

Aleksandra Seghi
O WŁOSZECH PRZY KAWIE
znani i lubiani o słonecznej Italii



MAŁGORZATA BOCDANSKA



JOLANTA OLSZEWSKA



DANUTA BŁAŻEJCZYK



MISIA KOCÓPKA



ROBERT SOWA



MICHAŁ RUSINEK



JAKUB JOZEF ORLOWSKI



ANNA ILUTCSIAWSKA-JAWORSKA



WŁODĘK PAWLIK



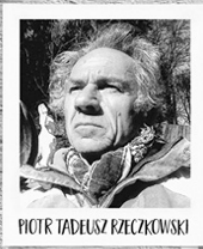
ANNA OSMÓLSKA - METRAK



JAREK WIST



GRZEGORZ TURNAU



PIOTR TADEUSZ RZĘPCZOWSKI



GRZEGORZ GAŁAZKA



MAGDALENA STYSIAK



URSZULA RZĘPCZAK



Aleksandra Seghi
O WŁOSZACH PRZY KAWIE
znani i lubiani o słonecznej Italii

© Copyright by Aleksandra Seghi & e-bookowo

Korekta: Anna Król & Katarzyna Krzan

Skład: Katarzyna Krzan

Projekt okładki: EJ Design

Zdjęcia dań: Aleksandra Seghi i Marta Król

Zdjęcia osób, z którymi zostały przeprowadzone wywiady:

Małgorzata Bogdańska: Alex Berg (zdjęcie na okładce), archiwum prywatne (zdjęcie w rozdziale);

Jolanta Olszewska: Krzysztof Wiciński (zdjęcie na okładce), archiwum prywatne (zdjęcie w rozdziale);

Danuta Błażejczyk: Tanya Vysochanska (zdjęcie na okładce), archiwum prywatne (zdjęcie w rozdziale);

Misia Konopka: Mateusz Dobrowolski (zdjęcie na okładce), Lidia Polubiec (zdjęcie w rozdziale);

Stefan Sołtan: Jarosław Deluga (zdjęcie w rozdziale);

Robert Sowa: archiwum prywatne (zdjęcie na okładce i w zdjęcie w rozdziale);

Piotr Tadeusz Rzeczkowski: archiwum prywatne (zdjęcie na okładce), Monika Chojnacka (zdjęcie w rozdziale);

Michał Rusinek: Beata Zawrzel (zdjęcie na okładce), archiwum prywatne (zdjęcie w rozdziale);

Grzegorz Gałązka: Grzegorz Gałązka (zdjęcie na okładce), Grzegorz Gałązka (zdjęcie w rozdziale);

Włodek Pawlik: Marek Bałata (zdjęcie na okładce), Jolanta Pszczółkowska-Pawlik (zdjęcie w rozdziale);

Anna Lutosławska Jaworska: archiwum prywatne (zdjęcie na okładce i w rozdziale);

Anna Osmólska Mętrak: archiwum prywatne (zdjęcie na okładce i w rozdziale);

Jarek Wist: Piotr Sobik (zdjęcie na okładce i w rozdziale);

Magdalena Stysiak: Maurizio Anatrini (zdjęcie na okładce), archiwum prywatne (zdjęcie w rozdziale);

Jakub Józef Orliński: Kamil Szkopik (zdjęcie na okładce), Jiyang Chen (zdjęcie w rozdziale);

Urszula Rzepczak: Witold Rzepczak (zdjęcie na okładce i w rozdziale);

Grzegorz Turnau: Maryna Turnau (zdjęcie na okładce i w rozdziale)

ISBN: 978-83-8166-222-2

Wydawca: wydawnictwo internetowe e-bookowo

Kontakt: wydawnictwo@e-bookowo.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone.

Kopiowanie, rozpowszechnianie części lub całości bez zgody wydawcy zabronione.

Wydanie I 2021

Tulci - Mama

Spis treści

| | |
|----------------------------------|-----|
| <i>Wstęp</i> | 6 |
| <i>Małgorzata Bogdańska</i> | 8 |
| <i>Jolanta Olszewska</i> | 19 |
| <i>Danuta Błażejczyk</i> | 26 |
| <i>Kuba Rekwirowicz</i> | 35 |
| <i>Misia Konopka</i> | 44 |
| <i>Stefan Sołtan</i> | 54 |
| <i>Robert Sowa</i> | 62 |
| <i>Piotr Tadeusz Rzeczkowski</i> | 73 |
| <i>Michał Rusinek</i> | 80 |
| <i>Grzegorz Gałzka</i> | 90 |
| <i>Włodek Pawlik</i> | 104 |
| <i>Anna Lutosławska-Jaworska</i> | 112 |
| <i>Anna Osmólska-Mętrak</i> | 121 |
| <i>Jarek Wist</i> | 135 |
| <i>Magdalena Stysiak</i> | 144 |
| <i>Jakub Józef Orliński</i> | 152 |
| <i>Urszula Rzepczak</i> | 160 |
| <i>Grzegorz Turnau</i> | 177 |
| <i>Zakończenie</i> | 187 |

