

Nasze Kulinarne Dziedzictwo

Smaki Regionów



Wydawca:
Polska Izba Produktu Regionalnego i Lokalnego



Marek Sawicki, Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi

Szanowni Państwo,

Mam przyjemność przedstawić album „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”. Publikacja ta jest podsumowaniem 10-letniego dorobku konkursu „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”, któremu od pierwszej edycji patronuje resort rolnictwa, wspierając tym samym rozwój rynku żywności tradycyjnej i regionalnej, rozwój pozarolniczych miejsc pracy na wsi i promocję żywności najwyższej jakości.

W ciągu 10 lat organizowany przez Polską Izbę Produktu Regionalnego i Lokalnego konkurs zdobył sobie pozycję uznanego i kompleksowego przedsięwzięcia promocji polskich regionalnych i lokalnych produktów żywnościowych. W tym czasie zidentyfikowano i opisano ponad 8000 tradycyjnych produktów z całej Polski, a laureaci konkursu to wytwórcy, którzy zgłosili swoje produkty na Listę Produktów Tradycyjnych oraz ubiegają się lub otrzymali europejskie znaki ochrony.

Istotnym trendem w spożyciu żywności jest obecnie zwrot ku żywności tradycyjnej. Konsumenci coraz częściej szukają żywności wysokiej jakości, która wyróżnia się niepowtarzalnym smakiem i aromatem. Te wymogi spełniają produkty wytwarzane w różnych regionach tradycyjnymi metodami w oparciu o tradycyjne receptury. Produkty regionalne i tradycyjne stanowią dla konsumentów alternatywę w stosunku do produktów wytwarzanych metodami przemysłowymi.

W krajach Unii Europejskiej jednym z priorytetów jest kultywowanie lokalnych tradycji i obyczajów. Systemem ochrony objęte są oryginalne produkty rolne oraz żywność lokalna, charakterystyczna ze względu na miejsce powstania i tradycyjny sposób wytworzenia. Wytwarzanie wyrobów tradycyjnych i regionalnych wspomaga rozwój obszarów wiejskich, poprzez umożliwienie rolnikom zarobkowania w ich własnych regionach. Można przypuszczać, że w dłuższej perspektywie produkty te mogą stać się chlubą danego obszaru i bardzo dobrym narzędziem marketingowym wspomagającym promocję regionu.

Polska żywność należy do najlepszych i najzdrowszych nie tylko w Europie, ale i na świecie. Na pokazach i targach zachwyca konsumentów, co więcej jest ważnym towarem eksportowym i polską specjalnością. W międzynarodowej wymianie handlowej artykułami rolno-spożywczymi mamy dodatni bilans. W ubiegłym roku wzrósł on ponad 2,5 mld euro, a wartość eksportu tych produktów to ponad 14 mld euro. Dobra promocja oraz ciekawa prezentacja walorów naszych regionalnych serów, wędlin, owoców, warzyw, miódów a także alkoholi z pewnością przyczynia się do dalszego wzrostu tych wskaźników.



W konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów” nagroda „PERŁY” przyznawana jest w dwóch kategoriach. Od 2001 roku ją otrzymują najlepsze produkty regionalne i tradycyjne. Kapituła Konkursu, w ciągu dziesięciu edycji, przyznała 180 „Perłę” w tej kategorii. Od 2008 roku – od VIII edycji konkursu „NKD-SR” – „Perła” przyznawana jest także potrawom i daniom regionalnym. Kapituła Konkursu, w ciągu czterech edycji, przyznała 48 „Perłę” w tej kategorii.



Statuetki „Perły” projektowali wybitni polscy artyści: Marek Kijewski, Tomasz Łączyński i Jarosław Perszko.

Pomysł trochę pod prąd

Był 2000 rok. Już ponad 10 lat cieszyliśmy się swobodą gospodarczą i z entuzjazmem przyjmowaliśmy nowe smaki, modele i wzorce zachowań. Były dla nas synonimem dobrobytu, wolności wyboru, luksusu. Nie zapomnę w tych pierwszych latach zapachu dań kuchni orientalnej, wcześniej dostępnych tylko w czasie wyjazdów za granicę. Aż tu nagle, niemal na każdym rogu wyrastać zaczęły na potęgę bary, kawiarnie, małe knajpki z szybkim i nowym dla nas jedzeniem. I tak się zaczęła era „fast foodów” w jadłospisie przeciętnego Polaka. I wtedy właśnie, w redakcji tygodnika „Gospodyni”, jakby pod prąd zrodził się pomysł promowania rodzimych tradycji kulinarnych. Zamysł nasz wziął się nie tylko z chęci dokumentowania i ochrony naszego dziedzictwa kulinarnego. Zaczęły się czasy trudne dla niewielkich gospodarstw rolnych i małych, lokalnych firm spożywczych. Te pierwsze nie nadążały za wielkoprzemysłowym rolnictwem, a te drugie oddawały pole wielkim koncernom spożywczym i handlowym, z potężnym kapitałem, zapleczem logistycznym i... zunifikowanymi recepturami.

Wyruszyliśmy więc na poszukiwanie często zapomnianych rodzimych smaków, wierząc że pomogą one wielu naszym czytelnikom znaleźć pomysł na dodatkowe źródła dochodu, że pomogą małym lokalnym piekarniom, masarniom czy mleczarniom zachować starych klientów a nawet zdobywać nowych. W tych pierwszych latach nie było łatwo wypromować nasze regionalne i tradycyjne produkty. Boom na kuchnię regionalną jeszcze nie przyszedł, nie było szaleństwa w telewizji, nie odbywały się „festiwale smaków” ani publiczne pokazy kulinarne z udziałem celebrytów. Gotował wtedy ten, kto to umiał i lubił, a nie dla sławy i poklasku.

Pomysł nasz spotkał się ze zrozumieniem Fundacji Fundusz Współpracy, która przyznała redakcji środki na zorganizowanie pierwszej edycji konkursu i zakup nagród, a potem wspierała nas za pośrednictwem kierowanego przez Marka Gąsiorowskiego Programu AgroSmak. Redaktor Jan Zwoliński z Programu I Polskiego Radia promował nas na antenie, a dr Aleksandra Swulińska-Katulka z Uniwersytetu Rolniczego w Poznaniu i dr Barbara Ogrodowska z Muzeum Etnograficznego w Warszawie wspomagały nas swą fachową wiedzą. I to była pierwsza Kapituła naszego konkursu. Przetrwaliśmy w tym składzie do dziś...

Od początku wiedzieliśmy też, że niewiele uda nam się zrobić bez pomocy doradców z ośrodków doradztwa rolniczego. Ich pracownicy wspomagali nas swoją wiedzą i kontakta-

mi w terenie. Ogromną rolę w wspieraniu konkursu odgrywają samorządy regionalne i marszałkowie województw, którzy od kilku lat wspomagają konkurs logistycznie i finansowo. Konkurs wspierany był także przez Fundację Programów pomocy dla Rolnictwa FAPA, jak również przez Europejski Fundusz Rozwoju Wsi Polskiej. Tym wszystkim naszym partnerom i sojusznikom serdecznie dziękujemy.

A potem potoczyło się jak lawina. Finały w każdym regionie, zwieńczone Wielkim Finałem z wręczaniem „Perłę”. Wprowadzenie produktów regionalnych na Targi Poznańskie – najpierw na Farm, a od dwóch lat na Polagra Food. Powstała Polska Izba Produktu Regionalnego i Lokalnego, założona przez naszych laureatów. Weszliśmy do Unii i polska tradycyjna żywność ma możliwość uczestniczenia w unijnych systemach jakości żywności. Kto pierwszy złożył wnioski do Brukseli? Nasi laureaci! Często śledzimy ich losy i z radością widzimy, jak wielu z nich zakłada i rozwija szerszą działalność, wytwarzając coraz to nowe specjały z tradycyjnym rodowodem. Cieszy fakt, iż z naszej inspiracji powstały wokół produktów grupy i stowarzyszenia, działające wspólnie, że w konkursie bierze udział coraz więcej małych, lokalnych zakładów, że ich klienci cenią wypiekane przez nich chleby i wytwarzane tradycyjnie masło, wędliny, przetwory.

Ten konkurs był dla nas wspaniałą lekcją polskiej tradycji kulinarnej, którą mogliśmy posmakować osobiście w postaci ponad dziewięciu tysięcy regionalnych przysmaków. Tylko niewielka część z nich znalazła się w naszym albumie. Są to przede wszystkim laureaci nagród na szczeblu regionalnym oraz laureaci „Perłę”.

W naszej publikacji chcieliśmy przedstawić piękno i bogactwo regionów Polski, poprzez ich dziedzictwo przyrodnicze, kulturowe i – przede wszystkim – kulinarne. Pokazujemy w niej najlepsze polskie tradycyjne i regionalne produkty, ich przeszłość i teraźniejszość, jak również związanych z nimi ludzi. Czytelnicy znajdą też w naszym albumie wiele przepisów wywodzących się z regionalnej kuchni polskiej. Mamy nadzieję, że zachęcą ich one do poznawania i „smakowania” polskiej tradycji.

Izabella Byszewska,
Przewodnicząca Kapituły Konkursu „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”,
Prezes Zarządu Polskiej Izby Produktu Regionalnego i Lokalnego.



DOLNY ŚLĄSK JEST SUPER!



WOJEWÓDZTWO DOLNOŚLĄSKIE

Województwo dolnośląskie charakteryzuje się różnorodnością warunków naturalnych: od krajobrazu nizinnego w dolinie Odry, do górskiego w Sudetach. Towarzyszące im bogactwo przyrody podnosi atrakcyjność turystyczną regionu.

Z myślą o ochronie najbardziej cennych przyrodniczo terenów i zasobów regionu utworzono dwa parki narodowe: Karkonoski Park Narodowy, będący jednocześnie rezerwatem biosfery UNESCO oraz Park Narodowy Gór Stołowych. W regionie jest także dwanaście parków krajobrazowych.

Na terenie Karkonoskiego Parku Narodowego koncentrują się stanowiska reliktywów polodowcowych oraz najcenniejszych, choć zajmujących niewielkie powierzchnie, reliktywnych siedlisk, takich jak: murawy subalpejskie, ziołorośla trzcinnikowe, subalpejskie zarośla wierzby lapońskiej i czeremchy skalnej, formacje kosodrzewiny, torfowiska wysokogórskie oraz stanowiska borów górnoreglowych. Natomiast Park Narodowy Gór Stołowych obejmuje ochroną znaczne powierzchnie półnaturalnych lub naturalnych siedlisk leśnych, takich jak: kwaśne i żyzne buczyny górskie, jaworzyny oraz górskie łąki nadpotokowe. Ponadto ochronie podlegają tu siedliska półnaturalne: konietlicowe, świeże łąki górskie, łąki wilgotne, pastwiska z bliźniczka psią trawką oraz wiele innych.

Zupełnie odmienny charakter przyrodniczy niż pasmo sudeckie ma nizinna część Dolnego Śląska. Do podstawowych obszarów chronionych Niziny Śląskiej należy między innymi Dolina Odry wraz z rozciągającymi się po obu jej brzegach Równinami Wrocławską i Oleśnicką. Podstawowe wartości przyrody tego regionu to zachowane na wielu odcinkach wzdłuż biegu Odry i jej dopływów siedliska nadrzeczne prezentujące wartości o randze nie tylko krajowej, lecz także europejskiej.

Jednym z najcenniejszych przyrodniczo obszarów Dolnego Śląska jest Dolina Baryczy – obejmująca Kotlinę Milicką i Żmigrodzką – obszar z bardzo długą tradycją prowadzenia gospodarki stawowej i pasterskiej. Rezerwat Stawy Milickie jest jednym z najcenniejszych obszarów wodno-błotnych w Europie, na którym w ramach ochrony obszaru prowadzi się regularną gospodarkę stawową.



Zamek w Kłezkowie; fot. TimeMachine

fot. TimeMachine



WOJEWÓDZTWO DOLNOŚLĄSKIE



for: TimeMachine

Szczególną wartością w skali europejskiej są również Bory Dolnośląskie – największa dolnośląska puszcza, o powierzchni około 120 tys. ha – wraz z licznymi stawami hodowlanymi o ogromnych wartościach przyrodniczych, szczególnie w zakresie ornitofauny oraz siedlisk wysokotorfowiskowych.

Od zamku do zamku

Przyroda Dolnego Śląska: góry, rzeki, stawy, lasy bogate w grzyby, jagody oraz dziką zwierzynę, liczne parki i rezerваты przyrody, w tym obszary skupione wokół sieci NATURA 2000, decydują o kształcie oraz kierunku rozwoju ruchu turystycznego. Wiele atrakcji na Dolnym Śląsku znajdują przede wszystkim miłośnicy turystyki aktywnej. Karkonosze (z najwyższym szczytem Śnieżką – 1602 m n.p.m), Góry Izerskie czy Góry Stołowe, zaskakujące niecodzienną rzeźbą krajobrazu, są wymarzonymi miejscami dla amatorów zarówno wspinaczki skałkowej, jak i wędrówek górskich. Szklarska Poręba i Karpacz są doskonale znane wszystkim miłośnikom sportów zimowych. Możliwość realizowania swoich pasji mają także kajakarze oraz miłośnicy sportów lotniczych.

Wyjątkową atrakcją dla turystów odwiedzających Dolny Śląsk są liczne zabytki architektury, świadectwo burzliwej historii regionu. Dowodzą także wpływu kulturowego sąsiednich państw – Czech i Niemiec. Na przestrzeni wieków region dolnośląski znajdował się pod panowaniem czeskim, austriackim i pruskim, by ostatecznie, po II wojnie światowej, stać się częścią niepodległej Polski.

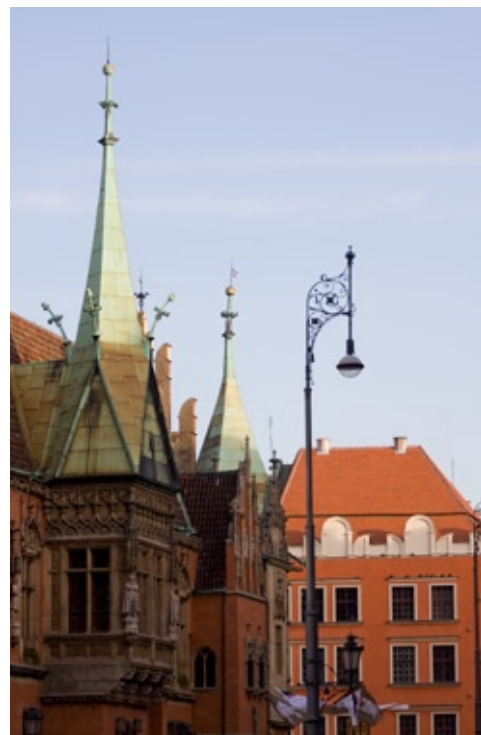
Dolny Śląsk, jak żaden inny region w Polsce, może poszczycić się niezwykłym bogactwem zamków i pałaców. Co czwarty polski zamek i pałac znajduje się właśnie w tym rejonie. Na uznanie zasługuje kompleks zamkowy Książ – jeden z największych w Polsce, zamek Czocho, piękny pałac w Kamieńcu Ząbkowickim oraz tajemnicze ruiny zamków w Bolkowie i Chojniku.

W regionie znajduje się również wiele zabytków architektury sakralnej. Goszczący na ziemiach dolnośląskich od XII wieku zakon cystersów pozostawił po sobie tak wspaniałe opactwa i zespoły klasztorne, jak: największy w Europie zespół poklasztorny w Lubiążu, opactwa w Krzeszowie i Henrykowie. Perłą wśród dolnośląskich zabytków są, wpisane na listę światowego dziedzictwa kultury UNESCO, Kościoły Pokoju w Świdnicy i Jaworze. Wyjątkowym zabytkiem jest Świątynia Wang w Karpaczu. Przeniesiona w XIX w. z Norwegii, stanowi dobrze zachowany przykład wczesnośredniowiecznej kultury Wikingów.

Magnesem przyciągającym turystów są także pieczołowicie odrestaurowane centra dolnośląskich miast, z piękną starówką i Ostrowem Tumskim we Wrocławiu na czele. Liczne gotyckie, renesansowe i barokowe kościoły, pałace i dwory oraz interesujące obiekty i konstrukcje modernistyczne cechują wartości artystyczne i historyczne europejskiej rangi.



for: TimeMachine



for: TimeMachine

Dolny Śląsk znany jest ze swoich wód mineralnych, które już w XVIII i XIX wieku przyciągały licznych kuracjuszy z całej Europy. Dolnośląskie uzdrowiska mają niepowtarzalny mikroklimat sprzyjający wypoczynkowi i rekreacji. Wody zdrojowe wspomagają leczenie wielu dolegliwości: reumatyzm, nerwobóle, choroby serca, skóry, układu krążenia, choroby układu trawiennego i inne. Pięknie położone miasteczka, oprócz walorów uzdrowiskowych, posiadają także ciekawą ofertę kulturalną i turystyczną. Głównymi ośrodkami uzdrowiskowymi są: Zespół Uzdrowisk Kłodzkich (Kudowa Zdrój, Polanica Zdrój, Duszniki Zdrój), Łądek Zdrój, Cieplice Zdrój, Świeradów Zdrój oraz Czerniawa Zdrój. Miejsca te są od dawna cenione przez rzesze spragnionych kontaktu z naturą i myślących o swoim zdrowiu kuracjuszy oraz turystów polskich i zagranicznych.



for: TimeMachine



for: TimeMachine

Kulinary kociątek

Poza inspirującą dawką przyrody, historii i kultury niewątpliwą atrakcją, związaną z pobytem na Dolnym Śląsku, jest spotkanie z jego tradycjami kulinarnymi. Jest to pod tym względem region niezwykle. Jak mało gdzie, wymieszają się tutaj tradycje przywiezione z różnych zakątków kraju.

Województwo dolnośląskie zamieszkuje reprezentanci wszystkich grup regionalnych jeszcze z przedrozbiorowej Polski, takie jak Lachowie Sądeccy i Łemkowie, przybysze z centralnej Polski i Kieleckiego, Kresowiaczy z Wileńszczyzny i Polesia, dawnego Lwowskiego i Tarnopolskiego, mocno zintegrowani reemigranci z Bośni i Bukowiny Tatrzańskiej. Każda z tych grup wniosła swoje zwyczaje, także kulinarne. W tym tygłu kulturowym ukształtowała się specyficzna, bo niejednorodna kuchnia – niezwykle urozmaicona, bogata w smaki, ciekawa, pomysłowa i bardzo apetyczna.



jako Chronione Oznaczenie Geograficzne. Jest też na ministerialnej Liście Produktów Tradycyjnych.

Znanym i docenianym tradycyjnym produktem z Dolnego Śląska jest karp – król milickich stawów. W jego hodowli używa się wyłącznie naturalnych pasz zbożowych. Dzięki produkcji nastawionej na jakość, mięso karpia bogate jest w białko i sole mineralne, a przechowywanie ryby po odłowieniu w tzw. płuczce, pozbawia ją posmaku i zapachu mułu. W ofercie jest również karp wędzony ciepłym dymem z drewna olchowego, bukowego, brzoźowego lub owocowego. Produkt wpisany został na Listę Produktów Tradycyjnych.

DOLNOŚLĄSKIE Specjały kulinarne regionu



Ziemia Kłodzka jest nazywana „krai-
ną pstrąga i lipienia” z racji licznych występowań tych gatunków ryb w kry-
stalicznie czystych górskich rzekach
i potokach Kotliny Kłodzkiej. Zimne, do-
brze natlenione górskie rzeki zamiesz-
kuje pstrąg potokowy i źródłany. W po-
tokach złowić można również lipienie,
węgorze, kielbie, ślize, minogi, karasie,
głowacze, strzeble, olszanki, szczupaki,
brzanki i okonie. Od wielu lat prowa-
dzona jest w tym regionie hodowla ryb.
Pstrąg kłodzki smażony bądź wędzony
to dania regionalne, znajdujące się na
Liście Produktów Tradycyjnych, serwo-
wane w wielu kłodzkich restauracjach.





Rozpoznawane i cenione na skalę całego kraju są wyroby mięsne z Niemczy, których tradycja przyrządzania pochodzi z Kresów Wschodnich, gdzie była znana i stosowana już na początku XX wieku. Wyśmienite mięso w kawałkach niemieckie domowe, słonina marynowana z Niemczy, przysmak wołyński, kiełbasy oraz szynka niemiecka są prawdziwymi dolnośląskimi perłami kulinarnymi.

Miasto Przemków, które znajduje się na terenie Przemkowskiego Parku Krajobrazowego, słynie z miodowych pierniczków. Wypiekano je już przed wojną, a swą wyjątkowość zawdzięczają miejscowym miodom – nadają pierniczkom jedyny i charakterystyczny smak. Sposób ich wytwarzania jest tradycją kultywowaną od początków XIX wieku.

Kto raz spróbował chleba gogołowickiego, pieczonego na liściach chrzanu, bądź potraw z kuchni łemkowskiej: kiesielicy (łemkowski żur) i juhy (kompot z suszonych owoców), ten nie zapomni smaków znalezionych w dolnośląskim „kociołku kulinarnym”. Domowe wyroby piekarnicze, a przede wszystkim grzyby i jagody z południowo-zachodniej części Borów Dolnośląskich, to smakołyki dostępne na szlaku kulinarnym Leśnym Smakiem. Można je nie tylko skosztować,

ale też samodzielnie upiec chleb, zrobić masło lub ser.

Z bogactwa i długoletniej tradycji styną również dolnośląskie sady. Dominująca jest uprawa jabłoni. Dolnośląscy sadownicy coraz częściej, oprócz sprzedaży owoców do skupu, sami je również przerabiają. W gospodarstwie sadowniczym „Maciejowy Sad”, który założony został ponad 20 lat temu na lutyńskiej ziemi, można nabyć sok jabłkowy, tłoczony na zimno, pasteryzowany, naturalnie mętny, bez dodatku wody i cukru, bez konserwantów. Wielu naukowców podkreśla wyższość naturalnych, mętnych soków nad klarownymi. Mętne soki jabłkowe zawierają cztery razy więcej związków z grupy polifenoli niż soki klarowne. Zapobiegają nowotworom i procesowi starzenia się oraz wzmagają ogólną odporność organizmu. Proces produkcji polega na wyciskaniu soku ze świeżych owoców, co umożliwia zachowanie naturalnych witamin i składników. Wyjątkowe i zdrowe owoce, przeznaczone na sok lub susz, to wynik sprzyjającego mikroklimatu oraz specjalnych, integrowanych metod uprawy. W sezonie sok wzbogacany jest malinami bądź mięętą, co nadaje mu niezwykle aromatyczny i orzeźwiający smak i aromat.



Owoce do wyrobu powideł jadrzańskich: czereśnie, wiśnie, agrest, brzoskwinie, śliwki, czarne jagody, jabłka pochodzą z sadów położonych na Wzgórzach Trzebnickich. Kraina od wieków jest znana z produkcji wyśmienitych owoców. Mały stopień uprzemysłowienia i urbanizacji jest podstawą rozwoju produkcji ekologicznej. Warunki klimatyczne, odpowiednie stosunki wodne i nasłonecznienie dają wysoko gatunkowy produkt. Wyselekcjonowane, zdrowe, umyte owoce wkładane są do kotła (specjalny kocioł o podwójnych ściankach) i rozpoczyna się proces rozparzania i odparowywania, trwający 3-4 godziny. Następnie zawartość kotła wykładana jest na sito, odpowiednie do rodzaju owoców. Po przetarciu masa owocowa ponownie wkładana jest do



kotła i poddawana dalszemu procesowi wysmażania przez trzy dni. Doskonale wysmażone powidła muszą być gęste, lśniąco i pachnące. Powidłami napełnia się słoiczki. Cały proces wykonywany jest ręcznie. Tak powidła robiono u dziadków producenta, mieszkających w Nowo Wilejce koło Wilna. Intensywny smak, aromat, gęsta konsystencja są wynikiem naturalnego procesu odparowywania wody. Cukru do powideł dodaje się niewielkie ilości, tylko do smaku.

Kraina Wzgórz Trzebnickich słynie z cydru, soku z przefermentowanych dojrzałych jabłek. Napój ma świeży aromat i lekko słodkawy, kwaskowo-orzeźwiający smak jabłek, dobrze gasi pragnienie. Wytwarzany jest ze sfermentowanego moszczu jabłecznego (2-8% alkoholu), w sposób zbliżony do produkcji piwa techniką górnej fermentacji. Wkrótce będzie można go legalnie sprzedawać. Zakończyły się już prace legislacyjne zezwalające rolnikom na wytwarzanie 100 hektolitrów trunków własnej produkcji. Własne wina owocowe i miody pitne można butelkować i sprzedawać w gospodarstwie, lokalnym sklepie lub restauracji.

Dolny Śląsk słynie z największej winnicy ekologicznej w Polsce. Obecnie obszar uprawy winorośli w winnicy Jaworek wynosi około 30 ha. Winnica jest powrotem do tradycji uprawy winorośli w okolicach Środy Śląskiej. Początki uprawy winorośli na tych terenach sięgają 1216 roku. Większość upraw prowa-



dzona była przez zakonników z klasztoru w Lubiążu. Przez ponad 200 lat miasto znane było jako miasto wina. Dziś przypomina o tym herb miejski. W winnicy Jaworek powstają wina regionalne z odmian typowych dla tego obszaru, tj. białe: Chardonnay, Traminer, Sauvignon Blanc, Riesling i wina czerwone tj: Cabernet Sauvignon, Merlot, Zweigelt, Gamay oraz miody pitne na bazie soku gronowego. Produkt wpisany został na Listę Produktów Tradycyjnych.

Województwo Dolnośląskie od 10 czerwca 2011 r. stało się pełnoprawnym, posiadającym certyfikat członkiem Europejskiej Sieci Dziedzictwa Kulinarne. Tym samym realizuje cel rozwoju produkcji i dystrybucji tradycyjnej żywności w zjednoczonej Europie. Efektem działań podjętych przez Departament Obszarów Wiejskich Urzędu Marszałkowskiego Województwa Dolnośląskiego ma być poprawa dostępności lokalnych i regionalnych specjalności, tak, aby mieszkańcy województwa oraz odwiedzający turyści mogli cieszyć się niepowtarzalną kulturą kulinarną Dolnego Śląska. Przedsiębiorcom sieć ułatwia nawiązywanie wzajemnych kontaktów handlowych. Region bierze udział w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów” od początku istnienia. Wśród produktów z Dolnośląskiego, które brały udział w konkursie, zostały nagrodzone te, które dzisiaj są na Liście Produktów Tradycyjnych. Nagrodą „Perły” mogą się poszczycić: dżem czereśniowy i nalewka z aronii, karp milicki wędzony i pstrąg wędzony, wyroby wędliniarskie z Niemczy.



Województwo dolnośląskie zajmuje powierzchnię 19 947 km². Na jego terenie mieszka 2 877 840 (stan w dniu 31 XII 2010r.) osób.



KUJAWSKO-POMORSKIE ZAPRASZA



WOJEWÓDZTWO KUJAWSKO-POMORSKIE

Województwo kujawsko-pomorskie zajmuje powierzchnię 18 tysięcy km²., liczy 2,068 mln mieszkańców. Ma dwie stolice – Bydgoszcz (siedziba wojewody) i Toruń (siedziba samorządu województwa). Główne miasta regionu to – oprócz Bydgoszczy (367 054 mieszkańców) i Torunia (200 080 mieszkańców) – Włocławek (119 939 mieszkańców), Grudziądz (99 578 mieszkańców) i Inowrocław (78 011 mieszkańców). W miastach i miasteczkach mieszka 61,4 proc. ludności Województwa. Region leży w środkowej części Polski, po obu brzegach dolnego biegu Wisły, największej polskiej rzeki.

W Kujawsko-Pomorskiem funkcjonuje kilkanaście wyższych uczelni, a najważniejsze z nich – takie, które oprócz kształcenia studentów mogą się pochwalić istotnym dorobkiem naukowym – to Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu, Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy i Uniwersytet Technologiczno-Przyrodniczy w Bydgoszczy.

Jesteśmy potęgą rolno-spożywczą, przetwórstwo spożywcze to 30% produkcji przemysłowej województwa. Wiele gospodarstw i przetwórnicy decyduje się na tradycyjną i ekologiczną produkcję. Nowoczesność także zagościła w Kujawsko-Pomorskiem; w Specjalnej Strefie Ekonomicznej pod Toruniem stanęły fabryki japońskiego giganta elektronicznego Sharp i innych firm z Kraju Kwitnącej Wiśni. Wspieramy też rozwój małych i średnich przedsiębiorstw. W tym celu powstały m.in. Centrum Transferu Technologii w Toruniu i Toruński Park Technologiczny. Region dysponuje lotniskiem w Bydgoszczy oraz niekomercyjną, szerokopasmową siecią internetową.

Kto chciałby odkryć dla siebie urodę Kujaw i Pomorza, nie pożałuje. Jest tu wszystko, czego można zapragnąć – potężne lasy, urokliwe jeziora, czyste rzeki, renomowane uzdrowiska, tradycyjna wieś i warte obejrzenia historyczne zabytki. Lasy, rzeki i jeziora w regionie to wymarzone miejsca do wędrówek, jazdy konnej czy polowania, uprawiania sportów wodnych i poznawania naszej historii. Na obszarze całego województwa, tysiącletnia tradycja narodowa, kulturowa i religijna pozostawiła wiele cennych zabytków i pamiątek przeszłości.



foto: TimeMachine

foto: TimeMachine



Europejski Fundusz Rolny na rzecz
Rozwoju Obszarów Wiejskich



Województwo
Kujawsko-Pomorskie





foto: TimeMachine

Największym miastem województwa jest Bydgoszcz, licząca sobie ponad 660 lat, jeszcze w XIX wieku nazywana „małym Berlinem”. Słynie z renomowanego środowiska muzycznego i znakomicie zachowanej secesyjnej zabudowy, a wielka muzyka i secesja to dwa znaki firmowe miasta nad Brdą. Przez region przebiega wiele historycznych szlaków, m.in.: „Szlak Romański”, „Szlak Piastowski”, „Europejski Szlak Kulturowy” oraz „Europejski Szlak Gotyku Ceglanego”.

Liczący sobie prawie 800 lat Toruń to perła gotyku, miejsce, w którym dosłownie można dotknąć zakłetej w cegle i kamieniu magii dawnych wieków i zwiedzić dom, w którym urodził się Mikołaj Kopernik. Toruń słynie z pięknie zachowanej średniowiecznej starówki wpisanej na listę Światowego Dziedzictwa Kulturowego i Naturalnego UNESCO. Można tu zobaczyć XIV-wieczny Ratusz Staromiejski, trzy gotyckie kościoły, kamienice i częściowo zachowane mury obronne oraz ruiny potężnego zamku, który należał do Krzyżaków.

Godny obejrzenia jest także zamek w Golubiu-Dobrzyniu, dobrze widoczny z daleka na wysokim wzgórzu, robi na oglądających ogromne wrażenie. W jego fundamentach i dolnych kondygnacjach tkwią gotyckie cegły, położone tam w XIV wieku przez Krzyżaków. Zamek był wtedy jednocześnie warowną twierdzą i klasztorem rycerzy-zakonników. W XVII wieku został przebudowa-

ny przez Annę Wazównę w elegancką renesansową rezydencję. Obecnie każdego lata odbywają się tu turnieje, na które zjeżdżają rycerze z całej Europy.

Inne, założone w średniowiecu miasto, które zachowało w niemal niezmiennym kształcie układ urbanistyczny, jaki nadano mu w XIII wieku – to Chełmno. Miasto zwane miastem zakochanych[®], z powodu przechowywanych w nim relikwii Św. Walentego. Do naszych czasów przetrwało wiele gotyckich zabytków: kościoły, mury miejskie, baszty, a także charakterystyczny, przepiękny renesansowy ratusz.

O tym, jak żyli ludzie siedemset lat przed naszą erą, można przekonać się zwiedzając osadę w Biskupinie, z dobrze zachowanymi pozostałościami grodu z okresu kultury łużyckiej. Niemalą atrakcją jest również przeprawa przez Wisłę jedynym w Polsce promem boczno-kołowym w Nieszawie, urokliwym miasteczku położonym 9 km od Ciechocinka, jednego z najpiękniejszych polskich uzdrowisk. Jego główną atrak-



foto: Wojtek Szabelski/freepress.pl

cją są tworzące wyjątkowy mikroklimat łącznie z parującą solanką (łączna długość: ponad 1,7 km), eklektyczna kurortowa architektura z przełomu XIX i XX wieku, a także cudowna atmosfera miasta-ogrodu. Można tu odpocząć, a jednocześnie zadbać o zdrowie i urodę. Miasto dysponuje dużą i zróżnicowaną ofertą hotelową, sanatoryjną, rehabilitacyjną i leczniczą, a także gastronomiczną i kulturalną.

Z pewnością warto również zajrzeć do Włocławka, by zobaczyć wspaniałą gotycką katedrę, gotycki kościół św. Witalisa i Pałac Biskupi.

Na Kujawach i Pomorzu spotykamy wyjątkowe w Europie ostoje dzikiej przyrody. Znaczną część województwa



foto: Andrzej Goński

zajmują Bory Tucholskie oraz Kociewie, gdzie znajduje się najstarszy polski rezerwat z ponad trzema tysiącami cisów, których wiek dochodzi nawet do 600 lat. Największym parkiem krajobrazowym w regionie jest natomiast Park Krajeński z wysokimi wzgórzami morenowymi oraz liściastymi lasami. Żyją tu m.in. bobry, wydry, jelenie, bielik czy bocian czarny. Warto również odwiedzić Górnienieńsko - Lidzbarski Park Krajobrazowy oraz Brodnicki Park Krajobrazowy, których największą atrakcją jest ponad 100 jezior położonych wśród lasów, malownicze pagórki, czyste powietrze i spokój. Jeziora obfitują w ryby: szczupaki, liny, węgorze, leszcze, okonie, płocie i karpie, sandacze i sielawy.

Można tu znaleźć wymarzone warunki do uprawiania sportów wodnych i wędkowania, a także wędrówek pieszych, rowerowych czy kajakiem.

Miłośnikom kajakarstwa polecamy spływ Brdą, jeden z najatrakcyjniejszych w Europie, a miłośnikom żeglarsstwa – Zalew Włocławski oraz Zalew Koronowski, gdzie organizowane są liczne regaty, rejsy i kursy żeglarskie.

Województwo posiada bogatą bazę gastronomiczną – hotelową i ofertę kulturalną: imprezy turystyczne, koncerty, liczne festiwale i festyny promujące bogate, zróżnicowane dziedzictwo kulturowe Pomorza i Kujaw.



foto: TimeMachine



foto: Bronisław Borys

Specjały kulinarne regionu

Kujawsko-Pomorskie to także kraina oryginalnych smaków i produkowanej tradycyjnymi metodami zdrowej żywności.

O wyjątkowości naszego regionu decyduje nie tylko różnorodność atrakcji turystycznych, ale również folklor i bogactwo kulinarne, które są efektem zróżnicowania kulturowego regionu, wyrażającym się m.in. w zwyczajach, tradycjach i obrzędach. Skomplikowane dzieje terenów tworzących dziś województwo kujawsko-pomorskie, miały zasadniczy wpływ na stopień zachowania, charakterystycznych dla poszczególnych grup, cech tożsamości lokalnej.



Wiele potraw i produktów, wręcz „zabytków” tradycyjnego i lokalnego pożywienia, zachowało się do dzisiaj. Przepisy na ich sporządzanie przekazywane były z pokolenia na pokolenie, nie tylko w rodzinach, ale również między

członkami społeczności lokalnych. We wszystkich muzeach naszego regionu znajdują się zabytki kultury materialnej, związane z tradycyjnym pożywieniem, które dokumentują jego historię. Lokalne produkty wyróżniają się oryginalnym pochodzeniem, tradycyjną recepturą wytwarzania i wyśmienitym smakiem. Zdecydowana większość wytwarzana jest w gospodarstwach indywidualnych, na potrzeby rodziny lub gości gospodarstw agroturystycznych.

Wspieranie rozwoju agroturystyki jest jednym z celów strategicznych rozwoju przedsiębiorczości na obszarach wiejskich. Dzięki pilotażowemu projektowi ADEP realizowanemu w latach 2004-2007 w ramach Inicjatywy Wspólnotowej INTERREG IIIC przez Województwo Kujawsko-Pomorskie wraz z sześcioma innymi regionami europejskimi, dokonano identyfikacji ponad 80 produktów o tradycyjnym charakterze i wzorem Toskanii wykreowano Festiwal Smaku w Grucznie, odwiedzany przez tysiące gości z kraju i zagranicy.

Produkty regionalne postrzegane jako istotny element lokalnej tożsamości, symbol „małej ojczyzny”, pełnią ważną rolę w różnicowaniu produkcji żywnościowej i stwarzają możliwości wzrostu dochodów rolniczych, a produkty tradycyjne wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych, wyróżniane na etapie ogólnopolskim Konkursu „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów” zaszczytnym tytułem „PERŁY”, stają się atrakcją turystyczną i wyróżnikiem miejsca, z którego pochodzą.

Na Listę Produktów Tradycyjnych Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi zostały wpisane 23 produkty z województwa kujawsko-pomorskiego i bez wątplenia – będzie ich znacznie więcej po wykonaniu żmudnej i czasochłonnej rekonstrukcji opisów sposobów ich wytwarzania. Dotychczas zarejestrowane produkty, najbardziej charakterystyczne dla regionu to: Miody i Powidla Śliwkowe z Doliny Dolnej Wisły, Żur i Czarnina Kujawska, Chleby ze Stolna, Kujawska Szynka Świąteczna z Kością, Kielbasa w Stoiku z mięsa wieprzowego z rodzimej rasy Złotnicka Pstra czy Półgęski, wytwarzane z doskonałego mięsa gęsi białej kołudzkiej.



foto: TimeMachine

Gęsina zagościła na dobre wśród europejskich smaków. Tradycje hodowli i kulinarnej obecności gęsi na polskich stołach sięgają XVII wieku. W XIX wieku na warszawskim jarmarku towarowym sprzedawano rocznie ponad 3, 5 miliona żywych gęsi, które później gęsiego wędrowały głównie do Prus. Do dziś Polska jest największym producentem gęsi w Europie, a jej eksport na rynek niemiecki sięga około 18-20 tysięcy ton rocznie. Polska gęsina uchodzi tam za przysmak. Smaczne, ciemne mięso o przyjemnym aromacie jest popularne w wielu kuchniach, przede wszystkim

w żydowskiej, niemieckiej czy skandynawskiej ze względu na niezrównane walory smakowe i zdrowotne. W województwie kujawsko – pomorskim „gęsia tradycja” związana jest z obszarem Krajny i Kujaw. To tu dzisiaj najczęściej przygotowuje się różne produkty i potrawy z tego smacznego mięsa.

W tym miejscu można niewątpliwie pokusić się o stwierdzenie, iż najbliższy czas będzie „czasem gęsi”, zwłaszcza w województwie kujawsko – pomorskim.

Jednym z działań Samorządu Województwa Kujawsko – Pomorskiego w tym zakresie jest organizowane corocznie święto pod hasłem „Gęsina na Świętego Marcina”, którego głównym celem jest przywracanie ginącej tradycji spożywania mięsa gęsięgo w okresie św. Marcina (11 listopada) oraz popularyzacja tradycyjnych produktów i potraw wytwarzanych z gęsiny.

Do wyjątkowych i niezwykle pożądanых przez smakoszy specjałów należy „Półgęsek” zwany też „Pierśnikiem”, o którym pisał już sam Mickiewicz w „Panu Tadeuszu”, przedstawiając śniadanie w soplicowskim dworku: „Zaś dla mężczyzn wędliny leżą do wyboru: półgęski tłuste, kumpia, skrzydliki ozoru. Wszystko wyborne, wszystkie sposobem domowym, uwędzone w kominie dymem jałowcowym.” Półgęsek uznawany był już za przysmak i gości



foto: Piotr Ulanowski/freepress.pl



na stołach szlachty, bogatych chłopów, a od święta także na stołach biedniejszych kmięci. Dawniej półgęskiem nazywano

połówkę gęsi, po usunięciu kości zwinętej i wędzonej przez 2 dni. Tradycja wytwarzania nie tylko półgęska, ale i innych produktów i potraw z gęsi zyskała wiele sprzymierzeńców wśród członków kół gospodyń wiejskich na Krajnie i Kujawach, które podjęły się chowu i tuczu gęsi w swoich gospodarstwach oraz wyrobu i promocji tych niezwykle smakowitych w regionie, w kraju i poza jego granicami.

Wielkim sukcesem na tym polu było zarejestrowanie w sierpniu 2006 r. „Półgęska” na Liście Produktów Tradycyjnych Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi. W tym samym roku we wrześniu, podczas wojewódzkiego podsumowania konkursu „Nasze Kulinarne Dziedzictwo”, produkt ten został nominowany do nagrody „Perła 2006” i uzyskał to zaszczytne wyróżnienie.

Tradycyjne potrawy z mięsa gęsięgo powracają zatem na stoły współczesnych pokoleń. Na Krajnie i Kujawach przyjęło się, że oprócz półgęska, który robi się tylko z piersi, gotuje się rosół ze skrzydeł, szyję przeznaczoną do nadziewania, łapy na galaretkę, tłuszcz na smalec, podroby na pasztet, a z pozostałego mięsa (z grzbietu i ud) robi się okrasę (zwaną też oboną). Przyrządza się również inne potrawy: czarninę, gęsią szyję, pasztet z gęsi, tradycyjną gęś pieczoną czy też gęsi smalec o niezwykle walorach smakowych i leczniczych.

Na Kujawach najbardziej popularny i z najbogatszą historią jest oczywiście żur kujawski – potrawa spożywana tu od wieków, szczególnie na wsi, wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych w maju 2008 r. Mówiło się, że jest to strawa ludzi biednych i bogatych, w zależności od tego, ile śmietany i okrasy lub kiełbasy czy boczu wędzonego do niej dodano. Popularna jest także kujawska czarnina z kaczki wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych w styczniu 2010, podawana w najlepszych restauracjach w regionie. Poniżej kilka przepisów na te wspaniałości:

Półgęsek zwany pierśnikiem

Półgęski przyrządza się z gęsiich piersi. Porcję mięsa ze skórą pekluje się przez kilka do kilkunastu dni w soli, z dodatkiem przypraw (liść laurowy, ziele angielskie), w kamiennym garnku. Po wyjęciu ze słonego sosu, półgęski moczy się, a następnie zszywa. Po osuszeniu wędzi się je przez 3-4 dni, w niezbyt gorącym i słabym dymie jałowcowym. Przed podaniem półgęsek kroi się w cienkie plastry.



foto: Krystyna Kamińska

Okrasa

Gęsie mięso z piersi i palek, sól, pieprz, majeranek, czosnek.

Mięso zmielić maszynką, dodać sól, pieprz, majeranek i czosnek dokładnie wyrobić. Okrasę podaje się do smarowania chleba, do sosów, zup, potraw z kapusty, a przede wszystkim do maszczenia ziemniaków i kraszenia potraw.



foto: TimeMachine

Smalczyk gęsi (na 2 sposoby)

W obu sposobach należy stopić i sklarować tłuszcz sadełkowy, a następnie:

Sposób 1: dodać ćwiartki słodko-winnych jabłek oraz grubo pokrojoną cebulę. Wszystko smażyć razem przez 15-20 minut, potem usunąć „wsad” i dodać na gorąco pieprz i majeranek do smaku.

Sposób 2: dodać drobno pokrojoną cebulkę, jabłko oraz majeranek i smażyć do zrumienienia się cebulki, dodatki pozostawić w smalczyku.

Tak przyprawione specjały zlewa się do kamiennego garnka i umieszcza w chłodnym miejscu do wystygnięcia.

Kujawska Czarnina

Podroby z kaczki ugotować na rosolu z włośczonej, dodać sól, pieprz i ziele angielskie. Po ugotowaniu wyjąć mięso z garnka, przygotować krew z kaczki (dodatek octu zapobiega zwarzeniu), z 3 łyżkami mąki (zalecana żytnia). Do krwi dodać szklanek wywaru z garnka i dokładnie wymieszać. Przez sitko wlać krew do lekko przestudzonego wywaru, zagotować stale mieszając, przyprawić majerankiem, cukrem lub suszem z gruszek, jabłek i śliwek. Podawać z kluchami kartoflanymi lub grubo krojonym makaronem swojej roboty.



foto: Ureżula Nowakowska

Gęś pieczona z jabłkami

Młoda gęś (ok. 3-4 kg), łyżka soli, 1,5 łyżeczki mielonego kminku, 1 kg jabłek (najlepiej szarych renet), 6-7 goździków, 3-4 łyżki posiekanych orzechów włoskich, łyżka miodu, łyżeczka masła, 0,5 szklanki wytrawnego wina (najlepiej domowego z glogu lub róży).

