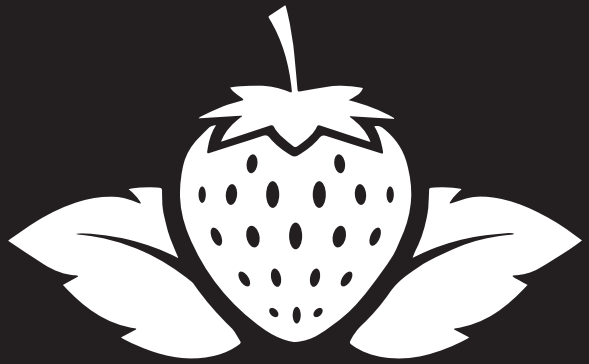


Opracowanie materiałów: Tobiasz Bułynko
Projekt graficzny i skład: Tobiasz Bułynko
Fotografie: Joanna Szamota
Ilustracje: Tobiasz Bułynko
Wydawca: Urząd Miasta Milanówka
Druk: Faber Print w Milanówku

**Autorzy przepisów:**

Halina Budziewska
Katarzyna Dziarczykowska
Anna Kaczorowska
Daniela Kaczorowska
Katarzyna Karpińska
Justyna Komorek
Iwona Liszewska
Milena Łakomska
Aneta Majak
Joanna Malinowska
Karolina Miklaszewska
Agnieszka Mliczek
Barbara Pusz
Zuzanna Pusz
Jadwiga Puzewicz
Ewa i Piotr Skalscy
Michał Słowiński
Joanna Smirnow
Joanna Szutka

Wydanie I
2019 Milanówek
Wszelkie prawa zastrzeżone.
Wydawca zastrzega, że nie ponosi odpowiedzialności za informacje, które uległy zmianie.

# SPIS TREŚCI

Słowo wstępu od wydawcy..... 4
Produkty lokalne..... 5

**Przepisy:**

Piernik Jadwigi..... 12
Zupa serkowa..... 15
Biszkopt z Truskawkami..... 16
Szarlotka chrupiąca orzechami i kruszonką..... 19
Torcik jabłkowy bez pieczenia..... 20
Szyszki..... 23
Lody miodowo-migdałowe..... 24
Torcik Truskawkowy z truskawek z Milanówka..... 27
Zupa z dyni..... 28
Ciasto z truskawkami..... 31
Ciasteczka z masłem orzechowym, białą czekoladą i krówkami..... 32
Tajemnice leśnego runa- ciasto szpinakowe..... 35
Salceson z truskawkami - ciasto..... 36
Konfitura z morwy czarnej..... 39
Torcik truskawkowy..... 40

Śmietankowe babeczki z truskawkami ... 43
Tradycyjny blok czekoladowy z orzechami włoskimi z własnego ogródka ... 44
Nalewka truskawkowa ... 47
Nalewka krówkowa ... 48
Orkiszowy placek z czarnym bzem ... 51
Konfitura z róży ... 52
Tort bezowy ... 55
Ogórki kiszone z liściem dębu ... 56
Sałatka z awokado i truskawek ... 59

**Przepisy z Sąsiedzkiego Pikniku:**
Sałatka z serem pleśniowym i truskawkami ... 60
Śledź z morwą białą i orzechami ... 63
Pierogi krówkowe ... 64

Rzecz o miastach PTO ... 66
Potencjał Podwarszawskiego Trójmiasta Ogrodów ... 70
Baza gastronomiczna PTO ... 72
Notatnik na własne przepisy ... 74
Wycinanki ... 84
Bibliografia ... 91

# Słowo wstępu od wydawcy

Oddajemy w Państwa ręce książkę… którą napisaliście sami. Bo to Mieszkańcy Podwarszawskiego Trójmiasta Ogrodów wysyłali swoje przepisy, które zostały wybrane według konkretnego klucza obecności produktów lokalnych lub występujących lokalnie w Podwarszawskim Trójmieście Ogrodów. Cieszymy się, że udało nam się zebrać w jednym miejscu przepisy, które mogą być podstawą do smacznego niedzielnego deseru lub ostatnią deską ratunku przy niezapowiedzianej wizycie znajomych.

Są to „receptury" wyjątkowe, bo oprócz obecności wspomnianych produktów lokalnych, to także osobna historia rodzinna, towarzyska czy wspomnienie z dzieciństwa. Dziękujemy autorom, że zechcieli uchylić nieco drzwi od swojej kuchni i zaprosić nas do niej.

W samej książce znajduje się również m.in. szczypta informacji o walorach przyrodniczych, kulturowych i krajobrazowych Podwarszawskiego Trójmiasta Ogrodów czy lokalnej bazie gastronomicznej.

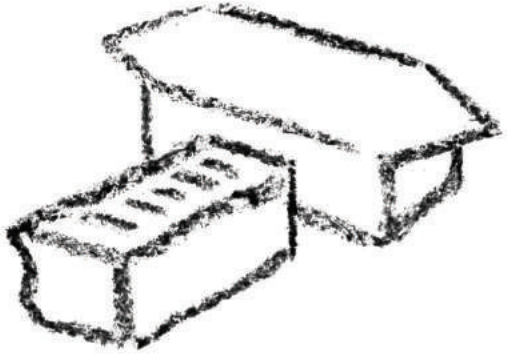
Zatem — nie przedłużając — zachęcamy do zapoznania się z lekturą i życzymy SMACZNEGO!

# Produkty lokalne

# Truskawki

Milanówek nie jest zagłębiem truskawkowym. Ten powstały w wyniku krzyżówki na początku XVIII wieku owoc został nierozerwalnie związany z Milanówkiem za sprawą utworu Wojciecha Młynarskiego „Truskawki w Milanówku". Truskawki to owoce powstałe ze skrzyżowania poziomki wirginijskiej z chilijską. Dojrzewają jako pierwsze owoce w sezonie, a zbiór ich późnych odmian kończy się wczesną jesienią. Truskawki jada się na surowo lub przetworzone. Nadają się na dżemy, konfitury, marmolady, galaretki, musy, lody, soki i napoje. Można nimi dekorować ciasta, naleśniki, gofry, omlety, lody i inne desery. Stanowią również składnik maślanek, jogurtów oraz koktajli. Świeże truskawki są jędrne, sprężyste i twarde. Nie powinny się rozpadać pod wpływem dotyku. Mają intensywny zapach. Są dobrym źródłem witaminy C, A, B1, B2 oraz PP. Ponadto zawierają dużo magnezu, potasu i wapnia oraz pektyn.

Truskawki były symbolem Venus - bogini miłości, ponieważ mają kształt przypominający serce i czerwony kolor. Inne nazwy to poziomka truskawka, poziomka ananasowa lub poziomka wielkoowocowa.



# Krówki

W przypadku „krówek” możemy mówić o dwóch szkołach: falenickiej i otwockiej. I każda z nich ma rację. Jest na świecie miejsce dla sympatyków krówek ciągutek (zwanych również „mordoklejkami”) i kruchych. Przedmiotem tego humorystycznego sporu jest niepozorny mleczny cukierek, który w składzie oprócz mleka i cukru zawierać może margarynę, masło i syrop ziemniaczany. Proces wytwarzania wydaje się z pozoru prosty. Do kotła leje się mleko, dodaje słodki syrop i masło, a potem gotuje. Po dwóch godzinach gęstniejącą krówkową masę wylewa się na specjalne stoły, gdzie stygnąc tężeje. Po kilku dniach dojrzewania kroi się ją na kawałki i pakuje.

Historia polskich krówek sięga co najmniej lat 20. XX w., kiedy to Feliks Pomorski otworzył w Poznaniu wytwórnię słodyczy. I choć są to słodycze o wschodnim rodowodzie, od niemal stulecia nierozerwalnie związały się z dziejami Polski. Produkowane przez niego cukierki były zawijane w papierki z rysunkiem krowy, co przyczyniło się do powstania i szybkiego spopularyzowania nazwy "Krówki". Rozwój firmy przerwała II wojna światowa, w wyniku której rodzina została przesiedlona do podwarszawskiego Milanówka. Obecnie w Milanówku działa kilka zakładów wytwarzających krówki.

# Morwa

Morwa pochodzi z dużych krzewów liściastych. Uprawiana jest w klimacie umiarkowanym i subtropikalnym. Występuje również w niektórych regionach Polski. Tylko niektóre gatunki morwy są jadalne - czarne, czerwone i białe. Znajdują zastosowanie w produkcji likierów i wina. Należy ją przechowywać w suchym, chłodnym i zacienionym miejscu. Dojrzały i świeży owoc morwy powinien być zwarty i jędrny, w ciemno-czerwonym kolorze. Skórka nie może mieć żadnych przebarwień oraz uszkodzeń. Jest źródłem przeciwutleniacza - reswetrolu. Zawiera flawonoidy, kamaryny, taniny, witaminę A, B1, B2 oraz C. Chińczycy wykorzystali morwę do produkcji pierwszych pieniędzy. Warto zwrócić uwagę na fakt, że morwa w liściach i pędach zawiera hormon wzrostu.

