

JĘZYK POLSKI DLA OBCOKRAJOWCÓW (A2+)



KUCHNIA POLSKA

PRZEPISY

ze słowniczkiem

POLISH CUISINE

RECIPES

with a glossary

POLSKI NA WYNOŚ



• Nalewki owocowe • Fruit liqueurs	163
• Krupnik • Honey and spice liqueur	165

DODATKI • ACCOMPANIMENTS

• Wywar warzywny • Vegetable stock	169
• Wywar grzybowy • Mushroom stock	171
• Wywar buraczany • Beetroot stock	173
• Zakwas z buraków • Beetroot kvass	175
• Żur • Sour rye starter	177
• Ogórki kiszone • Dill pickles	179
• Kapusta kiszona • Sauerkraut	181
• Mizeria • Cucumber salad with sour cream and dill	183
• Surówka z pora • Leek salad	185
• Surówka z marchewki • Carrot salad	187
• Surówka z selera • Celeriac salad	189
• Surówka z białej kapusty • White cabbage salad	191
• Sałata wiosenna • Spring lettuce salad	193
• Marchewka z groszkiem • Carrots and peas	195
• Buraczki z jabłkiem • Beetroot with apple	197
• Czerwona kapusta • Braised red cabbage	199
• Gotowane ziemniaki • Boiled potatoes	201
• Sos tatarski • Tartare sauce	203
• Dodatki do mięs • Accompaniments for meat dishes	205

• Uszka z grzybami • Mushroom-filled “little ears” (dumplings)	207
• Kluski śląskie • Silesian potato dumplings	209
• Farsz z kapusty • Cabbage filling	211
• Zsiadłe mleko • Soured milk	213
• Twaróg • Curd cheese (quark)	215
• Lukier do ciast i ciastek • Icing for cakes and biscuits	217
• Lukier do pierników • Icing for gingerbread	219
• Polewa czekoladowa • Chocolate glaze	221
• Budyń waniliowy • Vanilla custard	223
• Kisiel • Fruit starch pudding	225
• Masa makowa • Poppy seed filling	227
• Kutia • Ceremonial grain dish	229

SŁOWNICTWO • VOCABULARY

• Ćwiczenia • Exercises	232
• Słowniczek A–Z • Glossary A–Z	246
• Klucz do ćwiczeń • Answer key	270

TABLICE GRAMATYCZNE • GRAMMAR TABLES

• Deklinacja rzeczownika i przymiotnika • Declension of nouns and adjectives	274
• Przyimki (i inne) • Prepositions (and other words)	275
• Zaimki osobowe • Personal pronouns	276
• Koniugacje (przykłady) • Conjugation patterns (examples)	276
• Numery • Numbers	277



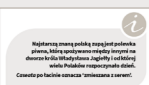
JAK KORZYSTAĆ Z KSIĄŻKI • HOW TO USE THIS BOOK

CHLEB Z TWAROGIEM I Z MIODEM

1. Posmarować • kromkę • chlebem • masłem.
2. Pokroić • plaster • twarogu • na • kładki • i • posmarować • łyżką • miodu.
3. Podlać • • kawa.

Przepisy zostały podzielone na sześć kategorii: śniadania, obiady, kolacje, ciasta i ciasteczka, napoje oraz dodatki.

The recipes are divided into six categories: breakfasts, lunches, dinners, cakes and biscuits, drinks, and accompaniments.



Pod niektórymi przepisami znajdują się dodatkowe informacje dotyczące potraw i produktów.

Some recipes are accompanied by additional information about the dishes and ingredients.

WARZYWA I GRZYBY | Vegetables and mushrooms

A. Słownictwo | Vocabulary

Tematyczne słowniczki obrazkowe – s. 232.

Thematic picture glossaries – p. 232.

- Marchewki i pietruszki nie obrać, lecz _____.
- Natkę pietruszki i koperek drobno _____.
- _____ głąb z kapusty.
- _____ kawałek od całości.

Minićwiczenia do słowniczków obrazkowych.

Short practice exercises for the picture glossaries.

