

KLUB SZALONYCH PISARZY

BAJKOWO I KULINARNIE

**W KRAINIE
WYGASŁYCH WULKANÓW**



Koszalin 2025

© by Grupa Nieformalna „Klub Szalonych Pisarzy”

ISBN 978-83-68534-34-4

Wydanie pierwsze

Opracowanie, skład, projekt czwartej strony okładki:

Krystyna Wajda

Grafika i projekt tytułowej strony okładki

(w oparciu o pixabay i AI): Dariusz Paweł Trybuła

Ilustracje: Dariusz Paweł Trybuła – z wykorzystaniem AI

Wydawca: KryWaj Krystyna Wajda

75-453 Koszalin, ul. Śniadeckich 13A/2

e-mail: krywaj11@gmail.com

www.krywaj.pl tel. 660 115 819

Druk i oprawa: PRINT GROUP Sp. z o.o.

71-063 Szczecin, ul. Ks. Witolda 7-9

e-mail: info@printgroup.pl

tel./fax +48 91 886 22 60

nasze książki do nabycia na:

www.krywaj.pl/sklep

WSTĘP



Nasza Grupa Nieformalna „Klub Szalonych Pisarzy” pozyskała fundusze grantowe „Działaj Lokalnie” z „Działaj Lokalnie – Stowarzyszenie Kaczawskie” na realizację projektu pt. *Bajecznie, kreatywnie, integracyjnie w aktywnej inspiracji do wspólnej narracji podczas spotkań społeczności*. Projekt dotyczy działań dla dzieci, młodzieży i dorosłych z okolic Paszowic, Lipy i Bolkowa. Projekt realizowany w okresie od czerwca do grudnia 2025 r.

W ramach projektu zrealizowaliśmy:

1. Bajkowe czytanie na polanie

– wspólne czytanie bajek w plenerze. Odbędzie się też gra terenowa – poszukiwanie postaci z bajek.

2. Bajkowe spacerowanie po okolicy (park, las, wąwozy, itp.)

– dzięki tym spacerom będzie okazja do napisania autorskiej bajki o okolicy przez uczestników i członków grupy realizującej projekt, czyli „Klub Szalonych Pisarzy”. Bajka zostanie odczytana wspólnie przez członków grupy podczas imprezy kończącej projekt i umieszczona w wydanej broszurce.

3. Spotkanie pn. *O bajkach przy herbatce*

– *czyli kreatywne pisanie od kuchni.*

4. Spotkania z bajką w tle

– trzy spotkania mające na celu poznanie ciekawych bajek i próbę stworzenia do nich scenek.

5. Gry i zabawy z bajką w tle

– trzy spotkania, podczas których dzieci i młodzież będą mieli okazję bawić się w zabawy inspirowane bajkami. Dodatkowo będzie próba stworzenia 2-3 takich autorskich zabaw bajkowych, gry planszowej inspirowanej bajkami i opracowanie zasad bajkowych gier terenowych. Na zakończenie też turniej gier planszowych.

6. Kreatywne warsztaty

– warsztaty dla dzieci, młodzieży i dorosłych:

- Warsztaty artystyczne
 - Bajkowy las w słoiku, czyli kolorowe i bajkowe kompozycje w słoiku (w miesiącu wrześniu)

- Warsztaty artystyczne
 - Bajkowe kamienie marzeń (w miesiącu październiku)

- Warsztaty kulinarne
 - Bajkowe desery z Krainy Wygasłych Wulkanów (w miesiącu listopadzie)

7. Konkurs plastyczny dla przedszkolaków

– Wykonanie ilustracji do wybranych bajek. Wystawa pokonkursowa prac na imprezie kończącej projekt. Zostaną wręczone nagrody.

Wydanie dwóch książeczek/broszur

- pierwsza pt. *Bajecznie, kreatywnie, integracyjnie* z zebranymi gramami, zabawami bajkowymi i napisanymi bajkami,
- druga pt. *Bajkowo i kulinarnie w Krainie Wygasłych Wulkanów* z zebranymi przepisami i deserami oraz bajkowymi opowieściami i bajkowymi legendami z Krainy Wygasłych Wulkanów Gór i Pogórza Kaczawskiego.

9. Impreza kończąca projekt wraz z Dyskoteką Bajkową

- podsumowanie działań, dorobku projektowego. Wszystko z drobnym słodkim poczęstunkiem. Zostaną wręczone nagrody za konkursy oraz dyplomy i certyfikaty wdzięczności, odbędzie się bajkowa dyskoteka kostiumowa.

Podziękowania dla partnerów, którzy nas wspierali w działaniach:

- KGW Wiadrów – Koło Gospodyń Wiejskich „Koło na wesoło” w Wiadrowie,
- Koło Gospodyń Wiejskich „Aktywni Lipowianie” w Lipie,
- Biblioteka Publiczna w Paszowicach,
- Filia Biblioteki Publicznej w Sokolej,
- Biblioteka Publiczna Gminy i Miasta Bolków,
- Centrum Kultury w Paszowicach,
- Centrum Kulturalno-Biblioteczne Gminy Bolków.

W niniejszej broszurce na zakończenie projektu zamieszczamy przepisy na desery i ciasta, bajki i bajkowe legendy z Krainy Wygasłych Wulkanów, Gór i Pogórza Kaczawskiego.

*Dariusz Paweł Trybuła
Katarzyna Sitek*

BAJKOWO I KULINARNIE W KRAINIE WYGASŁYCH WULKANÓW



W sercu Dolnego Śląska, tam gdzie ziemia pamięta jeszcze oddech dawnych wulkanów, rodzi się smak wyjątkowy – naturalny, głęboki, prawdziwy. Kraina Wygasłych Wulkanów Gór i Pogórza Kaczawskiego to miejsce, gdzie czas płynie wolniej, a tradycje kulinarne splatają się z opowieściami o dawnych rzemieślnikach, zielarkach i pszczelarzach. To tutaj wiosną powietrze pachnie lawendą i miodem, latem dojrzewają słodkie czereśnie, maliny, a jesienią **drzewa w sadach** uginają się **pod ciężarem** jabłek, gruszek i śliwek.

Wędrując po tutejszych wzgórzach, można natknąć się na gospodarstwa, w których wciąż wyrabia się sery z mleka prosto od szczęśliwych krów, tłoczy soki z dawnych odmian owoców, **gotuje** kompoty z owoców, smaży powidła śliwkowe czy jabłkowe, robi konfitury i dżemy z owoców (truskawki, maliny, jagody, agrest, porzeczki, jabłka, gruszki, śliwki), praży orzechy włoskie i laskowe, a z kasztanów jadalnych powstają aromatyczne przysmaki. Tu każdy smak ma swoją historię – o rodzinach, które od pokoleń dbają o receptury, o ziemi, która hojnie karmi, i o naturze, która uczy cierpliwości.

Dawni kupcy i podróżnicy przywozili tu z dalekich krain zapachy Orientu – cynamon, imbir, kardamon, gałkę muszkatołową, wanilię, kakao i kawę. To dzięki nim tutejsze gospodynie wzbogacały swoje ciasta i desery o nuty ciepła i egzotyki. Wśród tradycyjnych wypieków pojawiały się aromaty migdałów, pistacji i kokosa, które do dziś nadają lokalnym słodkościom niepowtarzalny charakter.

Zapraszamy Cię w kulinarną podróż po Bajkowej Krainie Wygasłych Wulkanów, Gór i Pogórza Kaczawskiego – po smakach, które dojrzewają w słońcu, po aromatach, które opowiadają o tradycji, i o ludziach, którzy z pasją tworzą to, co najlepsze. Odkryj magię tutejszej kuchni – pełnej miodu, owoców, orzechów, serów, lawendy i opowieści, które smakują jak bajka.



CZĘŚĆ HISTORYCZNA

– OWOCE Z KRAINY WYGASŁYCH WULKANÓW



Kraina Wygasłych Wulkanów, rozciągająca się między Lipą, Wiadrowem, Paszowicami, Jaworem, Bolkowem, Złotoryją i Świerzawą, ma unikalny mikroklimat – ciepły, suchy, z glebami bogatymi w bazalt i tuf wulkaniczny. To właśnie te warunki sprawiły, że od stuleci uprawiano tu jabłonie, grusze, śliwy, mirabelki, maliny, wiśnie i czereśnie.

W dokumentach z XVIII i XIX wieku pojawiają się wzmianki o licznych sadach dworskich i chłopskich w dolinach Nysy Szalonej i jej dopływów. Z czasem powstały tu całe plantacje – szczególnie w okolicach Lipy, Mściwojowa, Wiadrowa i Kłaczyny. W okresie międzywojennym produkowano tu nawet soki i suszone owoce, które sprzedawano w Jaworze i Wrocławiu.

Po wojnie wielu nowych mieszkańców – przesiedleńców z Kresów i centralnej Polski – kontynuowało tę tradycję. Do dziś w okolicznych wsiach można spotkać stare odmiany drzew owocowych: papierówki, malinówki, kosztelki, renety, węgierki i mirabelki. Każde z nich to żywy pomnik tej ziemi – i świadectwo, że natura i człowiek potrafią razem tworzyć piękno.

NOTA KRAJOZNAWCZA



Wiadrów to malownicza wieś położona w południowo-zachodniej części województwa dolnośląskiego, między Jaworem a Bolkowem, w sercu Gór i Pogórza Kaczawskiego, znanych dziś jako Kraina Wygasłych Wulkanów. Okolica charakteryzuje się urozmaiconym krajobrazem: łagodnymi wzgórzami, wulkanicznymi stożkami, dolinami rzeki Nysy Szalonej, licznymi łąkami, lasami oraz sadami owocowymi.

Tutejsze gleby, bogate w minerały pochodzenia wulkanicznego (bazalty, tufy), sprzyjają uprawie jabłoni, grusz, śliw, czereśni i mirabelek. To właśnie dzięki nim owoce mają wyjątkowy smak i aromat – często opisywany jako „pełny i mineralny”.

Od wieków mieszkańcy tych terenów zajmowali się sadownictwem, a jabłka z doliny Wiadrowa trafiały na stoły w Jaworze, Bolkowie, Świerzawie i Legnicy. Dziś tradycja ta wraca w nowej formie: małych gospodarstw ekologicznych, tłoczni soków, warsztatów kulinarnych i festynów lokalnych plonów.

Wśród wzgórz wciąż rosną stare odmiany drzew – kosztelki, malinówki, papierówki, renety, antonówki i węgierki – często liczące ponad 80 lat. Ich owoce, przetwory i historie tworzą naturalne dziedzictwo Dolnego Śląska, którego symbolem stało się właśnie jabłko z Wiadrowa.

BAJKOWE KACZAWSKIE

W krainie pól i łąk rozkwita sen zielony,
Wiatr pachnie miętą i tymiankiem.
Po wzgórzach mgła się **ścieli** jak bajkowy całun,
A stare góry śnią o dawnych królach z dawnych lat i balów.

Tu zioła śpiewają w dłoniach zielarek,
Lawenda faluje w purpurze i czarach.
Wrzosa jak iskry płoną pod niebem,
A pszczoły niosą złoto – miody dla ludności.

Na wzgórzu Radogost stoi wieża z kamienia,
Z niej spojrzysz w doliny – pełne marzenia.
Tam zamki w Lipie, Świnach, Bolkowie czuwają,
I Grodziec królewski w chmurach się skrywa,
w legendach kołysany.

Pałac w **Wiadrowie** szepce o dawnych biesiadach,
A śmiech dzieci miesza się z echem w sadach.
Jabłka i gruszki lśnią w rosie porannej,
Śliwki dojrzewają w ciszy wieczornej.

Salamandra plamista błyska jak klejnot w mchu,
Wąwozy Lipa, Siedmicki, Myśliborski ze snu oddechu słyną.
Na Polanie Pustelnika wiatr nuci legendę,
O królewiczu, co szukał księżniczki w lawendzie.

Tu dorosły w dziecko przemienia się łatwo,
Bo w Górach Kaczawskich bajka trwa naprawdę.
Wygaste Wulkany śpią w miękkim świetle księżycy,
A nad nimi gwiazda jak orzech w dłoni zachwyca.

Niech przyjdzie, kto pragnie spokoju i czaru,
A serce zapłonie od górskiego żaru.
Bo tu, gdzie wrzos kwitnie, a pszczoła gra w sadzie,
Bajkowe Kaczawskie trwać będzie **zawsze**.



BAJKOWA LEGENDA – opis zagadnienia



Bajkowa legenda to utwór literacki łączący cechy bajki, legendy i klechdy. Jest to opowieść, która ma charakter fantastyczny, moralizatorski i często wyjaśnia pochodzenie jakiegoś miejsca, zwyczaju lub zjawiska.

Bajkowa legenda ma więc potrójny cel:

- rozbawić i zaciekawić (jak bajka),
- przekazać wiedzę lub wyjaśnić coś (jak legenda),
- zaciekawić historią, która może być nawet trochę zmyślona (jak klechda).

Cechy bajkowej legendy:

1. Elementy fantastyczne – mówiące zwierzęta, czary, niezwykle postacie (wróżki, smoki, królowie).
2. Morał – podobnie jak w bajce, zawiera przesłanie o dobru, sprawiedliwości, odwadze czy uczciwości.
3. Motyw genezy – jak w legendzie, tłumaczy powstanie czegoś (np. nazwy miasta, góry, jeziora, itp.).
4. Styl opowieści – prosty, baśniowy, często zaczyna się słowami *Dawno, dawno temu...*
5. Postacie symboliczne – dobro i zło są wyraźnie oddzielone.

Przykład:

Dawno temu w małej wiosce pod Górami Kaczawskimi żył odważny pasterz. Gdy smok zagrażał ludziom, chłopiec z pomocą wróżki pokonał potwora, a w miejscu, gdzie spadła jego łza, wytrysnęło źródło – tak powstał cudowny strumień, który nazwano Nysą.

Elementy legendarne:

- nawiązanie do konkretnego miejsca lub wydarzenia historycznego,
- próba wyjaśnienia genezy nazw geograficznych lub lokalnych tradycji,
- występowanie postaci ludowych lub bohaterów związanych z danym regionem,
- mieszanie prawdopodobnych wydarzeń z elementami fantastyki.

Budowa bajkowej legendy

– zazwyczaj ma prostą kompozycję:

1. Wstęp – przedstawienie miejsca i bohaterów; wprowadzenie do świata opowieści.
2. Rozwinięcie – **pojawienie się problemu** lub **zagrożenia** (np. smok, czar, konflikt).
3. Zakończenie – rozwiązanie problemu, morał lub wyjaśnienie powstania czegoś (np. nazwy miasta).

