



PRASKA GIEŁDA SPOŻYWCZA

Środa - czwartek | 10 - 11 LISTOPADA 2010

Dodatek specjalny



ZENON DANIŁOWSKI
prezes
Praskiej Giełdy Spożywczej

Jabłko zajmuje dominującą pozycję na krajowym rynku owoców. Zależy nam, by wiodło prym w codziennym jadłospisie Polaków. Organizując Dni Jabłka, chcemy zwrócić uwagę młodzieży i ich wychowawcom na to, że łatwo dostępny i dość niedrogi owoc ma mnóstwo witamin, błonnika. Chcemy też zachęcić wszystkich do tego, by każdego dnia włączali jabłko do swojej diety. Pragnę też podkreślić, że wybierając w sklepach krajowe owoce, jak jabłka, gruszki czy śliwy, wspieramy polskich sadowników. Atutem tych owoców jest też to, że mają one w sobie niewiele konserwantów. A na Praskiej Giełdzie Spożywczej dostępne są też jabłka z sadów ekologicznych. Mimo nieco wyższej ceny cieszą się one coraz większym zainteresowaniem konsumentów. Nie powinny nas zniechęcać do ich kupowania ciemne plamki na skórce czy niejednorodne kształty, bo świadczą one tylko o tym, że do ich wzrostu nie są wykorzystywane środki chemiczne.

Owocowe hity giełdowe

Jesienią krajowe jabłka wiodą prym na Praskiej Giełdzie Spożywczej w Ząbkach. W związku z tym pod koniec września te krajowe owoce miały tam swoje dni

AGNIESZKA GROTEK

Jednym z największych rynków hurtowych w Polsce jest Praska Giełda Spożywcza w Ząbkach. Jej misją jest tworzenie i doskonalenie nowoczesnego hurtowego rynku zaopatrzenia dla handlu detalicznego i gastronomii. Produkty dostępne są tam w następujących sektorach: mięso i jego przetwory, nabiał, owoce i warzywa oraz pozostałe artykuły spożywcze. Jak podkreślają przedstawiciele ząbkowskiej giełdy, bardzo ważne miejsce zajmują krajowe owoce. Łącznie na giełdzie znajduje się 28 hurtowni oferujących owoce i warzywa. Zajmują one powierzchnię blisko 2 tys. mkw. Pojedyncze hurtownie mieszczą się na powierzchni od 40 do 160 mkw. A to jeszcze nie wszystko. Dodatkowo nawet 100 handlowców pojawia się na placu owocowo-warzywnym.

Potwierdzeniem istotnej pozycji owoców były zorganizowane na Praskiej Giełdzie Spożywczej 28 i 29 września Dni Jabłka. Imprezę zorganizowano ze Związkiem Sadowników Rzeczypospolitej Polskiej i Urzędem Miasta w Ząbkach. - Jabłek produkujemy najwięcej w Europie - podkreśla Mirosław Maliszewski, prezes Związku Sadowników RP. - Ale niestety już tak chętnie w naszym kraju ich nie jemy. Jedna osoba zjada w ciągu roku raptem 15 kg tych

owoców. I ta tendencja spadkowa w konsumowaniu jabłek ciągle się utrzymuje. Jeszcze dziesięć lat temu każdy z nas zjadał średnio 23 kg tych owoców w ciągu roku. By poprawić sytuację i przypomnieć wszystkim, a przede wszystkim dzieciom i młodzieży, jak ważne jest jabłko dla naszego zdrowia, organizujemy właśnie Dni Jabłka. W tym czasie młodzież może poprzez dobrą zabawę poznać walory krajowych owoców i warzyw - dodaje Mirosław Maliszewski. Prezes Związku Sadowników RP podkreśla także, że poprawa poziomu konsumpcji jabłek wyraźnie poprawi sytuację ekonomiczną polskich sadowników.

Podczas Dni Jabłka uczniowie podstawówek przygotowywali owocowe sałatki, gimnazjaliści natomiast popisali się umiejętnością obierania jabłek. Najpyszniejsze sałatki przygotowała klasa VIc z SP nr 1 im. Gen. Franciszka Kleeberga w Ząbkach w składzie: Żaneta Andrzejczyk, Karolina Olszewska, Paulina Szyszka. Najdłuższą obierkę o długości 120 cm udało się wykroić uczniom klasy II d Publicznego Gimnazjum nr 1 im. Jana Pawła II w Ząbkach w składzie: Klaudia Matusik, Małgorzata Swat, Marcin Kasprowicz. W czasie Dni dyrektorzy szkół zapoznali się z najnowszą edycją programu „owoce w szkole”. Można też było wysłuchać wykładów na temat uprawy oraz przetwórstwa owoców.

