



ZYWIENIE ZBIOROWE

PORADNIK DLA PROWADZĄCYCH GOSPODARSTWA ZBIOROWE

Nr 3

Warszawa, Grudzień 1946 r.

Rok I

HELENA KARASZKIEWICZ

Z zagadnień stołówek pracowniczych

Mineło dwa lata od zakończenia jednej z najokrutniejszych w historii wojen. Pozostawiła ona nam w spadku szereg palących i ciężkich problemów, do których należy powszechne zubożenie i bieda szerokich warstw pracowniczych.

Dewastacja nie tylko naszego kraju, ale prawie całej Europy, zniszczenie dóbr materialnych i kulturalnych, dorobku całych pokoleń, spiętrza te problemy do zagadnień odbudowy gospodarczej, poprzez zagadnienia oświaty i kultury, obrony kraju, zagospodarowania Ziemi Zachodnich, repatriacji, opieki społecznej etc.

Ogrom i różnorodność tych problemów, ich hierarchia przy zniszczeniu majątku narodowego i powszechnej biedzie, stawia kaja nas w sytuacji ekonomicznej bardzo ciężkiej.

Nie tylko dobra materialne i kulturalne uległy zniszczeniu. Obok innych spustoszeń mamy jeszcze do czynienia ze zjawiskiem wyniszczenia jednostki ludzkiej pod względem fizycznym. Siedem bez mała lat wojny totalnej z tym wszystkim, co niosła ona ze sobą, a więc niedojadaniem, czy głodem, obozami koncentracyjnymi, masowymi deportacjami oraz polityką „naukowego” wyniszczenia całych zbiorowisk ludzkich sprawiły, że wytrzymałość i odporność tak fizyczna, jak psychiczna jednostki ludzkiej jest na ogół bardzo niska.

Ogólna sytuacja ekonomiczna naszego kraju w okresie powojennym oraz konieczność olbrzymich wkładów w odbudowę gospodarstwa narodowego, jest kwestią bytu naszego narodu, wymagają od człowieka pracy pewnych ograniczeń, czy nawet ofiar, i rozumiiałym jest, że mimo postępującej stabilizacji i stałego wzrostu poziomu życiowego, zarobki szerokich rzesz pracujących nie są jeszcze na takim poziomie, by mogły zaspokoić całokształt potrzeb człowieka pracy.

Państwo demokratyczne w trosce tak o pracownika, jak i o jego zadania, nałożyło na pracodawcę obowiązek utrzymywania stołówek pracowniczych. Pracodawca winien organizować je własnym kosztem, a państwo świadczy na rzecz stołówek w formie bądź

dostarczania im podstawowych artykułów spożywczych po cenach sztywnych, bądź w formie dopłat gotówkowych.

Założeniem stołówki jest utrzymanie pracownika w dobrej formie fizycznej, przez dostarczenie mu w czasie pracy pożywnej paszki, starowiącego uzupełnienie całodziennego zapotrzebowania organizmu człowieka dorosłego.

Ciekawym byłoby odpowiedzieć na pytanie — po dwuletniej praktyce — czy stołówki pracownicze sprostają temu zadaniu. Myślę, że — ogólnie rzecz biorąc — tak. Jednakże bywa — i często — że stołówka nie tylko nie spełnia swego przeznaczenia, ale budzi rozgoryczenie i niezadowolenie. Co wpływa na ten stan rzeczy? Dużo rozmaitych przyczyn: od szczupłości środków finansowych do trudności transportowych, nieorganizowanego rynku itp., ale jednym z najważniejszych powodów, wpływających na ten niezadawalający stan rzeczy jest niewątpliwie brak fachowego wyszkolenia i praktyki kierowników, prowadzących stołówki. I trudno byłoby inaczej. Twarda potrzeba wysunęła konieczność organizacji stołówek, a nie mieliśmy przecież i w dalszym ciągu nie mamy możliwości, by wszystkie one były prowadzone przez wyszkolonych fachowców. Dopóki specjalne szkoły gospodarstwa zbiorowego, czy przysposobienia do zbiorowego żywienia, nie wyszkolą młodziutkich w tej chwili jeszcze jednostek, musimy przystąpić — i to jest konieczne — do podciągnięcia fachowego kierowników stołówek i personelu. Kursy krótkoterminowe, instrukcje, wydawnictwa fachowe, opieka i pomoc fachowa, dużo mogą tu zdziałać.