Tematyka – bajkowe legendy często dotyczą:

- powstania miast, rzek, gór, jezior,
- bohaterów ludowych, którzy zasłużyli się dla swojej społeczności,
- sił natury i ich symbolicznego znaczenia,
- wartości moralnych – odwagi, dobra, uczciwości, przyjaźni, poświęcenia.

Funkcja – bajkowa legenda pełni kilka funkcji:

- wyjaśniającą – tłumaczy pochodzenie nazw lub zjawisk,
- moralizującą – przekazuje naukę o właściwym postępowaniu,
- rozrywkową – bawi i pobudza wyobraźnię,
- poznawczą – pozwala poznać tradycje, wierzenia i kulturę regionu.

Podobieństwa i różnice między legendą a klechdą

Legenda i klechda – to dwa gatunki literatury ludowej, które mają ze sobą wiele wspólnego, ponieważ obie należą do opowieści przekazywanych ustnie i zawierają elementy fantastyczne. Różnią się jednak swoim charakterem, celem i stopniem prawdopodobieństwa przedstawionych wydarzeń.

Legenda – ma zwykle związek z rzeczywistością – opiera się na prawdziwych wydarzeniach lub postaciach historycznych, które z czasem zostały wzbogacone o elementy cudowne i fantastyczne. Często wyjaśnia pochodzenie nazw miejscowości, rzek, gór albo opowiada o życiu świętych, władców czy bohaterów narodowych. W legendach akcja toczy się w realnym miejscu, a utwór ma poważniejszy ton i moralne przesłanie. Ich celem jest nie tylko zaciekawienie słuchacza, ale również przekazanie wartości i tradycji.

Klechda – jest opowieścią całkowicie fantastyczną i zmyśloną. Nie ma oparcia w historii ani w rzeczywistych postaciach. Przedstawia świat magii, czarów, duchów i niezwykłych stworzeń, a jej głównym zadaniem jest zadziwić, bawić i przekazać ludową mądrość. Klechdy często tłumaczą zjawiska przyrody lub przedstawiają wierzenia i wyobrażenia dawnych ludzi. Mają bardziej baśniowy charakter, a ich ton jest lżejszy i mniej poważny niż w legendach.

Podsumowanie

Legenda łączy prawdę z fantazją, natomiast klechda jest czystą fikcją ludową, pełną cudownych i magicznych motywów.

I. DESERY Z KRAINY WYGASŁYCH WULKANÓW



1. Wulkanowa lawa czekoladowa

(inspiracja: wnętrze wulkanu – gorąca lawa i czarne skały bazaltowe)

Składniki

100 g gorzkiej czekolady, 100 g masła, 2 jajka,
2 łyżki cukru, 2 łyżki mąki, szczypta soli,
opcjonalnie: gałka lodów waniliowych.

Przygotowanie

Rozpuść masło i czekoladę w kąpieli wodnej. W osobnej misce ubij jajka z cukrem. Połącz masy, dodaj mąkę i szczyptę soli. Przelej do foremek, piecz ok. 8-10 min. w temp. 200°C (środek ma pozostać płynny). Podaj z lodami – jak chłodny popiół i gorąca lawa.

2. Leśne Jezioro Mszaków

(inspiracja: leśne jeziora i wulkany porośnięte mchami)

Składniki

2 galaretki agrestowe (zielone), bita śmietana,
owoce leśne: jagody, borówki, maliny.

Przygotowanie

Przygotuj galaretkę w 4 szklankach wody i wlej ją do większych pucharków lub szklanek. Gdy zacznie tężeć, wrzuć owoce (będą „pływać” jak w jeziorku). Na wierzchu dodaj chmurkę z bitej śmietany.

3. Chmury nad Wulkanem Ostrzycą

(inspiracja: charakterystyczna góra Ostrzyca Proboszczowicka – zwana „Śląską Fudzijamą”)

S k ł a d n i k i

Biskopt lub muffinki (podstawa wulkanu), bita śmietana, owoce (np. truskawki lub porzeczki), sos malinowy.

P r z y g o t o w a n i e

Na talerzyku uformuj „góre” z muffinek. Na szczycie zrób krater z sosu malinowego (la**w**a). Udekoruj bitą śmietaną jako chmurkami nad górą.

4. Popiół wulkaniczny z waniliowym niebem

(inspiracja: pyły i popioły z wygasłych wulkanów nad błękitnym niebem)

S k ł a d n i k i

Jogurt waniliowy lub lody, pokruszone ciastka Oreo lub pierniczki, borówki.

P r z y g o t o w a n i e

W pucharku ułóż warstwy: jogurt – pokruszone ciastka – owoce. Na wierzchu posyp „popiołem” z ciastek i udekoruj borówkami. Jedz łyżką – jak odkrywca wulkanicznych warstw ziemi!

5. Kaczawski deser jabłkowo-cynamonowy z miodem

S k ł a d n i k i

(na ok. 12 porcji)

Warstwa jabłkowa

8 średnich jabłek (najlepiej kwaśne, np. szara reneta, antonówka lub ligol), 2 łyżki masła, 4–6 łyżek miodu (najlepiej lipowy lub gryczany z regionu Kaczawskiego), 2 łyżeczki cynamonu, szczypta gałki muszkatołowej, kilka kropel soku z cytryny.

Masa kremowa

500 g serka mascarpone, 400 ml śmietanki 30%, 4 żółtka, 4 łyżki miodu, 2 łyżeczki ekstraktu waniliowego lub ziarenka z ½ laski wanilii.

Warstwa biszkoptowa

400 g biszkoptów podłużnych (ladyfingers), 300 ml mocnej herbaty z miodem i cynamonem lub lekkiego cydru jabłkowego, 2 łyżeczki cynamonu.

Do dekoracji

Starty piernik, wiórki czekoladowe lub cynamon, plasterki suszonych jabłek lub kruszone orzechy włoskie.

P r z y g o t o w a n i e

Warstwa jabłkowa

Jabłka obierz, pokrój w kostkę. Na patelni rozgrzej masło, dodaj jabłka, miód, przyprawy i sok z cytryny. Duś na małym ogniu 10-15 minut, aż jabłka zmiękną, ale się nie rozpadną. Odstaw do przestudzenia.

Krem miodowo-waniliowy

Żółtka ubij z miodem na jasną, puszystą masę. Dodaj mascarpone i delikatnie połącz. W osobnej misce ubij śmietankę na sztywno, a następnie wmieszaj do kremu. Wstaw do lodówki na 15 minut, by lekko stężał.

Warstwa biszkoptowa

Wymieszaj herbatę (lub cydr) z miodem i cynamonem. Biszkopty zanurzaj krótko w płynie (dosłownie 1-2 sekundy, żeby nie nasiąkły zbyt mocno).

Układanie deseru w pucharkach lub prostokątnej formie

Warstwa biszkoptów, warstwa jabłek, warstwa kremu. Powtórz, aż do wypełnienia naczynia lub pucharków. Zakończ kremem.

Chłodzenie

Wstaw deser do lodówki na minimum 4 godziny (najlepiej na noc).

Podanie

Posyp cynamonem, startym piernikiem lub kruszonymi orzechami, udekoruj suszonym jabłkiem i nitką miodu.

Wskazówki regionalne

Można użyć miodu wrzosowego lub lipowego z Gór Kaczawskich (doda wyjątkowego aromatu). Do herbaty można dodać odrobinę nalewki jabłkowej lub cydru z lokalnych sadów. Jeśli chcesz wersję „górską”, dodaj do kremu łyżkę śmietany koziej (dla delikatnej kwasowości).

BAJKOWA LEGENDA O ZŁOTYM ULU I JABŁKACH Z POPIOŁU



Dawno, dawno temu, kiedy wulkany Kaczawskie jeszcze oddychały ogniem, w dolinie pomiędzy Ostrzycą a Grodźcem mieszkała młoda zielarka imieniem Miodunka. Znała każdy kamień, każde źdźbło trawy i każdy pszczeli taniec. Mówiła, że pszczoły są duszami dawnych opiekunów gór, którzy pilnują, by ziemia była żyzna, a ludzie – dobrzy.

Pewnej jesieni, gdy słońce gasło w złotych dymach lasu, nad doliną zawisła mgła tak gęsta, że nikt nie mógł znaleźć drogi do swoich sadów. Jabłka gnęły pod drzewami, a pszczoły nie wracały do uli. Miodunka wiedziała, że to gniew starych wulkanów, które czuły, że ludzie zapomnieli o ich dawnym cieple i darach ziemi.

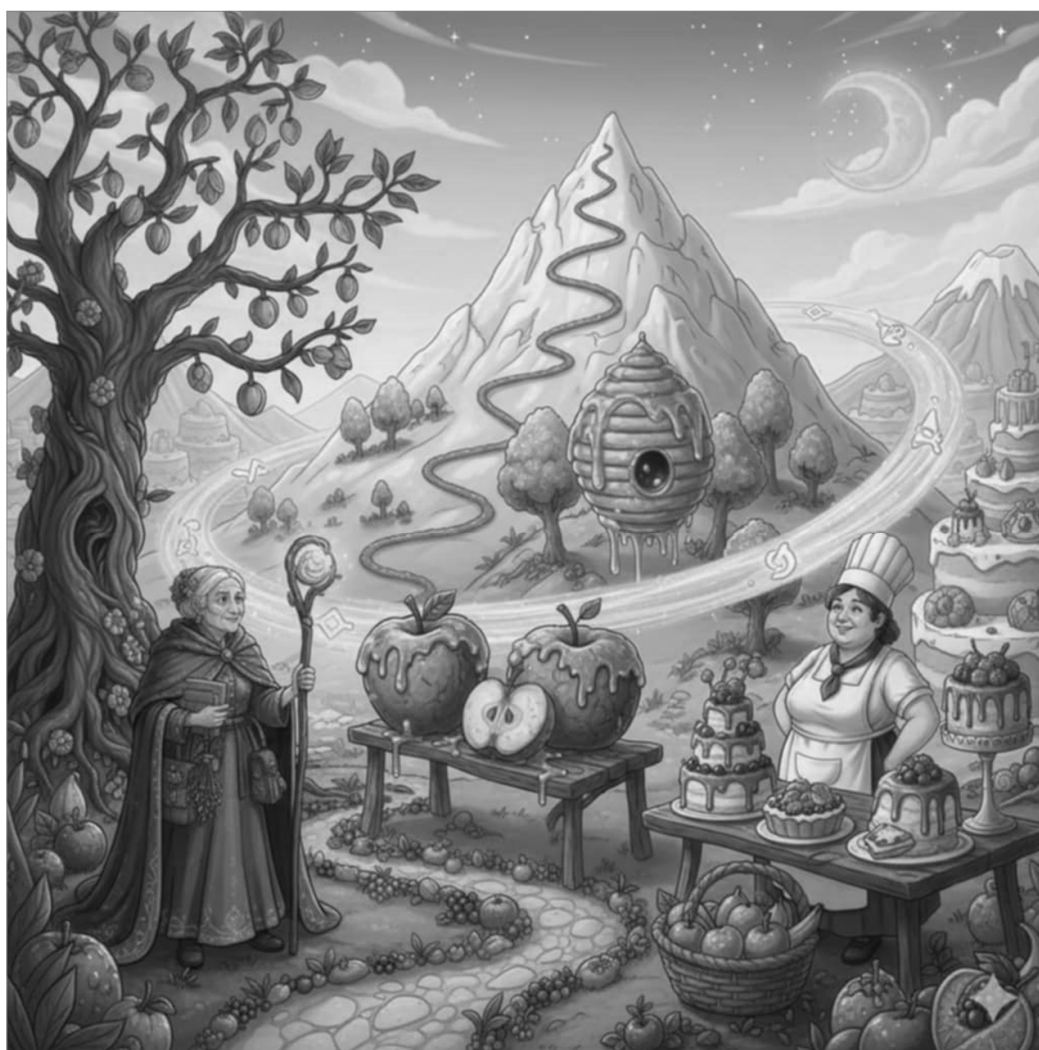
Wyruszyła więc nocą na szczyt Wilkołaka, niosąc w dłoniach ostatni słoik miodu z własnej pasieki. Wrzuciła go w krater i poprosiła, by wulkany przebaczyły ludziom. Wtedy ziemia zadrżała, a z popiołu wyrosło jedno drzewo – jabłoń o złotych owocach, pachnących cynamonem i miodem.

Miodunka zerwała kilka jabłek i przyniosła je do swojej chaty. Z nich, z miodu i śmietanki, którą dała jej sąsiadka pasterka, stworzyła słodki, lekki deser – warstwowy jak górska ziemia: złote jabłka, jasny krem i **ciasto** miękkie jak mgła. Dała go spróbować ludziom z wioski, a gdy tylko zjedli – mgła się rozwiała, pszczoły wróciły, a sady znów zakwitły.

Od tego czasu mówi się, że kto spróbuje Kaczawskiego deseru jabłkowo-cynamonowego z miodem, ten

poczucie w sobie ciepło dawnych wulkanów, słodycz pszczołego słońca, i spokój, jaki zna tylko ziemia, która kiedyś płonęła.

A gdzieś w dolinie, podobno do dziś, słychać pszczołę, która śpiewa: *Nie zapomnij o miodzie, nie zapomnij o ziemi – bo w słodyczy jest pamięć.*



6. Kaczawski deser gruszkowo-orzechowy z lawendą

Czas przygotowania: ok. 45 minut + 3 godziny chłodzenia

S k ł a d n i k i

(na 12-14 porcji)

Krem lawendowy z mascarpone

500 g serka mascarpone, 400 ml śmietanki 30%, 6 żółtek, 6 łyżek cukru trzcinowego, 2 łyżeczki suszonych kwiatów lawendy jadalnej lub 2-3 krople olejku lawendowego spożywczego, kilka kropli soku z cytryny, szczypta soli.

Warstwa gruszkowa

6 dojrzałych gruszek (najlepiej odmiana konferencja lub klapsa), 2 łyżki masła, 2 łyżki miodu, ½ łyżeczki cynamonu, 2 łyżki nalewki orzechowej lub gruszkowej (opcjonalnie).

Orzechowe espresso

150 ml mocnej kawy (espresso),
1 łyżka nalewki orzechowej lub syropu orzechowego,
1 łyżka cukru trzcinowego.

Dodatkowo

ok. 200 g podłużnych biszkoptów (savoardi),
50 g orzechów włoskich (prażonych i grubo posiekanych),
kakao do posypania, kilka kwiatów lawendy
lub plasterków gruszki do dekoracji.

P r z y g o t o w a n i e

Lawendowy krem

Podgrzej śmietankę z lawendą do lekkiego wrzenia, następnie odstaw na 10 minut, by się zaparzyła. Przefiltruj i ostudź. Utrzyj żółtka z cukrem i szczyptą soli na puszystą, jasną masę. Dodaj mascarpone, ubijaj na gładki krem. Wlej

zimną, zaparzoną śmietankę lawendową i ubij do momentu, aż krem stanie się puszysty i gęsty.