Rozstrzygnięty został także konkurs malarski „Owocolandia - kraina witamin”, na który wpłynęło aż 1231 prac ze wszystkich zakątków kraju. W kategorii szkół podstawowych I nagrodę otrzymała Daria Winiarek ze SP nr 12 w Otwocku, II nagrodę Hubert Tyszkiewicz z ZS w Maszewie Dużym, III nagrodę Aleksandra Lewandowska z SP nr 6 w Płocku. Dodatkowo jury przyznało w tej kategorii 12 wyróżnień. W kategorii szkół gimnazjalnych I nagrodę otrzymała Aleksandra Bartkiewicz z GP nr 1 w Radzyminie, II nagrodę Eliza Domżała z GP nr 2 w Ząbkach, III nagrodę Barbara Niedzińska z GP nr 2 w Ząbkach. Ponadto jury przyznało w tej kategorii 13 wyróżnień.

Podczas spotkania rocznicowego giełdy 30 nadesłanych prac zostało zlicytowanych na rzecz Koła Pomocy Dzieciom Niepełnosprawnym w Ząbkach za łączną kwotę 8800 zł. Ponadto jabłko jest składnikiem logo Praskiej Giełdy Spożywczej.





JAKUB OSTALOWSKI

W tym sezonie na Praskiej Giełdzie Spożywczej wybrano hurtownie przyjazne klientowi i solidnych partnerów praskiej giełdy spożywczej

Nagrody pro

Laury i statuetki wręczono zwycięzcom 1 października podczas uroczystego pikniku w ogrodzie restauracji Na Skrajnej. Zwycięzcy tego pierwszego konkursu zostali wybrani przez samych klientów Praskiej Giełdy Spożywczej. Do urn wrzucili oni ok. 2 tys. konkursowych kuponów. Oceniali jakość towaru, bogactwo oferty, system rabatów, ich konkurencyjność, ekspozycję cen i towaru, estetykę samej przestrzeni handlowej, możliwość zamawiania towaru przez Internet, poziom relacji interpersonalnych, a nawet pomoc podczas załadunku produktów. Każdy z klientów giełdy mógł oddać tylko jeden głos na swojego ulubionego hurtownika.

Natomiast laureatów nagrody Solidny Partner Praskiej Giełdy Spożywczej wybierała kapituła konkursowa. Kandydatów zgłaszali członkowie rady nadzorczej, zarządu oraz operatorzy Praskiej Giełdy Spożywczej.

Formą uhonorowania osób, instytucji i firm szczególnie zasłużonych dla naszej giełdy jest właśnie statuetka – podkreśla Janusz Dąbrowski, dyrektor Praskiej Giełdy Spożywczej w Żąbkach. Wykonana została ze szkła, ma formę prostopadłościanu, a na samej górze logo fundatora (jabłko). Wszyscy wyróżnieni w konkursach podkreślają zgodnie, że współcześni konsumenci są wyjątkowo wymagający i by utrzymać się na rynku, trzeba sprostać ich wygórowanym wymaganiom. A najlepszą drogą do sukcesu jest zaopatrywanie się u najlepszych hurtowników. Dostawcy z kolei muszą utrzymywać oferowany towar na najwyższym poziomie, by właściciele hurtowni właśnie u nich się zaopatrywali.

-ag

LAUREACI PLEBISCYTU HURTOWNIA PRZYJAZNA KLIENTOWI

Przedsiębiorstwo Handlowo-Ustługowe Mariusz Reda
Hurtownia oferuje artykuły spożywcze. Na Praskiej Giełdzie Spożywczej jest od 1997 roku. Asortyment oferowanych produktów obejmuje kilkaset pozycji, wśród których znajdziemy soki, napoje, artykuły sypkie, herbaty i inne artykuły spożywcze. Hurtownia sprzedaje produkty na powierzchni blisko tysiąca mkw. Prowadzi także dystrybucję towaru dla klientów z najbliższej okolicy.