Do zagadnień stołówki zatem winniśmy przywiązywać dużą wagę, bo zadania jej są wżne zarówno na dziś, jak i na przyszłość. Stołówka pracownicza jako taka nie jest — jak chcą niektórzy — formą przejściową, związane z trudnościami powojennymi, jest ona, być może, fragmentem głębokich przeobrażeń społecznych i w pewnym sensie jest może polem eksperymentalnym do rozwiązania zagadnień żywienia zbiorowego. Trudno przesądzać, czy forma stołówki przy zakładzie pracy się utrzyma, czy też

D 64/3/97a

żywienie zbiorowe znajdzie inne formy, ale niewątpliwym się wydaje, że typ kobiety, pochyłonej nad parującymi garnkami, zafetowanej i umęczonej, nie mającej czasu, ani ochoty do życia pełnym życiem człowieka, na skutek całodzienniej i codziennej monotonii zajęć

DR. ALEXANDER SZCZYGIEL

Parę uwag w sprawie stołówek

Wydawanie posiłków w zakładach pracy nie potrzebuje uzasadnienia. Przed wojną było ono stosowane głównie w fabrykach, gdyż przy pracy fizycznej wydatek energii jest tak duży, że brak jedzenia w czasie pracy, obniża znacznie jej wydajność. To wszystko jest słuszne, celowe, naukowo uzasadnione i nie było przez nikogo kwestionowane.

Po wojnie zaczęto wprowadzać stołówki wszędzie, nie tylko w fabrykach, lecz i w przedsiębiorstwach handlowych, biurach, urzędach itd. Początkowo, gdy brak było środków żywności, gdy dźwigał się ze zgliszcz i ruin, gdy organizowaliśmy nasze życie gospodarcze i społeczne, nikomu nie przychodziło na myśl kwestionować i tę akcję.

Jednakże obecnie wyszliśmy już z okresu przewidywania i przechodzimy do normalnego życia. Możemy już i powinniśmy zastanowić się nad wynikami naszych doświadczeń z przeszłości półtorarocznego okresu.

Rozpatrzmy najpierw zagadnienie stołówek z punktu widzenia jednostki. Otóż człowiek pracujący ma niewątpliwie z wydawanych posiłków dużą korzyść, tym bardziej, że Państwo i zakład pracy za nie płać.

Jednakże pozostaje zagadnienie rodziny. Jeśli rodzina jest duża, to opłaci się dla niej przyrządzić główne posiłki w domu. Jeżeli zaś składa się tylko z jednej lub dwóch osób, to zwykle posiłek ten jest odkładany do czasu powrotu pracujących członków rodziny, lub nie ma go wcale. Dzieci szkolne są dożywiane w szkole, dzieci w wieku przedszkolnym — w odpowiednich instytucjach, ale wracają one wcześniej do domu i są wtedy zwykle głodne. Istnieje wiele małżeństw, gdzie obie osoby pracują, wtedy pozostali członkowie rodziny są jeszcze bardziej zaniedbani pod względem żywienia. Niektóre zakłady pracy lub urzędy próbują wydawać za dopłatą posiłki dla członków rodzin. Ta akcja jest takim przeciążeniem miejsc pracy, że wcześniej czy później musi się załamać. Co więc należy zrobić z odżywianiem niepracujących i niekorzystających ze stołówek członków rodzin? Jeżeli zagadnienie to nie będzie szczęśliwie rozwiązane, założenie rodziny napotka na nowe, ciężkie do pokonania trudności, co z punktu widzenia polityki populacyjnej należałoby uważać za niepożądane.

A teraz parę słów na temat zagadnienia stołówek z punktu widzenia instytucji i urzędu. Nacgół mało z nich posiada odpowiednie warunki lokalowe i wykwalifikowany personel

gospodarskich i przyrządzania posiłków dla licznej rodziny, stanie się w niedalekiej przyszłości enachronizmem.

W szeregu dalszych artykułów postaram się omówić poszczególne zagadnienia, dotyczące zadań i metod pracy stołówek.

kuchenny. Prawidłowe prowadzenie kuchni wymaga dobrze urządzonego lokalu kuchennego, sali jadalnej, składu na żywność, chłodni, piwnic, miejsc do zamagazynowania okopowizny na zimę, pomieszczenia na opał, odpowiednio wykwalifikowanego personelu itd.

Często z powodu braku tych wszystkich urządzeń, zakupy potrzebnych produktów odbywają się na najblższym rynku, po wysokich cenach, wahających się zależnie od podaży. Aby posiłki były lepsze, gdzieśgdzie pracownicy dopłacają pewne sumy. Jeżeli zaś tego nie ma — posiłki nie zawsze stoją na odpowiednim poziomie.

Większe instytucje, jak np. duże przedsiębiorstwa fabryczne, czy przemysłowe, mogą sobie pozwolić na dobre urządzenie stołówek, na sprowadzanie i magazynowanie żywności oraz na fachowy personel kuchenny. Jednakże i w tych wypadkach dość duży odsetek personelu zamiast wykonywać pracę w fabryce, czy w urzędzie, zajmuje się — i to zwykle niefachowo — sprawami gospodarczymi. Jeśli do tego dojdzie jeszcze odbiór oraz wydawanie i innych przydzielów, wtedy liczba personelu zatrudnionego poza swoją właściwą pracą, wynosi 5 lub więcej procent.