Gruszki karmelizowane

Gruszki obierz i pokrój w kostkę. Na patelni rozpuść masło, dodaj miód, cynamon i gruszki. Podsmaż 5-7 minut, aż będą złociste i miękkie. Dodaj nalewkę, jeśli używasz, i odstaw do ostudzenia.

Warstwowanie deseru

W miseczce połącz kawę z syropem lub nalewką orzechową. Zanurz biszkopty w kawie (krótko, by nie rozmiękły). Ułóż pierwszą warstwę biszkoptów w naczyniu (np. 20×20 cm). Rozłóż połowę kremu, następnie połowę gruszek i posyp orzechami. Powtórz warstwy: biszkopty → krem → gruszki → orzechy. Wyrównaj wierzch i oprósz kakao.

Chłodzenie i podanie

Odstaw deser do lodówki na minimum 3 godziny (najlepiej całą noc). Przed podaniem udekoruj kwiatami lawendy, płatkami gruszek i odrobiną prażonych orzechów.

Wskazówki regionalne

Jeśli chcesz nadać **deserowi** jeszcze bardziej „kaczawski” charakter, użyj lokalnych składników: miodu lipowego, orzechów z okolicznych sadów i świeżej lawendy z gospodarstwa zielarskiego. Można też dodać odrobinę twarogu sernikowego z lokalnej mleczarni, by uzyskać bardziej rustykalny smak.

Efekt

– deser kremowy, delikatnie kwiatowy, z nutą orzechowej głębi i słodyczą gruszek, pachnący dolnośląskim latem, ale idealny na jesienne wieczory.

BAJKOWA LEGENDA O KACZAWSKIM DESERZE – GRUSZKOWYM SERCU LAWENDOWEJ GÓRY



Dawno, dawno temu, gdy w dolinach Pogórza Kaczawskiego wciąż dymiły ostatnie wulkany, a kamienie pachniały ciepłem ziemi, w małej wiosce pod Górą Okole żyła zielarka imieniem Lavenna. Była znana z tego, że potrafiła „uspokoić duszę zapachem”, a jej ogród pełen był fioletowych kwiatów, grusz i **drzew** orzechowych.

Pewnego roku nastąpiła długa, chłodna jesień. Mgły spływały z gór jak srebrne wstęgi, a ludzie w dolinie zaczęli zapominać, jak smakuje ciepło i radość. Lavenna, widząc smutek sąsiadów, postanowiła stworzyć słodki eliksir szczęścia, który rozjaśni serca, zanim nadejdą zimowe noce. Wzięła więc gruszki z najstarszego drzewa w sadzie, orzechy ze zbocza Wilkołaka (góry, nie stworzenia) i lawendę z własnego ogrodu, która wciąż pachniała słońcem mimo chłodu. Zanurzyła biszkoptowe ciastka w kawie zaparzonej na źródlanej wodzie z serca wulkanu, a potem połączyła krem o smaku lawendy i gruszek, tworząc deser tak lekki, że – jak mówiono – mógł unieść się z dymem wulkanu prosto do nieba. Kiedy poczęstowała nim mieszkańców, mgła ustąpiła, a ludzie znowu zaczęli się uśmiechać. Od tamtej pory mawia się, że w każdej łyżce tego deseru ukryta jest odrobina światła z wnętrza góry i że kto spróbuje tego kaczawskiego deseru, ten nigdy nie zapomni zapachu lawendy o zmierzchu.

Niektórzy twierdzą nawet, że w szczególnie pogodną noc, gdy nad Pogórzem pachnie gruszkami, można usłyszeć szept Lavenny: *Niech słodycz budzi serca, jak wulkan ziemię...*

7. Lawendowy obłok z Wąwozu Myśliborskiego

(mus lawendowo-jagodowy na orzechowym spodzie)

S k ł a d n i k i

(na 6 porcji)

Spód

100 g orzechów laskowych (prażonych), 50 g płatków owsianych, 40 g miodu z lokalnej pasieki, 30 g masła.

Mus

250 g borówek lub jagód (świeżych lub mrożonych), 200 ml śmietanki 30%, 150 g białej czekolady, 1 łyżeczka suszonych kwiatów lawendy spożywczej, 2 łyżeczki żelatyny (lub 1,5 łyżeczki agar-agar dla wersji wege), 2 łyżki miodu, szczypta soli.

Dekoracja

Listki mięty, kilka świeżych jagód (opcjonalnie – brokat cukierniczy lub lawenda).

P r z y g o t o w a n i e

Spód

Zmiksuj orzechy z płatkami owsianymi. W rondelku rozpuść masło z miodem, połącz z suchą mieszanką i wymieszaj. Wyłóż spód szklanych pucharków cienką warstwą (ok. 1 cm). Włóż do lodówki na 20 minut.

Mus lawendowy

W małym rondelku podgrzej śmietankę z lawendą – nie zagotowuj. Odstaw na 10 minut, by przeszła aromatem, następnie przecedź. Dodaj białą czekoladę i miód, mieszaj do rozpuszczenia. Żelatynę namocz w 2 łyżkach zimnej

wody, rozpuść w ciepłej masie. Zblenduj jagody i wymieszaj z kremem. Przelej na orzechowy spód i schładzaj minimum 3 godziny.

Podanie

Ozdób jagodami, listkiem mięty i odrobiną brokatu cukierniczego. Najlepiej smakuje o poranku – jak mgła nad wąwozem.

8. Jabłko ze Złotego Lasu

(pieczone jabłka w złotej glazurze, nadziewane orzechowym musem na cieście orkiszowym)

S k ł a d n i k i

(na 4 porcje)

Ciasto orkiszowe

150 g mąki orkiszowej, 80 g masła,
1 łyżka cukru trzcinowego, 2 łyżki zimnej wody,
szczypta soli.

Nadzienie

4 duże jabłka (najlepiej szara reneta lub antonówka),
50 g orzechów włoskich, 2 łyżki miodu,
1 łyżeczka cynamonu, 1 łyżka masła, szczypta kardamonu.

Glazura

2 łyżki miodu, 1 łyżka masła, 1/2 łyżeczki kurkumy
(dla złotego koloru), opcjonalnie – szczypta jadalnego
brokatu cukierniczego.

Przygotowanie

Ciasto

Zagnieć wszystkie składniki do uzyskania gładkiej masy. Wstaw do lodówki na 30 minut. Rozwałkuj i wyłóż nim dno 4 małych foremek lub jedno duże naczynie.

Nadzienie

Odetnij górę jabłek i wydrąż środki. W rondelku rozpuść masło, dodaj miód, orzechy, cynamon i kardamon – podsmaż chwilę, aż zyskasz aromatyczną pastę. Wypełnij jabłka nadzieniem i przykryj „czapeczkami”.

Pieczenie

Ułóż jabłka na cieście, piecz 30-35 min w temp. 180°C. W **w tym czasie** przygotuj glazurę: rozpuść miód z masłem i kurkumą. Posmaruj jabłka gorącą glazurą, **zanim ostygną**.

Podanie

Posyp jadalnym brokatem spożywczym lub cukrem pudrem. Podaj z łyżką gęstej śmietany lub lodami waniliowymi.

9. Wulkaniczna słodycz Królowej Wilków

(czekoladowy fondant z płynnym wnętrzem, malinową lawą i nutą chili)

Składniki

(na 4 porcje)

Ciasto

100 g gorzkiej czekolady (70%), 80 g masła, 2 jajka,

1 żółtko, 50 g cukru trzcinowego, 30 g mąki pszennej, szczypta soli, szczypta chili lub pieprzu cayenne.

Malinowa lawa

100 g malin (świeżych lub mrożonych), 1 łyżka miodu, 1/2 łyżeczki soku z cytryny.

Do podania

Cukier puder, świeże maliny, odrobina jadalnego brokatu cukierniczego.

Przygotowanie

Malinowa lawa

W rondelku zagotuj maliny z miodem i cytryną, aż powstanie gęsty sos. Przetrzyj przez sitko, by pozbyć się pestek, i ostudź.

Fondant

W kąpieli wodnej rozpuść czekoladę z masłem. W misce ubij jajka z cukrem **do uzyskania** jasnej, puszystej masy. Połącz z czekoladą, dodaj mąkę, sól i chili. Wlej łyżkę masy do foremek, następnie łyżeczkę malinowego sosu, po czym przykryj resztą ciasta.

Pieczenie

Piecz 8-10 minut w temp. 200°C – środek ma pozostać płynny. Odstaw na minutę, wyjmij z foremek.

Podanie

Posyp cukrem pudrem, udekoruj malinami.

II. BAJKOWE CIASTA, SŁODKIE DESERY I BAJKOWE LEGENDY Z KRAINY WYGASŁYCH WULKANÓW



1. Kaczawski makowiec z gruszkami na kruchym cieście

Składniki

Kruche ciasto

400 g mąki pszennej (typ 450), 250 g masła lub margaryny, 120 g cukru pudru, 2 żółtka + 1 całe jajko, 1 łyżeczka proszku do pieczenia, szczypta soli, 1 łyżka kwaśnej śmietany (opcjonalnie, jeśli ciasto jest zbyt suche).

Masa makowa (domowa)

400 g maku (suchego, mielonego lub do zmielenia po sparzeniu), 250 ml mleka, 150 g miodu, 100 g cukru, 100 g masła, 100 g rodzynek, 100 g orzechów włoskich lub laskowych (posiekanych), 2 białka (ubite na pianę), 1 łyżeczka ekstraktu z migdałów lub rumu, skórka otarta z 1 cytryny, 1 łyżeczka cynamonu.

Dodatkowo

3-4 duże gruszki (twarde, np. konferencje lub lukasówki), 1 łyżka soku z cytryny, 1/2 łyżki cukru trzcinowego, 1 łyżeczka cynamonu, 1 łyżka miodu, 1 opakowanie galaretki o smaku cytrynowym.

Na wierzch

Cukier puder do posypania lub lukier cytrynowy.

Przygotowanie

Krucze ciasto

Z mąki, cukru pudru, soli i proszku do pieczenia zrób kruszonkę z zimnym masłem. Dodaj jajka i zagnieć szybko ciasto. Jeśli trzeba – dodaj łyżkę śmietany. Podziel ciasto na 2 części (2/3 na spód, 1/3 na wierzch). Ciasto zawiń w folię i włóż do lodówki na 30 minut do schłodzenia.

Masa makowa

Mak zalej gorącym mlekiem, gotuj kilka minut, następnie odsącz i zmiel (jeśli nie jest mielony). W rondlu rozpuść masło, dodaj miód, cukier, przyprawy, orzechy, rodzynki i skórkę cytrynową. Wymieszaj z makiem i lekko przestudź. Na koniec dodaj pianę ubitą z białek i delikatnie połącz.

Gruszki

Obierz, pokrój w plastry lub kostkę. Skrop sokiem z cytryny, posyp cukrem i cynamonem. Odstaw na kilka minut, by puściły lekki sok. Delikatnie podsmaż z 1 łyżką miodu i wsyp suchą galaretkę cytrynową.

Składanie ciasta

Blachę wyłóż papierem do pieczenia. Rozwałkuj większą część ciasta i wyłóż na spód, nakłuj widelcem. Podpiecz 10-12 minut w temp. 180°C (do lekkiego zarumienienia). Na podpieczony spód wyłóż warstwę gruszkową, a na nią masę makową, wyrównaj. Rozwałkuj pozostałe ciasto i przykryj wierzch (można zrobić kratkę lub pełną warstwę).

Pieczenie

Piecz w temp. 180°C przez 45-55 minut, aż wierzch będzie złocisty. Po wystudzeniu posyp cukrem pudrem lub polej lukrem cytrynowym.

Wskazówki

Jeśli chcesz, możesz dodać **cienką** warstwę konfitury z gruszek lub powideł śliwkowych między spodem a makiem (podbije smak). Ciasto najlepiej smakuje po 1-2 dniach, gdy mak i gruszki dobrze się „przegryzą”. Świetnie się mrozi.



BAJKOWA LEGENDA O MAKOWEJ KSIĘŻNICZCE Z KRAINY WYGASŁYCH WULKANÓW



Dawno, dawno temu, gdy jeszcze z głębi ziemi tliło się ciepło wygasłych wulkanów, w dolinie pod Ostrzycą Proboszczowicką żyła młoda dziewczyna imieniem Grusza. Mówiono, że miała oczy jak poranna rosa i włosy koloru dojrzewającego zboża. Była córką starego piekarza, który wypiekał chleb dla wszystkich w okolicy – od kowali z Wojcieszowa po pasterzy z Myślborza. Grusza znała się na ziołach, miodach i owocach, a jej największym sekretem była umiejętność słuchania ziemi. Często siadała na kamieniach, które kiedyś były gorące jak płomień, i przykładała do nich dłonie. Mówiła, że wtedy słyszy szept Matki Wulkanów – ducha, który czuwał nad całą Kaczawą.

Pewnego lata przyszła na dolinę wielka susza. Ziemia pękała, grusze nie chciały rodzić owoców, a mak na polach usychał, zanim zdążył zakwitnąć. Ludzie prosili bogów o deszcz, ale nikt ich nie słuchał. Tylko Grusza nie traciła nadziei.

Pewnej nocy, gdy niebo rozświetliła kometa, usłyszała spod góry **głos**:

– Dziecko Ziemi, upiecz ciasto, które połączy to, co słodkie i to, co kruche. Niech jego zapach obudzi serca wulkanów.

Dziewczyna wzięła więc ostatni worek mąki, odrobinę miodu, garść maku i kilka gruszek z uschniętego sadu. Zagniotła kruche ciasto, **rozwałkowała** i rozsmarowała **na** nim słodką masę z maku i miodu, a na wierzchu ułożyła cienkie plasterki gruszek. Kiedy wsunęła blachę do pieca, niebo zadrżało, a spod Ostrzycy **snuł** się ciepły, złoty dym

o zapachu wanilii i orzechów. Nad ranem spadł deszcz. Grusze znów zakwitły, maki rozwinęły purpurowe płatki, a ludzie ze zdumieniem odkryli, że ziemia pod stopami znów jest miękka i żyzna.

Od tej pory w każdym domu pod Kaczawskimi Górąmi pieczono Makowiec Kaczawski z gruszkami, wierząc, że jego zapach budzi dobre moce i przynosi urodzaj. Mówią starzy mieszkańcy, że jeśli upieczesz ten makowiec w noc spadających gwiazd i zostawisz kawałek na oknie – Matka Wulkanów odwiedzi Twój dom i **pobłogosławi spokojem, ciepłem i dostatkiem.**

Morał legendy

Z najprostszyc darów ziemi powstają cuda

– wystarczy odrobina wiary, serca i szczypta słodyczy.