Tano - Dystrybucja sp. z o.o.
Hurtownia oferuje artykuły spożywcze głównie pochodzenia naturalnego. Specjalizuje się w asortymencie wód mineralnych, soków i napojów. W ofercie ma jednak także konserwy rybne i dania gotowe. Prowadzi własną dystrybucję większości sprzedawanych towarów. Jako jedna z pierwszych wprowadziła nowoczesną technologię sprzedaży – całkowicie skomputeryzowaną. Hurtownia handluje na powierzchni około 1400 mkw., którą planuje zwiększyć o kolejne 600 mkw. Na Praskiej Giełdzie Spożywczej funkcjonuje od 1991 r. Tano należy do grupy dystrybutorów Tedi Mag i KCD.

Przedsiębiorstwo Handlowe Arpol Arkadiusz Pióro
Hurtownia oferuje owoce i warzywa pochodzenia krajowego oraz cytrusy. W tym roku firma powiększyła swoją powierzchnię dwukrotnie. Obecnie ma do swojej dyspozycji prawie 100 mkw. Potem zajmowanej powierzchni firma przeznaczyła na chłodnię. Oprócz sprzedaży stacjonarnej prowadzi dystrybucję swoich produktów w promieniu 30 kilometrów. Na Praskiej Giełdzie Spożywczej funkcjonuje od 1991 roku.

Sprzedaż Hurtowa Warzyw i Owoców Andrzej Burdelas
Hurtownia sprzedaje owoce i warzywa przede wszystkim krajowe, ale w jej ofercie nie brakuje owoców i warzyw z zagranicy. Na Praskiej Giełdzie Spożywczej działa od 1998 roku, a od 2000 roku sprzedaż prowadzi w hali, a nie na placu targo-

wym. W związku ze zmianą lokalizacji asortyment oferowanych przez firmę produktów znacznie się powiększył – zwłaszcza o artykuły pochodzenia zagranicznego. Obecnie hurtownia handluje na powierzchni około 100 mkw., na której usytuowana jest również dojrzewalnia bananów oraz zajmująca 30 mkw. chłodnia.

Handel Obwoźny Włodzimierz Gryciuk
Hurtownia sprzedaje owoce, warzywa i jaja. Na Praskiej Giełdzie Spożywczej jest od 1992 r. Do swojej dyspozycji ma 160 mkw. Hurtownia owocowo-warzywna wyposażona jest w trzy chłodnie. Każda z nich przystosowana jest do różnego typu owoców i warzyw (chłodnia bananowa, chłodnia na owoce i warzywa twarde typu marchew, ziemniaki, buraki, jabłka oraz chłodnia na owoce i warzywa miękkie typu winogrona, pomidory, ogórki, koperek, szczypiorek, sałata itd.). Firma oferuje dystrybucję asortymentu bezpośrednio do sklepów, szkół i firm cateringowych.

LAUREACI STATUETKI SOLIDNY PARTNER PRASKIEJ GIEŁDY SPOŻYWCZEJ

KATEGORIA - DOSTAWCA

Gospodarstwo Rolno-Ogrodnicze Andrzeja Zygmunta ze Starej Wsi
Gospodarstwo ma 4 hektary i oferuje odbiorcom trzy odmiany pomidorów. Firma rodzinna zatrudniająca 30 osób istnieje na rynku od 1995 r. Blisko 70 proc. produkcji tego gospodarstwa, pochodzącej w całości ze szklarni, kierowane jest na eksport: głównie do Francji i Wielkiej Brytanii, ale także do Rosji i na Wyspy Kanaryjskie. Firma posiada certyfikat jakości Euregap. Trzecia część produkcji na rynek krajowy trafia na Praską Giełdę Spożywcza.

Balcerzak i Spółka sp. z o.o. z Wróblowa
To producent znany z kabanosów drobiowych. W ofercie ma też wiele produktów z mięsa wieprzowego i drobiowego. Nowości wprowadzone na rynek to m.in. szynka z tradycyjnej wędzarni i kaszanka ze szpizarni. Firma zatrudnia blisko 600 pracowników.