W 1924 zawitała do Milanówka wraz z Centralną Doświadczalną Stacją Jedwabniczą, której zadaniem było tworzenie naukowych podstaw jedwabnictwa, promocja przemysłu włókienniczego oraz badania nad odmianami, sposobem uprawy i możliwościami wykorzystania morwy białej. W latach 50 – tych XX w. Wyhodowano pierwszą polską odmianę szlachetną morwy białej wielkolistnej o nazwie „Żółwińska", która odznacza się bardzo szybkim przyrostem rocznym, świetnie nadaje się na żywopłoty, ma duże, jajowate liście i rodzi czarne owoce.

Liście morwy stanowią cenny surowiec zielarski. Zawierają flawonoidy i tianiny, wpływające korzystnie na regulację poziomu cukru i cholesterolu we krwi, polecane jako pomocniczy środek w leczeniu cukrzycy typu II. Preparaty morwowe zmniejszają przyswajanie cukru przez organizm i wspomagają odchudzanie. Herbatka z morwy białej ogranicza apetyt na słodycze.

# Pozostałe produkty lokalne

Krówka, morwa i truskawka to szeroko znane produkty lokalne uwarunkowane historycznie i literacko... Ale z Podwarszawskim Trójmiastem Ogrodów identyfikuje się wiele produktów, które występują lokalnie, są ogólnodostępne, powszechne i nawet nie zdajemy sobie sprawy, że są one naszymi lokalnymi skarbami.

W książce pojawiają się również przepisy w oparciu o: miód, jabłka, orzechy włoskie, czarny bez, owoce róży, porzeczki (owoce i liście), borówki, maliny (owoce i liście) czy liście dębu.

Takie klejnoty kulinarne na pewno znajdziemy w naszych przydomowych ogródkach lub lokalnych targowiskach.

# Przepisy

# Piernik Jadwigi

Barbara Pusz

## SKŁADNIKI

- 4 jajka
- 1 szklanka miodu
- 1 szklanka cukru
- 1 szklanka śmietany kwaśnej
- 3-4 szklanki mąki
- przyprawa do piernika (1 opakowanie)
- 1 łyżeczka sody + 1 łyżeczka amoniaku + szczypta soli

## PRZYGOTOWANIE

1. Do utartych z cukrem żółtek, dodajemy śmietanę i rozpuszczony, ale przestudzony miód, mąkę z proszkiem spulchniającym, szczyptę soli.
2. Na koniec, dodajemy pianę z białek i po wymieszaniu wylewamy do formy wysmarowanej masłem i posypanej bułką tartą.
3. Pieczemy ok. 1 godziny w temperaturze 180 stopni. Po upieczeniu i wystudzeniu, można przełożyć ciasto powidłami śliwkowymi.

Piernik był niedzielnym ciastem, nie tylko dlatego, że był łatwy w wykonaniu, ale też dlatego, że mieliśmy miód od pszczół z własnej pasieki. Wiąże się z tym zabawna historia, kiedy to przywiezione z Mazur do Milanówka pszczoły „poszły" na skróty i produkowały miód o smaku krówek z pobliskiej fabryki „Pomorski i Syn". Miód był w kolorze mlecznym i smaku waniliowym. Tylko czy był nadal miodem? Z powodu tych wątpliwości, wróciły jednak na Mazury do ogrodu stryja.

Zupka jest z podstawowych ogrodowo dostępnych składników. Błyskawiczna w wykonaniu, pyszna i niezawodna przy niespodziewanych gościach, kiedy ktoś z domowników zapomniał powiedzieć, że zaprosił gościa na kolację. Taka zupka to gorący element najprostszej kolacji, choćby najbardziej nieoczekiwanej.

# Zupa serkowa

Barbara Pusz

## SKŁADNIKI

- 300g serka topionego śmietankowego
- 2 cebule dymki ze szczypiorkiem
- 2 ząbki czosnku
- 200 ml śmietany 30%
- ¼ łyżeczki ostrej papryki mielonej
- sól
- pieprz
- natka pietruszki
- 3 marchewki pokrojone w kostkę
- 5 ziemniaków pokrojonych w kostkę

## PRZYGOTOWANIE

1. W garnku o grubym dnie zeszklić na oliwie z masłem cebulę i czosnek oraz marchewkę i ziemniaki dorzucić na chwilę.
2. Kiedy połączą się smaki, całość zalewamy litrem wody, można dodać liść laurowy i 5 ziarenek angielskiego ziela oraz rozdrobnione serki topione.
3. Całość gotujemy do miękkości warzyw.
4. Dodajemy śmietanę i dodatkowo przesmażoną na złoto cebulkę.
5. Dobrze zostawić zupkę na trochę do „przegryzienia" się smaków. Najlepsza jest następnego dnia. Można podawać z grzankami i natką pietruszki.

# Biszkopt z Truskawkami

Barbara Pusz

## SKŁADNIKI

- 4 duże jajka
- szczypta soli
- 70 g cukru
- 100 g mąki pszennej
- 50 g mąki ziemniaczanej
- 500 g truskawek
- 2 galaretki owocowe
- lekka herbata z cytryną do nasączenia biszkoptu

## PRZYGOTOWANIE

1. Białka jajek ubić na sztywną pianę ze szczyptą soli, następnie po łyżce dodawać stopniowo cukier nie przestając ubijać i żółtka, aż składniki się połączą.
2. Mąkę pszenną i ziemniaczaną połączyć, dodać do ubitej piany delikatnie mieszając.
3. Formę do pieczenia posmarować masłem i piec biszkopt w temperaturze 180 stopni, ok. 15 minut.
4. Po ostudzeniu nasączyć i ułożyć truskawki (wszystko w tortownicy w której było pieczone).
5. Całość zalewamy galaretką owocową, uprzednio rozpuszczoną wg przepisu na opakowaniu, ale odejmując w sumie ½ ilości wody.
6. Kiedy ciasto będzie schłodzone, galaretka stężeje podawać można do każdej porcji bitą śmietanę 36%.

To moje pierwsze po wyjściu za mąż ciasto, którym bardzo się przejmowałam czy biszkopt mi nie opadnie i czy ja potrafię sama upiec. Upiekłam i kiedy studziłam krążek biszkoptu, wpadł do kuchni mój świeżo poślubiony mąż i jak w złym śnie, zrolował cienki biszkopt w rulon, na moich oczach pochłonął go mówiąc „niezły ten naleśnik, zrób więcej" i pobiegł na podwórko, gdzie reperował „syrenkę" moich rodziców. I tak wyglądało moje pierwsze spotkanie z ciastem pt. „truskawki z Milanówka".

Z odstawieniem do ostygnięcia związana jest opowieść o jednym z moich czworga dzieci – córce czteroletniej wówczas, która to obdarzona ogromną energią wpadła z impetem do spiżarni gdzie właśnie studziłam na posadzce świeżo upieczoną szarlotkę. Nie zdążyłam ostrzec, kiedy to usłyszałam „mamo, otwieram drzwi a tam patrzę, noga w szarlotce!". (dobrze, że w buciku była). Oj ta noga!

# Szarlotka chrupiąca orzechami i kruszonką

Barbara Pusz

## SKŁADNIKI

- 400 g mąki pszennej tortowej
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 100 g połamanych orzechów włoskich
- 130 g cukru pudru
- 2 łyżeczki cukru waniliowego
- 1 łyżeczka cynamonu
- 1/3 łyżeczki zmielonych goździków
- 200 g miękkiego masła
- 2 łyżki kwaśnej śmietany
- 2 żółtka
- 1,5 kg jabłek
- 2 łyżki soku z cytryny i skórka otarta

## PRZYGOTOWANIE

1. Jabłka lekko przesmażyć z sokiem cytrynowym bez cukru.
2. Do miski wsypać mąkę, dodać połamane orzechy włoskie, posiekane nożem miękkie masło, cukier waniliowy i cukier puder.
3. Składniki wymieszać aż powstanie wilgotny „piasek". Dodać żółtko i śmietanę i króciutko połączyć składniki.
4. Pozostawić w lodówce na ok. 40 min. Tortownicę o średnicy 24 cm lub prostokątną blachę wyłożyć papierem do pieczenia.
5. Połowę ciasta wstawić do gorącego piekarnika i w temperaturze 180 stopni podpiec ok. 20 minut.
6. Na podpieczony spód (ciepły) wyłożyć jabłka i pokruszyć pozostałe ciasto w formie rozdrobnionej.
7. Piec ok. 35 minut szarlotkę odstawić do całkowitego ostygnięcia.
8. Przed podaniem posypać cukrem pudrem, ponieważ jabłka nie są dosłodzone, a tylko podsmażone na patelni z sokiem z cytryny.