Jest to olbrzymi ciężar dla Państwa. Idea przerzucenia tych ciężarów na spółdzielnię jest w obecnych warunkach możliwa do zrealizowania tylko wtedy, gdy pracownicy będą płatni przez daną instytucję. Nie jest to jednak spółdzielnia w pełnym tego słowa znaczeniu.

Jakie jest z tego wyjście, żeby pracownik nie nie stracił i żeby państwo nie ponosiło takich ciężarów?

Wydaje się, że duże instytucje, zatrudniające większą liczbę pracowników i mające warunki po temu, mogą utrzymać dotychczasowy system wydawania posiłków, z tym, że będzie to raczej posiłek niepełny, a nie normalny obiad. Pełne obiady powinno się spożywać albo z rodziną, albo w specjalnych zakładach, o których za chwilę będzie mowa. Gdyby posiłki w zakładach pracy były pełne, wtedy z lekką tylko przesadą można by powiedzieć, że na godziny pracy składałyby się: oczekiwanie na posiłek, spożywanie go i trawienie. W przyszłości może na to będzie można sobie pozwolić, gdy się odbudujemy i gdy nie będzie już nigdy grozić nam nowa wojna. Tymczasem, kosztem komfortu w teraźniejszości, musimy dążyć do tego komfortu w przyszłości. Tyle o dużych zakładach pracy.

Jeśli chodzi o zakłady zatrudniające mniejszą liczbę pracowników, to zdaje się, możnaby dążyć do przerzucenia ich żywienia na restauracje spółdzielcze lub prywatne, znajdujące się poza tym zakładem, a w samym zakładzie wydawać tylko małe posiłki w ciągu dnia, np. kawę mleczną z chlebem itd. Obsługa takiej kuchni jest tania, a wymagany lokal nie duży.

Kuchnie zbiorowe, na wzór dawnych jadłodajni, powinny w miastach stanowić gęstą sieć, być dobrze wyposażone i wydawać posiłki bardzo tanie w cenie, którą pracownik płaciłby w instytucji, w której pracuje. Jadłodajnie takie powinny być prowadzone pod ścisłym nadzorem państwa. W tych kuchniach zbiorowych mogłyby się żywić całe rodziny, bądź to na miejscu, bądź też zabierając posiłki do domów.

W niektórych krajach, np. w Anglii, taka organizacja żywienia zbiorowego zdała egzamin życiowy i nie budzi już obecnie ze strony ludności żadnych zastrzeżeń.

W ten sposób oszczędza się pracy zatrudnionej poza domem kobiecie, która musiałaby dla rodziny przygotowywać codziennie posiłki, o-

siąga się poza tym niejedną oszczędność, np. paliwa itd. To jest tak jasne, że nie potrzebuje bliższych uzasadnień. Warto tylko silnie podkreślić, że tak pomyślana organizacja żywienia zbiorowego nie krzywdzi pod żadnym względem rodziny i dopomaga jej do utrzymania się na poziomie.

Co zyskałoby na tym państwo? Setki tysięcy urzędników i robotników wróciłoby do swojej pracy, tysiące metrów sześciennych prowizorycznych kuchni zamieniłoby się na biura, urzędy, fabryki lub magazyny, a składy żywności i transport byłby oszczędniejszy, nadzór zaś nad gospodarką ułatwiony i bardziej fachowy. Słowem, przez tę komasację uzyskałoby się lepiej fachowo obsłużoną i oszczędniejszą kuchnię zbiorową.

Bony na posiłki po cenie urzędowej powinien otrzymać pracownik i jego rodzina, jako jedno ze świadczeń, związanych z jego zatrudnieniem. Inna polityka byłaby krótkowzroczna i nie przyczyniłaby się do poprawy bytu ani samego pracownika, ani jego rodziny.

Opracował R. G.

Wskazówki do prowadzenia rachunkowości w stołówkach pracowniczych

W stołówkach, w których nie jest prowadzona normalna księgowość, zaleca się zaprowadzenie rachunkowości według zasad niżej podanych. Sposób ten nie wymaga specjalnych umiejętności, ani nie zajmuje zbyt wiele czasu. Daje natomiast każdej chwili przejrzysty stan działalności stołówki oraz orientuje w ilości posiadanych zapasów, ułatwiając kontrolę.

