



**PRAWDZIWI  
SMAK**

**CZYLI  
KREDENS ŻYWNOCI  
W GMINIE HRUBIESZÓW**



**Lubelskie**  
*Smakuj życie!*



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

Materiał współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Schematu II Pomocy Technicznej „Krajowa Sieć Obszarów Wiejskich” Program Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020. Instytucja Zarządzająca Programem Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020 - Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

Materiał opracowany przez Stowarzyszenie Kobiet Gminy Hrubieszów-Polskie Kwiaty z/s w Wołajowicach.

## Stowarzyszenie Kobiet Gminy Hrubieszów – POLSKIE KWIATY



z siedzibą w Wołajowicach zarejestrowało działalność w 2008 roku. W swoich szeregach skupia obecnie 54 kobiety zamieszkałe głównie na terenie gminy Hrubieszów. Celem stowarzyszenia jest zwiększanie aktywności kobiet w życiu społecznym i gospodarczym, w tym działanie na rzecz rozwoju różnych form przedsiębiorczości na wsi. Główne cele stowarzyszenia pokrywają się w większości z potrzebami mieszkańców wsi. Nie brakuje też zadań związanych z szerzeniem świadomości ekologicznej, pielęgnowanie tradycji lokalnej i kultury regionalnej oraz działalności na rzecz turystyki wiejskiej i agroturystyki. Zarząd podejmuje szereg różnych

działań, w tym między innymi wspiera działalność kół gospodyń wiejskich i współpracuje z różnymi podmiotami dla pełnej realizacji celów statutowych. Stowarzyszenie figuruje w Atlasie Dobrych Praktyk FIO w 2014 roku dzięki temu, że realizuje szereg zadań publicznych. Do osiągnięć należy realizacja projektów na rzecz wsparcia wiosek tematycznych, pracy z młodzieżą gimnazjalną, wydanie pakietu pocztówek pokazujących piękno gminy Hrubieszów, jej historię i przyrodę oraz utworzenie galerii rękodzieła ludowego. Organizacja przez zarząd stowarzyszenia szeregu wizyt studyjnych, wycieczek i innych wyjazdów, wspomaga również rozwój społeczności lokalnej.

W 2020 roku jednym z sukcesów Stowarzyszenia jest realizacja projektu „Prawdziwy smak czyli kredens żywności w Gminie Hrubieszów” który jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Schematu II Pomocy Technicznej „Krajowa Sieć Obszarów Wiejskich” Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020”. Celem operacji jest przeprowadzenie cyklu szkoleń i warsztatów dla członków Kół Gospodyń Wiejskich i osób młodych z zakresu przygotowania, przetwarzania i sprzedaży produktów lokalnych oraz podjęcie współpracy z sektorem prywatnym i społecznym w celu utworzenia kredensu żywności na terenie Gminy Hrubieszów i jego szerokiej promocji.

### **W ramach zadania zrealizowano:**

1. Cykl szkoleń z zakresu aspektów prawnych dotyczących sprzedaży produktów lokalnych, ich przygotowania i przetwarzania, sprzedaży internetowej oraz savoir-viv'u w kuchni.
2. Pięciodniowe warsztaty kulinarne z dodatkowym uzupełnieniem jak wykorzystać w kuchni przyprawę z domowego ogródka.
3. Wydanie folderu kulinarnego z wykorzystaniem lokalnych produktów.
4. Przygotowanie dokumentacji do zarejestrowania dwóch produktów tradycyjnych.

Oddajemy w Państwa ręce folder z potrawami przygotowanymi na warsztatach kulinarnych przez uczestników projektu z wykorzystaniem naszych lokalnych produktów.

Dobra kuchnia musi być prosta i smaczna. Dzięki dokładnym opisom i wskazówkom oraz pięknymi fotografiami, każda potrawa zawsze się uda. Mamy nadzieję, że choć kilka przepisów wejdzie na stałe do Państwa repertuaru kulinarnego.