Gęś myjemy, wkładamy do zimnej wody i zostawiamy na 3-4 godziny. Wyjmujemy, osuszamy, nacieramy (z wierzchu i wewnątrz) solą wymieszaną z kminkiem i zostawiamy na 2-3 godziny. Z umytych renet, łyżeczką wydrążamy gniazda nasienne. Wydrążenia wypełniamy orzechami wymieszanymi z miodem. W każde jabłko wbijamy po 1-2 goździki. Jabłkami nadziewamy gęś, zaszewamy i układamy na dużej, wysmarowanej masłem brytfannie. Pieczemy 3-3,5 godziny, skrapiając winem i polewając wytworzonym sosem.



foto: TimeMachine

Gęś po kołudzku wg H. Bielińskiej

Tuszkę gęsi (najlepiej „owsianej”) zanurzamy na 3-4 godz. w solance. Po osuszeniu całą tuszkę nacieramy pieprzem, jałowcem i majerankiem. Do środka wkładamy całe jabłka słodko-kwaśne, tuszkę zaszewamy i pozostawiamy w chłodnym miejscu na 2-3 godziny. Rondel lub brytfannę z odrobiną oleju należy nagrzać do temp. 200-250°C. Do tak nagrzanego naczynia włożyć gęś i piec pod przykryciem w temp. 250 °C przez około 30 minut. Po czym piec ok. 2 godzin w temp. 180-200°C. Gęś po upieczeniu powinna być rumiana z chrupiącą skórą. Podawać z borówkami lub żurawinami oraz ziemniakami piure, koniecznie z półwytrawnym winem czerwonym lub różowym.

www.nasze.kujawsko-pomorskie.pl

Parki Krajobrazowe

- 1 Brodnicki Park Krajobrazowy
- 2 Gostyniński-Włocławski Park Krajobrazowy
- 3 Inowrocław – uzdrowisko, łącznie
- 4 Górzniński-Lidzbarski Park Krajobrazowy
- 5 Krajewski Park Krajobrazowy
- 6 Naddęgiński Park Tyjałkiewicza
- 7 Naddęgiński Park Krajobrazowy
- 8 Tucholski Park Krajobrazowy
- 9 Włocławski Park Krajobrazowy

LEGENDA – wybrane atrakcje turystyczne

- 1 Bydgoszcz – spichrz nad Biedą i wyspa myśliwska
- 2 Toruń – starówka, gotycka kościół, ruiny zamków krzyżackich
- 3 Grudziądz – zabytkowe spichrze
- 4 Inowrocław – uzdrowisko, łącznie
- 5 Włocławek – gotycka katedra WNM
- 6 Nowe – zamek krzyżacki
- 7 Żewulce nad Wisłą – zamek krzyżacki
- 8 Chełmno – Miasto Zakochanych, renesansowy ratusz, gotyckie kościoły, mury obronne
- 9 Chryskowo – drewniana chatka memento z XVII w.
- 10 Chełmża – gotycka konkatedra
- 11 Radziej Chelmiński – zamek krzyżacki
- 12 Zamek Bierzgłowski – zamek krzyżacki
- 13 Brodnica – ruiny zamku krzyżackiego, Pałac Anny Wazowskiej
- 14 Gólk-Dołbrzyn – zamek krzyżacki
- 15 Ciecuchoczek – uzdrowisko, łącznie
- 16 Lubostroń – pałac Skórzawskich
- 17 Nierzawa – prom na Wilie
- 18 Szafarnia – otwórki i muzeum Fryderyka Chopina
- 19 Strzelno – rromańska rotunda
- 20 Krusznica – rromańska kolegiata
- 21 Krusznica – Miłta Wiedza
- 22 Biskupin – osada kultury łuczniczej
- 23 Gąsawa – drewniany kościół św. Mikolaja
- 24 Wieruszka – Muzeum Kolei Wąskotorowej
- 25 Gucholn – dwór obronny
- 26 Kanał Nosiński
- 27 Koronowo – Byrdzewo – szlak cysterski
- 28 Ranowo Kujawskie – zespół pałacowo-parkowy
- 29 Tuchola – Muzeum Borów Tucholskich
- 30 Rajkowo – akwedukt, skrzyżowanie kanału i rzeki
- 31 Wierzbichas – rezerwat czołów
- 32 Gardęga – górnia rarka na rizinach
- 33 Skępa – klasztor Bernardynów
- 34 Włocławek – Kujawsko-Dołbrzyński Park Etnograficzny
- 35 Izbica Kujawska – grobowiec megalityczny

Najlepiej smakuje u nas! Zapraszamy na Kujawy i Pomorze do naszych gospodarstw agroturystycznych, gdzie po trudach zwiedzania atrakcji turystycznych, gościnność, miła atmosfera i dobre, tradycyjne wyżywienie zaspokoją najwybredniejsze gusty.



LUBELSKIE – CHWILO TRWAJ!



WOJEWÓDZTWO LUBELSKIE

Lubelszczyzna to ziemia, na której piękno przyrody łączy się z urodą zabytków i tradycją. To region interesujący, położony na wschodnich krańcach Polski. Niedaleko stąd na Ukrainę, trochę dalej do Rosji. To kraina od stuleci pozostająca na styku kultury Zachodu i Wschodu, łącząca tradycje katolickie, prawosławne, judaistyczne, ale także znacznie bardziej orientalne – greckie, ormiańskie, tatarskie. Przedstawiciele tych nacji zamieszkiwali renesansowe miasto Zamość. Współtworzyli też piękno Lublina – stolicy regionu do dziś największej we wschodniej Polsce miejskiej aglomeracji, szczytującej się bogatą historią.

Województwo Lubelskie ma czystą, nieskażoną przyrodę, niepowtarzalny klimat i smaki. Jest regionem wciąż żywych ludowych tradycji, a do tego wspaniałych zabytków przeszłości. Żeby je poznać, trzeba tu przyjechać. Zobaczyć z bliska jedne w swoim rodzaju zabytki, historyczne miasta i miasteczka, unikatową przyrodę. Lubelskie to jeden z krajowych liderów turystyki aktywnej. Oferuje turystom: ponad 3200 km znakowanych szlaków pieszych. 1000 km szlaków rowerowych. Przez Polesie Lubelskie i Wołyńskie, w tym chronione tereny Poleskiego Parku Narodowego, trzech parków krajobrazowych (Chełmskiego, Sobiborskiego i Poleskiego), przez liczne rezerваты wieszcie Poleski Szlak Konny. Do najczęściej odwiedzanych należą – oprócz wymienionych – Roztocze, Lasy Janowskie i Puszcza Solska, doliny Wisły i Bugu.

Przed siedmiu laty zrodził się pomysł, aby najpopularniejsze, doceniane i ulubione przez turystów miejscowości regionu nagradzać w konkursie „Turystyczne perły i perełki Lubelszczyzny”. Wręcza je Marszałek Województwa Lubelskiego. W konkursie startują również miejsca, wydarzenia i projekty wzbogacające turystyczną ofertę Regionu Lubelskiego. Dotychczas spośród najciekawszych tego typu projektów, „Perełkę” otrzymali m.in. Stowarzyszenie „Nasze Siedliska” – za stworzenie muzeum wiejskiego w Siedliskach Tomaszowskich, GOK w Pawłowie koło Rejowca – za Jarmark Garncarski, GOK w Wojciechowie Lubelskim – za Muzeum Regionalne w Wojciechowie. Uznanie zyskali także: Muzeum Pojezierza Łęczyńsko-Włodawskiego – za Festiwal Trzech Kultur we Włodawie, Janowski Ośrodek Kultury – za Festiwal Kaszy „Gryczaki” w Janowie Lubelskim.

Turysta, odwiedzający Lubelszczyznę, może sięgnąć po laureatów „Perły” i „Perełki” z różnych lat i stworzyć swój własny szlak turystyczny.



for. TimeMachine



for. TimeMachine

TURYSTYCZNE ATRAKCJE Z „PERŁĄ” I „PEREŁKĄ”



Kozłówka (2010)

Muzeum Zamojskich w Kozłówce należy do czołówki najpopularniejszych muzeów w Polsce. Corocznie odwiedza je ćwierć miliona turystów z kraju i świata. Muzeum mieści się w zespole pałacowo-parkowym, założonym w I poł. XVIII w. przez wojewodę chełmińskiego Michała Bielińskiego, a zmienionym na przełomie XIX i XX stulecia przez hrabiego Konstantego Zamojskiego, który barokowy pałac z ogrodem włoskim przebudował na rezydencję w stylu II Cesarstwa Francuskiego. Muzeum zachwyca doskonale zachowanym wyposażeniem wnętrza. W skład zespołu pałacowego wchodzi: oficyny boczne, piętrowe kordegardy, teatralnia, powozownia, brama wjazdowa oraz ogród francuski sąsiadujący z rozległym krajobrazowym parkiem angielskim z bażantarnią. Dużym atutem muzeum jest też Galeria Sztuki Socrealizmu, prezentująca obrazy, rzeźby, rysunki, plakaty i inne dzieła powstałe w latach 50. XX w., kiedy sztukę wprzęgnięto w walkę o socjalizm.

Muzeum Czartoryskich w Puławach (2010)

Powstałe w 2009 roku nawiązuje do tradycji najstarszego muzeum na ziemiach polskich, założonego przed ponad 200. laty przez księżną Izabelę Czartoryską. W części pomieszczeń pałacu Czartoryskich otwarto wystawę pokazującą życie i działalność założycieli puławskiej osady pałacowej – księcia Adama Kazimierza Czartoryskiego

i księżnej Izabeli oraz ich dzieci: Teresy, Marii Wirtemberskiej, Adama Jerzego, Konstantego i Zofii Zamoyskiej. Wystawa prezentuje też losy rodu Czartoryskich na emigracji, po upadku powstania listopadowego oraz późniejsze dzieje, kiedy to Władysław Czartoryski przeniósł wspaniałą kolekcję dzieł sztuki i rodzinnych pamiątek do Krakowa. Część tej kolekcji Fundacja Książąt Czartoryskich oddała w długoterminowy depozyt do nowego muzeum w Puławach.

Kraśnik (2009)

Jedno z najstarszych miast regionu, znane w kraju jako stolica polskiej cegły (z uwagi na dużą liczbę prywatnych cegielni), a także jako jedno z malinowych zagłębi Lubelszczyzny. W corocznych festynach z okazji święta cegły i maliny uczestniczą tysiące gości. Wśród wielu zabytków miasta wyróżnia się gotycko-renesansowy kościół poagustiański oraz zespół synagog z XVII i XIX w. Ciekawostką są trzy muzea – Regionalne (z bogatymi zbiorami historycznymi, archeologicznymi i etnograficznymi), 24 Pułku Ułanów (dokumentujące historię pułku stacjonującego w Kraśniku w dwudziestolecie międzywojennym i późniejszą drogę bojową na frontach II wojny światowej), Św. Floriana (prezentujące sprzęt i tradycje strażackie). Dużą turystyczną atrakcją jest nowy zalew o pow. ponad 42 ha z piękną piaszczystą plażą.



Szlak żelaza i kowalskich tradycji (2009)

Opracowany przez Gminny Ośrodek Kultury w Wojciechowie, nawiązuje do kowalskich tradycji tej wsi sięgających



foto: TimeMachine

dwudziestolecia międzywojennego. Na nowym szlaku znalazły się, doskonale znane w kraju dzięki corocznym warsztatom i targom sztuki kowalskiej, kuźnia Romana Czernieca oraz Muzeum Kowalstwa. Można też oglądać wyposażenie dziewiętnastowiecznej chaty kowala w prywatnym skansenie „Wojciechosko Zagroda” i zjeść obiad z regionalnymi potrawami u kowalowej – Danuty Czerniec. Dodatkową atrakcją, szczególnie dla najmłodszych, są zajęcia w GOK z lepienia podkowy z masy solnej oraz propozycja gospodarstwa agroturystycznego Młyn Hipolit, w którym mieści się muzeum minerałów, skamieniałości i meteorytów, a gospodarze prowadzą ciekawe zajęcia m.in. z płukania złota, a także wytapiania metalu w staropolskim piecu – dymarce i odlewania metalowych przedmiotów w glinianych formach.



Krasnobród (2008)

Jedna z najpopularniejszych miejscowości letniskowych Roztocza, słynąca z maryjnego sanktuarium i drugiego w regionie uzdrowiska leczącego choroby układu oddechowego i schorzenia narządów ruchu. Turystyczną atrakcyjność miasta podnosi sąsiedztwo starych bukowino-jodłowych lasów oraz rekreacyjny zalew na Wieprzu.



Jarmark Jagielloński w Lublinie (2008)

Impreza po raz drugi zorganizowana przez Ośrodek Animacji Kultury Centrum Kultury w Lublinie, urosła do rangi największego wakacyjnego wydarzenia w Lublinie. W ubiegłorocznym jarmarku wzięło udział ponad 300 wystawców z Polski, Ukrainy i Białorusi. Czterodniową imprezę odwiedziło 150 tys. lublinian i turystów.

Nałęczów (2007)

Miasto-ogród z pierwszym w kraju sprywatyzowanym uzdrowiskiem. Od blisko dwóch wieków miejsce wypoczynku i nabierania sił dla kuracjuszy leczących serce i choroby układu krążenia, ale także cel popularnych weekendowych wycieczek i spacerów dla tysięcy turystów. Dzięki zaangażowaniu Zakładu Leczniczego Uzdrowisko Nałęczów SA, miasto gości w ostatnich latach ogólnopolskie imprezy sportowe – zawody kolarskie i balonowe.

Izba Leśna we Floriance (2007)

Oryginalny ośrodek turystyki i edukacji ekologicznej utworzony przez Roztoczański Park Narodowy na bazie zagrody z zabytkową leśniczówką ordynacji zamojskiej z 1830 roku. Florianka słynie z hodowli konika polskiego, wywodzącego się od wymarłego już gatunku – leśnego konia tarpana. Izba, oferująca pokoje gościnne, jest też doskonałą bazą wypadową dla turystów, wybierających się na piesze i rowerowe szlaki Roztocza.



WOJEWÓDZTWO LUBELSKIE

Zamość (2006)

Miasto z Listy Światowego Dziedzictwa Kultury UNESCO – z zachowanym założeniem renesansowego miasta idealnego, w tym Rynku Wielkiego z Ratuszem i wyjątkowej urody kamienicami, z przesklepionymi podcieniami w parterze i bogatymi attykami w zwieńczeniach. Corocznie, przez całe lato Zamość organizuje wielkie plenerowe imprezy, m.in. Jarmark Hetmański, Zamojskie Lato Teatralne, Międzynarodowy Festiwal Folklorystyczny Eurofolk.

TURYSTYCZNE ATRAKCJE Z „PERŁĄ” I „PEREŁKĄ”



Pensjonat „Uroczysko Zaborek”, gm. Janów Podlaski (2006)

Ośrodek hotelarsko-muzealny w prywatnym skansenie liczącym ponad 20 obiektów usytuowanych na wielohektarowym terenie nad Bugiem. Wśród ciekawszych obiektów, stojących w Zaborku i zaadaptowanych do nowych funkcji hotelowych, restauracyjnych czy też szkoleniowo-konferencyjnych, warto wymienić: plebanię z Czemiernik z 1880 roku, dworek – „Bielony” z 1844 i „Zaściankowy” z 1862, wiatrak koźlak z 1923, czy też dziewiętnastowieczną pounicką cerkiew drewnianą.



Kazimierz Dolny (2005)

Jedno z najstarszych miast regionu i dawny port na Wiśle, a dziś najpopularniejszy turystyczny ośrodek Lubelszczyzny, odwiedzany corocznie przez 1,5

mln gości. Piękno krajobrazu Małopolskiego Przełomu Wisły i liczne zabytki, w tym bogato zdobione kościoły, kamienice i spichlerze, miały wpływ na to, że już od dwóch wieków miasteczko jest ulubionym miejscem plenerów malarzy. Każdego lata organizowane są tu najbardziej znane festiwale Lubelszczyzny – Festiwal Kapel i Śpiewaków Ludowych oraz Festiwal Filmu i Sztuki.



Ośrodek Edukacji Regionalnej w Hołownie (2005)

Prowadzony przez Stowarzyszenia na rzecz Aktywizacji Mieszkańców Polesia Lubelskiego w byłej szkole w Hołownie, gm. Podedwórze, zajmuje się ochroną dziedzictwa kulturowego oraz prowadzeniem edukacji z wykorzystaniem oryginalnych ścieżek edukacyjnych, np. „Od ziarna do chleba”, „Uprawa i obróbka Inu”, „Wybrane rzemiosła ludowe”, „Cegielniany plac zabaw”, umożliwiających dzieciom i młodzieży uczestniczenie w dawnych zajęciach i obrzędach mieszkańców poleskiej wsi. Niemniej ciekawym projektem jest tematyczna wioska „Kraina rumianku”, odwołująca się do typowej zielonej uprawy w gminie Podedwórze.

Janów Lubelski (2004)

Najpopularniejsze letnisko południowo-zachodniej Lubelszczyzny, położone w sąsiedztwie największego zespołu leśnego regionu – Lasów Janowskich. Dawne gospodarcze i administracyjne centrum

Ordynacji Zamojskiej, obecnie znane z dobrze zagospodarowanego zalewu rekreacyjnego, licznych szlaków turystycznych. Jeden z krajowych liderów w wykorzystaniu środków unijnych, w znacznej mierze przeznaczanych na poprawę infrastruktury technicznej miasta i rozbudowę bazy turystyczno-sportowej.

Ścieżka historyczno-przyrodnicza „Królewski Ką” (2004)

Opracowana i oznakowana w terenie przez pracowników Gminnego Ośrodka Kultury w Hrubieszowie, wzięła nazwę od bagnistego obniżenia nad Bugiem, gdzie w 1018 roku Bolesław Chrobry przepłynął się wraz z wojskami podczas wyprawy na Kijów dla odbicia Grodów Czerwieńskich. Pozostałości jednego z grodów – Wołyń (dziś Gródek nad Bugiem) są pierwszym przystankiem na ścieżce, która liczy w sumie siedem kilometrów i siedem przystanków, w tym siedlisko susłów perełkowanych, kolonie lęgową czapli siwej, żeremia bobrów, a przede wszystkim punkty widokowe, pozwalające podziwiać wspaniałe panoramy Bugu.



Nieprzebrane bogactwo przyrody

Ponad 23 proc. powierzchni regionu lubelskiego zostało objęte ochroną w ramach 2 parków narodowych, 17 parków krajobrazowych, 17 obszarów chronionego krajobrazu oraz 87 rezerwatów przyrody. Na terenie województwa mamy też ponad 1500 pomników przyrody.



O najwyższej jakości środowiska przyrodniczego Lubelszczyzny świadczy fakt, że znaczna część Pojezierza Łęczyńsko-Włodawskiego z Poleskim Parkiem Narodowym weszła w skład Międzynarodowego Rezerwatu Biosfery „Polesie Zachodnie”, obejmującego także Polesie Wołyńskie z Pojezierzem Szackim na Ukrainie. Polesie Lubelskie, z jednymi z najbardziej rozległych w kraju bagien i torfowisk, stanowi naturalną południowo-zachodnią granicę występowania lasotundry. Dzięki bogactwu zbior-

zwanymi szumami. W jego skład wchodzi m.in. Rostoczański Park Narodowy i Jarowowski Narodowy Park na Ukrainie.

Lubelskie to region międzynarodowych ostoi najrzadszych gatunków zwierząt (m.in. susła perełkowanego, żółtny, głuźca, orlika krzykliwego, żółtwa błotnego, leśnego konika polskiego) zapisanych w Czerwonej Księdze Ginących Gatunków. Najcenniejsze ostoje znajdują się na Polesiu i Rostoczu, a także w rzecznych dolinach Wisły, Wieprza i Bugu.



ników wodnych jest też ostoją blisko 150 gatunków ptaków oraz największej europejskiej populacji żółtwa błotnego.

W niedalekiej przyszłości status Międzynarodowego Rezerwatu Biosfery „Rostocze” uzyskają tereny w południowo-zachodniej części regionu oraz w sąsiednim Obwodzie Lwowskim na Ukrainie. Planowany rezerwat obejmie najcenniejsze przyrodniczo bory bukowo-jodłowe oraz leśne wąwozy i doliny rzek i strumieni z unikalnymi skalnymi progami,



KRAINA MIODU I KASZY



foto: TimeMachine



foto: TimeMachine



foto: TimeMachine

W kuchni Lubelszczyzny pełno pierogów, gryczaków, potraw mącznych, parowańców, racuchów i korowajów. Tylko tu mógł powstać słynny pieróg z Biłgoraja, w którym najważniejsze są gryka i ciasto. Tu też jest sękacz w lubelskiej odmianie. Tradycyjne oleje z lnu i rzepaku, miody z oryginalnych pożytków: malin, gryki, fasoli; swojskie wędliny a zwłaszcza kaszanki i pasztetowe. Wołowina z łąk nadbużańskich i domowe nalewki – takie smaki także oferuje



foto: TimeMachine

Lubelszczyzna. Mieszkańcy regionu doceniają swoje kulinarne dziedzictwo. Do promocji przysmaków z Lubelszczyzny włączyły się organizacje agroturystyczne, stowarzyszenia i nieformalne kluby zakładane przez ludzi zafascynowanych tradycją i kuchnią regionalną.

Nagrodę „Perły”, przyznawaną w ogólnopolskim konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów” ma w województwie lubelskim 14 produktów i 5 potraw. Każde z nich warto posmakowania i wypromowania także poza regionem. Na „perłowej” uczcie Lubelszczyzny powinny stać na stole: szynka puławska i udziec królewski-magnacki, prosię pieczone faszerowane oraz chłodnik lubelski i pierś z kaczki. Na środku powinien być dołhobrodzki korowaj, a ucztę zwieńczyłby grzaniec Marci-na z Urzędowa.



foto: TimeMachine

Lubelskie – chwila smaku



foto: Marcin Kus



foto: Marcin Kus



WOJEWÓDZTWO LUBELSKIE

Obszar:

Województwo lubelskie, o łącznej powierzchni 25 122 km², jest trzecim co do wielkości województwem w Polsce.

Ludność:

Według danych szacunkowych liczba ludności województwa lubelskiego na koniec września 2009 roku wyniosła 2 167,8 tys. osób.

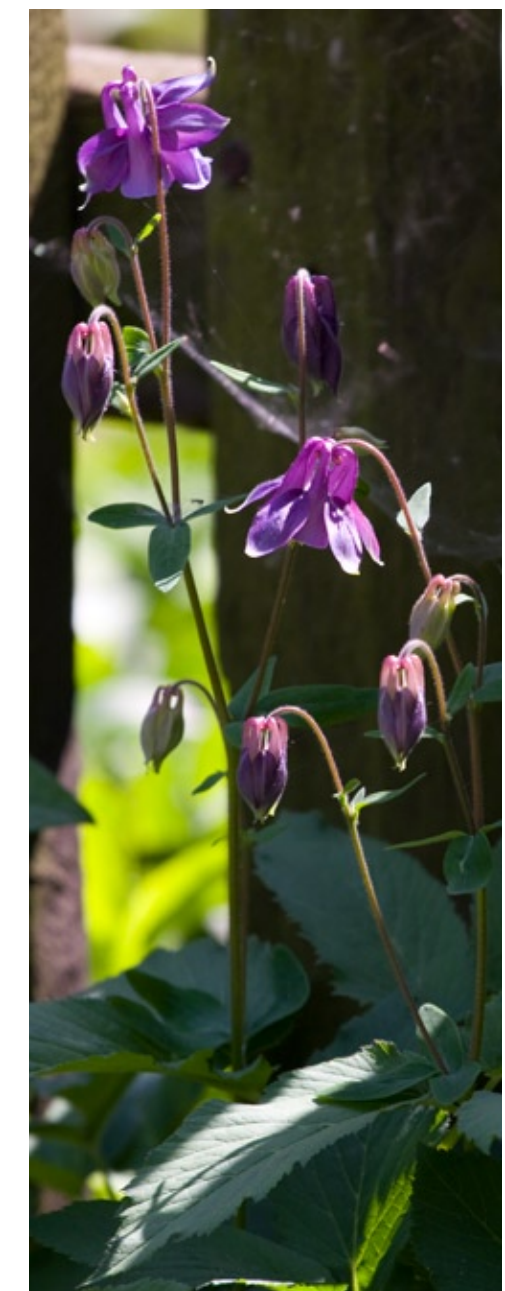


foto: TimeMachine

Zdjęcia krajoznawcze: Archiwum Urzędu Marszałkowskiego Województwa Lubelskiego, zdjęcia produktów: Krzysztof Wasilczyk.



Lubuskie
Warte zachodu



LUBUSKIE: KRAINA MIODEM I WINEM PŁYNAĆA



**WOJEWÓDZTWO
LUBUSKIE**

Urzekające krajobrazy, lasy, jeziora czynią województwo lubuskie miejscem wyjątkowo atrakcyjnym. Cisza i spokój dają możliwość wypoczynku na łonie natury. Lasy obfitują w jagody i grzyby, a także tworzą dogodne warunki do bytowania zwierzyny łownej i ptactwa. Ziemia Lubuska posiada wiele walorów turystycznych. Bogata flora i fauna, wody jezior, łagodny klimat, liczne zabytki oraz dobrze zagospodarowane hotele, ośrodki wypoczynkowe, campingi itp. pozwalają na realizację różnych form turystyki. Zadbane plaże z kąpieliskami i przystaniami stwarzają wymarzone warunki do wędkowania i uprawiania sportów wodnych.

W lubuskim znajduje się wiele ciekawych zabytków architektury m.in.: Pocysterski Zespół klasztorny Gościkowo-Paradyż, zamek joannitów w Łagowie Lubuskim, Międzryzecki Rejon Umocniony. Swoistym fenomenem w tym regionie jest rezerwat „Nietoperek”. Jest to jedno z największych w Europie zimowisk nietoperzy. Wędrując po województwie warto zobaczyć mieszczące się w Świerkocinie pierwsze w kraju „ZOO Safari”, gdzie jest możliwość podziwiania dzikich zwierząt z autobusu lub własnego samochodu.

Jednym z największych wydarzeń w regionie jest coroczne święto Winobrania – Dni Zielonej Góry, które odbywa się co roku we wrześniu. Na szczególną uwagę zasługują także: „Noc Nenufarów” – coroczna impreza w Lubrzy, „Lubuskie Lato Filmowe” w Łagowie – najstarszy polski festiwal filmowy, Złoty Miłośnik Fortyfikacji w Boryszynie, Międzynarodowe Spotkania Zespołów Cygańskich „Romane Dyvesa” w Gorzowie Wlkp., a także największy koncert rokowy w Europie „Przystanek Woodstock” w Kostrzynie nad Odrą.

Tradycje winiarskie i pszczelarskie w naszym regionie sięgają czasów średniowiecza. Kultywowane z mniejszym lub większym zaangażowaniem poprzez kolejne stulecia, dziś stały się ważnym elementem promocji turystycznej naszego województwa. Nic więc dziwnego, że sztandarowymi produktami są miód, wino i miód pitny, mocno związane są z tradycją regionu oraz z „Marką Województwa”.

Coraz prężniej działają w regionie stowarzyszenia winiarskie i pszczelarskie, które podejmują różnorodne inicjatywy mające na celu upowszechnianie informacji na temat nie tylko wina i miodu, ale również informacji o lubuskiej kulturze i turystyce. Jednym z efektów ich działalności, połączenia turystyki z produktem tradycyjnym, jest utworzenie Lubuskiego Szlaku Wina i Miodu. Na szlaku można przenocować, zjeść, obejrzeć winnice, przyrządzić narzędziom i starym metodom wytwarzania, a przede wszystkim napić boskiego trunku i posmakować pszczelarskich wyrobów. Pomysł dostał wyróżnienie na targach turystycznych Zatur. Goście uczestniczą w degustacjach, wystawach czy świętach winiarskich.

Szlak ma obecnie ponad 40 przystanków, w tym ponad 20 winnic. Często winiarnie ukryte są w najciekawszych i żyznych miejscach więc trzeba zbaczać z drogi. W sumie pokonać można aż 302 kilometry ścieżką wina i miodu.



fol. TimeMachine

WOJEWÓDZTWO LUBUSKIE



foto: TimeMachine

Wino

Tradycje winiarskie mocno są związane z Lubuskiem. Pierwsze udokumentowane historyczne informacje o uprawie winorośli i produkcji wina w Zielonej Górze pochodzą z 1314 roku. Zielona Góra wpisała się na zawsze w tradycję europejskiego winiarstwa – tu bowiem w roku 1835 rozpoczęto produkcję pierwszego w Niemczech szampana.

Uprawy winiarskie prowadzono na zboczach całej pradoliny odrzańskiej, a produkcja wina rozwijała się w Gubinie, Krośnie Odrzańskim i Sulechowie. Ale jedynie w Zielonej Górze w okresie industrializacji, powstało aż siedem znanych wytwórni win, w tym słynne Zakłady Gremplera. Na bazie tej fabryki powstała w 1945 roku Lubuska Wytwórnia Win, zlikwidowana w 1999 roku. Że Zielona Góra kiedyś wytwórniami win słynęła przypomina niewielka miejska winnica obok Palmiarni oraz ekspozycja w Muzeum Ziemi Lubuskiej. O tradycjach wi-



foto: TimeMachine

niarskich przypominają też miejskie budynki – na wielu zachowały się elementy architektury z motywami winiarskimi.

Dzisiaj można już powiedzieć, że na Ziemię Lubuską powrócił zawód winogrodnika. W ostatnich latach powstało kilkanaście nowych winnic. Pojawiły się produkty wytwarzane metodami tradycyjnymi, które prezentowane są na licznych imprezach i konkursach kulinarnych tj. wino musujące, konfitury z winogron, kiszzone liście z winogron, gołąbki w liściu z krzewu winogronowego, ocet winny i – oczywiście – nowe białe i czerwone wina.

Wędrowkę Lubuskim Szlakiem Wina i Miodu warto zacząć od Muzeum Etnograficznego w Ochli. To tu jest najstarsza w regionie, siedemnastowieczna wieża winiarska z Budachowa. Muzeum prezentuje w niej sprzęt winiarski. Obok – trzeba koniecznie zobaczyć – ziemna winna piwniczka. Prezentowane są tam wyroby lubuskich winiarzy i ich kolegów z innych regionów Polski. Piwniczka jest w urokliwym sąsiedztwie winnicy. Choć rośliny uprawiane są według tradycyjnych metod, dają dużo owoców. Podczas Winobrania w skansenie można na własne oczy zobaczyć, jak zbiera się winogrona, jak tłoczy się z nich sok i jakich narzędzi kiedyś używano do wyrobu wina.



foto: TimeMachine

Na 13 hektarach skansenu zgrupowano 35 obiektów budownictwa wiejskiego z 17 miejscowości regionu (wśród nich najstarszy datowany na 1675 r. obiekt mieszkalny z Potrzebowa). Wnętrza zabytkowych obiektów kryją wiele skarbów – tkaniny i ubiory ludowe, garncarstwo i kowalstwo, kołodziejstwo i sztukę ludową. Warto też przejść się



foto: TimeMachine

wiejskimi drogami wśród chat, pól, łąk, i wód... Jedną z ostatnich atrakcji skansenu jest rzeźba „Bitwa pod Grunwaldem” – ogromna płaskorzeźba, wykonywana przez Jana Papinę. W muzeum można kupić drobne pamiątki w sklepiku, a w niedawno otwartej karczynie zjeść.

Najstarszą winnicą w Lubuskim jest Winnica Kinga. Założycielami plantacji są Halina i Wojciech Kowalewscy. Winnica założona została w 1985 r. Pierwsze 40 krzewów sprowadzono ze szkółki winorośli pod Ostrowem Wielkopolskim. Po trzech latach winnica zaczęła się rozrastać, osiągając 2,5 tys. krzewów. W roku 1997, w czasie wielkiej powodzi, winnica została całkowicie zniszczona. Pozostał



foto: TimeMachine

tylko jeden krzew. Jesienią tego samego roku z Instytutu Winorośli w Kiszyniowie (Mołdawia) przywieziono nowy materiał szkółkarski, w tym odmiany deserowe i wiele odmian moszczowych. Właściciele chcieli sprzedawać świeże owoce i produkować wino. Zamiar powiódł się: dziś w winnicy zbierane są owoce deserowe z 2,5 tys. krzewów. Rok 2004 to



foto: TimeMachine

krok milowy w historii winnicy. Dokupiony został hektar ziemi pod uprawę polową, z czego połowa jest już obsadzona odmianami moszczowymi.

Od 2 lat, z coraz większym powodzeniem, produkuje się tu wino z 2 tys. krzewów moszczowych. Winiarskie sukcesy spowodowały, że młode pokolenie – córka Kinga i jej mąż Robert Koziarski – przejęli pałeczkę i teraz oni zajmują się rodzinną winnicą.

Ostatnie lata w historii winnicy to nie tylko poważne próby produkcji wina, ale również drobne przetwórstwo, w tym octy winne, kiszzone liście winorośli itp. Prowadzone są starania o profesjonalny sprzęt do produkcji wina, a ostatnie pięć lat to także rozwój szkółki, oferującej do sprzedaży 40 odmian winorośli.

LUBUSKIE Specjały kulinarne regionu

Miód



Tradycje pszczelarskie i miodosytne na ziemiach polskich sięgają czasów pierwszych Piastów. Istniały także na Ziemi Lubuskiej, regionie związanym w średniowieczu i wiekach późniejszych z Wielkopolską, Łużycami i Dolnym Śląskiem. Te tradycje posiadali także repatrianci z kresów wschodnich, którzy zamieszkali w ówczesnym województwie zielonogórskim po zakończeniu II wojny światowej. Przez wiele lat miody pitne produkowane były przez Lubuską Wytwórnię Win w Zielonej Górze oraz przez Gorzowskie Zakłady Spożywcze Przemysłu Terenowego. Dzisiaj wytwórnie nie istnieją, ale miód pitny dalej cieszy się powodzeniem. Widać to podczas lokalnych świąt wina i miodu. Lubuskie „trójniaki” z okolic Zielonej Góry wielokrotnie zwyciężały w regionalnych i ogólnopolskich konkursach.



foto: TimeMachine

Lubuskie – produkty tradycyjne regionu



Na Liście Produktów Tradycyjnych, prowadzonej przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi, znajduje się 10 produktów z Województwa Lubuskiego.

W kategorii *Warzywa i Owoce*:
- kapusta kwaszona nadnotecka.

W kategorii *Wyroby piekarnicze i cukiernicze*:

- Strudel (strucla),
- Paska Bukowińska, (Pascha, Chleb Bukowiński),
- Bochen chleba starowiejskiego.

W kategorii *Miody*:

- Miód wielokwiatowy łąkowy z Doliny Noteci.

W kategorii *Napoje*:

- Miód pitny – Trójniak,
- Piwo Wschowskie,
- Wino gronowe,
- Jarzębiak na winiaku,
- Jarzębiak.



fot. TimeMachine

Świat wina, winorośli i winnych motywów...



fot. TimeMachine



fot. TimeMachine

Województwo Lubuskie zajmuje powierzchnię 1 398 788 km², którą zamieszkuje 1 010 047 osób. Lubuskie to kraina lasów, pojezierzy i pradolin. Region leży w dorzeczu dwóch dużych rzek Odry i Warty. Aż 49 procent powierzchni stanowią lasy – jest najbardziej zalesionym województwem Polski. To tu rośnie ponad półtora tysiąca pomników przyrody, w tym dąb „Chrobry” w Buczynie Szprotawskiej.

Dwa wielkie i cenne kompleksy leśne to Drawieński Park Narodowy i Park Narodowy Ujście Warty. Ze względu na ich częściowo podmokły charakter, szczególnie w przypadku Parku Narodowego Ujście Warty, stanowią one ważny element krajowej ochrony siedlisk ptaków wodnych i błotnych, gdzie występują liczne ich gatunki: gęsi gęgawy, żurawie i rzadkie okazy mew małych.



fot. TimeMachine

Na terenie województwa znajduje się spora liczba obszarów chronionego krajobrazu i rezerwatów przyrody. W tym osiem parków krajobrazowych, których łączna powierzchnia wynosi niemal osiemdziesiąt tysięcy hektarów. Na szczególną uwagę zasługuje Park Krajobrazowy „Łuk Mużakowa” wpisany na listę UNESCO. Na stosunkowo niewielkim terenie województwa spotkać można interesu-



fot. TimeMachine

jące okazy flory i fauny. Zarejestrowano tu ok. 90-u gatunków roślin objętych ochroną. Roślinność stepową podziwiać można na odcinku drogi Kostrzyn-Stubice. Fauna Ziemi Lubuskiej jest równie interesująca – występują tu liczne kormorany, bobry, jelenie, dziki, lisy, zające, daniele, sarny, bażanty i kuropatwy. Przy odrobinie szczęścia spotkać można łosia, cietrzewia, głuszca lub wilka. Do bogactw województwa należy również cenny przyrodniczo obszar Pojezierza Lubuskiego.

Parki krajobrazowe to:

- Barlinecko-Gorzowski Park Krajobrazowy
- Gryżyński Park Krajobrazowy
- Krzeziński Park Krajobrazowy
- Łagowski Park Krajobrazowy
- Park Krajobrazowy Łuk Mużakowa
- Park Krajobrazowy Ujście Warty
- Przemęcki Park Krajobrazowy
- Pszczewski Park Krajobrazowy.



WOJEWÓDZTWO ŁÓDZKIE

Województwo Łódzkie leży w centralnej Polsce. W promieniu 200 km znajduje się większość najważniejszych miast kraju, a w obrębie 1500 km – prawie wszystkie stolice europejskie. Obszar województwa to 18219 km², czyli 5,9% terytorium Polski.

Dzisiejszy obszar Województwa Łódzkiego tworzą historyczne ziemie: sieradzka, łęczycka, wieluńska, rawska, opoczyńska i Księstwo Łowickie. Region łódzki jest obszarem różnorodnym pod względem kultury, tradycji i obyczajów. Istniejące na jego terenie regionalne więzi kształtowały się w ramach ziem historycznych, tworzących obecnie na mapie województwa swoiste podregiony. Zróżnicowanie etniczne i wzajemne przenikanie się kultur wielu narodowości wytworzyły niepowtarzalny charakter ziemi łódzkiej.

Konno, rowerem, pieszo

Województwo łódzkie można zwiedzać podróżując autem, ale lepiej poznamy piękne tereny płynąc szlakiem wodnym, pieszo przemierzając szlaki, pedałując na rowerze albo... mknąc na końskim grzbiecie. W województwie wytyczono prawie 100 szlaków rowerowych, prowadzących przez najpiękniejsze zakątki regionu. Cztery rzeki: Warta, Pilica, Bzura i Rawka oraz dwa sztuczne akweny: Zalew Sulejowski i zbiornik Jeziorsko czekają na amatorów sportów wodnych, żeglarzy i wędkarzy. Na turystów czeka również najdłuższy szlak konny w Europie o długości 1,8 tys. km.

Na trasie pięciu szlaków kulturowych: bursztynowego, romańskiego, cysterskiego, kolei warszawsko-wiedeńskiej i grunwaldzkiego można podziwiać zabytkowe miasta, zamki, klasztory, pałace i kościoły. Perłami architektury są m.in. archikolegiata w Tumie, opactwo w Sulejowie i kościół w Inowłodzu. Warto przejechać się rogowską koleją wąskotorową z 1915 r., zbudowaną w na potrzeby frontu niemiecko-rosyjskiego, a w Konewce k. Spały zwiedzić bunkry kolejowe, wzniesione przez hitlerowców.



foto. Archiwum Urzędu Marszałkowskiego w Łodzi

foto. TimeMachine

WOJEWÓDZTWO ŁÓDZKIE – ŚRODEK POLSKI



foto: Archiwum Urzędu Marszałkowskiego w Łodzi

Region łódzki to raj dla miłośników historii. Latem w Konopnicy odbywa się Europejskie Święto Bursztynu, nad Wartą spotykają się starożytni Rzymianie, wikingowie i słowiańscy wojowie, a w Łęczycy i Uniejowie wielbiciele turniejów rycerskich. Co roku w czerwcu pod Bolimowem odbywają się inscenizacje walk z okresu I wojny światowej, a w rocznicę wybuchu II wojny światowej inscenizacje bitwy nad Bzurą z 1939 r.

Województwo łódzkie powstało z połączenia wielu zróżnicowanych etnograficznie regionów. Do dziś żywe są w tych regionach dawne tradycje i obyczaje. Wszędzie głodny i spragniony turysta może liczyć na spróbowanie lokalnych potraw i nalewek oraz atrakcje, przeznaczone nie tylko dla wielbicieli folkloru.

W centrum kultura

Co kojarzy się z kulturą w regionie łódzkim? W Łodzi przychodzą na myśl: filmówka i jej słynni absolwenci; postindustrialna, mocno zniszczona architektura; Władysław Strzemiński i Katarzyna Kobro, których prace eksponowane są w Muzeum Sztuki w Łodzi i ms2 razem z Międzynarodową Kolekcją Sztuki Nowoczesnej grupy „a.r.”. Wreszcie ulica Piotrkowska z jej niepowtarzalnym, secesyjnym klimatem; misie Uszatek i Colargol ze studia Se-ma-for, a ostatnio również Fashion Week, Łódź Design i Festiwal Komiksu.

Stolica województwa Łódź – od wielu lat wykorzystuje swe atuty (historyczną wielokulturowość) i znane na

świecie marki: Międzynarodową Kolekcję Sztuki Nowoczesnej, Muzeum Kineematografii, Państwową Wyższą Szkołę Filmową, Telewizyjną i Teatralną, Teatr Wielki, Akademię Sztuk Pięknych, a także zrewitalizowaną Manufakturę.

Odretaurowane przestrzenie starych fabryk, rezydencje XIX-wiecznych przemysłowców, dawne osiedla robotnicze urzekają niepowtarzalnym klimatem i przyciągają twórców. W Łodzi odbywają się międzynarodowe festiwale: Fashion Week Poland, Fotofestiwal, Łódź Design, Forum Kina Europejskiego „CINERGIA”, Międzynarodowy Festiwal Komiksu, Międzynarodowy Festiwal Teatralny „Nowa Klasyka Europy”, a także imprezy, odwołujące się do dziedzictwa włókienniczego Łodzi, jak Międzynarodowe Triennale Tkaniny, które w 2010 r. miało już 13. edycję. Aby lepiej poznać historię miasta, warto wybrać się do Muzeum Miasta Łodzi czy Centralnego Muzeum Włókiennictwa i Skansenu Architektury Drewnianej. O tym, co najważniejsze we współczesnej sztuce, dowiemy się w nowoczesnych instytucjach kultury: Łódź Art Center, Fabryce Sztuki, galeriach: Atlas Sztuki czy Manhattan. W Łodzi siedzibę mają także instytucje animujące życie kulturalne w całym regionie: Łódzki Dom Kultury, Teatr im. Stefana Jaracza, który jako jedyny teatr w Polsce posiada cztery sceny zamiej-



Cerkiew, fot. Dariusz Śmigieński

scowe, Teatr Wielki, Filharmonia Łódzka, Muzeum Archeologiczne i Etnograficzne, Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna oraz Muzeum Sztuki.

Z regionem łódzkim kojarzymy natomiast: łowickie wycinanki i kolorowe stroje ludowe, kwietne dywany w Spycimierzu w Boże Ciało, pałace w Walewicach i Nieborowie. Wielbiciele bluesa wspomną o Nocy Bluesowej w Rawie Mazowieckiej, fryzjerzy o sieradzkim Open Hair – największym festiwalu sztuki fryzjerskiej w tej części Europy, a wszyscy – o rezydencji łęczyckiego zamku diable Borucie.

Tymczasem nasz region ma znacznie bogatsze dziedzictwo kulturowe, które zamierza propagować i reklamować gdzie się da. Region łódzki to unikatowe zabytki na szlakach: bursztynowym, cysterskim, romańskim, kolei warszawsko-wiedeńskiej, wspaniałe budowle sakralne w Inowłodzu, Tumie, park kulturowy „Miasto tkaczy” w Zgierzu. Podczas wycieczki po województwie warto odwiedzić skanseny: wsi łowickiej w Maurzycach i rzeki Pilicy w Tomaszowie Mazowieckim. W wakacje w wielu miejscowościach odbywają się koncerty Wędrownego Festiwalu Filharmonii Łódzkiej „kolory Polski”, w Łowiczu Ogólnopolskie Spotkania Folklorystyczne, w Lipcach Reymontowskich „Międzynarodowe Dni Reymonta”.



foto: TimeMachine

Region łąk i lasów

Gość, ale i przeciętny mieszkaniec naszego regionu, nie ma pojęcia, że województwo łódzkie – mimo że położone w centrum kraju – posiada duże obszary naturalnych, nieskażonych lasów, malownicze i przepiękne rzeki: Wartę, Bzurę i Pilicę, które wraz ze swymi nieprzekształconymi dolinami, urwistymi zboczami, objęte są ochroną prawną, liczne polany i łąki o wysokiej bioróżnorodności. W Puszczy Bolimowskiej na przykład sposób użytkowania terenów przez stulecia sprawił, że na polanach wykształciły się bardzo rzadkie zespoły roślinne. Na największej i najpiękniejszej polanie – Siwicy – zobaczyć można żerujące bociany czarne oraz żurawie.

Produkty z tradycją

Wojewódzkie łódzkie było mieszkanką wielu kultur, mieszały tu różne narodowości. Ślad ich obecności pozostał także w kuchni. W każdym mieście, miasteczku czy w gminie można znaleźć specjalia, wywodzące się z tej wielokulturowości



foto: TimeMachine

kie powidła, ser opalany łaski – produkt o wielowiekowej tradycji, obsuszany na słomie owsianej na kuchennej płycie. Tak utrwalony ser był podstawą pożywienia pielgrzymujących do Częstochowy łaskich rolników. Łódzkie zalewajką słynie – nic dziwnego więc, że ta świetna zupa również otrzymała „Perłę” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo”. O miano „zalewajkowej kolebki” rywalizują dwie łódzkie miejscowości: Buczek w gminie Brzeziny, gdzie już od kilku lat odbywa się konkurs na najlepszą zalewajkę oraz Radomsko, które od 2010 roku organizuje Ogólnopolski Festiwal Zalewajki. Zalewajkę robi się z najbardziej dostępnych i powszechnych składników: wody, ziemniaków, cebuli i zakwasu. W XIX w. była powszechnym posiłkiem ubogiej ludności w Łodzi i okolicach, jednocześnie doceniano jej wspaniały smak, stąd zachwyty poety nad „zupą królową”...

Niedaleko Brzezin leży wieś Nagawki. Słynie z pozostałości zespołu dworsko-folwarcznego i ...napitków z procentami. Miejscowi mieszkańcy od lat wyrabiają owocowe nalewki. Dla amatorów napojów bezalkoholowych wskazana jest wizyta w Kopyści pod Łaskiem, gdzie wytwarzany jest kwas



foto: TimeMachine

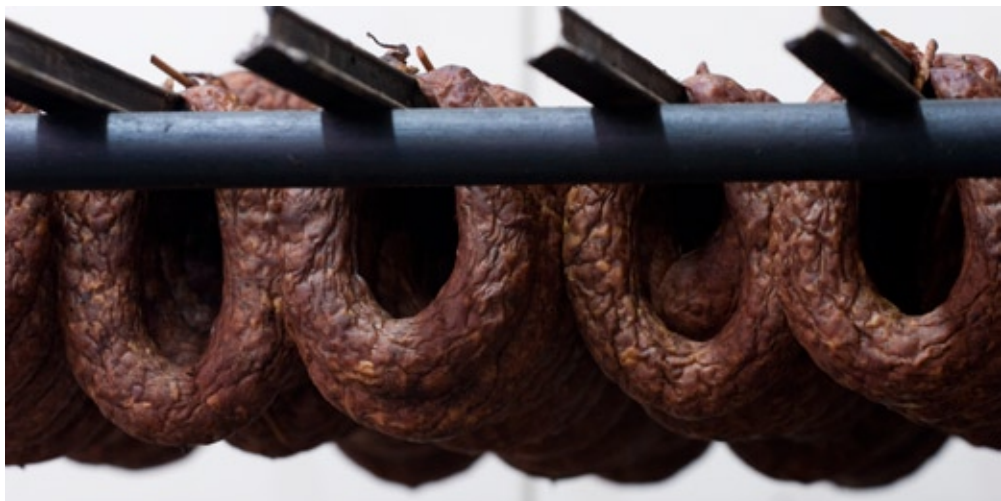


fot. TimeMachine

chlebowy i kwas buraczany. Łask to korbka piwa – jedno z nich, piwo miodowe firmy „Koreb”, także może poszczycić się „Perłą”. Kto lubi dobre, tradycyjne wędliny, może zawitać do Jordanowa, gdzie w małej masarni produkuje się tradycyjne kielbasy i gdzie posmakuje „perłowej” jordanowskiej kielbasy jałowcowej. Do świetnych wędlin pasuje chrzan nadwarciański, uprawiany od lat 20. ubiegłego wieku w okolicach Pajęczna i ogórki kwaszone spod Wielunia.