# Torcik jabłkowy bez pieczenia

Daniela Kaczorowska

## SKŁADNIKI

- 250 gram masła
- 2 żółtka
- 500 gram jabłek
- 200 gram biszkoptów
- opakowanie galaretki owocowej
- niepełna szklanka cukru
- olejek waniliowy

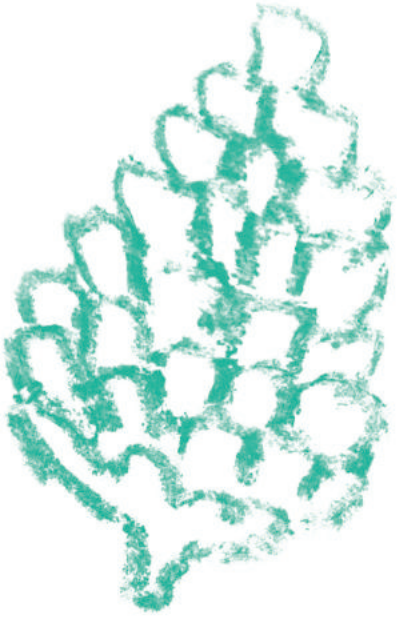
## PRZYGOTOWANIE

1. Masło utrzeć z żółtkami i cukrem, dodać kilka kropli olejku waniliowego, wymieszać.
2. Jabłka umyć, obrać, zetrzeć na tarce o dużych otworach i wymieszać szybko z utartą masą.
3. Dno tortownicy wyłożyć szczelnie biszkoptami, na nie nałożyć masę jabłeczną. Ochłodzić w lodówce.
4. Przygotować galaretkę wg przepisu na opakowaniu, zmniejszając o 1/3 ilość wody i zalać torcik tężejącą galaretką.
5. Całość ostudzić w lodówce. Wierzch można udekorować owocami z syropu lub wg. uznania.

Wypieki domowe, 1986 r. Region mazowiecki. Liga kobiet.

# Szyszki

Karolina Miklaszewska



## SKŁADNIKI

- 60 g ryżu preparowanego
- 300g cukierków krówek milanowskich
- 125 g masła

## PRZYGOTOWANIE

1. Rozpuścić masło z pokrojonymi krówkami.
2. Dodać ryż i wymieszać.
3. Szyszki formujemy z powstałej masy zaraz po wymieszaniu.
4. Szybko stygną, ale są pyszne kiedy dobrze ostygną w lodówce.

To przysmak z dzieciństwa z lat osiemdziesiątych, kiedy to nie było zbyt wielu atrakcji. Szyszki były jednym ze smakołyków na imprezach urodzinowych obok bloku z herbatnikami. Miłe wspomnienie i nadal smaczne, typowo milanowskie!

# Lody miodowo-migdałowe

Zuzanna Pusz

## SKŁADNIKI

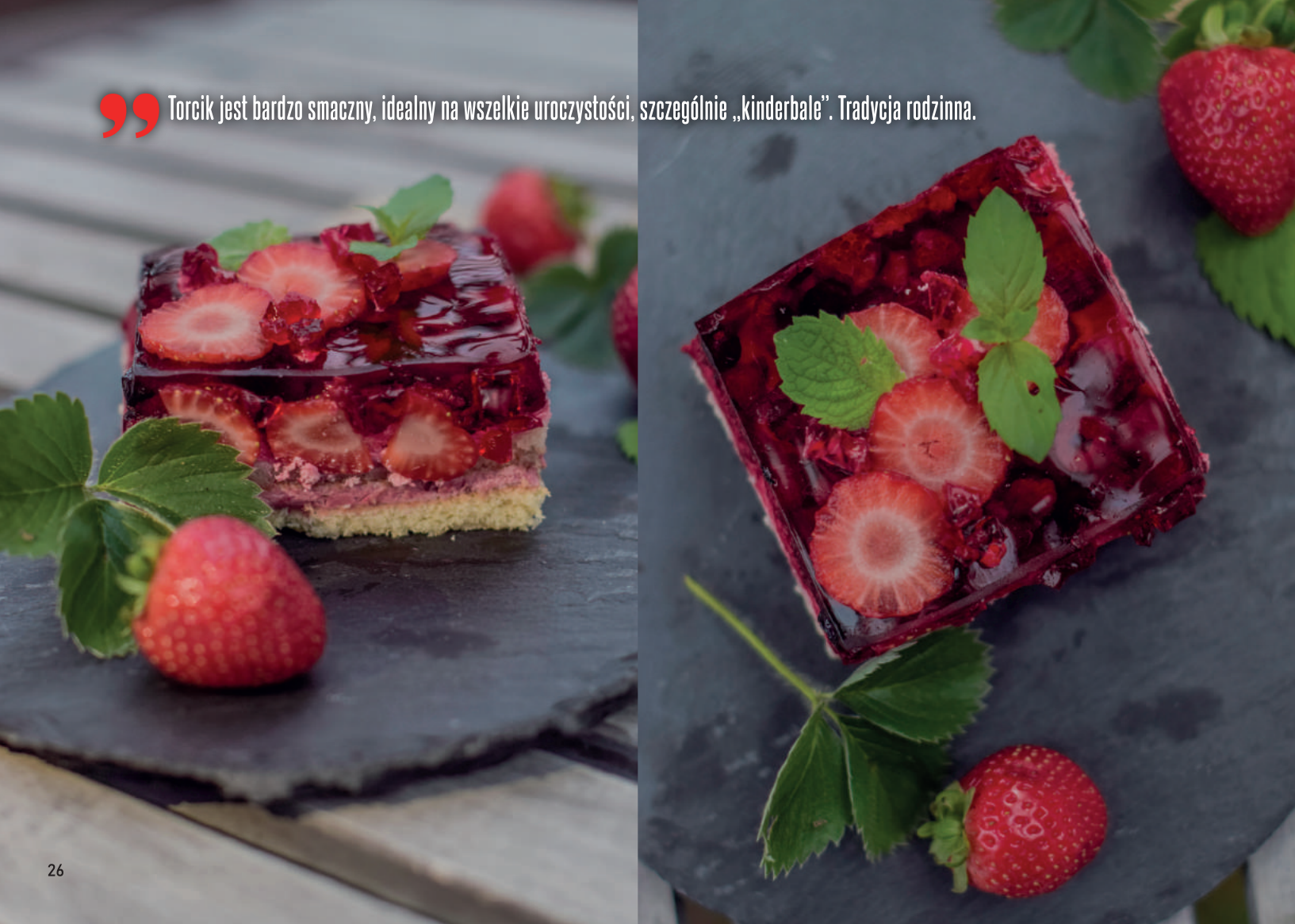
- 6 żółtek
- 2 jajka całe
- 125g miodu
- 2 łyżki uprażonych płatków migdałowych
- 350 ml śmietanki kremówki 30%

## PRZYGOTOWANIE

1. Jajka i żółtka ubijamy dolewając powoli gorący, rozpuszczony miód – powoli żeby jajka się nie ścięły.
2. Ubijamy aż całość będzie chłodna i wtedy dodajemy ubitą śmietanę, płatki migdałowe.
3. Zamrażamy przez noc w pudełku i rano są gotowe. Podajemy lody z melonem, posypane płatkami migdałowymi i polane rozpuszczonym miodem.

W wersji dla dorosłych mogą mieć „Amaretto" – likier.

Miód jest lokalnym produktem z naszej pasieki, którą wówczas mieliśmy. Kiedy miałam 6 lat pierwszy raz na „Dzień Matki" zrobiłam lody dla mojej mamy. Podałam je z melonem polane rozpuszczonym miodem i posypałam migdałami. Lubiłam gotować od dziecka, a ponieważ dostałam od mamy książkę kucharską Kubusia Puchatka – pomysły na przysmaki stąd pochodziły.



„Torcik jest bardzo smaczny, idealny na wszelkie uroczystości, szczególnie „kinderbale". Tradycja rodzinna.

# Torcik Truskawkowy z truskawek z Milanówka

Halina Budziewska

## SKŁADNIKI

Ciasto:

- W tortownicy upiec cieniutki biszkopt lub wyłożyć biszkoptami.

Masa:

- 4 żółtka
- 1 kostka masła
- 1,5 szklanki cukru pudru
- 3 galaretki truskawkowe
- Truskawki (świeże ok. 1-1,5 kg lub mrożone)

## PRZYGOTOWANIE

1. Dwie galaretki rozpuścić w 1,25 szklanki wrzątku. Dobrze wystudzić.
2. Żółtka ubić z cukrem pudrem na puch. Rozetrzeć dobrze masło i ciągle ucierając żółtka, dodawać po łyżce zimną galaretkę.
3. Dodać rozgniecione truskawki i wymieszać mikserem. Masę wyłożyć na biszkopt w tortownicy i wstawić do lodówki.
4. Zastygnięty torcik udekorować truskawkami, na wierzch wylać zimną galaretkę rozpuszczoną w ok. 1 szklance wody.

# Zupa dyniowa

Joanna Malinowska

## SKŁADNIKI

- 1 kg dyni
- 1 marchew
- 1 cebula
- 2 ząbki czosnku
- 3 szklanki bulionu drobiowego
- sól
- pieprz
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 4 łyżki śmietany najlepiej 18%

## PRZYGOTOWANIE

1. Dynię obieramy, usuwamy pestki, kroimy na kawałki.
2. Marchew, cebulę i czosnek obieramy i kroimy w kosteczkę.
3. Składniki przekładamy do garnka, dodajemy oliwę i podsmażamy, mieszając.
4. Warzywa zalewamy bulionem i gotujemy pod przykryciem około 30 minut.
5. Całość rozdrabniamy blenderem, aż zupa nabierze konsystencji kremu.
6. Przyprawiamy solą i pieprzem do smaku.