JAKUB OSTALOWSKI

osto z giełdy

Wytwarza blisko 80 ton wyrobów na dobę, a w asortymencie produkcji znajduje się ponad 120 pozycji. Oprócz sprzedaży na rynku krajowym swoje wyroby dostarcza do Niemiec i Wielkiej Brytanii. Znaczna część produkcji tej firmy trafia na Praską Giełdę Spożywczą.

Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Kosowie Lackim

Firma ta istnieje od 1926 r. Zatrudnia blisko 300 osób. Wytwarza pełen asortyment produktów nabiałowych. W ofercie ma wiele towaru przygotowywanego bez użycia konserwantów chemicznych. Spółdzielnia jest znanym producentem serów dojrzewających typu holenderskiego i szwajcarsko-holenderskiego, serów twarogowych, galanterii mlecznej i masła. Nowym cenionym przez konsumentów produktem jest ser szwajcarsko-holenderski z dziurami. Odbiorcami tych smakotyków są największe hurtownie na Praskiej Giełdzie Spożywczej.

Serek sp. z o.o. z Warszawy

Firma istnieje od 1990 r. Pracuje w niej ponad 50 osób. Oferuje artykuły spożywcze i nabiał. Nazwa jej nawiązuje do początkowego okresu istnienia firmy, kiedy handlowała tylko nabiałem. Serek dostarcza produkty do większości hurtowni na PGS.

Gospodarstwo Rolno-Ogrodnicze Tadeusza Tarsały z Nowej Wsi

Gospodarstwo zajmuje 20 hektarów. Rośnie tam przede wszystkim włoszczyzna, tj. seler, marchew, pietruszka i por. Około 2 hektarów powierzchni zajmuje las leszczynowy, który jest miejscem pozyskiwania orzechów. Cała produkcja gospodarstwa za pośrednictwem kilku hurtowni jest sprzedawana wyłącznie na Praskiej Giełdzie Spożywczej, z którą gospodarstwo współpracuje od 16 lat.

KATEGORIA - KLIENT

Market Raj, Smoczyńska i Kozarzewska Spółka Jawna

Firma istnieje od 1999 r. Ma w Sulejówku dwa sklepy ogólnospożywcze z dodatkowym asortymentem chemii gospodarczej. Zaopatruje je w kilku hurtowniach zlokalizowanych na Praskiej

Giełdzie Spożywczej. Obydwa obiekty należące do spółki handlowej mają łącznie ponad 600 mkw.

„Bis” Sklep Spożywczo-Przemysłowy Anna Stefaniak w Warszawie

To biznes rodzinny prowadzony od 1999 roku. Sklep oferuje różnego rodzaju artykuły spożywcze, a także chemię gospodarczą. Sam lokal handlowy ma 60 mkw. Sklep zaopatruje się w towar głównie w hurtowniach zlokalizowanych na Praskiej Giełdzie Spożywczej.

Sklep Ogólnospożywczy Beaty Walczak w Ząbkach

Sklep o powierzchni sprzedaży blisko 100 mkw. zlokalizowany jest na targowisku miejskim w Ząbkach. Oferuje swoim klientom różnego rodzaju artykuły spożywcze, które w większości nabywa na Praskiej Giełdzie Spożywczej. Właścicielka z uwagi na wymagania klientów sprowadza do sklepu produkty najwyższej klasy.

Handel Obwoźny Szmurło Stanisław z Halinowa

Firma istnieje od 1995 roku. Prowadzi sklep w Sulejówku oferujący mięso oraz wędliny wieprzowe i drobiowe. Warto podkreślić, iż wędliny przygotowywane są na bazie tradycyjnych receptur, z mięsa wysokiej klasy, bez użycia środków konserwujących.

KATEGORIA - MEDIA

Tygodnik „Więści Podwarszawskie”

Redakcja pisma zlokalizowana jest w Wołominie. W tym roku „Więści Podwarszawskie” obchodzą już swoje 20. urodziny. Od samego początku są gazetą płatną, niezależną, utrzymującą się z reklam i sprzedaży. Najważniejszy dla redakcji jest człowiek, jego osiągnięcia i problemy. Obecnie pismo swym zasięgiem obejmuje powiat wołomiński, otwocki, legionowski i obrzeża Warszawy. Redakcja ma na swym koncie I nagrodę w konkursie dla prasy lokalnej oraz udział w setkach akcji charytatywnych. Tygodnik wydaje Spółka MARPAN. Redaktorem naczelnym pisma jest Marek Chrzanowski.