Chrzan był zawsze ceniony nie tylko ze względu na smak, ale również na swoje właściwości lecznicze. Dzięki tym właściwościom wykorzystywano go w kuchni jako środek konserwujący, zapobiegający psuciu się przetworów czy mięs. Chrzan nadwarciański to produkt z województwa łódzkiego godzien

szczególnej uwagi. Jest uprawiany w części południowo-zachodniej regionu. Jako roślinę uprawową sprowadzony został z Niemiec ok. 1926 r., przez Oskara Paszke, właściciela majątku ziemskiego Beresie Małe. Przez kilka lat chrzan uprawiano tylko w majątku: laski wysyłano do Niemiec i wykorzystywano na własne potrzeby. Po II wojnie światowej, kiedy majątek rozparcelowano, sadzonki chrzanu trafiły do okolicznych wsi. Od tam jest uprawiany w czterech gminach województwa łódzkiego: Kiełczygłów, Siemkowice, Osjaków i Rusiec. Sprzedawany jest w postaci lasek, ale przede wszystkim jako „chrzan nadwarciański po staropolsku”. W takiej też postaci otrzymał nagrodę „Perły” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów” w 2005 roku. Dwa lata póź-



fot. TimeMachine

niej został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych jako „chrzan w laskach”, a w 2008 r. jako „chrzan nadwarciański po staropolsku”.

Województwo łódzkie od roku 2000 wzięło udział w dziewięciu edycjach konkursu „Nasze Kulinarne Dziedzictwo”. Spośród zgłoszonych do konkursu produktów prestiżową „Perłą” wyróżnionych zostało osiem oraz jedno danie. Pierwszym „perłowym” produktem w Łódzkiem była jagnięcina po krzętowsku, pochodząca z hodowli zachowawczej owcy świniarki Urszuli Baranowskiej-Pietruczuk.



W kolejnych finałach – odbywających się w Piotrkowie Trybunalskim, w czasie Targów „Rol-Szansa” – o nagrody ubiegały się najciekawsze produkty Ziemi Łódzkiej, mocno posadowione w tradycyjnej kuchni regionu. Komisje konkursowe miały więc niezmiernie trudne zadanie wybrania spośród nich wyrobów, które powinny otrzymać nagrody. Do tych najbardziej tradycyjnych specjalistów należą: szynka wieluńska z lagi, dziczyna po chłopsku, kielbasa chłopska obsuszana w piecu chlebowym, kiszka ziemniaczana wieruszowska, bakaliowy makowiec, wiejskie masło z Lubochni, chleb wiejski z Karczowa i szynka ze świni zwisłouchy zapiekana w cieście chlebowym. Uznanie jury zdobyły także: miód akacjowy z Doliny Rzeki Mrogi, jarzębinówka, nalewka na pączku sosny, dereniówka oraz wino z liści dębu.



fot. TimeMachine

Tradycyjne dożynki

Każdego roku, od początku września w każdym województwie, gminie, a nawet w niektórych wsiach odbywają się dożynki. Czas podsumowań w rolnictwie, ale też czas festynów i kiermaszy. Podobnie jest także w Spale (gm. Inowódz), z tym, że są to Dożynki Prezydenckie. Mają, więc, inny wymiar i inną skalę.



fot. TimeMachine

Tradycję corocznych uroczystości dożynkowych w Spale zapoczątkował prezydent Rzeczypospolitej Polskiej Ignacy Mościcki. W Spale, leżącej nad Pilicą, w środku lasów, znajdowała się letnia siedziba prezydentów Polski. Pierwsze dożynki pod patronatem Ignacego Mościckiego odbyły się w 1927 roku. I odtąd – aż do września 1938 r. – odbywały się już co roku.

We wrześniowe dni ciągnął do Spaly barwny tłum z różnych zakątków Polski, jechali politycy, artyści i gapię. Na pierwsze dożynki przyjechało podobno 10 tysięcy gości. W następnych latach uczestników przybywało. Dlatego też na potrzeby tej uroczystości w 1928 roku zbudowano stadion, a potem halę, w której mogło zmieścić się 38 tys. osób.

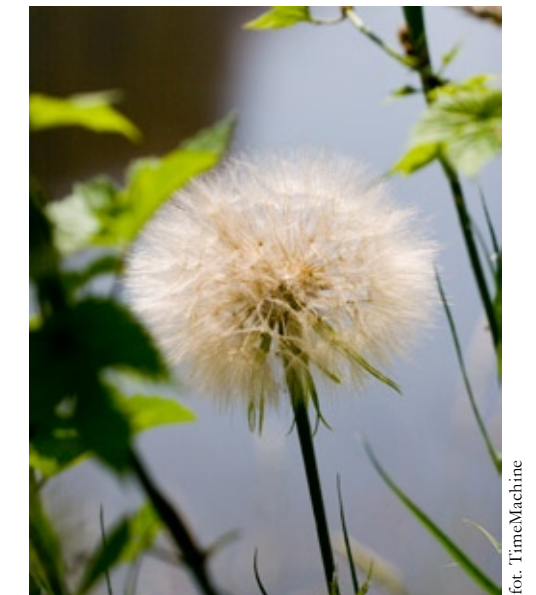
Po II wojnie na długie lata zaniechano organizowania dożynek w Spale. Dopiero prezydent Aleksander Kwaśniewski w 2000 roku przywrócił tę tradycję. Po zakończeniu jego kadencji w Spale odbywały się tylko dożynki regionalne. Po trzech latach, ówczesny prezydent Lech Kaczyński uznał, że należy wrócić do pięknego zwyczaju – prezydenckich dożynek w Spale. I tak jest do dzisiaj. Dożynki odbywają się pod patronatem i z udziałem prezydenta Bronisława Komorowskiego.



Opracowanie: Wydział Promocji, Urząd Marszałkowski w Łodzi; Polska Izba Produktu Regionalnego i Lokalnego; Departament Rolnictwa i Środowiska Urząd Marszałkowski w Łodzi. **Zdjęcia:** Archiwum Urzędu Marszałkowskiego w Łodzi

Najciekawsze imprezy kulinarne

- Wojewódzkie Święto Truskawki w Buczku k/Łasku (czerwiec)
- Festiwal i Targi Dobrej Żywności „Książackie Jadło” w Łowiczu (sierpień)
- Dzień Cebulowy w Grabowie (wrzesień)
- W tym roku, po raz pierwszy po długiej przerwie, zorganizowane zostało Święto Chrzanu w Osjakowie. Impreza tam ma na stałe zagościć w kalendarzu wydarzeń w regionie (wrzesień).
- II Ogólnopolski Festiwal Zalewajki w Radomsku (wrzesień)
- XXXIV Ogólnopolskie Dożynki Ogrodnicze Skierniewickie Święto Kwiatów, Owoców i Warzyw (wrzesień)
- Dożynki Prezydenckie w Spale (wrzesień)
- Wojewódzki Dzień Ziemniaka Świnice Warckie (wrzesień)
- Międzynarodowe Targi Dni Naturalnej Żywności NATURA FOOD Łódź teryny targowe (październik)
- Projekt „Kreowanie marki ŁÓDZKIE poprzez promocję tradycyjnych smaków regionu” (październik podczas targów Natura Food). W tym: wojewódzki konkurs produktów tradycyjnych Tygiel Smaków, I konkurs kulinarny dla uczniów szkół gastronomicznych z terenu województwa łódzkiego *Tradycyjne smaki regionu*, warsztaty i pokaz dla szefów kuchni z terenu województwa łódzkiego.



fot. TimeMachine



WOJEWÓDZTWO MAŁOPOLSKIE

Swoją nazwę region wzięt od łacińskiego Polonia Minor – Młodsza Polska, młodsza od Wielkopolski, kolebki naszego kraju. Województwo małopolskie, jako jedyne, ma prawo do posiadania w swoim herbie godła Państwa Polskiego, czyli białego orła w koronie, z głową zwróconą w prawą stronę, na czerwonym tle. Wszak dewizą województwa było: Mater et Metropolis Omnium Terrarum Poloniae (pol. Matka i stolica wszystkich ziem Polski).

Przez okres zaborów większa część Małopolski należała do Królestwa Polskiego (tzw. Kongresówka) w zaborze rosyjskim, a mniejsza, południowa do Galicji w zaborze austriackim. Dzisiejsze różnice kulturowe, a więc także jedzeniowe mają w tym podziale swoje źródło. Historycznie Małopolska to nie najlepsze ziemie, zagęszczenie ludności, niedochodowe gospodarstwa. To przecież z Galicji wzięto się znane określenie „nędza galicyjska”. To stąd pochodziła większość polskich emigrantów „za chlebem”. Wędrowali na zawsze za ocean, a sezonowo (bandosi) do bogatszych krajów Europy.

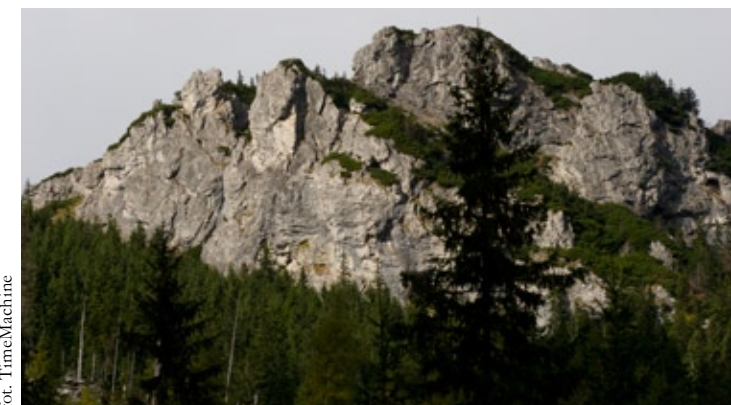
Dzisiejsze województwo małopolskie, w swym obecnym kształcie, powstało po ostatniej reformie administracyjnej w 1999 roku. Zajmuje powierzchnię ponad 15 tys. km², i jest jednym z mniejszych regionów Polski. W regionie mieszka ponad 3 mln osób. Małopolska charakteryzuje się wysokim poziomem wzrostu gospodarczego. Działa tu ponad 300 tys. podmiotów gospodarczych. Jest jedynym regionem w Polsce, w którym występują złoża ropy naftowej i gazu ziemnego, złoża siarki i gipsów, cynku i ołowiu, piaskowce i wapienie.

Małopolskę można podzielić na trzy strefy gospodarcze od południowych do północnych krańców województwa;

– pierwsza – z górami – to obszar mało efektywnej gospodarki rolnej i leśnej. 52 proc. powierzchni zajmują tereny rolnicze, na których działają rozdrobnione gospodarstwa rolne. To na tym terenie głównym źródłem dochodu jest turystyka wypoczynkowa i zdrowotna;

– druga – w której znajdują się ośrodki przemysłowe: Kraków, Oświęcim, Wadowice, Chrzanów, Trzebinia, Olkusz, Myślenice, Bochnia i Tarnów. Tu też rozwija się przemysł rolno-spożywczy;

– trzecia, wreszcie, posiada najlepsze w Małopolsce warunki do prowadzenia produkcji rolnej. Ponad 73 proc. powierzchni to intensywnie wykorzystywane użytki rolne.



for. TimeMachine

for. TimeMachine



MAŁOPOLSKA

for. TimeMachine



foto: TimeMachine

Świstak, kozica i smrek

Województwo małopolskie jest bardzo atrakcyjnym regionem turystycznym: góry, skałki, doliny, lasy, rwące potoki, Wisła i Dunaj. Na terenach północno-zachodnich rozciąga się Wyżyna Krakowsko-Częstochowska (najwyższe wzniesienie 512 m n.p.m.) z ostańcowymi skałkami wapiennymi i jaskiniami. Na północnym wschodzie leży Niecka Nidziańska – łagodne zagłębienie w obrębie Wyżyny Małopolskiej. Wzdłuż Wisły, po obu jej stronach, ciągną się: część Kotliny Oświęcimskiej, Brama Krakowska, fragment Kotliny Sandomierskiej (Północne Podkarpacie). Południowa część województwa leży na obszarze



foto: TimeMachine

Karpat Zachodnich, gdzie pas północny obejmuje Pogórze Zachodniobeskidzkie, Pogórze Środkowobeskidzkie, Beskidy Zachodnie (Beskid Makowski, Gorce, Beskid Sądecki, Beskid Wyspowy, Beskid Żywiecki) oraz część Beskidów Środkowych (m.in. Beskid Niski). Natomiast południowy pas Karpat Zachodnich to Podhale wraz z Pieninami oraz Tatry, najwyższe góry w Polsce (najwyższy szczyt, Rysy – 2499 m n.p.m.).

Region niemal w całości leży w dorzeczu Wisły. Tylko rzeka Orawa należy do dorzecza Dunaju, a więc zlewiska Morza Czarne. Główne rzeki w tym regionie to, oprócz Wisły, jej dopływy – Skawa, Raba, Prądnik, Dunajec, Poprad i Biała. Naturalne jeziora występują jedynie w Tatrach: 43 małe wysokogórskie zbiorniki polodowcowe. Największe z nich to Morskie Oko (34,9 hektarów), a najgłębsze – Wielki Staw (79,3 m głębokości). Trzy sztuczne zbiorniki utworzono na Dunajcu: w Rożnowie, Czorsztynie i Czochowie; jeden powstał na Rabie w Dobczycach.

W Małopolsce lasy zajmują niecałe 30 proc. jej powierzchni. Najbardziej zalesione są powiaty tatrzański i suski. Najmniej lasów jest w powiecie proszowickim, w którym gleby są tak urodzajne, że przeznaczono je pod uprawy. Największe kompleksy leśne znajdują się w Gorcach, Beskidzie Sądeckim i Żywieckim oraz w Tatrach. Na wschód od Krakowa rozciąga się Puszcza Niepołomska, która jest pozostałością ogromnych lasów pokrywających te tereny w średniowieczu.

W Małopolsce jest aż 6 parków narodowych. Dwa z małopolskich parków narodowych uznano również za światowe rezerwy biosfery.

Tatrzański Park Narodowy – największy z małopolskich parków, chroni polodowcową, alpejską rzeźbę Tatr, a także ich przyrodę. To jedyne miejsce w Polsce, gdzie można zobaczyć świstaka i kozicę, można też spotkać niedźwiedzie brunatne.

Babiogórski Park Narodowy – nad tym położonym na południu Małopolski parkiem króluje Babia Góra (1725 m n.p.m.), najwyższy szczyt pasma Beskidów. Masyw Babiej Góry to część Europejskiego Działu Wodnego: rzeki z północnych stoków góry spływają do Morza Bałtyckiego, a te z południowych – do morza Czarne.

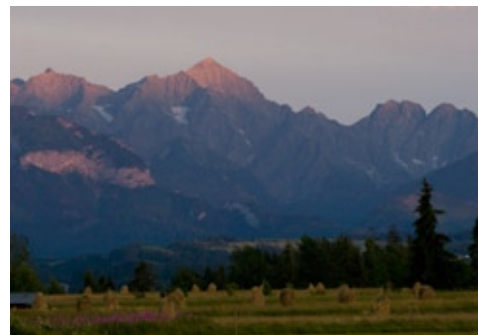


foto: TimeMachine

Pieniński Park Narodowy – znajduje się w całości na terenie pasma Pienin. Można podziwiać przełom Dunajca, Trzy Korony i Sokolicę. Na niewielkim (23,5 km²) obszarze parku żyje ponad 13 tysięcy gatunków fauny. Połowa całej fauny Polski! W Pieninach występuje aż 1 555 gatunków motyli, w tym 20 gatunków typowych dla terenów górskich.

Ojcowski Park Narodowy – ochronie poddano tu jurajski krajobraz doliny rzeki Prądnik, znany ze skał o fantastycznych kształtach i równie fantastycznych nazwach: Maczuga Herkulesa, Igła Detymy, czy Brama Krakowska. Można tu zwiedzać jaskinie: Łokietka i Ciemną. Są liczne żeremia bobrów, a w jaskiniach – kolonie nietoperzy. Oprócz pięknych krajobrazów oraz ciekawych okazów fauny i flory warto zobaczyć piękny renesansowy zamek w Pieskowej Skale i ruiny średniowiecznej warowni w Ojcowie.

Gorczański Park Narodowy – położony jest na terenie grupy górskiej Gorców. 95% powierzchni parku to lasy. Symbolem parku jest salamandra plamista, największy w Polsce płaz ogoniasty. Przez Gorce wiedzie „szlak trzech szczytów” – Gorc, Lubań i Turbacz. W czasie wędrówki można zobaczyć tradycyjny wypas owiec na halach

Magurski Park Narodowy – jest jedną z najbogatszych w Polsce i Europie ostoi dzikiej zwierzyny. Żyją tu żbiki (jedno z nielicznych stanowisk w Europie) i rysie, okresowo pojawiają się niedźwiedzie brunatne, a do stałych mieszkańców należą wilki, jelenie, dziki i borsuki. Z ptaków spotkać można orlika krzykliwego, który podobnie jak żbik i kilkanaście innych gatunków (m.in. ptaków, nietoperzy i ryb) wpisany został do Polskiej Czerwonej Księgi Zwierząt zagrożonych wyginięciem.

Obok sześciu parków narodowych, w Małopolsce jest też 11 parków krajobrazowych. Ochroną objęto m.in. krajobraz



foto: TimeMachine

Jury Krakowsko-Częstochowskiej, podkrakowskich wapiennych dolinek, okolicy klasztorów w Tyńcu i na Bielanych, akwen Jeziora Rożnowskiego, łagodnie zbiega Beskidu Sądeckiego ze szczytami Radziejowej i Jaworzyny Krynickiej.

Na terenie małopolskich parków krajobrazowych znajdują się niezwykle cenne zabytki, jak choćby wpisany na listę UNESCO drewniany kościółek św. Leonarda w Lipnicy Murowanej, zamek w Nowym Wiśniczu. Warto zobaczyć też cuda przyrody: rezerwat „Skamieniałe Miasto” koło Ciężkowic, Sokolicę – skalne urwisko w Dolinie Będkowskiej koło Krakowa, przełomową dolinę Popradu. Popradzki Park Krajobrazowy słynie z wód mineralnych, które można pić w Krynicy, Muszynie, Pivnicznej albo Żegiestowie.

Kapliczki z drewna i zamki na szczytach

Małopolska to nie tylko fascynująca przyroda, ale także unikatowe zabytki. Większość turystów swoją podróż po regionie zaczyna i ... kończy w Krakowie. Ale bogactwo kulturowe można znaleźć także poza Krakowem.

Szlak architektury drewnianej w Małopolsce ponad 1500 km i obej-



foto: TimeMachine

muje ponad 200 drewnianych zabytków. Należą do nich kościoły, cerkwie, kaplice, dzwonnice, spichlerze, wiejskie chałupy i szlacheckie dwory. Drewniane kościółki i cerkwie zachowały się w Krakowie i Zakopanem, jak też w zapomnianych wsiach. To tam są najcenniejsze, choć rzadko odwiedzane – znajdują się daleko od głównych węzłów komunikacyjnych.

Cztery zabytkowe kościoły małopolski zostały wpisane na Listę Światowego Dziedzictwa Kulturalnego i Naturalnego UNESCO:

– kościół św. Michała Anioła w Dębnie z II połowy XV wieku, z cennymi zabytkami rzeźby gotyckiej oraz ołtarzem głównym i drewnianym, malowanym tabernakulum;

– kościół św. Leonarda w Lipnicy Murowanej jest przykładem drewnianego gotyku. Najcenniejszy zabytek to płasko-rzeźba z końca XIV wieku przedstawiająca Zaśnięcie Najświętszej Marii Panny.

– kościół w Sękowej został wzniesiony z ręcznie ciosanych modrzewiowych bali, bryłę obiegają szerokie podcienia;

– kościół w Binarowej późnogotycki, w którego nawie, kaplicy i zakrystii znajdują się nadwieszane nad tymi pomieszczeniami chóry muzyczne.

Do zabytków szlaku zalicza się także prowincjonalne drewniane miasteczka z dobrze zachowanymi dawnymi układami urbanistycznymi: Stary Sącz, miasto istniejące już w XIII wieku; Sucha Beskidzka, dawna targowa osada z ładną karczmą; Tylicz z niezwykłą cerkwią osiemnastowieczną; Zakliczyn o szesnastowiecznym układzie urbanistycznym. Najpiękniejsza jest Lanckorona, miejsco-



foto: TimeMachine

wość powstała z osady spod czternastowiecznego zamku warownego. To miasteczko w powiecie wadowickim polubiły artyści z całej Polski.

Szlak architektury drewnianej to także drewniane dwory i dworki, a wśród nich rezydencja szlachecka w Laskowej z 1677 roku - dwór parterowy, biało otynkowany i nakryty gontowym dachem. Całość uzupełniają zabudowania folwarczne z XVIII wieku i kapliczka z figurą św. Jana Nepomucena.

Godne obejrzenia są również małopolskie zamki:

– w Nowym Wiśniczu, usytuowany na wzniesieniu porośniętym drzewami. Zniszczony przez Szwedów popadł w ruinę. Obecnie mieści się tu ośrodek kulturalno-artystyczny i trwają prace konserwacyjne



foto: TimeMachine



foto: TimeMachine

– w Dębnie jedyny w Małopolsce zamek rycerski wybudowany w XV wieku. Dziś działa w nim muzeum, organizowane są różne imprezy i koncerty muzyki dawnej. Największą imprezą jest Turniej Rycerski „O Złoty Warkocz Tartłowny”.
– Zamek Tropsztyn – budowla warowna w gminie Czchów, na stromym półwyspie, oblany z trzech stron rzeką Dunajec. Historia zamku jest niezwykła, to z nim związana jest legenda o skarbie peruwiańskich Inków. Na przeciwnym brzegu Dunajca, znajduje się zabytkowy kościół romański, który razem z zamkiem nazywany jest „Bramą Sądecczyzny”

Ciekawe ruiny zamków znajdują się w Melsztynie, koło Zakliczyna można zwiedzać ruiny zamku Leliwitów. Po południowej stronie Tarnowa wznosi się Góra Marcina, na której widać ruiny zamku Tarnowskich. Przy trasie z Gródka do Rożnowa są ruiny gotyckiego zamku z XIV wieku, a w Czchowie ruiny zamku, nazywanego Basztą.

W 1978 r. na listę światowego dziedzictwa kulturowego przyrodniczego UNESCO wpisana została kopalnia soli w Wieliczce. Kopalnia ma 9 poziomów, pierwszy znajduje się 64 m pod

foto: TimeMachine



foto: TimeMachine

powierzchnią ziemi, zaś ostatni – 327 metrów. W kopalni działa muzeum żup Krakowskich. Najstarszą częścią kopalni jest Szyb Goryszowski powstały w XIII w., czynny bez przerwy do XX wieku. Także tutaj jest kaplica św. Kingi, największa na świecie świątynia, znajdująca się pod ziemią. Odbývają się w niej msze oraz koncerty – cechą charakterystyczną kaplicy jest doskonała akustyka. Szczególną cechą kopalni jest unikalny mikroklimat, dlatego w komorze Jezioro Wessel prowadzone są turnusy rehabilitacyjne, przeznaczone dla osób ze schorzeniami górnych dróg oddechowych.

Na Pogórzu Ciężkowickim, w pobliżu Ciężkowic znajduje się rezerwat przyrody nieożywione (15 ha). W rezerwacie tym znajduje się grupa dużych skałek, które erozja ukształtowała w fantazyjne kształty. Dlatego też są nazywane skalnym miastem. Nieopodal znajduje się również niewielki wodospad. W samych Ciężkowicach znajduje się zabytkowy kościół parafialny z XVI wieku p.w. św. Bartłomieja Apostoła. W miasteczku można podziwiać średniowieczny układ miasta pochodzący z czasów lokacji, a także pozostałości XIX-wiecznej zabudowy przy rynku i ulicach doń przylegających.

Niedaleko Krakowa, nad brzegiem Wisły, na skalistym wapiennym wzgórzu wznosi się, piękna i budząca podziw budowla. To opactwo benedyktynów w Tyńcu. Ponoć klasztor ufundował Kazimierz Odnowiciel. Inni badacze uważają, że fundatorem był Bolesław Szczodry i wiążą to z jego koronacją. Jednak pierwsze potwierdzone informacje o opactwie



foto: TimeMachine

pochodzą z XII wieku. Wtedy to legat papieski, kardynał Ldzy z Tusculum, poświęcił kościół i wystawił dokument potwierdzający posiadłość opactwa. W XVI wieku nastąpił rozkwit opactwa benedyktyńskiego. Przed pierwszym rozbiorem Polski konfederaci zamienili opactwo na twierdzę, z której stawiali zacięty opór wojskom rosyjskim. Zabudowania klasztorne zostały zrujnowane, jednak benedyktyni odbudowali je po raz kolejny. Opactwo tynieckie trafiło pod zabór austriacki. W 1816 roku władze austriackie wydały rozkaz likwidacji opactwa. W latach 30. dwudziestego wieku belgijskie opactwo św. Andrzeja w Brugii stało się ośrodkiem formacji polskich powołań benedyktyńskich. Wtedy też biskup krakowski, Adam Sapieha, oddał ruiny dawnego opactwa na miejsce nowej fundacji. Mnisi powrócili do Tyńca w 1939 roku, a od 1947 zaczęli odbudowę zniszczonego zespołu klasztornego. Pracę ukończyli w 2008 roku. W 1968 r. kościół św. Piotra i Pawła znowu stał się opactwem. W roku 2006 opat Bernard Sawicki powołał do życia BENEDICITE Jednostkę Gospodarczą Opactwa Tynieckiego. Zajmuje się ona między innymi sprzedażą marki Produkty Benedyktyńskie. Także spożywcze.

Małopolska jest regionem, w którym wciąż dużą wagę przywiązuje się do tradycji. To tu nadal żywe są zwyczaje ludowe, zachowały się stare odmiany roślin i rasy zwierząt, a żywność często wytwarzana jest tradycyjnymi metodami. To w tym regionie, łącząc stare odmiany owoców, turystykę i ochronę środowiska, powstał w 2003 r. Małopolski Szlak Owocowy. Jego głównym celem jest promowanie i ochrona lokalnych zasobów dziedzictwa kulturowo-przyrodniczego oraz rozwój wspólnot i społeczności lokalnych w kontekście ochrony środowiska. Zaś najważniejszym założeniem stał się rozwój przedsiębiorczości ekologicznej, przyjaznej środowisku i popularyzacja tradycyjnych zawodów w Małopolsce.

foto: TimeMachine



foto: TimeMachine



Małopolski Szlak Owocowy przebiega przez 23 gminy województwa, m.in. przez Łącko, Raciechowice, Laskową, Trzcianą, Gdów, Stary Sącz oraz Zawoję. Szlak obejmuje prawie 300 obiektów, w tym 156 gospodarstw i obiektów sadowniczych. Wszystkie obiekty oznakowano tabliczkami Małopolskiego Szlaku Owocowego. Szlak przebiega oznakowanymi odcinkami dróg i wskazuje gospodarstwa, w których można degustować i kupić owoce, poznać zasady ich uprawy i zobaczyć w jaki sposób mogą być prze-

tworzane. Owoce Małopolskiego Szlaku Owocowego to: borówki, gruszki, jabłka, śliwy, czereśnie, brzoskwinie, truskawki, wiśnie, czarne porzeczki, czerwone porzeczki, maliny, agrest, aronia, orzech włoski oraz winogrona.

Od 2004 r. w województwie realizowany jest projekt „Małopolski Smak”, którego celem było utworzenie regionalnego święta producentów i miłośników lokalnych potraw. W 2005 r. odbyła się pierwsza edycja Małopolskiego Festiwalu Smaku. Odbyły się półfinały w Zakopanem i Tarnowie, a Wielki Finał – w Krakowie. W kolejnych latach półfinałów przybywało i w 2011 było ich już siedem. Małopolski Festiwal Smaku to nie tylko letnia edycja. Wielkanocny Małopolski Smak na Rynku Głównym w Krakowie towarzyszy w kwietniu Targom Wielkanocnym, a w grudniu Wigilijny Małopolski Smak towarzyszy Targom Bożonarodzeniowym.

Najsłynniejszym produktem kojarzonym z regionem jest oscypek, posiadający od 2007 r. znak unijny – Chronioną Nazwę Pochodzenia. Równie dobrze są znane bryndza i redykołki, kielbasa liwiecka i miód spadziowy, chleb prądnicki i obwarzanek krakowski, śliwowica łącka i zentyca. Małopolska w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo” uczestniczy od początku. Produkty, które ubiegają się o laur najbardziej posadowionego w tradycji kulinarnej regionu, robionego zgodnie ze znaną od wieków recepturą i technologią, zdobywały i zdobywają nagrodę „Perły”, są wpisywane na ministerialną Listę Produktów Tradycyjnych, otrzymują i aplikują o znaki unijne. Można je spotkać w specjalistycznych sklepach, na jarmarkach i kiermaszach w całej Polsce. Coraz częściej kupują je też cudzoziemcy.

foto: TimeMachine



foto: TimeMachine



Apetyczna Małopolska

Mazowsze.

serce Polski

Mazowsze (województwo mazowieckie) jest największym regionem w Polsce – jego powierzchnia wynosi 35 598 km², co stanowi ok. 11,4 proc. powierzchni kraju. Niemal całe województwo znajduje się w obrębie nizin środkowopolskich. Krajobraz regionu jest na jego przeważającej części nizinny, a charakterystycznym elementem ukształtowania rzeźby terenu są naturalne doliny dużych, środkowoeuropejskich rzek: Wisły, Bugu i Narwi.

Mimo, że na terenie Mazowsza leży największe polskie miasto, region zachował wiele ze swego naturalnego charakteru. Są tam duże kompleksy leśne, w tym ewenement na skalę europejską – Puszcza Kampinoska, będąca Parkiem Narodowym oraz wyznaczonym w ramach projektu UNESCO MaB (Man and the Biosphere) Rezerwatem Biosfery.

Mazowsze zamieszkuje ponad 5 milionów ludzi – 13,1 proc. ludności Polski – co czyni je najludniejszym województwem. Tu również znajduje się największe miasto w kraju – Warszawa. Liczy ona około 1,6 miliona mieszkańców, a wraz z miejscowościami przyległymi – 2,5 miliona, co tworzy z niej jedno z największych miast w tej części Europy. W aglomeracji warszawskiej mieszka zatem prawie 50 proc. ludności województwa, a ogółem w miastach – 64 proc. Do miast województwa należy zaliczyć jeszcze Radom z 230 tysiącami mieszkańców i Płock ze 130 tysiącami. Pozostałe są wyraźnie mniejsze.

Mazowsze to region rolniczy. Użytki rolne zajmują ok. 65 proc. powierzchni województwa (13 proc. terenów rolnych Polski). W tym: 71 proc. stanowią grunty orne, 25 proc. łąki i pastwiska, 4 proc. sady. Mazowsze jest zagłębiem ogrodnictwa i sadownictwa, 30 proc. powierzchni polskich sadów znajduje się na Mazowszu, co stanowi ponad 40 proc. krajowej produkcji owoców. Ponad połowa jabłek i 25 proc. truskawek jest wytwarzanych w województwie mazowieckim. Region Mazowsze jest również wiodącym producentem warzyw i drugim co do wielkości producentem zbóż w Polsce. Jest to także lider produkcji mleka, a silną jego stroną jest produkcja mięsa. Region, mając na względzie ochronę środowiska naturalnego,



for. Archiwum Urzędu



for. TimeMachine



Żelazowa Wola

kładzie duży nacisk na zrównoważony rozwój regionu. Wynikiem tych starań jest również szybki wzrost produkcji ekologicznej. Na obszarze województwa znajduje się już ponad 1000 gospodarstw ekologicznych.

Na Mazowszu ze względu na burzliwą historię nie zachowało się wiele oryginalnych miejsc dziedzictwa kultury materialnej. Pamiątką przeszłości Polski i regionu są m.in. Zamek Królewski w Warszawie, zabudowa Warszawy oraz liczne pałace i dworki szlacheckie w regionie.

Mazowsze jest atrakcyjnym regionem dla przedsiębiorców. Do lokowania inwestycji w województwie zachęca przede wszystkim wielkość rynku regionalnego i całego kraju, a także strategiczne dla działalności produkcyjnej i usługowej położenie. Istotnym powodem są dogodne połączenia z resztą kraju i Europy, dobrze rozwinięta infrastruktura teleinformatyczna, a także świetnie wykształcona, wysoko wykwalifikowana siła robocza. To zasługa działających w regionie wielu uznanych w świecie, wyższych uczelni i ośrodków badawczo-rozwojowych.

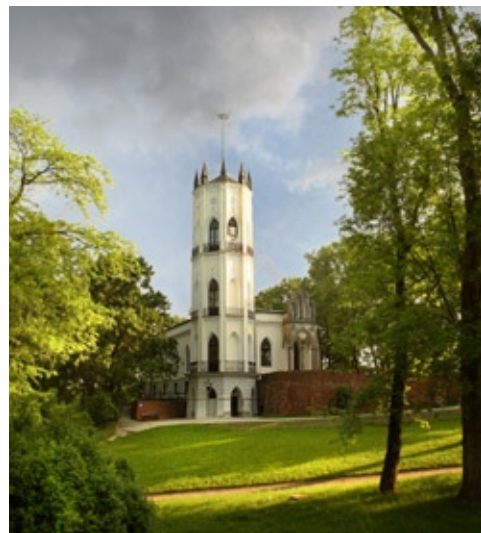
Mazowsze leży niedaleko od stolic europejskich. Od Paryża czy Londynu dzieli je zaledwie nieco ponad dwie godziny lotu samolotem, ponad godzinę – z Berlina. Rozbudowana sieć częstych połączeń lotniczych oraz kolejowych do głównych stolic Europy czyni Mazowsze i Warszawę łatwo dostępnymi. Dlatego też, Mazowsze to dobry pomysł zarówno na weekend w krajoobrazie, który tak

poruszył wyobraźnią wielkiego romantycznego kompozytora Fryderyka Chopina, jak i na miejsce dla prowadzenia interesów.

Turystyka regionalna kojarzy się głównie z Warszawą. To tu znajduje się wiele atrakcji i nowoczesnych budowli. Tu są znane zabytki – Łazienki Królewskie, Zamek, Pałac Kultury i Nauki; tu są największe w kraju centra handlowe, znane galerie i muzea, teatry i duża liczba kin. Jest ona ważnym ośrodkiem naukowo-kulturowym kraju i siedzibą Prezydenta, Sejmu i rządu.

Ulubionym miejscem turystów jest niewielki, zatopiony w zieleni dworek w Żelazowej Woli, miejsce urodzin Fryderyka Chopina. Licznie odwiedzane są: Stawisko – znajduje się tu Muzeum Biograficzne im. Anny i Jarosława Iwaszkiewiczów, mieszczące się w domu poety oraz Warka – Muzeum im. Kazimierza Pułaskiego, prezentujące polskiego i amerykańskiego bohatera narodowego, a także innych Polaków związanych z Ameryką. Kolejną miejscowością godną odwiedzenia jest Niepokalanów – miejsce związane ze św. Maksymilianem Kolbą, który w 1927 r. założył tu klasztor i ośrodek wydawniczy funkcjonujący do dziś.

Zainteresowaniem cieszy się **Płock**, jedno z największych miast Mazowsza, przez krótki czas, na przełomie XI i XII w., siedziba władców Polski. Najstarsza część miasta położona jest na Wzgórzu Tumskim, na wysokiej skarpie nad Wisłą. Warto zobaczyć katedrę, której budowę rozpoczęto w XII w., Stary Rynek z odnowionymi kamieniczkami i klasycystycznym ratuszem, a także unikatowe



Pałac Krasieckich w Opinogórze

Muzeum Secesji. Na szlaku turysty, wędrującego przez Mazowsze powinny się też znaleźć:

Ciechanów – symbolem miasta są potężne mury gotyckiego zamku Książąt Mazowieckich. Godne obejrzenia są dwa kościoły gotyckie z XIV w. W basztach zamku mieści się Muzeum Szlachty Mazowieckiej, z imponującymi zbiorami m. in. militariów. Na zamku i błoniach wokół niego odbywają się imprezy kulturalne i turnieje rycerskie.

Gołotczyzna – wieś w okolicy Ciechanowa, w której w willi Krzewnia mieści się Muzeum Pozytywizmu z pamiątkami po życiu i twórczości Aleksandra Świętochowskiego.

Krasne – wieś z gotycko-renesansowym kościołem i zabytkowym parkiem Krasieńskich z VIII wieku.

Maków Mazowiecki – niewielkie miasteczko z XV wieku. Warto zobaczyć Kościół pw. Bożego Ciała oraz lapidarium poświęcone pamięci makowskich Żydów. W granicach miasta na rzece Orzyc jest zalew (17 ha).

Mława – miasto wstawione bohaterską obroną w 1939 r. Są tu liczne fortyfikacje i działa Mauzoleum Żołnierzy Września. Cenną pamiątkę, pruskie bóstwo pogańskie, można zobaczyć w Muzeum Ziemi Zawkrzańskiej. W okolicy jest prywatne Muzeum Juszkiewiczów ze zbiorami historycznymi i militarnymi. Miasto jest początkiem trasy turystycznej – Panorama Północnego Mazowsza – wiodącej po zabytkowej kolejce wąskotorowej przez Przasnysz, Krasne do Makowa Mazowieckiego.

Nasielsk – miasteczko, z którym związana była Maria Sienkiewicz – bratanica Henryka Sienkiewicza. Jej grób można znaleźć na cmentarzu w Ciekosynie. Nieopodal Nasielska, w Chrcynnie, warto zobaczyć zespół pałacowo-dworski, którego projektantem był znany architekt Henryk Marconi. Tu również znajduje się polniemieckie lotnisko należące obecnie do Aeroklubu Warszawskiego.

Opinogóra – znajduje się tu neogotycki pałac Krasieńskich, obecnie Muzeum Romantyzmu. Pałac okala 20-hektarowy park krajoobrazowy w stylu angielskim. W podziemiach pobliskiego kościoła znajdują się groby członków rodziny Krasieńskich, w tym również poety.

Ostrołęka – leżąca nad Narwią, meandrują i dziką rzeką. Są tu: Muzeum Kul-

tury Kurpiowskiej, Mauzoleum Powstania Listopadowego, most Madalińskiego wzorowany na moście Barqueta w Sewilli, pomnik gen. Józefa Bema oraz izba pamięci 5. Pułku Ułanów Zasławskich.

Otwock – miasto niedaleko Warszawy, z mikroklimatem (kiedyś działały tu sanatoria dla osób chorych na gruźlicę), resztkami oryginalnej architektury tzw. świdermajer oraz z Łabędzim Szlakiem, ścieżką dydaktyczną przy Bazie Edukacji Ekologicznej Na Torfach.

Płońsk – stare miasto o historycznym układzie dzielnicy staromiejskiej, z kościołem i klasztorem Karmelitów z XV-XVI wieku. Godnym uwagi jest dom Ben Guriona, pierwszego premiera Izraela.

Przasnysz – miasto, na terenie którego są ślady osadnictwa z przełomu epoki brązu i żelaza (700 r. p.n.e.). Warto również zobaczyć późnogotyckie kościoły i Muzeum Regionalne. Atrakcją dla osób lubiących aktywne spędzenie czasu jest Aeroklub Północnego Mazowsza. Istnieje możliwość odbycia lotów w bliższej i dalszej okolicy.

Pułtusk – gród nad Narwią z dzielnicą staromiejską na wyspie, zwaną Mazowiecką Wenecją. W dawnym zamku biskupim jest Dom Polonii, słynący ze staropolskiej kuchni oraz imprez kulturalnych. Na rynku znajduje się dom opatrzony tablicą oznajmującą przebywanie w nim Napoleona. Rynek jest najdłuższy w Polsce (400 m). Tu odbywają się targi, Jarmark Średniowieczny (Boże Ciało), dzień patrona miasta – św. Mateusza (II połowa września). Wśród zwartej zabudowy wyraźnie rysuje się wieża ratuszowa z Muzeum Regionalnym i punktem widokowym. Cennym zabytkiem



Pułtusk, gotycka wieża.

jest XV-wieczna kolegiata z pięknym sklepieniem siatkowym oraz kościół św. Krzyża z XVI wieku. Atrakcyjny dla wodniaków szlak rzeki Narwi, tereny do pieszych i rowerowych wędrówek w okolicy Puszczy Białej.

Rostkowo – miejscowość znana z rodzin i dzieciństwa św. Stanisława Kostki, patrona dzieci i młodzieży.

Radom – drugie co do wielkości miasto na Mazowszu. Działa tu Teatr Powszechny im. Jana Kochanowskiego, są muzea: im. Jacka Malczewskiego, Wsi Radomskiej, Centrum Sztuki Współczesnej Elektrownia oraz Harcerstwa Ziemi Radomskiej i Pamiątek Turystycznych PTTK. Jest Galeria Dziedzictwa Kulturowego Miasta Radomia i piękne plany miejskie. Wokół miasta i jego okolic można wędrować licznymi szlakami i szlakami turystycznymi.



Siedlce, Muzeum Regionalne.

Siedlce – w mieście warto odwiedzić Muzeum Regionalne, Muzeum Jana Pawła II i Muzeum Diecezjalne z licznymi eksponatami.

Sochaczew – jedno z najstarszych miast Mazowsza. Zachowały się tu ruiny zamku z XV w. Latem z Sochaczewa można pojechać zabytkową kolejką wąskotorową do Puszczy Kampinoskiej.

Warto także zobaczyć:

- dwór drewniany w Koźniewie Wielkim z XVIII wieku,
- grodzisko kultury kurhanów zachodniobałtyckich w Karniewie,
- zespół pałacowo-parkowy z XVIII wieku w Lubradzu,
- zespół podworski z drewnianym dworem z XIX wieku i zabudowaniami folwarcznymi oraz kościół drewniany z XV wieku w Malużynie,
- Krainę Westernu w Sarnowej Górze,
- mongolską jurtę w Zagrodzie Huculskiej Ślepownicy,
- Muzeum Motoryzacji i Techniki w Otrębusach, gdzie można obejrzeć zabytki myśli konstruktorskiej.



for. Archiwum Urzędu

Mazowsze charakteryzuje się nizinnym krajobrazem i atrakcyjnymi skupiskami leśnymi. Niedaleko Warszawy znajduje się Kampinoski Park Narodowy, rozpoczynający się tuż za rogatkami miasta. Blisko granic Kampinoskiego Parku mieści się słynna twierdza Modlin. Puszcza Kampinoska jest idealnym terenem na piesze wycieczki, jazdy konne lub rowerowe. W parku można spotkać też dosyć rzadko występujące w lasach zwierzęta, np. losie – symbol parku, można natknąć się także na wydmy śródlądowe. Puszcza Kampinoska stanowi świetne tereny rekreacyjne. Powierzchnia obszarów chronionych w województwie mazowieckim ogółem wynosi 1053439,9 ha, co stanowi 29,6% powierzchni województwa.

Na terenie województwa mazowieckiego znajdują się:

- Kampinoski Park Narodowy,
- Bolimowski Park Krajoobrazowy,
- Brudzeński Park Krajoobrazowy,
- Chojnowski Park Krajoobrazowy,
- Gostyńsko-Włocławski Park Krajoobrazowy,
- Górznieńsko-Lidzbarski Park Krajoobrazowy,
- Koziński Park Krajoobrazowy,
- Mazowiecki Park Krajoobrazowy,
- Nadbużański Park Krajoobrazowy,
- Park Krajoobrazowy, Podlaski Przełom Bugu,
- 171 rezerwatów przyrody,
- 62 obszary chronionego krajoobrazu,

Kurpiowskie smaki, mazowieckie produkty...



for: TimeMachine

Tradycyjne, mazowieckie produkty i dania to obok zabytków i krajobrazów ogromne bogactwo turystyczne każdego regionu. Wciąż jeszcze mało wykorzystane. Na szczęście, również na Mazowszu, powstaje coraz więcej gospodarstw agroturystycznych, karczm i restauracji, w których można zjeść regionalne dania i produkty. Także na weselach i innych imprezach okolicznościowych można posmakować: miodu kurpiowskiego, sójek, fafernuchów, szynki wieprzowej z nogą, makaronu



radziwiłłowskiego, kurpiowskiego chleba na zakwasie, piwa miodowego czy kozicowego i wielu innych regionalnych smakolepków. Warto odkryć je na nowo. Zauważył to Samorząd Województwa Mazowieckiego, który realizuje działania służące promocji mazowieckiej kuchni. W 2008 roku przyłączył się do Europejskiej Regionalnej Sieci Dziedzictwa Kulinarne, zrzeszającej regiony, które dbają o to, aby zaoferować mieszkańcom oraz turystom wyjątkową, wyborną w smaku żywność.

Oryginalną formą popularyzacji i promocji mazowieckich produktów regionalnych jest organizowany co roku, od 2007 roku konkurs o Laur Marszałka Województwa Mazowieckiego dla mazowieckich producentów żywności. Jego celem jest wyłanianie i nagradzanie producentów wyróżniających się wysoką jakością produkcji, kultywowaniem i popularyzowaniem mazowieckiej tradycji kulinarnej, a także oryginalnością w podejściu do tematu żywności i przetwórstwa.

Chroniony miód – Miód Kurpiowski

Na Kurpiach Zielonych i Kurpiach Białych tradycje pszczelarskie sięgają XV wieku. Od tego momentu zaczyna się historia miodu kurpiowskiego, jedynego w swoim rodzaju. Kultywując wielowiekowe tradycje, każdego roku w ostatnią niedzielę sierpnia, na polanie leśnej w Zawodziu koło Myszyńca odbywa się „Kurpiowskie miodobranie”. Połączenie imprezy folklorystycznej z tradycyjnym targiem miodu przyciąga corocznie tysiące ludzi. I miejsce, i czas imprezy są podtrzymaniem wiekowych zwyczajów, nieprzerwanie trwających na Kurpiach od co najmniej pięciu wieków.

Miód Kurpiowski jest miodem nektarowym z ewentualnym dodatkiem spadzi. Miód wielokwiatowy, pozyskiwany z nektaru wielu roślin miododajnych, kwitnących na przestrzeni kilku miesięcy. Udział procentowy nektaru żadnej z roślin miododajnej nie może przekroczyć 30%, a dopuszczalny udział nektaru wszystkich uprawnych roślin miodo-



for: Grażyna Kurpińska



for: TimeMachine

dajnych nie może przekroczyć 10%. Do produkcji Miodu Kurpiowskiego mogą być wykorzystywane wyłącznie pszczoły następujących ras: pszczoła środkowo-europejska (*Apis mellifera mellifera*), pszczoła krajńska (*Apis mellifera carnica*), pszczoła kaukaska (*Apis mellifera caucasica*) oraz pszczoły pochodzące z kojarzenia tych ras. Wyjątkowość i niepowtarzalność Miodu Kurpiowskiego doceniła Komisja Europejska. Jako pierwszy produkt z Mazowsza został zarejestrowany w Unii Europejskiej, jako Chronione Oznaczenie Geograficzne.