Wyjątkowość tego ciasta polega na łatwo dostępnych składnikach i prostocie wykonania. Z pewnością uda się początkującym w kuchni, a nawet dzieciom. Kojarzone z Milanówkiem truskawki można zastąpić np. owocami morwy, które także związane są z tym regionem. W cieście tym owoce nie opadają na dno, a smak zachwyca nawet najbardziej wymagające podniebienia. W dwóch słowach - klasyka gatunku!

# Ciasto z truskawkami

Justyna Komorek

## SKŁADNIKI

- 1 kostka masła
- 1 szklanka cukru
- 3 jajka
- 1 opakowanie cukru wanilinowego
- 2 szklanki mąki pszennej
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 1/2 kg truskawek
- cukier puder do posypania

## PRZYGOTOWANIE

1. Masło w temperaturze pokojowej utrzeć mikserem z cukrem i cukrem waniliowym.
2. Następnie dodawać po jednym jajku - wciąż ucierając.
3. Następnie stopniowo dodawać przesianą wcześniej mąkę wymieszaną z proszkiem do pieczenia.
4. Ciasto przełożyć na blaszkę o wymiarach ok. 25x25cm wyłożonej papierem do pieczenia.
5. Na wierzchu ułożyć pokrojone na większe kawałki truskawki. Piec ok. 40 minut w temperaturze 180 stopni. Po ostudzeniu posypać cukrem pudrem.

# Ciasteczka z masłem orzechowym, białą czekoladą i krówkami

Justyna Komorek

## SKŁADNIKI

- 100 g masła
- 120 g masła orzechowego
- 150 g brązowego cukru
- 1 opakowanie cukru waniliowego
- 1 jajko
- 170 g mąki pszennej
- 2/3 łyżeczki sody oczyszczonej
- 2/3 łyżeczki proszku do pieczenia
- mała szczypta soli,
- 6 kostek białej czekolady
- 6 krówek

## PRZYGOTOWANIE

1. Masło i masło orzechowe w temperaturze pokojowej wymieszać mikserem z brązowym cukrem i cukrem wanilinowym, aż masa stanie się jaśniejsza i puszysta.
2. Następnie dodać jajko i wymieszać. Stopniowo dodawać przesianą mąkę z sodą i proszkiem do pieczenia.
3. Miksować do połączenia się składników. Na koniec dodać pokrojoną na małe kawałki białą czekoladę, krówki i wymieszać.
4. Ciasteczka w kształcie półkuli układać na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia.
5. Piec ok. 15 minut w temperaturze 175 stopni.

Od ponad 4 lat pracuję w Milanówku a od 1,5 roku tu mieszkam i od tego czasu odkrywam krówki na nowo np. jako dodatek do ciastek pieczonych w domu. Jestem dumna z tego, że Milanówek to miasto krówek!

# Tajemnice leśnego runa - ciasto szpinakowe

Joanna Smirnow

## SKŁADNIKI

Na ciasto:

- 3 jajka wiejskie od lokalnego gospodarza
- 1/4 szklanki oleju
- 1/2 szklanki mleka
- 3 łyżeczki proszku do pieczenia
- 2 szklanki mąki z pełnego ziarna
- opcjonalnie - 3/4 szklanki cukru-pudru
- 450 g rozmrożonego, rozdrobnionego szpinaku

Na leguminę:

- paczka budyniu śmietankowego bez cukru
- 2 łyżki żelatyny + kieliszek wody
- szklanka czerwonych porzeczek z milanowskiego targowiska
- szklanka czarnych porzeczek z targowiska w Brwinowie
- galaretka agrestowa

## PRZYGOTOWANIE

1. Jajka miksujemy z cukrem pudrem, powolutku dolewając olej.
2. Następnie dodajemy mąkę z proszkiem do pieczenia oraz szpinak, dokładnie wyciśnięty z wody.
3. Jeśli konsystencja ciasta jest zbyt zbita, dodajemy mleko. Całość dokładnie miksujemy i delikatnie wylewamy do tortownicy.
4. Pieczemy około 45-55 minut w temp. 180 stopni C. Po upieczeniu czekamy, aż ciasto wystygnie.
5. Odcinamy wierzch, krusząc go na małe kawałeczki (posypiemy nimi ciasto).
6. W międzyczasie myjemy i skubiemy porzeczki, które dodajemy do ugotowanego budyniu śmietankowego.
7. Do całości wlewamy rozpuszczoną żelatynę i czekamy, aż wystygnie. Masą budyniowo-porzeczkową zalewamy spód ciasta i wsadzamy do lodówki.
8. Przygotowujemy galaretkę agrestową i również czekamy, aż wystygnie.

# Salceson z truskawkami - ciasto

Katarzyna Karpińska

## SKŁADNIKI

- 4 jajka
- szklanka cukru
- 2 szklanki mąki pszennej
- 1 szklanka oleju
- 1 łyżeczka sody
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 2 łyżeczki kakao
- truskawki (z Milanówka) około 0.5 kg.

## PRZYGOTOWANIE

1. Ucieram jajka z cukrem na gładką masę.
2. Następnie do miski dodaje mąkę, kakao, sodę i proszek do pieczenia. Na koniec dolewam olej i mieszam do uzyskania jednolitej konsystencji.
3. Kroję truskawki na połówki i ćwiartki. Żeby było dużo, bo im więcej tym smaczniej. Dodaje następnie do masy i dokładnie mieszam.
4. Następnie przekładam masę do tortownicy i piekę około godziny w 180 stopniach.
5. Kiedy ciasto ostygnie, posypuje je cukrem pudrem, odkrajam kawałek dla siebie (chowam) i patrzę jak zaproszeni goście pałaszują resztę.

Powszechnie znany w wersji z jabłkami i cynamonem, ale u nas w domu także w wariancie bardziej „lokalnym" z truskawkami. Jest to szybkie i proste ciasto, zaskakujące nie tylko swoją nazwą ale i smakiem. Reakcja na pierwszy raz usłyszane pytanie: może ukroję salcesonu do herbaty/kawy? Zawsze jest niepowtarzalna. Potem goście sami dopominają się więcej.

# Konfitura z morwy czarnej

Aneta Majak

## SKŁADNIKI

- owoce morwy czarnej około 2 kg
- 1,5 kg cukru lub pszczelego miodu
- sok z jednej cytryny

## PRZYGOTOWANIE

1. Owoce morwy czarnej należy starannie umyć, usuwając łodygi i liście.
2. Patelnię rozgrzewamy z cukrem lub miodem.
3. Dodajemy owoce oraz sok z cytryny.
4. Smażymy tak długo, aż masa zgęstnieje, często mieszając składniki.
5. Masę przekładamy do słoików, szczelnie zamykamy.
6. Po ostudzeniu odstawiamy w zimne miejsce.

# Torcik truskawkowy

Jadwiga Puzewicz

## SKŁADNIKI

- 2 galaretki o smaku truskawkowym
- paczka biszkoptow
- 1/2 kg truskawek
- 3 opakowania serka homogenizowanego

## PRZYGOTOWANIE

1. Dno średniej wielkości tortownicy wyłożyć biszkoptami. Truskawki umyć, odszypułkować i ułożyć na biszkoptach.
2. Dwa opakowania galaretki rozpuścić w 1/2 l wody, przestudzić.
3. Serki połączyć z lekko tężejącą galaretką.
4. Masę przełożyć do tortownicy.
5. Wstawić do lodówki na ok. 30 min. Tort podajemy udekorowany truskawkami.

Przepis z gazety. Tytułu nie pamiętam. Piekę z tego przepisu od 30 lat. Początkowo piekłam w prostokątnej foremce jako placek, a obecnie jako babeczki poręczne do zjedzenia dla dzieci.

# Śmietankowe babeczki z truskawkami

Agnieszka Mliczek

## SKŁADNIKI

- 25 dag masła
- 2 szklanki mąki
- 1 szklanka cukru
- 1 torebka budyniu śmietankowego
- 3 jaja
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- truskawki

## PRZYGOTOWANIE

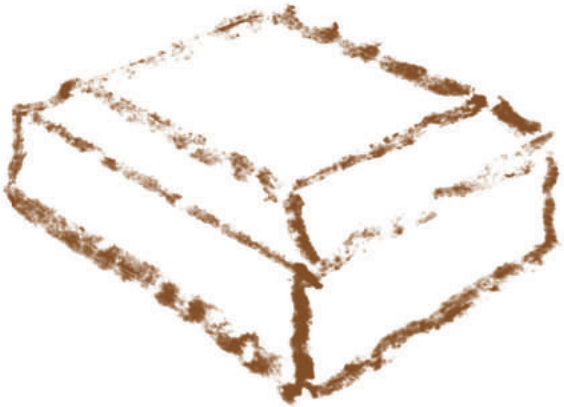
1. Masło zmiksować z cukrem na jednolitą masę, dodawać po jednym jajku cały czas miksując.
2. Gdy masa będzie gładka wsypać proszek, budyń i mąkę.
3. Dokładnie zmiksować. Foremki do babeczek wysmarować masłem i wypełnić ciastem.
4. Udekorować truskawkami. Piec 30-40 minut w temperaturze 160 stopni C.