Wstęp

Mieszkam we Włoszech od ponad 20 lat. Jak by nie było, nabrałam niektórych nawyków takich jak poranne picie cappuccino, wizyty w barze na szybką drugą kawę i cornetto. Lubię sjęstę i weekendowe wyjazdy nad morze. Znajomi mówią, że się zwłoszczyłam, bo mówiąc po polsku akcentuję po włosku, a prowadząc auto żywo komentuję sytuację na drodze. Włochy mam we krwi. W 2000 roku, w Warszawie, ukończyłam studia italiastyki. Ten piękny i słoneczny kraj zagościł nie tylko w moim sercu. My Polacy kochamy włoskie klimaty i świetnie czujemy się w Italii. Dlatego tak wielu z nas spędza tu letnie wakacje czy ferie zimowe. Są też osoby, które wyjeżdżają tylko na ważne eventy takie jak wystawy czy koncerty. A od kilku lat w modzie są wyjazdy kulinarne i slow food.

Apetyt jest tym dla żołądka czym miłość jest dla serca. Nie znam lepszej pracy od jedzenia; Poszukuję motywów muzycznych. Ale przychodzą mi do głowy pasztety, trufle i tym podobne; Płakałem trzy razy w życiu: kiedy wygwizdali moje pierwsze dzieło, kiedy słuchałem Paganiniego i kiedy podczas wycieczki łódką wpadł mi do wody indyk nadziewany truflami - te słowa wypowiedział wielki kompozytor Gioacchino Rossini. Doskonale wiemy o tym, jak wspaniała jest włoska kuchnia. Nikt nie musi do niej przekonywać. Połączenie kilku dobrych składników wy-

sokiej jakości i jesteśmy w kulinarnym raju. Wiele lat temu piosenkarz Zuccherò powiedział: *Martwi mnie środowisko. Jak będziemy żyć bez wody? A przede wszystkim bez wina?* Codzienna szklaneczka *vino rosso* do obiadu czy kolacji to niemalże podstawa dla prawdziwego Włocha oraz sekret długowieczności. Na polskich stołach coraz częściej gości Chianti, co oznacza, że zaczynamy nabierać włoskich nawyków.

W tej książce o Włoszech opowiedzą nam sławni Polacy. Znają je nie tylko od strony prywatnej, ale również zawodowej. Dla wszystkich są to miłe wspomnienia i każdy z nich zapewnił mnie, że chciałby do Włoch wrócić jak będzie to tylko możliwe. Pisanie książki splotło się bowiem z wybuchem pandemii koronawirusa, dzięki której zaczęliśmy inaczej spoglądać na świat. Życie jest nieprzewidywalne i czasem kryje dla nas miłe niespodzianki. Dlatego nie odkładajmy planów na daleką przyszłość. Cieszymy się życiem tu i teraz oraz spełniamy nasze zachcianki czy marzenia!

Z całego serca dziękuję wszystkim tym, którzy zechcieli poświęcić mi swój cenny czas i udzielić wywiadu, bądź własnymi słowami opisać wrażenia o Włoszech. Dodatkowo podzielili się ze mną swoimi ulubionymi włoskimi przepisami. Miłej lektury!

Aleksandra Seghi

Spaghetti alle vongole (Spaghetti z małżami)

Składniki na 4 osoby:

400 g spaghetti

50 g świeżych małży lub 400 g mrożonych małży

1 ząbek czosnku

8 łyżek oliwy z oliwek extra vergine

4 duże gałązki natki pietruszki

peperoncino

sól

Przygotowanie:

Skroić drobno liście natki pietruszki. Na patelni uprzednio polanej oliwą z oliwek wrzucić obrany i drobno skrojony czosnek oraz rozdrobnione peperoncino (ilość według uznania). Dodać małże. Jeśli są świeże to trzymać na ogniu do momentu kiedy się otworzą. Wrzucić natkę pietruszki i połączyć z ugotowanym spaghetti. Jeśli małże są mrożone to dusić je na małym ogniu pod przykryciem przez 15 minut. Dodać natkę pietruszki i połączyć z ugotowanym makaronem.



Zakończenie

Pandemia koronawirusa spowodowała, że na prawie półtora roku musieliśmy zmienić nawyki życiowe. Wokoło tylko ciągle restrykcje, zakazy, kwarantanny. Przestaliśmy wyjeżdżać na wakacje, cieszyć się wolnym czasem w górach czy nad morzem. Nie zwiedzamy nowych miast, praktycznie w ogóle nie wyjeżdżamy. Nie ukrywam, że jest to trudny czas. Dodatkowo nie wiemy, kiedy on się skończy. Okres w izolacji przyczynił się do wielu przemyśleń. Zdałiśmy sobie sprawę, że życie może być nieprzewidywalne, że nagle możemy zostać pozbawieni możliwości swobodnego poruszania się, decydowania o sobie. Nasze przyjaźnie i znajomości wystawione zostały na ogromną próbę. Kontaktujemy się na odległość. Bez telefonu czy komputera i wifi nie wyobrażamy sobie dnia.

