

KUCHNIA



MYŚLIWSKA

PRZEPISY NA DANIA Z DZICZYZNY

KUCHNIA MYŚLIWSKA

PRZEPISY NA DANIA Z DZICZYZNY



Tekst: **Magdalena Binkowska**

Ilustracje: **Elżbieta Moyski**

Korekta: **Monika Wróbel**

Projekt makiety i opracowanie graficzne: **Agata Mościcka**

Projekt okładki: **Anna Kozłowska**

Zdjęcia na okładce: © Ashumskiy (tło), © Marian Vejcik (główne), © Milkos, © Diana Ivanova,
© Max Lashcheuski, © Atman | Dreamstime.com

Ilustracja na stronach działowych: © Anastasiia Shilova | Dreamstime.com

© Copyright for the text, cover and layout by Wydawnictwo SBM, 2021
Warszawa 2021



Wydawnictwo SBM Sp. z o.o.
ul. Sułkowskiego 2/2
01-602 Warszawa

www.WYDAWNICTWO-SBM.pl

ISBN 978-83-8222-531-0

SPIS TREŚCI

WSTĘP	7
MARYNATY	19
Marynata z czerwonego wina	21
Marynata z białego wina	22
Marynata z octem balsamicznym i miodem	22
Marynata octowo-winna	23
Marynata winna z miodem i musztardą	24
Marynata z czerwonym octem winnym	25
Marynata winno-warzywna	25
Marynata warzywna	26
Marynata piwna	27
Marynata z maślanki	28
SOSY	29
Cumberland	31
Sos pomarańczowy z żurawiną	32
Sos wiśniowy	32
Sos śliwkowy	33
Sos z suszonych grzybów	34
Sos warzywny	35
Sos chrzanowy	36
Sos tatarski	37
Sos z jagodami jałowca	37
Sos z derenia	38
Sos musztardowy	39
DZIKIE PTACTWO	41
Najprostszy bażant pieczony	43
Rosół z bażanta z pulpecikami	44
Marynowany bażant z rękawa	45
Bażant w czerwonym winie	46
Bażant z kiszoną kapustą	47
Bażant duszony z jabłkami	48
Bażant nadziewany	49
Bażant w pomarańczowej glazurze	50
Udka bażanta z grzybami	51
Dzika kaczka w pomarańczach	52
Rosół z dzikiej kaczki	53
Dzika kaczka z żurawiną i jabłkami	54
Dzika kaczka nadziewana kaszą gryczaną	55
Czerwone curry z piersią dzikiej kaczki	56

Pieczona dzika kaczka.....	57
Pasztet z marynowanych piersi dzikiej kaczki	58
Kuropatwy duszone z czerwoną kapustą	59
Kuropatwy duszone w śmietanie	59
Ryżowa potrawka z kuropatwy	60
Słodki pilaw z kuropatwą	61
Kuropatwy z różną	62
Przepiórki z imbirem w glazurze miodowej	63
Przepiórki na sposób francuski	63
Przepiórki w tymianku	64
Przepiórki po kapitańsku	65
Przepiórki w musztardzie.....	66
Kapuśniak na łysce.....	67

ZAJĄC I DZIKI KRÓLIK 69

Zajac na sposób indyjski	71
Zajac w sosie warzywnym z boczkiem	72
Zajac w sosie własnym	73
Zrazy grzybowe z zająca	74
Zajac na sposób kreteński	75
Pasztet z zająca	77
Zajac lub dziki królik w śmietanie	78
Zajac po myśliwsku	79
Zajac w sosie naturalnym	79
Zajac w aromatycznym sosie.....	80
Pieczeń rzymska z dzikiego królika lub zająca	81
Gulasz z zająca wolno pieczony	82
Udziec zajęczy z warzywami	83
Smażona wątróbka z dzikiego królika	84
Potrawka z zająca w sosie śliwkowym	85
Sznycel z zająca z jajkiem	86
Comber zajęczy z sosem wątróbkowym	87
Zajac lub dziki królik w białym winie z rozmarynem	88
Dziki królik w sosie musztardowym	89
Zupa z zająca	90
Zupa soczewicowa na kościach zająca	91
Dziki królik w szalwii	92