MATERIAŁY PRASOWE

Z tradycją i smakiem

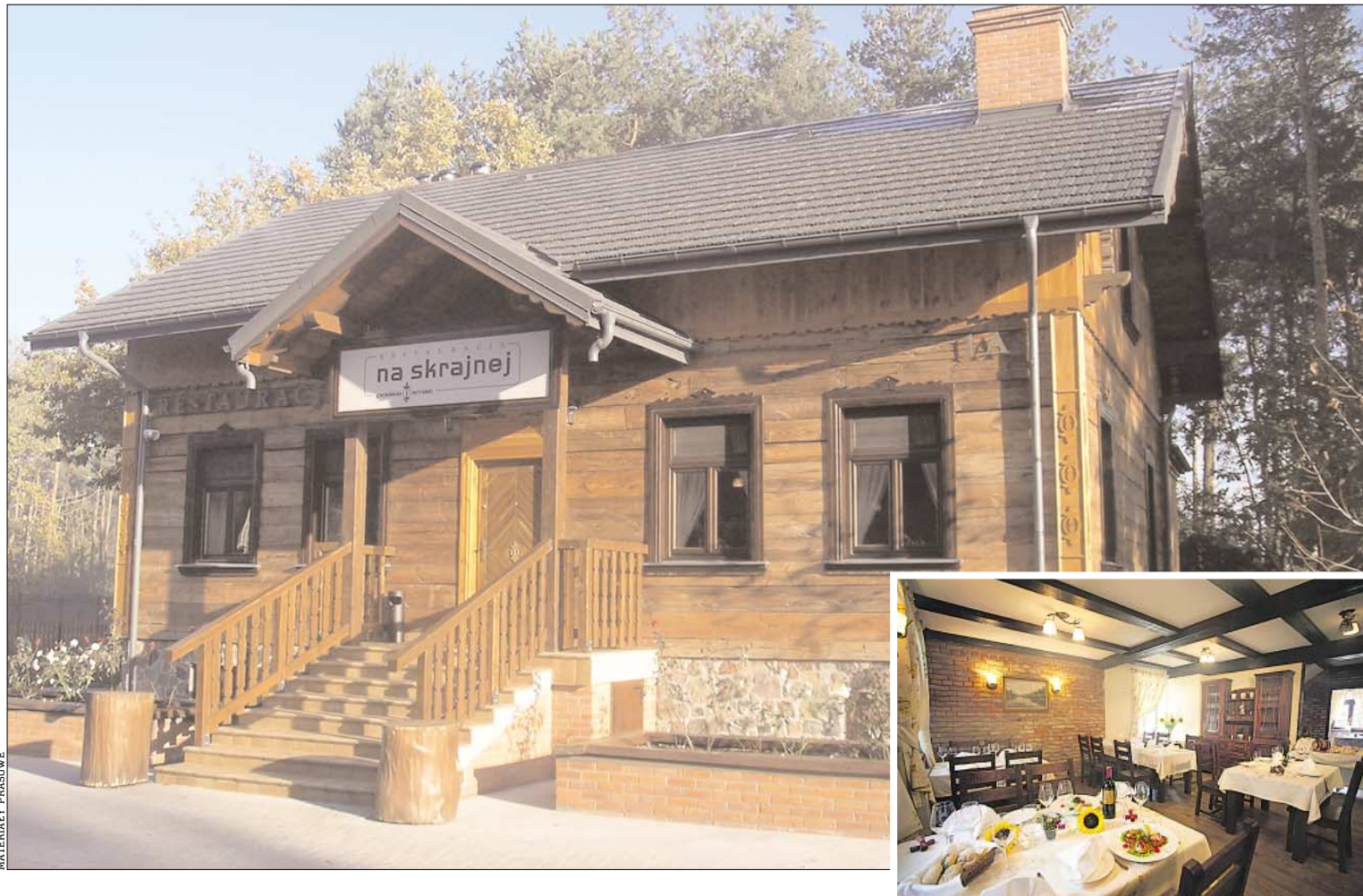
W ramach projektu Polskie Smaki Praska Giełda Spożywcza otworzyła w październiku restaurację, która serwuje potrawy kuchni polskiej

