

Rolada ziemniaczana z jajkiem – tradycyjny przysmak w nowej odsłonie

Rolada ziemniaczana z jajkiem to danie o głęboko zakorzenionych tradycjach w polskiej kuchni, szczególnie na terenach wiejskich, gdzie ziemniaki stanowiły podstawę wyżywienia. Pierwsze wzmianki o podobnych potrawach pochodzą z **XVIII wieku**, kiedy to ziemniaki zaczęły zyskiwać popularność w polskiej kuchni. Początkowo rolada ziemniaczana była prostym daniem przygotowywanym z resztek ziemniaków, które gospodynie przetwarzały, aby uniknąć marnowania żywności.

W tradycyjnej formie rolada ziemniaczana z jajkiem była przygotowywana z ugotowanych i zmielonych ziemniaków, które formowano w płaski placek, nakładano na niego ugotowane na twardo jajka, a następnie zwijano w kształt rolady. Całość pieczono lub smażyło, uzyskując chrupiącą skórkę i miękki środek. Danie to było szczególnie popularne w *kuchni wielkopolskiej* i *kuchni śląskiej*, gdzie ziemniaki stanowiły podstawę wielu potraw.

Regionalne odmiany i współczesne interpretacje

W Polsce można wyróżnić kilka regionalnych wariantów rolady ziemniaczanej z jajkiem:

- **Wariant śląski** – wzbogacony o dodatek boczku i cebuli, często podawany z zasmażaną kapustą
- **Wariant wielkopolski** – z dodatkiem sera i szczypiorku, bardziej delikatny w smaku
- **Wariant podlaski** – charakteryzujący się dodatkiem grzybów leśnych, nadających potrawie wyjątkowy aromat

Na przestrzeni lat przepis na roladę ziemniaczaną ewoluował, dostosowując się do zmieniających się preferencji kulinarnych. Współcześni szefowie kuchni eksperymentują z dodatkami, wprowadzając do tradycyjnego przepisu nowe składniki, takie jak suszone pomidory, szpinak czy różne rodzaje serów. Mimo tych modyfikacji, esencja dania – połączenie ziemniaków i jajek – pozostaje niezmieniona.

W 2025 roku rolada ziemniaczana z jajkiem przeżywa prawdziwy renesans w segmencie dań convenience. Producenci żywności, w tym firmy specjalizujące się w półproduktach premium, wprowadzili na rynek gotowe do odgrzania rolady ziemniaczane, które zachowują tradycyjny smak przy minimalnym wysiłku przygotowania. Dzięki nowoczesnym technikom produkcji i pakowania, te półprodukty zachowują świeżość i wartości odżywcze, jednocześnie oferując konsumentom wygodę i oszczędność czasu.

„Rolada ziemniaczana z jajkiem to doskonały przykład tego, jak tradycyjne polskie danie może zostać zaadaptowane do współczesnego stylu życia bez utraty swojego charakteru i smaku” – podkreśla Marek Nowak, znany polski szef kuchni specjalizujący się w nowoczesnej interpretacji tradycyjnych potraw.

Praktyczny przewodnik przygotowania rolady ziemniaczanej z jajkiem

Składniki i przygotowanie podstawy ziemniaczanej

Podstawa dobrej rolady ziemniaczanej tkwi w odpowiednio dobranych składnikach:

- 1,5 kg ziemniaków mączystych (odmiana Irga lub Bryza)
- 4 jajka ugotowane na twardo

- 2 jajka surowe do masy ziemniaczanej
- 100 g bułki tartej (plus dodatkowa do obtoczenia)
- 3 łyżki mąki ziemniaczanej
- 2 łyżki masła
- Sól, pieprz, gałka muszkatołowa
- Opcjonalnie: 2 łyżki posiekanego szczypiorku lub natki pietruszki

Ziemniaki obierz, ugotuj w osolonej wodzie i dokładnie odcedź. *Kluczowym elementem jest pozbycie się nadmiaru wilgoci* – pozostaw ziemniaki na sitku przez 5 minut, następnie odstaw pod przykryciem na 10 minut. Ciepłe ziemniaki przeciśnij przez prasę lub zmiel w maszynce. Dodaj surowe jajka, mąkę ziemniaczaną, roztopione masło, przyprawy i dokładnie wymieszaj do uzyskania jednolitej masy.

Techniki formowania i pieczenia idealnej rolady

Masę ziemniaczaną rozłóż na papierze do pieczenia w kształcie prostokąta o grubości około 1 cm. **Kluczowe dla udanej rolady jest równomierne rozprowadzenie masy** – użyj zwilżonej szpatułki, aby uniknąć przyklejania.

Na środku ułóż ugotowane jajka w jednej linii, pozostawiając 2 cm marginesu z każdej strony. Za pomocą papieru do pieczenia delikatnie zwiń roladę, formując szczelny walec. Obtocz w bułce tartej.

Piekarnik rozgrzej do 180°C. Roladę piecz przez 40-45 minut, stosując następujące techniki:

- Pierwsze 20 minut piecz pod przykryciem folii aluminiowej
- Zdejmij folię i kontynuuj pieczenie, aż skórka nabierze złocistego koloru
- Na 5 minut przed końcem pieczenia posmaruj roladę roztopionym masłem dla uzyskania chrupiącej skórki

Właściwa temperatura wewnętrzna gotowej rolady powinna wynosić 75°C – możesz to sprawdzić termometrem kuchennym.

Gotową roladę pozostaw na 10 minut przed krojeniem, co pozwoli na stabilizację struktury. Podawaj z sosem grzybowym, śmietanowym lub ziołowym. Świetnie komponuje się z surówką z kiszonej kapusty lub buraczków.

Przechowuj w lodówce do 3 dni. Przed podaniem odgrzej w piekarniku w temperaturze 160°C przez 15 minut lub na patelni z dodatkiem masła, krojąc wcześniej na plastry.