2. Kaczawski orzechowiec z gruszkami i jabłkami

S k ł a d n i k i

Ciasto miodowe

500 g mąki pszennej, 200 g cukru pudru, 200 g masła (miękkiego), 3 łyżki miodu, 2 jajka, 2 łyżeczki sody oczyszczonej, 3 łyżki mleka, szczypta soli.

Nadzienie owocowe

4 duże jabłka (np. szara reneta, antonówka), 3 duże gruszki (np. konferencja, lukasówka), 2 łyżki cukru trzcinowego, 1 łyżeczka cynamonu, 1 łyżka soku z cytryny, 1 łyżka masła, 1 łyżka mąki ziemniaczanej.

Masa orzechowa:

200 g orzechów włoskich (grubo posiekanych), 100 g cukru, 100 g masła, 2 łyżki miodu, 2 łyżki mleka.

Krem grysikowy

750 ml mleka, 5 łyżek kaszy manny, 200 g masła (miękkiego), 100 g cukru pudru, 1 opakowanie cukru wanilinowego.

Przygotowanie

Ciasto miodowe

Masło utrzyj z cukrem, dodaj miód i jajka. Dodaj mąkę, sodę rozpuszczoną w mleku i szczyptę soli. Zagnieć gładkie ciasto, podziel na 2 części. Każdą część rozwałkuj na wymiar blachy (25×40 cm). Jeden placek upiecz osobno w temp. 180°C przez ok. 12-15 min (na złoto). Drugi placek piecz razem z warstwą orzechową (patrz poniżej).

Masa orzechowa

W rondelku rozpuść masło z cukrem, miodem i mlekiem. Dodaj orzechy, wymieszaj i gotuj 2-3 minuty, aż masa lekko zgęstnieje. Ciepłą masę rozsmaruj równomiernie na drugim, surowym placku ciasta. Piecz w temp. 180°C przez ok. 20 minut (aż masa orzechowa się skarmelizuje i zrumieni).

Nadzienie owocowe

Jabłka i gruszki obierz, pokrój w kostkę. Na patelni roztop masło, dodaj owoce, cukier, cynamon i sok z cytryny. Duś na małym ogniu 10 minut, aż zmiękną. Wsyp mąkę ziemniaczaną, wymieszaj – masa powinna lekko zgęstnieć. Odstaw do ostudzenia.

Krem grysikowy

Ugotuj kaszę manną na mleku, aż powstanie masa o **konsystencji gęstego budyniu**. Wystudź całkowicie. Masło utrzyj z cukrem pudrem i cukrem wanilinowym, po łyżce dodając wystudzoną kaszę. Krem powinien być puszysty i delikatny.

Składanie ciasta

Na spód połóż pierwszy (czysty) placek miodowy. Rozsmaruj połowę kremu grysikowego. Wyłóż warstwę owocową (jabłka z gruszkami). Przykryj drugą połową kremu. Na wierzch połóż placek z orzechową polewą (orzechami do góry). Dociśnij lekko i odstaw na 12 godzin w chłodne miejsce, by smaki się „przegryzły”.

Dekoracja (opcjonalnie)

Posyp delikatnie cukrem pudrem lub polej cienką strużką miodu. Można też dodać kilka orzechów w całości na wierzch dla ozdoby.

Smak i tekstura

To ciasto to połączenie miodowego, lekko karmelowego spodu, kremu o smaku wanilii i kaszy manny, aromatycznych owoców, oraz chrupiącej warstwy orzechowej. **Najsmaczniejsze** jest następnego dnia – wilgotne, pachnące i cudownie zrównoważone.



BAJKOWA LEGENDA O ŻŁOTYM ORZECHU I OWOCOWYM ZAKŁĘCIU



Dawno, dawno temu, w Dolinie Kaczawskiej, między wzgórzami pokrytymi mgłą i słońcem, mieszkała stara mistrzyni pieczenia o imieniu Babcia Kaczeńka. Jej kuchnia była miejscem, gdzie czas zwalniał, a zapachy mieszały się z magią – każdy bochenek chleba, każda szarlotka, miały moc spełniania małych marzeń.

Pewnego jesiennego wieczoru Babcia Kaczeńka znalazła w lesie złoty orzech, tak błyszczący, że księżyc zdawał się w nim odbijać. Legenda mówiła, że kto upiecze z niego ciasto z owocami z ogrodu, ten będzie mógł przekazać szczęście każdemu, kto **go** skosztuje. Babcia zabrała się do pracy: do miodowego ciasta dodała **słońca** letnich dni, do masy orzechowej – złoty orzech, by **uzyskać** odrobinę czarodziejskiego chrupania, jabłka i gruszki zebrała **podczas** pełni księżyca, by nadać im soczystość marzeń, a krem grysikowy przygotowała z kroplą uśmiechu dzieci, które biegały po jej ogrodzie. Gdy ciasto wyszło z pieca, cała dolina pachniała jak raj. Każdy, kto spróbował **kawałek**, czuł w sercu ciepło, które sprawiało, że smutki znikaly, a radość rozkwitała jak wiosenne kwiaty. Ludzie przychodzili z daleka, by poczuć magię Kaczawskiego orzechowca, a Babcia Kaczeńka zawsze mówiła: *Nieważne, ile miodu czy orzechów **dodasz** do ciasta. Najważniejsze, ile serca **włożysz** w mieszanie.*

I tak od tamtej pory w Kaczawskiej dolinie pieczono to ciasto na wielkie święta i małe radości, a legenda o złotym orzechu i owocowym zaklęciu żyła w każdym kawałku, który wędrował od stołu do stołu.

3. Kaczawskie ciasto marchewkowe z kremem kawowym

S k ł a d n i k i

Ciasto

4 szklanki drobno startej marchwi (ok. 500 g), 2½ szklanki mąki pszennej, 1½ szklanki cukru (można dać 1 szklankę brązowego + ½ białego), 1 szklanka oleju roślinnego (np. rzepakowego lub słonecznikowego), 5 dużych jajek, 2 łyżeczki proszku do pieczenia, 1 łyżeczka sody oczyszczonej, 2 łyżeczki cynamonu, ½ łyżeczki soli, 1 łyżeczka mielonego imbiru (opcjonalnie), 1 szklanka posiekanych orzechów włoskich lub laskowych, 1 łyżeczka ekstraktu waniliowego lub cukier wanilinowy.

Przygotowanie

Przygotowanie ciasta

Piekarnik rozgrzej do temp. 175°C (górną-dół). Blachę wyłóż papierem do pieczenia. W dużej misce ubij jajka z cukrem na puszystą masę (ok. 3-4 minuty). Powoli wlewaj olej, miksując na wolnych obrotach. Dodaj startą marchew i wanilię – wymieszaj szpatułką. W osobnej misce wymieszaj mąkę, proszek, sodę, sól, cynamon i imbir. Połącz suche składniki z mokrymi – mieszaj tylko do połączenia. Dodaj orzechy i delikatnie wymieszaj. Wylej masę na blachę, wyrównaj wierzch i piecz ok. 45-55 minut, aż patyczek będzie suchy. Odstaw do całkowitego wystudzenia.

Krem kawowy

250 g masła (miękkiego, o temperaturze pokojowej), 250 g serka mascarpone, 1 szklanka cukru pudru, 1 łyżeczka kakao (dla koloru, opcjonalnie), 2 łyżeczki kawy rozpu-

szczalnej (lub espresso) rozpuszczonej w 1 łyżce gorącej wody, szczypta soli.

Przygotowanie kremu

Miękkie masło utrzyj z cukrem pudrem na jasną, puszystą masę (ok. 5 minut). Dodaj mascarpone i miksuj krótko, tylko do połączenia. Wlej rozpuszczoną kawę (ostudzoną) i kakao – wymieszaj na gładki krem. Jeśli krem jest zbyt miękki, wstaw go na 15 minut do lodówki.

Wykończenie ciasta

Wystudzone ciasto przekrój na pół (jeśli chcesz przełożyć kremem) lub po prostu posmaruj wierzch kremem kawowym. Udekoruj orzechami, startą czekoladą albo szczyptą kakao. Schłódź w lodówce przez minimum 1 godzinę przed podaniem.

Wskazówki

Ciasto najlepiej smakuje następnego dnia – wtedy wilgoć z marchewki idealnie się rozkłada. Możesz dodać rodzyнки lub kawałki ananasa, jeśli lubisz bardziej tropikalny klimat. Dla mocniejszego aromatu kawy – użyj espresso zamiast kawy rozpuszczalnej.

LEGENDA O KACZAWSKIM CIEŚCIE MARCHEWKOWYM I KAWOWEJ MAGII



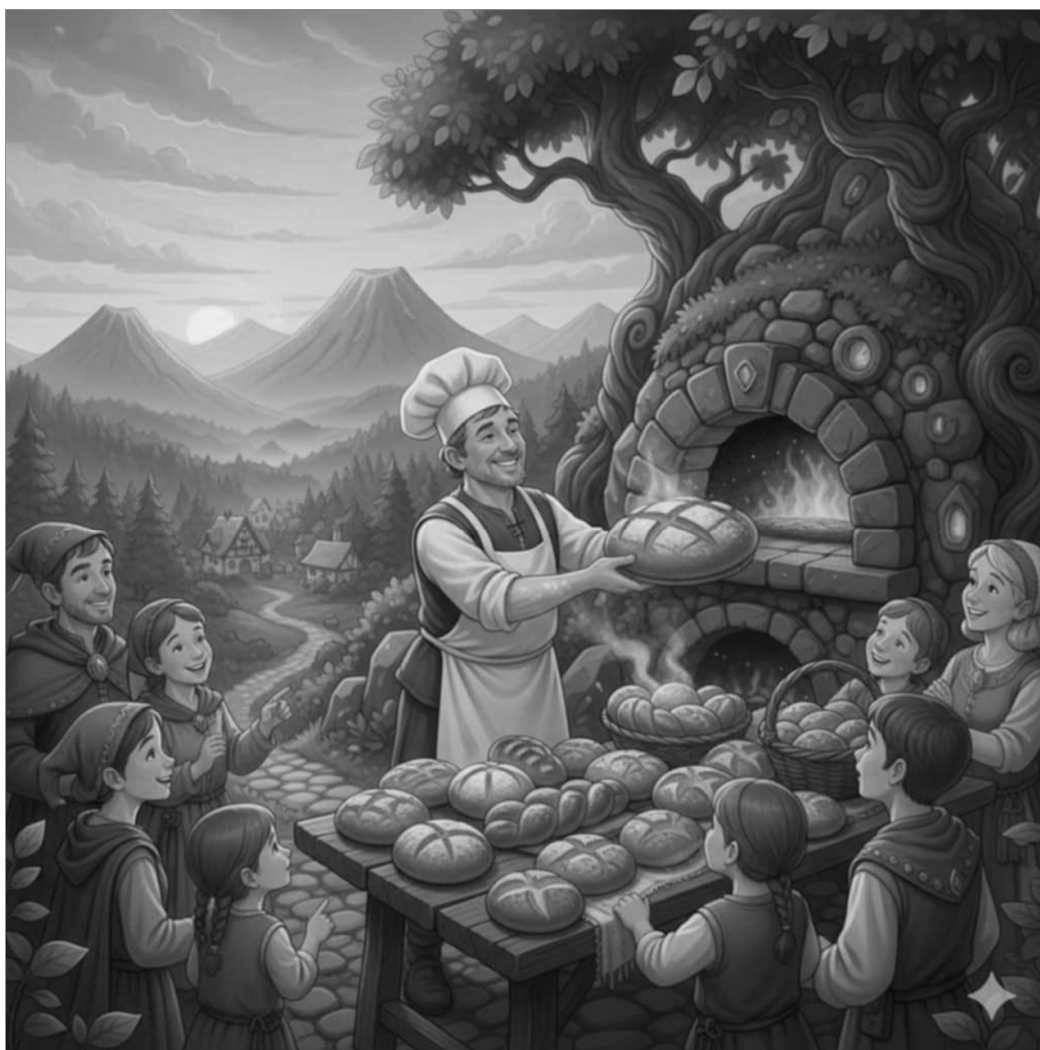
Dawno, dawno temu, gdy doliny Kaczawskie spowijały poranne mgły, a na stokach wygasłych wulkanów rosły złociste pola marchwi, żyła sobie w Wiadrowie młoda zielarka imieniem Marchela. Mieszkała w chatce z drewna lipowego, na skraju lasu pachnącego żywicą i miodem. Ludzie z okolicznych wiosek mawiali, że Marchela potrafi przywołać wiosnę jednym uśmiechem – tak ciepłym, że nawet stare sosny prostowały się dumnie, słuchając jej śpiewu.

Pewnego roku nastąpiła długa, ponura zima. Śnieg nie chciał odejść, ziemia **przestała** rodzić, a ludzie z Doliny Kaczawskiej stracili nadzieję na plony. Wtedy Marchela postanowiła stworzyć ciasto, które przywoła słońce. Zebrała więc to, co miała najcenniejszego: marchew, słodką jak wspomnienie lata, orzechy, które przynosiły mądrość drzew, kawałki suszonego ananasa, przywiezione przez wędrownego kupca **zza** dalekich mórz, garść rodzynek, błyszczących jak łzy szczęścia i odrobinę kawy – rzadkiego napoju, który podobno rozgrzewał nawet serca królów. Wymieszała wszystko w dużej, glinianej misie, szepcząc stare zaklęcie kuchenne: *Niech marchew niesie światło, kawa – **wspomnienia** o ciepłe, a serca ludzi znów niech biją rytmem wiosny.*

Kiedy ciasto się piekło, zapach wypełnił całą dolinę. Śnieg zaczął topnieć, a wiosenne ptaki zbudziły się z uśpienia. Ludzie przybyli do chatki, a gdy spróbowali kawałka złotego wypieku, poczuli, że wraca im radość i nadzieja. Marchela podzieliła się przepisem ze wszystkimi, ale

dodała jedno ostrzeżenie: *Nie zapominajcie o kawowej masie – to ona spaja wspomnienie słońca z ciepłem ziemi. Bez niej ciasto będzie tylko słodkim wspomnieniem, a nie czarrem Kaczaw.*

Od tamtej pory w każdej chacie, gdy zbliża się wiosna lub gdy trzeba rozgonić smutek, piecze się Kaczawskie ciasto marchewkowe z masą kawową. Mówią, że kto upiecze je z sercem i podzieli się pierwszym kawałkiem z sąsiadem, temu los podaruje szczęście aż do kolejnej pełni. A w Dolinie Kaczawskiej, gdy wiosną rozchodzą się zapachy ciasta i kawy, słysząc cichy śmiech Marcheli – zielarki, która upiekła to чудо.