# Tradycyjny blok czekoladowy z orzechami włoskimi z własnego ogródka

Katarzyna Dziarczykowska

## SKŁADNIKI

- 6 łyżek kakao
- szczypta cynamonu
- mleko pełne w proszku (całe opakowanie)
- 3 opakowania herbatników
- cała kostka margaryny
- 3/4 szklanki mleka tłustego
- 1,5 szklanki cukru
- 3 garście obranych orzechów włoskich



## PRZYGOTOWANIE

1. W garnku wymieszać kakao, 3/4 szklanki mleka tłustego, cukier i margaryne.
2. Po max. 5 minutach dodać cynamon. Odstawić do wystygnięcia.
3. Dodać mleko pełne w proszku i mieszać do powstania gładkiej masy.
4. Następnie dodać pokruszone herbatniki i obrane orzechy włoskie.
5. Przełożyć do formy keksowej wyłożonej papierem do pieczenia.
6. Wstawić do lodówki na około 3-4 godziny.

Blok czekoladowy istnieje w naszym domu od około 30 lat. Przepis (ustny) dostałam od mojej cioci z Elżbietowa. Jest to nasza tradycja rodzinna. Na żadnej imprezie nie może go zabraknąć. Ja sama zaczęłam go przygotowywać jak byłam w szkole podstawowej.

Nalewkę można spożywać od razu po 2 tygodniach, ale taka sklarowana i pięknie pachnąca jest zdecydowanie smaczniejsza. Oczywiście im dłużej stoi tym jest smaczniejsza. Podobno, bo jakoś nie było okazji sprawdzić.

# Nalewka truskawkowa

Michał Słowiński

## SKŁADNIKI

- 1,5 kilograma soczystych, słodkich truskawek
- 0,5 litra spirytusu (ok. 70 %)
- 0,5 litra wódki (40 %)
- kilka łyżek miodu (prawdziwego)

## PRZYGOTOWANIE

1. Umyte i czyste świeże (bo mrożone to grzech!) truskawki – po usunięciu szypułek – wsypuję do około 3 litrowego słoja. Tak, żeby została około 1/3 wolnego miejsca w słoju.
2. Do słoja wlewam następnie spirytus, wódkę, dodaję miód. Zakręcam szczelnie, żeby nie było dostępu powietrza.
3. Odstawiam w zaciemnione miejsce na około 2 tygodnie.
4. W między czasie wstrząsam słojem kilka razy dziennie, żeby wszystko lepiej się „przegryzło".
5. Po 2 tygodniach zlewam miksturę do butelek i odstawiam w chłodne i spokojne miejsce do sklarowania się. Na około miesiąc.

# Nalewka krówkowa

Michał Słowiński

## SKŁADNIKI

- 200 g cukierków krówek
- 150 ml mleka 2%
- 150 ml słodkiej 30% śmietanki
- 300 ml spirytusu

## PRZYGOTOWANIE

1. Krówki wrzucamy do garnka z dnem, które nam się nie przypali, wlewamy mleko i mieszamy do rozpuszczenia. Pilnujemy żeby nie zaczęło się gotować!
2. Następnie dolewamy śmietankę i alkohol.
3. Kiedy mieszana substancja połączy się, przelewamy do butelki.
4. Kiedy ciecz już ostygnie możemy zakręcić butelkę. Im dłużej stoi jest tym smaczniejsza.

Kremowy i słodki trunek bardzo prosty w przygotowaniu. Możliwy do realizacji w wariancie z masy krówkowej. Dla eksperymentatorów jest też możliwość dodania np. kawy rozpuszczalnej.

Przepis pochodzi z książki "Dziedzictwo stołu – wędrówki kulinarne po obszarze mazowieckich lokalnych grup działania" wydanego przez Sekretariat Regionalny Krajowej Sieci Obszarów Wiejskich w Województwie Mazowieckim, Kraków 2013.

# Orkiszowy placek z czarnym bzem

Milena Łakomska

## SKŁADNIKI

- 300 g mąki orkiszowej
- 150 g masła
- łyżka oliwy
- szczypta soli
- woda
- nadzienie z dojrzałych owoców czarnego bzu z cukrem

## PRZYGOTOWANIE

1. Zagnieść zwarte ciasto z mąki, posiekanego masła, oliwy, soli i wody. Podzielić na dwie części.
2. Pierwszą cienko rozwałkować, wyłożyć nim formę do tart, tak żeby ciasto miało brzeg wysokości 2 cm, włożyć na pół godziny do lodówki, razem z kulą pozostałego ciasta.
3. Wymieszać owoce z cukrem. Ciasto w foremce podpiec przez 20 minut w 180 stopniach. Wyjąć, ostudzić, wsypać owoce z cukrem, wyrównać.
4. Rozwałkować druga część ciasta, aby średnica odpowiadała wielkości formy ze spodem i owocami, przykryć owoce, docisnąć brzegi ciasta z wierzchu do brzegów ciasta w foremce.
5. Piec w 200 stopniach ok 20-30 minut. Można podawać z bitą śmietaną.

# Konfitura z róży

Ewa i Piotr Skalscy

## SKŁADNIKI

- 1 kg owoców róży (dojrzałych, odszypułkowanych, wydrylowanych – najlepiej męską ręką)
- 1 kg cukru żelującego

## PRZYGOTOWANIE

1. Zebrane w miejscach oddalonych od zanieczyszczeń owoce umyć i przesypać w rondlu warstwami cukrem żelującym.
2. Odstawić na ok. 6 godzin, aby zmiękły.
3. Następnie postawić na gazie, zagotować i trzymać na ogniu nie dłużej niż 4 minuty, intensywnie mieszając.
4. Owoce można zmiksować.
5. Gorącą konfiturę nakładamy do wyparzonych słoików drewniana łyżką, mocno zakręcamy, odwracamy do góry dnem.
6. Dla łakomczuchów najlepsza jest jeszcze ciepła, prosto z garnka. A jak pachnie!

Przepis pochodzi z książki "Dziedzictwo stołu – wędrówki kulinarne po obszarze mazowieckich lokalnych grup działania" wydanego przez Sekretariat Regionalny Krajowej Sieci Obszarów Wiejskich w Województwie Mazowieckim, Kraków 2013.

Tort bezowy zwany także tortem Pavlova to australijski deser. Jego nazwa pochodzi od rosyjskiej primabaleriny Anny Pawłowej, dla której to został przygotowany podczas pobytu w Perth. Deser ten za sprawą swojego wyjątkowego smaku szybko przywędrował do Europy. Dziś często możemy się cieszyć jego walorami w Polskich cukierniach i restauracjach. Najlepiej smakuje w towarzystwie milanowskich truskawek, które pieszczą nasze podniebienie. Na załączonym zdjęciu tort z malinami oraz borówkami z domowego ogródka.

# Tort bezowy

Anna Kaczorowska

## SKŁADNIKI

- 8 jajek
- 400 g cukru
- płaska łyżka skrobi ziemniaczanej
- łyżka stołowa octu
- 500 g serka mascarpone
- 650 ml śmietanki 30 %
- cukier wanilinowy
- lokalne owoce np. truskawki, borówki, maliny

## PRZYGOTOWANIE

1. Białka jajek (dobrze gdy są w temperaturze pokojowej) ubijamy na sztywno z cukrem (wcześniej startym na cukier puder).
2. Pod koniec ubijania dodajemy skrobię ziemniaczaną i ocet.
3. Na papierze do pieczenia odrysowujemy od talerza dwa okręgi o średnicy ok. 25 cm. Z ubitych białek formujemy dwa blaty bezowe.
4. Wkładamy do piekarnika rozgrzanego na 180 stopni, pieczemy 20 minut, następnie temperaturę zmniejszamy do 140 stopni i suszymy bezę kolejne 90 minut.
5. Po wyłączeniu piekarnika zostawiam w nim bezę jeszcze na ok 30 minut. Bardzo ważne jest, aby podczas pieczenia nie otwierać piekarnika.
6. Masę przygotowuję z ubitej na sztywno śmietanki, serka mascarpone i cukru wanilinowego (śmietanka i serek powinny być schłodzone).
7. Tak przygotowaną masą oraz świeżymi owocami przekładam ostudzone już blaty bezowe.
8. Przed podaniem ciasto chłodzi się w lodówce.

# Ogórki kiszone z liściem dębu

Iwona Liszewska

## SKŁADNIKI

- litrowy słoik
- ogórki do kiszenia
- garść kopru
- liść dębu
- liść wiśni
- liść czarnej porzeczki
- 2 kawałki chrzanu
- 2-3 ząbki czosnku
- łyżka stołowa soli kamiennej niejodowanej
- woda

## PRZYGOTOWANIE

1. Słoiki należy umyć i wyparzyć.
2. Do słoika na dno układamy koper i liście.
3. Układamy na ścisło ogórki ciemnym końcem do góry.
4. Między ogórki wkładamy czosnek oraz chrzan.
5. Przygotowujemy zalewę: na 1 litr wody dodajemy 1 łyżkę soli (zalewa starczy na 3 słoiki litrowe).
6. Całość zalewamy gorącą zalewą i mocno zakręcamy.