DZIK 93

Kwaśnica na żeberkach z dzika.....	95
Hamburger z dzika	96
Prosta pieczeń z dzika.....	98
Boczek z dzika z grochem.....	98
Polędwiczki z dzika w sosie z zielonym pieprzem	99
Żur na dziku	100
Zupa z dzika.....	101
Karkówka z dzika na grilla	101
Zupa à la gulaszowa z dzika.....	102
Żeberka z dzika	103

Paprykowa pieczeń z dzika.....	104
Polędwiczki z dzika duszone z grzybami.....	105
Schab z dzika w ziołach.....	106
Ogórki nadziewane mięsem dzika	107
Ragoût z dzika	108
Wątróbka z dzika w piwie	109
Wątróbka z dzika po myśliwsku	109
Zapiekanka ziemniaczana z dzikiem	111
Schab z dzika z sosem śliwkowym	112
Pulpeciki z dzika z sosem ze świeżych grzybów	113
Polędwica z dzika z sosem morelowym	114
Rosół z dzikiem	116
Pieczona szynka z dzika z sosem śmietanowym	117
Bitki z szynki dzika z grzybami leśnymi	118
Bigos myśliwski z mięsem z dzika	119
Boczek z dzika z kapustą	120
Boczek z dzika ze śliwką	121
Bogracz z dzika	122
Filety z dzika	122
Comber z dzika z prawdziwkami	123
Gołąbki z mięsem dzika.....	124
Grochówka myśliwych.....	126
Strogonow z dzika	127
Rolada z dzika w sosie kurkowym	128
Zupa leśna	129
Pasztet z lasu	130
Pierogi z mięsem dzika	131
Spaghetti z dzikiem na sposób włoski	133
Kartacze z mięsem dzika	134
Pieczeń z dzika ze śliwkami	135
Panierowany kotlet z dzika	135
Zrazy z dzika	136
Kociołek myśliwego.....	136
Gulasz z dzika z plackami ziemniaczanymi	138
Migdałowa pieczeń z dzika	140
Szaszłyki z dzika	141
Filety z dzika w papryce.....	142
Pieczeń z dzika po myśliwsku	142
Mielone z dzika	143
Zupa warzywna z dzikiem.....	144
Papryka nadziewana mięsem dzika.....	145

JELENINA I SARNINA 147

Carpaccio z jelenia	149
Duszony comber jeleni w śmietanie	150
Gulasz z sarny lub jelenia	151
Pieczony udziec sarni	151
Inny pasztet z sarny lub jelenia	152
Tatar z jeleniny	153

Pieczeń rzymska z sarniny	154
Pieczeń z jelenia	154
Zrazy z sarny	155
Mielone z sarny	156
Delikatny comber jeleni z sosem na bazie jarzębiaku	157
Szaszłyki z sarny	157
Oldskulowy hamburger z jelenia	158
Tatar z sarny	159
Stek z jeleniny	160
Filety z sarny	161
Comber sarni w sosie własnym	162
Zawijane zrazy z sarny z borowikami	163
Ziemniaki nadziewane sarniną	164
Pierogi z mięsem jelenia lub sarny	165
Comber z sarny w sosie wiśniowym	166
Zapiekane naleśniki z sarniną	167
Polędwica z jelenia lub sarny w cieście francuskim	168
Medaliony z sarny z pieczarkami	169
Żurek na podrobach z dziczyzny	170
Udziec z sarny w śmietanie	171
Pieczeń obiadowa z sarny	171
Roladki z sarny	172
Sarnina w tortilli	173
Grochówka na wędzonych żeberkach łani	174

NALEWKI 175

Jałowcówka	177
Dereniówka	178
Tarninówka	178
Jarzębinówka	179
Malinówka na sposób litewski	180
Nalewka myśliwska	180
Miodówka	181
Nalewka różana	182
Imbirówka	183
Nalewka na leśnych poziomkach	183
Wiśniówka	184
Wiśniówka wytrawna	185
Czeremchówka	185
Nalewka owocowa tradycyjna	186
Nalewka korzenna	186
Jagodówka	187
Jeżynówka	188
Malinówka tradycyjna	188
Orzechówka	189