	POLSKI (PL)	ANGIELSKI (EN)
A	a	and
1.	jabłko	apple
2.	agrest	gooseberry
3.	alkohol	alcohol
4.	angielski	English
5.	Anglia	England
6.	aromat	aroma
7.	warstwa	weather

Alfabetyczny słowniczek polsko-angielski – s. 246.

Alphabetical Polish-English glossary – p. 246.

KLUCZ DO ĆWICZEŃ | Answer key

1. 232 Podstawowe czynności w kuchni

10. myć	11. myć	12. myć
13. myć	14. myć	15. myć
16. myć	17. myć	18. myć
19. myć	20. myć	21. myć
22. myć	23. myć	24. myć
25. myć	26. myć	27. myć
28. myć	29. myć	30. myć
31. myć	32. myć	33. myć
34. myć	35. myć	36. myć
37. myć	38. myć	39. myć
40. myć	41. myć	42. myć
43. myć	44. myć	45. myć
46. myć	47. myć	48. myć
49. myć	50. myć	51. myć
52. myć	53. myć	54. myć
55. myć	56. myć	57. myć
58. myć	59. myć	60. myć
61. myć	62. myć	63. myć
64. myć	65. myć	66. myć
67. myć	68. myć	69. myć
70. myć	71. myć	72. myć
73. myć	74. myć	75. myć
76. myć	77. myć	78. myć
79. myć	80. myć	81. myć
82. myć	83. myć	84. myć
85. myć	86. myć	87. myć
88. myć	89. myć	90. myć
91. myć	92. myć	93. myć
94. myć	95. myć	96. myć
97. myć	98. myć	99. myć
100. myć	101. myć	102. myć

Klucz do ćwiczeń – s. 270.

Answer key – p. 270.

KONIUGACJE (PRZYKŁADY) | Conjugations (examples)

	1 (I, -m)	2 (Ty, -sz)	3 (On, -ci)	4 (My, -my)	5 (Wy, -cie)	6 (Oni, -ą)
1. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
2. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
3. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
4. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
5. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
6. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
7. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
8. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
9. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
10. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
11. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
12. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
13. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
14. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
15. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
16. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
17. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
18. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
19. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
20. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
21. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
22. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
23. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
24. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
25. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
26. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
27. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
28. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
29. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
30. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
31. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
32. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
33. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
34. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
35. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
36. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
37. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
38. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
39. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
40. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
41. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
42. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
43. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
44. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
45. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
46. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
47. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
48. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
49. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
50. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
51. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
52. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
53. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
54. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
55. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
56. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
57. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
58. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
59. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
60. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
61. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
62. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
63. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
64. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
65. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
66. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
67. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
68. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
69. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
70. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
71. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
72. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
73. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
74. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
75. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
76. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
77. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
78. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
79. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
80. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
81. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
82. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
83. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
84. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
85. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
86. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
87. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
88. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
89. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
90. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
91. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
92. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
93. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
94. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
95. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
96. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
97. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
98. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
99. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją
100. myć	myję	myjesz	myje	myjemy	myjecie	myją

Wybór tablic gramatycznych, w tym deklinacja rzeczowników i przymiotników (wybrane przypadki gramatyczne używane w przepisach kulinarnych), s. 274.

A selection of grammar tables, including noun and adjective declension (selected grammatical cases used in cookery recipes), p. 274.



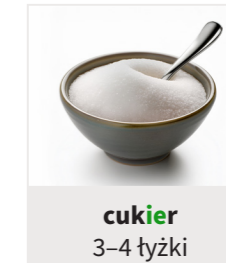
Dodatkowe ćwiczenia interaktywne:

Additional interactive exercises:

www.polskinawynos.com/kuchnia-polska/



PIEROGI Z JAGODAMI



• • • NADZIENIE (FARSZ)

1. Wymieszać **jagody** z **cukrem**.



• • • CIASTO PIEROGOWE

1. Uformować **piramidę** z **mąki** i zrobić **dziurę** w **środku**.
2. Stopniowo dodawać **ciepłą wodę** i mieszać **widelcem**, a potem zagnieść **luźne ciasto**. Uformować **kulę**.
3. **Ciasto** odcinać po **kawałku** i cienko rozwałkować.
4. Wycinać **kółka** i na **środku** układać **nadzienie**, (**fotografia** w **rogu** ↷). Zlepić **brzegi**.
5. Zagotować **wodę**, osolić i dodać **łyżkę** **oleju**.
6. **Pierogi** wkładać **partiami** do **wrzącej wody** i gotować tak długo, aż wypłyną na **wierzch**.
7. Wyłożyć na **talerze** **łyżką cedzakową**.
8. Można podać ze **śmietaną** (opcjonalnie) i z **cukrem**.



