

# POLSKA KASZA – PIECZONA GRYKA Z GRZYBAMI

Partner Organisation Name: Stowarzyszenie  
Przyjaciół Gimnazjum w Proszowicach

Kraj: Polska



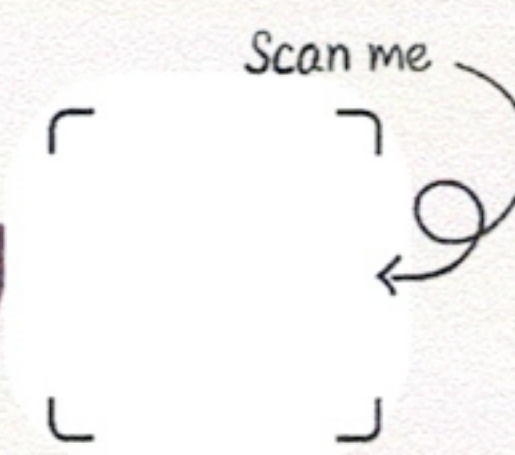
## Składniki

150 gramów kaszy gryczanej  
1 jajko  
450 mililitrów bulionu z  
kurczaka  
3 małe cebule  
2 łyżki masła  
1 łyżka oliwy z oliwek  
250 gramów pieczarek  
brązowych Sól (do smaku)  
Pieprz (do smaku) Szczypta  
koperku Szczypta pietruszki



50 minut

## Wskazów



- 1 W misce roztrzep jajko. Mieszając, dodawaj grykę.
- 2 Podsmaż grykę i jajko na patelni
- 3 Cebulę pokroić drobno
- 4 Zdejmij kaszę gryczaną z ognia i przełóż ją do małego rondelka. Dodaj bulion drobiowy lub warzywny, doprowadź do wrzenia, zmniejsz ogień i gotuj na wolnym ogniu przez około 15 minut lub do momentu, aż kasza gryczana zmięknie, a bulion zostanie wchłonięty.
- 5 Rozgrzej 1 łyżkę masła i oliwę na patelni i smaż cebulę na małym ogniu, aż się zarumieni. Jeśli cebula zacznie się przypalać, dodaj łyżkę wody.
- 6 Pieczarki oczyścić i pokroić w plasterki, dodać do cebuli i smażyć, aż odparuje ich sok
- 7 Dodaj kaszę gryczaną do rondla i dobrze wymieszaj. Dodaj drugą łyżkę masła. Posiekaj koperek i pietruszkę i dodaj je do rondla.
- 8 Podawać



*Pieczona Kasza Gryczana z Grzybami – Polska Kasza uosabia istotę polskiej kuchni wiejskiej: jest prosta, sycąca i głęboko związana z ziemią. Jej początki sięgają XIV wieku, odzwierciedlając długoletnią tradycję wykorzystywania lokalnych składników do tworzenia pożywnych posiłków. Do dziś pozostaje cenionym daniem, które nadal oddaje hołd bogatemu dziedzictwu rolniczemu i kulinarnemu Polski.*