

Stamppot – tradycyjne holenderskie danie z ziemniaków i warzyw

Stamppot to **kwintesencja holenderskiej kuchni tradycyjnej**, której historia sięga XVI wieku. Nazwa pochodzi od dwóch holenderskich słów: „stamp” (ubijać) i „pot” (garnek), co doskonale oddaje technikę przygotowania tego dania. Pierwotnie stamppot powstał jako *praktyczne rozwiązanie kulinarnego problemu* – jak wykorzystać sezonowe warzywa korzeniowe i ziemniaki, aby stworzyć pożywny posiłek na zimowe miesiące.

Najstarsze udokumentowane wzmianki o stamppot pochodzą z 1574 roku, kiedy podczas oblężenia Lejdy przez Hiszpanów, mieszkańcy miasta przygotowywali mieszankę warzyw i ziemniaków, aby przetrwać trudny okres. Po wyzwoleniu miasta, 3 października, tradycyjnie serwowano *hutspot* – jedną z odmian stamppot, co zapoczątkowało coroczne świętowanie „Leidens Ontzet” (Wyzwolenia Lejdy), podczas którego to danie jest obowiązkowym elementem menu.

W holenderskiej kulturze stamppot symbolizuje **rodzinne wartości i domowe ciepło**. Jest to danie, które łączy pokolenia – przepisy przekazywane są z matki na córkę, a każda rodzina ma swoją unikalną wersję. W 2023 roku badania kulinarne wykazały, że ponad 78% holenderskich rodzin przygotowuje stamppot przynajmniej raz w miesiącu podczas sezonu zimowego.

Regionalne odmiany i współczesne znaczenie

Holandia, mimo niewielkiego obszaru, może pochwalić się **bogatą różnorodnością regionalnych wersji stamppot**. W północnych prowincjach, takich jak Fryzja i Groningen, popularne są

odmiany z jarmużem (*boerenkoolstampot*) i endywią (*andijviestampot*). W centralnej Holandii, szczególnie w regionie Utrechtu, często spotyka się stampot z czerwoną kapustą (*rodekoolstampot*). Południowe prowincje, jak Brabancja i Limburgia, preferują wersje z dodatkiem lokalnych serów i bardziej wyrazistych przypraw.

Stampot doskonale odzwierciedla holenderską filozofię kulinarną „*eet maar gewoon, dan eet je al gek genoeg*” (jedz normalnie, to już wystarczająco szalone). Jest to *praktyczne podejście do gotowania*, które ceni prostotę, pożywność i wykorzystanie lokalnych, sezonowych składników. W chłodnym, wilgotnym klimacie Holandii, stampot pełni funkcję nie tylko pokarmu, ale i *kulinarnej pocieszenia*.

W ostatnich latach obserwuje się **renesans zainteresowania tradycyjnymi potrawami** wśród młodszych pokoleń Holendrów. Współcześni szefowie kuchni eksperymentują z nowoczesnymi wersjami stampot, dodając egzotyczne składniki jak bataty, quinoa czy awokado. Mimo tych innowacji, klasyczne wersje pozostają najpopularniejsze, szczególnie w okresie od października do marca, kiedy to stampot pojawia się regularnie na holenderskich stołach jako odpowiedź na potrzebę rozgrzewającego, sycącego posiłku.

Przepis na klasyczny Stampot i jego warianty

Składniki i przygotowanie tradycyjnego Boerenkool

Stampot to kwintesencja holenderskiej kuchni domowej, gdzie ziemniaki łączą się z sezonowymi warzywami. Klasyczna wersja Boerenkool wymaga:

- 1 kg ziemniaków (mączystych)
- 500 g świeżego jarmużu

- 2 cebule
- 100 g masła
- 150 ml mleka
- Sól, pieprz, gałka muszkatołowa
- 2 łyżki octu jabłkowego (opcjonalnie)

Przygotowanie krok po kroku:

1. Obierz ziemniaki, pokrój na równe kawałki i gotuj w osolonej wodzie przez około 20 minut.
2. Jarmuż dokładnie umyj, usuń twarde łodygi i posiekaj liście.
3. Pokrój cebulę w kostkę i zeszklij na maśle.
4. Na 5 minut przed końcem gotowania ziemniaków dodaj jarmuż do tego samego garnka.
5. Odcedź całość, zachowując niewielką ilość wody z gotowania.
6. Dodaj podsmażoną cebulę, masło i mleko.
7. Ubij całość tłuczkiem do ziemniaków na gładką masę z widocznymi kawałkami jarmużu.
8. Dopraw solą, pieprzem i gałką muszkatołową.
9. *Dla wyrazistszego smaku* dodaj łyżkę octu jabłkowego.

Popularne warianty i dodatki do Stamppt

Holenderska kuchnia oferuje różnorodne wersje tego dania:

Hutspot – przygotowywany z marchewki i cebuli, idealny na chłodne jesienne wieczory. Marchewkę i cebulę (w proporcji 2:1) gotuje się razem z ziemniakami, a następnie ubija na gładką masę.

Zuurkoolstampot – wersja z kiszoną kapustą, która dodaje charakterystycznego kwaśnego posmaku. Kapustę należy wcześniej przepłukać i gotować oddzielnie przez 15 minut.

Andijviestampot – delikatniejsza wersja z endywią, którą dodaje się na samym końcu, aby zachowała świeżość i chrupkość.

Tradycyjnie Stampopot serwuje się z kiełbasą rookworst – wędzoną kiełbasą wieprzową o charakterystycznym, lekko słodkawym smaku. Współcześnie popularne są również dodatki w postaci chrupiących kawałków boczku lub smażonej cebulki.

Współczesne interpretacje:

- Wersja wegańska – z dodatkiem wędzonych migdałów i sosu z pieczarek
- Wersja z batatami zamiast ziemniaków – słodsza i bogatsza w składniki odżywcze
- Fusion z dodatkiem curry, imbiru lub chili – dla miłośników bardziej wyrazistych smaków

Stampopot najlepiej smakuje świeżo przygotowany, jednak można go przechowywać w lodówce do 3 dni. Przed podaniem należy odgrzać na patelni z dodatkiem masła lub w piekarniku (180°C, 20 minut) dla uzyskania chrupiącej skórki.