Imprezy kulturalne:

- Palma Kurpiowska w Łysych (Niedziela Palmowa)
- Ciechanovia Cantans – Międzynarodowy Festiwal Chóralny w Ciechanowie (maj)
- Jarmark Średniowieczny w Pułtsku (w Boże Ciało)
- Europejskie Nadbużańskie Spotkania Folklorystyczne w Sokołowie Podlaskim (maj/czerwiec)
- Festiwal Obrzędów Weselnych w Węgrowie (czerwiec)
- Kupalnocka – Międzynarodowe Spotkania Folklorystyczne w Płońsku (pierwsza połowa lipca)
- Żniwa w skansenie – Muzeum wsi Mazowieckiej w Sierpcu (pierwsza niedziela sierpnia)
- Powrót Szwoleżerów Gwardii na błoniach Zamku Książąt Mazowieckich w Ciechanowie (sierpień)
- Miodobranie Kurpiowskie w Myszyńcu (ostatnia niedziela sierpnia)
- Dionizje – Festiwal Teatralny w Ciechanowie (wrzesień)
- Spotkania ze Średniowieczem w Ciechanowie – Jarmark historyczny (pierwsza sobota września)
- Święto Chleba – Muzeum Wsi Radomskiej (wrzesień)
- Dzień patrona Pułtusa św. Mateusza (druga połowa września)
- Blues na dołku – Spotkania z bluesem w Ciechanowie (listopad)



Zdjęcia: Archiwum Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego.



WOJEWÓDZTWO OPOLSKIE

W ukształtowaniu powierzchni województwa opolskiego przeważają tereny nizinne. Prawie 75 % obszaru zajmuje Nizina Śląska, pozostały obszar to Sudety Wschodnie (Góry Opawskie), Przedgórze Sudeckie i Wyżyna Śląska oraz Wyżyna Woźnicko – Wieluńska.

Duże nagromadzenie surowców mineralnych, w szczególności wapieni i margli, piasków podsadzkowych, kamieni drogowych, surowców ceramiki budowlanej i kruszywa naturalnego, są dobrą bazą surowcową dla gospodarki województwa.

W województwie opolskim powierzchnia o szczególnych walorach przyrodniczych prawnie chroniona zajmuje 255,1 tys. ha (27,1% powierzchni województwa). Regionalny system obszarów i obiektów chronionych w województwie opolskim tworzą:

- 4 parki krajobrazowe: Góry Opawskie, Góra Św. Anny, Stobrawski, Załęczański (62,9 tys. ha),
- 7 obszarów chronionego krajobrazu: Otmuchowsko-Nyski, Rejon Wronin-Maciowaksze, Rejon Mokre-Lewice, Las Głęboczycki, Łęg Zdieszowicki, Lasy Stobrawsko-Turawskie, Bory Niemodlińskie, (189,7 tys. ha),
- 34 rezerваты przyrody, w tym 26 rezerwatów leśnych, 6 florystycznych i 2 geologiczno-krajobrazowe (783,2 ha).

Flora roślin naczyniowych Opolszczyzny liczy 1682 gatunków roślin. Na terenie województwa opolskiego występuje 135 gatunków roślin podlegających ochronie prawnej. Z tego 112 gatunków objętych jest ochroną ścisłą i 23 gatunki ochroną częściową. Znaczna ich część została umieszczona na „Czerwonej liście roślin naczyniowych zagrożonych w województwie opolskim”. Lista ta zawiera 492 gatunki. Na terenie województwa opolskiego stwierdzono występowanie około 200 zespołów i zbiorowisk roślinnych, z czego 124 z nich należą do fitocenoz rzadkich i ginących w naszym regionie. Siedliska zagrożone i chronione są w niewielkim zakresie objęte ochroną prawną.



Pod względem zachowania pierwotnych form faunistycznych, województwo opolskie można podzielić na dwie części, które rozdziela rzeka Odra. Część lewostronna jest bardzo silnie zmieniona. Znacznie lepiej zachowane formy prawobrzeżnej Odry, związane są bez wątpienia z istniejącymi tu obecnie dużymi kompleksami Lasów Stobrawsko-Turawskich i specyfiką przyrodniczą Masywu Chełmu.

W województwie opolskim występują obszary o znaczących zasobach pod względem nagromadzenia elementów kulturowych o wysokich walorach krajobrazu kulturowego. Szczególnie cenne są krajobrazy kulturowe okolic Góry Św. Anny, Koźła, Nysy i Paczkowa.

Dziedzictwo materialne

Opolskie posiada ponad 20 tysięcy zabytków architektury, prawie 9 tysięcy zabytków ruchomych, około 160 zamków, pałaców, dworców, szlaki unikatowej, drewnianej architektury sakralnej, średniowiecznych polichromii. To kraina tolerancji, odmiennych, a także wzbogacających się kultur, tradycji i narodowości.

Śląsk Opolski jest regionem bogatym w różnego typu budownictwo rezydencjonalne, poczynając od gotyckich zamków obronnych, przez barokowe pałace, aż po XIX-wieczne kameralne dworki. Jest ich razem ponad 160. Stoją w parkach, lasach, na wzniesieniach, w rozwidleniach rzek. Są cennymi zabytkami kultury materialnej i dowodem świetności swych dawnych właścicieli (Brzeg, Rogów Opolski, Kamień Śląski, Moszna, Tułowice, Prószków).

Szlak średniowiecznych polichromii brzeskich jest najliczniejszym w Polsce zgrupowaniem niezwykle cennych zabytków gotyckiego malarstwa ściennego, które znajdują się w wiejskich kościołkach w okolicy Brzegu. Zabytkowe malowidła, wcześniej zatynkowane lub



zamalowane, stosunkowo niedawno odkryte i poddane konserwacji, pozwalają poznać średniowieczny sposób postrzegania świata, religię i kulturę epoki.

Stare, drewniane kościołki to szczególnie piękne elementy współczesnego krajobrazu Śląska Opolskiego. Jest ich ponad siedemdziesiąt. Najliczniej występują w powiatach kluczborskim i oleśkim. Jako zabytki o dużej wartości artystycznej stanowią prawdziwą atrakcję turystyczną regionu. Oznakowany szlak od Opola do Olesna umożliwia zwiedzenie dwunastu kościołków pochodzących z XVII i XVIII wieku (Czarnowąs, Dobrzeń Wielki, Kolonowice, Lasowice Wielkie, Bierdzany i inne).

Do najważniejszych odkryć historii naturalnej Ziemi Opolskiej ostatnich dziesięcioleci należy stanowisko paleontologiczne w Krasiejowie (powiat opolski). Odkryte skamieniałości szczątków zwierząt triasowych pochodzą sprzed 225 milionów lat i są dobrze zachowane, a pod względem ich obfitości i bogactwa gatunkowego zaledwie kilka cmentarzysk europejskich może się równać z krasiejowskim. Wśród masowo występujących tu szkieletów mezozoicznych są metopozauury – dochodzące do 2 metrów długości oraz fitozauury, znacznie przekraczające 3 metry. Najbardziej fascynujące i istotne z punktu widzenia nauki jest znalezienie w krasiejowskiej



kopalni fragmentów prymitywnego dinozaura o wysokości około 1 metra, nazywanego Silesaurusopolensis.

Miasto wojewódzkie Opole jest atrakcją turystyczną pod koniec maja, gdy zamienia się w Stolicę Polskiej Piosenki. Charakterystyczną Wieżę Piastowską i wizerunek opolskiego amfiteatru zna cała Polska. Edyta Górniak, Michał Bajor, Paweł Kukiz to opolanie znani w całym kraju. Opole jest także areną Ogólnopolskich Konfrontacji Teatralnych „Klasyka Polska” oraz Ogólnopolskiego Festiwalu Teatrów Lalkowych.

Województwo opolskie należy prawie w całości do dorzecza Odry i jest bogate w zasoby wodne, co stwarza idealne warunki do rozwijania różnych form wypoczynku nad wodą. Zbiorniki retencyjne w Turawie, w pobliżu Opola oraz w Otmuchowie i Nysie, blisko granicy polsko-czeskiej, to akweny przyciągające w sezonie wakacyjnym liczne rzesze turystów. Wokół jezior ulokowało się wiele ośrodków wypoczynkowych i kempingów. Amatorzy sportów wodnych mogą korzystać z wypożyczalni sprzętu pływającego – żaglówek, łódek, wind-surfingów. Opolskie rzeki – szczególnie Odra oraz w górskich odcinkach Nysa Kłodzka i Biała Głucholaska, czy też Mała Panew, Osobłoga i Stobrawa-zachęcają do uprawiania kajakarstwa.

Drogowskazem wiodącym przez najciekawsze zakątki województwa są szlaki turystyczne, które gęstą siecią pokrywają cały obszar – od Gór Opawskich po północne krańce Niziny Śląskiej. Tematyka szlaków obejmuje: średniowieczne polichromie brzeskie, drewniane kościołki, krajobraz Małej Panwi, szlak dziedzictwa kulinarnego.

Dziedzictwo kulinarne

Samorząd Województwa Opolskiego od 2005 roku prowadzi działania związane z promocją opolskich produktów tradycyjnych i lokalnych. Działania te obejmują nie tylko identyfikację zasobów dziedzictwa kulinarnego regionu, ale przede wszystkim promocję opolskich specjalności. Na Liście Produktów Tradycyjnych województwo opolskie zarejestrowało pięćdziesiąt jeden produktów. Producenci z regionu aktywnie uczestniczą w licznych targach krajowych i zagranicznych, podczas których prezentują swoje wyroby. Corocznie Urząd Marszałkowski Województwa Opolskiego uczestniczy w targach Polagra Food w Poznaniu i Grüne Woche w Berlinie.

Rozwijający się rynek produktów tradycyjnych oraz rosnące zapotrzebowanie na produkty wysokiej jakości powodują, że producenci stale poszukują nowych rynków zbytu dla swoich produktów.

WOJEWÓDZTWO OPOLSKIE



Powierzchnia:

9 412 km² (3% powierzchni kraju)

Liczba mieszkańców:

1,044 tys. osób (co stanowi około 2,7 % ludności kraju) w tym 47% mieszkańców obszarów wiejskich



Urząd Marszałkowski Województwa Opolskiego, we współpracy z producentami produktów lokalnych i tradycyjnych w regionie, podjął działania zmierzające do utworzenia pierwszego w województwie sklepu z tego typu produktami. Produkty, dostępne dotychczas tylko na lokalnych jarmarkach, kiermaszach lub targach spożywczych, znalazły się w zasięgu ręki konsumenta. Pierwszy Sklep „Opolskie Specjały” rozpoczął swoją działalność 15 listopada 2010 r. w Opolu, a drugi 17 listopada 2011r. w Kluczborku. W sklepach można kupić m.in. głubczycki olej rzepakowy tłoczony na zimno, kapustę kiszoną z Bobrowy, miody rudnickie, tradycyjne wędliny, sery smażone i parzone. Oferowaną tu regionalną żywność najwyższej jakości charakteryzuje użycie do ich produkcji lokalnych surowców, tradycyjna metoda wytwarzania oraz posiadanie licznych nagród w konkursach krajowych i regionalnych.

Samorząd województwa wspierał działania związane z rejestracją kołocza śląskiego w Unii Europejskiej. W 2011 r. produkt został wpisany do rejestru Chronionych Oznaczeń Geograficznych, stając się pierwszym opolskim produktem regionalnym zarejestrowanym w Unii Europejskiej. Obecnie w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Opolskiego trwają prace nad przygotowaniem wniosku o rejestrację krupnioka śląskiego,



będzie to drugi opolski specjał na liście unijnych produktów regionalnych.

Województwo Opolskie od 2008 r. należy do Europejskiej Sieci Regionalnego Dziedzictwa Kulinarne, której celem jest zaoferowanie turystom i lokalnym konsumentom regionalnej żywności. Wspólne logo i regulamin pozwalają na lepsze identyfikowanie oraz promocję idei sieci w regionie i Europie. Sieć „Dziedzictwo Kulinarne Opolskie” liczy 25 członków, którzy aktywnie pro-



mują regionalną żywność wyprodukowaną z lokalnych surowców. Na półkach sklepowych m.in. w sklepie „Opolskie Specjały”, można znaleźć produkty oznaczone logo „Dziedzictwo Kulinarne Opolskie”. Wsparcie lokalnej żywności wyprodukowanej z surowców pochodzących z terenu województwa opolskiego pozytywnie wpływa na rozwój lokalnego biznesu.



Oryginalność produktów regionalnych z Opolszczyzny została zauważona przez Krajową Kapitułę konkursu „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”. Siedem produktów i cztery potrawy otrzymało prestiżową nagrodę „Perty”. Doceniono smak, recepturę m.in. sandacza z Jeziora Otmuchowskiego, rodzinnych Bab Kresowych, kołocza śląskiego, piwa miodowego, panćkrauta z żeberkami.

Budowanie rynku produktów tradycyjnych oraz promocja lokalnej żywności jest ważnym elementem rozwoju Opolszczyzny, sprzyja kultywowaniu tradycji oraz tworzeniu pozytywnego wizerunku województwa opolskiego. Warto więc wspierać lokalnych producentów kupując produkty pochodzą-



ce z naszego regionu, upowszechniać wiedzę o żywności wysokiej jakości oraz budować w świadomości mieszkańców pozytywny wizerunek tego, co jest oparte na wieloletniej tradycji i lokalnym pochodzeniu.

Urząd Marszałkowski Województwa Opolskiego zajmuje się organizacją spotkań, seminariów, podczas których producenci przechodzą szkolenia dotyczące żywności wysokiej jakości oraz wydaje publikacje związane z produktami regionalnymi i tradycyjnymi zidentyfikowanymi na terenie Opolszczyzny.

Wszelkie informacje związane z promocją, rozwojem i wsparciem produkcji żywności lokalnej zamieszczone są na bieżąco na stronie www.odnowawsi.eu w zakładce Opolskie Specjały.



Zdjęcia: Archiwum Urzędu Marszałkowskiego Województwa Opolskiego



WOJEWÓDZTWO PODKARPACKIE

Podkarpacie – jeden z najpiękniejszych, najbardziej atrakcyjnych turystycznie, a jednocześnie nadal mało znany zakątek Europy. Region pogranicza etnicznego, politycznego i religijnego, jeden z najbardziej zróżnicowanych, pod względem historycznym i kulturowym, regionów Polski.

Przez wieki na Podkarpaciu osiedlały się różne narodowości. Obok dominujących żywiołów – polskiego, ruskiego i żydowskiego – na kształt obecnego dziedzictwa kulturowego duży wpływ miała kolonizacja niemiecka, a także inne narodowości, które przez wieki żyły obok siebie i kulturowo wzajemnie się wzbogacały. Na architekturę i tworzenie, jakże różnorodnych, zwyczajów duży wpływ wywarły obecne na tym terenie religie: rzymskokatolicka, greckokatolicka, prawosławna, judaizm i protestantyzm.

W województwie podkarpackim nadal żywa jest tradycyjna kultura ludowa. Jej elementy można znaleźć w życiu mieszkańców regionu i tych, którzy stąd wyemigrowali do różnych miejsc na świecie. Tylko w Rzeszowie, stolicy regionu, może odbywać się Światowy Festiwal Polonijnych Zespołów Folklorystycznych, w którym uczestniczą potomkowie dawnych emigrantów.

Region podkarpacki to wspaniałe zabytki: od unikatowych drewnianych kościołów i cerkwi po słynną twierdzę Przemyśl, od barokowych organów w Bazylice leżajskiej po znakomitą akustycznie salę Filharmonii Rzeszowskiej.

Życie w województwie nie koncentruje się tylko na kulturze i historii, to przede wszystkim gospodarka. A tu ważną funkcję pełni rolnictwo. Ma ono stosunkowo dobre warunki dla rozwoju. Czyste środowisko naturalne regionu umożliwia rozwój pracochłonnych, ale efektywnych kierunków produkcji, w tym zdrowej żywności oraz przetwórstwa rolno-spożywczego. Największy potencjał przetwórczy skupiony jest w branżach mięsnej, zbożowo-młynarskiej, owocowo-warzywnej, mleczarskiej i cukrowniczej.




PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

for. TimeMachine



Krajobrazy

Obszar województwa podkarpackiego ma urozmaicony teren – różnica między najwyższymi wzniesieniami, a miejscami najniższymi wynosi ponad 1000 m. Podkarpacie obejmuje swoim zasięgiem 3 odrębne krainy: Kotlinę Sandomierską, Pogórze Karpackie oraz góry Beskidu Niskiego i Bieszczady. Od strony północno-wschodniej do Kotliny Sandomierskiej przylega fragment pasma wzniesień Roztocza i Wyżyny Lubelskiej, a od północno-zachodniej Wyżyna Opatowska i Niecka Nidziańska.



W polskiej części Karpat Wschodnich, w granicach województwa podkarpackiego, leży północno-zachodnia część Bieszczadów, dzielących się na Pogórze Przemyskie i Bieszczady Zachodnie. Pogórze Przemyskie położone jest na wschód od Sanu, Bieszczady Zachodnie rozciągają się od Przełęczy Łupkowskiej na zachodzie do Przełęczy Użockiej na wschodzie. Krajobraz Bieszczadów two-

rzy głównie pasma wzgórz i gór ciągnące się z północnego-zachodu na południowy wschód. Największe szczyty to: Tarnica, Halicz i Bukowe Berdo.

Rzeki województwa podkarpackiego należą w głównej mierze do dorzecza Wisły i zlewiska Morza Bałtyckiego. Wyjątek stanowi wypływająca w powiecie bieszczadzkim niewielka rzeka Strwiąż, należąca do dorzecza Dniestru, a tym samym do zlewiska Morza Czarnego. Trzy największe rzeki w województwie to dopływy Wisły: San i Wisłoka oraz dopływ Sanu – Wisłok. Rzeki regionu są uważane za jedne z najczystszych w kraju.

Przyroda

Podkarpacie charakteryzuje się unikatowymi krajobrazami: tereny podgórskie i górskie, duże kompleksy leśne. Jest tu bogata flora i fauna, liczne zabytki kultury materialnej, bogaty folklor. Szata roślinna województwa podkarpackiego jest bardzo różnorodna i w poszczególnych częściach województwa uzależniona od środowiska geograficznego, klimatu i sposobu użytkowania ziemi. W północnej części, w rejonie Kotliny Sandomierskiej na piaszczystych glebach występują bory sosnowe. Spotyka się także lasy mieszane i liściaste, w których obok sosny występują jodła, świerk i modrzew, a z drzew liściastych buk, dąb, grab i brzoza.

Na Pogórzu Karpackim lasy porastają szczytowe partie wzniesień. Duże kompleksy leśne – przeważnie lasy jodłowo-bukowe – zachowały się w głów-

nym paśmie Pogórza Ciężkowickiego oraz w całej partii Pogórza Przemyskiego. Tu występują przede wszystkim lasy mieszane. W niższych terenach Pogórza rosną: grab, dąb, brzoza i sosna, w wyższych partiach: jodła, świerk i buk. Najbardziej różnorodna i bogata szata roślinna występuje w południowej, górzystej części województwa. W Beskidzie Niskim przeważają lasy mieszane jodłowo-bukowe z domieszką jaworu, jesionu, brzozy i wiązów. Spotyka się także skupiska cisów i modrzewia. W partiach szczytowych występują lasy bukowe. W Bieszczadach wyróżnia się trzy piętra roślinne: dolin, regla dolnego i połonin. W górnych partiach nie ma prawie lasów iglastych, przeważają liściaste z bukiem i jaworem. W niższych terenach górskich występują lasy jodłowe lub mieszane.

Dwa parki narodowe: Magurski i Bieszczadzki, liczne rezerваты przyrody (m.in. Rezerwatu Biosfery Karpaty Wschodnie), obszary chronionego krajobrazu, 10 parków krajobrazowych (6 całości w granicach województwa podkarpackiego). Każdy zachwyca, do każdego chętnie przyjeżdżają turyści:

- Park Krajobrazowy Doliny Sanu,
- Ciśniańsko-Wetliński Park Krajobrazowy,
- Park Krajobrazowy Gór Słonnych,
- Jaśliski Park Krajobrazowy,
- Czarnorzecko-Strzyżowski Park Krajobrazowy,
- Park Krajobrazowy Pogórza Przemyskiego,



- Południoworoztoczański Park Krajobrazowy,
 - Park Krajobrazowy Puszczy Solskiej,
 - Park Krajobrazowy Lasy Janowskie,
 - Park Krajobrazowy Pasma Brzanki.
- Dzięki zasobnym źródłom wód mineralnych i leczniczych liczni kuracjusze odwiedzają uzdrowiska w Iwoniczu, Rymnowie, Horyńcu i Polańczyku.

Turystyka

Podkarpacie ma znakomite warunki do rozwoju turystyki rekreacyjnej, aktywnej, kwalifikowanej, miejskiej i kulturowej, biznesowej itp. Niestety, naturalne zasoby wykorzystywane są w niewielkim stopniu. Niezbędna jest rozbudowa i modernizacja infrastruktury turystycznej i podnoszenie jakości usług związanych z tą dziedziną gospodarki. Najlepszą bazą turystyczną w województwie mogą poszczycić się powiaty: bieszczadzki, krośnieński, sanocki i jasielski oraz miasta Rzeszów i Przemyśl.

Wędrując po Podkarpaciu nie wolno ominąć małych miejscowości, w których są zabytki drewniane. Najcenniejsze z nich to jedne z najstarszych zrębowych kościołów katolickich w Bliźnem i Haczowie; a także najstarsze cerkwie pochodzące z końca XVI i początku XVII wieku w Radrużu, Gorajcu, Chotyńcu i Uluczu. W Podkarpaciu jest jedna z najpiękniejszych – także w skali europejskiej – cerkwi murowanych w Posadzie Rybotyckiej. Jak żyli kiedyś mieszkańcy tych ziem,



PODKARPACKIE ARAKCJE TURYSTYCZNE

można zobaczyć w skansenach: w Sanoku (charakterystyczne budownictwo Bojków, Łemków, Pogórzan i Dolinian – grup etnicznych, zamieszkujących tereny południowe województwa); w Kolbuszowej (odtworzenie wsi lasowiackiej i rzeszowskiej); a także w Zyndranowej, Markowej i Pruchniku koło Jarosławia.

W województwie podkarpackim jest wiele zabytków, które warto zobaczyć. Wśród polecanych atrakcji turystycznych są:

- Arboretum w Bolestraszcach
- Bieszczadzkie cerkiewki
- Kolejka wąskotorowa „Bieszczadzka Ciuchcia”
- Komańcza: Klasztor Sióstr Nazaretanek – miejsce internowania Kardynała S. Wyszyńskiego
- Kościół i Klasztor Franciszkanów w Krośnie
- Zamek i Park w Krasicy
- Zamek w Łańcucie
- Zamek w Baranowie Sandomierskim
- Krosno i jego zabytki m.in. Muzeum Podkarpackie z ogromnym zbiorem lamp naftowych
- Klasztor, Bazylika i zabytkowe organy w Leżajsku
- Muzeum Kultury Łemkowskiej w Olchowcu i w Zyndranowej
- Muzeum Marii Konopnickiej w Żarnowcu
- Podziemna trasa turystyczna w Rzeszowie
- Późnogotycki drewniany kościół w Bliźnem (wpisany na listę UNESCO)
- Muzeum Dzwonów i Fajek w Przemyślu
- Muzeum Etnograficzne w Rzeszowie
- Muzeum Gorzelnictwa w Łańcucie
- Muzeum Historyczne w Dukli (Pałac w Dukli)
- Muzeum Lalek w Pilźnie i filia w Lipinach
- Skanseny w Kolbuszowej i w Sanoku.

Warto obejrzeć zapory na Solinie i w Myczkowcach albo spłynąć tratwami Sanem.

Inne atrakcje turystyczne Podkarpacia: www.epodkarpacie.com

SMAKI PODKARPACIA



Podkarpacka kuchnia regionalna to niewątpliwie jeden z największych skarbów kulturowego dziedzictwa. Proziaki, pierogi z miętą, żur rzeszowski, chleby pieczone na drewnie i liściu kapusty, sery wołoskie, gomółki i wspaniałe wędliny... to tylko niektóre z wielu tradycyjnych produktów. Produkty tradycyjne i regionalne świadczą o przeszłości regionu, są też wyrazem przywiązania do tradycji. To także oryginalny i smaczny sposób promowania regionu. Może być jego największą atrakcją turystyczną. Co więcej, nie są to sztucznie wykreowane dla potrzeb turystów atrakcje, ale w pełni autentyczne, związane z ludźmi mieszkającymi tu od wieków, wyroby.



foto: TimeMachine

- Wśród unikatowych produktów Podkarpacia są:
- Fasola wrzawska „Piękny Jaś”
 - Kiełbasa markowska
 - Powidła krzeszowskie
 - Pierogi z kaszą jaglaną
 - Gomółki z białego sera
 - Bulwiok
 - Staropolski chleb sanacyjny na liściu kapusty
 - Szynka swojska pilzneńska
 - Chleb flisacki
 - Nalewka kresowa żenicha
 - Kiełbasa pradziada
 - Ser kozi wołoski naturalny
 - Pasztet pieczony z dziczyzną

Są to produkty mające najwyższą nagrodę w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”, nagrodę „Perły”. Produkty z Podkarpacia są na Liście Produktów Tradycyjnych – jest ich już 100, są i takie, które ubiegają się o znak unijny. Pierwszym podkarpackim produktem włączonym do unijnego systemu został Podkarpacki miód spadziowy, który od 2006 r. ubiegał się o tą rejestrację. 7 sierpnia 2010 r. w Dzienniku Urzędowym Unii Europejskiej, zostało opublikowane rozporządzenie Komisji (UE) rejestrujące wpisanie Podkarpackiego miodu spadziowego jako Chronionej Nazwy Pochodzenia (ChNP).



foto: TimeMachine

Miód spadziowy jest wysokojaściowym produktem, pochodzącym z tradycyjnej gospodarki pasiecznej, kulturowanej do dziś przez podkarpackich pszczelarzy.

Miód charakterystyczny, wytwarzany na terenie 17 nadleśnictw Podkarpacia i dwóch parków narodowych (Bieszczadzkiego i Magurskiego), ze spadzi zebranej przez pszczoły z dominujących od stuleci w tutejszych lasach drzew iglastych – przede wszystkim jodeł, lecz także świerków i sosen.



foto: TimeMachine

Nektar spadziowy nadaje produktowi specyficzny smak i zapach oraz wyróżniającą go barwę – ciemnobrązową, z zielonkawymi refleksami. Miód spadzi iglastej (jodłowej – czasem sosnowej i świerkowej) jest barwy ciemnej od brązowej, zielonkawej do prawie czarnej, a po skryształowaniu przechodzi w kolor ciemnobrązowy, szary lub zielonkawy. W smaku miody spadziowe są smaczne i łagodne, posiadają żywiczny aromat o zapachu jodeł.



foto: TimeMachine



foto: TimeMachine



foto: TimeMachine



Zdjęcia: Archiwum Urzędu Marszałkowskiego Województwa Podkarpackiego



WOJEWÓDZTWO PODLASKIE

Niezaprzeczalnym atutem województwa podlaskiego jest środowisko, z fragmentami pierwotnej puszczy białowieskiej oraz unikalnymi bagnami w dolinie Biebrzy i rozlewiskami Narwi. Region ma charakter rolniczy, lecz coraz większą rolę zaczyna odgrywać turystyka. Wyróżnikiem jest także wielokulturowość i wielowyznaniowość jego mieszkańców. Jego granice obejmują Nizinę Podlaską, Pojezierze Suwalskie i Nizinę Mazowiecką.

Warunki naturalne

W rozległych lasach i puszczech Podlasie (Puszcza Białowieska, Augustowska, Knyszyńska, Zielona), z których niektóre jako jedyne w Europie zachowały swój pierwotny charakter, żyje unikatowa fauna i flora. Spotkać tu można łosie, wilki, rysie i żubry żyjące w Puszczy Białowieskiej i Knyszyńskiej. Szata roślinna regionu jest niezwykle bogata i urozmaicona. Na powierzchni przeważają piaski, żwiry, gliny morenowe, a w dolinach i kotlinach rzek ility, piaski i torfy rzeczne.

Region ma krajobraz urozmaicony, na północy ukształtowany przez zlodowacenia, pagórkowaty. I tu są najwyższe wzniesienia, a wśród nich Rowelska Góra - 298 m n.p.m.). Po lodowcach zostały jeziora – pojezierza: Zachodniosuwalskie, Wschodniosuwalskie i Etckie, a także płaskie i faliste powierzchnie, w obrębie których występują jeziora (sandrowy pojezierny) – Równina Augustowska). W środkowej i południowej części regionu przeważają wysoczyzny: Kolneńska, Białostocka, Wysokomazowiecka, Drohiczyńska, Wzgórza Sokólskie, Międzyrzecze Łomżyńskie, Równina Bielska, urozmaicone wcinającymi się w nie kotlinami i dolinami rzek. Zachód województwa to koniec sandrowego krajobrazu – Równina Kurpiowska.

Klimat, w porównaniu z innymi regionami Polski, jest bardziej surowy – silny wpływ mas powietrza kontynentalnego, a Suwałki słyną jako „polski biegun zimna”. Dłużej trwa tu zima i dłużej zalega pokrywa śnieżna (ponad 3 miesiące), okres wegetacyjny roślin jest skrócony 190-205 dni.



WOJEWÓDZTWO PODLASKIE



Województwo niemal w całości leży w dorzeczu Wisły. Jedyne dwie rzeki – Czarna Hańcza i Szeszuła należą do dorzecza Niemna. Główne rzeki to: Bug, Narew, Biebrza i Nurzec.

Znaczna część województwa to obszary bagniste i torfowiska. Dorzecze Biebrzy jest największym obszarem bagiennym w Polsce i całej środkowej Europie.

W północnej części województwa znajdują się liczne jeziora. Największe z nich to Wigry (21,9 km²) i Rajgrodzkie (15,1 km²). Znajduje się tu też najgłębsze jezioro w Polsce, czyli Hańcza, której głębokość osiąga 108,5 m. Liczne jeziora rynnowe o znacznej głębokości znajdują się na sandrowej Równinie Augustowskiej. Na tych terenach zbiorniki są zazwyczaj otoczone stromymi wzniesieniami tworzącymi malowniczy krajobraz.

Cenną i unikatową przyrodę trzeba chronić. Ochroną prawną objęto blisko 40% powierzchni województwa. Szczególnym uznaniem cieszą się 4 podlaskie parki narodowe – Białowiecki Park Narodowy (najstarszy w Polsce), Biebrzański Park Narodowy o największej powierzchni, Wigierski Park Narodowy i Narwiański Park Narodowy.

Ochrona przyrody i środowiska naturalnego w województwie podlaskim obejmuje także 3 parki krajobrazowe: Suwalski Park Krajobrazowy, Park Krajobrazowy Puszczy Knyszyńskiej, Łomżyński Park Krajobrazowy Doliny Narwi. W regionie jest ponadto 85 rezerwatów przyrody, 2051 pomników przyrody oraz liczne obszary chronionego krajobrazu.

Turystyka

Województwo podlaskie jest regionem o ogromnym, nie w pełni wykorzystanym, potencjale turystycznym (mała liczba miejsc noclegowych, brak infrastruktury). Małe miasteczka, ciekawe budowle, miejsca kultu religijnego oraz wspaniała przyroda tworzą klimat i niepowtarzalny urok województwa. Czyste środowisko, nieskalana przyroda, liczne jeziora, naturalne kompleksy leśne – to wszystko ma do zaoferowania województwo podlaskie. Osoby nie lubiące tłumów i modnych kurortów odnajdą tu ciszę i spokój.

Ruch turystyczny koncentruje się głównie na obszarze pojezierzy, w północnej części regionu. Są tu wspaniałe warunki do uprawiania sportów wodnych. Połączone rzekami malownicze jeziora o ciekawej linii brzegowej zapraszają miłośników żeglarstwa.

Najważniejsze ośrodki wypoczynku w tym regionie to Augustów, Wigry, Rajgród i Sejny.

Kolejna atrakcja turystyczna województwa to Puszcza Białowiecka. W największym w Polsce zespole pierwotnego lasu mieszanego spotkać można liczne okazy starych drzew i wiele gatunków zwierząt (m.in. żubry, tarpany, rysie). W najcenniejszej części puszczy powstał Białowiecki Park Narodowy wpisany na Listę Światowego Dziedzictwa Kulturalnego i Przyrodniczego UNESCO. Jest to atrakcja na skalę europejską.

Inne rejony województwa, które nie zostały naruszone przez człowieka, to bagienne doliny Biebrzy i Narwi. Rozlewiska oraz system koryt rzecznych stworzyły dobre warunki dla specjalistycznej turystyki wodnej. Żyją tu liczne gatunki ptactwa, często nie spotykanego w innych regionach Polski.

Park Krajobrazowy Puszczy Knyszyńskiej im. prof. Witolda Sławińskiego to jeden z piękniejszych zespołów leśnych w Polsce. Wzniesienia Parku, w kilku miejscach przekraczające wy-



fot. Piotr Sawicki

sokość nawet 200 m, dzielą równiny, bagienne niecki i doliny niedużych rzek. Przez środek parku, szeroką doliną płynie rzeka Supraśl. 80% powierzchni Parku to lasy, które w dużym stopniu zachowały charakter naturalny. Jest to las monumentalny, zbliżony do południowej tajgi, z dużą liczbą starych i potężnych drzew. Dominują bory sosnowe i sosnowo-świerkowe. W północnej i południowej części Puszczy występują grądy, a wzdłuż dolin rzek i strumieni rosną łęgi jesionowo-olszowe i olsy. Osoby, chcące zwiedzić Knyszyński Park Krajobrazowy, mogą wybrać Supraśl jako bazę wypadową. Znajdą tam miejsca noclegowe i restauracje.

Podlaskie jest województwem najbardziej zróżnicowanym w Polsce pod względem etnicznym i kulturowym. Mozaika kulturowa, gdzie od stuleci sąsiadują różne narodowości i wyznania. Poza ludnością polską mieszkają tu: Białorusini (ok. 48 tys.), Litwini (ok. 6 tys.), Tatarzy (ok. 0,5 tys.), Rosjanie (filiponi), Ukraińcy, Romowie. Występuje tu najliczniejsze



fot. TimeMachine



fot. TimeMachine

w Polsce skupisko ludności prawosławnej (ok. 300 tys.). Na terenach przez nich zamieszkałych znajduje się wiele cerkwi m.in. Białystok, Siemiatycze, Drohiczyn, Hajnówka. Grabarka ze swoim sanktuarium pielgrzymkowym ma dla wyznawców prawosławia podobne znaczenie jak Częstochowa dla katolików.

Dużą wartość krajoznawczą mają miejscowości, w których żyją muzułmanie, potomkowie Tatarów osadzonych przez Jana III Sobieskiego. Społeczność ta liczy obecnie około 1,5 tys. osób. Zachowała ona swą odrębność wyznaniową, kulturową oraz zwyczaje i obrzędy. Białostocki Szlak Tatarski prowadzi przez miejscowości: Kruszyń, Bohoniki (znajdują się tu drewniane meczety i muzułmańskie cmentarze), Nietupa i Sokółka.

Południowo-wschodnia część województwa jest zamieszkała przez Białorusinów – najliczniejszą grupę reprezentującą mniejszości narodowe. Nieliczne ślady pozostały po ludności żydowskiej mieszkającej na tych terenach przed II wojną światową. Jednym z największych skupisk Żydów w tym regionie był Tykocin. Ocalała tu synagoga. Litewski folklor i sztuka ludowa najlepiej zachowały się w Puńsku i jego okolicach, gdzie do dzisiaj mieszkają Litwini.

Jednym z najczystszych w Europie miast jest Augustów. Od 1993 roku ma status miejscowości uzdrowskiej. Swoje uzdrowskie właściwości zawdzięcza: bogatym złożom borowiny, leczniczemu mikroklimatowi i wodzie mineralnej. Najstarsza woda mineralna tego typu w Polsce jest wydobywana z jednego z najgłębszych ujęć w Polsce (482 m), w sercu Puszczy Augustowskiej.

Warto odwiedzić

Liczba miejsc i obiektów, które warto odwiedzić w województwie podlaskim jest ogromna. Są wśród nich związane z historią wszystkich nacji, które żyły na tej ziemi, wykopaliska, kościoły, pałace, skanseny. Z długiej listy warto zobaczyć:

- barokowy zespół pałacowo-parkowy Branickich, tzw. Wersal Podlaski w Białymstoku;
- budowle gotyckie w Łomży (katedra), Wąsoszu, Wiźnie;
- obiekty sakralne z czasów baroku



foto: Piotr Sawicki



foto: Wiktor Wołkow

w Tykocinie, Drohiczynie, Bielsku Podlaskim, Sejnach, Siemiatyczach, Wi-grach, Supraśli, Ciechanowcu, Szczuczynie, Choroszczy, Łomży;

- Kanał Augustowski – zabytek techniki, wybitne dzieło inżynierskie pierwszej połowy XIX wieku;
- Muzea Okręgowe w Białymstoku, Łomży, Suwałkach;
- Muzeum Kurpiowskie w Nowogrodzie (skansen budownictwa kurpiowskiego);
- Muzeum Rolnictwa w Ciechanowcu (skansen mazowiecko-podlaskiego budownictwa ludowego);
- Muzeum Ikon w Supraśli.



W Hajnówce w parku można obejrzeć miniatury zabytków m.in. z Białowieży, Ciechanowca, Choroszczy, Puchły i Narwi. Są to obiekty architektury sakralnej oraz pałace, dworki i inne budowle Podlasia.

Imprezy cykliczne w województwie podlaskim:

Kwiecień – Dzień Śledzia;

Maj – Festiwal Pieśni Białoruskiej; Międzynarodowy Festiwal Hajnowskie Dni Muzyki Cerkiewnej (Hajnówka);

Czerwiec – Turniej Gwiazd na wyciągu z Trójką oraz Triathlon Papieski

Lipiec – Festiwal Jazzu Tanecznego „Spotkania z Louisem Armstrongiem”; Międzynarodowy Konkurs Skoków na Nartach Wodnych; Mistrzostwa Polski w Pływaniu na Byle Czym; Motorowodne Mistrzostwa Świata Łodzi Wytrzymałościowych „Necko Endurance”; Wie-

czory Kabaretowe „Lejemy Wodę”; Dni Krynek z Wieczorem Czterech Kultur;

Sierpień – Ogólnopolski Spływ Kajakowy Rospudą; Balladowe Nocki nas Neckiem; Rock Szanty Festiwal Serwy (Płaska); Camerata Augustoviana; Regaty Kulinarne;

Wrzesień – Augustowski Rajd Konny;

Październik – Białowiecki Bieg Żubra (Białowieża); Międzynarodowy Przegląd Litewskich Kapel Ludowych (Sejny);

Grudzień – Konkurs Gry na Instrumentach Pasterskich (Ciechanowiec).

Położenie: województwo leży w północno-wschodniej części Polski. Graniczy z województwami: warmińsko-mazurskim, mazowieckim i lubelskim oraz z Litwą i Białorusią. **Ośrodek administracyjny:** Białystok; **Powierzchnia:** 20 180 km² (6,5% powierzchni Polski); **Liczba mieszkańców:** 1224 tys.

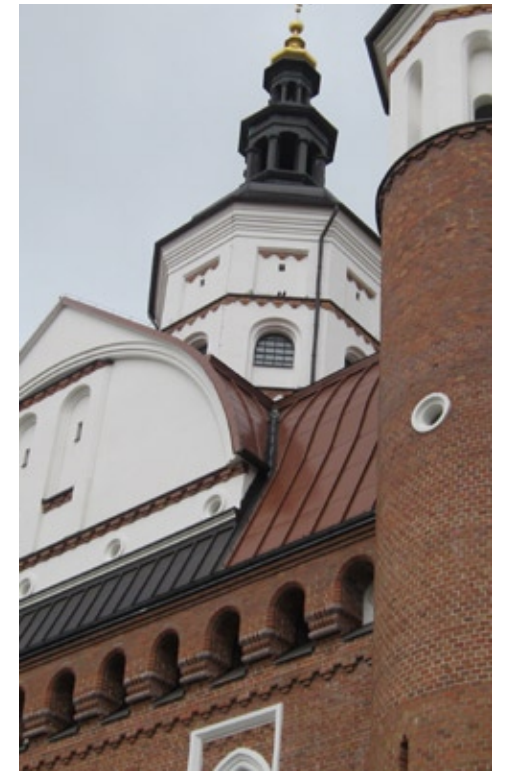


foto: Wiktor Wołkow



for: TimeMachine



Podlasie zamieszkuje wiele nacji, żyją tu Litwini, Białorusini, Ukraińcy, Rosjanie, Tatarzy, Romowie, a w przeszłości także Żydzi i Niemcy. Region aspiruje do wielokulturowości. To ogromne bogactwo: historyczne, religijne, obyczajowe, kulturowe, a także kulinarne.

Podlasie ma się czym pochwalić: lista tradycyjnych specjalów, wywodzących się z kuchni żyjących na Podlasiu kiedys i współcześnie narodów, jest długa. Można na niej znaleźć i kumpię (dojrzejająca szynka), i mrówkowca, i pierkaczewnik. Są soczewiaki sejnieńskie



i chołodziec litewski, babka i kiszka ziemniaczane, sękacz i kołduny litewskie, kindziuk z Puńska i ogórki kwaszone znad Narwi. Produkty te brały udział w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”. Produkty te brały udział w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”. Zostały nagrodzone, a wiele z nich otrzymało prestiżową nagrodę „Perły”.

Z podlaskich produktów 45 jest zarejestrowanych na Liście Produktów Tradycyjnych. Ostatnio zostały na nią wpisane makowiec z Ejszeryszek i miód augustowski. Pierwszym podlaskim produktem zarejestrowanym w Unii Europejskiej jest pierkaczewnik – Gwarantowana Tradycyjna Specjalność (GTS). Do unijnych oznaczeń aplikują ser koryciński swojski i miód z Sejneńszczyzny/Łódzieszczyzny – wnioski zostały już wysłane do UE. Trwają prace nad przygotowaniem wniosków dla miodu augustowskiego, lipca białowieskiego i dla sera z Wiżajn.



Wszystkie podlaskie produkty tradycyjne są dostępne dla amatorów ich smaku. Podobnie jak w innych województwach, sprzedawane są na okazjonalnych jarmarkach, kiermaszach i festynach. Można je nabyć w małych rodzinnych firmach, w których własny surowiec pozwala na uruchomienie małej masarni czy piekarni przy gospodarstwie rolnym. W gospodarstwach agroturystycznych podawane są potrawy kuchni regionalnej i produkty wytwarzane z przydomowych surowców. Konsumenci znajdą je także w niektórych restauracjach: Litewskie dania można zjeść w „Domu Litewskim” w Sejnach, tatarskie specjały są w jadłospisie „Tatarskiej Jurty” w Kruszynianach, rosyjskie smaki oferuje „Restauracja Carska” w Białowieży. Na Podlasiu jest wiele rzek i jezior, w których żyją różne gatunki ryb. W miejscowościach nad nimi położonych można zjeść ryby pod każdą postacią.





Pomorskie
dobry kurs



WOJEWÓDZTWO
POMORSKIE

Województwo pomorskie to region w większości nadmorski. Aż 36 proc. jego powierzchni zajmują ponad tysiąc jezior i lasy. Czyste środowisko i dziedzictwo przyrodniczo-kulturowe mają wpływ na rozwój różnych form rekreacji, w tym pobytów wypoczynkowych, turystyki krajoznawczej i kongresowej, agroturystyki i ekoturystyki.

O regionie można powiedzieć, że jest „wielofunkcyjny”. Rozwinęły się tutaj niemal wszystkie rodzaje funkcji gospodarczych: gospodarka morska, przemysł przetwórczy, rolnictwo, turystyka i rekreacja, leśnictwo, wyspecjalizowane usługi o znaczeniu ponadregionalnym (nauka i edukacja, kultura, ochrona zdrowia) oraz ponadregionalna infrastruktura (transport morski, lotniczy i lądowy).

Warunki do prowadzenia produkcji rolnej są zróżnicowane, zarówno pod względem jakości gleb, jak i sposobu organizacji gospodarstw i technologii stosowanych w produkcji. W Pomorskiem jest ok. 58 tys. gospodarstw rolnych prowadzących działalność rolniczą. Ok. 80 % ogólnej liczby gospodarstw ma powierzchnię powyżej 1 hektara. Tych największych – powyżej 50 ha jest ponad 3%. Zdecydowana większość gospodarstw specjalizuje się w produkcji roślinnej. Pozostała część w trzodzie chlewnej i bydle mlecznym. Rozwija się także rolnictwo ekologiczne.

Morze, góry i jeziora

Pomorskie jako jedno z trzech województw ma dostęp do Bałtyku. To tu uchodzi do morza królowa polskich rzek – Wisła. Ta największa z polskich rzek ma 1047,5 km długości, na województwo pomorskie przypada 95,5 km. Z Wisłą sąsiaduje system polderowy Żuław Wiślanych, przeciętych granicą województw pomorskiego i warmińsko-mazurskiego. Najdłuższymi rzekami w regionie są: Wierzyca, Słupia, Łeba, Radunia i Łupawa, nie licząc tych, które źródła mają w głębi Polski (Brda, Wda czy Wieprza). W regionie znajduje się najdalej na północ wysunięty skrawek Polski: przylądek Rozewie (gmina Władysławowo): 54°50' szerokości geograficznej północnej.



Województwo pomorskie: powierzchnia – 1,8 mln ha, liczba mieszkańców – 2,2 mln osób (co stanowi 5,7% ludności Polski)



for. TimeMachine



Rajem dla miłośników sportów wodnych i wędkarzy są nie tylko wody Bałtyku, zatoka Pucka i Zalew Wiślany, ale też kaszubskie i kociewskie jeziora, nie mniej atrakcyjne niż te na Mazurach. Przybrzeżne jezioro Łebsko jest trzecim co do wielkości jeziorem w Polsce (po Śniardwach i Mamrach). Ma 7140 hektarów powierzchni, zmniejszającej się co roku za przyczyną nasypujących na brzegi ruchomych wydmy – kolejnej pomorskiej osobliwości.

W województwie pomorskim, uznawanym za jedno z najbardziej zielonych miejsc w Polsce, są dwa parki narodowe – Słowiński Park Narodowy, słynący z ruchomych wydmy oraz Park Narodowy Borów Tucholskich, będący elementem jednego z największych zespołów leśnych w kraju.

