
- ziele angielskie
- liście laurowe

Sposób przyrządzenia:

Wszystko włożyć do garnka i gotować tak długo aż mięso będzie odchodziło od kości. Mięso wyjąć z garnka i obrać, a następnie 2 razy przekręcić przez maszynkę z ugotowaną cebulą i marchewką. Dodać 200 g wątróbki, podsmażonej i zmielonej, następnie dodać 6 surowych jajek, pół kostki masła, mieloną gałkę muszkatołową, pieprz, sól, majeranek,

czosnek granulowany, paprykę mieloną oraz maggi w płynie. Przecedzić trochę wywaru z mięsa i wsypać do niego 3 łyżki bułki tartej. Następnie dodać to do masy w takiej ilości, aby nie była za sucha. Blachę do pieczenia wyłożyć cienkimi plasterkami słoniny, należy również położyć plasterki słoniny na masę, która już znajduje się na blasze. Piec około godziny i 20 minut w temperaturze 190 do 200 stopni.


Dziczyzna w porównaniu z mięsem hodowlanym zawiera:

- mniejszą ilość tłuszczów nienasyconych, jak i wielonienasyconych (1,5-2,5% tłuszczu)
- mniejszą ilość kalorii (100 g mięsa z dzika to 108 kalorii, sarny - 130 kcal)
- dużo łatwostrawnego białka oraz mioglobiny, która jest źródłem bardzo dobrze przyswajalnego żelaza
- więcej aminokwasów egzogennych, których organizm człowieka nie potrafi sam wytworzyć
- dużą ilość cennych witamin m.in. B2, B5, B6 i minerałów, a przede wszystkim

magnezu, fosforu i wapnia.

Mięso zająca i bażanta ma korzystniejszy skład chemiczny niż mięsa, które jada my na co dzień. Najlepiej wybierać mięso z dzika i sarny, które zawiera mniej tłuszczu niż kurczak. Dziczyzna jest wolna od antybiotyków, ponieważ zwierzęta żyją na wolności i nie są sztucznie tuczone. Mięso zwierząt łownych niezwykle rzadko wywołuje uczulenia. Nie ma specjalnych ograniczeń w spożywaniu dziczyzny. Istnieje niewielkie ryzyko zarażenia włośnicą, dlatego powinny na nią uważać kobiety w ciąży. Wystarczy unikać wyrobów mięsnych nieznanego pochodzenia oraz przestrzegać odpowiedniej procedury obróbki termicznej mięsa.

PIECZONY BAŻANT

Źródło: www.lowiecki.pl

zaczepnięte z przepisów Grzegorza Russaka

Sposób przygotowania:

Bażant wymaga dużo więcej zachodu niż inne ptactwo, gdyż ma bardzo chude mięso. Tuszka bażanta powinna rozpoczynać swoją drogę na stół w bejcy warzywnej, którą robi się z drobno tarkowanej włoszczyzny (marchew, seler, pietruszka, por) z dodatkiem jałowca i rozmarynu. Do bejcy dodajemy olej, wino czerwone, niektórzy zamiast wina dodają ocet winny, szczególnie wtedy, kiedy bażant będzie podawany w sosach śmietanowych. Bejcę się soli i pieprzy, i wyciska do niej dobrze umyte cytryny, które pokrojone, dodaje się do warzyw. Bażanta najlepiej bejcować w kamiennym lub glinianym naczyniu, które wkładamy do lodówki nie krócej jednak niż na dwa dni. Tuszki po wyjęciu z bejcy, przed pieczeniem bardzo dokładnie bardujemy, tzn. zawijamy tak szczelnie w cienkie plasterki słoninki, aby bażanta nie było widać. Słoninę łatwiej pokroić na takie płyty, jeśli ją wcześniej podmrozimy. Mocujemy na tuszce, okręcając pieczę kilkakrotnie nitką. Bażanta do pieczenia można owinąć

folią aluminiową lub inną, przeznaczoną do pieczenia. Pieczemy bażanta do miękkości (starsze dłużej, a młode krócej), często podlewając. Gdy mięso jest zafoliowane, tuszkę rozwijamy z folii, zsuwamy bardo i kolorujemy, posypując lekko cukrem. Należy robić to z dużym wyczuciem, żeby nie przesuszyć pieczeni. Tuszki po schłodzeniu luzujemy, czyli najpierw przecinamy na pół wzdłuż mostka i od środka wyjmujemy kości. Sos mięsny z pieczeni miksujemy i zachowujemy. Najsmaczniejszy jest bażant podawany na grzance, ale równie smaczny jest przyrządzany w sosie śmietanowym. Grzankę wykrawamy z miękiszu dużej bułki. Powinna ona zmieścić pół tuszki. Bułkę, umoczoną w mleku lub nie, smażymy do złotego koloru na patelni lub na głębokim tłuszczu we frytkownicy. Grzankę smarujemy pasztetem z zająca i na niej układamy pół wyluzowanej tuszki, którą odsmażamy na maśle i taką kompozycję polewamy sosem zrobionym na bazie sosu z pieczeni, z żurawiną lub galaretką z czerwonej porzeczki, wiążąc ciemną zasmażką.