4. Kaczawskie ciasto dyniowe z kremem waniliowym

S k ł a d n i k i

Ciasto dyniowe

500 g puree z dyni (najlepiej z pieczonej hokkaido lub piżmowej), 4 jajka, 1 szklanka cukru trzcinowego, ½ szklanki płynnego miodu (najlepiej lokalnego – lipowego lub wielokwiatowego), 1 szklanka oleju roślinnego (np. rzepakowego lub słonecznikowego), 3 szklanki mąki pszennej (typ 450), 2 łyżeczki proszku do pieczenia, 1 łyżeczka sody oczyszczonej, 2 łyżeczki cynamonu, 1 łyżeczka mielonego imbiru, ½ łyżeczki gałki muszkatołowej, szczypta soli, garść orzechów włoskich lub pekan (opcjonalnie), garść rodzynek (opcjonalnie).

Krem waniliowy

500 ml mleka, 2 opakowania budyniu waniliowego bez cukru (po 40 g), 4 łyżki cukru, 250 g masła (miękkiego, o temp. pokojowej), 1 łyżeczka ekstraktu z wanilii lub ziarenka z ½ laski wanilii.

Dodatkowo

Cynamon do oprószenia, opcjonalnie – polewa z białej czekolady lub posypka orzechowa.

Przygotowanie

Przygotowanie ciasta

W dużej misce połącz jajka z cukrem, miodem i ubij na puszystą, jasną masę. Dodaj olej i puree z dyni – zmiksuj do połączenia. W osobnej misce wymieszaj mąkę, proszek do pieczenia, sodę, przyprawy i sól. Dodaj suche składniki do

mokrych i wymieszaj tylko do połączenia (nie za długo). Na końcu wmieszaj orzechy i rodzynki, jeśli używasz. Wylej masę na blachę wyłożoną papierem do pieczenia. Piecz w temp. 180°C (góra-dół) przez ok. 40-45 minut, aż patyczek włożony w środek będzie suchy. Ostudź całkowicie.

Krem waniliowy

Z 500 ml mleka odlej ½ szklanki, rozmieszaj w niej proszek budyniowy. Resztę mleka zagotuj z cukrem i wanilią. Wlej mieszankę z proszkiem i ugotuj gęsty budyń. Przykryj folią spożywczą, aby nie zrobił się kożuch, i całkowicie wystudź. Miękkie masło utrzyj na puch, następnie dodawaj po łyżce zimnego budyniu, cały czas ucierając – aż krem będzie gładki i puszysty.

Złożenie

Na wystudzone ciasto nałóż równą warstwę kremu waniliowego. Wyrównaj wierzch, oprósz lekko cynamonem lub udekoruj startą białą czekoladą. Schłodź w lodówce przez minimum 2 godziny (najlepiej całą noc).

Wskazówki

Jeśli chcesz, by ciasto miało bardziej korzenny smak, dodaj łyżeczkę przyprawy do piernika. Dyniowe puree możesz zrobić samodzielnie: piecz kawałki dyni 30-40 min w temp. 190°C, a potem zmiksuj. Krem waniliowy możesz zamienić na mascarpone z bitą śmietaną, jeśli wolisz lżejszą wersję.

LEGENDA O DYNIOWYM CIEŚCIE Z KACZAWSKIEGO WĄWOZU



Dawno, dawno temu, gdy na Pogórzu Kaczawskim mgły tańczyły o świcie jak srebrne wstęgi, a w dolinach pachniało miodem i wilgotną ziemią, żyła stara zielarka zwana Babką Leną. Mówiono, że potrafiła rozmawiać z ziołami, a dynie w jej ogrodzie rosły tak duże, że czasem dzieci z wioski chowały się w ich cieniach.

Pewnej jesieni nastał czas chłodów i głodu – pszczoły zaspaly przed zimą, jabłka zgniły od długich **deszczów**, a z pól znikły prawie wszystkie zboża. Ludzie z Doliny Kaczawskiej bali się, że święta **będą obchodzić** bez żadnych słodkości. Wtedy Babka Lena zapaliła wieczorem **lampion** z dyni i poszła do lasu pod Górę Okole. Tam, gdzie podobno mieszkają duchy starych kamieni – opiekunowie Kaczaw. Stała pod ogromnym głazem i powiedziała: *Dajcie mi, duchy górskie, coś, co przyniesie ludziom ciepło i uśmiech, choćby na jeden wieczór.*

Kamień zadrżał, a z jego pęknięcia wysunął się maleńki płomyk. Lena wzięła go w dłonie, a ten zamienił się w nasionko – złote jak miód i ciepłe jak serce. **Zasiała** je w swojej ziemi, a już po trzech dniach wyrosła dynia tak piękna, że cała dolina przyszła ją oglądać. Z jej miąższu zielarka upiekła ciasto, słodzone miodem i pachnące cynamonem. Na wierzch położyła krem z wanilii, która jak szeptała, była *sercem światła*. Mówiła, że kto zje kawałek tego ciasta, ten przypomni sobie najcieplejszy dzień swojego życia, choćby dawno minął.

Kiedy wieczorem podzieliła ciasto **pośród** mieszkańców, w całej wsi rozległ się śmiech, a okna rozbłysły jak

latarenki. Nawet pszczoły, które spały od tygodni, obudziły się i zaczęły krążyć nad domami.

Od tego dnia ludzie z Kaczaw co roku jesienią pieką Kaczawskie ciasto dyniowe z kremem waniliowym, wierząc, że trzyma w sobie odrobinę tamtego płomyka – iskiarkę z górskiego serca, co przynosi ciepło, gdy dni stają się krótsze. A Babka Lena? Podobno, gdy dobrze się **przyjrzeć** dyniowym polom przy zachodzie słońca, można zobaczyć jej cień z wiklinowym koszykiem i uśmiechem tak ciepłym, jak zapach świeżo upieczonego ciasta.

I tak oto zrodziła się legenda o Kaczawskim cieście dyniowym z kremem waniliowym – cieście, które nie tylko syci, ale rozświecła serca.



5. Kaczawskie ciasto buraczkowe z malinami i kremem orzechowym

S k ł a d n i k i

Ciasto buraczkowe

3 duże jajka, 1 szklanka drobnego cukru, 1 szklanka oleju rzepakowego lub słonecznikowego, 2 szklanki mąki pszennej (typ 450), 2 płaskie łyżeczki proszku do pieczenia, 1 łyżeczka sody oczyszczonej, szczypta soli, 2 czubate łyżki kakao, 2 szklanki drobno startych, surowych buraków (najlepiej młodych, słodkich), 1 łyżeczka cynamonu (opcjonalnie – szczypta gałki muszkatołowej), 1 łyżka soku z cytryny, ½ szklanki mleka lub jogurtu naturalnego.

Dodatkowo

Ok. 250 g świeżych lub mrożonych malin, 1 łyżka mąki ziemniaczanej (jeśli maliny są mrożone) – do oprószania, żeby nie puściły zbyt dużo soku).

Krem orzechowy

200 g masła orzechowego (najlepiej kremowego, 100% orzechów arachidowych lub laskowych), 250 g serka mascarpone, 200 ml śmietanki 30-36%, 2-3 łyżki cukru pudru (do smaku), kilka kropel ekstraktu waniliowego (opcjonalnie – 2 łyżki miodu lub syropu klonowego).

P r z y g o t o w a n i e

Ciasto buraczkowe

Buraki obierz, zetrzyj na drobnej tarce lub zmiksuj w blenderze. Skrop sokiem z cytryny, by nie ściemniały. W dużej misce ubij jajka z cukrem na jasną, puszystą masę. Wlej olej i mleko, krótko miksuj. Dodaj starte buraki i przyprawy,

wymieszaj. W osobnej misce połącz mąkę, kakao, proszek do pieczenia, sodę i sól. Wsyp suche składniki do mokrych – mieszaj szpatułką do połączenia. Wylej ciasto na wyłożoną papierem blachę. Na wierzchu rozsyp maliny (jeśli mrożone – obtocz w mące ziemniaczanej). Piecz w temp. 175°C (termoobieg 160°C) przez ok. 40-50 minut, do suchego patyczka. Ostudź całkowicie.

Krem orzechowy

Ubij śmietankę na sztywno. W osobnej misce wymieszaj mascarpone z masłem orzechowym, cukrem pudrem i wanilią. Delikatnie połącz obie masy (można użyć szpatułki lub miksera na niskich obrotach). Spróbuj – jeśli chcesz, dodaj miód lub więcej cukru.

Złożenie

Na wystudzone ciasto wyłóż krem orzechowy. Wyrównaj powierzchnię i wstaw do lodówki na min. 2 godziny (najlepiej na noc). Przed podaniem **możesz** udekorować: świeżymi malinami, posiekanymi orzechami, wiórkami czekolady, listkami mięty.

Efekt

Ciasto jest wilgotne, pachnące kakao i cynamonem, z lekko kwaskowymi malinami i aksamitnym kremem o głębokim smaku orzechów. Doskonałe do kawy albo jako elegancki deser na rodzinne spotkania.

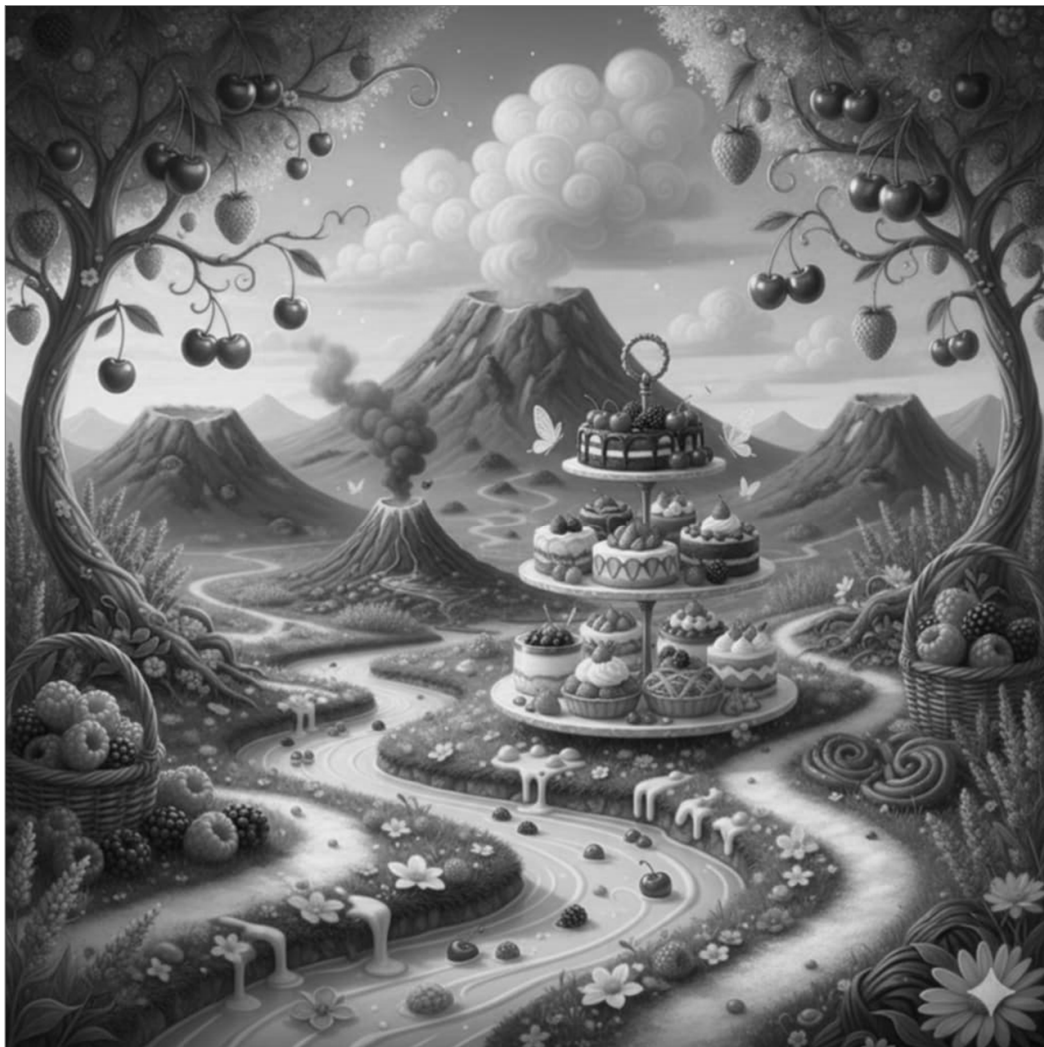
LEGENDA O CZERWONEJ DOLINIE I CIEŚCIE Z SERCA ZIEMI



Dawno, dawno temu, kiedy Góry Kaczawskie były jeszcze domem dla czarodziejskich stworzeń, w dolinie między lasami a małym potokiem w Lipie mieszkała młoda zielarka o imieniu Malwina. Znała każdy kamień i każde zioło w górach, a ludzie z okolic mówili, że *ma serce zakłęte w ziemi*, bo gdzie dotknęła dłonią, tam rosły najpiękniejsze kwiaty i najśłodsze owoce.

Pewnego roku, na przełomie wiosny i lata w dolinie nastąpiła długotrwała susza. Strumienie wyschły, malinowe krzewy zwiędły, a buraki w ogrodach zrobiły się twarde jak kamienie. Ludzie z wiosek przychodzili do Malwiny po pomoc, ale i ona nie wiedziała, jak przywołać deszcz. Wtedy w nocy przyśnił jej się duch góry Radogostu – stary opiekun Kaczawskich Wzgórz, z brodą z mgły i oczami jak bursztyn. Powiedział: *Z serca ziemi rodzi się moc. Połącz jej czerwoność z goryczą orzecha i słodyczą malin, a przywrócisz życie dolinie.* Malwina obudziła się i zrozumiała sen. Z rana zebrała kilka buraków z pola, jeszcze różowych od ziemi, garść orzechów laskowych spod starego drzewa i ostatnie maliny, które przetrwały na krzewach w cieniu skał. Z tych darów uwarzyła ciasto buraczane, wilgotne, pachnące kakao i cynamonem. Na wierzchu ułożyła maliny czerwone jak rubiny i przykryła kremem orzechowym, gładkim jak poranna mgła. Gdy ciasto się piekło, zapach uniósł się nad doliną i dotarł aż na szczyty gór. Nagle niebo pociemniało, spadł ciepły deszcz, niosąc ulgę ziemi i ludziom. Buraki w polach znów nabrały barwy, a maliny zakwitły jak nigdy wcześniej.

