**Świetna na lato – galantyna z szynką, jajkiem i warzywami**

***Danie o długiej historii, ostatnio trochę rzadziej pojawiające się na polskich stołach. Przyrządzane z mięsa i warzyw zalanych bulionem z dodatkiem żelatyny. Mowa oczywiście o galarecie zwanej też galantyną – potrawie, którą zajadali się już Jagiellonowie. Warto też dodać, że zdrowej, pożywnej i… chłodnej. Idealnej na letnie upały.***

„Cała wartość galarety jest, aby była czysta, klarowna i nie za twarda” - pisała w swojej „Uniwersalnej książce kucharskiej” z 1910 roku Maria Ochorowicz-Monatowa. Potrawa, dawniej nazywana też auszpikiem, jest tradycyjną pozycją polskiej kuchni. Podobno z dodatkiem sałaty została podana na uczcie weselnej Zygmunta I Starego i Bony Sforzy. W dawnej Polsce była zwykle bogato dekorowana i barwiona, a dodawano do niej drób lub ryby, ponieważ wieprzowina nie była wtedy jadana przez szlachtę.

Przez kolejne wieki galareta ewoluowała, wykorzystywano w niej kolejne produkty, a wraz z wynalezieniem żelatyny jej przygotowanie stało się prostsze. Ze szlacheckich stołów trafiła pod strzechy. Przepisy na nią pojawiały się we wszystkich znanych i ważnych dla kształtowania polskiego smaku książkach kucharskich – u Stanisława Czernieckiego, Wojciecha Wielądki, Lucyny Ćwierczakiewiczowej, Marii Ochorowicz-Monatowej oraz w klasycznej „Kuchni polskiej” pod redakcją Stanisława Bergera. W okresie PRL-u jej sława nieco przybladła, ponieważ została sprowadzona do roli zakąski, wciąż jednak chętnie przyrządzana była na różnego rodzaju przyjęcia i rodzinne uroczystości.

- Galareta zdecydowanie powinna wrócić do łask, ponieważ w pełni na to zasługuje – mówi Anna Burak z firmy Dobrowolscy. - Możemy w niej umieścić dużo zdrowych, gotowanych warzyw i pożywnych dodatków takich jak wysokiej jakości szynka i jaja. Przygotowanie tej potrawy nie jest trudne, a efekt to smaczny, chłodny posiłek, co docenimy szczególnie w czasie upałów.

**Galantyna z szynką, jajkiem i warzywami**Składniki:

300 g Szynki z Wadowic Dobrowolscy
2 litry bulionu z rosołu

1 mały brokuł

1 mały kalafior

garść małych marchewek

5 jaj

4 opakowania żelatyny

Sposób przygotowania:

Bulion zagotowujemy do wrzenia. Odstawiamy do lekkiego przestygnięcia. W ciepłym bulionie rozpuszczamy żelatynę w ilości o 30% większej niż porcja według zaleceń producenta na taką objętość. Sprawi to, że galareta będzie gęstsza. Z kalafiora i brokuła odkrawamy głąby, a kwiaty dzielimy na małe różyczki. Razem z marchewkami wrzucamy je do osolonej wody z dodatkiem 2 łyżeczek octu. Gotujemy do miękkości. Odcedzamy. Jajka gotujemy na twardo. Kroimy na plasterki. Na dnie szklanego naczynia o pojemności minimum 3 l układamy pierwszą warstwę złożoną z warzyw. Szynkę z Wadowic Dobrowolscy kroimy w grubą kostkę. Kładziemy jako drugą warstwę na warzywach. Na trzecią warstwę wykorzystujemy plasterki jajek. Całość zalewamy wcześniej przygotowanym i przestudzonym bulionem, tak aby jego poziom był wyższy o 2-3 cm od ostatniej warstwy. Czekamy, aż bulion stanie się letni i wkładamy naczynie do lodówki na całą noc. Wyciągamy z zimna tuż przed podaniem. Przed spożyciem, w zależności od upodobań, skrapiamy sokiem z cytryny lub octem.

Dobrowolscy to rodzinny zakład mięsny założony w 1990 roku przez Stanisława Dobrowolskiego i jego syna Adama, zlokalizowany w Wadowicach Górnych. Specjalizuje się w produkcji wysokiej jakości wędlin i dań gotowych zgodnie z mottem
„Łączymy smakiem pokolenia”. Do produkcji wykorzystuje mięso pozyskiwane z tradycyjnego chowu. Od początku współpracuje z lokalnymi hodowcami, co łączy z dbałością o środowisko naturalne. Jest firmą ze 100% polskim kapitałem, która uzyskała liczne nagrody i wyróżnienia, m.in. Podkarpacką Nagrodę Gospodarczą i certyfikaty „Przedsiębiorstwo Fair Play” oraz „Solidna Firma”.

[**www.dobrowolscy.pl**](http://www.dobrowolscy.pl/)