INDEKS SKŁADNIKÓW GŁÓWNYCH 190

BIBLIOGRAFIA 192

WSTĘP

NA POZĄTKU BYŁA DZICZYŻNA

„Myślistwo w ogólności oznacza wszelki rodzaj wojny, jaka się zwykła czynić przez ludzi zwierzętom czworonożnym na ziemi, ptakom w powietrzu i rybom w wodzie. I dlatego to dawniej nazywano łowiectwem, ząd potem poszedł wyraz łowczy używany równie w języku pospolitym, jako też i na dworze królów (...). Jak każda rzecz, tak i ten wydział gospodarstwa domowego ma swój szacunek i użyteczność”. Tak w *Poradniku dla myśliwych* pisał w 1839 roku Jan Szyttler (1763–1850), niegdyś jeden z kucharzy Stanisława Augusta Poniatowskiego, uczeń sławnego Paula Tremo, autor książki *Kucharz dobrze usposobiony* (1830) i późniejszej *Kuchni myśliwskiej* (1845), bestsellera tamtych czasów.

I rzeczywiście, już ze szkoły wiadomo, że nasi najdalsi przodkowie zajmowali się głównie zbieractwem, a później łowiectwem. Upolowane zwierzęta nie tylko służyły im za pożywienie, ale czerpano z nich również inne korzyści: skórą można było się okryć lub w nią ubrać i w ten sposób ochronić się przed chłodem, a z kości zrobić narzędzie, które pomoże przetrwać w surowych warunkach. Ludzie pierwotni prowadzili koczowniczy styl życia: wędrowali za zwierzyną i wykorzystywali w celu jej pojmiania

przeróżne, z czasem udoskonalane pułapki i narzędzia: najpierw prymitywne maczugi, później proce, łuki i oszczepy. Polowania, wówczas dość niebezpieczne dla myśliwych, uczyły współpracy i współdziałania w grupie, były więc również ważnym elementem, który scalał wspólnotę. Samotny myśliwy z procą niewiele by wskórał, ale w grupie to już zupełnie co innego. Ci najlepsi łowcy, którzy kierowali polowaniami i wyróżniali się siłą oraz sprytem, byli bardzo wysoko cenieni w społeczności. Bez nich ciężko byłoby przetrwać.

W średniowieczu tryb życia ludności zmienił się na bardziej osiadły: już nie wędrowano zbyt daleko, przynajmniej w naszej części świata, a częściej uprawiano pola i hodowano zwierzyńę w obejściach. Lasy zaczęto karczować pod uprawy, a łowiectwo powoli stawało się formą rozrywki dla władców i bogaczy, którzy ustanawiali sami dla siebie przywileje. W X wieku na grubą zwierzynę mogli polować tylko królowie i książęta (ewentualnie ci, którym ci uprzywilejowani na to pozwolili), zaś miejscowa ludność miała obowiązek ich gościć, brać udział w obławach oraz karmić psy i sokoły, co na pewno było kłopotliwe i kosztowne. Łowy organizowano z obławą i wykorzystywano różne rodzaje pułapek: zasieki, kłody i wilcze doły. Jako broni używano głównie oszczepów.

Wspaniałe polskie puszcze, lasy i łąki zamieszkiwały wówczas tury, żubry, niedźwiedzie, sarny, jelenie, łosie, daniiele, dziki, rysie, zające, bobry (kiedyś z upodobaniem jadano mięso bobrze) i ptactwo. Potrawy ze zwierzyny niezwykle często gościły na stołach najbogatszych: królów, szlachty, rycerstwa i kleru.

Od XIII wieku prawo do polowania na grubego zwierza zaczęło rozszerzać na inne warstwy społeczne. W XV stuleciu zaczęła się rozpowszechniać broń, a łowy stały się bardziej owocne i niestety krwawe. Sprawami organizacyjnymi w czasie królewskich polowań zajmował się wówczas łowczy, który miał wielu pomocników, między innymi strzelców (myśliwych z bronią palną), dojeżdźczaków (łowcy konno ścigający zwierzynę ze sforą psów), ptaszników (łowiących ptaki z wykorzystaniem siideł i pułapek) i sokolniczych (polujących z sokołami).