Od tamtej pory mieszkańcy Doliny Kaczawskiej powtarzają, że to ciasto ma w sobie czar ziemi, deszczu i miłości. Pieczone z wdzięcznością, przynosi zgodę w domach, uśmiech przy stole i szczęście tym, którzy się nim dzielą. I do dziś, kiedy w Górach Kaczawskich pojawia się pierwszy zapach malin i buraków, ludzie mówią: *To Malwina znów piecze swoje ciasto, by przypomnieć nam, że z prostych rzeczy rodzi się magia.*



6. Kaczawski piernik z lawendą i śliwkami

Składniki

Ciasto

500 g mąki pszennej (typ 450), 250 g miodu (najlepiej gryczany lub wrzosowy z regionu Kaczawskiego), 200 g cukru trzcinowego, 200 g masła, 2 jajka, 250 ml mleka, 2 łyżeczki sody oczyszczonej, 2 łyżki kakao, 2 łyżki przyprawy do piernika, 1 łyżeczka suszonej lawendy kulinarnej (lub 2, jeśli chcesz mocniejszy aromat), szczypta soli

Dodatkowo

400–500 g śliwek (świeżych lub mrożonych, najlepiej węgerek), 3 łyżki powideł śliwkowych, 2 łyżki miodu (do karmelizowania śliwek), 1 łyżeczka masła.

Polewa

100 g gorzkiej czekolady, 50 g masła, 1 łyżka miodu, szczypta suszonej lawendy do dekoracji (opcjonalnie).

Przygotowanie

Ciasto

W rondlu roztop masło z miodem, cukrem i mlekiem. Gdy składniki się połączą, zdejmij z ognia i przestudź do letniej temperatury. W dużej misce wymieszaj mąkę, kakao, przyprawę do piernika, sodę, sól i lawendę. Do suchych składników wlej letnią mieszankę miodową, dodaj jajka i **połącz wszystko w jedną masę** dokładnie mieszając (ręcznie lub mikserem z końcówkami do ciasta). Na koniec dodaj powidła śliwkowe. Ciasto będzie dość rzadkie – takie ma być.

Przygotowanie śliwek

Wypestkowane owoce pokrój na połówki i podsmaż krótko na maśle z miodem – tylko do lekkiego karmelizowania. Odstaw do przestudzenia.

Pieczenie

Blachę wyłóż papierem do pieczenia. Wlej połowę ciasta, ułóż połowę śliwek, następnie wylej resztę ciasta i na wierzchu ułóż resztę śliwek (lekko wciskając). Piecz w temp. 180°C (górną) przez 50-60 minut, aż patyczek będzie suchy.

Polewa

Rozpuść czekoladę z masłem i miodem, polej wystudzony piernik i posyp odrobiną suszonej lawendy.

Wskazówki

Piernik najlepiej smakuje po 1-2 dniach, gdy aromaty się „przegryzą”. Można dodać garść orzechów włoskich lub migdałów dla chrupkości. Jeśli używasz świeżej lawendy, użyj jej 2-3 razy mniej niż suszonej (ma mocniejszy aromat).

Wersja dodatkowa

Można przekroić i przełożyć kremem. Krem i polewa lawendowo-miodowa dodadzą temu piernikowi elegancji i aromatu jak z górskiej kawiarni w sercu Krainy Wygasłych Wulkanów.

Krem lawendowo-miodowy do piernika

S k ł a d n i k i

250 g serka mascarpone (lub gęstego twarogu śmietankowego), 200 ml śmietanki 30-36%, 2-3 łyżki miodu (najlepiej wrzosowego lub akacjowego), ½ łyżeczki suszonej lawendy (bardzo drobno rozgniecionej), kilka kropel soku z cytryny, opcjonalnie: 1 łyżka cukru pudru (jeśli wolisz słodszy krem).

P r z y g o t o w a n i e

Śmietankę ubij na sztywno. W osobnej misce połącz mascarpone z miodem, lawendą i sokiem z cytryny. Delikatnie wmieszaj ubitą śmietankę. Odstaw krem do lodówki na minimum 30 minut, aby aromat lawendy się uwolnił.

Sposób użycia

Posmaruj **kremem** wystudzony piernik (możesz przekroić go wzdłuż i przełożyć połową kremu, a resztę rozsmarować na wierzchu). Schłódź przez kilka godzin – wtedy będzie stabilny i aksamitny.

Polewa lawendowo-miodowa (błyszcząca i aromatyczna)

S k ł a d n i k i

2 łyżki miodu, 50 g masła, 100 g białej czekolady (lub 80 g, jeśli chcesz mniej słodką), 2 łyżki mleka, szczypta suszonej lawendy.

Przygotowanie

W małym rondelku roztop masło z miodem i mlekiem. Dodaj połamaną czekoladę i mieszaj do uzyskania gładkiej konsystencji. Na koniec wrzuć lawendę i zostaw na 5 minut pod przykryciem, żeby aromat się „zaparzył”. Przecedź (jeśli chcesz delikatniejszy smak) i polej piernik z kremem.

Efekt

Krem daje aksamitność i delikatną kwasowość, a polewa – błyszczące, złoto-miodowe wykończenie z kwiatową nutą. W połączeniu ze śliwkami to absolutny hit!

Opis nastrojowy

W sercu Krainy Wygasłych Wulkanów, gdzie ziemia pachnie miodem i lawendą, narodził się piernik inny niż wszystkie. Nie był tylko ciastem – był zaklęciem na chłód, tęsknotę i ciszę jesiennych wieczorów. Kaczawski piernik z lawendą i śliwkami niesie w sobie ciepło górskiego słońca, miękkość dolin i wspomnienie letnich ogrodów, które nigdy nie gasną. Krem miodowo-lawendowy oplata go jak mgła o poranku, a każda śliwka błyszczy w nim jak kropla bursztynu. To nie jest deser – to historia o miłości, naturze i zapachu domu. Kiedy pachnie w piecu, cały świat staje się cichszy, a serce spokojniejsze.

LEGENDA O KACZAWSKIM PIERNIKU Z LAWENDĄ I ŚLIWKAMI



Dawno, dawno temu, gdy Góry Kaczawskie były jeszcze młode i parowały po ostatnim tchnieniu wulkanów, w dolinie nad rzeką Kaczawą żyła młoda zielarka o imieniu Liwia. Mieszkała w chacie otoczonej ogrodem **lawendy, która kwitła** nawet wtedy, gdy inne zioła wędły od chłodu. Ludzie mówili, że jej rośliny rosną dzięki kroplom miodu, które co noc spadają z gwiazd. Liwia znała każdy zapach i każdą nutę smaku ziemi. Zbierała zioła dla ludzi i leczyła ich serca – nie tylko **ciepłem**, ale i słodyczą. Mówiła: *Nie ma takiej rany, której nie uleczy ciepło, zapach i odrobina miodu.*

Pewnego roku przyszła długa, zimna jesień. Deszcze zmyły zapasy miodu, a śliwki w sadach zgniły, zanim zdążyły dojrzeć. Ludzie w wiosce smucili się i głodowali, a Liwia postanowiła **temu zaradzić**. Wzięła ostatni słoik miodu z ula, garść suszonej lawendy z ogrodu, trochę mąki z młyna i garść śliwek, które ocalały w jej spiżarni. Zmieszała wszystko, nucąc starą pieśń o słońcu zaklętym w miodzie. Gdy piekła ciasto, powietrze w chacie stało się złote, a aromat lawendy uniósł się aż po górskie szczyty. Kiedy piernik wystygł, Liwia rozsmarowała na nim krem z miodu, mleka i lawendy. Gdy podała go mieszkańcom wioski, każdy, kto skosztował, poczuł, że w sercu zapłonęło światło – miękkie i ciepłe jak letni poranek. Starcy przestali kaszleć, dzieci zaczęły się śmiać, a nawet najchłodniejszy wiatr przestał świstać w dolinach. Wieść o cudownym cieście rozeszła się po całej krainie, a ludzie zaczęli mówić, że piernik Liwii ma moc zatrzymywania słońca w środku zimy. Od tamtej pory, co roku jesienią, pieczono w Kaczawskich

domach piernik z lawendą i śliwkami, aby przywołać ciepło, spokój i miłość.

Mówią, że jeśli podczas pieczenia tego piernika dodasz odrobinę miodu prosto z lokalnych pasiek i szczyptę lawendy z własnego ogrodu, to Liwia uśmiechnie się z nieba, a Twój dom wypełni się światłem, którego nie zgasi żadna burza.

Tak narodził się Kaczawski Piernik z lawendą i śliwkami – słodki jak miód, pachnący jak wspomnienie lata i miękki jak serce tej ziemi.



7. Kaczawski sernik z wiśniami, kawą i orzechami laskowymi

S k ł a d n i k i

Ciasto kruche (spód)

300 g mąki pszennej, 100 g zmielonych orzechów laskowych (lub migdałów), 200 g masła (**schłodzonego**, pokrojonego w kostkę), 100 g cukru pudru, 1 jajko, szczypta soli, 1 łyżeczka proszku do pieczenia. Można dodać łyżkę kakao dla ciemniejszego, bardziej wyrazistego spodu.

Masa serowa

1,5 kg twarogu sernikowego (**dobrej jakości**, trzykrotnie mielonego lub z wiaderka), 300 g cukru, 6 jajek, 250 ml śmietanki 30%, 3 łyżki mąki ziemniaczanej, 3 łyżeczki kawy rozpuszczalnej (lub 2 espresso, wystudzone), 1 łyżeczka ekstraktu waniliowego, szczypta soli.

Warstwa wiśniowa

500 g wiśni (świeżych lub mrożonych, bez pestek), 3 łyżki cukru, 1,5 łyżeczki skrobi ziemniaczanej, 3 łyżki wody lub soku z wiśni.

Ciasto – wierzch

150 g orzechów laskowych, grubo posiekanych i uprażonych, 150 ml śmietanki 30%, 150 g gorzkiej czekolady (min. 60%), kilka wiśni do dekoracji.

Przygotowanie

Kruche ciasto

W misce wymieszaj mąkę, orzechy, proszek do pieczenia, cukier puder i sól. Dodaj zimne masło i rozetrzyj palcami lub siekaj nożem, aż powstanie kruszonka. Wbij jajko

i szybko zagnieć ciasto. Zawień w folię i włóż do lodówki na 30 minut. Następnie rozwałkuj i wyłóż nim dno dużej blachy (25×35 cm) **wyścielonej** papierem do pieczenia. Podpiecz w temp. 180°C przez ok. 12-15 minut, aż lekko się zrumieni.

Masa serowa

W dużej misce zmiksuj ser z cukrem i jajkami (krótko, tylko do połączenia). Dodaj śmietankę, mąkę ziemniaczaną, wanilię, kawę i szczyptę soli. Wymieszaj do uzyskania gładkiej, kremowej konsystencji. Połowę masy wylej na podpieczony spód.

Warstwa wiśniowa

Wiśnie podgrzej z cukrem, aż puszczą sok. Dodaj rozpuszczoną w wodzie skrobię i gotuj chwilę, aż masa zgęstnieje. Ostudź lekko i rozłóż równomiernie na masie serowej. Zalej resztą masy serowej.

Pieczenie

Piecz w temp. 165°C (górną-dół) przez ok. 85-90 minut, aż środek się zetnie. Po wyłączeniu piekarnika zostaw sernik przy uchylonych drzwiczkach na 30 minut, potem wystudź i włóż do lodówki na min. 6 godzin (najlepiej **na** całą noc).

Polewa i dekoracja

Podgrzej śmietankę, dodaj czekoladę, wymieszaj na gładką **masę**. Rozprowadź **polewę** po wierzchu zimnego sernika. Posyp prażonymi orzechami laskowymi i udekoruj wiśniami.

Podanie

Ten sernik najlepiej smakuje po **schłodzeniu przez noc** w lodówce – ma wtedy idealną konsystencję, a aromaty kawy, wiśni i orzechów pięknie się **połączą**. Świetny na

niedzielne popołudnie z kawą lub jako jesienny deser na rodzinne spotkanie.

Wariant z polewą orzechowo-kawową zamiast czekoladowej

Składniki polewy

100 g masła, 3 łyżki miodu (najlepiej lipowego lub gryczanego), 2 łyżeczki kawy rozpuszczalnej lub 1 **łyżeczka** espresso, 120 g posiekanych orzechów laskowych (uprażonych), szczypta soli (podbija smak miodu i orzechów), opcjonalnie – łyżka śmietanki 30%, jeśli chcesz, by polewa była bardziej kremowa.

Przygotowanie

W rondelku roztop **na małym ogniu** masło z miodem. Dodaj kawę (rozpuszczalną lub espresso) i wymieszaj do połączenia. Wsyp orzechy i gotuj całość 2-3 minuty, aż masa lekko zgęstnieje i orzechy się oblepią. Zdejmij z ognia i lekko przestudź (powinna być jeszcze płynna, ale nie gorąca). Rozprowadź równomiernie na wierzchu zimnego sernika. Odstaw do lodówki na 1-2 godziny, żeby polewa się ścięła i stała lekko karmelowa.

Efekt

Wierzch będzie błyszczący, miodowo-karmelowy, z chrupiącymi kawałkami orzechów. Kawa dodaje głębi, a miód wprowadza naturalną słodycz i delikatny, leśny aromat. Całość smakuje jak połączenie sernika, orzechowca i kawowego torcika z górskiej chaty. Ta polewa orzechowo-kawowa nada sernikowi prawdziwie „kaczawski” charakter – aromatyczny, wiejski, z nutą miodu i prażonych orzechów, jak w tradycyjnych wypiekach z Dolnego Śląska.

BAJKOWA LEGENDA O SERNIKU Z DOLINY WIŚNIOWEGO SNU



Dawno, bardzo dawno temu, w cieniu wygasłych wulkanów Gór Kaczawskich, stała mała chata zielarki imieniem Dobrosława. Mieszkała tam z kotem, który ponoć potrafił mówić ludzkim głosem, i z wiśniowym drzewem, które kwitło nawet wtedy, gdy śnieg przykrywał dolinę. Dobrosława знаła zioła, kamienie i sekrety nocy. Ale najbardziej znana była z jednego – z sernika, który potrafił przynieść sen o szczęściu. Pieczony był tylko raz w roku, w noc, gdy z wulkanicznej góry Okola spadała pierwsza kropla jesiennej rosy.

Wiśnie z Doliny Szeptów

Pewnego roku na drzewie **wiśni** było wyjątkowo dużo **owoców** – błyszczały jak rubiny w słońcu. Dobrosława zebrała je o świcie, gdy mgła tańczyła nad polami.

– To łzy dawnych zakochanych – powiedział kot, przeciągając się leniwie. – Dlatego są słodkie i cierpkie zarazem.