# Soljanka kresowa

## Składniki:

- 300 g wieprzowej łopatki
- 100 g kielbasy
- 100 g wędzonki
- 2 marchewki
- 1 duża cebula
- 4 ząbki czosnku
- 1 pietruszka
- pół selera
- 2 łyżki masła
- 4 kiszone ogórki i szklanka zalewy z ogórków kiszonych
- średni por (zielona część)
- mały koncentrat pomidorowy
- po dwie łyżki oliwek czarnych, zielonych i kaparów
- ziele angielskie, liście laurowe, pieprz i sól
- cytryna
- koperek, natka pietruszki
- śmietana - kilka łyżek do przybrania

## Sposób wykonania:

Surowe mięso włożyć do 2,5 l wody, dodać warzywa, liście laurowe i ziele angielskie. Gotować około 3 godziny tak, by odchodziło od kości. Następnie odcedzić. Mięso oddzielić od kości i pokroić w paski. Wrzucić do wywaru i ustawić na minimalnym ogniu. Cebulę podsmażyć z czosnkiem na maśle. Dodać koncentrat i dalej smażyć. Dolać do wywaru z mięsem. Podsmażyć kielbasę i wędzonkę na patelni. Przełożyć do zupy. Ogórki zetrzeć na grubej tarce. Podsmażyć na patelni, na której smażyła się kielbasa. Odparować wodę. Dodać do zupy. Następnie dolać zalewę z ogórków kiszonych, dodać oliwki oraz kapary. Dodać pieprz i plasterki cytryny. Soljanka musi być kwaśna i słona zarazem. Taki smak można uzyskać dolewając więcej lub mniej zalewy z ogórków. Soljankę podawać z kleksem śmietany, posypaną natką pietruszki lub koperkiem. Świetnie smakuje z chlebem.



# Roladki z łopatki

## Składniki:

- 4 plastry łopatki wieprzowej (po 100 g)
- 1 łyżeczka koniaku
- 1/2 łyżeczki curry
- 1/2 łyżeczki białego pieprzu
- 400 g pieczarek
- 2 cebule, 2 łyżki masła
- 1 łyżka parmezanu
- 1 łyżka mąki
- 1 łyżka oleju
- 1 łyżeczka soli
- 1/4 l bulionu
- 1/8 l słodkiej śmietany

## Sposób wykonania:

Plastry mięsa natrzeć koniakiem wymieszanym z curry i pieprzem, ułożyć jeden na drugim i odstawić na jakiś czas do odleżenia.

Grzyby oczyścić, w razie potrzeby optukać, pokroić w plasterki i posiekać. Obraną cebulę pokroić w drobną kostkę.

Grzyby w kilku porcjach podsmażyć na maśle, każdą porcję po pół minuty, po czym przełożyć na sito. To samo zrobić z cebulą. Grzyby wymieszać z cebulą i dodać ser. Przygotowaną masą posmarować plastry mięsa, zrolować i spiąć wykałaczką.

Rolady obtoczyć w mące, posolić, ułożyć ciasno obok siebie na patelni. Dodać bulion i dusić pod przykryciem, podlewając od czasu do czasu wodą.

Rolady wyjąć, a na patelnię wlać śmietanę i przygotować sos.





# Ziemniaki w mundurkach z łososiem

## Składniki:

- 100 g łososia surowego
- 1 papryka
- 1 cebula
- 100 g jogurtu
- 100 g majonezu
- 6 ziemniaków
- 1 rozgnieciony ząbek czosnku
- 100 g zielonego groszku
- 1 pęczek posiekanego koperku
- 100 g kukurydzy

## Sposób wykonania:

Umyte ziemniaki, gotujemy w mundurkach przez 20 minut. Ostudzone ziemniaki kroimy na pół i ostrożnie wydrążamy. Paprykę oraz cebulę kroimy w kostkę łączymy z wydrążonym miąższem, doprawiamy do smaku. Łososia kroimy w kostkę podsmażamy na patelni. Łączymy z przygotowanym farszem. Nadziewamy połówki ziemniaków.

Przygotowujemy sos do ziemniaków łącząc jogurt z rozgniecionym czosnkiem i koperkiem. Dodajemy majonez i mieszamy. Tak przygotowanym sosem polewamy nadziewane ziemniaki.