Książki winny być prowadzone rzetelnie i możliwie dokładnie. Zapisy w nich należy prowadzić bieżąco, bez opóźnień, aby uwzględniały chronologicznie wszystkie obroty zarówno gotówkowe, jak i bezgotówkowe. Przychody należy księgować według faktycznej daty wpłaty, rozchody zaś odpowiednio udokumentowane według daty rzeczywistego ich wydatkowania, nie zaś daty rachunku, przy czym należy na rachunku robić adnotację: „zapłacono dnia ...”. W razie niemożności uzyskania rachunku, należy sporządzić protokół kupna, zawierający datę, treść oraz podpisy osoby zakupującej oraz przynajmniej jednego świadka. Zapisy do ksiąg należy dokonywać atramentem bez pozostawiania miejsc wolnych, które zakreśla się. Omyłki prostuje się przez unieważnienie błędnego zapisu (tak zwane storno) lub przez przekreślenie i wpisanie właściwego tekstu w ten sposób, aby treść poprzedniego zapisu była czytelna. Strony ksiąg winny być zakończone bądź wypracowaną ogólną sumą, bądź saldem rachunku. Książki należy prowadzić czysto i starannie i przechowywać w odpowiednim miejscu przez trzy lata. Rachunki i wogóle wszelkie doku-

menty, będące podstawą do księgowania, należy odpowiednio ułożyć i przechowywać.

Każda książka winna posiadać naklejkę z nazwą (np. Książka Inwentarzowa itd.).

Strony ksiąg winny być ponumerowane, a ilość ich na końcu winna być potwierdzona przez osoby upoważnione do nadzoru nad stołówką.

Zaprowadzając rachunkowość w stołówce, należy przede wszystkim założyć Książkę Inwentarzową.

Inwentarz jest to książkowe zestawienie majątku. W tym celu należy sporządzić protokół remanent z natury, czyli spis całego majątku, będącego własnością stołówki. Poszczególne przedmioty majątkowe należy przyjmować do inwentarza według cen nabycia lub ich rzeczywistej wartości. Wydatki na zakup drobnych o małej wartości przedmiotów mogą być zaliczone do kosztów prowadzenia stołówki. Będzie to remanent początkowy. Następny remanent przeprowadza się w końcu okresu gospodarczego, długość którego określa się stosownie do potrzeby, którego termin nie może być dłuższy niż pół roku.

W stanie inwentarza w czasie prowadzenia stołówki zachodzą zmiany, a mianowicie: zużycie normalne lub nadzwyczajne, kradzieże i ewentualnie inne. Wszelkie zmniejszenie wartości inwentarza winno być określone przez komisję w składzie osób do tego upoważnionych. Komisja określa stopień zużycia danego przedmiotu i sporządza t. zw. „Protokół zniszczenia”.

na podstawie którego zmniejsza się w Książce Inwentarzowej o odpowiednią sumę wartość danego przedmiotu.

Jeżeli Książka Inwentarzowa zawiera dużo pozycji, to należy zaprowadzić do niej skorowidz.

Dziennik K a s o w y jest następną książką i obrazuje chronologicznie wpływy i wydatki. Zaprowadzamy książkę jednost.orną, zawierającą zapisy przychodów i rozchodów oraz każdorazowe saldo (to znaczy pozostałość) kasy.

Gdy treść zapisów wypełnia stronę dziennika kasowego sumujemy i przenosimy otrzymane wyniki na następną stronę, pisząc „do przeniesienia” i otwierając następną stronę powyższymi wynikami z zapisów w rubryce treści „z przeniesienia”.

W końcu miesiąca podliczamy przychody i rozchody osobno i wpisujemy sumę przychodów na końcu strony, kończącej dany miesiąc, do rozchodu zaś dopisujemy różnicę między przychodem i rozchodem, jako saldo, np. saldo przeniesienia na rachunek następnego miesiąca tak, że po dodaniu do sumy wydatków salda, otrzymamy wynik liczbowy, równy przychodowi. Ten rezultat analogicznie jak przychód wpisujemy u dołu strony, zakreślając miejsca wolne linią łamaną.

W końcu przyjętego okresu gospodarczego, po dokonaniu i sprawdzeniu wszelkich zapisów przeprowadzamy zamknięcie rachunku przez ostateczne zsumowanie poszczególnych rubryk oraz przez odjęcie sumy rozchodów od sumy przychodów.

Dziennik M a g a z y n o w y składa się z dwóch książek. w jednej notujemy przychód i rozchód oraz każdorazowe saldo produktów otrzymanych z przydziału, w drugiej zaś produktów zakupionych z wolnej ręki.

Jeżeli dana stołówka otrzymuje również produkty z innych źródeł, np. z administrowanego majątku itp., należy założyć dodatkową książkę dla tych produktów.

W książkach tych każdy produkt posiada oddzielne konto (stronę). Przy większej ilości kont, należy założyć skorowidz. Przychód oraz rozchód produktów w magazynie dokonuje się na podstawie odpowiednich asygnat.

KALKULACJA

Każdy obiad (posiłek) winien być skalkulowany. W tym celu należy zaprowadzić zeszyt z rubrykami podanymi w załączonym wzorze. Na każdy posiłek (t. zn. obiad — kolacje), należy przeznaczyć jedną stronę. Wycenianie użytych produktów winno być prowadzone według cen wolnego rynku, przy większych ilościach według cen hurtowych, przy małych ilościach według cen detalicznych.