Kolejnym wyróżnikiem jest zieleń. Województwo pomorskie należy do najbardziej zalesionych: lasy oraz



tereny zadrzewione pokrywają 37,2 proc. powierzchni (3. miejsce w kraju, po lubuskim i podkarpackim). Największe zwarte kompleksy znajdują się w zachodniej części, wśród nich Bory Tucholskie, jeden z większych obszarów leśnych w Europie. Pomorskie posiada rozbudowany system obszarów chronionych, obejmujący 2 parki narodowe, 7 parków krajobrazowych oraz 44 obszary chronionego krajobrazu, o łącznej powierzchni równej 33% obszaru województwa. Zróżnicowanie krajobrazowe sprawia, że województwo ma do zaoferowania przyrodniczo atrakcyjne krainy: Pobrzeże Słowińskie z pasmem wydmy ruchomych, obszar depresyjny do 1,8 m ppm Żuław („Małą Holandią”) i obszar wyżynny z Wieżycą (329 m npm) – najwyższym wzniesieniem na Niżu Środkowoeuropejskim, nazywany Szwajcarią Kaszubską.

Warto również wspomnieć o zabytkach będących wizytówką tego regionu, z których najbardziej okazałymi są warowne zamki pozostałe po zakonach rycerskich: krzyżaków, joannitów i templariuszy. To tu znajduje się największa w Europie warownia – zamek w Malborku.



Wielkim bogactwem Pomorskiego jest bursztyn. Od wieków wydobywany. W województwie istnieje cały „przemysł” bursztynowy: zbieracze, ci, którzy tworzą wyroby z bursztynu oraz sprzedający. Jest też wielu artystów, dla których bursztyn jest tworzywem i inspiracją. Ważne miejsce zajmuje bursztyn w ofercie turystycznej województwa, począwszy od ekspozycji muzealnych, przez galerie i wystawy, w których pre-



zentowana jest obróbka, po miejsca, imprezy i wydarzenia z nim powiązane.

Spacer nad Motławą

W województwie pomorskim znajdują się oryginalne szlaki turystyczne: bursztynowy, menonitów, zamków gotyckich. Szlak domów podcieniowych na Żuławach można zwiedzać z okien kolejki wąskotorowej, szlak zabytków hydrotechniki można poznać podążając wzdłuż niego szlakiem kajakowym (Radunia, Słupia), a szlak latarni morskich – podróżując ścieżkami rowerowymi itp. Można wsiąść na tramwaj wodny i wraz z rowerem przedostać się na Półwysep Helski i tam spędzić wiele niezapomnianych chwil. Poza tym nigdzie indziej nie ma tak dobrych warunków do uprawiania windsurfingu i kitesurfingu niż na Zatoce Puckiej i Gdańskiej. Różnorod-



for. TimeMachine

ność w ukształtowaniu terenu pozwala na zróżnicowany wypoczynek o każdej porze roku. Zimą zapraszają doskonale przygotowane stoki narciarskie – Wieżycę, Przywidz, Łysa Góra. W kaszubskich lasach są warunki do uprawiania narciarstwa biegowego. Wiosną zapraszają liczne szlaki konne na Kociewiu oraz szlaki nordic walking na Kaszubach.

Do ważnych zabytków w Gdańsku należą: Ratusz Starego Miasta, Dwór Artusa, Kościół św. Katarzyny, Bazylika



for. TimeMachine

Mariacka Wniebowzięcia NMP, zespół katedralny w Oliwie oraz Westerplatte. Stary Żuraw nad Motławą zachęca do spaceru po nabrzeżu, gdzie tak wiele innych zabytkowych budynków. Z Gdańskiem nierozdzielnie związany jest bursztyn i sztuka bursztyniarska, którą gdańscy bursztynnicy rozwinęli do tego stopnia, że jest jedną z najlepszych na świecie. Ponadto znajduje się tu siedziba Krajowej Izby Gospodarczej Bursztynu, prowadzone są badania naukowe w tym zakresie oraz odbywają się największe na świecie targi bursztynu.

Sopot to znane (już nie tylko w Polsce) całoroczne centrum rozrywki z kurortem w rodowodzie i najdłuższym drewnianym pomostem w Europie (511,5 m). To legendarny Spatif i tętniący nocnym życiem „Monciak”. Najmłodszą częścią Trójmiasta jest Gdynia – miasto zbudowane od podstaw w dwudziestym wieku jako jedyny wówczas port w granicach Polski.

Z Pomorza wywodzą się wielkie postaci historyczne i współczesne osobowości: autor „Mazurka Dąbrowskiego” Józef Wybicki, Artur Schopenhauer – wybitny filozof, i Daniel Fahrenheit – wynalazca termometru, astronom Jan Heweliusz, nobliści Günther Grass i Lech Wałęsa...

Pomorze to „dotyk” historii i smak nowoczesności. Tylko tu jest niespotykana gdzie indziej przyroda i współczesna technika, skarby dawnej sztuki (Hans Memling, oliwskie organy) i znakomici młodzi artyści (Moździerz, Tymon i Trzaska, Chwin, Huelle i Abramowicz, Bzdyl i Eltermann, Nieznalska).



ŚLEDŹ NAJLEPSZY Z WÓDKĄ



for: TimeMachine

Województwo pomorskie to kraina sprzyjająca zmianie typu produkcji rolnej z konwencjonalnej na ekologiczną. Mało zanieczyszczone powietrze, gleby i wody oraz duża ilość jezior i lasów, zwłaszcza w podregionach: słupskim, nadmorskim, kaszubsko-kociewskim, rozległe tereny objęte parkami krajobrazowymi, narodowymi i innymi formami ochrony przyrody sprawiają, że tutejsi rolnicy znajdują warunki przyjazne dla rozwoju rolnictwa ekologicznego. Pomorska żywność wysokiej jakości to nie tylko plody rolnictwa ekologicznego, ale także bogata kuchnia regionalna.



W 2008 Pomorskie dołączyło do elitarnego stowarzyszenia tych regionów Starego Kontynentu, które mogą poszczycić się szczególnie wysoką jakością produkowanej lokalnie żywności. Zostało członkiem Europejskiej Sieci Regionalnego Dziedzictwa Kulinarne. Członkostwo w sieci ma znaczenie przede wszystkim prestiżowe – potwierdza wysoką jakość żywności i jej ścisły związek z regionem. Ale otwiera też rynek zbytu dla producentów – rolników (jako producentów surowca) i przetwórców (jako dostawców

i kreatorów zdrowego stylu życia, opartego na wysokiej jakości pożywienia).

Wstępem do członkostwa Pomorskiego w sieci była lista produktów tradycyjnych, prowadzona przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Niezwykła aktywność mieszkańców regionu spowodowała, że od początku Pomorze utrzymuje się na niej w ścisłej czołówce. Największą szansę na wpis na listę produktów tradycyjnych mają przede wszystkim wyroby, których sekret produkcji przechodzi w rodzinie z pokolenia na pokolenie. Najlepsze przykłady to nalewka Onisiówka, której skład od 40 lat jest owiany tajemnicą dla osób spoza rodziny Onisiewiczów, albo piernik z kamionki, którego recepturę przodek obecnych właścicieli przepisu opracował około roku 1912.

Wysoką pozycję na liście zawdzięczamy przede wszystkim aktywności mieszkańców Pomorza. Prężnie działają w tej materii m.in. stowarzyszenia Kościerska Chata, Kociewskie Forum Kobiet, Kobiety – Kwiaty Kociewia, Koło Gospodyń Wiejskich w Łęgu. Ich członkinie i członkowie nie wahają się wdziać ludowego stroju i jechać choćby na drugi koniec Polski, żeby promować pomorskie potrawy: ruchanki, fefernuski, nalewkę bursztynową czy przystawki z żurawiny.

Wiele produktów z Pomorskiego, które są dzisiaj na liście produktów tradycyjnych, to laureaci ogólnopolskiego konkursu „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”. Niektóre otrzymały najwyższą nagrodę, czyli „Perłę”, inne zajęły pierwsze, drugie lub trzecie miejsce. Od kilku lat regionalny finał konkursu odbywa się w końcu maja, w parku i na dziedzińcu przy Katerze Oliwskiej, w czasie Pomorskiego Święta Produktu Tradycyjnego. Impreza promuje województwo pomorskie poprzez żywność wytwarzaną tradycyjnymi metodami, będącą jednocześnie elementem dziedzictwa kulturowego regionu. W imprezie tej biorą udział producenci produktów tradycyjnych z województwa pomorskiego. Dla mieszkańców Trójmiasta i turystów, którzy nie mają na co dzień styczności z żywnością wytwarzaną w tradycyjny sposób, jest to okazja do poznania specjałów z różnych regionów Pomorza.



Efektom wszystkich tych wspólnych – pomorskiego samorządu i mieszkańców – działań jest także pierwszy w naszym województwie europejski znak Chronione Oznaczenie Geograficzne, przyznany truskawce kaszubskiej (kaszëbsci malëne) (też produkt z „Perłą”). Certyfikaty nadawane przez Komisję Europejską to nie tylko dowód uznania dla jakości żywności, ale także ochrona prawna. Nazwa „truskawka kaszubska” jest zastrzeżona tylko dla owoców odmian Elsanta, Honeoye i Senga Sengana, rosnących w powiatach: kartuskim, kościerskim i bytowskim, oraz w gminach: Przywidz, Cewice, Wejherowo, Luzino, Szemud, Linia i Łęczyce.

Czym jeszcze może pochwalić się Pomorskie? Mamy tu kilku producentów szeroko znanych w Polsce, ale także i na świecie. Jako przykłady firm kojarzonych z żywnością o wysokiej jakości można przywołać Fungopol (producent przetworów z owoców runa leśnego), Okręgową Spółdzielnię Mleczarską w Starogardzie Gdańskim (masło kociewskie), MIK (olej rzepakowy tłoczony na zimno) czy Ser-Milk (ser pleśniowy Słupski Chłopczyk).

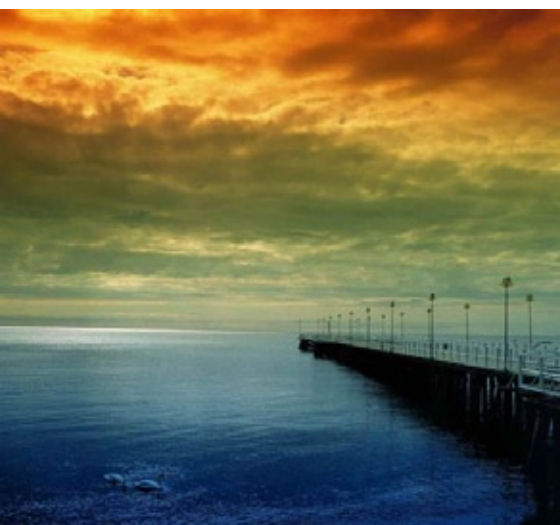


for: TimeMachine



ŚLEDŹ NAJLEPSZY Z WÓDKĄ





fot. Tomasz Legutko

Styczeń/luty

- Ostrzyce:
Mistrzostwa Kaszub w Powożeniu na Szłópie „Kaszëbskõ Szłõpa”
- Sierakowice:
Przegląd Zespołów Kolędniczych Województwa Pomorskiego

Marzec/kwiecień

- Wdzydze Kiszewskie:
Od Palmowej Niedzieli do Wielkanocnego Poniedziałku
- Stare Pole:
Pomorski Stół Wielkanocny
- Żukowo:
Wojewódzki Turniej Kół Gospodyń Wiejskich



fot. TimeMachine

Maj

- Kluki:
Czarne Wesele, Muzeum Wsi Słowińskiej
- Wdzydze Kiszewskie:
Majówka w muzeum
- Gdańsk-Oliwa:
Święto Produktu Tradycyjnego
- Wdzydze Kiszewskie:
Zielone Świątki, Ścinanie kani

Czerwiec

- Nowy Dwór Gdański:
Dni Żuław i Jarmark Żuławski
- Jastarnia, Kuźnica, Władysławowo,
Puck: Morska Pielgrzymka Rybaków
- Żłota Góra koło Kartuz:
Truskawkobranie

Lipiec

- Co roku w innym mieście:
Zjazd Kaszubów
- Bytów (Zamek):
Jarmark Pomorski
- W kilku miejscowościach na Kaszubach jednocześnie:
Międzynarodowy Festiwal Folkloru
- Kluki, Muzeum Wsi Słowińskiej:
Dni z muzyką i chlebem
- Kluki, Muzeum Wsi Słowińskiej:
Dni rzemiosł i technik
- Chmielno:
Mistrzostwa Polski w Zązywaniu Tabaki, czyli Chmieleńska Biesiada z Tabaką
- Kartuzy:

- Jarmark Kaszubski
- Wdzydze Kiszewskie:
Jarmark Wdzydzki
- Słupsk, Zamek Ksiąząt Pomorskich:
Jarmark Gryfitów
- Wygoda Łączyńska:
Poznaj Smak Kaszub/ Malënowi Bëks

Sierpień

- Dzierżgoń:
Festiwal 3 Kultur
- Wdzydze Kiszewskie:
Święto Matki Boskiej Zielnej
- Wiele:
Turniej Gawędziarzy Ludowych Kaszub i Kociewia
- Nadole:
Festyn folklorystyczny Krancbal
- Przdokowo:
Jarmark Przdokowski

Wrzesień

- Swołowo” Muzealna Zagroda Albrechta:
Regionalny Konkurs na Pomorską Nalewkę
- Pelplin:
Jarmark Cysterski
- Osieczna:
Święto Grzyba u Lasaków
- Kluki:
Muzeum Wsi Słowińskiej – Jesień się pyta, co lato zrobiło. Pożegnanie lata
- Żukowo:
Zjazd śpiewaków kaszubskich
- Wdzydze Kiszewskie:
Z motyką na bulwy

Październik

- Karzniczka:
Słupskie Pokopki

Listopad

- Co roku w innym mieście:
Kaszubskie Dyktando
- Debrzno:
Pomorski Przegląd Zespołów Folklorystycznych, Biesiadnych i Kapel Podwórkowych im. Świętego Andrzeja

Grudzień

- Stare Pole: Wojewódzki Przegląd „Pomorski Stół Bożonarodzeniowy”
- Łeba:
Festiwal Pomuchla
- Malbork:
Najsmaczniejszy
- Jarmark Adwentowy Pomorza
- Wdzydze Kiszewskie:
Gwiazdka we Wdzydzach
- Słupsk:
Słupski Koszyk Regionalny



Źródła tekstowe i fotograficzne:
www.pomorskie.eu.
Źródła fotograficzne: *Gazeta Wyborcza*,
Agnieszka Małek.
Więcej o województwie pomorskim:
www.prot.gda.pl
www.pomorskie.eu



Śląskie.
Pozytywna energia



WOJEWÓDZTWO
ŚLĄSKIE

Śląskie to zadowoleni i energiczni ludzie, bogate życie kulturalne oraz gospodarka, która kojarzy się ze stylem życia, z przedsiębiorczością, zwłaszcza w tzw. small-biznesie. Jesteśmy energetycznym kręgosłupem Europy, co potwierdza obraz Śląska widziany z kosmosu – jarząca się wstęga, a nie czarna dziura. To stąd czterobarwne logo regionu: żółty, zielony, niebieski i czarny. „Pozytywna energia” – określenie, z którym region może się kojarzyć w Polsce i na świecie. W oparciu o tę ideę Województwo Śląskie buduje swoją strategię marketingową w dziedzinie atrakcyjności gospodarczej, inwestycyjnej oraz turystycznej regionu.

Słowo „energia” najlepiej przystaje do wizerunku regionu. To nie tylko wytwarzany tutaj prąd, ale także zadowoleni i energiczni mieszkańcy, którzy kipią pomysłami. Region promieniuje także energią duchową, która wynika z żywego dziedzictwa kultury. Najlepszym przykładem tego jest Jasna Góra. Naszym atutem w promocji gospodarczej jest etos pracy, duch przedsiębiorczości oraz wręcz przysłowiowe zamiłowanie do porządku. Jest to najlepsza zachęta dla inwestorów. Śląskie dysponuje licznymi atutami promocji turystycznej. Należą do nich, oprócz Beskidu Śląskiego i Jury Krakowsko-Częstochowskiej, m.in. szlaki: zabytków techniki, architektury drewnianej oraz miejsca pielgrzymkowe. Przekaz o wyjątkowo atrakcyjnych walorach turystycznych regionu powinien być adresowany do poszczególnych grup docelowych, np. turystów zainteresowanych wypoczynkiem weekendowym, zabytkami kultury miejskiej, wypoczynkiem agroturystycznym itp.

Huty i kopalnie

Województwo śląskie jest powszechnie uważane za region przemysłowy. Jednak w ostatnim piętnastoleciu struktura jego gospodarki uległa znacznym przeobrażeniom. Obecnie główną gałęzią gospodarki regionu są usługi, które podobnie jak w reszcie kraju, mają największy udział w budowie PKB (63% PKB). Ich udział w ogólnej produkcji wojewódzkiej systematycznie rośnie. Udział przemysłu w PKB województwa



fol. TimeMachine



fol. TimeMachine



foto: TimeMachine

wynosi około 34%. Rolnictwo wytwarza 4% PKB i jest to najniższy wskaźnik wśród polskich województw. Śląskie jest najsilniej uprzemysłowionym regionem w Polsce. Decyduje o tym zarówno bogata i różnorodna baza surowcowa, jak też stan zagospodarowania produkcyjnego oraz wykwalifikowana kadra pracowników. Przemysł województwa śląskiego jest zróżnicowany. Reprezentowane są tu prawie wszystkie gałęzie przemysłu wydobywczego i przetwórczego.

czego. Cechą charakterystyczną jest przewaga przemysłu ciężkiego, opartego na lokalnych surowcach, głównie złożach węgla kamiennego. Przemysł w regionie jest rozmieszczony nierównomiernie. Największe zagęszczenie zakładów przemysłowych występuje w jego środkowej i środkowo-zachodniej części. W strefie tej wyróżnia się dwa okręgi przemysłowe – górnośląski i rybnicki. Oba okręgi są ze sobą ściśle powiązane pod względem produkcyjnym.

Górnośląski Okręg Przemysłowy (GOP) obejmuje centralną, najbardziej zurbanizowaną część województwa. Cechuje się silnym zagęszczeniem zakładów przemysłu paliwowo-energetycznego, metalurgicznego i elektromaszynowego. Największymi ośrodkami przemysłowymi są: Katowice, Ruda Śląska, Gliwice, Dąbrowa Górnicza, Sosnowiec, Bytom i Zabrze. Rybnicki Okręg Węglowy (ROW) charakteryzuje się wysokim zatrudnieniem w górnictwie. Z tego okręgu pochodzi 30% krajowego wydobycia węgla kamiennego. Głównymi ośrodkami są: Rybnik i Jastrzębie Zdrój. Inne znaczące ośrodki na mapie gospodarczej województwa to: Częstochowa, Bielsko-Biala i Zawiercie.

Węgiel kamienny – zwany czarnym złotem, niekwestionowane bogactwo Śląska.

Pierwsze wzmianki o eksploatacji węgla kamiennego w okolicach Rudy Śląskiej pochodzą z około 1540 roku. Sto lat później istniało już dość dużo kopalń, ale były to zakłady małe, prowadzące eksploatację odkrywkową na potrzeby kuźni, cegielni czy wapienników. Ich łączna produkcja nie przekraczała wówczas kilkuset ton węgla rocznie. Do najstarszych kopalń należą „Murcki” w Katowicach, „Wawel” w Rudzie Śląskiej, „Ruhberg” w Mysłowicach i „Reden” w Dąbrowie Górniczej. Szybki rozwój górnictwa węgla kamiennego datuje się od założenia w 1791 roku kopalni państwowych „Król” w Chorzowie i „Królowa Luiza” w Zabrzu. Zapotrzebowanie na węgiel wyraźnie wzrosło po wprowadzeniu do zakładów przemysłowych maszyn parowych oraz po zastosowaniu koksu i węgla do wytopu surówki w hutach żelaza. Jednak najważniejszym odbiorcą węgla kamiennego było hutnictwo cynku. Do połowy XIX wieku prawie cały wydobyty węgiel zużywano na miejscu, w Zagłębiu Górnośląskim, rozwożąc go z wykorzystaniem

niem transportu konnego. Część węgla soplawiano Przemszą i Wisłą do innych ziem polskich, a po wybudowaniu linii kolejowej Mysłowice–Berlin (1846), do centrum Prus. Liczba kopalń ciągle się zmieniała, ostatecznie ustabilizowała się na poziomie 50–70. Pod koniec XIX wieku oraz w okresie międzywojennym węgiel kamienny wydobywano także nielegalnie, w prymitywnych szybach, zwanych biedaszybami. Szczególnie dużo powstało ich w okolicach Dąbrowy Górniczej oraz w powiatach katowickim, świętochłowickim, rybnickim i pszczyńskim. Wielkość wydobycia węgla w okresie międzywojennym była uzależniona głównie od potrzeb rynku niemieckiego.

Po II wojnie światowej górnictwo węgla kamiennego na Górnym Śląsku stało się podstawą polskiej gospodarki. Obecnie w granicach województwa śląskiego położona jest większość złóż węgla kamiennego Górnośląskiego Zagłębia Węglowego (GZW), z wyjątkiem złóż kopalni „Janina” i „Brzeszcze” (małopolskie). W 2006 roku zasoby bilansowe węgla kamiennego w granicach województwa śląskiego określono na 31 mld ton. Do końca lat 80. XX wieku eksploatacja węgla kamiennego w województwie cały czas wzrastała, a od 1988 roku zaznacza się stopniowy spadek jego wydobycia. W 2006 roku produkcja węgla wynosiła prawie 80,1 mln ton. Według najnowszych prognoz wystarczalność zasobów węgla w poziomach czynnych i w budowie jest szacowana na kilkana-

ście lat i w 2020 roku eksploatacja będzie prowadzona tylko w 14 kopalniach, a wydobycie wyniesie maksymalnie 58 mln ton.

Rudy żelaza – minione bogactwo.

Początki górnictwa na ziemiach województwa śląskiego związane są z pozyskiwaniem płytko zalegających darniowych rud żelaza. Rudy zbierano z powierzchni, wylamywano spod darni lub wybierano czerpakami ze zbiorników wodnych. Zasadniczy okres eksploatacji i przeróbki rud żelaza rozpoczął się jednak w średniowieczu, około XIII wieku. Największe znaczenie gospodarcze miało górnictwo rud żelaza w rejonie częstochowskim. Kopalnie istniały m.in. w Rudnikach, Poczesnej, Wręcycy, Kłobucku. Na początku XX wieku w rejonie tym istniało około 20 kopalń rud żelaza. Górnictwo w okolicach Częstochowy i Kłobucka odgrywało zasadniczą rolę nie tylko w skali województwa śląskiego, ale i Polski, osiągając maksymalne wydobycie w 1968 roku – 3 mln ton. Obecnie złoża rud żelaza zostały skreślone z krajowego bilansu zasobów, gdyż ich parametry nie spełniają warunków ekonomicznych.

Rudy srebra i ołowiu

Tradycje górnictwa rud srebra i ołowiu na obszarze województwa śląskiego sięgają pierwszej połowy XII wieku. W świetle odkrytego ostatnio w Dąbrowie Górniczej pieca do wytopu ołowiu, datowanego na XI wiek należy przyjąć,



że górnictwo to rozpoczęło się około 100 lat wcześniej. Głównym ośrodkiem wydobycia i przetopu galeny do XV wieku był Bytom. Pod koniec XV wieku odkryto rudy w okolicach Tarnowskich Gór. W XV i XVI wieku ponownie rozwija się też górnictwo we wschodniej części województwa koło Sławkowa i Strzemieszyc.

Na początku XVIII wieku zaznaczył się wyraźny upadek górnictwa rud srebra i ołowiu, ale 100 lat później górnictwo to odradza się z całą intensywnością w związku z odkryciem sposobu produkcji cynku z galmanu. Huty, ze względu na wysokie koszty transportu paliwa, zakładano przy kopalniach węgla kamiennego. W latach 30. XIX wieku na potrzeby około 40 hut wydobywano galman brylasty w szybach drążonych jeden obok drugiego, na ogół na głębokość nieprzekraczającą kilkunastu metrów, czyli do poziomu wód. Wielkie ilości rudy cynku uzyskiwano przebierając i przepłukując hałdy na powierzchni starych pól górniczych. Przełom w technice odwodnienia kopalń nastąpił w połowie XIX wieku z chwilą wprowadzenia pomp. Dzięki temu w drugiej połowie XIX wieku w niecce bytomskiej eksploatacja sięgnęła 110 m w głąb ziemi. W okresie międzywojennym w rejonie bytomskim funkcjonowało 10 kopalń, a po II wojnie światowej eksploatację prowadzono w 5 kopalniach, ostatnie z nich wstrzymały wydobycie w 1989 roku. Najlepiej zbadane i najbogatsze jest złożo położone w okolicach Zawiercia, ale nie jest eksploatowane.





Na Śląsku są także złoża: metanu – koncesję na jego wydobycie mają aktualnie tylko 3 firmy; dolomitów; wapiń i margli; kruszyw naturalnych, czyli luźnej mieszaniny materiału okruchowego – piasków, żwirów i otoczków; piasków posadzkowych i formierskich; surowców ilastych; kamieni drogowych i budowlanych – dolomitów, wapieni i piaskowców torfów – w okolicach Pszczyny i Cieszyna. Na terenie województwa występują też dwa niewielkie złoża gazu ziemnego (okolice Cieszyna) oraz węgla brunatnego (okolice Siewierza i Myszkowa).

Nie tylko przemysł

Województwo śląskie często kojarzone jest tylko z przemysłem ciężkim i górnictwem, tymczasem na terenach wiejskich województwa śląskiego żyje blisko 998 tysięcy osób, tj. ponad 21% mieszkańców regionu i 6,8% ludności wiejskiej Polski. Powierzchnia użytków rolnych wynosi 486 tys. ha (39,4% powierzchni województwa). Stosunkowo mały obszar użytków rolnych przy wysokim zaludnieniu powoduje, że na statystycznego mieszkańca naszego województwa przypada jedynie 0,11 ha, podczas gdy w kraju wskaźnik ten wynosi 0,42 ha. Średnia wielkość gospodarstw w regionie wynosi 4,5 ha, w tym użytków rolnych 4 ha, co w konsekwencji sprawia, że rolnictwo województwa śląskiego należy do najbardziej rozdrobnionych w kraju (14 miejsc). Najwięcej

użytków rolnych jest w subregionie północnym – aż 54% powierzchni.

Wielofunkcyjny rozwój obszarów wiejskich na Śląsku powinien koncentrować się wokół agroturystyki, przetwórstwa rolnego oraz usług, tak produkcyjnych jak bytowych oraz wysokospecjalistycznych: doradztwo produkcyjne, finansowe, prawne, usługi bankowe itp. W tym kierunku dążą władze województwa. W regionie śląskim realizuje się wiele programów oraz konkursów, których celem jest poprawa jakości życia na wsi oraz aktywizacja



społeczności lokalnej. Jednym z takich programów jest pilotażowy – w skali kraju – Program Owca Plus. Samorząd Województwa Śląskiego w 2007 r. przystąpił do realizacji Programu Aktywizacji Gospodarczej oraz Zachowania Dziedzictwa Kulturowego Beskidów i Jury Krakowsko-Częstochowskiej – Owca Plus, którego nadrzędnym celem jest ochrona środowiska przyrodniczego i zachowanie bioróżnorodności wybranych terenów, poprzez przywrócenie i utrzymanie wypasu owiec na halach i polanach górskich oraz murawach kserotermicznych w tych regionach. Po dwóch latach realizacji Programu powiększyła się powierzchnia terenów pastwiskowych, wzrosło pogłowie owiec, częściowo zmienił się skład runi, odbudowała jej bioróżnorodność. Wzrosło zaangażowanie społeczności lokalnych w podtrzymywanie miejscowej tradycji i zwyczajów oraz zainteresowanie pasterstwem. W 2010 roku podjęto uchwałę o przedłużeniu programu Owca Plus na lata 2010-2014.

Widok z Pszczyny

W województwie śląskim jest wiele atrakcji turystycznych: zabytki, w tym przemysłowe – jedyne w kraju; szlaki turystyczne; sanktuaria; piękne krajobrazy i przyroda.



Na Śląsku znajduje się kilkadziesiąt zamków i pałaców, pełniących niegdyś funkcje obronne lub reprezentacyjne. Prawdziwą perłą pośród nich jest zespół pałacowo-parkowy książąt pszczyńskich w Pszczynie, w którym mieści się Muzeum Zamkowe. Obiekt, zbudowany w stylu francuskiego neorenesansu ze znakomicie zachowanymi wnętrzami, otacza rozległy park krajobrazowy. Nieopodal, w Promnicach znajduje się urokliwy Zameczek Myśliwski, dawna rezydencja książąt pszczyńskich, w którym obecnie funkcjonuje luksusowy hotel i restauracja. Pograniczny charakter regionu dokumentuje kilkanaście zamków obronnych wzniesionych na Wyżynie Krakowsko-Częstochowskiej, leżących na Szlaku Orlich Gniazd. Po wielu obiektach zostały tylko ruiny. Do najbardziej malowniczych należą pozostałości zamku w Ogródzieńcu niedaleko Zawiercia oraz zamków w Olsztynie, Bobolicach i Mirowie. Śląskie pałace, zbudowane w XVIII i XIX w., w przeszłości były reprezentacyjnymi siedzibami rodzin ziemian-skich oraz właścicieli fabryk i kopalń, obecnie pełnią funkcję hoteli, muzeów lub szkół. Na Zadnim Groniu w Wiśle oddano do użytku, po remoncie, Zamek Prezydencki, który przed II wojną

światową pełnił rolę górskiej rezydencji prezydenta RP, Ignacego Mościckiego. Obecnie jest tu nadal siedziba głowy państwa. Miejsce to udostępniane jest również turystom.

Turystyka sakralna, w literaturze fachowej określana jest też jako turystyka



Powierzchnia ogólna województwa śląskiego – **12 333 km²**
W województwie śląskim **mieszka 4,64 mln osób.**

ka religijna lub pielgrzymkowa, zawiera w sobie dwie treści: turystykę religijną, inspirowaną krajobrazem religijnym, chęcią poznania znanych obiektów i ośrodków sakralnych różnych wyznań, ich architektury, wyposażenia itp. oraz turystykę pielgrzymkową, która podejmowana jest z wyłączenie z pobudek religijnych czy nakazów wiary. Miejsca sakralne województwo śląskie są niezwykle atrakcyjnym. Tu znajduje się najważniejsze polskie sanktuarium – Jasna Góra, tu działa kilkanaście lokalnych ośrodków pątniczych, są liczne ślady pobytu papieża Jana Pawła II itp. Województwo śląskie powstało na styku kilku historycznych i etnicznych regionów, spotkało się tu wiele religii i liczne wspólnoty religijne. Dość wspomnieć, że współcześnie w Wiśle działa 15 różnych Kościołów. Na terenie Śląskiego działa obecnie 7 diecezji Kościoła Rzymskokatolickiego (częstochowskiej, kieleckiej, sosnowieckiej, katowickiej, opolskiej, gliwickiej i bielsko-żywieckiej); 2 diecezje Kościoła Ewangelicko-Augsburskiego (katowickiej i cieszyńskiej) oraz diecezja łódzko-poznańska Polskiego Autokefalicznego Kościoła Prawosławnego.

Beskidy Śląski i Żywiecki – pasma górskie położone w południowej części województwa są wymarzone miejscem do uprawiania sportów narciarskich. Na amatorów „białego szaleństwa” czeka kilkaset stoków zjazdowych, z których większość jest sztucznie naśnieżana i oświetlona. W sezonie zimowym funkcjonuje tu ponad 150 wyciągów narciarskich oraz kilka kolejek linowych – gondolowa na Szyndzielnię w Bielsku-Białej, krzeselkowe na Skrzyczne w Szczyrku i Czantorię w Ustroniu oraz linowo-szynowa na górę Żar. Świetne warunki do uprawiania narciarstwa panują także w: Korbiewicach, Brennej, Ustroniu, Istebnej oraz w Wiśle, gdzie mieszka Adam Małysz, mistrz świata i triumfator Pucharu Świata w skokach narciarskich. Na stokach Beskidów spotkać można wielu miłośników nowych rodzajów narciarstwa: funkarvingu i ski-alpinizmu. Beskidy latem są idealnym miejscem na uprawianie turystyki pieszej. Piękne krajobrazy, nieskazitelna przyroda, sieć znakowanych szlaków turystycznych oraz liczne schroniska to atuty tutejszych gór. W Beskidach działa wiele hoteli, pensjonatów i prywatnych kwater o wysokim standardzie i przystępnej cenie.

Północna część województwa to tereny Wyżyny Krakowsko-Częstochowskiej, gdzie wapienne ostańce, bramy skalne i iglice tworzą idealne warunki do uprawiania wspinaczki skalnej, a liczne jaskinie stanowią prawdziwy raj dla grotolarzy. Nad głowami wędrujących turystów pojawiają się kolorowe skrzydła lotni i parolotni. Jura, bo tak zwyczajowo nazywa się Wyżynę Krakowsko-Częstochowską, to również wyśmienite tereny do jazdy rowerowej. Liczne ścieżki przygotowane z myślą o amatorach dwóch kółek pozwalają na aktywne korzystanie z uroków tej części regionu. Beskidy i Jura to miejsca dobrze znane także amatorom sportów ekstremalnych, takich jak: paintball, jazda na quadach czy skoki na bungee. Jest też woda: jeziora Żywieckie i Międzybrodzkie oraz zbiorniki Czaniec i Poraj odwiedza wielu miłośników sportów wodnych i wypoczynku nad wodą.

Folklor górali beskidzkich, mieszkańców Górnego Śląska i Zagłębia kulturowany jest przez liczne amatorskie zespoły ludowe. W Koszęcinie ma swo-

ją siedzibę znany nie tylko w Polsce zespół Pieśni i Tańca „Śląsk”. Okazją do zaprezentowania dawnych obyczajów, pieśni i tańców są liczne imprezy folklorystyczne. Do najbardziej znanych należą: „Żywieckie Gody”, „Tydzień Kultury Beskidzkiej” oraz „Międzynarodowy Studencki Festiwal Folklorystyczny”.

Szlak Architektury Drewnianej jest wspólnym przedsięwzięciem województw śląskiego, małopolskiego i podkarpackiego. W części śląskiej ma on 1060 km długości i obejmuje 93 obiekty oraz zespoły architektury drewnianej: kościoły, kaplice, dzwonnice, chałupy, karczmy, leśniczówki, pałacyk myśliwski, obiekty gospodarcze (młyn wodny i spichlerze), stojące w ich naturalnym otoczeniu. Na szlaku znajdują się też dwa skanseny: Górnośląski Park Etnograficzny w Chorzowie i Zagroda Wsi Pszczyńskiej w Pszczynie.

Szlak Zabytków Techniki to tematyczny, samochodowy szlak turystyczny o zasięgu regionalnym, obejmujący obiekty związane z dziedzictwem przemysłowym województwa śląskiego. Tworzy go ponad 30 obiektów związanych z tradycją górniczą i hutniczą, energetyką, kolejnictwem, łącznością, produkcją wody oraz przemysłem spożywczym. Intencją autorów projektu jest zbudowanie, w oparciu o najważniejsze i najciekawsze pod względem walo-



row historycznych i architektonicznych obiekty przemysłowe w regionie, markowego produktu turystycznego. Docelowo Szlak Zabytków Techniki ma stać się najbardziej interesującą trasą turystyki industrialnej w kraju oraz wizytówką regionu na turystycznej mapie Europy. Szlak Zabytków Techniki utworzono łącząc kilkadziesiąt obiektów. W założeniu ma być produktem integrującym i aktywizującym województwo śląskie. Szlak obejmuje m.in.: browary, muzea, osiedla mieszkaniowe, dworce PKP, obiekty postindustrialne, kopalnie, radiostację w Gliwicach itd. Szczegółowy wykaz obiektów zlokalizowanych na szlaku na stronie: www.slaskie.pl/szt/

Spośród niezmiernego bogactwa Ziemi Śląskiej godne polecenia są między innymi:

– Jasna Góra, Częstochowa

Klasztor OO. Paulinów na Jasnej Górze z Cudownym Obrazem Czarnej Madonny- duchowa stolica Polski. Skarbnica pamiątek narodowych. Miejsce wielu pielgrzymek papieża Jana Pawła II. www.jasnagora.pl

– Szlak Orlich Gniazd

Ogrodzieniec, Będzin, Olsztyn, Mirów, Bobolice. Malownicze ruiny średnio-wiecznych zamków i strażnic zbudowanych niczym orle gniazda na szczytach stromych skał wapiennych. Zamek

w Ogrodzieńcu jest miejscem wielu imprez plenerowych, koncertów i turniejów rycerskich. W zamku będącym skarbnią znajduje się ciekawa kolekcja broni i uzbrojenia. www.zamek-bedzin.pl

– Kopalnia Zabytkowa Rud Srebrnożelaznych, Tarnowskie Góry

Rozległy labirynt częściowo zalanych podziemnych chodników i wyrobisk pokopalnianych. Trasa turystyczna ma długość 1700 m, w tym odcinek 270 m pokonywany łodziami. Na terenie przylegającym do kopalni znajduje się skansen maszyn parowych.

www.kopalniasrebra.pl/KOPALNIA.asp

– Sztolnia Czarnego Pstrąga, Tarnowskie Góry

Przykład wspaniałego dzieła górniczego: 600-metrowy podziemny fragment starej sztolni, który zwiedza się, płynąc łodzią.

www.kopalniasrebra.pl/SZTOLNIA.asp

– Radiostacja Gliwice

Gliwicka „wieża Eiffła” (wysokość 111 m) – przykład konstrukcji drewnianej, unikatowej na skalę światową. Historyczne miejsce tzw. prowokacji gliwickiej – propagandowego usprawiedliwienia przez Hitlera wybuchu II wojny światowej.

www.radiostacjagliwicka.republika.pl

– Pustynia Błędowska, Będów

Położony między Błędowem i Kluczborem największy w Polsce obszar piasków lotnych, jedyna naturalna pustynia w Europie, częściowo zarośnięta roślinnością charakterystyczną tylko dla tego terenu.

– Skansen Górniczy Królowa Luiza, Zabrze

Zespół zabytkowych obiektów kopalnianych z czynną maszyną parową z 1915 r. i wieżą szybową. Możliwość zwiedzania podziemnych chodników i wyrobisk z początku XIX wieku, jazdy podziemną kolejką oraz pokaz pracy zabytkowych i współczesnych maszyn górniczych.

www.luiza.zabrze.pl

– Wojewódzki Park Kultury i Wypoczynku, Chorzów

Największy w Europie park miejski, gdzie na 600 hektarach zlokalizowano m.in.: Ogród Zoologiczny, Stadion Śląski, Wesołe Miasteczko, Planetarium, Rosarium, kolejki linową i wąskotorową, Górnośląski Park Etnograficzny oraz liczne restauracje i kawiarnie.

www.wpkiv.com.pl

– Hala widowiskowo-sportowa „Spodek”, Katowice

Obiekt o oryginalnej konstrukcji – architektoniczna wizytówka Katowic. Miejsce organizacji wielu imprez kulturalnych i sportowych o międzynarodowym charakterze.

www.spodek.com.pl

– Cysterskie Kompozycje Krajobrazowe Rud Wielkich, Rudy

Kompleks przyrodniczo-architektoniczny zakonu cystersów, w którego skład wchodzi zespół klasztorno-pałacowy i zabytkowy park z licznymi alejami, stawami i starym drzewostanem. W pocysterskim kościele znajdują się relikwie św. Walentego, patrona zakochanych.

– Tyskie Browary Książęce i Muzeum Piwowarstwa, Tychy

Cztery wieki nieprzerwanej tradycji warzenia piwa. Możliwość zwiedzania browaru oraz jedyne w Polsce Muzeum Piwowarstwa, które w oryginalny i no-



woczesny sposób ukazuje historię piwa oraz Tyskich Browarów Książęcych. www.kp.pl/zwiedz_tyskie.html

– Muzeum Zamkowe, Pszczyna

Zespół pałacowo-parkowy, zwany Perłą Górnego Śląska. W zamku, otoczonym wspaniałym parkiem w stylu angielskim, zachowały się oryginalne wnętrza z czasów cesarza Wilhelma II i księżnej Daisy (koniec XIX wieku).

www.zamek-pszczyna.pl

– Rezydencja Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej „Zamek”, Wisła

Górska rezydencja Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej. Zabytkowy zamczek z przedwojennym wystrojem, dostępny dla turystów, możliwość noclegów. www.zamek.wisla.pl



„Smaczniejszy” Śląsk

Województwo śląskie to tygiel regionalny, żyje tu ludność rdzenna i napływowa. W skład obecnego województwa wchodzi wschodnia część ziem górnośląskich (pozostała część Górnego Śląska znajduje się w granicach województwa opolskiego i Republiki Czeskiej) oraz ziemie małopolskie: Beskid Żywiecki, Zagłębie Dąbrow-

skie i Jura Krakowsko-Częstochowska. O wejściu tych ziem do województwa śląskiego zadecydowały względy gospodarcze. Dlatego region charakteryzuje się wielką różnorodnością. Rdzenni Ślązacy i Polacy z innych regionów kraju, wpływy niemieckie i czeskie, za czasów zaborów rosyjskie i austriackie, kultura żydowska i kultura wołoska, a po II wojnie światowej kultura kresowa – ta mieszanka ukształtowała swoiste dziedzictwo kulturowe regionu, miała też



wpływ na kuchnię regionalną. Dysponując taką różnorodnością grzechem byłoby niewykorzystanie tego bogactwa do kreowania nowego, „smaczniejszego” wizerunku województwa śląskiego.

Od chwili uchwalenia „Ustawy o rejestracji i ochronie nazw i oznaczeń produktów rolnych i środków spożywczych oraz o produktach tradycyjnych” (Dz.U. 2005, Nr 10, poz. 68 z późn.zm.) województwo śląskie wprowadziło na Listę Produktów Tradycyjnych (LPT) wiele produktów tradycyjnych. Obecnie jest ich na liście 111, reprezentują różne podregiony województwa i różne tradycje kulinarne. Jako pierwszy został wprowadzony na LPT ciulim lełowski. Tradycja jego przyrządzania wywodzi się z tradycyjnej kuchni Żydów, osiadłych w Lełowie za panowania Kazimierza Wielkiego. W II połowie XVIII wieku Lełów stał się znanym ośrodkiem chasydyzmu (odłamu judaizmu ortodoksyjnych Żydów). Chasydzi ze względu na religijny zakaz wykonywania pracy w czasie święta, przygotowywali potrawę wcześniej, a spożywali ją bezpośrednio po jego zakończeniu. Był to czulent, potrawa oparta na fasoli, kaszy gryczanej, mięsie i tłuszczu gęsim, pieczona w piecach chlebowych przez całą dobę. Katolicy mieszkańcy Lełowa, obserwując zachowanie ortodoksyjnych Żydów, stworzyli własną potrawę upodobnioną sposobem przygotowania do chasydzkiej, ale na bazie produktów wieprzowych. Jadali ciulim na śniadanie podczas świąt Bożego Narodzenia i Wielkanocy, wyjmując ją z pieca bezpośrednio przed spożyciem, po powrocie z nabożeństwa w kościele. Potrawa to jednolita masa ciasta ziemniaczanego z widocznymi kawałkami pieczonych żeberek. Charakterystyczny smak uzyskuje się dzięki długotrwałemu pieczeniu potrawy w piecu chlebowym, którego komorę nagrzano drewnem sosnowym.

Województwo śląskie jako pierwsze w kraju osiągnęło setny wpis na Listę Produktów Tradycyjnych. Ten zaszczytny tytuł przypadł garnuszkowi górniczemu, potrawie wyrosłej z tradycji robotniczej Górnego Śląska. To sycące i energetyczne danie, przygotowywane jest w niewielkim naczyniu: warstwowo układa się plastry ziemniaków, mięsa wołowego lub wieprzowe-



go, fasolkę szparagową i ogórki kiszzone, następnie wszystko polewa gęstym sosem i zapieka. Przygotowane gorące danie podawane jest na stół w tych samych naczyniach, w których było zapiekane. Danie to nadal przygotowywane jest na różnego rodzaju święta w wielu rodzinach śląskich.

Wiele śląskich produktów regionalnych i tradycyjnych związanych jest z tradycjami wiejskimi, bo to wieś miała wpływ na ukształtowanie tradycyjnych kulinariów. Produkcja wędlin i potraw mięsnych związana była ze świniobiciem, wielkim świętem na wsi; żniwa, podczas których częstowano ludzi miodulą, warzonką, kołoczami czy poleśnikami. Jednocześnie nie można zapominać, że część potraw uznawanych obecnie za tradycyjne, była przygotowywana w robotniczych familokach oraz dzielnicach przemysłowych miast Górnego Śląska. To tam mają swoje źródło żur śląski, karminadle, żymloki, krupniok śląski.

Kuchnia województwa śląskiego to nie tylko te potrawy, które uchodzą za sztandarowe: kluski śląskie, rolada i modra kapusta. Inne są smaki Częstochowy i okolic, inne smaki jurajskie, zagłębiowskie, cieszyńskie, z Podbeskidzia, wołoskie... Wszystkich nie sposób wymienić i opisać. Najlepiej jest oceniać ich walory smakowe próbując

w lokalnych zajazdach, restauracjach, gospodarstwach agroturystycznych.

Produkty przygotowywane w oparciu o stare i sprawdzone receptury stały się w ostatnich latach doskonałym narzędziem marketingowym. Poczucie tożsamości, świadomość źródeł i tradycja, które dają siłę, i są jednym z motorów nowoczesnego marketingu. Promowanie tradycji, szukanie jej źródeł, szukanie odrębności stało się ostatnio bardzo popularne i w dobie ogólnej globalizacji jest zjawiskiem pozytywnym.



W historii kulinariów zapisany jest nie tylko przepis sporządzenia potrawy, ale wpisana jest przede wszystkim tradycja naszych przodków, poprzednich pokoleń. Lokalne społeczności województwa śląskiego promując swoje „małe ojczyzny” sięgnęły po produkty regionalne i tradycyjne. Organizując cykliczne imprezy chcą przyciągnąć zarówno mieszkańców regionu jak i turystów.