# Zupa – krem z cukinii

## Składniki:

- 400 g cukini
- 1 cebula
- 1 ząbek czosnek
- 0,5 l bulionu
- sól, pieprz

## Sposób wykonania:

Cukinię umyj, pokrój w drobne paski, a cebulę w kostkę. Na rozgrzanej oliwie usmaż cebulę, następnie dodaj rozarty czosnek, wymieszaj i dodaj cukinię, dodaj sól i pieprz do smaku. Smaż na dużym ogniu ok. 10 min., od czasu do czasu mieszając. Następnie całość przełóż do gotującego się bulionu, gotuj ok. 20 min.

Zupę zmiksuj blenderem, aż uzyskasz jednolity krem.



# Kaczka faszerowana mięsem

## Składniki:

dla 4-6 osób

### Na farsz:

- 350 g mielonego mięsa
- 100 g parmezanu startego
- ½ cebuli
- 3 żółtka
- ½ zielonych oliwek bez pestek
- 100 g wędzonej szynki
- ½ łyżki mleka
- gałka muszkatołowa do smaku
- sól i pieprz do smaku

### Na kaczkę:

- ok. 1800 g kaczki
- ½ cebuli
- 10 łyżek z oliwy
- 2 łyżki masła
- 1 łyżeczka koncentratu pomidorowego
- ½ szklanki wina wytrawnego czerwonego
- 1 gałązka rozmarynu
- 2 szklanki bulionu drobiowego
- 2 jajka

## Sposób wykonania:

Szynkę pokroić w kostkę. Cebulę obrać i drobno posiekać. Oliwki przekroić na pół. Mięso mielone wymieszać z pokrojoną szynką, żółtkami, mlekiem, posiekaną cebulą, oliwkami i parmezanem, doprawiając do smaku gałką muszkatołową, solą i pieprzem.

Przygotowaną kaczkę napełnić farszem i związać bawełnianą nicią. Cebulę obrać, drobno posiekać, obsmażyć na oliwie z masłem, dodać posiekany rozmaryn. Następnie włożyć kaczkę i obrumienić. Zrumienioną kaczkę podlać winem wymieszonym z koncentratem pomidorowym i wstawić do nagrzanego piekarnika w temperaturze 180°C.

Piec do miękkości od czasu do czasu podlewać bulionem. Po upieczeniu mięso oddzielić od kości i pokroić na porcje. Podawać z kawałkami farszu na sosie powstałym podczas pieczenia.



# Galantyna z kurczaka z boczkiem

## Składniki:

- 500 g piersi kurczaka
- 100 g boczku wędzonego
- kilka suszonych pomidorów
- garść orzechów
- 1,5 łyżeczki pieprzu cayenne
- 1 łyżeczka gałki muskatołowej
- 1 łyżeczka pieprzu
- szczyptę soli
- 100 g sera naturalnego
- 3 jajka
- 3 bułki czerstwe np., kajzerki



## Sposób wykonania:

Mięso mielimy drobno z namoczoną i odcisniętą bułką. Boczek i suszone pomidory kroimy w paski. Dodajemy do mięsa. Dodajemy również serek oraz jajka. Przekładamy na rękaw do pieczenia lub folię spożywczą, rolujemy tak jak cukierek. Wstawiamy do nagrzanego piekarnika. Pieczemy około 1 godziny. Kroimy po wystudzeniu.

# Kotlet w cieście śmietanowym

## Składniki:

- ½ kg piersi z kurczaka
- 4 plastry szynki w plastrach
- 4 plastry sera żółtego
- ½ l śmietany 18%
- ½ szkl. mąki
- 3 jajka
- sól, pieprz
- 3 łyżki ketchupu
- olej do smażenia



## Sposób wykonania:

Filety umyć i pokroić na plastry po ok. 100 g, rozbić na kształt prostokąta. Posmarować ketchupem, na to położyć plaster szynki, plaster sera i zawinąć na kształt koperty.

W miseczce śmietanę połączyć z mąką, jajkami i przyprawami. Roztrząpać i w tak przygotowanej panierce obtaczać kotlety. Smażyć na głębokim tłuszczu, po obsmażeniu przełożyć na blaszkę i dopiec w piekarniku.