KONTROLA STOŁOWNIKÓW

W każdej stołówce winna być prowadzona kontrola stołowników. Ze względu na koszt druku w małych stołówkach można zaprowadzić arkusz kontrolny z nazwiskami wszystkich stołowników i podziałem na dni. Z chwilą przyścia stołownika na posiłek podkreśla się dany dzień.

W stołówkach większych koniecznym jest zaprowadzenie drukowanych Kart Obiadowych z kuponikami, które wycina się przy wejściu stołownika wydając mu w zamian talonik. Wycięte kupony należy nalepiać na arkuszach (każdy dzień oddzielnie), pisząc ilość kuponów i ewentualnie uwagi. Z arkuszy dziennych sporządza się po zakończeniu miesiąca zestawienie za m-c ubiegły.

WZÓR KSIĄŻKI INWENTARZOWEJ

K o t ł y 50 l i t r o w e

T R E Ś C	Ilość	Wartość jednost.	Wartość ogólna	U w a g i
Remanent na dz. 30.VI.1946 r.	3	900.—	2.700.—	
Według protokołu z 17.VI.1946 r. skreśla się 1 kocioł	1	900.—	900.—	
Stan na 18.VIII. 1946 r.	2		1.800.—	
Zakupiono 20.VIII. 1946 r. 1 kocioł	1	1.000.—	1.000.—	
Stan na 21.VIII. 1946 r.	3		2.800.—	

WZÓR DZIENNIKA KASOWEGO

C z e r w i e c 1 9 4 6

L. p.	D n a	Nr asyg.	Treść zapisu	Przychód		Rozchód		Saldo
			Z przeniesienia		19.800.—		16.350.—	3.450.—
53	14	17	Z Dyrekcji	5.000.—				
54	„	18	Za sprzedane bilety obiadowe	200.—	5.200.—			
55	„	83	Wołowski Antoni — za grzyby			500.—		
56	„	84	Mikuła Walenty — za śmietanę			60.—		
57	„	85	Piekarnia „Zdrowie“ — za pieczywo			40.—	600.—	8.050.—
58	15	19	Za sprzedane bilety obiadowe	200.—	200.—			
59	„	86	Domagała Andrzej — za warzywa			1.200.—		
60	„	87	Piekarnia „Zdrowie“ — za pieczywo			50.—	1.250.—	7.000.—
61	16							

WZÓR DZIENNIKA MAGAZYNOWEGO

S ó l

L. p.	D a t a	Nr asygn.	Przychód w kg	Rozchód w kg	Stan	U w a g i
			Z przeniesienia	150.—	128.—	22.—
15	19.VII.46	79	25.—		47.—	
16	20.VII.46	121		12.—	35.—	

WZÓR ZESZYTU KALKULACYJNEGO

17 czerwca 1946 r.

P r o d u k t	P. z y d z i s i ę w y		Z w o l n ę o r y n k u		R a z e m		K a l o- r i j	U w a g i
	I l o ś ć	W a r- t o ś ć	I l o ś ć	W a r- t o ś ć	I l o ś ć	W a r- t o ś ć		
Z e m r i a k i	40 kg	60.—			40 kg	60.—		
K a p u s t a	15 „	45.—			15 „	45.—		
M i ę s o			10 kg	600.—	10 „	600.—		

WZÓR KARTY OBIADOWEJ

8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
7	KARTA OBIADOWA na miesiąc Pieczątka stółwli Nr nazwisko i imię								18
6									19
5									20
4									21
3									22
2									23
1	/	11	10	11	11	11	11	25	24

O pokarmach czerwonych, amarantowych i żółtych

Skłót artykułu Marii Strasburger, drukowane go w 1936 w „Pani Domu“.

Antocjan — czerwony barwnik roślinny

Antocyjany są to amarantowe barwniki rozpuszczone w soku komórkowym ogromnej ilości roślin. Barwa bławatków, pelargonii, róży, laku, ostróżki, bratków itp. zależy od antocjanów. Spośród naszych jarzyn duże ilości antocjanów zawiera burak i kapusta czerwona. Barwa większości kwiatów i owoców zależy z jednej strony od odczynu soku komórkowego, z drugiej zaś od kombinacji, powstających na skutek występowania obok siebie antocjanów i innych barwników, należących do grupy karotynowej.

Odczyn soku komórkowego, w którym rozpuszczone są antocyjany, wpływa w ten sposób, że w środowisku zasadowym antocyjany nabierają zabarwienia niebieskiego, w kwaśnym zaś — czerwonego. Jako właściwą barwę antocjanów należy uważać czerwoną, niebieska barwa

zaś jest już wynikiem pewnych przeobrażeń. Jeśli tylko podczas gotowania czerwonej kapusty kwasowość roztworu zmniejszy się odpowiednio, kapusta zaczyna się nieć, a gdy wywar, w którym ją gotujemy, stanie się zasadowy, kapusta nabiera odcienia zielonawego.