Wspólne polowania szlachty i królewskie łowy jesienią i zimą były wówczas ważną okazją do spotkań towarzyskich, a także stanowiły preludium do kilkudniowych (ba, nawet kilkutygodniowych!) uczt, na które zjeżdżali goście z najdalszych zakątków kraju, a czasami nawet z zagranicy, o czym świadczą choćby opisy uczt i biesiad Henryka Wolfa, o których można przeczytać w książce *Polskie przypadki Henryka Wolfa z Żurychu. Dziennik podróży z lat 1570–1578*.

W 1839 roku Jan Szyttler, kucharz na dworze Stanisława Augusta Poniatowskiego, wydał swój *Poradnik dla myśliwych* (Drukarnia B. Neumana, Wilno), w którym pisał: „Dobra jest rzecz z natury swojej myślistwo. Ono młodego człowieka zaprawia do odwagi, uczy używać dowcipu, wzmacnia siły, powołując koniecznie do ruchu, ożywia imaginacją różnorodnością przedmiotów i pokrzepia umysł niewinnością zabawy na ogromnym teatrze przyrodzenia. Nieraz najbieglejsi lekarze zalecają polowanie na choroby umysłu i ciała. Dotknięty zostałeś człowieku smutkiem, zgryzotą lub troskami, pójdź na polowanie, a tam pozbędziesz się boleści tego rodzaju. Dręczą cię hemoroidy, czujesz brak apetytu? Cierpisz jaki niesmak w życiu lub otręwiałność członków pochodzącą z pracy do jednego przywiązanej miejsca? Pójdź, powiadam raz jeszcze, na polowanie; a tam przyjemnie się rozerwiesz i siły życia oczyszczasz”.





W 1845 roku ten sam autor wydał kolejną książkę związaną z myślistwem: *Kuchnia myśliwska, czyli na łowach: dla uśmierzenia głodu, dogadzając oraz najdelikatniejszemu smakowi z dodaniem rad i przepisów do urzędzenia ubitej zwierzyny czworonożnej lub ptactwa, tudzież przygotowania naprędce posiłku z wybranych rozmaitych drobnych części zwierzyn* (Drukarnia A. Marcinowskiego, Wilno), w której zawarł receptury dań z mięsa zwierząt, na które wówczas polowano. Można w niej znaleźć przepisy na chrapy łosie, łapy niedźwiedzie, kołdunki z bobra czy mózgi z łosia.

W okresie międzywojennym zaczęły w Polsce powstawać pierwsze związki łowieckie. W 1936 roku powołano Polski Związek Łowiecki (PZŁ), który do dziś szkoli i nadaje uprawnienia łowieckie oraz nadzoruje poszczególne koła łowieckie, a w 1952 roku wprowadzono podział kraju na obwody łowieckie. W 1995 roku sejm uchwalił obowiązującą do dziś (nowelizowaną) ustawę Prawo łowieckie.

W XXI wieku dziczyzna znacznie rzadziej króluje na polskich stołach niż kiedyś, i to nie tylko dlatego, że Polacy jedzą coraz mniej mięsa, gotując wegetariańsko lub po prostu ograniczając je ze względów zdrowotnych lub etycznych. Pokutuje przekonanie, że to mięso bardzo wymagające, które potrzebuje odpowiedniego traktowania, a nie każdy ma czas, by planować obiad dwa dni lub nawet tydzień wcześniej. Mimo to dobrze przygotowana dziczyzna to prawdziwy rarytas, którego smak jest wprost niezrównany.

DARZBÓR!

Najważniejsze unormowania prawne dotyczące myśliwych i gospodarki łowieckiej w Polsce zawiera Ustawa z dnia 13 października 1995 roku Prawo łowieckie oraz kolejne rozporządzenia. W Polsce wolno polować wyłącznie przy użyciu myśliwskiej broni palnej, dlatego myśliwych dotyczą również zapisy Ustawy o broni i amunicji z 21 maja 1999 roku. Myśliwi zobowiązani są również do przestrzegania aktów normatywnych i uregulowań wewnętrznych PZŁ (pełny wykaz: www.pzlow.pl).