# Kotlety plebejskie

## Składniki:

- 0,5 kg mięsa mielonego
- 1 szkl. kaszy gryczanej
- ¼ kapusty białej drobno posiekanej
- 2 jajka
- przyprawy do smaku
- 1 l sosu pomidorowego



## Sposób wykonania:

Mięso mielone połączyć z surową kaszą, drobno posiekaną kapustą i przyprawami. Następnie formułować kotlety, obsmażyć je na oleju i ułożyć w garnku podać wodą, dusić do miękkości. Podawać z sosem pomidorowym i surówką.

# Kotlety z soczewicy

## Składniki:

- 1 kg soczewicy
- 3 szt. ugotowanych ziemniaków
- 2 cebule
- 2 jajka
- bułka tarta do panierowania
- olej do smażenia
- sól i pieprz do smaku

## Sposób wykonania:

Soczewicę ugotować na sypko, cebulę pokroić w kostkę i podsmażyć. Soczewicę jak będzie zimna przepuścić przez maszynkę z ugotowanymi ziemniakami, dodać podsmażoną cebulkę, doprawić do smaku przyprawami, dodać jajka. Wyrobić i formować kotlety, obtoczyć w bułce tartej i smażyć na oleju na złoty kolor.



# Sernik z dynią

## Składniki:

### Składniki na ciasto:

- 200 g herbatników
- 90 g masła
- po ½ łyżeczki mielonego imbiru i cynamonu (lub 1 łyżeczka cynamonu)

### Masa serowa składniki:

- 1 kg twarogu mielonego

- 500 g puree z dyni
- 4 jajka
- 1 opakowanie budyniu waniliowego bez cukru (opakowanie na 500 ml mleka)
- 170 g cukru

### Polewa:

- 250 g kwaśniej, gęstej śmietany
- 2 łyżki płynnego miodu

## Sposób wykonania:

Ciasteczka rozkruszyć na bardzo drobno. (Najłatwiej zmiksować je w malakserze lub blenderem na piasek. Można również włożyć je do woreczka do mrożenia i przy pomocy watałki rozkruszyć). Masło roztopić i od razu jeszcze gorące dodać do rozkruszonych ciasteczek. Dodać przyprawy. Dno tortownicy o średnicy 26cm wyłożyć papierem do pieczenia, a następnie zacisnąć obręcz. Ciasteczka wyłożyć do tortownicy i ugnieść na dnie. Wstawić do lodówki. Twaróg zmiksować z puree z dyni na jednolitą masę. Dodać jajka, cukier i budyń w proszku. Ponownie zmiksować na jednolitą masę. Miksować krótko, tylko do połączenia się składników. Masę serową wylać do tortownicy. Piec w nagrzanym piekarniku około 50 - 60 min. w temperaturze 180°C. (Gdyby sernik za szybko się rumienił można przykryć go z góry folią aluminiową). Śmietaną wymieszać z miodem. Sernik wysunąć z piekarnika. Wyłożyć delikatnie śmietaną z miodem i piec dalej ok. 8 - 10 min. Sernik pozostawić, przy lekko uchylonych drzwiczkach piekarnika do ostygnięcia. Kolejno włożyć do lodówki na całą noc.



# Pasztet warzywny

## Składniki:

- 500 g fasoli białej
- marchewka
- cebula
- ew. kawałek selera
- 2-3 jajka
- 3-4 łyżki oliwy
- 1 łyżeczka pieprzu
- 1 łyżeczka gałki muskatołowej
- 1/2 łyżeczki imbiru
- 1/2 łyżeczki majeranku
- 2 ząbki czosnku
- kilka oliwek
- troszkę suszonych pomidorów
- bułka tarta+masło do formy

## Sposób wykonania:

Fasolę zalewamy wodą na całą noc. Rano odcedzamy, gotujemy do miękkości. Lekko solimy do smaku. Warzywa można też ugotować dzień wcześniej. Wszystkie wystudzone składniki mielimy lub też miksujemy w blenderze. Dodajemy jajka oraz przyprawy, mieszamy a na koniec dodajemy pokrojone w paseczki suszone pomidory oraz oliwki. Pieczemy ok. 40 minut w temperaturze 170°C.