Imprezy kulinarne

- Aleja Dobrego Smaku – Festiwal Sztuki Kulinarnej – Częstochowa
- Cieszyńskie Smaki – Cieszyn,
- Jurajskie Specjały – Ogrodzieniec,
- Światowy Konkurs Gotowania Śląskiego Żuru – Siemianowice i Michałkowice,
- Oscypek Fest – Żywiec,
- Dzień Miodu; Dzień kartofla; Od żymloka do krupnioka; Dożynkowy plon niesiemy – Chorzów,
- Międzynarodowy Festiwal Kuchni Zbójnickiej – Skoczów,
- Świętochłowickie Święto Wodzianki – Świętochłowice,
- Święto Pstrąga – Złoty Potok,
- Jarmark Produktów Tradycyjnych – Chorzów,
- Lełowskie Święto Ciulimu i Czulentu – Lełów,
- Festiwal „Śląskie Smaki” – impreza cyklicznie odbywająca się w różnych miejscach województwa. Do tej pory festiwal odbył się w Ogrodzieńcu, Cieszynie, Raciborzu, Pszczynie
- Światowy Festiwal Smakowania Kwaśnicy – Żywiec,
- II Polsko-Słowacki Przegląd Kulinarny „Dziedzictwo” – Porąbka – powiat bielski
- II Festiwal Pszczyńskich Maszketów „Chochla 2010” – Pszczyna
- Święto Ciapkapusty – Kochanowice,
- Międzynarodowe Mistrzostwa Polski w Podawaniu Baraniny – Ustroń,
- Światowy Festiwal Prażonek – Poręba

Źródła: www.slaskie.pl; www.gosilesia.pl; <http://przyroda.katowice.pl>;



ŚWIĘTOKRZYSKIE – MIEJSCE MOCY



WOJEWÓDZTWO ŚWIĘTOKRZYSKIE

Województwo Świętokrzyskie usytuowane jest w południowo – środkowej części Polski i prawie w całości leży na wyżynno-pagórkowatym terenie Wyżyny Małopolskiej. Sąsiaduje z województwami: śląskim, podkarpackim, mazowieckim, małopolskim, łódzkim, lubelskim. Zachodnią granicę województwa wyznacza rzeka Pilica, zaś wschodnią i południową – Wisła.

Stolica bajek i czarownica

Świętokrzyskie, malowniczo położone, oferuje moc niezapomnianych wrażeń. Zachwyca bogactwem przyrody, dziewiczą naturą oraz widokami zapierającymi dech w piersiach. To urokliwe Góry Świętokrzyskie z malowniczymi pasmami górkami o łagodnych zboczach i ciekawych punktach widokowych, z rumowiskami skalnymi zwanymi gołoborzami, które obok Sudetów należą do najstarszych gór w Polsce. To Ponidzie, z pokładami gipsowymi, wodami leczniczymi i niezwykłą roślinnością stepową. To – wreszcie – pozostałości puszczy oraz duże, dobrze zagospodarowane obszary leśne z bogactwem świata roślin i zwierząt.



Najstarsze polskie sanktuarium, tajemniczy mrok Puszczy Jodłowej, szeroki oddech nadnidziańskich łąk, czy Sandomierz piękny jak z bajki wabią turystów. Góry Świętokrzyskie kryją w sobie piękno niespotykane nigdzie indziej. W ich skałach, zbudowanych z paleozoicznych piaskowców, łupków i kwarcytów, znaleźć można liczne skamieniałości roślin i zwierząt. Nazwa tych zjawiskowych gór wywodzi się od owianej legendami góry Łysiec, zwanej też Świętym Krzyżem z racji tego, że w klasztorze położonym na owej górze znajdują się relikwie Drzewa Krzyża Świętego, które podarował zakonowi benedyktynów Władysław Łokietek. Począwszy od tego monarchy, wszyscy wszyscy królowie, by ucałować bezcenne relikwie, przynajmniej raz w życiu wspinali się na szczyt Łysej Góry, stromą ścieżką, która teraz nosi nazwę Drogi Królewskiej. O Łysej Górze powiadają, że to miejsce sabatów czarownic. Pewnie stąd przyleciała jedna, aby stać się zabawnym i sympatycznym symbolem Świętokrzyskiego.



fol. TimeMachine



WOJEWÓDZTWO ŚWIĘTOKRZYSKIE



Kraję tę określa się mianem „raju dla geologów i historyków”, a przyczyniają się do tego zarówno bogactwo występujących na tym obszarze osobliwości przyrody nieożywionej, jak też liczne kopalnie oraz pozostałości dawnych ośrodków przemysłowych. Aby turyści mieli możliwość dokładnego zapoznania się z nimi, a także z pięknem przyrody Świętokrzyskiego Parku Narodowego oraz Świętokrzyskich i Nadnidziańskich Parków Krajobrazowych wyznaczono tu i oznakowano setki turystycznych szlaków pieszych i rowerowych.

Bogata i zróżnicowana oferta aktywnego wypoczynku sprawi, że każdy znajdzie tu coś dla siebie. Region świętokrzyski jest idealny dla rodzinnego spędzania czasu. W Europejskiej Stolicy Bajek w Pacanowie odbyć można podróż w dziecięce lata. Wiele śmiechu i radości dostarczy kieleckie Muzeum Zabawek i Zabawy. W Bałtowie znajdziemy okazję do spotkania się z najstarszymi mieszkańcami ziemi – dinozaurami, zaś w niedalekich Kurozwękach możemy wybrać się na „safari” z bizonami. Na szczególną uwagę zasługuje również rezerwat Krzemionki położony koło Ostrowca Świętokrzyskiego, gdzie możemy zwiedzić najlepiej zachowaną w Europie kopalnię krzemienia pasiaste-

go sprzed około 5 tysięcy lat. Już od VII wieku przed naszą erą u podnóża Łysej Góry buchały ogniem dymarki – pierwotne ziemne piece do wytopu żelaza. Dawwały wcale sporą produkcję i zaopatrywały w ten cenniejszy wówczas od złota surowiec całą środkową Europę. W regionie znajdują się też inne, ciekawe zabytki techniki, jak wielkie piece w Samsonowie, czy Starachowicach. Te ostatnie kontynuowały starożytne tradycje hutnicze tworząc w XVIII w. Staropolski Okręg Przemysłowy. Dla podkreślenia znakomitości tradycji przemysłowych organizowana jest corocznie w sierpniu na terenie Nowej Słupi impreza pod nazwą „Dymarki Świętokrzyskie”.

Ziemia Świętokrzyska to również wysokiej klasy zabytki architektury świeckiej i sakralnej, wznoszone w regionie już od epoki rzymskiej. Świątyniami w postaci cennych obiektów pozostały tu zarówno rozmaite zakony, jak Cystersi, Benedyktyni czy Franciszkanie, ale również królowie, przede wszystkim Kazimierz Wielki i inne,

znane osobistości (biskupi krakowscy, kanclerz Krzysztof Szydłowiecki czy wojewoda sandomierski Krzysztof Ossoliński). Miejsca te cieszą się obecnie bardzo dużym zainteresowaniem i popularnością, a ich świetność podkreślają organizowane cyklicznie imprezy, takie jak Turniej Rycerski w Ujeździe „O szablę Krzysztofa Baldwina Ossolińskiego”. Podobne turnieje mają miejsce również w Szydłowie, Chęcinach i Sobkowie.

Świętokrzyskie oferuje ponadto bogatą i wciąż żywą kulturę ludową - najlepiej widoczna jest ona w Muzeum Wsi Kieleckiej w Tokarni. Zatrzymując się w jednym z wielu gospodarstw agroturystycznych mamy możliwość skosztowania lokalnych oraz tradycyjnych produktów i potraw, poznania codziennych obowiązków, zwyczajów i obyczajów wsi kieleckiej a także wypoczynku na łonie natury. Ponadto, w trakcie majowych „Buskich Spotkań z Folklorem” można posłuchać zespołów folklorystycznych oraz zobaczyć wyrób i zakupić dzieła rzemieślników ludowych.



Zamek Krzysztopór (Kryżtopór) w Ujeździe. Został zbudowany na początku XVII w, zaprojektował go włoski architekt i budowniczy Wawrzyniec Senesa. Był własnością Krzysztofa Ossolińskiego, a potem jego syna. Został znacznie zniszczony przez Szwedów i nigdy nie odzyskał dawnej świetności. Za to widok na okolice nadal zachwyca rzesze zwiedzających.

Tradycje kulinarne – bogata różnorodność



Kwas z buraków

Świętokrzyskie to także raj dla smakoszy. Swoją dzisiejszą kształt kuchnia świętokrzyska zawdzięcza melanzowi kuchni chłopskiej, żydowskiej i szlacheckiej. Dużą popularnością cieszyły się tu potrawy z kapusty, ziemniaków, kaszy i mleka. Mówiąc o świętokrzyskiej tradycji kulinarnej nie możemy ograniczać się do opisu receptur lokalnej kuchni. Tradycja, zwyczaje i kultura lokalnej zbiorowości są również ważnymi czynnikami opisującymi regionalną kuchnię. Przyrządzanie potraw tradycyjnych często miało charakter integrujący kulturowo lokalną społeczność. Wspólne pieczenie chleba, kugla, kiszanie kapusty, suszenie śliwek były okazją do spotkań, śpiewów i zabawy, czy wreszcie wymiany doświadczeń. I trwa to do dziś. Kultuwujące tradycje członkinie Kół Gospodyń Wiejskich co jakiś czas organizują „babskie” wieczory i spotykają się na wspólnym gotowaniu typowej wiejskiej

DZIEDZICTWO KULINARNE



potrawy tak, by umiejętność zrobienia świętokrzyskiej prażuchy nie stała się regionalnym zabytkiem.

Odgrzebywane z niepamięci „zabytkowe” receptury okazują się często dowodami na pomysłowość i zaradność naszych przodków. Ot, choćby świętokrzyski sośniak. Tę prostą nalewkę wymyślono dla uratowania syropu z sosny,



Zalewajka

który przechowywany, czasami się psuł. Aby temu zapobiec, zaczęto do syropu dodawać spirytus. I tak powstała nalewka zwana sośniakiem. Nikogo, kto kosztował dzionia rakowskiego, fitki kazimierskiej, farszu z kaszy gryczanej czy wędzonego karpia rytwińskiego nie trzeba przekonywać, że świętokrzyskie charakteryzuje się kulinarną odrębnością i niepowtarzalnością smaków. Regionalne potrawy cieszą się uznaniem nie tylko wśród miejscowej ludności, lecz również coraz liczniej odwiedzających region turystów.



for. TimeMachine

Tradycyjne receptury i sposoby wytwarzania regionalnych produktów zostały docenione, a kilka z nich otrzymało nagrodę „Perła” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”. Wśród laureatów tej nagrody znalazły się: chleb bodzentyński, śliwka damacha, ser jabłeczny, kasza jagłana gierczycka, krówka opatowska, morela sandomierska zaleszczycka i polędwiczki święteczne Prokopa. Większość tych produktów wpisana jest na Listę Produktów Tradycyjnych Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi. W sumie taki wpis posiadają pięćdziesiąt cztery produkty z województwa świętokrzyskiego. Mówiąc o produktach tradycyjnych ze świętokrzyskiego, należy wymienić te, które posiadają znaki unijne. Są to produkty wyjątkowe.



for. TimeMachine

Pierwsza była wiśnia nadwiślanka, która uzyskała rejestrację jako Chroniona Nazwa Pochodzenia w 2009 roku. Jest to wiśnia sokowa, dawnej odmiany odroślowej, pochodząca od dzikiej wiśni stepowej, na większą skalę uprawiana od początku XX wieku. Zaaklimatyzowała się w lokalnych warunkach i jest znana jako „wiśnia ze Słupi Nabrzeżnej” (zwią ją też wiśnią słupianką). Jej specyficzna jakość związana jest z warunkami klimatycznymi pasa środkowej Wisły. Wiśnia słupianka świetnie rośnie na nadwiślańskiej, jałowej, wapiennej skale. Rozmnaża się łatwo poprzez odrosty korzeniowe. Może być uprawiana w pasie nadwiślańskim, charakteryzującym się wapiennym lub wapienno-gliniastym podłożem, obejmującym gminy: Ozarów, Tarłów, Annapol, Lipsko, Siemno, Solec nad Wisłą, o łącznej powierzchni około tysiąca



hektarów w województwach świętokrzyskim, mazowieckim i lubelskim. Świetnie nadaje się do zdrowych przetworów, ponieważ po wyrwaniu szympułki, z wyciekającego soku powstaje galaretka. Wiśnia Nadwiślanka ma wyjątkowe walory smakowe, barwę i aromat, jest również ceniona jako owoc deserowy. Owoce zachowują intensywną barwę nawet po przetworzeniu: wiśniowe są i soki, i konfitury i galaretki.



Fasola Korczyńska nagrodę „Perły” w konkursie Nasze Kulinarne Dziedzictwo otrzymała w 2004 r. Natomiast w lipcu 2010 r. została zarejestrowana jako Chronione Oznaczenie Geograficzne (ChOG). Jest uprawiana w pięciu gminach: Nowy Korczyn, Wiślica, Opatowiec, Solec Zdrój, Pacanów. Obszar ten położony jest w południowej części makroregionu Niecki Nidziańskiej oraz na Nizinie Nadwiślańskiej wzdłuż rzeki Nidy.

Uprawa fasoli na Poniidziu ma wielowiekową tradycję, jednak

największe znaczenie zyskała, sadzona od kilkudziesięciu lat w okolicach Nowego Korczyna, fasola odmiany „Piękny Jaś”. Ma ona specyficzne walory, związane z tutejszym mikroklimatem. Doskonale udaje się na glebie użyźnionej co roku wylewającą Nidą – świetnie plonuje, ma bardzo okazałe ziarna o delikatnym smaku i wysokiej zawartości białka. Fasola z „korczyńskiego zagłębia” cieszy się uznaniem konsumentów w Polsce i za granicą.

W tym samym 2010 roku śliwka szydlowska została zarejestrowana jako Chronione Oznaczenie Geograficzne. Uprawiana jest w gminie Szydłów, słynącej od lat ze znakomitych, suszonych śliwek z tutejszych sadów. Śliwki szydlowskie cieszyły się zasłużoną sławą jeszcze przed II wojną światową i sprzedawane były w wielu regionach Polski. Dzięki specyficznej technologii, owoce mają niepowtarzalną barwę i smak oraz „dymny” zapach. Dawniej owoce umieszczano w ziemnych wykopach, opalanych drewnem, które z czasem zastąpione zostały tradycyjnymi suszarniami „szuflakowymi”. Śliwki rozkładane są w nich na specjalnych tacach (zwanach laskami) i poddawane skomplikowanemu procesowi suszenia, połączonego z wędzeniem.

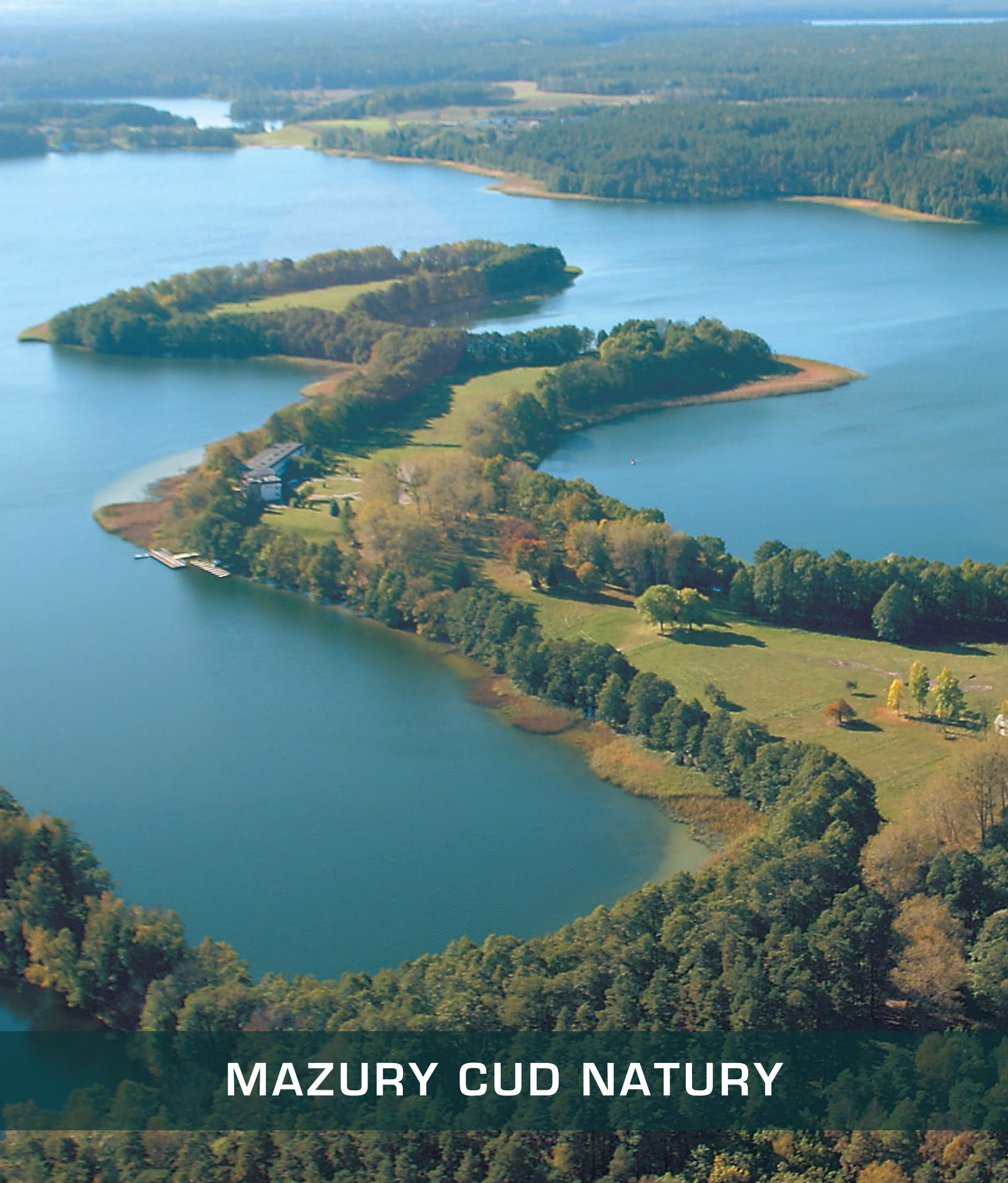
Produkty regionalne i tradycyjne są coraz bardziej popularne. Na ogół sprzedawane są w niedużych, często rodzinnych sklepach, w których można kupić również produkty ekologiczne. Konsumenty szukają ich na jarmarkach i kiermaszach produktów regionalnych, podczas regionalnych świąt i festynów. Są dostępne bezpośrednio u producentów.



Zamawiać je można za pośrednictwem Internetu. Wielkie sieci handlowe zobaczyły w sprzedaży tego typu produktów znakomite źródło dochodu, dlatego wydzielane są specjalne regały na produkty ekologiczne, regionalne i tradycyjne.

Dla podkreślenia znaczenia dziedzictwa kulinarnego w regionalnej kulturze w Świętokrzyskim organizuje się wiele imprez promujących lokalne produkty. W Bielinach i Błońcu corocznie w czerwcu odbywa się Święto Truskawki. W sierpniowy czas Szydłowskie zaprasza na Święto Śliwki, z pokazami suszenia śliwki szydlowskiej, a we wrześniu Dębno k. Rakowa – na imprezę pod hasłem „Na Świętej Tekli ziemniaki będziemy piekli”, z zabawami przy ognisku i pieczeniem ziemniaków. Także we wrześniowe dni Obrazów zaprasza na Europejskie Jabłkobranie, z jabłkami sandomierskimi w roli głównej, Wojciechowice zaś na Święto Prosa, z kaszą jagłaną gierczycką w tle. Sielec Kolonia od kilku już lat organizuje Marchewkowe Święto, a Maleniec w październiku – święto karpia z Rudy Malenieckiej „Koneckiej Ryby”.

Powierzchnia woj. świętokrzyskiego: 11 691 km kw. Liczba mieszkańców: 1 266 000



MAZURY CUD NATURY



WOJEWÓDZTWO WARMIŃSKO-MAZURSKIE

Województwo warmińsko-mazurskie położone jest w północno-wschodniej części Polski. Zajmuje obszar 24.174 km², co stanowi 7,7% terytorium kraju. Na północy graniczy z Obwodem Kaliningradzkim Federacji Rosyjskiej, na wschodzie z województwem podlaskim, na południu z województwem mazowieckim, a na zachodzie z województwem kujawsko-pomorskim i pomorskim. Województwo liczy 1, 427 mln mieszkańców, co stanowi 3, 8% ludności kraju.

Warmia i Mazury to region pełen uroku, czaru i osobliwości, a przede wszystkim kraina pięknej przyrody. Znaczne wyniesienia, pola usiane setkami głazów, lasy oraz liczne jeziora, rzeki, strumienie i kanały, które łącząc się, tworzą interesującą sieć wodną. Są zasadniczym elementem krajobrazu. Wyjątkowa flora i fauna to nie jedyne walory przyciągające turystów. O długich i burzliwych dziejach tych ziem świadczy liczba i charakter pomników kultury, począwszy od kurhanów sprzed ponad 2500 lat, grodzisk staropruskich i jaćwieskich, tajemniczych ołtarzy ofiarnych i tzw. bab kamiennych z czasów pogańskich przez liczne zabytki okresu średniowiecza, renesansu i baroku po osiągnięcia techniki wieku XIX.

Wody zajmują 5 proc. powierzchni województwa warmińsko-mazurskiego. Wielkie Jeziora Mazurskie zgrupowane są na obszarze między Węgorzewem, Giżyckiem, Orzyszem, Piszem, Rucianem-Nidą, Mikołajkami i Rynem. Największe jeziora to: Śniardwy (109,7 km²), Mamry (102,4 km²), Jeziorak (34,5 km²) i Niegocin (26 km²). Miasteczka wokół jezior są znanymi centrami żeglarskimi. Ważnym elementem sieci wodnej Mazur są kanały. Ich budowa pozwoliła na znaczne wydłużenie tras żeglugowych tak, że obejmują one prawie cały obszar Krainy Wielkich Jezior i wraz z odgałęzieniami liczą około 200 kilometrów. Turyści wodniacy mogą czuć się bezpiecznie ze względu na rozbudowywany system centrów powiadamiania ratunkowego oraz koordynacji działań służb ratunkowych i medycznych.



Jezioro Łańskie; fot. Witold Mierzejewski





W 1243 roku, decyzją papieża Innocentego IV, na obszarze częściowo zamieszkiwanym przez pruskie plemię Warmów, utworzona została diecezja warmińska. Odkrywając tożsamość Warmii i zbiorową pamięć pokoleń jej mieszkańców zawsze dotkniemy katolicyzmu jako symbolu historycznej, religijnej i duchowej odrębności tego miejsca i ludzi. Odróżniał on przybyszów z chrześcijańskiej Europy od pogańskich Prusów w średniowieczu, trwał w Księstwie Biskupim otoczony protestanckim sąsiedztwem od czasów reformacji. Był podstawą autonomii Warmiaków. Mieszkańcy Mazur, w odróżnieniu do sąsiedniej Warmii, byli w większości protestantami. Wraz z reformacją wiara stała się głównym wyznacznikiem ludności zamieszkującej Prusy. Ten wielowiekowy układ dwóch krain i dwóch religii został zmieniony po drugiej wojnie światowej. W ramach „Akcji Wisła” na tereny północnej Warmii i Mazur przesiedlono kilkadziesiąt tysięcy ludności pochodzenia ukraińskiego, a zatem wyznania greckokatolickiego, która do dzisiaj zamieszkuje miasta i wsie, zachowując swoją kulturę, język, zwyczaje i religię.

Gotyk to styl architektoniczny charakterystyczny dla Warmii i Mazur. Główne budowle to zamki i kościoły. Zamki gotyckie Warmii i Mazur, dawne siedziby krzyżackie, kapitulne i biskupie, obecnie oferują turystom szereg atrakcji oddających klimat dawnych wieków. W zamkowych murach swoje siedziby mają nie tylko muzea i biblioteki, ale również domy



Frombork; fot. Witold Mierzejewski

w Toruniu już w 1497 zostaje przyjęty do kapituły warmińskiej. Jest z nią związany przez 46 lat aż do śmierci w roku 1543. Przebywa kolejno w Lidzbarku Warmińskim (jako osobisty lekarz biskupa), Fromborku (tu sporządza mapę Warmii i zachodnich granic Prus Królewskich, a także mapę Zalewu Wiślanego) oraz w Olsztynie, gdzie przez pięć lat jest

pracy twórczej, centra kultury czy hotele. Kościoły – głównie na Warmii – zaczęto budować po zakończeniu misji chrystianizacyjnej, a za datę graniczną przyjmuje się utworzenie biskupstwa warmińskiego w roku 1243. Te gotyckie budowle, z początków chrześcijaństwa na Warmii, imponują niezwykłością rozwiązań architektonicznych, w czym przodują katedra fromborska czy kolegiata dobromiejska. W obliczu estetyki katedr gotyckich, obrazującej doskonałość boskiego porządku, człowiek, tak jak przed wiekami, także i dziś, odczuwa wielkość Stwórcy.

W Olsztynie przy Wysokiej Bramie bierze swój początek Szlak Kopernikowski, który wiedzie przez Dobrze Miasto, Lidzbark Warmiński, Pieniężno, Braniewo do Fromborka. Nieopodal zamku olsztyńskiego stoi pomnik Wielkiego Astronoma, a w zbiorach Muzeum Warmii i Mazur znajduje się wiele cennych pamiątek z czasów, gdy żył i działał w Olsztynie. Urodzony w 1473 roku

administratorem dóbr kapituły. Ostatnie lata spędza we Fromborku, poświęcając się badaniom astronomicznym. Mikołaj Kopernik dziełem „De Revolutionibus” zapoczątkował rozwój nowożytnej nauki i zmianę poglądów na temat miejsca człowieka we wszechświecie.

Na Warmii i Mazurach pozostało wiele bunkrów, twierdz i umocnień. Pojedyncze obiekty – kiedyś stanowiące ochronę granicy – pochodzą z okresu międzywojennego. Giżycka twierdza Boyen – wzniesiona w latach 1844-1856 – stanowi jeden z najlepiej zachowanych zabytków architektury obronnej XIX wieku w Polsce. Odegrała znaczną rolę w powstrzymaniu ofensywy rosyjskiej w roku 1914. W latach 1941-1944 na terenie twierdzy funkcjonował szpital wojskowy oraz komórka oddziału wywiadu wojskowego. Ulokowanie w Gierłożu kwatery Hitlera spowodowało lokalizację w pobliżu innych obiektów. Wówczas to powstało lotnisko w Wilamowie (dziś lot-

nisko Aeroklubu Krainy Jezior), a kwatere niemieckich wojsk lądowych usytuowano w Mamerkach; szef kancelarii Hitlera Hans Lammers miał swoją siedzibę w Radziejach, a Szeff SS i Gestapo Heinrich Himmler w Pozezdrzu.

Największą atrakcją techniki – unikalną w skali świata - jest Kanał Elbląski (129,8 km długości). Zaprojektowany

Kanał Elbląski; fot. Witold Mierzejewski



przez holenderskiego inżyniera Georga Jakoba Steenkego, a wybudowany w latach 1848-1872. Opracował on koncepcję pokonania 99-metrowej różnicy poziomu wody na odcinku 11 kilometrów poprzez wybudowanie pięciu pochylni (Buczyniec, Kąty, Oleśnica, Jelenie, Całuny), które statki pokonują na specjalnych wózkach z wykorzystaniem wyłącznie sił natury. System ten – w niezmienionej postaci – funkcjonuje do dziś.

15 lipca 1410 roku koło wsi Grunwald rozegrała się jedna z największych bitew średniowiecznej Europy pomiędzy wojskami polskimi i litewskimi dowodzonymi przez króla Władysława Jagiełłę a wojskami zakonu krzyżackiego. Dla upamiętnienia tych wydarzeń co roku około 15 lipca odbywa się tu inscenizacja bitwy. Z Polski i całej Europy (Szkoci, Czesi, Włosi, Niemcy, Austriacy, Białorusini, Litwini i inni) zjeżdżają bractwa rycerskie,

aby odtworzyć to historyczne wydarzenie. W zainscenizowanym obozie bitewnym przebywa około pięciu tysięcy rycerzy i sług, a w samej bitwie bierze udział 1500 rycerzy pieszych i konnych.

W lecie Warmia i Mazury tętnią muzyką. Każdy znajdzie tu coś dla siebie. Jest muzyka poważna i lekka, są festiwale i koncerty. Jednym słowem klasyka i współczesność. W 1877 roku w podolsztyńskim Barczewie urodził się Feliks Nowowiejski – autor melodii „Roty” i twórca m.in. opery „Legenda Bałtyku”. Ten wspaniały kompozytor jest symbolem muzycznym regionu. Największa z imprez – Olsztyńskie Lato Artystyczne – rozpoczyna się w połowie czerwca i trwa do połowy września. Koncerty odbywają się na jednej z najbardziej malowniczych scen Olsztyna, jaką jest położony u stóp gotyckiego zamku amfiteatr, a także na uliczkach i placach Starego Miasta.



Zimą Warmia i Mazury są nie mniej atrakcyjne niż latem. O tej porze roku można przemierzać jeziora na łyżwach, bojerach lub lodowym windsurfingu, latać na wyścigowych sankach, nurkować pod lodem lub pływać w Krutyni, obserwować na śniegu tropy dzikich zwierząt, a nawet stanąć oko w oko z wilkiem lub rysiem. Narciarzy zjazdowych przyciągają stoki z wyciągami i sztucznym zaśnieżaniem (Gołdap, Mrągowo, Okrągłe, Ruś).

Oryginalność i bogata historia tych ziem zachęca do odbycia pełnej niespodzianek wyprawy na Warmię i Mazury. Warto odwiedzić wsie i miasteczka, wziąć udział w licznych imprezach kulturalnych, by przekonać się naocznie, na czym polega magia niektórych miejsc. Dobra infrastruktura zapewnia dogodnie warunki, uwzględniając potrzeby turystów nawet w najodleglejszych miejscowościach. Można zatem wynająć domek letniskowy albo pokój w gospodarstwie wiejskim, zatrzymać się na campingu, w pensjonacie lub luksusowym hotelu.

Region jest jednym z najbezpieczniejszych miejsc w Polsce. Troska o turystów oraz o czystość środowiska jest priorytetowym zadaniem jego mieszkańców. Tu można odpocząć o każdej porze roku.



foto: TimeMachine

Dzisiejsze Warmia, Mazury i Powiśle to swoisty produkt setek lat burzliwej historii tych ziem. Wielokulturowość, wielowyznaniowość, wielonarodowość znalazły swoje odbicie również w bogatej i różnorodnej tradycji kulinarnej. Kiedy mówimy o kulinarnej tradycji Warmii Mazur i Powiśla, to mówimy jednocześnie o kuchniach i tradycjach kulinarnych wszystkich kultur, które tworzą dzisiejszy obraz naszego regionu. Dlatego region ten jest tak niepowtarzalny, unikalny.

Samorząd Województwa stara się wspierać produkty regionalne – wyroby lub usługi, z którymi utożsamiają się mieszkańcy regionu, produkowane lub świadczony w sposób nieprzemysłowy, przyjazny dla środowiska i z surowców dostępnych w regionie. W tym celu województwo warmińsko-mazurskie, jako pierwszy region w Polsce, przystąpiło do Europejskiej Sieci Dziedzictwa Kulinarne.



foto: TimeMachine



foto: TimeMachine

Europejska Sieć Dziedzictwa Kulinarne

Pomysł powołania Europejskiej Sieci Regionalnego Dziedzictwa Kulinarne rozwinął się i został wcielony w życie w południowo-wschodniej Skanii w Szwecji i na duńskiej wyspie Bornholm w 1995r. Projekt ten szybko spotkał się z dużym zainteresowaniem ze strony przedsiębiorców i władz samorządowych w regionach, a także ze strony innych regionów europejskich, których ambicją było zaferowanie mieszkańcom i turystom regionalnej żywności.

Do Europejskiej Sieci Regionalnego Dziedzictwa Kulinarne należą regiony z różnych części Europy realizujące działania, które mają na celu promocję i poprawę jakości regionalnej żywności oraz wzmocnienie regionalnej tożsamości. W obrębie każdego regionu istnieje regionalna sieć zrzeszająca producentów uczestniczących w sieci. Członkami Europejskiej Sieci Regionalnego Dziedzictwa Kulinarne w regionach są wybrane gospodarstwa, producenci, zakłady przetwórstwa żywności i restauracje podkreślające swoje powiązania z regionem. Producenci muszą spełniać kryteria dla produktów i potraw uznanych za żywność lokalnego pochodzenia.

Celem Europejskiej Sieci Regionalnego Dziedzictwa Kulinarne jest:

- zachowanie i rozwój regionalnych tra-



dycji kulinarnych charakterystycznych dla danych regionów,

- rozwijanie idei Regionalnego Dziedzictwa Kulinarne w europejskich regionach członkowskich,
- rozwijanie wspólnego wizerunku podkreślającego lokalne Dziedzictwo Kulinarne i lokalne przedsiębiorstwa,
- spełnianie życzeń konsumentów poprzez żywność posiadającą regionalną tożsamość,
- rozwój współpracy pomiędzy lokalnymi producentami żywności, hotelami, restauracjami i regionami,
- przepływ wiedzy pomiędzy regionalnymi członkowskimi,
- promowanie rozwoju już istniejących i nowych producentów żywności, wykorzystujących lokalne zasoby surowcowe.

Dziedzictwo Kulinarne Warmia Mazury Powiśle

Województwo Warmińsko-Mazurskie od roku 2005 jest członkiem Europejskiej Sieci Dziedzictwa Kulinarne, używa logo „Dziedzictwo Kulinarne Warmia Mazury Powiśle”. Regionalna sieć zrzesza obecnie 110 członków. Znak „Dziedzictwo Kulinarne Warmia Mazury Powiśle” pomaga turystom odnaleźć miejsca w naszym województwie, gdzie można spróbować regionalnych specjalów.



foto: TimeMachine

Tradycyjna Wędzarnia Warmińska.

Węgorz wędzony w skórce:

– Perła 2009

Węgorz smażony w marynacie:

– Perła 2010

Tradycyjna Wędzarnia Warmińska jest członkiem sieci Dziedzictwo Kulinarne Warmia Mazury Powiśle. Mieści się 15 km od Olsztyna, w malowniczej okolicy kolonii Kaborno (w gminie Purda), na terenie gospodarstwa rybackiego zajmującego się hodowlą ryb – głównie pstrąga tęczowego oraz innych gatunków takich jak pstrąg potokowy, karp czy sieja. Sercem wędzarni jest wykonany z czerwonej cegły, związanej gliną szamotową piec. To właśnie w nim metodą tradycyjną wędzony jest nagrodzony „Perłą 2009” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów” – „Węgorz wędzony w skórce”, jak również sztandarowy „Pstrąg z Kaborna”.



Wyroby firmy Sandacz; fot. Izabela Byszevska

Jarosław Parol, właściciel Tradycyjnej Wędzarni Warmińskiej: „Polacy nie jedzą zbyt dużo ryb. My chcemy ich do tego zachęcić naszymi wyrobami. Jakością produkcji walczymy ze złą opinią, jaką przynoszą np. węgorzowi ryby importowane z Azji, które są tańsze, ale smakują o wiele gorzej. Kiedy ktoś spróbuje naszego produktu, słyszymy wtedy „to zupełnie inny węgorz niż jadłem wcześniej, ten wasz jest smaczny”. Metody przyrządzania „Węgorza wędzonego w skórce” nauczyłem się od swojego dziadka. Sekret jego smaku tkwi, moim zdaniem, w starannym sposobie przygotowania. Skórę z ryby trzeba umiejętnie ściągnąć, tak by się nie rozerwała. Wypatroszone i posolone mięso należy zostawić na 12 godzin w chłodnym i zacienionym miejscu. Potem ponownie należy naciągnąć skórę. Pod skórę ryby można dodawać dowolne przyprawy: majeranek, koper, cząber. Wędzenie trwa przez 5 godzin, w tradycyjnym piecu, w dymie z mieszanki drzew liściastych. Aromatyczne mięso wędzonego węgorza zyskuje sobie coraz więcej amatorów, gdyż Tradycyjna Wędzarnia Warmińska przyrządza ryby na podstawie tradycyjnych receptur, wyłącznie z naturalnych i świeżych produktów. Wciąż się rozwijamy - wprowadzamy nowe produkty, bazujące na starzych, tradycyjnych recepturach”.



Wyroby firmy Kryś-Stan

Firma Gastronomiczna Kryś-Stan.

Gęś faszzerowana po warmińsku:

– Perła 2007

Zupa rybną z węgorza:

– Perła 2008

Bażant pieczony

– Perła 2011

Firma Gastronomiczna „KRYŚ-STAN” powstała w 1990 roku. Posiada trzy lokale gastronomiczne. Na pierwszym miejscu stawia zadowolenie konsumentów,



foto: TimeMachine

dlatego zatrudnia tylko doświadczonych kucharzy i barmanów. Przykładem służą Właściciele, którzy sami posiadają dyplomy mistrzowskie. Kadra wciąż szkoli swoje umiejętności i podnosi kwalifikacje biorąc udział w licznych konkursach, na których zdobywa wysokie nagrody. Firma wprowadza regionalne potrawy, aby podtrzymać tradycję warmińskich biesiad, przypominać doskonale smaki starszym, pokazywać młodym jak smaczna jest tradycyjna kuchnia polska. Jest członkiem sieci Dziedzictwo Kulinarne Warmia Mazury Powiśle i dokłada wszelkich starań, by potrawy sporządzane były na bazie lokalnych surowców, w oparciu o tradycyjne receptury.



Wyroby firmy Kryś-Stan



WOJEWÓDZTWO WIELKOPOLSKIE

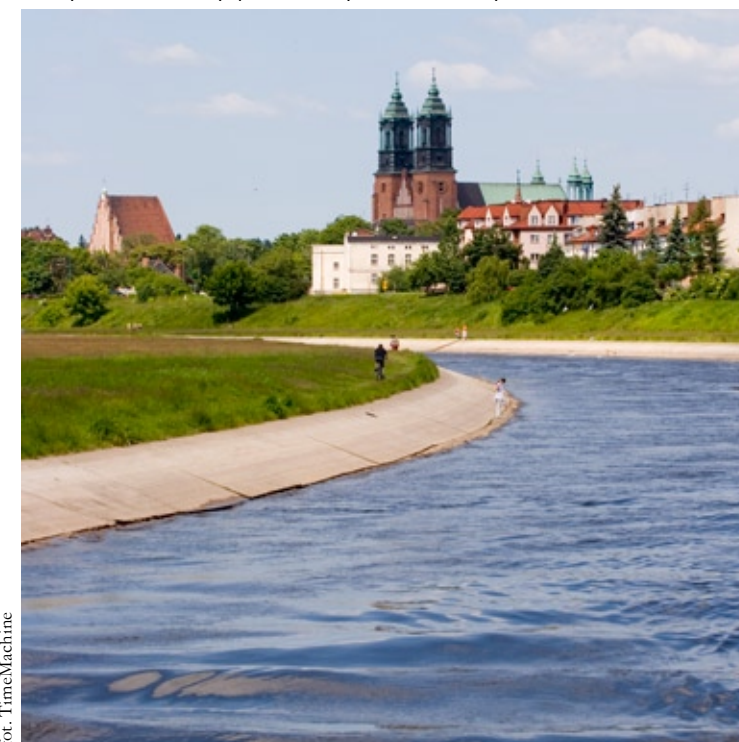
Należy do największych regionów w kraju, liczy 29,82 tys. km kwadratowych powierzchni oraz 3,3 mln ludności. Około 50% powierzchni zajmują pola uprawne, a ok. 25% lasy. Stolicą województwa jest Poznań.

Województwo Wielkopolskie położone jest na nizinnych terenach dorzeczy trzech rzek: Warty, Noteci i Prozny. Dzięki pięknym krajobrazom obfitującym w jeziora, lasy i wzgórza region jest bardzo atrakcyjnym terenem dla osób zainteresowanych aktywnym wypoczynkiem. Ponadto to właśnie w Wielkopolsce turyści znajdą miejsca związane z dziedzictwem kulturowym kraju – to tutaj rodziła się polska państwowość.

Szlakiem historii

Wielkopolska to pierwotne terytorium plemienne Polan, początkowo, w X wieku, określane jako Polonia, później ten obszar zaczęto nazywać Polonia Maior. Pierwszym, który w zachowanych dokumentach użył nazwy „Wielkopolska” (Polonia Maior), był Maciej z Lubinia, benedyktyn z klasztoru w Lubiniu i notariusz księcia kaliskiego Bolesława Pobożnego, który wymienił nazwę „Wielkopolska” w dokumencie z 15 czerwca 1257 roku.

Pierwsi Piastowie, Mieszko I oraz Bolesław Chrobry, tutaj tworzyli zręby państwa polskiego i przyjęli chrzest. Z tego okresu zachowały się wykopaliska na Ostrowie Tumskim w Poznaniu i Ostrowie Lednickim pod Gnieznem. W podziemiach poznańskiej katedry znajdują się resztki grobów będących prawdopodobnie miejscem pochówku Mieszka I oraz pierwszego koronowanego króla Polski – Bolesława Chrobrego. Wielkopolskę historyczną można poznać dzięki szlakom kulturowym. Powstały po to, aby ułatwić turystom zwiedzanie naj-



for. TimeMachine

for. TimeMachine

WIELKOPOLSKIE



foto: TimeMachine

bardziej wartościowych obiektów związanych z przeszłością, historią i kulturą danego regionu. Dzięki organizowanym na nich wycieczkom, dają możliwość zobaczenia i zwiedzenia wielu atrakcyjnych miejsc.

Wielkopolska z okresu średniowiecza najlepiej udokumentowana jest na unikatowym Szlaku Piastowskim. Szlak przebiega przez dwie historyczne krainy: Wielkopolskę i Kujawy. Swój początek wiedzie z Ostrowa Tumskiego w Poznaniu, przez Ostrów Lednicki, Gniezno (katedra w Gnieźnie z relikwiami Św. Wojciecha), Strzelno (kościół romański), Kruszwicę, Inowrocław, Żnin, Biskupin (osada kultury łużyckiej sprzed 2700 lat). Wędrówka po szlaku daje możliwość zapoznania się z przemieszczaniem pierwszych Piastów, powrotem do korzeni i religią państwa polskiego z dawnych czasów.

Szlak Cysterski – związany jest z przemieszczaniem się cystersów w województwie Wielkopolskim. Prowadzi przez zabytki, pozostałości po opactwach, które powstały w okresie sprowadzenia cystersów do Polski w średniowieczu. Są to m.in. piękne zespoły poklasztorne oraz kościoły barokowe z pięknym wyposażeniem i cennymi kolekcjami dzieł sztuki. Na terenie Wielkopolski jest wiele miejscowości, gdzie istniały opactwa cysterskie, m.in. Owińska, Wągrowiec (kościół i klasztor pocysterski), Tarnowo Pałuckie (efektowny XIX-wieczny pałac w stylu nawiązującym do XVII-wiecznej architektury zamków francuskich), Łęknio, Stupca, Łąd (opactwo cysterskie), Pyzdry, Lubiąż, Przemęt, Wieluń Zaobrzański, Ka-

czor, Obra, Gościkowo, Bledzew, Zemsko, Kamionna i Orzeszkowo.

Szlak Romański – związany jest z powstawaniem polskiej państwowości. Zasięg szlaku obejmuje najważniejsze miejsca i zabytki dotyczące czasów związanych z monarchią piastowską. Główne miejscowości, w których przetrwały do naszych czasów kościoły romańskie to: Cieszyn (XI-wieczna romańska rotunda św. Mikołaja), Giecz, Gniezno (Katedra Wniebowzięcia Najświętszej Marii Panny), Konin, Ostrów Lednicki, Poznań, Trzemeszno (browar klasztorny), Tulce (kościół pw. Narodzenia NMP). Zabytki Szlaku Romańskiego oznakowane są za pomocą charakterystycznych tablic. Szlak stanowi jeden z najważniejszych osiągnięć projektowych na skalę europejską.

Szlak Św. Jakuba – w województwie wielkopolskim szlak ten stanowi historyczną trasę pielgrzymkową zaczynającą się w Gnieźnie, dalej przez Lednicę, Murowaną, Poznań, Lubiąż, Leszno aż do Santiago de Compostella. Na oznakowanej trasie – biała muszla z czerwonym krzyżem św. Jakuba – można zobaczyć wiele budowli sakralnych m.in. kościoły związane z życiem świętego.

Z różnych okresów historycznych zachowały się w Wielkopolsce liczne zabytkowe zamki, pałace, dwory, kościoły. Większość z nich została odnowiona i dziś mieszczą się w nich kolekcje muze-



foto: TimeMachine

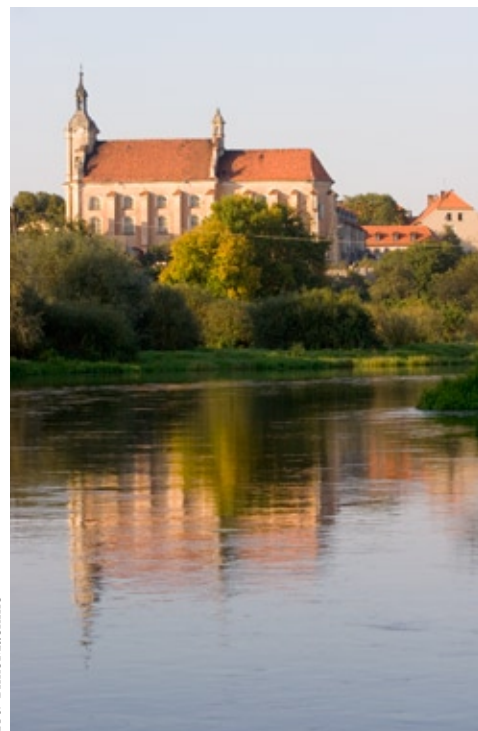


foto: TimeMachine

alne o znacznej wartości. Organizowane są plenery i imprezy kulturalne. W innych mieszczą się ośrodki hotelowo-konferencyjne o wysokim standardzie. Każdy z tych zabytków ma swoją niepowtarzalną historię, która zachowała się w polskiej kulturze. W Poznaniu należy zobaczyć wszystko, ale dwóch zabytków nie wolno pominąć: ratusz, najwybitniejsze osiągnięcie polskiej architektury renesansowej oraz Farę – perłę baroku.



foto: TimeMachine

Przyrodniczy szlak

Wielkopolska to również wspólnie krajobrazy i bogactwo przyrody: na południe od Poznania położony jest Wielkopolski Park Narodowy, od północy Puszcza Zielonka. Północne obszary województwa zajmuje rozległa Puszcza Notecka. Przyrodnicze atrakcje uzupełniają parki krajobrazowe i rezerваты przyrody, w tym rezerwat „Meteoryt Morasko”. Ten urozmaicony krajobraz sprzyja powstaniu wielu szlaków turystycznych pieszych i rowerowych, służy także systematycznemu rozwojowi bazy agroturystycznej regionu.



foto: TimeMachine



foto: TimeMachine



foto: TimeMachine



foto: TimeMachine



foto: TimeMachine

Wielkopolski Park Narodowy –

chroniony obszar położony 15 km na południe od Poznania w trójkącie miast Luboń-Mosina-Stęszew o powierzchni 7583,9 ha. Zalicza się do najbardziej malowniczych w Wielkopolsce, gdyż w swym obrębie mieści różnorodne formy polodowcowej rzeźby terenu, m.in. jeziora rynnowe, z których za najpiękniejsze uważa się Jezioro Góreckie z Wyspą Zamkową oraz unikatowe nagromadzenie zbiorowisk roślinnych i zwierzęcych o ogromnej wartości przyrodniczej.

