John Chapman i Dave Freeman

PRYWATNA KLINIKA

(KEY FOR TWO)

przekład - Elżbieta Woźniak

reżyseria - Stefan Szaciłowski

dekoracje i kostiumy - Jan Banucha

asystent reżysera - Małgorzata Chryc-Filary

premiera 6 - luty 2004

obsada:

HARRIET - Olga Adamska

GORDON - Zbigniew Filary

ALEK - Adam Zych

ANNA - Katarzyna Bieschke

RYSZARD - Jacek Piotrowski

MAGDA - Małgorzata Chryc-Filary

MILDRED - Lidia Jeziorska

inspicjent - Mariola Dusińska

sufler - Marta Modrzewska

71-601 Szczecin, ul. Swarożyca 5
tel. centr. (091) 433 00 90, tel./fax sekr. 433 00 75, tel./fax BOW 433 66 66
www.teatrpolski.szczecin.pl, teatr@teatrpolski.szczecin.pl

TEATR POLSKI W SZCZECINIE

Dyrektor - Adam Opatowicz
Zastępca - Jacek Gałkowski

ZE ZBIORÓW
Instytutu Teatralnego

ZESPÓŁ TECHNICZNY:
operator dźwięku - Marek Laskowski
operator świateł - Sławomir Naruszewicz
kierownik pracowni krawieckiej - Małgorzata Tryszcz
pracownia perukarska - Małgorzata Bednarska
pracownia stolarska- Marek Rzeźnik
pracownia malarska - Bożena Wołoszyn
specjalista ds. produkcji - Leszek Kusz
gł. specjalista ds. obsługi sceny - Andrzej Czekanowski
kierownik sceny - Piotr Sagat
rekwizytor - Katarzyna Sutkowska

REPERTUAR

Dziedziniec Zamku Książąt Pomorskich
„Hamlet" William Shakespeare

DUŻA SCENA
"Faust" Johann Wolfgang Goethe
„Kolacja dla głupca" Francis Veber
„Wieczór teatralny z Konstantym Ildefonsem Gałczyńskim"
„Wariat i zakonnica" Stanisław Ignacy Witkiewicz
„Kordian" Juliusz Słowacki
„Mistrz i Małgorzata" Michał Bułhakow
„Okno na parlament" Ray Cooney

MAŁA SCENA
„Chłopcy" Stanisław Grochowiak
„Kolacja na cztery ręce" Paul Barz
„Mayday" Ray Cooney

CZARNY KOT RUDY
Wdowa po prenumeratorze „Tygodnika Ilustrowanego"
Latający Cyrk Monty Pythona
Pornograf
Rewia kabaretowa

w przygotowaniu:
"Piosennik"
"Alpejskie zorze" Peter Turrini

DZIĘKUJEMY!

POCZTA POLSKA

B1 KV druk DRUKARNIA największy FORMAT w mieście

PATRONAT PRASOWY!

GŁOS SZCZECIŃSKI

JAK NIE ZANUDZIĆ GORDONA, CZYLI POTRAWY Z RYB (KTÓRE PRZYNOSI ALEK)

GRZANKI Z MARYNOWANYM TUŃCZYKIEM

ok. 30 dag świeżego tuńczyka
chleb wiejski
oliwa z oliwek, sól, pieprz
ząbek czosnku
czarne oliwki bez pestek

- tuńczyka natrzeć solą, włożyć do głębokiego półmiska i wstawić na noc do lodówki
- następnego dnia odsolić rybę, płucząc w zimnej wodzie, a następnie dokładnie ją osuszyć
- pokroić tuńczyka w plastry o grubości 0,5 cm
- pokroić chleb, natrzeć czosnkiem, skropić oliwą i wstawić na kilka minut do piekarnika
- na każdą kromkę położyć plaster tuńczyka, dodać pokrojone w talarki oliwki, posypać pieprzem, skropić oliwą
- całość ponownie włożyć do piekarnika, po upieczeniu tuńczyk powinien być w środku prawie surowy