# Konfitura do mięs z czerwonej porzeczki

## Składniki:

- 1 kg porzeczki czerwonej pozbawionej szypułek
- 1 szkl. cukru kryształu
- tymianek – kilka gałązek
- sól, pieprz do smaku

## Sposób wykonania:

Cukier karmelizujemy w rondlu, dodajemy do niego odszypułkowane czerwone porzeczki. Gotujemy delikatnie mieszając do rozpuszczenia karmelu. Dodajemy listki tymianku. Gotujemy do odparowania, doprawiamy do smaku solą i pieprzem.



# Ciasteczka lawendowe

## Składniki:

- 140 g zimnego masła
- 1 łyżka suszonych kwiatków lawendy
- 65 g cukru
- 1 łyżeczka startej skórki z cytryny
- 240 g mąki pszennej
- 3 żółtka
- 1 filiżanka cukru pudru

## Sposób wykonania:

Cukier wymieszać z lawendą.

Masło utrzeć mikserem ze skórką z cytryny i cukrem z lawendą na puszystą masę. Dalej miksując dodać po jednym żółtku. Dodać mąkę i najlepiej ręcznie zagnieść jednolite ciasto. Ciasto owinąć w folię spożywczą i wstawić do lodówki na 30 minut.

Schłodzone ciasto rozwałkować na posypanym mąką blacie i wykrawać ciasteczka. Ciasteczka powinny mieć ok. 5 mm grubości. Obtaczać je w cukrze pudrze i układać na blasze wyłożonej papierem do pieczenia.

Piec w nagrzanym piekarniku ok. 15 minut w temperaturze 180°C.



# Szarlotka z bezą z dużą ilością jabłek

## Składniki:

### Ciasto:

- 300 g mąki pszennej
- 100 g cukru pudru
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 2 łyżeczki cukru wanilinowego lub cukru z prawdziwą wanilią
- 150 g schłodzonego masła
- 4 żółtka
- płatki migdałowe do posypania

### Masa jabłkowa:

- 2 kg umytych jabłek
- 1 łyżeczka cynamonu
- 70 g posiekanych orzechów włoskich
- 70 g rodzynek

### Beza:

- 5 białek
- 220 g cukru
- 1 płaska łyżeczka cynamonu

## Sposób wykonania:

Do mąki przesiać cukier puder, dodać proszek do pieczenia, cukier wanilinowy i krótko mieszać. Schłodzone masło zetrzeć na tarce z grubymi oczkami w misce z mąką, podsypując mąką. Dodać żółtka i ciasto zagnieść rękoma lub wyrobić mikserem. Gotowe ciasto zawinąć w folię spożywczą i wstawić do lodówki na około 30 minut.

W międzyczasie przygotujemy masę jabłkową. Jabłka obrać, usunąć gniazda nasienne i pokroić na kawałeczki. Pokrojone jabłka przelożyć na patelnię i smażyć, od czasu do czasu, mieszając, aż zmiękną [tak przez około 10-15 minut]. Jabłka zdjąć z ognia, dodać cynamon, orzechy, rodzynki i wymieszać. Masę jabłkową odstawić.

Schłodzone ciasto wyjąć z lodówki, zdjąć folię i podsypując mąką wałek oraz stolnicę, rozwałkować ciasto na wielkość blaszki 25x40 cm lub 25x35 cm. Ciasto przelożyć do blaszki wyłożonej papierem do pieczenia, wyrównać i ponakłuwać widelcem. Ciasto wstawić do nagrzanego piekarnika. Piec w temperaturze 180°C na funkcji góra – dół przez około 15-18 minut. Piec najlepiej na drugiej od dołu półce piekarnika. Należy uważać, aby ciasta nie przypalić, dosyć szybko się piecze. Po wyjęciu z piekarnika odstawić.

Do czystej, suchej miski przelożyć białka i ubić mikserem. Następnie po łyżce dodać cały cukier, cynamon i miksować przez około 5-6 minut, aż cukier się rozpuści. Na ciasto w blaszce wyłożyć masę jabłkową, wyrównać. Na wierzch wyłożyć bezę i również wyrównać. Następnie łyżką zrobić w bezie nierówności, ponaciągając. Wierzch szarlotki posypać płatkami migdałowymi i wstawić do nagrzanego piekarnika. Piec w temperaturze 150°C przez około 40 minut. Po wyjęciu z piekarnika odstawić do ostygnięcia.





