

Nie jest to żadnym luksusem — zakąska, a w nowej kuchni przyczynia się bardzo do pobudzenia apetytu. Zakąska jest wtedy dobra, jeśli półmisek przedstawia różnobarwny obraz. Nasi dzisiejsi higieniści odżywiania wymagają małych dodatków surowych potraw przy każdym jedzeniu. Ponieważ surowe potrawy na początku jedzenia są najlepiej strawne, zatem małe zakąski powinny przede wszystkim składać się z surówek.

Nietylko w święta, ale i tak małe potrawki zakąsek są mile widzianą zmianą w codziennej kuchni. Bardzo ulubioną zakąską są bułeczki — im ładniejsze — tem lepiej, które na ciepłym półmisku można lekko podsmażyć i obłożyć różnemi salataami z jarzyn, ogórkiem, rzodkiewką, tartą marchwią, serem z szczypiorkiem lub posmarować masłem ziolowem. Do tego najlepiej nadaje się silny rosół z jarzyn podany w filiżankach i zmieszany trochę z kwaśnym mlekiem. (Skoro do gorącego rosółu dodamy kwaśnej śmietany, to potworzą się płatki) uniknąć tego można w ten sposób, że łyżkami wlewamy mniej gorący rosół do śmietany, całość dobrze roztrzepujemy i mieszamy z resztą rosółu.

Nowością w zakąskach są tak zwane czółenka, na które używa się liści z salaty cykorji, które bardzo dobrze nadają się do napelnienia. Przygotowujemy masę z tartych marchwi z solą, cytryną i oliwą lub kwaśną śmietaną i napelniamy tą masą liście, zostawiając może około 2 cm. wolne przy trzonie liścia. Część ta wystaje potem ponad brzeg talerza, a koniec liścia znajduje się w pośrodku talerza. W ten sposób przy zdejmowaniu zakąsek z talerza możemy jeść je jak bułeczki. Jest to o wiele ładniej, niż jedzenie tej zakąski widelcem i nożem. Liście te są podstawą do wielu urozmaiceń. Napelnić je można surową kalarepą z czerwonymi buraczkami i t.p. lub pomidorami z płatkami pszennejmi zmieszanemi z oliwą.

Czółenka te można też sporządzić z marchwi lub karotek, dzieląc je na połowę wzdłuż, wydrążając miążz i napelniając dowolnie. Jako napelnienia używać można rzeżuchy lub szczawiu z kwaśną śmietaną.

Wydrążone pomidory i kalarepą napelniana są już więcej znane. Jako napelnienia białe ser z szczypiorkiem, frugola z solą i oliwą, lub gotowane grzyby ryż, groch i t. p. Do zakąsek bierze się