Specjalnością jest pieróg biłgorajski, podawany wszystkim gościom na powitanie. Ponadto można spróbować dań z drobiu, wieprzowiny, wołowiny, ryb, pierogów, swojskiej kiełbasy i pieczonych na miejscu chlebów. Szef kuchni inspiracje czerpie z tradycyjnych receptur. Przepisy pochodzą z dawnych kuchni dworskich, przydrożnych karczm i włościańskich chat. W kuchni wykorzystywane są wyłącznie naturalne przyprawy, a niektóre produkty pochodzą z ekologicznych upraw. Dostawcami są sprawdzeni producenci, którzy od lat sprzedają swoje towary na Praskiej Giełdzie Spożywczej. Nieodłącznym elementem działalności restauracji będą pokazy kulinarne, odsłaniające tajemnice wypieku chleba, wędzenia kiełbasy, robienia nalewek. Szef kuchni zaprasza na piątkowe uczyty i niedzielne biesiady pod hasłem „U nas jesz, ile chcesz”. Organizowane są też imprezy okolicznościowe.

Restauracja Na Skrajnej mieści się w Ząbkach. Budynek otoczony sosnowym lasem przypomina stary włościański dom. Elewacja wykonana jest z elementów oryginalnej polskiej chaty z I połowy XX wieku ze wsi Borzymy pod Siemiatyczami.

Więcej informacji o restauracji „Na Skrajnej” na www.naskrajnej.pl

—a.u.



MATERIAŁY PRASOWE

W środę robimy swojską kiełbasę

DANIEL TWARDO

SZEF KUCHNI
W RESTAURACJI
NA SKRAJNEJ

Lubi pan kuchnię polską?

DANIEL TWARDO: Tak. Wątróbki drobiowe z żurawiną, schabowy z zasmażaną kapustą, lin w śmietanie czy szarlotka na gorąco są moimi faworytami, choć przyznam, że nie jest to łatwa kuchnia. Dotychczas pracowałem w kuchni międzynarodowej. Do przygotowania tego typu potraw potrzeba jedynie wizji i kreatywności kucharza. Musiałem sobie przypomnieć wiele przepisów. W polskiej kuchni są pewne utarte standardy, tzn. kaczka smakuje przeważnie z żurawiną, polewczki wieprzowe z sosem kurkowym. W kuchni staropolskiej liczy się bardziej smak niż wygląd. Jeśli do kaczki podam sos z sera pleśniowego, to już nie będzie to tradycyjne danie. W kuchni polskiej trudno jest eksperymentować. Smak możemy wydobyć, używając dobrej jakości produktów.

Ale dania, które serwujecie, nie dość, że są smaczne, to jeszcze ciekawie podane. I mówi pan, że wygląd się nie liczy?

Miło jest dostać ciekawie skomponowane danie, praw-



MATERIAŁY PRASOWE

da? Skoro nie ma możliwości eksperymentowania ze smakiem, można zabawić się i zaskoczyć gości formą. Zwracam na to szczególną uwagę, dlatego moje dania są pięknie i ciekawie podane.

Smak narodowej kuchni to nie tylko sposób przyrządzania i przyprawiania dań, ale przede wszystkim jakość i specyficzny smak produktów.

To prawda. Dlatego używamy najwyższej jakości składników, wiele pochodzi z upraw ekologicznych, np. mięso i jaja kur zielononózek oraz zioła. Nabiał, owoce i warzywa kupujemy na Praskiej Giełdzie Spożywczej od sprawdzonych producentów.

Łączymy tradycyjne receptury ze współczesną dbałością o bezpieczeństwo żywności. Surowce muszą być nie tylko świeże, ale produkowane, przygotowywane, przechowy-

wane i transportowane zgodnie z standardami HACCP.

Często zachwycamy się kuchniami innych narodów, a swojej nie doceniamy. Dlaczego tak jest?

Bo jej nie znamy. Mamy bogate tradycje kulinarne, których nie szanujemy. Utarło się przekonanie, że dania kuchni polskiej są ciężkie i tłuste. To nieprawda. Dla

przykładu bigos gotuje na gło-
wiznie, która nie jest tłusta. Rosół z kury zielononóżki jest chudy, bo ta kura żyje na wolności. Ponadto po jej obgotowaniu, wylewam pierwszy wywar i gotuję ją jeszcze raz. Przez to rosół jest delikatny w smaku, a do tego pyszny i aromatyczny. Przekonanie o tłustej i ciężkiej kuchni pochodzi z czasów saskich „jedz, pij i popuszczaj pasa”. Trzeba pamiętać, że kuchnie szlachecka i włościańska często były postna.