SOLA Z BIAŁYM WINEM

4 filety z soli
2 dag masła
ok. 40 ml białego wytrawnego wina
zielona pietruszka
liść laurowy
łyżka śmietanki
sól, pieprz

- filety posolić i popieprzyć, ułożyć w żaroodpornym naczyniu, które będzie można postawić na ogniu
- roztopić połowę masła, polać nim rybę, wlać białe wino, dodać bukiet z natki i liścia laurowego, szczelnie przykryć
- ustawić na średnim ogniu, doprowadzić do wrzenia
- odkryć i wstawić do piekarnika (180°C) na 10 minut
- wyjąć rybę i ułożyć na ciepłym półmisku
- wywar odcedzić i przelać do rondla dodając resztę masła
- gotować na małym ogniu ciągle mieszając, dodać śmietankę
- polać sosem rybę

ŁOSOŚ ZE ŚWIEŻYM OGÓRKIEM

4 dzwonka łososia
50 ml białego wina
ząbek czosnku
łyżka śmietanki
łyżka oliwy z oliwek
ogórek pokrojony w kostkę
posiekany koperek
masło
sól, biały pieprz

- posiekany czosnek smażyć na oliwie przez kilka sekund, dodać wino, zmniejszyć ogień i gotować aż połowa płynu wyparuje, dodać śmietankę, koperek, sól, pieprz i odstawić
- łososia ułożyć w folii aluminiowej, każdy z kawałkiem masła i opiec z obu stron w piekarniku
- polać sosem rybę, dodając wcześniej do sosu pokrojony w kostkę ogórek

JAK NIE ZANUDZIĆ ALKA, CZYLI POTRAWY Z JAJEK (KTÓRE PRZYNOSI GORDON)

JAJECZNICA Z KAWIOREM

4 jajka
4 dag kawioru
30 ml śmietany kremówki
2 dag masła
sól, świeżo zmielony pieprz

- jajka rozbić w salaterce
- do jajek dodać 3/4 śmietanki i długo ubijać
- roztopić w garnku masło, aż lekko się zrumieni i dodać jajka
- garnek wstawić do większego garnka wypełnionego do połowy wodą i podgrzewać na małym ogniu ciągle mieszając jajka, aż powstanie kremowa masa
- posolić, popieprzyć
- jajecznicę posypać kawiorem

MARYNOWANE JAJKA

4 jajka
łyżeczka całych ziaren czarnego pieprzu
2 goździki
ząbek czosnku
mały kawałek świeżego imbiru
mała ostra papryczka
1/2 łyżeczki suszonego tymianku
250 ml octu jabłkowego
ok. 250 ml oliwy z oliwek

- jajka ugotować na twardo
- obrać i włożyć do dużego słoika
- ocet wlać do garnka, dodać czosnek, imbir, tymianek, goździki, pieprz i papryczkę - zagotować
- wlać zalewę do słoika z jajkami
- dodać oliwę (tak, aby zakryła jajka)
- zamknąć słoik, odstawić na 24 godziny w chłodne miejsce, przewracać słoik 2-3 razy
- jajka podawać pokrojone wzdłuż, z różnego rodzaju sałatami (do przyprawienia których można użyć marynaty)

KREM BRÛLÉE

3 żółtka
0,3 litra śmietanki
6 dag cukru
3 dag cukru trzcinowego
laska wanilii

- zagotować śmietankę, wrzucić do niej laskę wanilii i odstawić na 15 minut, następnie wyjąć ją, przekroić wzdłuż i wysypać proszek ze środka
- wymieszać bez ubijania jajka z cukrem, dodać śmietankę, całość wlać do dużego ceramicznego naczynia (lub kilku miseczek) i wstawić do piekarnika (100°C) na godzinę
- odstawić do ochłodzenia, następnie wstawić do lodówki na minimum 6 godzin
- tuż przed podaniem krem posypać cukrem trzcinowym,
- rozgrzać piekarnik, wstawić do środka krem, gdy cukier się rozpuści, wyjąć z piekarnika
- podawać gorący