# Przyprawy z domowego ogródka

## Szałwia lekarska (Salvia officinalis)

**Typ:** bylina

**Wysokość:** do 70 cm wysokości

**Co i kiedy zbieramy:** liście - 2-3 krotnie w sezonie wegetacyjnym, zawsze w początkowej fazie kwitnienia

**Smak i aromat:** silny, korzenny zapach i nieco gorzkawy smak

Szałwia poprawia smak i jakość sosów oraz dań mięsnych Oprócz zastosowań kulinarnych liście szalwii będą pomocne w łagodzeniu wzdęć, bólu brzucha czy biegunki, natomiast napary i nalewki z szalwii ułatwią trawienie.



## Rozmaryn lekarski (Rosmarinus officinalis)

**Typ:** bylina

**Wysokość:** 50 - 150 cm

**Co i kiedy zbieramy:** ziele - od maja do września, najlepiej ścinać 10 cm nad ziemią

**Smak i aromat:** dość silny, lekko cierpki

Od kulinarnych po lecznicze, zastosowania rozmarynu są nieograniczone. Nadaje on pikantny smak mięsu, kurczakowi i pieczonym warzywom. Łagodny zapach zioła koi umysł i wspomaga koncentrację. Rozmaryn jest łatwy do sadzenia i kwitnie wiosną.



## Bazylia wonna (Ocimum basilicum)

**Typ:** roślina jednoroczna

**Wysokość:** 15 - 40 cm

**Co i kiedy zbieramy:** młode liście i wierzchołki pędów, przez całe lato

**Smak i aromat:** pikantny, słodki

Pesto, pizze, sałatki i sosy są niesmaczne bez świeżej bazylii. Można znaleźć odmiany, takie jak duża włoska bazylia liść lub purpurowa bazylia słodka. To zioło jest popularne, aby poprawić smak w różnych kuchniach na całym świecie. Włoskie jedzenie i bazylia są jednak nierozłączne. Wiele osób uważa, że sadzenie bazylii i pomidorów obok siebie sprawia, że pomidory są słodkie i soczyste.



## Mięta pieprzowa (Mentha piperita)

**Typ:** bylina Wysokość: 30 - 40 cm

**Co i kiedy zbieramy:** liście i pędy - przez cały sezon

**Smak i aromat:** delikatny, słodki. Mięta pieprzowa to bezpieczny sposób leczenia niestrawności. Pomaga osobom cierpiącym na zespół jelita drażliwego. Liście mięty pieprzowej zawierają olejek eteryczny, którego głównym składnikiem jest mentol oraz flawonoidy, sole mineralne i gorycze. Wyciąg z liści mięty pomaga przy problemach z trawieniem, dlatego że pobudza czynności wydzielnicze żołądka i wątroby, dodatkowo reguluje perystaltykę jelit, rozluźnia

mięśnie gładkie dróg moczowych, żółciowych oraz jelit. Wyciąg z mięt stosuje się też w kamicy żółciowej, i chorobach wątroby.



**Autorzy przepisów i fotografii:**

Elżbieta Wójcik, Jerzy Wójcik

**Opis ziół:**

Anna Wiśniewska

**Partnerzy projektu:**



Stowarzyszenie Hrubieszowskie „Lepsze Jutro” Lokalna Grupa Działania



Gmina Hrubieszów

Gminny Ośrodek Kultury  
W HRUBIESZOWIE 215 W WOŁAJOWICACH



Gminny Ośrodek Kultury w Hrubieszowie z siedzibą w Wołajowicach

**Wydano na zlecenie:**

Stowarzyszenie Kobiet Gminy Hrubieszów – Polskie Kwiaty

Wołajowice 33

22-500 Hrubieszów

e-mail: [polskie.kwiaty.2008@wp.pl](mailto:polskie.kwiaty.2008@wp.pl)

[www.facebook.com/Stowarzyszenie-Kobiet-Gminy-Hrubieszow-Polskie-Kwiaty](http://www.facebook.com/Stowarzyszenie-Kobiet-Gminy-Hrubieszow-Polskie-Kwiaty)

Nakład: 1000 szt.

**Wydawca:**

P.H.U „REMEX”

ul. Bojowników 7

96-500 Sochaczew

[www.cololador.pl](http://www.cololador.pl)