Woda wodociągowa posiada najczęściej odczyn lekko zasadowy, co sprawia, że kwasy zawarte w kapuscie, zostają częściowo zobojętnione i czerwona kapusta podczas gotowania staje się sina. Jeśli dodamy dużo wody do ugotowania kapusty, jej kwasy naturalne zostają jeszcze bardziej rozcieńczone i odczyn wywaru staje się zasadowy, tak, że w końcu możemy z czerwonej kapusty otrzymać jarzynę w odcieniu zielonawym. Przed taką zmianą koloru zabezpiecza nas gotowanie kapusty z dodatkiem kwasu i wlewania do niej tylko małej ilości wywaru tak, aby kwasów nie rozcień-

czać. Przykrycie naczynia utrudnia kwasom ulotnienie się z parą wodną.

Trzeba jeszcze zauważyć, że kwas zawarty w kapuście tworzy drobne ilości sol z metalem naczynia, w którym gotujemy kapustę. Te sole w roztworze przeważnie mają odczyn zasadowy, ponieważ są solami słabych kwasów z silniejszymi zasadami. Wzmaga to zasadowy odczyn wywaru, co nie tylko fatalnie wpływa na barwę kapusty, ale i na wartość witaminową wszystkich jarzyn kwaśnych, gotowanych w naczyniach aluminiowych lub przewarzanych w puszkach cynowych. Do gotowania więc jarzyn i owoców najlepiej nadają się naczynia emalcowane.

Antocjan zawarty w burakach, zachowuje się nieco inaczej niż antocjan zawarty w czerwonej kapuście. Podczas, gdy wywar z czerwonej kapusty jest lekko zasadowy, wywar, w którym normalnie gotują się buraki, jest lekko kwaśny i dlatego zostają one czerwone póty, póki kwas całkowicie nie zostanie zubożony. Jeżeli jednak roztwór stanie się zasadowy, buraki są coraz mniej czerwone, coraz bardziej amarantowe, po tym nabierają brunatnego koloru zwiędłego. Zatem burak należy gotować w zakrytym naczyniu emaliowanym, w małej ilości wody, którą potem zużyjemy do potraw.

Porównując ze sobą gotowane czerwonej kapusty i buraków, stwierdzamy, że kapustę należy gotować w małej ilości wody z dodatkiem kwasu w naczyniu przykrytym, burak zaś w takim samym naczyniu i w takiej samej ilości wody, lecz dodatek kwasu można uważać za zbędny.

Podobne zjawiska zachodzą także przy gotowaniu wielu owoców zabarwionych antocjanami. Do takich owoców należą np. śliwki. Śliwki są tak kwaśne, że jeśli gotujemy je w skórkach, niebieska ich barwa przechodzi w czerwoną i kompot ze śliwek jest zawsze bardziej czerwony niż skórki śliwek surowych. Podobnie rzecz ma się z czarnymi jagodami, które po ugotowaniu stają się czerwone.

Wino zawiera zawsze pewne ilości kwasów, dlatego ugotowana polewka z czerwonego wina ma barwę bardziej czerwoną niż wino przed gotowaniem. Ta czerwona barwa staje się jeszcze intensywniejsza, jeśli wino gotujemy z produktem, który też zawiera pewną ilość kwasów. Podobnie, dzięki dużej ilości kwasów, zawartych w czerwonym agrestie lub rabarbarze,

czerwona barwa ich antocjanów zachowuje się mimo gotowania.

Wytwarzaniu się antocjanów w jarzynach i owocach sprzyja ubóstwo niektórych składników gleby i niska temperatura. To jest przyczyną czerwonej barwy liści dzikiego wina z nadjeściem jesieni, to jest przyczyną rumienienia się jabłek po przymrozkach, to wreszcie jest powodem, że zimowy rabarbar jest różowy. Mieszkańcy wsi znają dobrze zjawisko czerwienienia się młodych pędów jarego zboża po przejściu fali wiosennych chłódów.

Zółte barwniki roślinne — flawony i flawonole

Barwnikami podobnym są także żółte flawony i bardzo podobne do nich flawonole. Występują one w cebuli, pietruszce, rzodkiewce, topinie, w bardzo wielu innych roślinach, do których prawdopodobnie należy zaliczyć wszystkie jarzyny z odmiany kapusty, a więc kalafior, kalarepę, kapustę gładką i włoską. Jakiż wpływ mają te barwniki na przyrządzanie potraw? Każda gospodyni zauważyła, że pietruszka lub cebula długo gotowane stają się żółte i barwa ta przechodzi nawet do wywaru. Przecież wywar z cebuli służy nawet do barwienia na żółto pisanek wielkanocnych. Otóż podczas gotowania w środowisku alkalicznym, t. j. w środowisku wody wodociągowej, nika barwa tych jarzyn staje się nie sywniejsza, czyli jak to mówimy, pogłębia się. Coś podobnego możemy zauważyć w kalafiorze, kapuście włoskiej lub kalarepie zbyt długo gotowanych, choć w mniejszym stopniu niż w cebuli lub pietruszce. Żółkną one i szarzeją podczas zbyt długotrwałego gotowania. Brunatnawy ich odcień pochodzi być może od jakichś związków z żelazem, którego pewna ilość znajduje się zawsze w wodzie. Tych żółto-brunatnych odcieni ugotowanych jarzyn, dzięki którym tracą one bardzo na apetycznym wyglądzie, możemy łatwo uniknąć, nie przeciągając zbyt długo gotowania, co jest bardzo wskazane także i z wielu innych względów.