we wszystkich przepisach podano proporcje składników na dwie osoby

przepisy pochodzą ze zbiorów autorki programu

JAK UTRZYMAĆ GORDONA I ALKA W DOBREJ FORMIE, CZYLI WARTOŚCI ODŻYWCZE RYB I JAJEK

RYBY

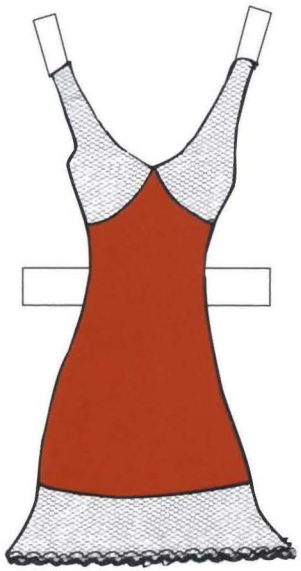
- ryby i przetwory rybne są źródłem dobrze przyswajanego białka o wysokiej wartości odżywczej
- ze względu na udział tłuszczu, ryby można podzielić na chude (dorsz, flądra), w których zawartość tłuszczu nie przekracza 5%, a także ryby tłuste (węgorz, łosoś, śledź, makrela, tuńczyk) o zawartości tłuszczu 9 - 20%; w tłuszczu ryb morskich obecne są duże ilości wielonienasyconych kwasów tłuszczowych (kwasy z rodziny n - 3) i dlatego są one zalecane w profilaktyce miażdżycy, nadciśnienia tętniczego, niedokrwiennej choroby serca i innych chorób związanych z zaburzeniami gospodarki lipidowej
- wartość energetyczna ryb chudych jest niska i wynosi 60 - 115 kcal/100g, wyższa jest natomiast w rybach tłustych, a także w rybach wędzonych, solonych, marynowanych, a także w przetworach rybnych do 400 kcal/100g
- mięso ryb, w porównaniu z mięsem zwierząt rzeźnych, zawiera więcej fosforu, potasu i magnezu, a w przypadku ryb drobnoościstych (śledź, szprotka) również więcej wapnia
- ryby morskie są podstawowym naturalnym źródłem jodu w pożywieniu
- wszystkie ryby zawierają witaminy z grupy B, a niektóre (śledź, sardynki, łosoś, makrela) także znaczące ilości witamin A i D
- zalecana ilość 2-3 razy w tygodniu, około 150 g, w postaci ryby duszonej, pieczonej, gotowanej (smażenie niszczy wielonienasycone kwasy tłuszczowe)