Drawieński Park Narodowy –

leży w północno-zachodniej Polsce, na pograniczu województw: lubuskiego, zachodniopomorskiego i wielkopolskiego. Utworzony został dla ochrony dolin rzecznych i jezior w centrum dużego kompleksu leśnego. Najcenniejszym elementem Parku są rzeki o naturalnym charakterze i czystych wodach, z tarliskami pstrągów, troci i lipieni oraz siedliskami bobrów i wydr. Przez teren Parku przebiega linia umocnień Wału Pomorskiego oraz atrakcyjny szlak kajakowy po rzece Drawie. Malownicze krajobrazy sprawiają, że Drawieński Park Narodowy jest miejscem często odwiedzianym przez turystów.

Sierakowski Park Krajobrazy –

znajduje się w części zachodniej Województwa Wielkopolskiego. Przyciąga turystów gęstą siecią znakowanych szlaków pieszych, licznymi ośrodkami wczasowymi i zespołami dworsko-parkowymi. Jego malowniczy krajobraz tworzony jest przez liczne wzniesienia morenowe, doliny rzek oraz lasy.

Powidzki Park Krajobrazowy – w jego granicach znajduje się kilkadziesiąt jezior, przy czym część z nich przekracza pow. 50 ha (m.in. Jezioro Powidzkie, gdzie występują ryby głębinowe: sielawa i sieja). Można tu zobaczyć wiele gatunków zwierząt i roślin chronionych.



fot. TimeMachine

Puszcza Zielonka – utworzona została celem zachowania pozostałości pierwotnego kompleksu leśnego środkowej Wielkopolski, a mianowicie boru sosnowego i lasu modrzewiowo-sosnowego. Można tu podziwiać pomnikowe drzewa (np. dąb przy drodze do Dąbrówki Kościelnej). Niewątpliwą atrakcją Parku stanowi wieża na Dziewiczej Górze, stanowiąca doskonały punkt widokowy.

Lednicki Park Krajobrazowy – utworzony dla ochrony krajobrazu oraz zabytków i pamiątek historycznych związanych z początkami państwowości polskiej (Ostrów Lednicki). Związany z cennymi stanowiskami archeologicznymi i Wielkopolskim Parkiem Etnograficznym, gdzie znajdują się obiekty wiejskiego budownictwa drewnianego z XVII i XIX w. (chaty, wiatraki, budynki



fot. TimeMachine



fot. TimeMachine

inwentarskie). Na terenie Parku znajduje się także Muzeum Pierwszych Piastów ze zbiorem wczesnośredniowiecznych militariów oraz Brama III Tysiąclecia.

Nadwarciański Park Krajobrazowy – obszar, gdzie gniazduje ponad 100 gatunków ptaków, m.in. bekasy, mewy śmieszki, czajki, rycyki, krwawodzioby czy pustulki.

Rogaliński Park Krajobrazowy – to tu jest jedno z największych w Europie stanowisk dębów szypułkowych. Spośród budowli zabytkowych oraz założeń parkowo-pałacowych, najbardziej znany jest rokokowo-klasycystyczny pałac w Rogalinie, wraz z otaczającym go parkiem, gdzie znajdują się trzy słynne „Dęby Rogalińskie” o nazwach: Lech, Czech i Rus. Natomiast łęgi rogalińskie stanowią ostoję dla wielu gatunków ptaków, którym grozi wymarcie.

Park Krajobrazowy im. gen. Dezyderego Chłapowskiego – jego atrakcją są unikatowe zadrzewienia śródpolne. Na terenie parku są liczne pola uprawne, aleje przydrożne oraz lasy i stawy, a także dwory i parki dworskie.

Kulinaryny szlak

W Wielkopolsce nie ma jeszcze takiego szlaku. Jednak wszystko wskazuje, że niedługo powstanie. Wystarczy sięgnąć po listę produktów tradycyjnych z Wielkopolski i kierując się nią, powędrować z jednego na drugi kraniec regionu. Na początek można zacząć od miejsc, w których wytwarza się produkty wpisane do rejestru chronionych nazw pochodzenia i chronionych oznaczeń geograficznych w Unii Europejskiej.



Pierwszy jest Poznań, w którym każdego 11 listopada króluje rogal świętomarciński. Piecze się je tylko w Wielkopolsce. Piecze się je od 200 lat, kiedy to poznańskiemu cukiernikowi przyśniło się, że do miasta wjeżdża na białym koniu św. Marcin. Koń się potknął i zgubił złotą podkowę. Cukiernik uznał sen za proroczy i następnego dnia upiekł ciastko w kształcie podkowy. Tyle legenda. Aby rogal był rogałem świętomarcińskim, musi spełniać ściśle ustalone reguły pieczenia i wyglądu. Jest z półfrancuskiego ciasta, wypełniony masą z białego maku o migdałowym zapachu, z bakaliami i orzechami. Im więcej masy, tym lepszy. Rogal nie może być lżejszy niż 150 g i cięższy niż 250 g, musi być złoty, pokryty lukrem i posypany orzeszkami. Rogal świętomarciński został zarejestrowany jako Chronione Oznaczenie Geograficzne w 2008 r.

Niedaleko Szamotuł jest Śmiłowo, a tam jedyna w Polsce tłocznia oleju rydzowego. Olej rydzowy tłoczony jest na zimno z nasion Inianki – rydzu, jednej z najstarszych uprawnych roślin oleistych, blisko spokrewnionej z rzepakiem. O jasnożółtej barwie, charakterystycznym smaku i zapachu. W Wielkopolsce olej rydzowy stosowany jest do sałatek, posolonej cebulki, ziemniaków, chleba, śledzi i podobnych potraw. Poznański botanik prof. Marian Nowiński, pisząc o Iniance, podkreślił, że nasiona rośliny znajdowano

podczas prac archeologicznych prowadzonych na Śląsku, Łużycach, w Turynii i Brandenburgii. Duże ilości nasion znajdowano w wykopaliśkach odsłaniających działalność prastłowiańskich ludów kultury łużyckiej oraz na terenie Biskupina, co świadczy o powszechnym występowaniu (a może także uprawie) Inianki już przed trzema tysiącami lat. Tradycyjny produkt z Wielkopolski został 15 czerwca 2009 r., na mocy Rozporządzenia Komisji Europejskiej nr 506/2009, wpisany do unijnego rejestru Gwarantowanych Tradycyjnych Specjalności (GTS).

Do Nowego Tomyśla warto pojechać, aby posmakować wielkopolskiego sera smażonego. Ser ten jest niezmiernie popularny i ceniony zwłaszcza w Zachodniej Polsce – od Pomorza i Pałuk po Dolny Śląsk. Wielkopolski ser smażony to produkt znany co najmniej od początków XIX wieku. Jego recepturę, przekazywaną z pokolenia na pokolenie, prawdopodobnie przywieźli na ziemię polskie Niemcy i holenderscy osadnicy. Ser wytwarza się ze zgliwiełego twarogu. Często dodaje się do niego kminek, uzyskuje wtedy charakterystyczny, pikantny smak i ostry zapach. Ma kremową barwę i konsystencję podobną do sera topionego. Jest wytwarzany według tradycyjnej receptury w małych zakładach mleczarskich. Wielkopolski ser smażony otrzymał nagrodę „Perły” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów” i został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych w 2005 r. Posiada zarówno znak unijny Chronione Oznaczenie Geograficzne (od 2009 r.), jak i krajowy „Jakość Tradycja”.

W starym, pięknym Kaliszu należy obejrzeć zabytki. Jednak nie tylko z nich jest znany. Andrutry kaliskie – delikatne jak mgiełka, słodkie i chrupiące wafle o kremowej barwie, wypiekane w specjalnej okrągłej, żelaznej formie (andrutniku). Andrutry bywały zawsze koliste, cienkie, wypiekane z najlepszej mąki pszennej, przy dodaniu małej ilości jaj. Na leguminę, kończąc obiad lub bardziej uroczystą wieczerzę, zwłaszcza przy gościach, podawano andrutry do zimnej śmietany. Swoją sławę zawdzięczają parkowi miejskiemu, założonemu w 1798 roku. Szybko park stał się miej-

scem, w którym kaliszanie całymi rodzinami spędzali czas wolny, szczególnie niedziele i święta. W parku pojawiły się stragany i kioski, w których sprzedawano napoje i andrutry kaliskie. Po II wojnie światowej andrutry nadal pozostały atrakcją parku, pomimo zmian kulturowych i obyczajowych. Produkcję andrutów kontynuowano, mimo że atmosfera była dla prywatnej inicjatywy nieprzychylna. Tradycja wypieku andrutów kaliskich przetrwała w Wielkopolsce do dzisiaj. Andrutry kaliskie w 2005 r. zdobyły nagrodę „Perły” i zostały wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych. W 2009 r. zostały zarejestrowane jako Chronione Oznaczenie Geograficzne w 2009 r.

W czym warto uczestniczyć?

- W pierwszy weekend po Św. Kazimierzu odbywają się w Poznaniu „Kaziuki wileńskie” – festyn na Starym Rynku. Można posłuchać wileńskich zespołów artystycznych, kupić prawdziwe wileńskie palmy wielkanocne, posmakować zepelinów i blinów.
- Dla smakoszy: w sierpniu jest Ogólnopolski Festiwal Dobrego Smaku na Starym Rynku w Poznaniu – konkursy kulinarne, w tym ogólnopolski konkurs na nalewkę roku, kiermasz tradycyjnej żywności, występy artystyczne, spotkania autorskie.
- W listopadowy weekend po św. Marcinie obchody patrona głównej ulicy Poznania. Święto rozpoczyna uroczysta msza św. w Farze Poznańskiej, a potem barwny korowód, na czele ze św. Marcinem na koniu, maszeruje przez miasto. Festyn połączony jest z występami artystycznymi, jarmarkiem i – oczywiście – degustacją rogalii świętomarcińskich, najbardziej charakterystycznego, tradycyjnego wielkopolskiego produktu.





for: TimeMachine



WOJEWÓDZTWO ZACHODNIOPOMORSKIE

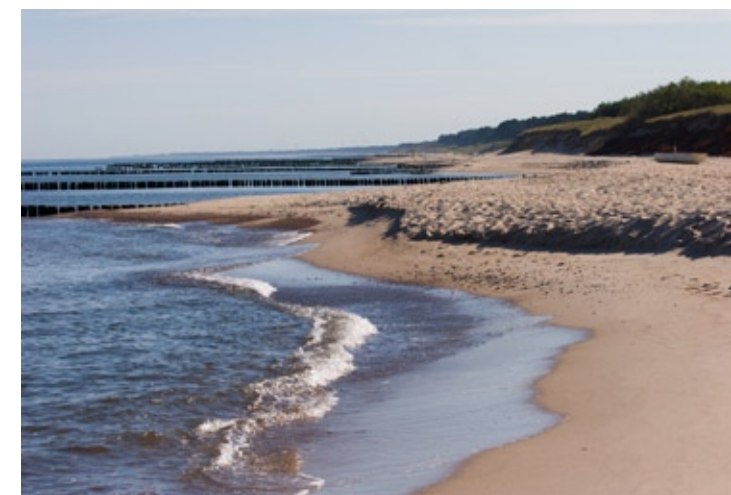
Województwo zachodniopomorskie zajmuje północno-zachodnią część Polski, graniczy z Niemcami, a przez Bałtyk – z Danią i Szwecją. Dzięki położeniu geograficznemu, niezwyklej przyrodzie oraz zabytkom zachodniopomorskie zaliczamy do najatrakcyjniejszych turystycznie obszarów Europy.

Hasło „Zachodniopomorskie – morze przygody” mówi samo za siebie. Bez wątplenia największa w tym zasługa niepowtarzalnego, prawie 185-kilometrowego wybrzeża z pięknymi, otulonymi pasem wydm i lasów plażami. Ale czyste, piaszczyste wybrzeże to tylko jedna z atrakcji regionu urozmaiconego wyjątkową, polodowcową rzeźbą terenu. Skupiska jezior w paśmie pięciu pojezierzy oraz bardzo wysoki stopień zalesienia nadają mu niezwyklej charakter. Przygoda czeka tu na śmiałków spragnionych rowerowych wypraw po puszczy lub żeglowania po wodach Zalewu Szczecińskiego. Stale rozbudowywana, bogata oferta noclegowa i gastronomiczna pozwalają na nieograniczone, całoroczne korzystanie z różnorodnych atrakcji, także z oferty renomowanych sanatoriów i uzdrowisk.

Odkryte już w XIX wieku złoża solanek i borowin, a także zasoby wód geotermalnych, stanowią o atrakcyjności Świnoujścia, Kamienia Pomorskiego, Kołobrzegu i Połczyna Zdroju. Walory zdrowotne regionu wzbogacają również rozbudowywane, nowoczesne kompleksy typu SPA, oferujące m.in. zabiegi przyrodolecnicze.

Naturalne walory wypoczynkowe i rekreacyjne województwa są systematycznie uzupełniane stale rozbudowywaną infrastrukturą wypoczynkową. Oferta całorocznych aquaparków pozwala cieszyć się aktywnym wypoczynkiem nie tylko w sezonie letnim.

Wyjątkową ofertą w tej części Europy jest liczba pól golfowych, cieszących się zasłużoną renomą. Oprócz istniejących już w Kołczewie, Binowie i Choszcznie, wciąż powstają nowe pola, stające się prawdziwym eldorado dla miłośników golfa. Niezwykły przyrodniczo-krajobrazowy charakter wód Zalewu Szczecińskiego i największych jezior przyczynia się do wzrostu popularności windsurfingu oraz do rozbudowy specjalistyczne-



for: TimeMachine





foto: Lukasz Lagodzinski

go zaplecza rekreacyjnego dla miłośników mocnych, wodnych wrażeń.

Znane w kraju stadniny koni w Łobzie i Białym Borze oraz istniejąca sieć szlaków konnych, dopełniają wyjątkowych walorów turystycznych Zachodniopomorskiego. Wyznaczone szlaki turystyczne w kompleksach leśnych, a zwłaszcza w puszczech, pozwalają na uprawianie turystyki pieszej oraz rowerowej lub na zbieranie grzybów jesienią. Na miłośników polowań od lat czekają jedne z najbogatszych w kraju tereny łowieckie i profesjonalna baza noclegowa.

Obszar Drawieńskiego Parku Narodowego z systemem jezior rynnowych i wijącą się dziką rzeką Drawą, to spełnienie marzeń zakochanych w turystyce kajakowej, a także wędkarzy. Mnogość



foto: TimeMachine

gatunków ryb, liczba akwenów, w tym prywatnych stawów rybnych, a także wyjątkowa możliwość udziału w połowach czynią z naszego regionu jedno z najatrakcyjniejszych miejsc do uprawiania wędkarstwa.

Województwo zachodniopomorskie może poszczycić się bogatymi zasobami środowiska kulturowego, na które składa się z około 3000 zabytków nieruchomych oraz około 1600 zabytków ruchomych wpisanych do rejestru zabytków, jak również wiele historycznych obiektów chronionych, znajdujących się w ewidencji zabytków. Na obszarze województwa znajdują się dwa zespoły architektoniczne uznane przez Prezydenta RP za pomniki historii: zespół katedralny w Kamieniu Pomorskim i zespół kościoła pod wezwaniem Najświętszej Marii Panny Królowej Świata w Stargardzie Szczecińskim wraz ze średniowiecznymi murami obronnymi.



foto: TimeMachine

Na szczególną uwagę zasługują zamki Książąt Pomorskich, znajdujące się w Szczecinie i Darłowie. Zamki te w przeszłości służyły jako ośrodki władzy książęcej, obecnie w ich murach znajdują centra kultury i sztuki. Ponadto na Zamku Książąt Pomorskich w Szczecinie ma obecnie siedzibę także Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego oraz Opera na Zamku.

Do bezcennych zabytków Pomorza Zachodniego można zaliczyć obiekty sakralne, które były i pozostały dominantami w zabudowie miast i wsi. Najstarsze pomorskie obiekty sakralne datuje się na XII – XIII wiek. Należą do nich m.in. romańskie i wczesnogotyckie kościoły granitowe. Do największych i najciekawszych ceglanych budowli sakralnych zalicza się bazylikę metropolitalną p.w. św. Jakuba w Szczecinie, bazylikę konkatedralną w Kołobrzegu, katedrę w Kamieniu Pomorskim, kościoły mariackie w Stargardzie Szczecińskim i w Trzebiatowie. Pozostałością działalności prowadzonej na Pomorzu Zachodnim przez



foto: Barbara Zębala - Szczecin

zakony – np. cystersów, templariuszy, joanitów, augustianów, norbertanów – są kościoły i elementy zabudowań klasztornych m.in. w Bierzwniku, Chwarszczanach, Cedyni, Kołbaczu i Pelczycach.

Wielką wartość posiadają unikalne zespoły miejskie z zachowanymi średniowiecznymi systemami obronnymi – pierścieniami murów z bramami, basztami i terenem dawnych fos, np. w Moryniu, Trzcińsku Zdroju, Chojnie, Mieszkowicach. Charakterystyczne dla województwa są także zabytkowe budowle drewniane o konstrukcji szkieletowej (ryglowej) – zarówno wiejskie chałupy, młyny, kuźnie czy karczmy, dwory i pałace, kościoły czy ratusz w Nowym Warpnie.

Województwo zachodniopomorskie jest regionem, który posiada zbiór fascynujących tradycji, zwyczajów i kultur. Regionalna kuchnia swój niepowtarzalny i oryginalny charakter zawdzięcza



foto: TimeMachine



foto: TimeMachine

ludności napływowej, która osiedliła się na tych terenach po II wojnie światowej. Przybysze przywieźli tu różnorodną gamę smaków i potraw, które na stałe wkomponowały się w określone regiony województwa. Te różnorodne produkty i potrawy tworzą jedyny, niepowtarzalny kulinarny szlak Pomorza Zachodniego. Jest on stosunkowo „młody”, bo liczy tylko kilkadziesiąt lat, ale ma już swoje sukcesy w postaci produktów wpisanych na Listę Produktów Tradycyjnych oraz nagrodzonych i wyróżnionych w konkursie Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów.

W ciągu 10 lat trwania konkursu zidentyfikowano blisko 150 regionalnych i lokalnych produktów województwa zachodniopomorskiego, 8 produktów wpisano na Listę Produktów Tradycyjnych, a 11 wyróżniono nagrodą „Perła”.

Produkty, które zostały wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych oraz te, które zostały wyróżnione nagrodą „perły”, stanowią wizytówkę kulinarną województwa. Zwiedzając województwo zachodniopomorskie można kierować się „szlakiem kulinarnym” produktów tradycyjnych oraz „perłowych”, poznając ich historię i metody wytwarzania.

Podróż „szlakiem kulinarnym” rozpocząć można od północno-wschodniej części województwa zachodniopomorskiego, a dokładniej od Koszalina. Miasto słynie z „Kaziukowych serduch”, produktu nagrodzonego „Perłą” w 2010 roku. Produkt pochodzi z Wileńszczyzny, a tradycje jego wytwarzania odrodziły się po 1989 roku na terenie obecnego województwa zachodniopomorskiego.

uprawiono ją w każdym wiejskim ogrodzie. Każdy gospodarz miał ogród z kapustą i duże beczki do kwaszenia kapusty w piwnicy. Kapusta była gotowana w niedzielę na cały tydzień, codziennie odgrzewano ją na obiad”.



foto: TimeMachine

Pierniki zachwycają, kuszą specyficznym oraz aromatycznym zapachem i smakiem. Przyozdabiane różnymi napisami np. „Kocham Cię, Dla ukochanego/ukochanej...”, serducha mogą być idealnym upominkiem dla bliskiej nam osoby.

Kierując się w stronę Kołobrzegu odkrywamy „Ogórek kołobrzeski” oraz „Kapustę kiszoną z beczki”. Produkty znajdują się na Liście Produktów Tradycyjnych, ponadto „Ogórek kołobrzeski” zdobył nagrodę „Perły” w 2005 roku.

Okolice Kołobrzegu bogate są w naturalne zasoby wody solankowej, która wykorzystywana jest do kiszenia ogórków. Zawartość mikroelementów w solance sprawia, że ogórek ma niepowtarzalny smak i aromat.



foto: TimeMachine

Warunki klimatyczno-glebowe, a szczególnie wpływ klimatu morskiego, od lat sprzyjają uprawie kapusty w okolicach Kołobrzegu. Ukwaszona kapusta charakteryzuje się przyjemnym zapachem i kwaskowatym smakiem. W książce „Kultura na Pomorzu w XIX wieku”, można przeczytać o życiu codziennym wsi pomorskiej, „Z warzyw jedzono przede wszystkim kapustę,



foto: Archiwum MTS



TimeMachine

„Perłą” w 2004 roku. Produkt jest wyprodukowany w oparciu o receptury przywiezione ze wschodnich terenów Polski, w piecach chlebowych z początku XX wieku. Dzięki tradycyjnej metodzie wypieku, chleb zachowuje naturalną świeżość i doskonały smak przez kilka dni.

Kierując się w stronę Pojezierza Drawskiego odkrywamy kolejne tradycyjne i regionalne produkty województwa zachodniopomorskiego. Bez wątplenia marką województwa jest „Miód drahimski”. Miód produkowany jest na terenach Drawskiego Parku Krajobrazowego, gdzie znaleźć można wiele wrzosowisk, aleje starych lip, akacje, zagajniki oraz uprawy rzepaku i gryki. Dzięki zachowaniu tradycyjnych metod pozyskiwania, niezwykłej czystości środowiska i dbałości o pasieki, miód posiada najwyższą jakość. Każdy słoik miodu lipowego, wielokwiatowego, gryczanego, rzepakowego czy wrzosowego inspirowane do odkrywania tożsamości miejsca pochodzenia produktu. Miód drahimski to pierwszy produkt z Zachodniopomorskiego, który został objęty unijną ochroną. Komisja Europejska zarejestrowała miód w kategorii Chronione Oznaczenie Geograficzne.

Pojezierze drawskie zachwyca obfitością zasobów wodnych. Nieskazitelnie czyste jeziora i rzeki są źródłem ryb

słodkowodnych. W okolicach Złocieńca znajduje się gospodarstwo rolne „Ryby Lubie”, które zajmuje się hodowlą i przetwarzaniem ryb. Gospodarstwo posiada stawy hodowlane, w których hoduje się przede wszystkim pstrąga oraz łowiska, w których zwolennicy wędkowania mogą złowić płoć, szczupaka oraz węgorza. Oferta Gospodarstwa „Ryby Lubie”, nie ogranicza się jedynie do atrakcji związanych z wędkowaniem, na miejscu można spożyć i zakupić ryby wędzone, smażone, gotowane oraz rybne marynaty. Marynata „Pstrąg Ryby Lubie po Rybacku”, sporządzona z najdelikatniejszej części tuszy pstrąga, to „Perła” roku 2010.

Słynący z „Jeziorowego ogórka kiszzonego” Kalisz Pomorski na Pojezierzu Drawskim to następny przystanek na „szlaku kulinarnym” Pomorza Zachodniego. Produkt nawiązuje do tradycji wytwarzania ogórka kiszzonego przez Rejonową Spółdzielnię Ogrodniczo-Pszczelarską, działającą w latach 60. Specyfiką tradycyjnego „Jeziorowego ogórka kiszzonego” jest przechowywanie i leżakowanie beczek w trakcie procesu kiszenia na dnie Jeziora Młyńskiego, zwanego potocznie przez mieszkańców Jezioro Ogórkowym.

Kierując się w głąb województwa,



Archiwum MTS



Zamek w Drahimie fot. Graka



Archiwum MTS



Archiwum MTS



Archiwum MTS



TimeMachine

w okolicach Dolic znajduje się Gospodarstwo Ekologiczne „Sedina”, które specjalizuje się w uprawie róży faldzistolistej. Z owoców i płatków róży wytwarzane są wszelkiego rodzaju przetwory, m.in. konfitury i soki. Produkty te mają nie tylko wartości smakowe, ale też lecznicze. Przetwory z róży faldzistolistej zdobyły „Perłę” w 2008 roku.

Wino ze śliwek i nalewka ze „śliwek z Dębiny” to produkty tradycyjne wytwarzane w Chociwlu. Cechą charakterystyczną produktów jest przezroczysta a zarazem brązowa barwa. Słodkie w smaku z wyrazistym zapachem śliwek wino uzyskało „Perłę” w 2006 roku.

Ostatnim przystankiem na „szlaku kulinarnym” jest Szczecin. W murach

Zamku Książąt Pomorskich znajduje się restauracja „Na Kuncu Korytarza”, specjalizująca się głównie w daniach rybnych. „Zupa Anny Jagiellonki na Sandaczu” – „Perła 2010”, powstała w oparciu o stare receptury, gdzie przeplatają się smaki: francuski – nuta cebulowa i warzywna, akcent polski – seler, por, marchew, kwaszone ogórki; rybny – to smak wszystkich narodów, w tym także niemieckiej kuchni regionalnej.

Dziedzictwo kulturowe i kulinarne województwa zachodniopomorskiego jest nieustannie pielęgnowane. Już trzecie pokolenie mieszkańców Pomorza Zachodniego, chroni od zapomnienia „smaki przeniesione” i przywraca smaki miejscowe.



TimeMachine



TimeMachine



Barbara Zębala - Szczecin



TimeMachine



Barbara Zębala - Szczecin

Województwo Zachodniopomorskie to piąte co do wielkości województwo, o powierzchni 22,9 tys. km² i jedenaste pod względem liczby mieszkańców, która wynosi 1 697.718. Stolicą województwa jest Szczecin, malowniczo położony w rozlewisku doleń Odry, nad brzegami Jeziora Dąbie. Na terenie województwa znajduje się 114 gmin i 21 powiatów, w tym 3 grodzkie.

Perły dolnośląskie

Produkty z Dolnego Śląska, które otrzymały nagrodę „Perły” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”:

2003

– Dżem czereśniowy z Gajowa – Józefa Burlita

2004

– Przymak galicyjski – Zenon Matusiewicz, PPMG „Galicja”

2005

– Nalewka z aronii – Gospodarstwo Ekologiczne „EKO- AR” Anna i Mirosław Lech

2006

– Ogórki konserwowe ścinawskie – Zakład Handlu Przetwórstwa Owocowo-Warzywnego Teofil Szelwika, Jan Stępień, Marta Postoń

2007

– Karp milicki wędzony – Regina i Jan Raftowiczowie

2008

– Kaszanka boleścińska – RSP „Jedność” Bolescin
– Zupa z kalarepy zabieleną śmietaną – Ośrodek Szkolenia i Wychowania w Ząbkowicach Śląskich (potrawa)

2009

– Musztarda z gruszek – Halina Przystupa

2010

– Pstrąg wędzony – Danuta Ćwikła, Pstrąg-Mar (produkt)
– Polędwiczki z sumą w lubczyku i rolada z sumą warzywami nadziewana – Renata Jaworska „Smakowita Wieś” (potrawa)

2011

– Chleb z młyna żytni na zakwasie – Beata i Zenon Feszczuk (produkt)
– Roladki z młodej wrzosówki – Wiesława i Ireneusz Kocbuchowie Gospodarstwo AgroEko „Wiecha” (potrawa)
– Kieśetycia – Daniel Pukos i Łukasz Anusz „Karczma Łemkowska” (potrawa)



Perły kujawsko-pomorskie

Produkty z województwa kujawsko-pomorskiego, które otrzymały nagrodę „Perły” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”

2001

– Powidła świeckie – Towarzystwo Przyjaciół Doliny Dolnej Wisły

2003

– Chleb razowy ze śruty żytniej – Krystyna Woźniak
– Szynka staropolska – Elżbieta i Janusz Klimaccy

2004

– Powidła Strzeleckie – Anna Iwanowska, KGW Strzelce Dolne

2005

– Chleb Borowiacki od Heleny – Helena Pałkowska

2006

– Półgęsek – Krystyna Kamińska

2007

– Mace borowiackie – Zenobia Majka, Stowarzyszenie Gminna Rada KGW w Tucholi

2008

– Śliwki cynamonki – KGW Tuchola (produkt)
– Zupa z suszu – PPHU „BARD” (potrawa)

2009

– Bulimączka (nalewka z kwiatów glogu) – Hieronim Błazejak (produkt)

2010

– Sól ciechocińska jodowana warzona – Przedsiębiorstwo Uzdrawisko Ciechocinek S.A. (produkt)
– Kura kuropatwianka gotowana, podsmażana w maśle
– Elżbieta i Michalina Kloneckie „Zagroda pod lipami” (potrawa)

2011

– Podpiwek kujawski – Agnieszka Zamojska (produkt)
– Roladki z gęsi – Cecylia Jaskólska (potrawa)
– „Zacirki kruszyńskie” – Irena Kubiak (potrawa)



Produkty z województwa lubelskiego, które otrzymały nagrodę „Perły” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”

2003

- Sękacz podlaski – Wojciech Zaniewicz
- Dołhobrodzki korowaj – Maria Kazimiera Sarnacka

2004

- Grzaniec Marcina z Urzędowa – Rada Kobiet Powiatu Kraśnickiego

2005

- Udziec królewski-magnacki – SUR Łąki Nadbużańskie

2006

- Szynka puławska – Marian Burek FPHU „Marysin”
- „Krupiak” piróg biłgorajski – Starostwo powiatowe w Biłgoraju

2007

- Malinóweczka – Regina Żyła

2008

- Olej święteczny roztoczański – Justyna i Tomasz Kostrubiec „Olejarnia Święteczna” (produkt)
- Solianka, pielmieni – Karczma „Kalina” Wojciech Filipek (potrawa)

2009

- Szynka nadwieprzańska – GS Baranów (produkt)
- Chleb kodeński razowy żytni – Zofia Sacharczuk (produkt)
- Forszmak lubelski – „Graf-Marina” s.c., Agata i Mirosław Augustyniak (potrawa)

2010

- Miód malinowy – Mieczysław Janik (produkt)
- Prosię pieczone faszerowane – Wiesław Wójcik (produkt)
- Zupa sałacianka na maślanie i szulaki z kurkami w ziołach – Lucyna Mieciołka, Stowarzyszenie „Malina” (potrawa)

2011

- Gruszka suszona kraśnicka – Janina Bańka (produkt)
- Zupa chłopska – Gminne Koło Aktywnych Kobiet z Fajstawic (potrawa)
- Chłodnik lubelski i pierś z kaczki – Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej im. Św. Jana z Dukli (potrawa)



Produkty z województwa lubuskiego, które otrzymały nagrodę „Perły” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”

2003

- Słonina solona „sało” – Agnieszka Zdanowicz

2004

- Miód pszczele wielokwiatowy łąkowy z „Ujścia Warty” – Iwona i Remigiusz Dutkowiak

2006

- Porter Czarny Boss – BOSS Browar Witnica S.A.

2007

- Wino gronowe lubuskie – Kinga i Robert Koziarscy, Winnica „Kinga”

2008

- Ogórki kiszone – Henryk Sondej, gospodarstwo rolno-warzywne

2009

- Lubuski miód pitny Trójniak Winogronowy – Przemysław Karwowski, Zielonogórskie Stowarzyszenie Winiarskie (produkt)
- Comber sarni z kładzionymi kluskami i borówkami – Gospodarstwo Agroturystyczne „Nad Bobrem”, Mirosława i Jerzy Stachurscy (potrawa)

2010

- Słoneczna Papierówka Zimą – Anna Wołoszczuk (produkt)
- Bigos myśliwski – Gospodarstwo Agroturystyczne „Nad Bobrem” Mirosława i Jerzy Stachurscy (potrawa)

2011

- Piwo wschowskie ciemne – Maria i Edward Wilk, Browar EDI (produkt)
- Farsz w koszulce z sosem pomidorowym – Irena Wróbel (potrawa)



Perty łódzkie

Produkty z województwa łódzkiego, które otrzymały nagrodę „Perły” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”

2003

– Jagnięcina po krzętowsku – Urszula Baranowska-Pietruczuk

2004

– Ser opalany łaski – Alina Kosmala

2005

– Chrzan po staropolsku – Kazimierz Cieśla

2006

– Chleb wiejski na zakwasie z pieca ceglanego – Grzegorz Pabjańczyk, PPHU „Naturex”

2007

– Bakaliowy makowiec – Elżbieta Maniak

2008

– Jordanowska kielbasa jałowcowa – Ar-Kos sp. z o.o. Lucyna Korwin-Kochanowska (produkt)
– Zalewajka – InterSolar (potrawa)

2010

– Ogórek Dros spod Wielunia – Marian Błaszczak, Przetwórstwo Owoców i Warzyw „Dros”



Perty małopolskie

Produkty z województwa małopolskiego, które otrzymały nagrodę „Perły” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”

2001

– Sółdra – Franciszek Organiściak
– Oscypek – Czesława i Stanisław Pawlikowscy
– Śliwowica łącka – Stowarzyszenie Dolina Dunajca, Łąck

2003

– Miód spadziowy „Kamieńskie złoto” – Emilia i Jacek Nowak
– Kielbasa lisecka – Stanisław Mądry
– Obwarzanki krakowskie – Grzegorz Czaja

2004

– Sok Maurera z Łącka – Krzysztof Maurer
– Jagnięcina – Roman Wasylczak
– „Suski sechłońskie” – Kazimiera Jonik

2005

– Fasola „Piękny Jaś” tyczny – Janina Molek
– Bundz – Kazimierz Furczoń

2006

– Polędwica w ziołach – Stanisław Mądry

2007

– Redykołka – Kazimierz Furczoń

2008

– Jagnięcina Podhalańska – Kazimierz Furczoń (produkt)
– Kapeluski w sosie, kwaśnica góralska z wędzonym żeberkiem – Karczma „U Borzanka” (potrawa)

2009

– Jabłko Łąckie – Stowarzyszenie „Łącka Droga Owocowa”
– Paszтет wieprzowy – Anna Mądra

2010

– Wino Zamkowe – Marcin Ostrega

2011

– Brawuś z kómory – „Bacówka” L. Szot sp. Komandytowa za Fasola z orzełkiem – Zenon Szewczyk



Perły mazowieckie

Produkty z województwa mazowieckiego, które otrzymały nagrodę „Perły” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”

2001

- Sójki mazowieckie – Anna Kotuniak
- Piwo kozicowe – Elżbieta Barwińska

2003

- Kiełbasa jałowcowa nożem krojona – Elżbieta Bajszczyk

2005

- Sery podpuszczkowe – Honorata Cieślak

2006

- Kiełbasa jałowcowa swojska – Małgorzata Dąbrowska
- Mąka pszenna podlaska – Krzysztof Kluczyński, „Eko-Mega” Podlaski Młyn Wodny

2007

- Miód Kurpiowski – Teresa Niedźwiedzka

2008

- Mazowieckie Obwarzanki Odrzywolskie – Jan Bińkowski (produkt)
- Podglebiaki – Gospodarstwo „Eko turystyczne” Małgorzata Dąbrowska, Wanda Arcikiewicz (potrawa)

2009

- Połędwiczki wędzone podsuszane – Krystyna Marcyjańska (produkt)
- Golonka faszerowana z grzybami – KGW w Rudce (potrawa)

2010

- Makaron Radziwiłłowski – Wioletta i Dariusz Marcinowscy

2011

- Fafernuchy – Halina Witkowska (produkt)
- Likier Radziwiłłowski – Wioletta i Dariusz Marcinowscy Gospodarstwo Rolne (produkt)
- Dworski rosół z kapłona – Wioletta i Dariusz Marcinowscy Gospodarstwo Rolne (potrawa)



Perły opolskie

Produkty z województwa opolskiego, które otrzymały nagrodę „Perły” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”

2003

- Sandacz z Jeziora Otmuchowskiego – Lucyna Beniowska

2005

- Żymlok – Krystyna Linek

2007

- Rodzinne Baby Kresowe – Wanda Błażejczyk

2008

- Piwo miodowe – Zygmunt i Gizela Kubina (produkt)
- Rolada wołowa, kluski śląskie, modra kapusta – „Eco-turystyka” Danuta Majewska (potrawa)

2009

- Kołocz Śląski – Beniamin Godyla, Konsorcjum Producentów Kołocza Śląskiego (produkt)
- Królik duszony w śmietanie – „Eco-turystyka” Danuta Majewska (potrawa)

2010

- Ser domowy smażony z kminkiem – Fan-Agri S.C. (produkt)
- Biały barszcz babuni i pierogi dobre z sosem kresowym – Helena Wilk, Bogusława Nowak i Genowefa Kozdrowicka, KGW Dzierżysław (potrawa)

2011

- Cwaniak karłowicki – Adam i Grzegorz Ptak Z. P. M. „Bocian” (produkt)
- Panćkraut z żeberkami – Marta Sikorska Restauracja „Laurentius” (potrawa)



Perty podkarpackie

Produkty z województwa podkarpackiego, które otrzymały nagrodę „Perty” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”

2001

- Kiełbasa glogowska – Mięczysław Jeż
- Szyszki weselne – Maria Żak

2003

- Pierogi z kaszą jaglaną – KGW Wierzawice

2004

- Kiełbasa wiejska z Markowej – Jan Fołta

2005

- Gomółki z białego sera – Towarzystwo Krzewienia Kultury Regionalnej

2006

- Bulwiok – zespół „Futomianie”
- Staropolski chleb sanacyjny na liściu kapusty – Anna Surmacz, PPHU „ANMAR”

2007

- Szynka swojska pilzneńska – PPM „TAURUS” sp. z o.o.
- Chleb flisacki – Maria i Mięczysław Łabęccy

2008

- Nalewka kresowa żenicha – Czesława Zawadzka (produkt)
- Kiełbasa pradziada – Paweł Krajmas Zakład Mięsny „Jasiołka” (produkt)
- Golonka Podkarpacka z Pilzna – PPM „Taurus” sp. z o.o. (potrawa)

2009

- Powidło krzeszowskie – KGW Krzeszów
- Ser kozi wołoski naturalny – Rodzinne Gospodarstwo Ekologiczne „Figa” Tomasz i Waldemar Maziejuk

2010

- Pasztet pieczony z dziczyzną – PPM „TAURUS” sp. z o.o.
- Kiełbasa Wiejska Markowska – Jan Niemczak, Zakład Masarski Niem-Pol

2011

- Kiełbasa swojska pilzneńska – PPM „Taurus” sp. z o.o.



Perty podlaskie

Produkty z województwa podlaskiego, które otrzymały nagrodę „Perty” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”

2001

- Kindziuk litewski – PPHU „Desra”
- Sękacz- Biruta Zimnicka

2003

- Ogórek herbowy z Kruszewa – Jolanta i Kazimierz Zagórcy

2004

- Koryciński ser żółty „swojski” – Krystyna i Andrzej Łukaszuk, Stowarzyszenie Producentów Sera Korycińskiego

2005

- Ser dojrzewający – Grupa Producentów Produktów Lokalnych z gm. Wizajny i Rutka Tartak

2006

- Kumpia wieprzowa – Andrzej Modzelewski,

2007

- Lipiec Białowieski – Anatol Filipczuk

2008

- Pierekaczewnik – Dżenneta Bogdanowicz (produkt)
- Flaczki z Lina – P U Siergiejewiczówka (potrawa)
- Bliny Litewskie – Restauracja Sodas (potrawa)

2009

- Pasztet z sandacza z rakami – Tomasz Siergiejewicz

2010

- Stuliściec- Sintalapis – Dariusz i Aldona Szupszyński
- Przecier z żurawiny surowej – Anna Czarnecka-Orpik

2011

- Kumpiak podlaski – Łukasz Ancyco



Produkty i potrawy z województwa pomorskiego posiadające nagrodę „Perty” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”

2001

– Okrasa kaszubska – Felicja Kropidłowska

2003

– Okrasa – Felicja Kropidłowska

2004

– Salceson czarny – Kazimierz Droszkowski,

2005

– Kremowe malene (mus truskawkowy) – Gabriela Blok,

2006

– Młodzowy kuch z kruszonką – Bernadeta Puzdrowska

2007

– Kaczka po Pomorsku – Katarzyna Zacharewicz

2008

– Masło Extra Kociewskie – OSM Starogard Gdański (produkt)
– Sledze na plince z modrą kapustą – PHU „BILLAR” (potrawa)

2009

– Borowiki marynowane – Fungopol sp. z o.o. (produkt)
– Śledź po kaszubsku – Bernadeta Puzdrowska (produkt)
– Żurawina meremecka – Dagmara Mazurek (produkt)
– Dorsz po gdyńsku z bobem na boczku – PHU „BILLAR”

2010

– Metka mojuszevska – Brygida i Andrzej Kąkol (produkt)
– Gruszka gdańska „Gdańczonka” – Anna Sałata, KGW Górki (produkt)
– Frykasy – kura z rosółu z ryżem, w słodkim sosie – Kaszubskie Stowarzyszenie Agroturystyczne „Kościerska Chata” (potrawa)

2011

– Śledź „po rybacku” – Mirosława Gawryszewska-Górczyńska Gospodarstwo Agroturystyczne „Gawryś” (produkt)
– Zupa z dyni po chłopsku – Gospodarstwo Agroturystyczne „U Chłopa” (potrawa)



Produkty i potrawy z województwa śląskiego posiadające nagrodę „Perty” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”

2001

– Chleb tatarczuch – Jadwiga Plesińska

2003

– Boczek z hakiem – Maria i Robert Matyszczak

2004

– Chleb „Herbski” – GS „Samopomoc Chłopska” w Herbach, województwo śląskie
– Ser twardej dojrzewający z mleka koziego – Krystyna Garbaciak, województwo śląskie

2005

– Krupniok śląski – GS „SCH” Zbrosławice

2007

– Śląskie oblaty – Visa-Bell Sp. z o. o. Pszczyzna

2008

– Pierniki żywieckie – Zakład Cukierniczo-Piekarski Kazimiera, Krzysztof, Marcin Bielewicz (produkt)
– Żołądki z gęsi po siewiersku – Oberża „Złota Gęś” (potrawa)

2009

– Warzonka żywiecka – Dominika Kos, KGW Kobienice (produkt)
– Jagnięcina beskidzka – Piotr Kohut (produkty)
– Zupa grzybowa – Restauracja „Nad Potokiem” (potrawa)

2010

– Bryndza Wołoska Wędzona – Piotr Kohut, Kolyba „Na Szańcach” (produkt)
– Wieprzek filowany – Krystyna i Krystian Kiełbasa, Gospodarstwo Agroturystyczne „Ranczo” (potrawa)

2011

– Kopalnioki – VISA BELL sp. z o.o. (produkt)
– Zalewajka i kluchy „połom bite” – KGW Podlesice



Perty świętokrzyskie

Produkty i potrawy z województwa świętokrzyskiego posiadające nagrodę „Perły” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”

2001

– Tatarczuch – Jadwiga Plesińska

2003

– Chleb bodzentyński – Felicja Harabin

2004

– Fasola Korczyńska – Stefan Jasiak „Fasolex”

2005

– Suszona Śliwka Szydłowska – Stowarzyszenie Producentów Owoców „Dobry Sad”

2006

– Śliwka Damacha – Barbara Kapusta

2007

– Ser jabłeczny – Fundacja Domy Wspólnoty „Chleb Życia”

2008

– Kasza jaglana gierczycka – Teresa Kmiecicka (produkt)
 – Salceson ozorkowy wiejski – Paweł Nowak, Zakład Wędliniarski Wąchock (produkt)
 – Parzybroda chłopska – Gospodarstwo Agroturystyczne „Wiejski Raj” (potrawa)

2009

– Połędwiczkę świąteczną Prokopa – Bogusław i Anna Piotrowscy

2010

– Opatowska krówka mleczna – Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Opatowie

2011

– Morela sandomierska „Zaleszycka” – Grażyna i Andrzej Borkowscy Gospodarstwo Ogrodnicze „Szymanówka”



Perty warmińsko-mazurskie

Produkty i potrawy z województwa warmińsko-mazurskiego posiadające nagrodę „Perły” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”

2001

– Miód lipowy – Wojciech Czernigowski

2003

– Węgorz „na biało” – Mirosław Gworek

2005

– Szyńka ciastem okładana – Bernadetta Kruszyńska

2006

– „Mioduszki” grzyby w zalewie miodowej – Bernadeta Kruszyńska

2007

– Gęś faszerowana po polsku – Krystyna Dziódka, Firma gastronomiczna „Krys-Stan”

2008

– Podpłomyk – Grzegorz Kumorek zajazd „Tusinek” (produkt)
 – Zupa rybna z węgorza – Firma Gastronomiczna „Krys-Stan” (potrawa)
 – Krokiety ze szczupaka po mazursku – Siedlisko na półwyspie (potrawa)

2009

– Węgorz wędzony w skórce – Jarosław Parol (produkt)
 – Stek z jelenia na miodzie z żurawiną – Ferma Jeleni „Rudzie” (potrawa)

2010

– Węgorz smażony w marynacie – Jarosław Parol, Tradycyjna Wędzarnia Warmińska (produkt)
 – Sandacz pieczony w glinie – Katarzyna Rydzewska i Bożena Grzegorzczak, Hotel Rydzewski (potrawa)

2011

– Półgęsek – Wytwórnia Wędlin Wiesława Dreszlera (produkt)
 – Pierogi ze szczupaka z twarogiem i kawiozem – Małgorzata Ołów „Sandacz” (potrawa)



Perty wielkopolskie

Produkty i potrawy z województwa wielkopolskiego posiadające nagrodę „Perty” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”

2001

– Szary smalec – Albina Substelna

2003

– Ser smażony z kminkiem – OSM TOP Tomyśl

2004

– Wielkopolski udziec ze świni złotnickiej – Stefan Słociński

2005

– Olej rydzowy – Krystyna i Jerzy Just, „Semco”
– Andruty Kaliskie – Lokalna Organizacja Turystyczna Ziemi Kaliskiej

2006

– Borowik wielkopolski – Łukasz Swędrowski, Przetwórstwo Rolno-Spożywcze „Jagoda”
– Szynka rolowana ze świni złotnickiej – Stefan Słociński

2007

– Nalewka z wiśni sokówki – Maria Jeżyk

2008

– Chleb żytni wielkopolski – Damian Nowak (produkt)
– Rumpuń Kwilecki – Gospodarstwo Agroturystyczne „Przylesie” (potrawa)

2009

– Kielbasa nowotomska – Stefan Słociński (produkt)
– Ser dojrzewający „Kreuzer” – Beata Futyma (produkt)
– Policzki z głowizny po bambersku – „Brasserie de l’Opera” w Hotelu Mercure (potrawa)

2010

– Olej lniany wielkopolski – Krystyna i Jerzy Justowie, „Semco” (produkt)
– Parzybroda i roladki wieprzowe na plynzach – Małgorzata Kempa i Maciej Barton, Dwór Myśliwski Ustronie (potrawa)

2011

– Cygier – Beata Futyma Gospodarstwo Ekologiczne „Farma pod Świerkami” (produkt)
– Szparagi kiszzone – Beata Walkowiak (produkt)
– Śledzie w oleju rydzowym i szare kluchy z okrasą i kapustą zasmażaną – „Jaśkowa Zagroda” Napachanie (potrawa)



Perty zachodniopomorskie

Produkty i potrawy z województwa zachodniopomorskiego posiadające nagrodę „Perty” w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”

2003

– Konfitura z płatków róży – Alicja Borowiec

2004

– Chleb razowy wiejski „Koprzywieński” – Kazimiera Kula

2005

– Ogórek Kołobrzesczy – Elżbieta Kuczma

2005

– Wino ze śliwek – Barbara Modrzejewska

2007

– Gęsie pipki – Maria Kurkowska

2008

– Produkty z róży fałdzistolistej: konfitura z płatków róży, konfitura z owoców róży, nalewka – Bożena i Ryszard Jaszczowscy
– Miód Drahimski – Krzysztof Fajarski, Gospodarstwo Pasieczne Kószka

2009

– Niechorskie koreczki Neptuna – Aleksandra Budner Wachowiak

2010

– Kaziukowe serducha – Irena Śmiałek (produkt)
– Pstrąg po rybacku – Małgorzata i Piotr Kozłowski, Gospodarstwo Rolne „Ryby Lubie” (produkty)
– Zupa księżnej Anny Jagiellonki na sandaczu – Bolesław Sobolewski i Dariusz Majewski, Restauracja „Na Kuncu korytarza” (potrawa)

2011

– Złota sieja wędzona „Miedwianka” – F.B.H.U. „Modehpolmo” sp. z o.o. (produkt)
– Udo z gęsi z kluseczkami – Bolesław Sobolewski i Dariusz Majewski, restauracja „Na Kuncu korytarza” (potrawa)
– Zrazy z dzika w sosie własnym, faszerowane śliwką i warzywami – Mariusz Siwak i Tomasz Madera „PARK HOTEL” (potrawa)



PRZEPISY Z WOJEWÓDZTWA DOLNOŚLĄSKIEGO

GOŁĄBKI KRESOWE

Główka białej kapusty,
2-3 łyżki przecieru pomidorowego,
szklanka bulionu,
listek laurowy,
po szczypcie cukru i pieprzu,
łyżka masła.

