ZUPY Z ŻYCIA WZIĘTE

zupa|na|plantach

WSTĘP

„ZUPA NA PLANTACH JEST PRZESTRZENIĄ, KTÓRĄ TRUDNO OPISAĆ SŁOWAMI, TRUDNO DOBRZE OPOWIEDZIEĆ, CZYM ONA JEST, KOMUŚ KTO NIGDY NA NIEJ NIE BYŁ. CZASAMI PRÓBUJEMY, UŻYWAJĄC TAKICH SŁÓW JAK WRAŻLIWOŚĆ, UWAŻNOŚĆ, SOLIDARNOŚĆ, ALE TO WCIĄŻ NIEWYSTARCZAJĄCO OPISUJE RZECZYWISTOŚĆ NASZYCH SPOTKAŃ."

W PODZIĘKOWANIU ZA TWOJE WSPARCIE CHCEMY CI OFIAROWAĆ MALEŃKĄ, NAMIASTKĘ, TEGO, CO PRZYNIOSŁY 4 LATA WSPÓLNEGO GOTOWANIA I WSPÓLNEGO JEDZENIA ZUPY. TO NIE JEST ZWYKŁY ZBIÓR PRZEPISÓW. ZNAJDZIESZ TU RÓWNIEŻ LISTY ZAKUPÓW, URYWKI WSPOMNIEŃ, PRZEMYŚLENIA, TCHNIENIA NASZYCH SERC. MAMY NADZIEJĘ, ŻE DZIĘKI TEMU POSMAKUJESZ TEGO, CO DZIAŁO SIĘ W ZUPIE PRZEZ 4 LATA.

Dziękujemy :)
że jesteście częścią naszej
Zupowej Rodzinki ♥

cichy szept podpowiada mi

LISTA ZAKUPÓW
Z DNIA 5.01.2020

- 8 kg żeberek
- 2 kg pietruszki
- 2 kg marchewki
- 15 kg ogórków kiszonych
- 15 kg ziemniaków
- 5 pęczków szczypiorku
- 2 l śmietany 18%
- 8 główek czosnku
- 2 kg kaszy jęczmiennej

LISTA ZAKUPÓW
Z DNIA 8.03.2020

- 2 KG FASOLI
- 6 KG KIEŁBASY
- 15 KG ZIEMNIAKÓW
- 2 GŁÓWKI KAPUSTY
- 5 KG PIETRUSZKI
- 3 SELERY
- 4 KG MARCHEWKI
- 6 PUSZEK POMIDORÓW
- 4 KG CEBULI
- 3 GŁÓWKI CZOSNKU
- 1,5 KG JARMUŻU
- 2 LITRY ŚMIETANY
- PRZYPRAWY

„ STÓŁ W ŻYŁEJ PRACOWNI

ZWYKŁY, SZARY, PROSTY, OBDARTY, POOBIJANY, PROWIZORYCZNIE POSKŁADANY Z KILKU CZĘŚCI. ALE SPEŁNIA SWOJĄ, NAJWAŻNIEJSZĄ, FUNKCJĘ. ŁĄCZY. TWORZY PRZESTRZEŃ SPOTKANIA. "

by wierzyć w człowieka

"ZUPA TO NIE TYLKO NIEDZIELNE SPOTKANIA.
ZUPA TO TEŻ SPOTKANIA Z OSOBAMI W KRYZYSIE BEZDOMNOŚCI W MIEJSCACH, GDZIE SPĘDZAJĄ, NOCE.
W MIEJSCACH NAZYWANYCH W KRAKOWIE "NIEMIESZKALNYMI",
GDZIE WIELE Z NICH JEDNAK MIESZKA - MOSTY,
ZAROŚLA, OGRÓDKI DZIAŁKOWE, OPUSZCZONE BUDYNKI.
PRZYNAJMNIEJ RAZ W TYGODNIU RUSZAMY TAM
Z KANAPKAMI, PEŁNYMI TERMOSAMI, SKARPETAMI
I INNYMI SZAFOWYMI SKARBAMI.

TE SPOTKANIA ZOSTAWIAJĄ, NAM W GŁOWACH
WIELE OBRAZÓW. PO PRZEŁAMANIU PIERWSZYCH LODÓW,
NAPOTKANE OSOBY OPOWIADAJĄ, NAM CZĘSTO BARDZO
TRUDNE HISTORIE SWOJEGO ŻYCIA, POKAZUJĄ,
JAK MIESZKAJĄ.
CZASEM PO DŁUŻSZEJ CHWILI LUB PO KILKU
NASZYCH WIZYTACH, PROSZĄ, TAKŻE O KONKRETNĄ
POMOC."