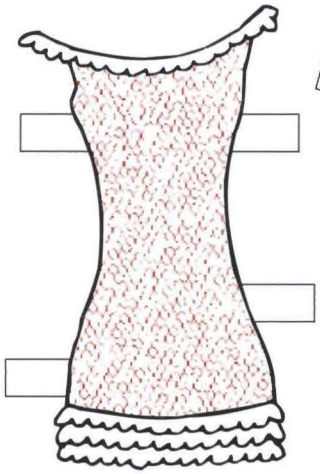
JAJKA

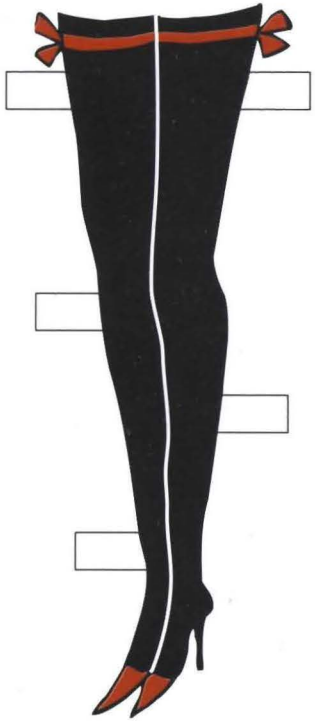
- jajka dostarczają białka o najwyższej wartości biologicznej spośród wszystkich produktów
- jajka są źródłem lekkostrawnych tłuszczów
- jajka są dobrym źródłem witamin rozpuszczalnych w tłuszczach, a także witamin z grupy B
- jajka zawierają wiele składników mineralnych, przede wszystkich duże ilości dobrze przyswajanego żelaza oraz związków fosforu i siarki; oprócz tego potas, wapń, magnez oraz mikroelementy: miedź, cynk, mangan, kobalt i jod (samo białko zawiera znacznie mniej żelaza, fosforu i wapnia oraz brak w nim rozpuszczalnych w tłuszczach witamin)
- wartość energetyczna jajek kształtuje się na średnim poziomie i wynosi około 160 kcal/100g (80 kcal/szt.), przy czym samo żółtko ma 350 kcal/100g, białko zaś 45 kcal/100g
- jajka należą do produktów szczególnie dobrze zbilansowanych pod względem zawartości składników odżywczych do wartości energetycznej, ale zawierają większe ilości tzw. wolnego cholesterolu i dlatego ich spożycie nie powinno przekraczać 3 - 4 sztuk na tydzień, wliczając w to również produkty zawierające jajka (makaron, kluski, naleśniki, farsze, itp.)

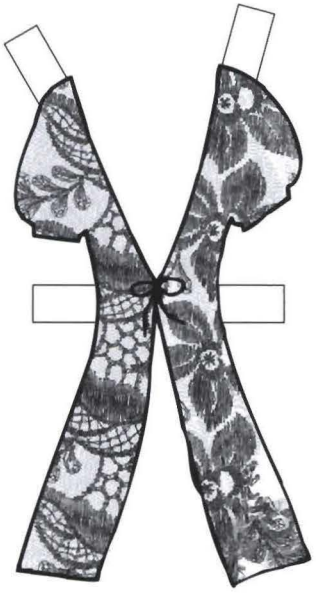
źródło: "Żywienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu", red. Jan Gawęcki i Lech Hryniewiecki, Warszawa 1998

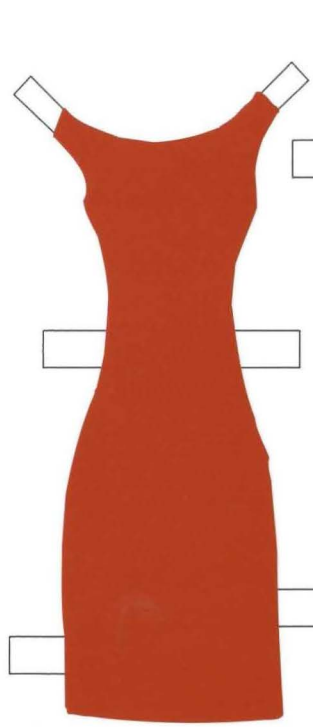
JAK NIE ZANUDZIĆ GORDONA I ALKA, I OBU UTRZYMAĆ PRZY SOBIE (POMIJAJAC METODY INTELEKTUALNE)