Przepis mojej babci przekazywany przez pokolenia.
Tak przygotowane ogórki są nieodłącznym elementem rodzinnych uroczystości.

# Sałatka z awokado i truskawek

Jadwiga Puzewicz

## SKŁADNIKI

- pół awokado
- 25 dag truskawek
- 2 garście roszponki
- 2 łyżeczki oliwy
- garść rzeżuchy

## PRZYGOTOWANIE

1. Owoc awokado obrać, pokroić w kostkę i skropić sokiem z cytryny.
2. Truskawki oczyścić z szypułek, przekroić na połowy i wymieszać z sałatą, awokado oraz oliwą.
3. Sałatkę posypać rzeżuchą.

# Sałatka z serem pleśniowym i truskawkami

Joanna Szutka

## SKŁADNIKI

- Po garści sałat: rukola, roszponka, radicchio, lollo rosso
- 400 g świeżych truskawek
- 200g sera z niebieską pleśnią
- 40g grzanek z pszennego chleba
- sos vinegret: 3 łyżki oliwy, 1 łyżka soku z cytryny, 1 łyżeczka miodu, sól i pieprz do smaku

## PRZYGOTOWANIE

1. Na talerzu rozłożyć wymyte i wysuszone sałaty, pokrojone w plastry truskawki oraz pokrojony w kostkę ser pleśniowy.
2. Posypać grzankami.
3. Do słoiczka wlać wszystkie składniki sosu. Zakręcić i energicznie wstrząsnąć tak, aby wszystkie płyny złączyły się razem.
4. Polać sałatę i odrazu podawać.

# Śledź z morwą białą i orzechami

Joanna Szutka

## SKŁADNIKI

- 3 jędrne śledzie matias
- 1 średnia cebula czosnkowa
- garść orzechów włoskich
- 40g morwy białej
- pieprz młotkowany, sól morska do smaku
- olej ryżowy 50ml

## PRZYGOTOWANIE

1. Śledzie namoczyć w mleku 2% około 1 godziny. Po tym czasie należy sprawdzić czy są jeszcze słone, jeśli tak to czynność powtarzamy.
2. Filety dokładnie odsączamy, kroimy na mniejsze kawałki, cebulę blanszujemy (przelewamy wrzątkiem na sicie).
3. Orzechy potłuc na mniejsze cząstki.
4. Wrzucić do miski wszystkie składniki, doprawić pieprzem i solą (uwaga, bo śledzie są słone), wstawić do lodówki na min. 12 godzin.

# Pierogi krówkowe

Joanna Szutka

## SKŁADNIKI

Ciasto:

- 300g mąki (ja pracuję na typ. 450)
- 175 ml wrzącej wody
- szczypta soli

Farsz:

- 15 szt. krówek mlecznych z Milanówka
- 100ml śmietanki 30%

## PRZYGOTOWANIE

1. Mąkę wsypać do miski, dodać sól, zalać wrzącą wodą i odrazu wymieszać. Odczekać chwilę, aż mąka się zaparzy i lekko ostygnie.
2. Wyrabiać ciasto ok. 8 min tak, żeby było gładkie i elastyczne.
3. Ciasto podzielić na 2 części i kolejno rozwałkować na placek ok. 2-3 mm obsypując mąką w razie potrzeby stolnice. Wykrawać szklanką kółka.
4. Krówki pociąć na mniejsze kawałki, polać śmietanką aby się "rozluźnily", lekko posolić.
5. Nakładać farsz na krążki dokładnie sklejać brzegi. Gotować w osolonej wodzie ok. 2 minuty po wypłynięciu na wierzch.
6. Podawać z kwaśną śmietaną 18%.

# Rzecz o miastach PTO

# BRWINÓW

Brwinów to licząca około 26 tys. mieszkańców gmina miejsko-wiejska. Na terenach Brwinowa już około 8000 lat przed naszą erą pojawiło się pierwsze osadnictwo. Najstarsze znalezisko dotyczy osadnictwa mezolitycznego. Nazwa "Brwinów" funkcjonuje przynajmniej od XV wieku. W „Dziejach Archidiecezji Poznańskiej" z 1406 roku występuje jako "Brwinowo". W XVIII w., za panowania Radziwiłłów, Brwinów otrzymał prawa miejskie. W XVIII i XIX stuleciu krzyżowały się tutaj dwa szlaki: tzw. droga królewska prowadząca z Warszawy do Piotrkowa Trybunalskiego (miejsca sejmików szlacheckich) oraz lokalny trakt z Warszawy do Grodziska. W 1831 roku z racji licznego udziału mieszkańców Brwinowa w Powstaniu Listopadowym miastu cofnięto prawa miejskie. W 1927 Brwinów otrzymał status letniska a w 1950 prawa miejskie.

Przełomem dla miasta był 14 czerwca 1845 roku. Przez Brwinów przejechał wówczas pierwszy pociąg Kolei Warszawsko-Wiedeńskiej. 12 września 1939 r. 28 Dywizja Piechoty (w skład której wchodził: 36 pp Legii Akademickiej, 15 pp „Wilków" i 72 pp, 28 pal) stoczyła bitwę z wojskami niemieckimi, która opóźniła ich marsz na Warszawę. W Brwinowie mieszkali i tworzyli m.in. Jarosław Iwaszkiewicz, Zygmunt Bartkiewicz czy Stefan Kiedrzyński.

Brwinów charakteryzuje zabudowa willowa i pałacowa, unikalne zabytki, pomniki przyrody oraz liczne obiekty o drobnej skali, ale o dużym znaczeniu kulturowym i tradycji lokalnej. Teren WOCK obejmuje dolinę Utraty, Rokitnicy i Zimnej Wody, południowo – wschodnią część gminy (rejon Kań i Otrębus) oraz zachodnią i północną część Żółwina.

W Brwinowie działa Gminny Ośrodek Kultury oraz Biblioteka Publiczna im. Wacława Wernera wraz z filią w Otrębusach. Gmina Brwinów muzeami stoi, a konkretnie sołectwo Otrębusy, gdzie funkcjonuje Muzeum Państwowego Zespołu Ludowego Pieśni i Tańca „Mazowsze"( w dworze Karolin, gdzie swoją siedzibę ma od 1948 roku), prywatne Muzeum Polskiej Sztuki Ludowej oraz prywatne Muzeum Motoryzacji i Techniki.

# MILANÓWEK

Milanówek to liczące około 16 tysięcy mieszkańców miasteczko oddalone 30 km od Warszawy, mające dawniej status letniska. Prawa miejskie otrzymał w 1951 roku.

Właściciel majątku Milanówek, Michał Lasocki, utworzył w 1899 r. spółkę „Kozłowski-Lasocki i spółka", która dokonała podziału folwarku milanowskiego na działki i rozpoczęła pozyskiwanie osadników. Letnisko powstałe na przełomie XIX i XX wieku (wyodrębnione administracyjnie w 1919 roku), oparto w swym założeniu urbanistycznym o najlepsze wzory i zasady (kompleksowe parcele o charakterze leśno-parkowym), które dzięki zamożności inwestorów — właścicieli, stopniowo wypełniło się tkanką mieszkaniową i usługową o wysokim standardzie. Najsłynniejszym letnikiem z pierwszych lat był Bolesław Prus. W Milanówku mieszkał również rzeźbiarz Jan Szczepkowski.

Milanówek znany jest w Polsce dzięki rodzeństwu Stanisławy i Henryka Witaczków, którzy w 1924 roku założyli tutaj Centralną Doświadczalną Stację Jedwabniczą będącą kolebką polskiego jedwabiu. Jest także miejscem wytwarzania słynnych cukierków krówek, które jako pierwszy produkował Feliks Pomorski. Produkcja jednego i drugiego dobra trwa do dziś. Kojarzony jest również z truskawkami, choć nie z racji uprawy, ale utworu Wojciecha Młynarskiego wykonanego przez Hannę Banaszak.

W czasie II Wojny Światowej Milanówek zwano „Małym Londynem" – funkcjonowały tutaj obok siebie dowództwa podziemne od szczebla gminy do województwa. Milanówek upodobali sobie twórcy i artystyczne dusze, a ów trend trwa do dziś.

Miasto prawie w całości znajduje się w Warszawskim Obszarze Chronionego Krajobrazu (WOCK). W 1988 roku obszar przedwojennego Letniska (łącznie ponad 300 pozycji) został wpisany jako zespół urbanistyczno – krajobrazowy do wojewódzkiego rejestru zabytków.

W Milanówku funkcjonuje Milanowskie Centrum Kultury i Miejska Biblioteka Publiczna oraz wiele stowarzyszeń i fundacji, które prężnie działają na rzecz rozwoju kultury w mieście.

Dzisiaj Milanówek to gmina miejska chlubiąca się tytułem Miasta Ogrodu.

# PODKOWA LEŚNA

Początków miasta można wypatrywać w 1861 r., kiedy Józef Wilhelm Szmidecki sprzedał dobra brwinowskie wraz z folwarkiem Wilhelmów (późniejszą Podkową Leśna) Stanisławowi Lilpopowi. Stanisław przeznaczył ów majątek dla swego syna Stanisława Wilhelma Lilpopa. Właściciel był zamiłowanym myśliwym i przekształcił południową część dóbr na gospodarstwo leśne.