Z tych wiśni zrobiła gęsty syrop, czerwony jak serce i głęboki jak noc.

Kawa z Kamiennego Źródła

Następnie udała się do starej kopalni, gdzie płynęło źródło, z którego bił zapach palonego ziarna. Legenda głosiła, że ziarno to spadło z gwiazd, gdy świat był jeszcze młody. Dobrosława zebrała garść kamyczków, które wyglądały jak ziarenka kawy – i rzeczywiście, po zmieleniu pachniały prawdziwą kawą. **Sporządziła** z nich napar tak ciemny, że kot uciekł na szafę i nie chciał zejść przez godzinę.

Orzechy z Lasu Szeptów

Na koniec poszła do lasu, gdzie rosły stare leszczyny. Mówiło się, że każdy orzech, który spadł na ziemię w blasku pełni księżyca, nosi w sobie odrobinę mądrości wiewiórek i odwagę leśnych duchów. Zebrała więc koszyk orzechów, uprażyła je na ogniu i rozgniotła w móżdżerze, aż **uwolniły** aromat jesieni.

Ser z Doliny Kamiennego Księżyca

Na targu w Świerzawie kupiła twaróg od pasterki, która mówiła, że jej kozy piją wodę z księżycowego źródła. Ten ser był tak biały, że nawet zimowa mgła przy nim szarzała. Dobrosława połączyła wszystkie składniki – ser biały jak chmury, wiśnie czerwone jak miłość, kawę czarną jak tajemnica i orzechy złote jak jesień. Upiekła sernik, a zapach rozniósł się po całej dolinie. Ptaki ucichły, mgła **znieruchomiała**, a ludzie wyszli z domów, kierując się wonią jak czarem. **Każdy, kto** zjadł choć kawałek, zasypiał na chwilę i śnił o tym, co kocha najbardziej. Jedni widzieli

rodzinę przy **wspólnym** stole, inni górskie wędrowniki, jeszcze inni dawną miłość. Rano wszyscy budzili się spokojni i szczęśliwi.

Od tamtej pory w Dolinie Kaczawskiej, gdy ktoś piecze sernik z wiśniami, kawą i orzechami laskowymi, mówi się, że Dobrosława czuwa nad piecem, a kto zje pierwszy kawałek, temu spełni się jedno ciche życzenie.

A kot? Podobno wciąż żyje, kręci się po starych sadach i mruczy pod nosem: *Nie zapomnij kawy z gwiazd, bo wtedy sny nie przyjdą...*



BAJKOWE KAMIENIE SZCZĘŚCIA I MARZEŃ

Bajkowa instrukcja dla młodzieży i nastolatków
z Gminy Paszowice i Gminy Bolków



Dawno, dawno temu, w dolinach między wzgórzami Gminy Paszowice i zamkowymi murami Gminy Bolków żyły magiczne kamienie. Nie były to zwykłe kamienie – w ich sercach drzemała moc marzeń i radości.

Pewnego dnia mądrzy **starcy** z obu gmin postanowili zdradzić młodym ludziom sekret **owych** niezwykłych kamieni. Powiedzieli: *Każdy kamień może stać się Kamieniem Szczęścia, jeśli obudzisz w nim kolory i dobre myśli.*

Mieszkańcy Wiadrowa, Paszowic, Sokolej, Kwietnik, Kłonic, Siedmicy, Jakuszowej, Nowej Wsi Wielkiej, Bolkowic, Zębowic, Pogwizdowa, Lipy, Jastrowca, Grudna, Bolkowa wzięli do rąk instrukcję bajkową...

Krok 1 – Znajdź swój kamień.

Wybierz kamień, który do Ciebie przemawia – może być gładki jak tafla wody lub chropowaty jak stara skała. Najlepiej taki, który „czujesz” w dłoni.

Krok 2 – Nadaj **kamieniowi życie.**

Użyj farb, pędzelków, mazaków – i swojej wyobraźni. Namaluj coś, co kojarzy Ci się ze szczęściem, dobrem, przyjaźnią lub marzeniem. Może to być słońce, serce, skrzydła, kwiat albo po prostu uśmiech.

Krok 3 – Wypowiedz życzenie.

Gdy Twój kamień będzie gotowy, przytrzymaj go w dłoni i pomyśl życzenie – dla siebie, dla przyjaciela, albo dla całej gminy. Kamień zapamięta Twoje słowa.

Krok 4 – Przekaż kamień dalej.

Zanieś kamień w wyjątkowe miejsce – może pod drzewo w Paszowicach, na łąkę pod Bolkowem, lub zostaw na ławce, by ktoś inny mógł go znaleźć. Kto go odnajdzie, poczuje Twoją dobrą energię i uśmiech.

Tak powstała bajkowa sieć kamieni szczęścia i marzeń, która łączy młodych ludzi z obu gmin. Każdy kamień to mały znak, że dobro wraca, a marzenia – jeśli tylko się je maluje i dzieli – naprawdę się spełniają.

I od tamtej pory, gdy ktoś znajdzie kolorowy kamień w Paszowicach czy w Bolkowie, mówi z uśmiechem:

*To pewnie kamień szczęścia – ktoś już wierzył
w marzenia, teraz czas na mnie.*

Bajkowe kamienie szczęścia i marzeń

W Paszowicach, wśród doliny,
kamień leży malowany.
A w Bolkowie, przy murawie,
drugi błyszczący w słońca sprawie.

Nie są to kamienie zwykłe,
kryją czary – małe, ciche.
Kto je weźmie w swoje dłonie,
wnet marzenie w nim zapłonie.

Weź więc kamyk, pomaluj śmiało,
niech w nim dobro zaiskrzy od rana.
Serce, słońce, kwiat, motyle –
niech się barwy niosą mile.

Pomyśl życzenie, powiedz w ciszy,
niech je wiatr po świecie niesie.
A gdy kamień gdzieś zostawisz,
W czyimś sercu radość sprawisz.

Bo w Paszowicach i Bolkowie
każdy młody dziś już powie:
„Kto kamienie szczęścia tworzy,
ten marzenia swe otworzy!”

LAWENDOWY OBŁOK Z WĄWOZU MYŚLIBORSKIEGO



Wąwóz Myśliborski był miejscem, gdzie dzień i noc zdawały się tańczyć ze sobą w wiecznej mgławicy. Z rana słońce zaledwie muskało kamienie, a z drzew sączył się zapach wilgoci i lawendy. W małej chacie pod skałą mieszkała zielarka imieniem Lirena. Lirena znała mowę ziół. Potrafiła leczyć ludzkie smutki i tęsknoty, a nawet sprawić, że sny stawały się łagodniejsze.

Pewnego dnia, gdy mgły snuły się nad wąwozem gęściej niż zwykle, usłyszała delikatny szept. To duchy lasu, ubrane w obłoki, prosiły ją o schronienie. W zamian obiecały, że każdej nocy będą otulać jej ogród woalem ciszy i spokoju. Lirena przyjęła dar i od tego dnia jej lawenda rosła bujniej niż gdziekolwiek indziej.

Pewnego poranka przybył do niej wędrowiec – zmęczony, z sercem ciężkim od trosk. Zielarka naląła mu w szklaną czarę gęstego, fioletowego musu – z jagód i odrobiny mgły, którą złapała w słoik, gdy duchy tańczyły nad jej ziołami. Wędrowiec wypił i... poczuł lekkość. Jego myśli stały się jasne, a serce spokojne. Uśmiechnął się i wyruszył dalej, zostawiając ślad w powietrzu pachnący lawendą i miodem. Mówią, że kto dziś spróbuje „Lawendowego Obłoku”, przez chwilę widzi świat oczami Lireny – cicho, spokojnie, z oddechem lasu i błękitem w sercu.

JABŁKO ZE ZŁOTEGO LASU



Za Świerzawą, gdzie łąki przechodzą w łagodne wzgórza, istniał kiedyś sad tak piękny, że ludzie mówili, iż zasadziła go sama Złota Pani z gór. W słońcu jabłka błyszczały jak monety, a ich zapach niósł się aż po rzekę.

Pewnej nocy do sadu zawitał biedny kowal o imieniu Jarek. Szukał złota, by wykupić dom od bezlitosnego dziedzica. Kiedy wszedł między drzewa, usłyszał cichy śmiech – z ziemi wyrzwały małe krasnoludki. Nie miały jednak w dłoniach metali, lecz jabłka, które świeciły jak słońce.

– To nasze złoto – powiedziały. – Nie błyszczy w dłoni, lecz w sercu. Kto zje to jabłko z wdzięcznością, ten znajdzie w sobie siłę większą niż bogactwo.

Jarek ugryzł owoc, a w jego myślach rozbłysła iskra – pomysł, jak naprawiać narzędzia taniej i lepiej, by wieś mogła mu zaufać. Nie potrzebował złota – ludzie sami przyszli z pomocą, a jego dom ocalał.

Dziś w dolinie, gdzie rósł tamten sad, jabłka nadal dojrzewają, choć nikt już nie widział krasnoludków. Lecz kto w jesienny wieczór zje „Jabłko ze Złotego Lasu”, czuje w sercu ciepło – jakby małe, leśne dłonie nadal pilnowały dobra w świecie **ludzi**.

WULKANICZNA SŁODYCZ KRÓLOWEJ WILKÓW



W czasach, gdy Wulkany Kaczawskie jeszcze tliły się w nocy czerwonym światłem, wśród czarnych skał żyła Królowa Wilków. Nazywano ją Laverna – piękna, potężna i dzika jak sama ziemia. Jej oczy świeciły jak rozżarzone węgielki, a sierść miała barwy nocy.

Laverna strzegła serca wulkanu – źródła ciepła, które dawało życie lasom, wodzie i ludziom. Ale pewnego dnia przyszedł człowiek, który chciał ten ogień posiadać. Rozbił skałę, by wydrzeć z niej moc. Wtedy ziemia zadrżała, a Laverna wyszła z ognia, by go powstrzymać. Nie zabiła go. Zamiast tego wzięła w dłonie kroplę lawy i zamknęła ją w czarnej czekoladzie, otulając malinową słodyczą.

- Jeśli chcesz poczuć ogień - rzekła - spróbuj go, lecz z sercem, które potrafi też kochać. Bo tylko miłość może poskromić ogień.

Zniknęła w dymie, a wulkan zasnął. Ludzie mówią, że do dziś, gdy podaje się „Wulkaniczną Słodycz”, z wnętrza ciasta wypływa nie tylko czekoladowa lawa, ale i echo dawnej mocy – tej, która łączy ogień i serce, dzikość i czułość.

BAJKOWE KAMIENIE SZCZĘŚCIA Z PASZOWIC I BOLKOWA

Bajkowa instrukcja dla dorosłych z Gminy Paszowice i Bolków,
którzy wciąż potrafią wierzyć w magię
o bajkowych kamieniach szczęścia.



Dawno, dawno temu – choć nie aż tak dawno, jakby się mogło wydawać – między Wzgórzami Strzegomskimi a cieniem Zamku Bolków leżały dwie gminy (Gmina Paszowice i Gmina Bolków), które znały sekret szczęścia ukryty w kamieniach. Nie były to jednak zwykłe kamienie – oj, nie! To były Bajkowe Kamienie Szczęścia, które potrafiły przypominać dorosłym o tym, co najważniejsze: o radości, wspólnocie i uważnym życiu.

Krok 1 – Znajdź swój kamień.

Nie szukaj w pośpiechu. Kamień sam Cię znajdzie. Może leżeć przy drodze w Wiadrowie, może mrugać spod liścia w Kłonicach, a może czekać na Ciebie przy starym młynie w Grudnie. Weź go delikatnie do ręki. Poczuj chłód i ciężar – to nie tylko kamień. To mały kawałek ziemi, która Cię zna.

Krok 2 – Obudź jego bajkę.

Umyj kamień, jakbyś budził stare wspomnienie. Potem weź farby akrylowe, kredki, mazaki akrylowe albo tylko kawałek węgla z ogniska i narysuj na nim symbol szczęścia. Niech to będzie coś prostego: słońce, serce, dom, drzewo, kot z Wiadrowa albo kogut z Grobli. Niech na kamieniu zostanie Twój ślad, taki, który mówi: *Tu byłem. Dziękuję.*

Krok 3 – Zanieś kamień dalej.

Nie zatrzymuj kamienia. Połóż go w miejscu, gdzie ktoś inny może go znaleźć, np.: na przystanku w Paszowicach, przy kapliczce w Lipie, na kamiennym murze w Jastrowcu, albo przy polnej drodze w Sokolej. To ważne, by pozwolić szczęściu wędrować. Kto znajdzie kamień, ten będzie wiedział, co ma robić dalej – serce mu podpowie.

Krok 4 – Dla ducha i dla wspólnoty.

Kiedy wieczorem wrócisz do domu, usiądź przy herbacie. Pomyśl o tym, że Twój kamień może dziś wywołał czyjś – uśmiech. Może **sprawił radość** dziecku w Bolkowicach. Może starszej pani z Pogwizdowa. A może komuś, kto właśnie zapomniał, że świat wciąż potrafi być bajką.

Krok 5 – Podaj dalej bajkę.

Opowiedz innym o Kamieniach Szczęścia. W pracy, w sklepie, przy ognisku, w bibliotece, w szkole. Niech powstanie Mapa Szczęśliwych Kamieni – od Paszowic po Bolków, od Grobli po Grudno. Każdy kamień to historia, a każda historia to małe światełko w gminnej ciemności.

Morał dla dorosłych

Nie trzeba wielkich rzeczy, by wprowadzić magię w codzienność. Czasem wystarczy kamień, odrobina farby lub mazaki i chęć, by coś dobrego zostawić po sobie. Bo szczęście – jak te kamienie – jest trwałe, ale najpiękniejsze wtedy, gdy się nim dzielimy.

Kto kamień szczęścia w drogę puści, ten sam wróci do źródła z sercem lżejszym o troskę, a cięższym o dobro.

– stare przysłowie z doliny pod Bolkowem.



LEGENDA O JABŁKACH Z WIADROWA



Między starymi stożkami wygasłych wulkanów, tam gdzie ziemia jeszcze pachnie ogniem sprzed tysięcy lat, a mgły poranne snują się jak duchy dawnych czasów, leży wieś Wiadrów. Z pozoru zwyczajna – kilka gospodarstw, stary kościół, park. Wiatr hula tam po wzgórzach Kaczawskich, ale kto tu przyjedzie jesienią, ten wie, że to miejsce ma w sobie coś niezwykłego. Dziś niewielka, spokojna, ale otoczona ziemią, która pamięta czasy, gdy z jej głębi tryskał ogień. To właśnie z tej ziemi – cieplej, żyznej, pełnej minerałów zrodziły się najsłynniejsze owoce regionu – jabłka z Wiadrowa.