Myśliwym w Polsce może zostać osoba pełnoletnia z obywatelstwem polskim i korzystająca z pełni praw obywatelskich, która nie była karana za przestępstwa wymienione w prawie łowieckim, odbyła roczny staż kandydacki oraz szkolenie przeprowadzone w PZŁ, zdała egzamin z zakresu łowiectwa, złożyła deklarację i uiściła wpisowe.

Młody myśliwy (fryc) składa ślubowanie: „Przystępując do grona polskich myśliwych, ślubuję uroczyście: przestrzegać sumiennie praw łowieckich; postępować zgodnie z zasadami etyki łowieckiej; zachowywać tradycje polskiego łowiectwa; chronić przyrodę ojczystą; dbać o dobre imię łowiectwa i godność polskiego myśliwego”. Później czeka go jeszcze chrzest myśliwski (po każdorazowym pierwszym zdobyciu sztuki zwierzyny z danego gatunku) oraz pasowanie, często po ustrzeleniu pierwszej sztuki zwierzyny grubej.

Popularne polowania zbiorowe, w których niezwykle ważny jest element towarzyski, mają określony scenariusz. Najpierw jest odprawa: na dźwięk sygnału *Zbiórka myśliwych* uczestnicy polowania ustawiają się w określonym szyku w półokręgu: po prawej stronie myśliwych naganiacze, po lewej sygnaliści. Po sygnale *Powitanie* liczy się i spisuje uczestników, odczytuje listę zwierząt, na które można polować, oraz komunikaty, m.in. te dotyczące bezpieczeństwa. Później myśliwi wyciągają karty z numerami stanowisk. Na koniec odprawy rozbrzmiewa sygnał *Apel na łowy*. Pierwszy oddany strzał uprawnia do dekoracji złodem (odłamana gałązka drzewa

lub krzewu z miejsca, z którego padł strzał). Ostatnim etapem polowania jest pokot, w czasie którego układa się zwierzynę według obowiązującego schematu (gatunkami), oddając jej ostatni hołd i podsumowując całe polowanie. Na pokot zwołuje zebranych sygnał *Zbiórka myśliwych*, a rozpoczyna go melodia *Koniec polowania*. Po podsumowaniu i sygnałach oznaczających śmierć zwierzyny przy poszczególnych gatunkach wybiera się króla polowania, a czasami również króla pudlarzy – tego, który oddał najwięcej niecelnych strzałów. Polowanie kończy sygnał *Darzbór*. Myśliwi wysłuchują go z odsłoniętymi głowami, aby w ten sposób dodatkowo uhonorować ustrzeloną zwierzynę.

W ciągu roku jest kilka polowań, które mają dla myśliwych szczególne znaczenie. Należy do nich hubertus na cześć św. Huberta, którego wspomina się 3 listopada. Rozpoczyna się ono specjalną mszą świętą ku czci patrona. Przed ołtarz przynosi się wówczas dary lasu, upolowaną zwierzynę i wyroby wędliniarskie. Po polowaniu odbywa się biesiada, w której biorą udział myśliwi i ich rodziny.

Tradycje polowania wigilijnego sięgają jeszcze czasów przedchrześcijańskich i przesilenia zimowego. Trwa ono krótko: myśliwi oddają ledwie kilka strzałów i zbierają się na pokocie; bywa i tak, że często w tym dniu odpuszcza się strzał. Po sygnale uczestnicy polowania składają sobie życzenia, dzielą się opłatkiem i biorą udział w postnej myśliwskiej biesiadzie. Praktykuje się również zostawianie po kawałku opłatka w paśnikach.

Polowanie noworoczne organizowane w niektórych kołach również jest krótkie, tylko biesiada nie jest postna.