GULASZ Z DZIKA I SARNY

Przepis: ks. Przemysław Kubiak

Składniki:

- 1/2 kg mięsa z sarny
- 1/2 kg mięsa z dzika
- 2 łyżki mąki
- 2 cebule
- 1 surowa papryka
- kilka suszonych śliwek i grzybów
- 1 mały koncentrat pomidorowy
- przyprawy: Fix gulaszowy Knorr, maggi w płynie, papryka, majeranek, delikat czerwony, czosnek granulowany, liście laurowe, ziele angielskie, Vegeta


Sposób przyrządzenia:

Mięso pokroić w kostkę, posypać vegetą, pieprzem, papryką, majerankiem, czosnkiem granulowanym, czerwonym delikatem i 2 łyżkami mąki. Roztopić smalec, najlepiej z dzika, w garnku, włożyć mięso i podsmażyć, dodać wody,

2 cebule pokrojone w plasterki, pół papryki surowej, liście laurowe, kilka suszonych grzybków, kilka suszonych śliwek, ziele angielskie. Gdy mięso będzie miękkie, dodać 2 łyżeczki pasty pomidorowej oraz fix do gulaszy najlepiej knorra oraz trochę maggi w płynie do smaku.

DZIKIE PIEROGI Z PIECA „'ALA SUS SCROFA'”


Składniki na ok. 30 sztuk

Pierogowe ciasto drożdżowe:

- 500 g mąki pszennej
- 2 jaja
- 50 g masła (roztopionego)
- 1/2 łyżeczki cukru
- 1 łyżeczka soli
- 1 szklanka mleka
- 30 g świeżych drożdży
- 1 jajko rozbełtane (do posmarowania powierzchni pierogów)

Farsz:

- 1,30 kg drobnego mięsa z dzika, bez kości,
- 10 dag cebuli,
- ok. 2-4 ząbki polskiego czosnku
- szczypta soli i pieprzu
- majeranek (2-4 duże łyżki stołowe)
- 2-3 szczypty jałowca (mogą być inne przyprawy)
- 2-3 aromatyczne grzyby suszone.

Sposób przyrządzenia:

Przygotowane wcześniej mięso bez kości kroimy na mniejsze kawałki, dusimy na patelni po dodaniu oleju (alternatywą jest ugotowanie mięsa wraz z przyprawami). Grzyby namaczamy i pozostawiamy na czas naciągnięcia wody. Cebulę kroimy w drobną kostkę i wraz z grzybami dodajemy na patelnię do mięsa. Tak uduszone mięso pozostawiamy do ostudzenia. W tym czasie przygotowujemy ciasto drożdżowe. Drożdże rozpuszczamy w niewielkiej ilości (1-2 łyżki) ciepłego mleka. Do zaczynu dodajemy 1/2 łyżeczki cukru, łyżeczkę mąki i całość odstawiamy na pół godziny, aż pojawią się bąbelki. Przesiewamy mąkę do dużej miski, dodajemy do niej 2 jajka, pozostałą część mleka ze szklanki, wyrośnięty

zaczyn. Wyrabiamy ciasto do uzyskania miękkiej, gładkiej i lśniącej formy. Na zakończenie wyrabiania dodajemy masło. Formujemy z ciasta kulę, wkładamy do lekko naoliwionej miski, przykrywamy folią i odstawiamy do wyrośnięcia, aż podwoi swoją objętość.

Farsz mielimy w maszynce do mięsa, doprawiając solą, pieprzem, majerankiem i wyciśniętymi ząbkami czosnku. Odstawiamy znów do wzajemnego przeniknięcia się składników. W celu uzyskania lepszego rezultatu mięso można przygotować dzień wcześniej, pozostawiając je w lodówce w zamkniętym szczelnie pojemniku.

Wyrośnięte ciasto dzielimy na porcje i wałkujemy na ok. 3 mm grubości (drożdże spowodują jeszcze jego

wyrośnięcie). Szklanką lub foremką wykrawamy równe krążki. Na nich następnie dużą łyżką kładziemy porcje farszu zalepiając starannie brzozy pierogów. Dla lepszego efektu czynność tę można wykonać przy pomocy zwykłego widelca (wówczas powstaje charakterystyczny wzór na krawędzi pieroga). Pod koniec formowania pierogów nakładamy je, aby mogły podczas wypiekania swobodnie oddychać. Surowe pierożki układamy partiami na blaszce do pieczenia, smarujemy roztrzepanym jajkiem i pieczemy przez ok. 25 minut (do zrumienienia) w temp. 180 st. C. Pierogi podajemy lekko ostudzone, najlepiej z ostrymi sałatkami, surówkami lub sosem czosnkowym. Mogą też być dodatkiem do czystych zup. Smacznego!

Przygotował: WoJak