„ PAWEŁ . SPĘDZAJĄCY LETNI WIECZÓR NA ŁAWCE , W TOWARZYSTWIE WIELKICH , ZIELONYCH DRZEW. NIE . ON SIĘ NA TEJ ŁAWCE UKŁADA DO SNU. ROZŁOŻYSTE GAŁĘZIE STANOWIĄ IMITACJĘ CZEGOŚ, CO ODGRADZA JEGO CZĘŚĆ OD RESZTY ŚWIATA. SĄ GRANICĄ, WŁASNEGO KAWAŁKA PRZESTRZENI. CZŁOWIEK POTRZEBUJE CZEGOŚ SWOJEGO, SKRAWKA INTYMNOŚCI , NAWET MAŁEJ , ALE WŁASNEJ STREFY KOMFORTU. "

„ WIESZ CO TO JEST PRAWDZIWA ZUPA ?

TO JEST TAKIE COŚ , ŻE NIE TYLKO W BRZUCHU CIEPŁEJ , ALE TEŻ NA SERCU CIEPŁEJ "

„ CZEGO ZABRAKŁO ?

KIEDYŚ BYM POWIEDZIAŁ , ŻE PIENIĘDZY . ALE TERAZ WIDZĘ , ŻE ZABRAKŁO PODSTAWOWEJ RZECZY - MIŁOŚCI "

„ NAJTRUDNIEJSZA W BEZDOMNOŚCI JEST SAMOTNOŚĆ. I TE ZAPALONE ŚWIATŁA DOMÓW I MIESZKAŃ WIECZOREM , ZWŁASZCZA , GDY NA ZEWNĄTRZ ZIMNO . I PYTANIE " DLACZEGO JA " . ALE NA SZczęście JEST NADZIEJA "

DZIĘKUJĘ BARDZO ZA PACZKĘ JESZCZE RAZ DZIĘKUJĘ BARDZO. JÓZEK

MOŻESZ NIE MIEĆ PRZYJACIÓŁ
MOŻESZ GŁODNYM BYĆ
MOŻESZ CZUĆ WCIĄŻ NIEPOKÓJ
MOŻESZ STACZAĆ SIĘ

ALE JEŚLI USŁYSZYSZ W SOBIE CICHY SZEPT
ON W DOBRĄ STRONĘ POPROWADZI CIĘ

" PAN KRZYSZTOF STOI Z TELEFONEM I PUSZCZA NAM COŚ NA YOUTUBE.

– ZOSTAŃCIE JESZCZE CHWILĘ I POSŁUCHAJCIE TEGO.

WŁĄCZA KONCERTOWE " MISERERE " W WYKONANIU PAVAROTTIEGO I ZUCCHERO.

– PATRZCIE Z JAKĄ LEKKOŚCIĄ PAVAROTTI TO ŚPIEWA. JAK ON SIEDZI PRZY TYM FORTEPIANIE. A WIDZIELIŚCIE KONCERT TRZECH TENORÓW? TEŻ PIĘKNY. ALBO PAVAROTTI I PRZYJACIELE. TO DOPIERO JEST COŚ! POSŁUCHAJCIE SOBIE, JAK BĘDZIECIE MIELI WOLNĄ CHWILĘ. MY TU SOBIE WIECZORAMI, PO CAŁYM DNIU PRACY ZAPALAMY ŚWIECĘ I ROBIMY TAKIE KONCERTOWE SEANSY.
TAK NAM SIĘ NAJLEPIEJ ODPOCZYWA I ODRYWA MYŚLI OD PROBLEMÓW CHOCIAŻ NA CHWILĘ. "

Kochana Zupo na Plantach

W niedziele 28 czerwca przystąpiłam do Pierwszej Komunji Świętej. Z tej okazji zostałam obdarowana wieloma prezentami chciałabym, żeby połowa z nich była przekazana na podrzeby osób w kryzysie bezdomności bo dzięki tym osobom oraz wolontarjuszom Zupy na na Plantach codziennie uczę się jak być lepszym człowiekiem.

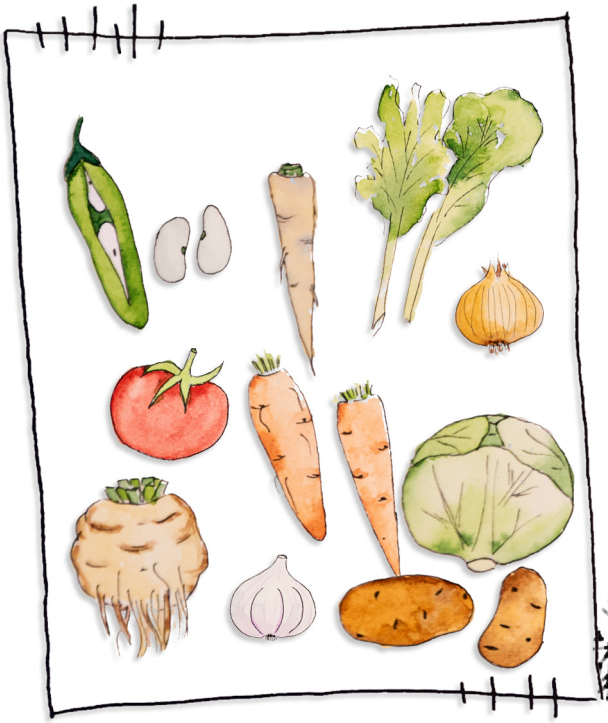
Bo ludzie są dobrzy!