ZWIERZĘTA ŁOWNE

Zwierzyna to gatunki podlegające gospodarowaniu i użytkowaniu łowieckiemu, w związku z czym określono okresy ochronne i okresy polowań. Listę gatunków zwierząt łownych ustalił minister środowiska w rozporządzeniu z dnia 11 marca 2005 r. (Dz.U. z dnia 22 marca 2005 r.). Znajduje się na niej 31 gatunków zwierząt, w tym 18 ssaków i 13 ptaków.

Dziczyznę dzielimy na grubą (m.in. dzik, sarna, jelen, daniel, muflon, łos) i drobną (m.in. zając, dziki królik, lis, borsuk, kuna), w tym ptactwo (m.in. bażant, dzika kaczka, kuropatwa, przepiórka). Terminów polowań i odłowów w danym roku należy szukać na stronie PZŁ.

» **Dzik** (*Sus scrofa*) to jeden z najpopularniejszych i najliczniejszych gatunków, typowa leśna zwierzyna, choć można go również spotkać na mokradłach czy bagnach. W ostatnich latach coraz częściej zasiedla nawet tereny podmiejskie, śródmiejskie lasy i parki. Występuje w Europie i Azji z wyjątkiem północnych rejonów Skandynawii i Rosji.

Dziki z wyglądu przypominają świnię domową, mają jednak masywniejszą budowę, szczególnie w części przedniej. Jak pisał Jan Szyttler w *Poradniku dla myśliwych*: „Zwierz ten z postaci swojej i sposobu życia bardzo jest podobny do domowego wieprza; jakoż w całym swym kształcie równie jest niezgrabnem i ociężałem stworzeniem. Biega dosyć rączo, zmysł czucia ma słaby, ale wzrok i słuch bardzo ostry. Żyje zawsze w trzodzie, w gęstych, a szczególnie dębowych lasach: miejsca zaś niskie, błotniste, ostępy gęsto zarosłe są mu już najulubiesze. Trzoda dzików żadnych innych zwierząt między sobą niecierpi”.

Dziki należą do zwierząt wszystkożernych. Odżywiają się zarówno pokarmem roślinnym, jak i zwierzęcym. Mają bardzo dobry słuch i węch, ale słaby wzrok. Na dziki można dziś polować przez cały rok.

» **Jeleń szlachetny** (*Cervus elaphus*) występuje w warunkach naturalnych w Europie, w części Azji i w północnej Afryce. W Polsce żyje na terenie całego kraju, z nielicznymi wyjątkami. Jelenie można

spotkać w dużych kompleksach leśnych, gdzie po sąsiedzku są łąki i polany. W naturalnym środowisku jeleni szlachetny może dożywać do 20 lat.

Sezon polowań na jelenie trwa zwykle od końca sierpnia do końca lutego (w przypadku łań od września do połowy stycznia). Dawniej upolowane mięso jelenie przeznaczano do jedzenia, skórę przerabiano na irchę, poroża służyły do ozdoby komnat, a racice tokarze wykorzystywali do wytwarzania przeróżnych wyrobów. Z sierści robiono z kolei materace i kapelusze, a tłuszczu używano do wyrobu mydła.

» **Sarna europejska** (*Capreolus capreolus*), najmniejsza przedstawicielka jeleniowatych, żyje w całej Europie i częściowo w Azji. W Polsce można ją często dojrzeć w lasach i na łąkach w sąsiedztwie kompleksów leśnych. Doskonale przystosowuje się do każdego warunków środowiskowych – do tego stopnia, że powstała ekotypowa forma gatunku bytująca wyłącznie w terenie polnym.

Sezon polowań na kozły zaczyna się zwykle w połowie maja i trwa do końca września, a na kozy i kozłeta od początku października do połowy stycznia.

» **Zając szarak** (*Lepus europaeus*) żyje niemal w całej Europie i na części kontynentu azjatyckiego. To najpospolitszy przedstawiciel zwierzyny drobnej w Polsce, który zasiedlił tereny we wschodniej i centralnej części kraju, a także niziny i góry.

Sezon polowań trwa od końca października do początku stycznia. To chyba jedyne ze zwierząt łownych, którym myśliwi przypisali tak wiele określeń w języku łowieckim, najpospolitsze z nich to koszlonek, ślepak, śpioch, skotak, wacho, kusy, kot, filip, kopyra, siwak, korpak.