Część I – Początek legendy

Dawno, dawno temu, przed wiekami, kiedy Góry Kaczawskie nosiły jeszcze imię „Krainy dymiących stożków”, a ludzie dopiero uczyli się korzystać z darów tej krainy, na wzgórzu nad wsią mieszkała zielarka zwana Jadwigą z Wiadrowa. Mówiło się, że potrafiła rozmawiać z drzewami. Codziennie o świcie chodziła po sadach i śpiewała cicho, a drzewa odpowiadały jej szumem liści.

Jednego dnia, po wielkiej burzy, Jadwiga znalazła pod starą jabłonią dziwny kamień – zielony, gładki, z połyskiem jak woda. Był lśniący jak szmaragd. Zakopała go w ziemi pod jabłonią, szepcząc modlitwę do ziemi i nieba. Mówiła: *Niech w tym miejscu rośnie drzewo, co radość ludziom da, a smutek z serc zabierze.*

Wiosną w tym miejscu wyrósł młody pęd, a z czasem rozrosła się potężna jabłoń, jakiej nikt dotąd nie widział. Jabłka z niej były złocisto-czerwone, pachnące miodem i ziołami. Kto je zjadł – zdrowiał, czuł się silniejszy, pogodniejszy, a nawet bardziej życzliwy dla innych.

Z tej jabłoni miały się narodzić wszystkie drzewa Wiadrowa. Jej owoce były wyjątkowe – soczyste, pachnące miodem i słońcem, z cienką skórką, która mieniła się złotem w słońcu. Kto zjadł takie jabłko, ten odzyskiwał siły, pogodę ducha i nadzieję. Od tej pory w Wiadrowie powiadano: *Ziemia, co ogień nosiła, rodzi owoce, które ogień w sercu rozpalają.*

Część II – Sady Wiadrowskie

Wieść o cudownych jabłkach rozeszła się po całej okolicy – od Jawora aż po Bolków. Zjeżdżali tu kupcy, pielgrzymi, a nawet rycerze wracający z bitew. Każdy chciał spróbować owocu z Wiadrowa. Z czasem mieszkańcy zaczęli zakładać własne sady, szczepiąc gałązki z jabłoni Jadwigi. Tak powstały Sady Wiadrowskie, które przetrwały wieki. Mówiono, że drzewa rosną tylko tam, gdzie ludzie żyją zgodnie, pomagają sobie i śmieją się z serca. Jeśli ktoś był chciwy lub zły – jego jabłonie marniały, a owoce były kwaśne i pełne robaków.

Część III – Jabłeczники i „Sądy Jabłkowe”

W XIX wieku, gdy nastały czasy wielkich jarmarków, Wiadrów słynął z jabłeczników, soków i nalewek. Co roku jesienią, na święto zbiorów, wójt ogłaszał „Sąd Jabłkowy” – nie **nad przestępcami**, lecz **nad smakami**.

Każdy gospodarz przynosił swój najlepszy wypiek, danie czy napój: pachnące szarlotki z cynamonem, pierogi z jabłkami i gruszkami, placki drożdżowe z jabłkami, jabłkowe powidła z dodatkiem orzechów i cynamonu, piernik z jabłkowym nadzieniem, kompot z jabłek, a nawet mus jabłkowy z dodatkiem lawendy. Sędziami były starsze kobiety z wioski, które znały się na smaku jak nikt inny. Zwycięzca otrzymywał złote jabłko – nie z prawdziwego złota, ale z mosiądzu, by przypominało, że bogactwo rodzi się z pracy, nie z próżności.

Część IV – Gruszkowa mądrość i śliwkowe zaklęcia

Z biegiem lat sady rozrosły się nie tylko **jabłoniami**. W dolinach rosły grusze, których owoce zwano „łzami szczęścia”, bo podobno powstały z radości Jadwigi, gdy jej uczniowie sadzili pierwsze drzewa. Na zboczach, gdzie ziemia była twarda i kamienista, pojawiły się śliwy i mirabelki – skromne, ale wytrwałe.

Kiedyś mówiono, że jeśli ktoś w Wigilię zje trzy mirabelki z Wiadrowa, ten będzie miał szczęście w miłości przez cały rok. Starsi mieszkańcy **twierdzili**, że śliwy mają w sobie cień dawnych wulkanów – ich pestki były jak małe, czarne kamienie z ognistym wnętrzem.

A czereśnie i wiśnie? Te sadzono przy domach nowożeńców. Ich kwiaty miały chronić miłość, a owoce – przypominać, że nawet w słodczy kryje się nuta cierpkości, jak w prawdziwym życiu.

Część V – Soki, nalewki i tajemnica smaku

Wiadrowskie jabłka miały moc nie tylko w owocach. Z ich soku robiono napój zwany „Ognistą Rosą”. Pito go przy ogniskach podczas jesiennych wieczorów, kiedy w tle widać było ciemne kontury dawnych wulkanów. Mówiło się, że napój ten „obudzi w człowieku ogień, który drzemie w ziemi”. Do dziś, gdy ktoś w Wiadrowie tłoczy sok, zostawia kilka kropel dla ziemi – w podziękowaniu za jej płodność i siłę.

Część VI – Tajemnica przetrwała

W czasie wojen, zmian granic i ciężkich lat ludzie z Wiadrowa nigdy nie zapomnieli o swoich sadach. Choć wiele drzew spłonęło, choć przyszli nowi mieszkańcy z różnych stron Polski, nikt nie śmiał wykarczować jabłoni Jadwigi. Mówi się, że w niektóre noce, gdy księżyc wisi nisko nad Pogórzem Kaczawskim, można zobaczyć jej postać między drzewami – pochyloną, uśmiechniętą, z koszykiem pełnym owoców. A jeśli wtedy zerwiesz jabłko i podzielisz się nim z drugim człowiekiem, to przyjaźń wasza przetrwa całe życie.

Epilog

Dziś w Wiadrowie ludzie znów pieką szarlotki, tłoczą soki, robią kompoty, powidła, dżemy i wspominają dawną zielarkę. Kiedy jesienią słońce chowa się za stożkiem Ostrzycy, a powietrze pachnie jabłkami i dymem z ognisk, mówi się, że Jadwiga z Wiadrowa wciąż chodzi między drzewami. Słysząc wtedy delikatne szelesty – to wiatr niesie jej pieśń:

*Z ognia powstała ziemia,
z ziemi wyrósł owoc,
a w owocu – życie i miłość.*

I może właśnie dlatego, kto spróbuje jabłka z Wiadrowa, zawsze wraca tu znów. Bo ten smak – to nie tylko owoc. To historia, legenda i pamięć ziemi, która spała w ogniu. Dzieci **się** uczą, że w każdym jabłku, nawet najmniejszym, tkwi odrobina ognia z czasów, gdy ziemia tu płonęła. A starsi powtarzają stare powiedzenie:

Kto jabłko z Wiadrowa zje, temu życie smakiem się śmieje.

LEGENDA O LIPACH Z LIPY I DUCHU Z JASTROWCA



Dawno, bardzo dawno temu, gdy w dolinie nad potokiem w Lipie rosły tylko gęste bory, a mgły snuły się po łąkach niczym duchy dawnych czasów, istniała mała osada zwana Lipa. W sercu wsi, na wzgórzu, stały trzy wielkie lipy – tak stare, że ludzie mawiali, iż pamiętają jeszcze pierwszych rycerzy z zamku, który **niegdyś** wznosił się nieopodal wśród lasów.

Część I – Trzy lipy i ich tajemnica

Każda z lip miała swą moc. Pierwsza dawała spokój duszy, druga leczyła serce, a trzecia – jak **wieść** głosiła – chroniła przed złymi duchami. Nikt nie śmiał ich ściąć, bo wierzono, że korzenie drzew sięgają samego starego zamku w lesie, którego dziś już próżno szukać wśród ruin i zarośli.

Część II – Wędkarz Marcin z Lipy

W tamtej wsi żył Marcin, cichy wędkarz i samotnik. Mówiono, że potrafił złowić rybę nawet wtedy, gdy inni wracali z pustymi rękami. Często siadał nad stawem pod lipami, a gdy słońce zachodziło, szeptał do wody modlitwy, które znano z dziada pradziada – niby zwykłe słowa, lecz pełne magii dawnych czasów.

Pewnej nocy, gdy księżyc był pełen, Marcin ujrzał w wodzie nie odbicie swej twarzy, lecz postać kobiety o jasnych włosach i oczach jak poranna rosa. Zjawa przemówiła cichym głosem:

– Marcinie z Lipy, serce tve czyste, a dusza silna. Uwolnij mnie, a wieś twoja nie zazna już biedy. Klucz do mojego losu znajdziesz w ruinach zamku w lesie, gdzie czas przestał płynąć.

Część III – Zamek wśród lasu

Nazajutrz Marcin wyruszył o świcie. Szukał ścieżki, którą znały tylko stare jelenie i wiatr. Wreszcie ujrzał kamienne mury porośnięte mchem – resztki dawnego zamku rycerza Jastrza, którego serce, jak głosiła legenda, skamieniało z żalu po utraczonej ukochanej. W lochu znalazł stary dzban z wybitym herbem – trzema lipowymi liśćmi. Kiedy uniósł dzban, ziemia zadrżała, a z mroku wyłoniła się zjawia tej samej kobiety. Była to pani Jastrowiecka, córka rycerza z pałacu w Jastrowcu, którą wieki temu pochłonęła klątwa, łącząca zamek i lipy jednym losem.

– Dzięki twojej odwadze – rzekła – duch mój wolny, a ziemia ta **się** odrodzi. Niech trzy lipy strzegą Lipy, a pałac w Jastrowcu znów zabłyśnie światłem życia.

Część IV – Cień i świt

Kiedy zniknęła, zamek zapadł się w ziemię, a w miejscu ruin wyrosła czwarta lipa – złocista, jakby spleciona z promieni słońca. Marcin wrócił do wsi, a ludzie długo jeszcze mówili, że gdy w letnią noc usiądziesz pod tymi drzewami, **możesz** usłyszeć szum dawnych historii i delikatny śmiech pani z Jastrowca. Od tamtej pory w Lipie lipy kwitną wcześniej niż gdziekolwiek indziej, a woda w stawie nigdy nie zamarza – jakby duch wdzięcznej kobiety wciąż strzegł wędkarza Marcina i jego wioski.



Materiały opracowane na podstawie własnego doświadczenia i pracy oraz dostępnych materiałów, przez członków Grupy Nieformalnej „Klub Szalonych Pisarzy”.

KLUB SZALONYCH PISARZY

BAJECZNIE, KREATYWNIE, INTEGRACYJNIE

W KRAINIE
WYGASŁYCH WULKANÓW



Wydawnictwo KryWaj

SPIS TREŚCI



| | |
|--|-----------|
| Wstęp | 3 |
| Bajkowo i kulinarnie w Krainie Wygasłych Wulkanów | 6 |
| Część historyczna – owoce z Krainy Wygasłych... | 8 |
| Nota krajoznawcza | 9 |
| Bajkowe Kaczawskie | 10 |
| Bajkowa legenda – opis zagadnienia | 12 |
| I. Desery z Krainy Wygasłych Wulkanów | 15 |
| 1. Wulkanowa lawa czekoladowa | 15 |
| 2. Leśne Jeziorko Mszaków | 15 |
| 3. Chmury nad Wulkanem Ostrzycą | 16 |
| 4. Popiół wulkaniczny z waniliowym niebem | 16 |
| 5. Kaczawski deser jabłkowo-cynamonowy... | 17 |
| Bajkowa legenda o złotym ulu i jabłkach z popiołu | 19 |
| 6. Kaczawski deser gruszkowo-orzechowy... | 21 |
| Bajkowa legenda o kaczawskim deserze... | 23 |
| 7. Lawendowy obłok z Wąwozu Myśluborskiego | 24 |
| 8. Jabłko ze Złotego Lasu | 25 |
| 9. Wulkanowa słodycz Królowej Wilków | 26 |
| II. Bajkowe ciasta, słodkie desery i bajkowe... | 28 |
| 1. Kaczawski makowiec z gruszkami... | 28 |
| Bajkowa legenda o Makowej Księżniczce... | 31 |
| 2. Kaczawski orzechowiec z gruszkami i jabłkami | 33 |
| Bajkowa legenda o złotym orzechu i owocowym... | 36 |
| 3. Kaczawskie ciasto marchewkowe z kremem... | 37 |
| Legenda o kaczawskim cieście marchewkowym... | 39 |
| 4. Kaczawskie ciasto dyniowe z kremem... | 41 |

| | |
|---|----|
| Legenda o dyniowym cieście z Kaczawskiego Wąwozu | 43 |
| 5. Kaczawskie ciasto buraczkowe z malinami... | 45 |
| Legenda o Czerwonej Dolinie i cieście z serca Ziemi | 47 |
| 6. Kaczawski piernik z lawendą i śliwkami | 49 |
| Krem lawendowo-miodowy do piernika | 51 |
| Polewa lawendowo-miodowa | 51 |
| Legenda o kaczawskim pierniku z lawendą i śliwkami | 53 |
| 7. Kaczawski sernik z wiśniami, kawą i... | 55 |
| Wariant z polewą orzechowo-kawową... | 57 |
| Bajkowa legenda o serniku z Doliny Wiśniowego Snu | 58 |
| Wiśnie z Doliny Szeptów | 58 |
| Kawa z Kamiennego Źródła | 59 |
| Orzechy z Lasu Szeptów | 59 |
| Ser z Doliny Kamiennego Księżyca | 59 |
| Bajkowe kamienie szczęścia i marzeń | 61 |
| Bajkowe kamienie szczęścia i marzeń | 63 |
| Lawendowy obłok z Wąwozu Myśliborskiego | 64 |
| Jabłko ze Złotego Lasu | 65 |
| Wulkaniczna słodycz Królowej Wilków | 66 |
| Bajkowe Kamienie Szczęścia z Paszowic i Bolkowa | 67 |
| Legenda o jabłkach z Wiadrowa | 70 |
| Część I – Początek legendy | 70 |
| Część II – Sady Wiadrowskie | 71 |
| Część III – Jabłeczники i „Sądy Jabłkowe” | 72 |
| Część IV – Gruszkowa mądrość i śliwkowe... | 72 |
| Część V – Soki, nalewki i tajemnica smaku | 73 |
| Część VI – Tajemnica przetrwała | 73 |
| Epilog | 74 |
| Legenda o lipach z Lipy i Duchu z Jastrowca | 75 |
| Część I – Trzy lipy i ich tajemnica | 75 |
| Część II – Wędkarz Marcin z Lipy | 75 |
| Część III – Zamek wśród lasu | 76 |
| Część IV – Cień i świt | 76 |