Ponieważ przeważnie barwniki zawarte w jarzynach przechodzą do wywaru w większej lub mniejszej ilości, a wiele z nich ma dla naszego żywotną wartość już stwierdzoną, co do innych zaś nie wiemy, czy nauka wartości tej jeszcze nie stwierdzi, mamy jeden powód więcej, aby oszczędzać i skrzętnie użytkować wywary, w których gotowały się jarzyny.

Streściła Z. C.

Aktualne przepisy

KRUCHY PLACEK Z KAIMAKIEM

Ciasto: 30 dkg mąki, 5 dkg masła, 5 dkg smalcu, 5 dkg margaryny, 10 dkg mialkiego cukru, 2 żółtka, trochę wrzącej wody.

Kaimak: 1/2 kg cukru, 1/2 l mleka, 3 dkg świeżego masła, 1 proszek waniliowy, 1 łyżka syropu ziemniaczanego.

Przyrządzić ciasto:

Tuszc posiekać z mąką, wymieszać z cukrem i zagnieść ciasto z żółtkami, dodając trochę wrzącej wody (tyle tylko, aby ciasto zlepiło się). Ciasto po-

dzielić na 3 części: z 2/3 części wywałkować placek, wyłożyć nim blachę, z 1/3 zrobić wałeczki i obłożyć nimi brzegi placeka tak, jak przy mazurkach. Wałeczki te ukształtować palcami, nadając im kształt faliszy. Ciasto upiec na kolor złoty najlepiej w blasze o 3 ścianach, aby je można wygodnie z blachy wyjąć.

Przyrządzić kaimak:

Zagotować mleko, na wrzące mleko wsypać cukier i gotować mieszając na niezbyt silnym ogniu, uważając, aby się nie przypalił. Gdy się

zacznie rumienić dodac syrop ziemniaczany a masło i smażyć tak długo, aż kropla puszczone na talerzyk zastyga i pod dotknięciem palca nie lepi się. Wtedy wymieszać z cukrem waniliowym i natychmiast wylać na upieczony placek, rozsmarowując szybko nożem, aby nie stężało przed rozsmarowaniem. Gdy cukier przegotuje się i zaczyna się kruszyć, dodać trochę wrzącego mleka, wyrobić łyżką i dopiero rozsmarować na cieście.

STRUCLA Z MAKIEM

Ciasto: 5 dkg drożdży, 2 jaja, 20 dkg cukru, 1 kg mąki, 15 dkg tłuszczu (masło ze smalcem lub margaryną), 1/2 l mleka.

Nadzenie: 70 dkg maku, cukier do smaku, lub dżem pomarańczowy, cynamon tłuczony, 5 dkg masła (10 dkg rodzynek), 1 jajko lub 2 białka.

Przyrządzić mak:

Na noc przed przyrządzaniem ciasta sparzyć mak, gdy ziarenka rozcierają się między palcami mak wylać na gęste sito, pozostawić przez noc do odsączenia. Następnego dnia przepuścić 3 razy przez maszynkę do mięsa, wymieszać ze wszystkimi składnikami, postawić na brzegu kuchni, aby się przygrzał.

Przyrządzić ciasto:

Rozgnieść drożdże, dodać trochę cukru i ciepłego mleka i rozczyn ten postawić do wyrośnięcia. Utrzeć jaja z cukrem, przesiać mąkę, wlać wyrośnięte drożdże i resztę ciepłego mleka i zarobić dość gęste ciasto. Gdy wszystkie składniki połączą się, dodać stopiony tłuszcz i wyrobić ciasto, postawić do wyrośnięcia.

Wyrośnięte ciasto podzielić na 4 części. Z każdej części wywałkować prostokąt, posmarować 1/4 częścią maku, zawinąć ciasto w wałek i włożyć do wysmarowanej formy (długie wąskie blaszki). Gdy ciasto powolnie wyrośnie posmarować wodą lub białkiem i upiec (około 3/4 godz.). Po lekkim przestygnięciu wyłożyć ostrożnie i studzić oparte o brzeg stołnicy.

Z tego samego ciasta można przygotować bardzo dobre ciasto z rodzynekami i kruszanką.

PASZTECIKI DROŻDŻOWE

NADZIEWANE KONSERWAMI LUB KAPUSTĄ

Proporcja na 20 osób.

Rozczyn: 4 dkg drożdży, łyżeczka cukru, 4 łyżeczki mąki, letnie mleko lub woda.