» **Dziki królik** (*Oryctolagus cuniculus*) jest często mylony z zającem. Żyje na większości obszaru Europy, w północno-zachodniej części Afryki, w Australii i w Nowej Zelandii. W Polsce występuje głównie w środkowej części kraju. Dziki królik jest gatunkiem synantropijnym, w związku z czym chętnie osiedla się na terenach zurbanizowanych. Można na niego polować w tym samym okresie co na szaraka.

- » **Bażant** (*Phasianus ssp.*) żył niegdyś głównie w umiarkowanej strefie klimatycznej w Azji, ale został introdukowany również w Amerykach i Europie. W Polsce występuje licznie na większości terenów. Charakteryzuje go wyraźny dymorfizm płciowy: koguty są większe od kur, mają dłuższe ogony i kolorowe upierzenie. Ptaki lubią zarośla, okolice jezior i bagien. Na koguty zwykle można polować od początku października do końca lutego, a na kury w ośrodkach hodowli zwierzyń od początku października do początku stycznia.
- » **Kuropatwa** (*Perdix perdix*) zamieszkuje niemal całą Europę i Azję Środkową. W Polsce jest niezbyt liczna, ale można ją spotkać na całym terytorium poza obszarami góorskimi. Kuropatwy bardzo dobrze maskują się przed zbliżającym się niebezpieczeństwem. Co ciekawe, kiedy jednak zostaną zauważone, udają, że są zranione i nie potrafią latać. W ten sposób odciągają drapieżniki od miejsca, gdzie pozostawiają lęgi lub młode. Polowanie na kuropatwy trwa od połowy września do połowy października.
- » **Kaczka krzyżówka** (*Anas platyrhynchos*) występuje w Europie, Azji i w Ameryce Północnej. W Polsce jest dość pospolita i występuje na obszarze całego kraju. Można ją spotkać dosłownie wszędzie tam, gdzie jest woda – od morza aż po tereny górskie. Na kaczki można polować od września do drugiej połowy grudnia.
- » **Łyska** (*Fulica atra*) występuje w Europie, Azji, Australii, Nowej Zelandii oraz w Afryce Północnej. W Polsce można ją spotkać na terenie całego kraju (z wyjątkiem gór). Żyje w sąsiedztwie zbiorników w zarośniętą linią brzegową. Można je spotkać na niemal wszystkich jeziorach, większych stawach, rozlewiskach i wolno płynących rzekach. Są obecne również na przybrzeżnych wodach Bałtyku. Na łyski można polować od września do drugiej połowy grudnia.
- » **Przepiórka** (*Coturnix coturnix*) to ptak wędrowny zamieszkujący Europę, Azję Środkową i Południową oraz Afrykę. Lubi pola, łąki i pastwiska. W warunkach naturalnych jest pod ścisłą ochroną.

JAK TO SIĘ JE?

Mięso leśnych zwierząt ma mało tłuszczu i cholesterolu, nie jest nafaszerowane antybiotykami, więc uważa się je za bardzo zdrowe. Jego wartość energetyczna to średnio 120 kalorii w 100 gramach. Zawiera dużo białka i niezbędnych minerałów, jest chude i smaczne. Najpopularniejsze w Polsce, oprócz ptactwa, jest dzisiaj mięso z dzika: chude, twardsze od wieprzowiny, o dość charakterystycznym zapachu. Sarnina jest soczysta, słodkawa i delikatna. Jesienią ma posmak orzechowy, a wiosną lekko korzenny. Jelenina jest zwarta i jędrna. Mięso zająca, chude i delikatne, zdaje się nieco twardsze niż mięso dzikiego królika. Bażant ma ciemne mięso charakteryzujące się specyficznym zapachem.

Mięso zwierzyny grubej zwykle można kupić już podzielone, w elementach, a w przypadku zwierzyny drobnej lub ptactwa często w całości, jako tuszki. Bardzo ważna jest jego właściwa obróbka, aby wydobyć z mięsa dzikich zwierząt to, co najważniejsze. Składa się na nią kilka etapów: kruszenie (dojrzewanie), marynowanie, bejcowanie, szpikowanie i przyprawianie.