Specjalnością restauracji jest pieróg biłgorajski, zwany dawniej krupniakiem. To specjał Lubelszczyzny. Jakie inne dania regionalne, promujecie u siebie?

Wyszukujemy regionalne przepisy z całej Polski, ale głównie z województwa podlaskiego i lubelskiego. Pieróg biłgorajski jest mało znany, gdyż nikt go nie promuje. Dlatego chcemy podawać go gościom, by przekonali się, że

jest przepyszny, szczególnie w towarzystwie masła czosnkowego. My podajemy go codziennie. Oprócz tego polecamy m.in. łososia wędzonego na chrupiących blinach, tataro wołowego z żółtkiem od kury zielononóżki, okonki smażone na sałatach z jajkiem w koszulce, jagnięcinę na warzywach grillowanych z sosem pieczeniowo-miętowym. Chętnie wybierana jest przez gości kaczka z żurawiną i jabłkiem. Można u nas spróbować świeżych chlebów razowych (z pietruszką, kminkiem lub z suszonymi pomidorami), które codziennie pieczemy. W środy robimy swojskie kiełbasy. Na Podlasiu wyszukałem przepis na białą kiełbasę wiejską i kiełbasę z Podlasia. Składnikiem białej jest kasza jaglana, zaś kiełbasa z Podlasia jest rodzajem kiełbasy ziemniaczanej. Tarte ziemniaki, zarumieniony boczek, zeszkolona na maśle cebulka, a wszystko to przyprawione

mieszanką ziołową. Oczywiście jest jeszcze to „coś”, co stanowi o niepowtarzalności smaku tego dania. Ale tego nie zdradzę. Mamy również dania wegetariańskie. Powodzeniem cieszą się pierogi z kaszą gryczaną. To rodzaj pierogów ruskich, popularnych na Lubelszczyźnie.

Skąd pan czerpie przepisy na staropolskie mięsiwa?

Wykwintną kuchnię dworów szlacheckich można odtworzyć. Korzystam ze starych ksiąg kucharskich, ale wiele receptur pozyskałem od gospodyń, które na festynach, weselach czy też w domu serwują rewelacyjne dania. W grudniu organizujemy „Dni bigosu”, na które zaprosimy nie tylko kucharzy, ale i gospodynie, aby wspólnie gotować, degustować i przede wszystkim zgromadzić różnorodne receptury, bo każda wieś ma inny przepis na bigos. Będą konkurs i nagrody.

—rozmawiała Agnieszka Usiarczyk

PRZEPIS

Wątróbki drobiowe duszone w żurawinie, podawane na bukiecie sałat (przepis dla 1 osoby)

Produkty: 120 g wątróbek drobiowych, 50 g żurawiny, kilka liści sałaty lodowej, karbowanej, radicchio, 100 ml czerwonego wina, 5 g majeranku, 5 g tymianku, 100 ml soku z jabłka, mleko, sól, pieprz.

Sos balsamiczny: 100 ml octu balsamicznego, 2 łyżki cukru,

2 ząbki czosnku, liść laurowy, ziele angielskie. Cukier karmelujemy, dolewamy ocet balsamiczny, dodajemy 2 wyciśnięte ząbki czosnku, liść laurowy i ziele angielskie. Następnie gotujemy chwilę, aż powstanie gęsty sos.

Wątróbki oczyścimy z żył i tłuszczu, zalewamy mlekiem i zostawiamy na 2 godziny. Następnie marynujemy

w czerwonym winie, tymianku, majeranku, soku z jabłka oraz pieprzu kolorowego. W marynacie trzymamy kilka godzin. Można też zostawić je na całą noc. Tak zamarynowane wątróbki obtaczamy w mące i smażymy na patelni z obu stron przez mniej więcej 15 sekund. Zalewamy czerwonym winem, dodajemy żurawinę i dusimy przez 2 minuty. Sałatę mieszamy i skrapiamy octem balsamicznym. Wątróbki układamy



na talerzu razem z sałatami i polewamy sosem balsamicznym. Danie podawać z bułeczkami domowej roboty.