Świat zatrzymał się dla nas na chwilę z jakiegoś konkretnego powodu. Ale, tak jak zauważyła moja znajoma Blanka, w naszym wnętrzu, nie zatrzymaliśmy się wcale. Musimy wykorzystać ten moment na refleksje, wyciągnąć wnioski i być gotowymi na nowy początek. Będziemy wszystko bardziej doceniać i każdą chwilę wykorzystywać na maksa. Już niebawem ponownie będziemy mogli cieszyć się ze swobody, powrócimy do decydowania o naszym życiu i rozpoczniemy podróżowanie. Oczywiście i Włochy czekać będą na przyjęcie turystów, by ogrzać wszystkich w gorącym słońcu, ofiarować wspaniałe widoki i zaspokoić najbardziej wyrafinowane gusty kulinarne.

Podróżować to żyć – powiedział duński pisarz Hans Christian Andersen⁴².

Do zobaczenia w Italii!

Źródła:

Strona internetowa Viaggiare in Puglia: https://www.viaggiareinpuglia.it/evento/51476/it/Karolina-Porcarri,-Ma%C5%82gorzata-Bogdanska---Z%C5%82a-matka-/-la-cattiva-madre?filtroMicroesperienzeRAArray=ASS_SPETTA-COLIµes=si

Ścianki działowe w restauracjach: <https://www.polacywewloszech.com/2020/05/24/pomysl-wlascieli-szkolek-roslinnych-z-pistoi-na-scianki-dzialowe-w-restauracjach/>

Strefa mrozoodporności USDA: <https://atlas-roslin.pl/strefy-klimatyczne-usda-zagrozenie-mrozowe.htm>

Hans Christian Andersen o podróżowaniu: https://pl.wikiquote.org/wiki/Hans_Christian_Andersen

⁴² Źródło: https://pl.wikiquote.org/wiki/Hans_Christian_Andersen

Spis potraw

| | |
|---|-----|
| <i>Włoski croissant z dżemem</i> | 17 |
| <i>Słoneczniki z gorgonzolą i orzechami włoskimi</i> | 24 |
| <i>Dorsz po sycylijsku</i> | 30 |
| <i>Risi e bisi (Risotto z zielonym groszkiem)</i> | 41 |
| <i>Mój ulubiony sos do makaronu</i> | 52 |
| <i>Bulki z rodzynkami, łożkami czekoladowymi i skórką cytrynową</i> | 57 |
| <i>Pizza ai quattro formaggi (Pizza z czterema serami)</i> | 67 |
| <i>Fritto misto di pesce (Smażone owoce morza)</i> | 78 |
| <i>Vitello tonnato (Cielęcina w sosie tuńczykowym)</i> | 83 |
| <i>Abbacchio alla romana (Pieczona jagnięcina po rzymsku)</i> | 102 |
| <i>Biała pizza z kwiatami cukinii</i> | 109 |
| <i>Trofie z suszonymi pomidorami, orzechami i gorgonzolą</i> | 119 |
| <i>Spaghetti cacio e pepe (Spaghetti z serem i pieprzem)</i> | 133 |
| <i>Parmigiana na pieczonych bakłażanach</i> | 141 |
| <i>Risotto ai frutti di mare (Risotto z owocami morza)</i> | 150 |
| <i>Spaghetti po tokańsku</i> | 157 |
| <i>Słona tarta z warzywami</i> | 175 |
| <i>Spaghetti alle vongole (Spaghetti z małżami)</i> | 185 |



ALEKSANDRA SEGHI

Filolog włoski, współredaktor portalu informacyjnego **Polacy we Włoszech** www.polacywewloszech.com, autorka bloga **Moja Toskania** www.aleksandraseghi.com oraz licznych artykułów o włoskiej tematyce. Od ponad 20 lat mieszka w Toskanii i organizuje warsztaty kulinarne. W Polsce opublikowała osiem książek: *Smaki Toskanii*, *Słodkie pieczone kasztany – tokańskie opowieści ze smakiem*, *Zielona Toskania*, *Domowa kuchnia włoska*, *Pascal 360 stopni*, *Fanklub bułeczek z rozmarynem – czyli ciąg dalszy tokańskich opowieści ze smakiem*, *Miasta widma w Toskanii – historia, tradycje, ludzi*, *Winogrona na zyrandolu, czyli ciąg dalszy tokańskich opowieści ze smakiem*.

O Włoszech przy kawie. Znani i lubiani o słonecznej Italii
to kolejna propozycja wydawnicza Aleksandry Seghi.

Każdy rozdział to opowieść bądź rozmowa o Włoszech z aktorem, piosenkarzem, znanym szefem kuchni bądź inną słynną polską osobowością. Wątki zawodowe przeplatają się z prywatnymi, a do każdej rozmowy dodany jest włoski przepis kulinarny.

ISBN 978-83-8166-222-2



9 788381 662222 >

MOJA TOSKANIA



www.aleksandraseghi.com

Polacy 
we Włoszech
WIADOMOŚCI ONLINE