Kruszenie to bardzo ważny etap, który dziś odbywa się w zamrażalniku, gdzie należy umieścić mięso na 7–10 dni, a później powoli rozmrozić. W dawnych czasach wieszano tuszę w skórze w piwnicy – musiała być przewiewna – na kilkanaście dni. Po kruszeniu mięso staje się delikatniejsze i po prostu smaczniejsze, traci również charakterystyczny zapach oraz jest łatwiejsze i szybsze w obróbce.

Marynowanie to ważny element przyrządzania dziczyzny, szczególnie w przypadku mięsa starszych osobników. Przepisów na marynaty jest wiele i każdy miłośnik tego mięsa ma swój ulubiony. Zwykle wykorzystuje się ocet, wino, maślanek, mleko, oliwę lub olej oraz przyprawy: cząber, czosnek, liść laurowy, ziele jałowca, ziele angielskie, majeranek, rozmaryn, a także cebulę, sos sojowy, musztardę czy miód. Z przyprawami trzeba jednak uważać: to mięso powinno odgrywać główną rolę.

Dziczyznę najczęściej piecze się lub dusi, ale można ją także smażyć, choć w takim przypadku warto pamiętać, że najlepiej nadaje się do tego mięso sarny i jelenia. Przed pieczeniem chudej dziczyzny lub ptactwa warto je

posmarować porządnie masłem albo naszpikować lub owinąć słoniną lub boczkiem, co sprawi, że mięso się nie wysuszy i będzie smaczniejsze. Podczas pieczenia należy je raz po raz polewać tłuszczem z brytfanny, a później dać mu na chwilę odpocząć pod przykryciem. Natartą solą i pieprzem dziczyznę można również obsmażyć w dużym rondlu ze wszystkich stron, na przykład na maśle klarowanym, zanim trafi do piekarnika. Na grill doskonale nadają się szaszłyki, np. z mięsa dzika, które można poprzetykać warzywami.

W przypadku sarniny i jeleniny najszlachetniejsza część to comber (część łędźwiowa) i udziec. Mięso tych zwierząt po zamarynowaniu można piec, ewentualnie dusić. Popularne dania z sarniny to również gulasz, zrazy oraz steki. Z mięsa dzika często robi się wędliny, szaszłyki, gulasze, pieczenie i bitki; można je również z powodzeniem przygotować jako pieczeń, szczególnie polędwicę i schab, lub ugrillować jako szaszłyk. W przypadku zająca i dzikiego królika dużą popularnością cieszą się comber i udziec, z których zwykle przygotowuje się pieczeń, potrawkę lub zrazy, ale najpopularniejsze danie to oczywiście pasztet. Dzikie ptactwo piecze się zwykle w całości lub dusi z dodatkami. Można na jego bazie przygotować dobry rosół.

Z dziczyzną doskonale się komponują wszelkie kasze i kluski śląskie. Pasują do niej dary lasu, szczególnie grzyby, a także jagody i żurawina, oraz owoce: pomarańcze, śliwki, jabłka. Idealne dodatki to buraczki z odrobiną octu balsamicznego i czerwona kapusta: zasmażana lub w formie surówki, a także wszelkie warzywa. Gotowe mięso lub potrawy z niego zyskują na smaku, gdy się je podaje z odpowiednim sosem na zimno lub ciepło (na bazie soku z pieczonego mięsa). A na trawienie nada się idealnie któraś z nalewek myśliwskich z darów lasu lub ogrodu.

Mięso zwierząt łownych można dziś kupić w specjalistycznych sklepach, a nawet supermarketach, gdzie jest przebadane i już podzielone. Sprzedaż prowadzą również koła łowieckie i ośrodki hodowli zwierzyny, które zwykle dysponują tuszami zwierzyny grubej. Takie tusze nie mogą być podzielone lub rozebrane na miejscu, ale są wypatroszone zgodnie z zasadami. Dzikie muszą być przebadane, by wyeliminować włośnicę.

Kupując dziczyznę, należy dołożyć wszelkich starań, by pochodziła ze źródła przestrzegającego procedur i etyki.