Jeszcze przed I Wojną Światową właściciel chciał przekształcić swoje dobra w Miasto – Ogród. Wybuch wojny uniemożliwił te działania. W 1922 r. w ramach konsorcjum przemysłowego „Siła i Światło" powstała spółka akcyjna „Elektryczne Koleje Dojazdowe". 9 kwietnia 1925r. powstała spółka „Miasto-Ogród Podkowa Leśna, Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością". Kamień węgielny pod budowę osiedla wmurowano 25 kwietnia 1925 r. u zbiegu ulic Parkowej, Kwiatowej i Bluszczowej. W 1927r. nastąpiło uroczyste otwarcie pierwszego odcinka EKD – z Warszawy do Grodziska. W 1934 r. Podkowa Leśna otrzymała status gromady, z czym nie zgodzili się ówcześni mieszkańcy. Apelowali do ministra spraw wewnętrznych, generała Felicjana Sławoja-Składkowskiego o przyznanie Podkowie miejskich przepisów budowlanych. Miasteczko zamieszkiwało wówczas wielu artystów i literatów, w tym m.in. Jarosław Iwaszkiewicz, Irena Krzywicka, Jan Skotnicki.

Oryginalny układ urbanistyczny miasta do dzisiaj nie uległ zmianom i Podkowa Leśna jest jedną z najlepiej zachowanych w Polsce realizacji idei miasta-ogrodu wg koncepcji Ebenezera Howarda.

Podkowa Leśna ze względu na swe niepowtarzalne walory przyrodnicze jest fenomenem powiatu grodziskiego oraz województwa mazowieckiego. Teren Miasta Ogrodu wraz z lasem Młochowskim w całości położony jest w granicach WOCK, zgodnie z rozporządzeniem wojewody warszawskiego z dnia 29 sierpnia 1997 roku.

Układ urbanistyczny, zabudowa i zieleń Miasta-Ogrodu Podkowy Leśnej od roku 1981 objęty jest ochroną Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków. Na terenach miejskich znajdują się ponadto trzy rezerwaty przyrody i szereg pomników przyrody.

W mieście działa Centrum Kultury i Inicjatyw Obywatelskich w Podkowie Leśnej i Miejska Biblioteka Publiczna im. Poli Gojawiczyńskiej oraz Muzeum im. Anny i Jarosława Iwaszkiewiczów w Stawisku.

# Potencjał Podwarszawskiego Trójmiasta Ogrodów

Podwarszawskie Trójmiasto Ogrodów nabrało formalnych ram z inicjatywy Burmistrzów trzech miast: Brwinowa, Milanówka i Podkowy Leśnej, którzy w czerwcu 2010 roku podpisali porozumienie o wzajemnej współpracy i promocji obszaru pod nazwą Podwarszawskie Trójmiasto Ogrodów.

Wszyscy mamy podobne uwarunkowania przestrzenne, społeczne i gospodarcze. Nasza historia przenika się wzajemnie nie uznając granic administracyjnych. Uzupełniamy się już dzisiaj.
Najlepszym przykładem tej symbiozy jest klejnot wydarzeń kulturalnych trzech gmin tj. Festiwal Otwarte Ogrody, który odbywa się od 2005 r. w Podkowie Leśnej, a od 2006 r. w Brwinowie i Milanówku.

Potencjał PTO to współpraca 3 gmin w zakresie wspólnej promocji, działań z zakresu kultury i sportu, a w przyszłości także innych sfer usług publicznych. Współpraca bowiem na tzw. wspólnych obszarach funkcjonalnych jest kluczem do rozwoju.

Wszystkie gminy są także członkami LGD Zielone Sąsiedztwo.

ZIELONE
SĄSIEDZTWO

Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania "Zielone Sąsiedztwo" powstało w celu realizacji podejścia LEADER Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich (PROW) na lata 2007-13. Obejmuje obszar Podkowy Leśnej, Milanówka oraz gminy Brwinów.

Misją Lokalnej Grupy Działania "Zielone Sąsiedztwo" jest aktywizacja i integracja społeczności lokalnych naszych gmin oraz budowa wspólnej i rozpoznawalnej w kraju marki podwarszawskich miast-ogrodów i otaczających je terenów wiejskich jako zespołu społeczności lokalnych, które potrafią dobrze współpracować i w ten sposób zapewniają wyższą jakość życia mieszkańcom.

# BAZA GASTRONOMICZNA PODWARSZAWSKIEGO TRÓJMIASTA OGRODÓW

## Milanówek:

- Pizzeria Palomino, Królewska 61, tel. 22 724 94 94
- Chamiarnia Burgery, Królewska 90, tel. 511 693 511
- Kebab IFRI, Piłsudskiego 25, tel. 797 245 217
- Bar Orientalny Nan Ninh, Przeskok 2, tel. 788 439 237
- Kebab Habibi, Krzywa 4, tel. 729 383 833
- Lodovi - lody tradycyjne i włoskie, Krzywa 2
- Ale Lody!, Kościuszki 42
- Cukiernia S. Rzeczkowski, Warszawska 28
- Barek sałatkowy Tortilla Service, ul. Piasta 8, tel. 608 760 678
- Cukiernia Grudex, Przeskok 6, tel. 22 755 87 99
- Klubokawiarnia Stare Kino, Piłsudskiego 33, tel. 22 881 82 85
- Love Me Food&Beer, Warszawska 36, tel. 22 720 10 01
- Kawiarnia Podmiejska, Warszawska 30, tel. 515 455 763
- Restauracja Tajemniczy Ogród, Krakowska 11C, tel. 22 758 37 52
- Cukiernia Pacześni, Kościuszki 34, tel. 22 758 30 19
- Blueberry Duck, Królowej Jadwigi 5, tel. 797 472 827
- Pizzeria Milenium, Północna 1, tel. 661 131 121
- Pizzeria Italiano, Reymonta 4, tel. 22 678 35 35

## Brwinów:

- Yoko Crepe, ul. Grodziska 46, tel. 503 542 682
- Pizzeria Rimini, Rynek 20, tel. 789 388 015
- Bar azjatycki Duc Hoang, Rynek 19a, tel. 739 437 007
- Restauracja Sake Sushi,ul. Armii Krajowej 1, tel. 502 225 000
- Pizzeria Bella, ul. Armii Krajowej 3, 793 499 685
- Smaki u Maki, ul. Armii Krajowej 3/4 , tel. 729 671 756
- Rodos – Karczma, ul. Kępińska 53, tel. 22 729 66 29
- Restauracja Elita, ul. Pszczelińska 121A, Otrębusy, tel. 22 758 53 89
- Mistral, Sadowa 1, Kanie, tel. 22 758 58 30

## Podkowa Leśna:

- Podkowa Wine Depot, Nadarzyńska 4 Żółwin, tel. 22 758 95 59
- Restauracja gruzińska Suliko, Lilpopa 18, tel. 505 156 900
- Ola La Lody Tradycyjne, Brwinowska 3
- Manufaktura Cukiernia & Herbaciarnia, Słowicza 1,
- Restauracja Bazylia, Słowicza 1a, tel. 22 759 22 29
- Kuchnia turecka Onur, Jana Pawła II 2, tel. 666 560 985
- Weranda Marii Domańskiej, Jana Pawła II 3, tel. 22 758 90 53
- Cukiernia Duet, Jana Pawła II 6
- Biały Dworek, Gołębia 39, tel. 22 758 95 24
- Subway, Gołębia 26
- Cafe Piąteczka5, Gołębia 26, tel. 506 124 495
- Smart Sushi, ul. Gołębia 26, tel. 503 572 682