Ciasto: 1 kg mąki, 2 jaja świeże lub 3 dkg jaj w proszku, 20 dkg tłuszczu (może być margaryna i olej), mleko świeże lub rozcieńczone w proszku sól.

Nadzenie: 40 dkg konserw mięsnych, 2 bułeczki małe, 5 dkg cebuli, 4 dkg tłuszczu, pieprz, 1/4 jaja świeżego, (resztę zużyć do smarowania).

Rozczyn: drożdże rozetrzeć z cukrem, dodać mąkę i tyle ciepłego mleka, aby powstała masa gęstości kwaśnej śmietny, postawić w ciepłym miejscu do wyrośnięcia. Mąkę przesiać, dodać wyrośnięty rozczyn, jaja, trochę soli i zarobić ciasto ciepłym mlekiem. Gdy składniki połączą się, wlewać powoli cie-

py stopiony tłuszcz i wyrabiać tak długo, aż ciasto stanie się gładkie, pulchne i zacznie odchodzić od ręki. Wyrobione ciasto postawić w ciepłym miejscu do wyrośnięcia. Gdy ciasto wyrośnie, wałkować je na placek 1 cm grubości i wykrawać kółka 8—9 cm średnicy, nakładać nadzieniem i zlepiać podłużne paszteciki. Układać zlepieniem pod spód na posmarowanej blasze i postawić do wyrośnięcia. Przed wstawieniem do pieca posmarować jajem i upiec. Podać ciepłe do barszczu czystego.

Z takiej ilości otrzymujemy 20 dużych pasztecików.

Nadzenie: Bułki namoczyć, wycisnąć i przepuścić przez maszynkę razem z konserwą. Wymieszać z przesmażoną cebulą, pieprzem i jajem.

Zamiast z konserwami możemy paszteciki przygotować z kapustą i grzybami.

Nadzenie na 20 osób:

1 kg kapusty świeżej lub kiszonej, 2—4 dkg grzybów, 6 dkg tłuszczu, 5 dkg cebuli, pieprz, sól.

Kapustę obgotować we wrzącej wodzie na pół miękko (słodką podzielić na ćwierćki), ostudzić, mocno wycisnąć, przepuścić przez maszynkę i wymieszać z ugotowanymi pokrajanymi grzybami, przesmażoną cebulą, solą i pieprzem. Wywar z grzybów wyparować na gęsty bulion i dodać do kapusty, a wywar z kapusty słodkiej zużyć do zupy.

Gdy mamy niewielką ilość stołówek, możemy kapustę przygotować bardziej racjonalnym sposobem.

II sposób: surową kapustę najpierw poszatkować, a potem drobno posiekać (kiszoną przed tym wycisnąć). Pokrajaną cebulę przesmażyć na tłuszczu w rondlu, włożyć posiekaną kapustę, osolić i dusić aż zmięknie, skapując wywarem z grzybów. Gdy kapusta miękka, dodać pokrajane grzyby i doprawić do smaku pieprzem i jeśli potrzeba solą. W ten sposób przygotowana kapusta jest doskonała do kulebiaków.

CHLEB Z PŁATKAMI

Rozczyn: 2 i 1/2 dkg drożdży, 1 płaska łyżeczka cukru, 3 łyżeczki mąki, letnia woda, 1/2 kg płatków, 1/2 kg mąki pszennej, sól, letnia woda, tłuszcz do smarowania formy.

Przygotować rozczyn znany sposobem. Przesiać mąkę i płatki zmieszać, dodać sól, wyrośnięty rozczyn i zarobić ciasto letnią wodą. Powinno być trochę gęściejsze niż na ciasto słodkie. Po wyrobieniu postawić ciasto do wyrośnięcia. Gdy wyrośnie napełnić do 3/4 wysmarowanej blaszki i postawić do powtórnego wyrośnięcia. Gdy ciasto wyrośnie do bardzo pełnych form — upiec.

Uwaga: Ponieważ w stołówkach rozporządzamy często dużymi przydziałami płatków, zużytkowanie ich do wypieku chleba urozmaica bardzo jadłospisy.

Płatki zastosowane w 50% do wypieku są wzrokowo w chlebie niewidoczne, a pieczywo daje bardzo smaczne, zwłaszcza płatki pszenne.

T R E Ś Ć: Z zagadnień stołówek pracowniczych. — H. Karaszkiewicz. Prośbę uwag w sprawie stołówek — Dr A. Szczygieł. Wskazówki do prowadzenia rachunkowości — R. G. O pokarmach czerwonych i żółtych — M. Strasburger. Aktualne przepisy.

Wydawnictwo Ministerstwa Apropowizacji i Handlu, Warszawa, ulica Chocimska 28, pokój 223.

Adres Redakcji: Ministerstwo Apropowizacji i Handlu, Warszawa, Chocimska 28, pokój 223. Zofia Czerny.