całuszy
Hania

GRZYBOWA Z ŁAZANKAMI

GRZYBY SUSZONE
MAKARON ŁAZANKI
CEBULA
MARCHEW
PIETRUSZKA
POR
SELER
ŚMIETANA 18%
ŚMIETANA 30%
ZIELONA PIETRUSZKA
CZOSNEK

ZUPA ZIMOWA



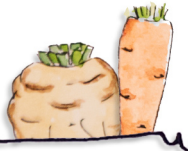
FASOLA
KIEŁBASA
ZIEMNIAKI
KAPUSTA
PIETRUSZKA
SELER
MARCHEW
POMIDORY W PUSZCE
CEBULA
CZOSNEK
JARMUŻ
ŚMIETANA

PRZYPRAWY

Zupa ziemniaczana z cygańską nutą

mięso
kiełbasa
boczek wędzony
ziemniaki
przecier pomidorowy
papryka suszona
czosnek
cebula
marchewka
seler
por
masło
śmietana do zupy

pieprz
lubczyk
cząber
tymianek
natka pietruszki
grzyby suszone
musztarda sarepska



majeranek
papryka słodka
kminek
koperek
liście laurowe
ziele angielskie

ZUPA Z CIECIERZYCY

ciecierzyca
soczewica czerwona
ziemniaki
mleczko kokosowe
pietruszka
seler
marchew
pomidory w puszce
cebula
czosnek
przyprawy

WĘGIERSKA ZUPA PIECZARKOWA

PIECZARKI

CEBULA

MASŁO KLAROWANE

MĄKA

PAPRYKA SŁODKA MIELONA

PAPRYKA WĘDZONA MIELONA

KOPEREK

MARCHEWKA

PIETRUSZKA

SELER

POR

RYZ

SOS SOJOWY

NATKA PIETRUSZKI

ZUPA Z CZERWONEJ SOCZEWICY Z ZIEMNIAKAMI

ziemniaki
czerwona soczewica
marchew
pietruszka
cebula
seler
czosnek
masło
por
śmietana 18%
pomidory w puszce
kurkuma
natka pietruszki
oregano

ZUPA OGÓRKOWA

- marchew
- pietruszka
- zeberka
- kostka bulionowa
- ogórki kiszone
- ziemniaki
- szczypiorek
- śmietana 18%
- cebula
- czosnek
- kasza jęczmienna

WAŻNE!

MOŻE ZABRAKNĄĆ ZIEMNIAKÓW
LUB MARCHEWKI,
ALE DO KAŻDEJ ZUPY DODAJ

cetnar skruszonej miłości
zmieloną kopę dobrego słowa
funt świeżej nadziei
gros otwartości na drugą osobę

i odejmij skrupuł aptekarski
lęku przed bliskością

CHLEB POWSZEDNI

200 G ZAKWASU

300 G WODY

100 G MĄKI ŻYTNIEJ

400 G MĄKI PSZENNEJ

1 ŁYŻECZKA SOLI

1. SKŁADNIKI WYMIESZAĆ ZE SOBĄ, WYRABIAĆ CIASTO PRZEZ OK. 7 MINUT.
2. ZOSTAWIĆ CIASTO DO WYROŚNIĘCIA.
3. ODGAZOWAĆ, PRZEŁOŻYĆ DO WYSMAROWANEJ OLEJEM KEKSÓWKI. ZOSTAWIĆ DO PODWOJENIA OBJĘTOŚCI.
4. PIEC W TEMPERATURZE 210°C PRZEZ 45 MINUT.

TĘ MAŁĄ, ALE PEŁNĄ MIŁOŚCI
KSIĄŻKĘ KUCHARSKĄ
NAPISAŁO ŻYCIE.

ZACYTOWANO W NIEJ:

- WYPOWIEDZI DOMNYCH I BEZDOMNYCH, KTÓRYCH LOS SPOTKAŁ NA KRAKOWSKICH PLANTACH PRZY WSPÓLNYM GARNKU ZUPY
- POSTY Z PROFILU FB "ZUPA NA PLANTACH"
- FRAGMENTY FILMÓW JAKUBA SŁABKA
- PIOSENKĘ "CICHY SZEPT"
- LISTY ZAKUPÓW Z PLIKÓW PRZYGOTOWANYCH PRZEZ ZUZIĘ SURMĘ
- LIST HANI
- WIADOMOŚĆ OD JÓZKA

PODZIĘKOWANIA NAPISALI ODRĘCZNIE
ZBYSZEK I TOMEK (NASI PRZYJACIELE
Z DOŚWIADCZENEM BEZDOMNOŚCI)

CAŁOŚĆ ZAPROJEKTOWAŁY

GOSIA I MAGDA

Przetwórnia wspomnień

Kraków 2020