# Notatnik na własne przepisy

Masz ciekawy przepis lub więcej inspiracji? Zanotuj je tutaj →

## SKŁADNIKI

## PRZYGOTOWANIE

## SKŁADNIKI

## PRZYGOTOWANIE

## SKŁADNIKI

## PRZYGOTOWANIE

## SKŁADNIKI

## PRZYGOTOWANIE

## SKŁADNIKI

## PRZYGOTOWANIE

## SKŁADNIKI

## PRZYGOTOWANIE

## SKŁADNIKI

## PRZYGOTOWANIE

## SKŁADNIKI

## PRZYGOTOWANIE

## SKŁADNIKI

## PRZYGOTOWANIE

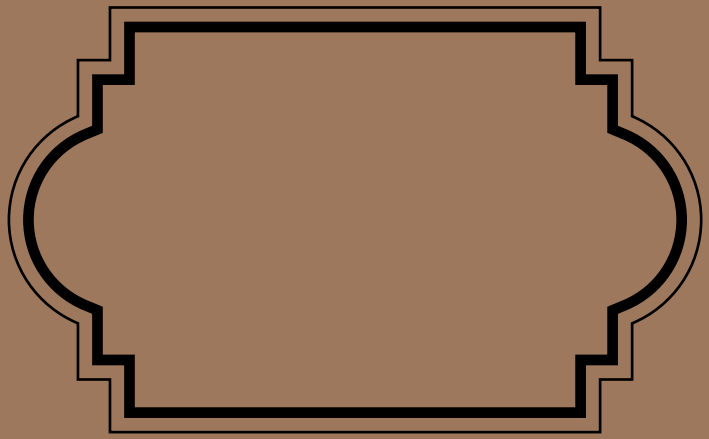
# Wycinanki

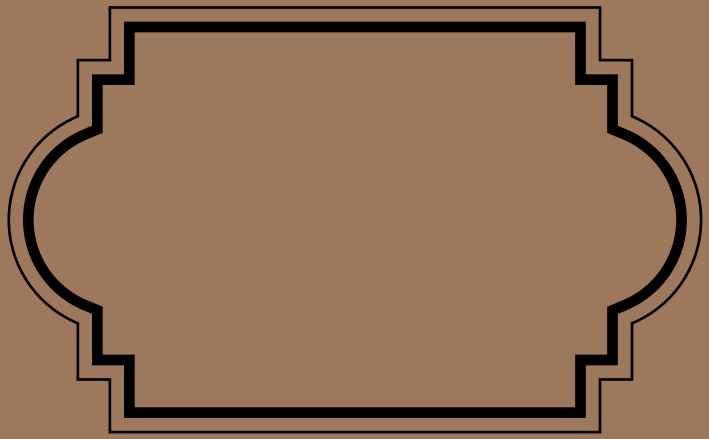
SĄSIEDZKA KSIĄŻKA
KUCHARSKA MIAST OGRODÓW

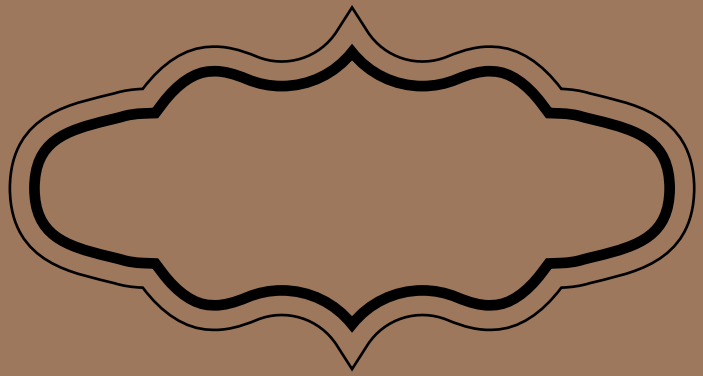
SĄSIEDZKA KSIĄŻKA
KUCHARSKA MIAST OGRODÓW

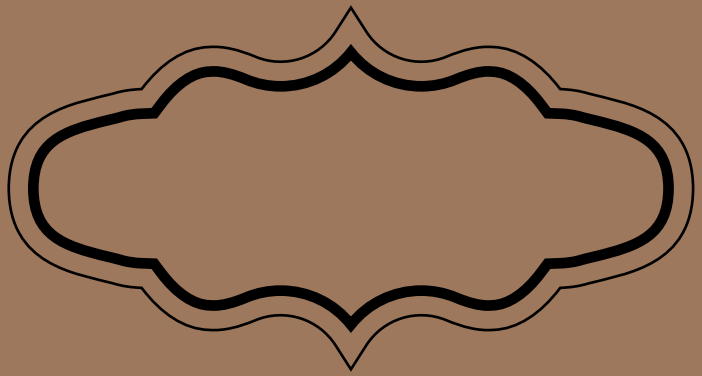
SĄSIEDZKA KSIĄŻKA
KUCHARSKA MIAST OGRODÓW

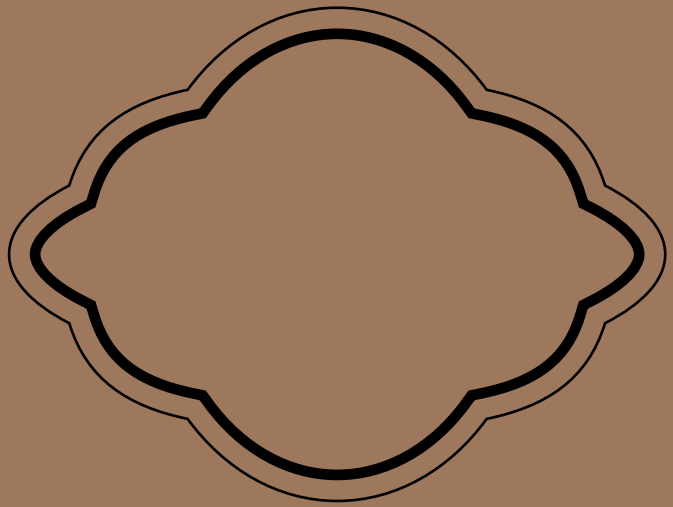
SĄSIEDZKA KSIĄŻKA
KUCHARSKA MIAST OGRODÓW

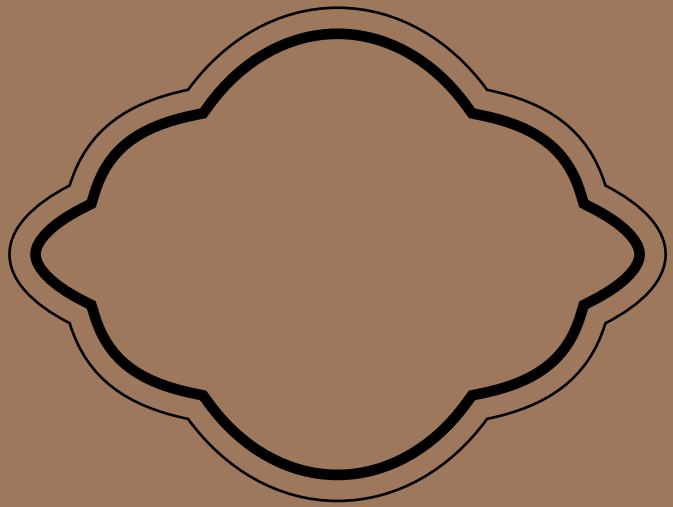












## BIBLIOGRAFIA:


- Byszewska I. (red.), Dziedzictwo stołu – wędrówki kulinarne po obszarze mazowieckich lokalnych grup działania, Kraków 2013
- Gajda M. (red.), Strategia rozwoju terenów zieleni na obszarze Podwarszawskiego Trójmiasta Ogrodów – ETAP I, Kraków 2015
- Gajda M. (red.), Strategia rozwoju terenów zieleni na obszarze Podwarszawskiego Trójmiasta Ogrodów – ETAP II, Kraków 2015
- Matusiak A., Słowiński M., Rowerowy Milanówek, Milanowskie Centrum Kultury, Milanówek 2017
- Mikulski Z., Z życia nauki i życia Towarzystwa: Odsłonięcie tablicy upamiętniającej przechowanie radu w domu Wernerów w okresie okupacji niemieckiej (Brwinów, 18 IX 1999 r.), Rocznik Towarzystwa Naukowego Warszawskiego 62, Warszawa 1999
- Pachnik A., Pałac Wierusz Kowalskich, „Miesięcznik Kulturalno-Społeczny LINIA Otrębusy-Kanie-Brwinów", 2016, Nr 2
- Pettyn A., (red.), Kasztelanic T., Milanówek Informator, Milanówek 2003
- Samoraj M., Szymska M. (red.), Co ma wspólnego morwa z krówką i rakietą tenisową? Czyli wszystko o Milanówku, Urząd Miasta Milanówka, Milanówek 2015
- Wesołowska H., Spacer po Milanówku 1, Towarzystwo Miłośników Milanówka, Milanówek 1995
- Wesołowska H., Spacer po Milanówku 2, Towarzystwo Miłośników Milanówka, Milanówek 1997
- Wesołowska H., Spacer po Milanówku 3, Towarzystwo Miłośników Milanówka, Milanówek 2000
- Żuławska Z., Milanówek 1899-1939, Towarzystwo Miłośników Milanówka, Milanówek 1999
- Stowarzyszenie Gmin Zachodniego Mazowsza Mazovia, http://www.ma zovia-sgzm.pl
- Polska w liczbach, http://www.polskawliczbach.pl • Urząd Gminy Podkowa Leśna, http://podkowalesna.pl.
- Kubisa S., Podkowa Leśna i okolice na weekend, http://www.przewod nik.podkowalesna.pl
- Oddział LOP w Podkowie Leśnej, http://loppodkowa.org.pl
- Polska Niezwykła, http://www.polskaniezwykla.pl
- Wirtualny Sztetl, https://sztetl.org.pl
- Parafia św. Floriana w Brwinowie, http://www.swflorian.com
- Milanowskie Towarzystwo Letnicze, http://www.tmm.net.pl
- Urząd Gminy Brwinów, http://www.brwinow.pl
- Urząd Gminy Milanówek, http://milanowek.pl
- Brwinów.com, http://www.brwinow.com
- Brwinów24.pl, http://www.brwinow24.pl
- Niam.pl, http://niam.pl
- E-sadownictwo.pl, http://e-sadownictwo.pl
- Polityka.pl, http://polityka.pl
- Lokalna Grupa Działania Zielone Sąsiedztwo, http://zielonesasiedztwo.pl
- Wikipedia, http://wikipedia.org