



Warszawa, 28 sierpnia 2012 r.

Informacja prasowa

Ukraińskie potrawy z wieprzowiny PQS

Kiedy zaczyna się jesień, porcja energii, którą dało nam wakacyjne słońce, powoli się wyczerpuje. Jak wzmocnić organizm, żeby zniósł nagłe zmiany pogody i spadek temperatury? Warto pokusić się o zmianę przyzwyczajzeń kulinarnych i przyjrzeć się bliżej kuchni ukraińskiej, obfitującej w setki potraw, które z racji surowego klimatu kraju oraz warunków życia jego mieszkańców musiały być bogate w wartości odżywcze.

Potrawy ukraińskie zachwycają smakami i aromatami, a przy tym nie odbiegają znacząco od tradycji polskiej kuchni, mogą więc być przygotowywane bez obaw przez tych, którzy nie lubią eksperymentów kulinarnych. Większość dań charakteryzuje się złożonym zestawem składników – do przygotowania najbardziej znanego barszczu ukraińskiego potrzeba ich aż dwudziestu – oraz połączeniem kilku sposobów ich obróbki cieplnej (smażenie, gotowanie, duszenie, zapiekanie).

Na ukraińskich stołach królują ziemniaki, kasze, grzyby, potrawy mączne oraz mięso – głównie wieprzowina, z której przyrządza się pieczeń, gulasz, pierożki, kotleciki i rolady. Przygotowując danie ukraińskie z wieprzowiny, powinniśmy zwrócić szczególną uwagę na jakość mięsa. To ona wpływa na stan naszego zdrowia i samopoczucia.

O jakości wieprzowiny decydują przede wszystkim czynniki żywieniowe i środowiskowe, które wpływają na odczucia smakowe oraz wartości odżywcze. Wieprzowina PQS jest krucha i soczysta, a przy tym ma niską zawartość tłuszczu. Do jej produkcji wykorzystywane są jedynie wybrane rasy świń, hodowane według ściśle określonych w założeniach Systemu wytycznych. Sięgając po wieprzowinę PQS, mamy pewność, że otrzymamy produkt najwyższej jakości, idealny do przygotowywania potraw charakterystycznych dla kuchni ukraińskiej, takich jak gulasz czy wieprzowina szpikowana czosnkiem.



KAMPANIA FINANSOWANA
PRZY WSPARCIU UNII EUROPEJSKIEJ
ORAZ RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ.



Agencja
Rynku
Rolnego

Polskie Mięso



KAMPANIA WSPÓLFINANSOWANA
RÓWNIEŻ Z FUNDUSZU PROMOCJI
MIĘSA WIEPRZOWEGO.



Ukraińska szynka PQS szpikowana czosnkiem

Składniki (dla 2-3 osób):

1,5 kg szynki PQS w jednym kawałku

1 główka czosnku

sól, pieprz

Marynata:

1 łyżka posiekanej natki pietruszki

2 ząbki czosnku

1 czerwona papryka

2 łyżki oliwy

Wykonanie:

Szynkę PQS natrzeć solą i świeżo zmielonym pieprzem. Składniki na marynatę zmiksować. Oстрым, wąskim nożem naciąć mięso i naszpikować ząbkami czosnku. Szynkę PQS włożyć do marynaty i w zamkniętym pojemniku zostawić na kilka godzin w lodówce. Następnie podsmażyć na rumiano z każdej strony, podać 1 szklanką wody i piec w rękawie w 175° C przez około 2-2,5 godziny.

Ukraiński gulasz z wieprzowiny PQS

Składniki (dla 3-4 osób):

500 g wieprzowiny PQS

300 g pieczarek

250 g kiszonej kapusty

2 marchewki



KAMPANIA FINANSOWANA
PRZY WSPARCIU UNII EUROPEJSKIEJ
ORAZ RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ.



Polskie Mięso



KAMPANIA WSPÓLFINANSOWANA
RÓWNIEŻ Z FUNDUSZU PROMOCJI
MIĘSA WIEPRZOWEGO.



2 cebule

3 łyżki oleju rzepakowego

3 łyżki śmietany

1 szklanka bulionu

3 łyżki posiekanej natki pietruszki

2 łyżki mąki

pieprz

sól

Wykonanie:

Wieprzowinę PQS pokroić w kostkę. Cebulę obrać, pokroić w piórka i podsmażyć na oleju. Dodać marchew pokrojoną w plasterki i smażyć przez około 5 minut. Pieczarki pokroić w grube plastry, kapustę poszatkować. Sporządzić bulion. Pieczarki, kapustę oraz bulion dodać do mięsa. Doprawić pieprzem i solą. Dusić wszystko około 30 min. Mąkę połączyć ze śmietaną, dodać do potrawy. Zagotować. Posypać natką pietruszki. Podawać z ziemniakami purée. Smacznego!

System Jakości Mięsa Wieprzowego PQS (Pork Quality System) jest zgodny z art. 32 ust. 1 lit. B rozporządzenia Rady (WE) nr 1698/2005 z dnia 20 września 2005 r. w sprawie wsparcia rozwoju obszarów wiejskich przez Europejski Fundusz Rolny na Rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich (EFRROW) i spełnia wymogi określone w art. 22 rozporządzenia Komisji (WE) nr 1974/2006 z dnia 15 grudnia 2006 r. ustanawiającego szczegółowe zasady stosowania rozporządzenia Rady (WE) nr 1698/2005 w sprawie wsparcia rozwoju obszarów wiejskich przez Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich (EFRROW). Spełnienie wyżej wymienionych wymogów pozwoliło Ministrowi Rolnictwa i Rozwoju Wsi w dniu 11 grudnia 2009 r. uznać **System Jakości Mięsa Wieprzowego PQS (Pork Quality System)** za krajowy system jakości żywności.



KAMPANIA FINANSOWANA
PRZY WSPARCIU UNII EUROPEJSKIEJ
ORAZ RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ.



Polskie Mięso



KAMPANIA WSPÓLFINANSOWANA
RÓWNIEŻ Z FUNDUSZU PROMOCJI
MIĘSA WIEPRZOWEGO.



Kontakt prasowy:

Joanna Kowalczyk

e-mail: joanna.kowalczyk@propublic.pl

kom. 606 301 983



KAMPANIA FINANSOWANA
PRZY WSPARCIU UNII EUROPEJSKIEJ
ORAZ RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ.



Polskie Mięso



KAMPANIA WSPÓLFINANSOWANA
RÓWNIEŻ Z FUNDUSZU PROMOCJI
MIĘSA WIEPRZOWEGO.