4 porcje

Czas wykonania: 2 godziny

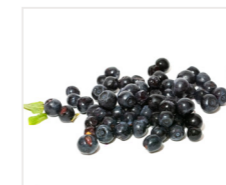




KOKTAJL ZE ZSIADŁEGO MLEKA Z JAGODAMI



zsiadłe mleko
2 szklanki, **s.213**



jagody
½ szklanki



cukier
2 łyżki



blender



szklanka

• • •

1. Sztodzić **zsiadłe mleko**.
2. Umyć **jagody**.
3. Zmiksować **jagody** w **blenderze**.
4. Dodać **zsiadłe mleko** i **cukier**, ponownie zmiksować.
5. Przełać **koktajl** do **szklanek**.
6. Podawać schłodzony.

2 koktajle

Czas wykonania: 10 minut



Smak dzieciństwa pokolenia czasów PRL.
To tradycyjny polski shake. Zamiast jagód można dodać inne owoce sezonowe: maliny, truskawki.

	POLSKI (PL)	ANGIELSKI (EN)
1451.	zgodnie z	according to / in accordance with
1452.	zgrzewka	shrink pack / multipack
1453.	ziarenko	grain / seed (small)
1454.	ziarno	grain / seed
1455.	ziele angielskie	allspice
1456.	zielony	green
1457.	ziemia	earth / soil
1458.	ziemniak	potato
1459.	zima	winter
1460.	zimna woda	cold water
1461.	zimno	cold (noun/adv.)
1462.	zimny	cold (adj.)
1463.	zioło / zioła	herb / herbs
1464.	zjeść → jeść	(perf.) to eat
1465.	zlepiać / zlepicić	to stick together
1466.	zlepić → zlepiać	(perf.) to stick together
1467.	zlewozmywak	sink
1468.	złocisty	golden
1469.	złotobrązowy	golden brown
1470.	złoty	golden
1471.	złoty kolor	golden colour
1472.	złożyć → składać	(perf.) to fold / to put together
1473.	zmarły	deceased
1474.	zmielić → mielić	(perf.) to grind
1475.	zmielony	ground
1476.	zmieszać → mieszać	(perf.) to mix
1477.	zmięknąć → mięknać	(perf.) to soften
1478.	zmiksować → miksować	(perf.) to mix / to blend
1479.	zmniejszać / zmniejszyć	to reduce
1480.	zmniejszyć → zmniejszać	(perf.) to reduce
1481.	zmniejszyć ogień	to reduce the heat
1482.	zmywarka	dishwasher
1483.	zostawiać / zostawić	to leave
1484.	zostawić → zostawiać	(perf.) to leave
1485.	zrazy	roulades (stuffed meat rolls)

Ż

	POLSKI (PL)	ANGIELSKI (EN)
1486.	zrobić → robić	(perf.) to make
1487.	zrolować → rolować	(perf.) to roll
1488.	zrumienić → zarumieniać	(perf.) to brown
1489.	zsiadłe mleko	sour milk / cultured milk
1490.	zsiadły	sour / curdled
1491.	zupa	soup
1492.	zupa grzybowa	mushroom soup
1493.	zupa ogórkowa	dill pickle soup
1494.	zupa piwna	beer soup
1495.	zupa wiśniowa	cherry soup
1496.	zwycięstwo	victory
1497.	że	that
1498.	żeby	so that / in order to / to
1499.	żelatyna	gelatine
1500.	żołądek	stomach
1501.	żółtko	egg yolk
1502.	żółty	yellow
1503.	żurek	sour rye soup
1504.	życzenie	wish / request
1505.	żydowski	Jewish

	POLSKI (PL)	TWÓJ JĘZYK Your language
1506.		
1507.		
1508.		
1509.		
1510.		
1511.		
1512.		
1513.		
1514.		
1515.		
1516.		
1517.		
1518.		