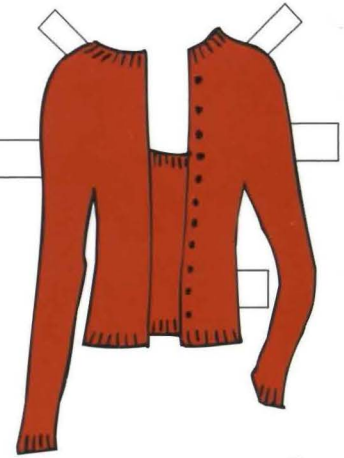


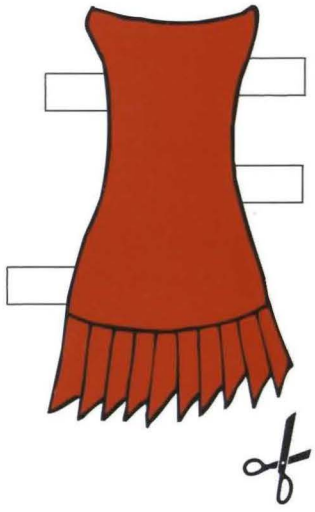
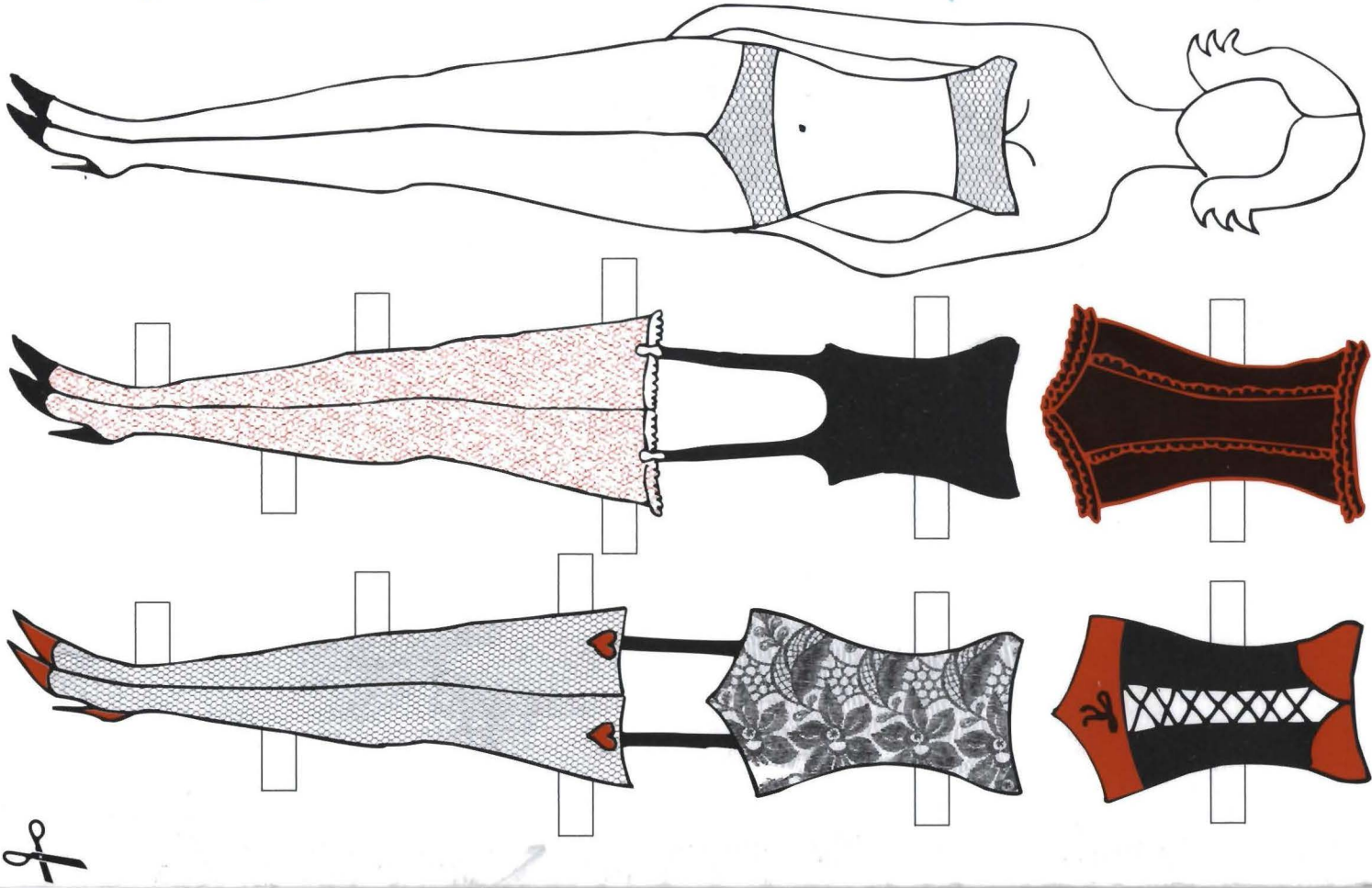












projekt programu (i niezła przy tym zabawa) - Daria Friedrich, kierownik literacki TP
skład komputerowy - Marcin Sieradzan, drukarnia Kadruk