



Pasikonik w żółędnym sosie



Piotr Stawiński

Jak zbierać i przygotowywać jedzenie:

1. Nie zbieraj roślin chronionych i takich, które wydają Ci się rzadkie w danej okolicy.
2. Zawsze pozostawiaj większość roślin danego gatunku nietkniętą.
3. Liście roślin, które będziesz spożywać na surowo, starannie umyj – zmyjesz jaja glist.
4. Staraj się zbierać każdy gatunek do osobnego naczynia.
5. Korzenie dzikich roślin są zwykle bardzo łykowate, dlatego warto je posiekać na drobno.
6. Jeśli rośliny są gorzkie i niesmaczne, wypluwaj je, nie zatrujesz się!
7. Przy zbieraniu owadów i robaków należy zachować dużą ostrożność – nie jedz organizmów, jeśli nie jesteś pewien, że są jadalne i się nie zatrujesz.
8. Zbierając jadalne bezkręgowce, należy uważać, aby nie naruszać lokalnych populacji.
9. Trzeba uważać, aby nie zjadać gatunków zwierząt będących pod ochroną prawną.



Zapomniany pokarm:

Żołędzie są zapomnianym pokarmem Europejczyków, stanowiącym wspaniałe źródło skrobi. Do czasów nowożytnych dodawanie żołędzi do mąki przetrwało jedynie w Norwegii, w czasach głodu. Problem z żołędziami polega na tym, że są gorzkie, bo zawierają tanię. Można zjeść kilka żołędzi na surowo, ale przy większej ilości drętwieje język lub można nabawić się bólu głowy. Jak usunąć tanię? Najlepiej moczyć żołędzie w ługu (wodny roztwór popiołu) z drzew liściastych (kilka łyżek popiołu na niewielki garnek z żołędziami). Należy moczyć w ługu (ok. trzech godzin) całe obrane żołędzie, a później opłukać je i ugotować, aż będą miękkie. Po ugotowaniu i wyługowaniu żołędzie mają mało wyrazisty smak. Można je jednak dodać zamiast ziemniaczków do zupy z pokrzyw. Żołędzie zaczyna się zbierać po św. Michale, czyli po 29 września, wcześniej spadają głównie robaczywe.



Prażony Pasikonik:

Koniki polne i pasikoniki możemy spotkać od czerwca do października na łąkach. Najlepszym sposobem na ich zdobycie jest „ręczne” wyłapywanie. Im niższa darń, tym efekt „polowania” będzie lepszy. Dobrze jest zbierać je nad ranem – wtedy są zziębnięte i nie są zbyt zwawe. Koniki trzeba od razu uśmiercać, zgniatając im głowy między palcami. Pojemnik, do którego będziemy wrzucać koniki, musimy szczelnie zamykać – po śmierci konik również skacze – nerwy. Złapane koniki najlepiej prażyć w niewielkim garnku rozgrzanym nad ogniem i koniecznie z przykrywką. Koniki wrzucić do rozgrzanego garnka i szybko przykryć. Garnkiem potrząsać aż do momentu, kiedy koniki zrobią się mocno czerwone. W smaku są tłuste i słone.



Ślimak z żaru:

Prawdziwym frykasem są ślimaki winniczki i ślimaki wstężykowe. Stanowią one łatwe do zdobycia źródło białka. Nie wszędzie występują. Spotkamy je w liściastych zaroślach po deszczu. Jak je przyrządzać? Zapalamy niewielkie ognisko. Jak się już trochę wypali, rozgrzebujemy żar i układamy na nim ślimaki nogami do góry (w skorupkach). Zostawiamy je tak na kilka minut, aż się upieką, a śluz się wypali. Lepiej je za bardzo przypiec niż nie dopiec. Ślimaki wydłubujemy ze skorupki. Części przewodu pokarmowego ślimaka zawierające nie strawioną masę roślinną najlepiej odkroić, a jeść tylko „nogę”. Dwadzieścia dorosłych ślimaków powinno wystarczyć dla jednej osoby. Należy pamiętać, że ślimaki winniczki są w Polsce pod ochroną – można zbierać okazy powyżej 3 cm średnicy muszli i tylko w maju.



Artykuł napisany do „Gniazda”. Bez zgody redakcji opublikowany w jednym z portali internetowych.