Farsz:

1,5 szklanki kaszy gryczanej ugotowanej
na sypko,
1-2 cebule,
200 g tłustego twarogu,
łyżeczka otartego majeranku,
sól, pieprz,
szczypta cukru,
łyżka masła.

Kapustę zblanszować, przelać zimną wodą, oddzielić liście, usunąć twarde nerwy. Drobno pokrojoną cebulę zrumienić na stopionym maśle, twaróg przepuścić przez maszynkę, wymieszać z cebulą, majerankiem i kaszą, doprawić do smaku solą, pieprzem i szczyptą cukru. Porcje farszu nakładać na przygotowane liście kapusty, związać gołąbki. Płaski rondel wysmarować masłem, wyłożyć liśćmi kapusty, na nich układać gołąbki, dodać listek laurowy, zalać bulionem, przykryć i dusić na niewielkim ogniu. Po 30 minutach, wlać rozproszony 2-3 łyżkami bulionu przecier pomidorowy, doprawić solą, pieprzem i szczyptą cukru, potrząsnąć rondlem i dusić jeszcze kilkanaście minut.

KARTOFLANKA KRESOWA

600 g ziemniaków,
300 g łopatki wieprzowej,
włoszczyzna (bez kapusty),
2-3 ziarenka pieprzu,
2-3 ziarenka angielskiego ziela,
listek laurowy, 1,5 litra wody,
2 spore cebule,
2 winne jabłka,
łyżka smalcu,
łyżeczka soku z cytryny,
2 łyżki startego chrzanu,
łyżeczka zielonych listków tymianku lub pół łyżeczki suszonego,
łyżka usiekanej zielonej pietruszki,
sól, pieprz, szczypta cukru do smaku.

Obraną i umytą włoszczyznę i mięso włożyć do garnka, zalać gorącą wodą, dodać ziarenka pieprzu, ziela i listek laurowy, ugotować wywar. Jabłka i cebule obrać. Cebulę pokroić w kostkę, jabłka w słupki, lekko skropić sokiem z cytryny. Obrane ziemniaki pokroić w kostkę włożyć do rondla, zalać gorącym przedzonym wywarem, doprowadzić do wrzenia, po czym gotować na małym ogniu ok. 15 minut. Na patelni rozgrzać smalec, lekko zrumienić cebulę, dodać jabłka, posypać tymiankiem i chwilę smażyć razem. Ugotowane mięso pokroić w kostkę dodać do zupy z usmażonymi jabłkami z cebulką, wymieszać gotować razem 10 minut, dodać starty chrzan, doprawić do smaku solą, pieprzem i szczyptą cukru. Przed podaniem posypać usiekaną zieloną pietruszką.

BLINY PODOLSKIE

1 kg ziemniaków
ugotowanych w mundurkach,
2 średnie cebule,
200 g mąki gryczanej,
3 jajka,
szklanka gęstej kwaśnej śmietany,
łyżeczka masła,
sól,
tłuszcz do smażenia.

Obrane ziemniaki przepuścić przez maszynkę do mięsa, wlać śmietanę, wysypać przesianą mąkę, osolić, wymieszać dokładnie. Drobno usiekaną cebulę zrumienić na stopionym maśle, dodać do ziemniaków, razem z roztrzepanymi żółtkami, wymieszać. Ubić na sztywno pianę z białek, dodać do ziemniaczanej masy i ponownie wymieszać. Na rozgrzanych, posmarowanych tłuszczem niewielkich patelkach smażyć dość grube bliny, z obu stron na złoty kolor. Podawać z sosem grzybowym.

ZUPA Z SUSZU Z KLUSECZKAMI

Po pół szklanki suszonych:
gruszek,
jabłek,
wydrylowanych śliwek i wiśni,
szklanka śmietany,
2-3 łyżki miodu,
szczypta soli,
szklanka żytniej mąki,
przegotowana woda.

Owoce dokładnie umyć, osączyć na sicie. Zagotować 2 litry wody ze szczyptą soli. Na wrzątek wrzucić owoce, doprowadzić do wrzenia, gotować na niewielkim ogniu ok. 1 godziny, przetrzeć przez sito, wymieszać z miodem. Z mąki i wody zagnieść twarde ciasto, palcami urywać małe kluseczki wrzucać na osolony wrzątek ugotować, odcedzić. Zupę podgrzać, wrzucić kluseczki, wlać śmietanę wymieszać.

PRZEPISY Z WOJEWÓDZTWA KUJAWSKO-POMORSKIEGO

KAPUŚNIAK KUJAWSKI

750 g wieprzowiny z kością,
włoszczyzna,
250 g kiszonej kapusty,
500 g ziemniaków,
spora cebula,
100 g jęczmiennej kaszy,
50 g wędzonego boczku,
2-3 suszone grzyby,
2 l wody, sól,
kilka ziarenek angielskiego ziela,
mielona papryka,
cukier do smaku.

Umyte grzyby zalać niewielką ilością wody, zostawić na pół godziny po czym ugotować. Kaszę umyć, osączyć. Włoszczyznę obrać. Jarzyny i mięso umyć, włożyć do rondla, dodać ziele angielskie, zalać wodą, ugotować. Gdy mięso miękkie, wywar przecedzić, ostudzone mięso oddzielić od kości, pokroić w kostkę, a wywar podzielić na 3 części. Obrane ziemniaki pokroić w kostkę, zalać 1/3 wywaru, ugotować. Kapustę posiekać, włożyć do garnka, zalać 1/3 wywaru ugotować. Pozostałym gorącym wywarem zalać kaszę – „rozkleić”. Potążyć ugotowane i pokrojone w paseczki grzyby, kapustę, ziemniaki i kaszę, dokładnie wymieszać, podgrzać, dodać pokrojone mięso. Na patelni stopić pokrojony w kostkę boczek, dodać usiekaną cebulę, zrumienić, dodać do zupy. Doprawić kapuśniak solą, papryką i cukrem do smaku, zagotować.

SZABLOK ZE ŚLIWKAMI

250 g fasoli Jaś,
100 g wędzonego boczku,
spora cebula,
12-15 wydrylowanych suszonych śliwek,
2 łyżki rodzynek,
pół szklanki rosółu z kostki,
po łyżce masła, pszennej mąki, miodu,
łyżka cukru,
po łyżeczce tymianku i estragonu,
sól,
pieprz.

Fasolę umyć, namoczyć na noc w przygotowanej letniej wodzie, a następnie ugotować na małym ogniu w wodzie, w której się moczyła, co pewien czas delikatnie mieszając. Śliwki i rodzyunki umyć, moczyć w letniej wodzie 20 minut, osączyć i pokroić w paski. Cebulę obrać i pokroić w kostkę. Boczek pokroić w cienkie paski.



KURCZAK Z RYDZAMI

1 kurczak (ok. 1,4 kg),
łyżka soku z cytryny,
300 g rydźów,
spora cebula,
pół szklanki gęstej śmietany,
szklanka bulionu z kurczaka lub wywaru
z warzyw,
4-5 łyżek masła,
sól i pieprz do smaku,
3 łyżki posiekanej zielonej pietruszki.

Kurczaka umyć, osuszyć ściereczką, skropić sokiem z cytryny, natrzeć solą i pieprzem, zostawić na pół godziny, po czym podzielić na porcje. Na patelni stopić 2 łyżki masła, włożyć porcje kurczaka, usmażyć ze wszystkich stron na złoty kolor, przełożyć do rondelka, zalać bulionem i dusić pod przykryciem, na małym ogniu. Oczyszczone i umyte pod bieżącą wodą rydze osączyć, osuszyć, pokroić w paski, a obraną cebulę drobno posiekać. Na patelni stopić pozostałe masło, wrzucić cebulę, zeszklić, dodać rydze, chwilę smażyć mieszając, po czym połączyć z kurczakiem i dusić razem kilka minut. Miękkie mięso wyjąć ułożyć w żaroodpornym półmisku. Do sosu wlać rozkłóconą z mąką śmietaną, doprawić do smaku solą i pieprzem i mieszając podgrzewać na niewielkim ogniu aż sos zgęstnieje, wrzucić usiekaną zieloną pietruszkę, wymieszać, polać kurczaka, wstawić na 2-3 minuty do nagrzanego piekarnika. Podawać z ziemniakami puree lub łazankami i surówkami

**SALATKA Z PĘDÓW CHMIELU
Z CZERWONĄ CEBULĄ**

200 g młodych pędów chmielu,
1-2 czerwone cebule,
50 g szynki z indyka,
2 jajka na twardo,
2 łyżki usiekanego szczypiorku;
łyżka soku z cytryny,
2-3 łyżki oliwy,
sól, pieprz,
szczypta cukru.

Dokładnie wymieszać składniki sosu, lekko schłodzić. Pędy chmielu obrać ze skórki, ułożyć na sicie przelać wrzątkiem, a następnie zimną wodą, dokładnie osączyć, pokroić na kawałki, szynkę z indyka pokroić w paski, obraną cebulę pokroić w cienkie plasterki. Białko jajka pokroić w kostkę. Połączyć składniki salatkę, polać sosem, wymieszać delikatnie, ale dokładnie, lekko schłodzić, przed podaniem posypać usiekanym drobno żółtkiem i szczypiorkiem.

GOŁĄBKI W LIŚCIACH CHRZANU

Liście chrzanu (8-12);
400 g mielonego mięsa z drobiu,
1 winne jabłko,
łyżeczka tartego chrzanu,
pół łyżeczki miodu,
3 łyżki usiekanych orzechów włoskich,
sól, pieprz,
1 jajko,
2 łyżki masła,
pół szklanki bulionu.

W rondlu stopić łyżkę masła, dodać starte na grubej jarzynowej tarce jabłko, miód i usiekane orzechy, chwilę smażyć mieszając, zdjęć z ognia, przestudzić, wymieszać dokładnie z mielonym mięsem, solą, pieprzem, tartym chrzanem i jajkiem, dokładnie wyrobić masę. (jeśli za rzadka, dodać tartej bułki lub usiekanych orzechów). Liście chrzanu wrzucić na 3-4 minuty na wrzątek, odcedzić, przelać zimną wodą, usunąć twarde nerw. Na każdym liściu układać porcję farszu, zawijać, ciasno układać w wysmarowanym masłem żaroodpornym naczyniu, skropić bulionem, przykryć, wstawić do nagrzanego piekarnika, piec ok. 40 minut. Podawać z bułką jako gorącą przekąskę lub z ryżem i surówkami jako danie obiadowe.

**KARTACZE Z NADZIENIEM
GRZYBOWYM**

3 kg ziemniaków,
2 cebule,
50 g słoniny lub wędzonego boczku,
80 g suszonych grzybów,
2 ugotowane na twardo jajka,
200 g kielbasy,
2 łyżki tłuszczu,
sól i pieprz do smaku.

Przygotować ciasto ziemniaczane: ziemniaki umyć, 1/3 ziemniaków ugotować w łupinach. Pozostałe obrać, zetrzeć na tarce i niezbyt mocno odcisnąć w lnianym woreczku. Ugotowane ziemniaki obrać, przepuścić przez maszynkę połączyć ze startymi, wyrobić jednolitą masę, posolić do smaku. Farsz: Grzyby umyć, namoczyć na 2-3 godziny w zimnej wodzie i w tej samej wodzie ugotować, odcedzić. Grzyby i obrane jajka drobno usiekać. Kielbasę przepuścić przez maszynkę, obraną 1 cebulę usiekać, zrumienić na rozgrzanym tłuszczu, dodać posiekane grzyby i jajka podsmażyć razem z cebulą i wystudzić, połączyć z przepuszczoną przez maszynkę kielbasą dobrze wymieszać, przyprawić do smaku solą i pieprzem. Z ciasta ziemniaczanego lepić okrągłe placki o grubości ok. 1 cm i średnicy 8 cm. Na środku każdego placka układać farsz grzybowy, lepić kartacze o eliptycznym kształcie, wrzu-

ŁĘŻNIE

1,5 kg ziemniaków,
750 g kiszonej kapusty,
duża cebula,
2 łyżki masła,
sól, pieprz,
tłuszcz do smażenia.

W rondlu stopić masło (1 łyżka), dodać posiekaną kiszoną kapustę, skropić niewielką ilością wody i dusić kilkanaście minut, przyprawiając do smaku solą i pieprzem (masa powinna być gęsta) Drobno usiekaną cebulę zeszklić na stropionym maśle (1 łyżka). Obrane i umyte ziemniaki ugotować, przepuścić przez maszynkę razem przesmażoną cebulą. Z porządnie ciepłej masy ziemniaczanej formować placki, układać na nich farsz z kapusty, brzezi zacisnąć. Smażyć z obu stron na rozgrzanym tłuszczu. Podawać z sosem grzybowym i surówkami. ■

cać kartacze do dużej ilości osolonego wrzątku, tak aby nie przerwać gotowania. Gotować 25-30 minut, od czasu do czasu potrząsając garnkiem, aby kartacze wypłynęły na powierzchnię. Słoninę lub boczek pokroić w drobną kostkę, podsmażyć, dodać posiekaną drugą cebulę, smażyć, aż cebula będzie złota. Wyjęte z wody kartacze osączyć i polewać przesmażoną z boczkiem cebulą. Podawać z pikantnymi surówkami.

**PIEROGI PIECZONE
Z NADZIENIEM Z ZIEMNIAKÓW**

1 kg mąki pszennej,
2 jaja,
10 dag drożdży,
10 dag tłuszczu (margaryna, olej),
sól do smaku,
1/2 litra mleka.

Nadzienie: 2 kg ziemniaków – ugotować z dodatkiem vegety i pod koniec gotowania wsypać 25 dag kaszy gryczanej. Ziemniaki z kaszą ugotować do miękkości, pognieść z dodatkiem cebuli przysmażonej na oleju oraz solą i pieprzem do smaku. Z wymienionych składników zagnieść ciasto, odstawić do wyrośnięcia – następnie formować pierogi (tak jak pączki) i pozostawić do wyrośnięcia. Po wyrośnięciu pierogi posmarować rozmąconym jajkiem. Piec w piekarniku w temp. 180°C w ciągu 1 godz.

autorka: Anna Adamów;
Rybcovice (Ziemia lubuska).



foto: TimeMachine



foto: TimeMachine

PRZEPISY Z WOJEWÓDZTWA MAŁOPOLSKIEGO

PEJZANKA

750 g mięsa jagnięcego z kością,
2 marchewki, 1 pietruszka,
pół niewielkiego selera,
biała część pora,
1 nieobrana umyta cebula,
pół szklanki fasoli średniej wielkości,
500 g ziemniaków,
200 g gotowych łazanek,
3-4 ząbki czosnku,
po 3-4 ziarenka ziela angielskiego i pieprzu, liść laurowy;
po łyżce usiekanego koperku i natki pietruszki,
sól, pieprz.

Umytą fasolę zalać przegotowaną wodą, zostawić na noc, następnego dnia ugotować w tej samej wodzie, w której się moczyła. Mięso opłukać, osuszyć i razem z obraną i umytą włoszczyzną włożyć do garnka, dodać cebulę, ziele, pieprz i listek laurowy, zalać 8 szklankami wody i gotować na małym ogniu około godziny, przecedzić, dodać obrane pokrojone w kostkę ziemniaki i gotować kilka minut. Obrany czosnek usiekać, utrzeć z solą. W osolonej wodzie ugotować łazanki, przecedzić. Mięso pokroić na kawałki i razem z łazankami i czosnkiem dodać do zupy, wymieszać gotować 2-3 minuty, dodać ugotowaną fasolę, doprawić do smaku solą i mielonym pieprzem, podgrzać. Przed podaniem posypać usiekaną zieleniną. Podawać z razowym chlebem.

PITUCHA LUB SEKULATKA

1 l wody,
1 kg ziemniaków,
1 pietruszka,
1-2 cebule,
0,5 szklanki pęczaku,
sól,
50 g słoniny.

Umytą kaszę zalać letnią wodą zostawić na kilkanaście minut, odcedzić. Obrane i umyte ziemniaki drobno pokroić, wrzucić do rondla zalać wrzącą wodą, dodać obrany korzeń pietruszki, pokrojoną cebulę i kaszę. Gotować, aż ziemniaki zaczną się rozpadać, wówczas doprawić solą i pieprzem do smaku, okrasić przesmażoną słoniną. Jeśli gotuje się pituchę bez pęczaku, należy z mąki i wody zrobić zacierki lub „szczypane” kluski i wrzucić po ugotowaniu ziemniaków. Dawniej tę potrawę nie zawsze kraszono.

MAZOWIECKIE

KARTOFLANKA MAZOWIECKA

6 szklanek wołowego bulionu,
600 g ziemniaków,
1 duża cebula,
kawałek selera,
po 1 marchewce i pietruszce,
50 g słoniny,
50 g wędzonego boczku,
łyżeczka mąki,
sól, pieprz,
3 łyżki usiekanej zielonej pietruszki.

Słoninę i obraną cebulę pokroić w drobną kostkę, obraną i umytą marchewkę, pietruszkę i selera pokroić w cienkie słupki. Na rozgrzanej patelni stopić pokrojoną słoninę, zeszklić na niej cebulę, dodać pokrojone warzywa i mieszając chwilę smażyć na silnym ogniu, zmniejszyć ogień i smażyć ok. 5-7 minut. Ziemniaki obrać, umyć, pokroić w równą kostkę, zalać gorącym bulionem, doprowadzić do wrzenia, po czym gotować ok. 20 minut na niewielkim ogniu, dodać usmażone jarzyny, wymieszać i chwilę razem gotować, doprawić do smaku solą i pieprzem. Na rozgrzanej patelni usmażyć pokrojony w kostkę wędzony boczek, oprószyć mąką, dodać do zupy, wymieszać, podgrzać, przed podaniem posypać usiekaną zieloną pietruszką.

MAZOWIECKIE

PIEROGI Z MAKIEM

500 g pszennej mąki,
2 jajka,
łyżka oliwy, sól,
przegotowana woda;
Farsz:
2 szklanki maku,
2 łyżki rodzynek,
50 g rodzynek,
2 łyżki drobno pokrojonej smażonej skórki cytrynowej
100 g usiekanych orzechów włoskich,
3 łyżki miodu, łyżka koniaku.

Umyty mak zalać wrzątkiem gotować na małym ogniu ok. 10 minut, odcedzić 2-krotnie przepuścić przez maszynkę przez pasztetowe sitko. Sparzone rodzynki zalać koniakiem, zostawić na kilka minut. Zagnieść ciasto: na stolnicę przesiać mąkę, zrobić wgłębienie, wbić jajka, dodać oliwę i cały czas zagniatając stopniowo dodawać letnią przegotowaną wodę, aż powstanie miękkie klejące ciasto, lekko osypać mąką, owinąć ściereczką. Mak połączyć z rodzynkami, skórką pomarańczową i usiekanymi orzechami, wlać miód, bardzo dokładnie wymieszać. Na osypanej mące stolnicy rozwałkować ciasto, wycinać krążki, wypełniać przygotowanym farszem, dokładnie sklejać, wrzucać na lekko osolony wrzątek, gotować do wypłynięcia. Podawać polane stopionym masłem.

PRZEPISY Z WOJEWÓDZTWA OPOLSKIEGO

PANĆKRAUT Z ŻEBERKAMI

Żeberka,
mieszanka ziół,
smalec; boczek,
cebula,
kiszona kapusta,
ugotowane ziemniaki,
sól, pieprz

Umyte i osuszone żeberka podzielić na porcje posypać solą, pieprzem, ziołami, zostawić na godzinę, po czym upiec do miękkości. Kiszoną kapustę przesiekać. Boczek pokroić w kostkę wrzucić do rondla, stopić, wyjąć skwarki, a na wytopiony tłuszcz wrzucić posiekaną cebulkę, a gdy się zezłoci dodać kapustę i chwilę smażyć mieszając, skropić wodą i dusić, gdy kapusta jest miękką, dodać utłuczone kartofle i skwarki, wymieszać, doprawić do smaku solą i pieprzem, mocno podgrzać. Tak przygotowaną „ciap kapustę” podawać z upieczonymi żeberkami.

ROLADKI WOŁOWE

700 g wołowiny (zrazówka),
150 g słoniny,
3 łyżki ostrej musztardy,
2-3 twarde kiszzone ogórki,
sól, pieprz,
1,5 szklanki bulionu,
1-2 jagody jałowca,
szczypta cząbrku,
pół szklanki gęstej śmietany,
surowe żółtko,
łyżka mąki,
2 łyżki smalcu,
2 łyżki tartego razowego chleba.

Słoninę pokroić w cienkie słupki, obrane ogórki pokroić na ćwiartki. Umyte i osuszone mięso pokroić w cienkie plastry, lekko zbić tłuczkiem, posypać solą, pieprzem, posmarować musztardą. Na każdym placie mięsa ułożyć po 2-3 słupki słoniny i 1-2 kawałki ogórka, zwinąć w rulon, owinąć nitką, oprószyć mąką, obsmażyć ze wszystkich stron na silnie rozgrzanym smalcu, przełożyć do rondla, dodać jałowiec i cząber, posypać tartym chlebem, zalać bulionem i dusić pod przykryciem ok. 50 minut, Przed podaniem sos przetrzeć przez sito, doprawić solą, pieprzem, zabielić śmietaną.



BORSC KISZONY Z RZEZANKĄ

1 kg niewielkich czerwonych buraków,
kromka suchego razowego chleba,
3-4 ząbki czosnku,
1 korzeń chrzanu,
2 l przegotowanej wody, sól;
po kawałku wołowego mięsa (szponder,
mostek, łata), razem 500-600 g,
porcja włoszczyzny,
po 2-3 ziarenka ziela angielskiego i pie-
przu, listek laurowy,
1 cebula z wbitym goździkiem,
5 szklanek wody,
sól, pieprz.

Przygotować kwas buraczany: Obrane buraki umyć, pokroić w cienkie plasterki ułożyć w słoju zalać przegotowaną letnią wodą, lekko posolić, dodać obrany czosnek, korzeń chrzanu i kromkę suchego chleba, przykryć lnianą ściereczką i zostawić w ciepłym miejscu na 6-8 dni, po czym płyn zlać, rozlać do butelek. Z obranej i umytej włoszczyzny i wołowiny ugotować rosół z dodatkiem cebuli, ziela, pieprzu i listka laurowego, precedzić, połączyć z 4 szklankami buraczanego kwasu, doprawić do smaku solą i pieprzem, zagotować; dodać obrane z kości i pokrojone w kostkę mięso. Podawać z ugotowanym makaronem.

GOTOWANA GĘŚ WĘDZONA Z ŁOPUSZNEJ

Gęś lub 2 wędzone półgęski,
3 szklanki soku z kiszonej kapusty,
porcja włoszczyzny,
1 cebula,
3-4 ząbki czosnku,
sól, pieprz.

Gęś surową obwędzoną w dymie zalać gorącą wodą (3 l), wymieszaną z sokiem z kapusty i gotować godzinę. Włoszczyznę, czosnek i cebulę obrać, umyć, dodać do gęsi, osolić, lekko posypać pieprzem i gotować jeszcze 1-1,5 godziny, aż mięso będzie zupełnie miękkie. Podawać z gotowanymi ziemniakami i kiszoną kapustą.

KUGIEL GALICYJSKI

2,5 kg ziemniaków,
650 g żeberek wieprzowych,
80 g cebuli,
50 g bułki pszennej,
40 g smalcu,
70 g bułki tartej,
mleko,
pieprz, sól.

Obrane i umyte ziemniaki zetrzeć na tarce. Bułkę namoczyć w mleku, odcisnąć. Cebulę pokroić w kostkę, usmażyć na tłuszczu. Wszystkie składniki połączyć, doprawić do smaku solą i pieprzem, dobrze wymieszać. Żeberka wyporcjować. Rondel lub brytfannę posmarować smalcem, posypać tartą bułką. Masę ziemniaczaną i żeberka układać na przemian warstwami (masa ziemniaczana powinna być na spodzie i wierzchu). Piec w gorącym piekarniku na złocisty kolor. Podawać z pikantnymi surówkami lub ogórkami kiszonymi.



WĘGORZ PO TATARSKU

1 kg węgorza,
pęczek włoszczyzny,
pęczek koperku,
pęczek zielonej pietruszki,
gałązka tymianku,
1 łyżka masła,
1 łyżka mąki,
2 szklanki białego wina,
bochenek chleba,
4 jaja,
1 szklanka sosu cebulowego
(może być z torebki)

Węgorza sprawić, ściągnąć skórę, optukać i pokrajać na duże porcje. Włoszczyznę obrać umyć, drobno pokroić, włożyć do rondla dodać masło, umyty koperek, tymianek i natkę zawiązaną w gazę, ułożyć porcje węgorza, oprószyć mąką i zalać winem, dusić na małym ogniu do miękkości, po czym wyjąć zieleninę. Bochenek chleba rozkroić w poprzek, delikatnie wydrążyć miękki środek ze spodniej części, w otwór włożyć udużonego węgorza z jarzynami. Dokładnie roztrzeć jajka z solą i pieprzem, zalać węgorza, nakryć „pokrywą” z chleba. Ułożyć całość w brytfannie, wstawić do gorącego piekarnika na 25-30 minut. Przygotować sos cebulowy. Przed podaniem pokroić na plastry polać gorącym sosem cebulowym. Doskonały smak wynagradza koszt i pracochłonność tego dania.



HAJNOWSKI PASZTET Z SARNIEJ WĄTRÓBKĄ W KRUCHYM CIEŚCIE

Składniki:
300 g wątróbki z sarny,
300 g chudej wieprzowiny,
175 g słoniny,
mała kajzerka,
4 łyżki śmietany,
łyżka pasty sardelowej,
mała cebula,
1-2 ząbki czosnku,
2-3 łyżki drobno usiekanej zielonej pietruszki,
2 jajka,
kieliszek koniaku,
kieliszek madery,
po szczypcie:
mielonej gałki,
ziela angielskiego,
imbiru, goździków, cynamonu,
po ćwierć łyżeczki:
szałwi, majeranku,
rozmarynu i tymianku,
sól, pieprz,
100 g peklowanego ozora,
2 łyżki masła,
200 g słoniny,
1 jajko

Składniki na ciasto:
200 g mąki,
żółtko,
2-3 łyżki gęstej kwaśnej śmietany,
100 g masła, sól

Na patelni stopić masło, zeszklić na nim drobno usiekaną cebulę, dodać drobiutko usiekany czosnek i zieloną pietruszkę i mieszając chwilę smażyć, zdjęć z ognia. Okrojoną ze skórki butkę zalać śmietaną. Wątróbkę wieprzowinę i słoninę przepuścić 2-3 krotnie przez maszynkę, włożyć do miski, wlać koniak, maderę, dodać zioła i korzenie, pastę sardelową, sól i pieprz, namoczoną w śmietanie bułkę, jajka, dokładnie zmiksować lub ubić drewnianą łyżką, przykryć folią, zostawić na 24 godziny w lodówce. Usiekać mąkę z masłem, dodać, sól, żółtko i śmietaną, zagnieść ciasto, zostawić w lodówce. Formę do pasztetów wysmarować masłem. Połowę ciasta rozwałkować, włożyć nim spód i boki formy, na cieście ułożyć cieniutkie plastry słoniny, włożyć farsz, wygładzić powierzchnię, przykryć cieniutkimi plastrami słoniny i resztą rozwałkowanego ciasta, dokładnie surowym białkiem posklejać brzegi ciasta, na środku wyciąć w cieście okrągły otwór, umieścić w nim pergaminowy kominek. Z resztek ciasta powycinać ozdobne formy, obkleić nimi powierzchnię ciasta, a wokół wyciętego otworu ułożyć pasek ciasta, posmarować rozkłóconym żółtkiem, wstawić do nagrzanego piekarnika i piec około 1,5 godziny.

DORSZ PO GDYŃSKU
Z BOBEM NA BOCZKU

Filet z dorsza (ok. 800 g),
750 g młodego łuskanego bobu,
łyżeczka soku z cytryny,
szczypta cukru,
100 g wędzonego boczku,
2 łyżki oliwy,
2 łyżki masła sklarowanego
Marynata: ćwierć szklanki wody, nie-
wielka laska cynamonu, 1 dokładnie
umyta cytryna, sól, pieprz, 50 g nalewki
ze śliwek (śliwowicy), cukier.

Zagotować wodę z cynamonem, otartą
skórką z cytryny i szczyptą cukru; goto-
wać pod przykryciem kilkanaście minut
na niewielkim ogniu, przestudzić, przece-
dzić, połączyć z łyżką oliwy, sokiem z cy-
tryny i śliwownicą. Umyty i osuszony filet
z dorsza ułożyć w głębokim półmisku,
zalać przygotowaną marynatą, zostawić
na 6-7 godzin, od czasu do czasu przekre-
cać rybę, aby się równo zamarynowała.
Zagotować osoloną wodę z dodatkiem
szczypty cukru, łyżeczki masła, i odrobi-
ny soku z cytryny, wrzucić umyty bób,
ugotować na pół twardo. Lekko rozgrzać
dużą patelnię, wrzucić drobno pokrojony
boczek, dodać łyżeczkę masła i chwilę
smażyć, dodać ugotowany bób, lekko
skropić marynatą, dusić chwilę pod przy-
kryciem. Wyjętą z marynaty rybę, pokro-
ić na 4 porcje ugotować na parze. Goto-
wać 10-12 minut. Gotową rybę ułożyć na
ogrzanym półmisku obłożać bobem.

POLEWKA RYBNA

1,5 kg ryb (plotki, karasie, okonie),
2 łyżki soku,
1 łyżeczka otartej skórki z cytryny,
1-2 listki laurowe,
3-4 ziarenka angielskiego ziela i pieprzu,
1 duża cebula,
1 goździk,
6 łyżek wody,
1 szklanka kwaśnej śmietany,
1 surowe żółtko,
sól, pieprz.

Sprawione ryby umyć, osuszyć, natrzeć
solą, lekko skropić sokiem z cytryny. Na
łbach i ogonach ugotować wywar z do-
datkiem cebuli, korzeni, soku i skórki
z cytryny. Do gorącego wywaru włożyć
ryby, doprowadzić do wrzenia, a póź-
niej gotować na małym ogniu ok. 10
minut. Ryby wyjąć, wywar przecedzić.
Z przestudzonych ryb usunąć ości. Poło-
wę ryb zmiksować z wywarem, pozosta-
łe pokroić w kostkę. Śmietanę dokładnie
rozkłócić z żółtkiem. Zmiksowany wy-
war zagotować, zmniejszyć ogień, wlać
śmietanę wymieszać, dodać pokrojone
ryby, podgrzać, nie gotować. Podawać
z ziemniakami z wody lub grzankami
z czarnego chleba.

KWAŚNA ZUPA

Niewielki, świeży dorsz,
2 duże cebule,
6 szklanek wody,
szklanka maślanki,
szklanka gęstej kwaśnej śmietany,
kilka ziarenek pieprzu,
ziele angielskie,
listek laurowy,
sól, łyżka mąki, łyżka octu.

Sprawionego dorsza odfiletować. Gło-
wę, pletwy, ogon i kręgosłup włożyć do
garnka, dodać 2 obrane cebule, listek,
ziele, pieprz, zalać wrzątkiem i gotować
na małym ogniu ok. 30 minut. Wy-
war przecedzić. Wymieszać maślankę
z mąką i śmietaną. Przekadzony wywar
zagotować, dodać pokrojone na kawał-
ki filety z dorsza, gotować kilka minut
na niewielkim ogniu wlać przygotowa-
ną śmietanę, doprawić do smaku solą
i octem, delikatnie zamieszać. Dodat-
kiem do kwaśnej zupy są jajka na twardo
i osobno podawane gotowane kartofle.

** Ta smaczna kaszubska zupa wymaga
świeżego dorsza i dobrej świeżej wiej-
skiej śmietany. Zamiast octu do zakwa-
szenia zupy można użyć soku z cytryny
lub soku z kiszanej kapusty.*



KRÓLIK NADZIEWANY

Królik,
4-6 ząbków czosnku,
150 g wędzonej słoniny lub boczku,
2 szklanki bulionu, sól,
łyżeczka mąki ziemniaczanej.

Farsz:
200 g wieprzowiny,
serce i wątroba z królika,
1-2 cebule,
surowe jajko,
namoczona w mleku bułka,
sól, pół łyżeczki mielonego pieprzu,
ćwierć łyżeczki rozartego rozmarynu,
łyżka siekanej zielonej pietruszki,
sól, pieprz,
łyżka masła.

Królika oczyścić z błon umyć, osuszyć,
natrzeć solą, naszpikować ząbkami
czosnku. Przygotować farsz: obraną ce-
bulę drobno usiekać, zeszklić na stopio-
nym maśle. Umyte mięso wieprzowe
i podroby z królika razem z odcisniętą
z mleka bułką przepuścić przez ma-
szynkę, dodać rozarty z solą czosnek,
sól, pieprz, rozmaryn, usiekaną natkę
pietruszki; wbić jajko dokładnie wymie-
szać, ew. doprawić do smaku (farsz po-
winien być pikantny). Nadziać królika,
zaszyć. Brytfankę wyłożyć plasterkami
słoniny lub wędzonki, ułożyć na niej
królika wstawić do nagrzanego piekar-
nika i piec ok. 1,5 godziny, podlewając

HEKELE (SAŁATKA ŚLEDZIOWA)

500 g solonych śledzi,
pół szklanki mleka,
2 ugotowane na twardo jajka,
1 duża cebula,
150 g wędzonego boczku,
szklanka gęstej kwaśnej śmietany,
2 łyżki drobniotko usiekanej zielonej pie-
truszki.

Wymoczone i oczyszczone śledzie odfi-
letować, zalać mlekiem zostawić na pół
godziny, po czym osuszyć, przepuścić
przez maszynkę do mięsa razem z ugo-
towanymi na twardo jajkami, obraną
cebulą i wędzonym boczkiem, połączyć
ze śmietaną i usiekaną zieloną pietrusz-
ką, dokładnie wymieszać, lekko schłó-
dzić. Podawać ze świeżym masłem do
ziemniaków gotowanych w łupinach,
lub do chleba. ■

w czasie pieczenia bulionem, a później
powstałym sosem. Po upieczeniu po-
krajając królika ostrym nożem na porcje,
ułożyć na ogrzanym półmisku, trzymać
w ciepłe. Sos zmiksować, przetrzeć
przez sito, zagotować. Mąkę ziemnia-
czaną dokładnie wymieszać z 3-4 łyż-
kami zimnej przegotowanej wody, wlać
do sosu i podgrzewać mieszając aż sos
zgęstnieje. Podawać ze śląskimi kluska-
mi i kompotem z jagód.

SZAŁOT ŚLĄSKI

750 g ziemniaków,
łyżka kminku,
2 solone śledzie,
szklanka mleka,
2 kiszane ogórki,
duża cebula,
1 niewielkie winne jabłko,
100 g wędzonej słoniny albo boczku,
sól, pieprz,
2 łyżki soku z cytryny.

Ziemniaki ugotować w mundurkach,
dodając do gotowania 1 łyżkę kminku.
Ostudzone obrać, pokroić w grubą kost-
kę. Śledzie wymoczyć w wodzie, oczy-
ścić ze skóry i ości, pokrajać w drobne
paseczki, zalać mlekiem zostawić na
20-30 minut, po czym osączyć, osuszyć,
połączyć z ziemniakami. Obrane kiszane
ogórki i cebulę pokroić w kostkę, obrane
i pozbawione gniazda nasiennego jabłko
pokroić w kostkę, skropić sokiem z cytry-
ny. Wszystko razem wymieszać, dopra-
wić solą, pieprzem. Pokrojoną w drobną
kostkę wędzoną słoninę usmażyć na
mocno rozgrzanej patelni, połać sałatkę
i delikatnie wymieszać. Tak przygotowa-
ną sałatkę podaje się do gorącej kielbasy
z musztardą.



MAZURSKA ZUPA Z KUREK

500 g żeberek wieprzowych, włoszczyzna bez kapusty, listek laurowy, 2-3 ziarenka ziela angielskiego, 2-3 ziarenka pieprzu, sól, ćwierć łyżeczki suszonego tymianku, 600 g kurek, 300 g ziemniaków, 1 duża cebula, 3 pomidory, pół szklanki śmietany, łyżka masła, 3 łyżki posiekanej natki pietruszki, sól i pieprz do smaku.

Włoszczyznę obrać umyć i razem z umyętymi żeberkami włożyć do rondla, dodać tymianek, listek laurowy, pieprz i ziele zalać 6 szklankami gorącej wody ugotować wywar, posolić, precedzić. Pomidory sparzyć wrzątkiem obrać ze skórki. Kurki oczyścić, umyć pod bieżącą wodą, osączyć, drobno pokrajać i wrzucić do wywaru, gotować około 30 minut, dodać obrane, pokrojone w kostkę ziemniaki i gotować na małym ogniu kilkanaście minut. Obraną cebulę drobno usiekać zrumienić na stopionym maśle, dodać do zupy razem z pokrojonymi w kostkę pomidorami, doprawić do smaku solą i pieprzem., chwilę gotować razem, pod koniec, zaciągnąć śmietaną i posypać usiekana pietruszką.

KARAMUSZKA

1 szklanka fasoli, 400 g surowej szynki wieprzowej, ćwierć główki białej kapusty, porcja włoszczyzny, 2 duże cebule, 2 szklanki bulionu lub wody, 1 łyżka koncentratu pomidorowego, 2 łyżki smalcu, pół szklanki gęstej śmietany, 1 łyżeczka mąki, listek laurowy, po 3 łyżki siekanej zielonej pietruszki i koperku, sól, pieprz.

Umytą fasolę zalać niewielką ilością przegotowanej wody, zostawić na noc, rano ugotować, pozostawić w wywarze. Obraną włoszczyznę, kapustę i cebulę umyć, pokroić w kostkę (kapustę w nieco większą). Mięso pokroić w kostkę, oprószyć solą i mąką. Na patelni mocno rozgrzać łyżkę smalcu wrzucić mięso usmażyć na rumiano, skropić gorącą wodą i chwilę dusić. W dużym rondlu rozgrzać łyżkę smalcu wrzucić warzywa i mieszając chwilę smażyć, dodać listek laurowy, oprószyć solą i pieprzem, dodać podduszone mięso, zalać wrzątkiem lub gorącym bulionem, dusić do miękkości, dodać odcedzoną fasolę, przyprawić solą i pieprzem, wlać wymieszaną z koncentratem pomidorowym i mąką śmietaną, dokładnie wymieszać, podgrzać. Przed podaniem posypać zieloną pietruszką i koperkiem. Podawać z ziemniakami lub kaszą.

SANDACZ PIECZONY W GLINIE

Filet sandacza – około 1,5 kg, 1 cytryna, 200 g cebuli, 100 g tartego chrzanu, 1 surowe żółtko, 500 g wędzonego boczku, łyżka masła, sól, pieprz, liście klonu, glina ceramiczna.

Filety sandacza skropić sokiem z cytryny, obłożyć cebulą, natrzeć solą, wymieszać z pieprzem i wstawić do lodówki na 2 godziny. Tarty chrzan wymieszać żółtkiem i rozprowadzić po filetach od wewnątrz. Pomiedzy dwa kawałki fileta włożyć masło i owinąć plasterami boczku. Całość zawinąć w liście klonu i szczelnie oblepić gliną. Piec w piekarniku lub na ruszcie tak długo, aż glina wyschnie i zacznie pękać. Spękaną glinę i liście klonu usunąć, porcje sandacza ułożyć na półmisku i podawać z dodatkami według uznania.



foto: TimeMachine

KREZKI PO POZNAŃSKU

1 kg flaczków cielęcych, 2 marchewki, 1 pietruszka, pół selera, biała część pora, 4-5 ziaren ziela angielskiego, 2 listki laurowe, pół łyżeczki otartej skórki z cytryny, pieprz, sól, 1-2 łyżki tartej bułki, 2 łyżki masła, pół szklanki śmietany, 1 surowe żółtko, łyżka małych rodzynek, łyżeczka soku z cytryny.

Flaczki (krezki) bardzo dokładnie oczyścić, kilkakrotnie wyplukać w letniej wodzie, włożyć do miski, zalać zimną wodą i moczyć 4-5 godzin. W czasie moczenia 2-3-krotnie zmieniać wodę, po czym wyjąć osuszyć, włożyć do dużego rondla, zalać zimną wodą, zagotować, odcedzić, wyplukać w zimnej wodzie i ponownie włożyć do rondla, zalać zimną wodą, otartą skórkę z cytryny, listki laurowe, ziele angielskie i sól, gotować do miękkości (ok. 4 godz.), 30-40 minut przed końcem gotowania dodać obrane, umyte i pokrojone na kawałki warzywa. Miękkie flaczki odcedzić, ostudzić, pokrajać w drobne paski, włożyć do rondla i zalać taką ilością precedzonego wywaru, aby przykryła powierzchnię flaczków, zagotować. Rodzynki umyć, sparzyć wrzątkiem. Śmietaną dokładnie rozkłócić z surowym żółtkiem i sokiem z cytryny. Rodzynki wrzucić do gotującej się zupy, wlać śmietaną i mieszając podgrzewać chwilę (nie gotować). Przed podaniem polać masłem ze zrumienioną tartą bułką.



foto: TimeMachine

ZUPA ANNY JAGIELLONKI NA SANDACZU Restauracja "Na Kuncu korytarza"

Rosół rybny: 3 l zimnej wody, 2 głowy ryb słodkowodnych, 1 por (część zielona), 1 marchew (pokroić wzdłuż na 4 części), 1 cebula (przekroić na 4 części), nać z 1 selera, 2 liście laurowe, 4 ziarna ziela angielskiego.

Całość gotować ok. 2 godz. na małym ogniu. Po ugotowaniu precedzić. Do precedzonego rosolu dodać: 4 marchewki pokrojone w „julienne” (wąskie słupeczki), pół korzenia selera („julienne”), 1 por – biała część – (po krojony w drobne półksiężyce), 3 ogórki kwaszone („julienne”), 1/2 kg cebuli drobno posiekanej i przesmażonej na maśle. Po ugotowaniu składników do miękkości dodać: 1 łyżeczkę gałki muszkatołowej, sok z 1/2 cytryny, 1 szklanka soku z ogórków, sól do smaku (z wyczuciem, bo ogórki kwaszone są słone), świeżo mielony pieprz. Na koniec dodać 1,5 kg fileta z sandacza ze skórą, dobrze oczyszczonego i gotować 10 minut. Po zdjęciu z ognia dodać pęczek drobno posiekanego kopru bez todyg. (przepis na osiem porcji).

**Przepisy wybrała
Hanna Szymanderska**

Misją Izby jest edukacja i zmiana świadomości producentów żywności, przetwórców, instytucji kontrolnych, samorządów oraz konsumentów na temat społecznej i ekonomicznej roli produktów tradycyjnych i regionalnych.

PIPRiL powstała w 2004 roku. Jest organizacją zrzeszającą producentów tradycyjnej, lokalnej i regionalnej żywności i regionalnego rękodzieła oraz instytucje i podmioty wspierające rynek produktów tradycyjnych, regionalnych i lokalnych w Polsce. Obecnie należy do niej 230 członków.

Polska Izba Produktu Regionalnego i Lokalnego

- Kreuje politykę wspierania rozwoju produktów regionalnych i lokalnych.
- Promuje te produkty.
- Inicjuje działania na rzecz zapewnienia wyższej jakości produktów dostępnych na rynku.
- Działa na rzecz systematycznego wprowadzania lokalnych i regionalnych produktów do obrotu gospodarczego.
- Promuje i wspiera inicjatywy gospodarcze swych członków.
- Informuje konsumentów o walorach produktów regionalnych i lokalnych.

Izba:

- jako pierwszy podmiot w Polsce rozpoczęła i systematycznie prowadzi kompleksową identyfikację produktów regionalnych, tradycyjnych i lokalnych
- inspiruje mieszkańców obszarów wiejskich i małe firmy lokalne do wytwarzania takich produktów i ich sprzedaży na większą skalę
- współpracuje z samorządami wojewódzkimi w zakresie kreowania poli-

tyki regionalnej wspierającej rozwój produktów lokalnych i tradycyjnych

- promuje produkty regionalne i lokalne i informuje konsumentów o ich walorach
- inicjuje działania na rzecz zapewnienia wyższej jakości produktów dostępnych na rynku
- prowadzi działania w kierunku przygotowania polskiego prawa, polskich instytucji i polskiego rynku do wykorzystania szans rozwoju produktów regionalnych i tradycyjnych



POLSKA IZBA
PRODUKTU
REGIONALNEGO
I LOKALNEGO

Od 2005 roku PIPRiL jest organizatorem (we współpracy z samorządami regionalnymi) ogólnopolskiego konkursu „Nasze Kulinarne Dziedzictwo-Smaki Regionów” na najlepszy regionalny produkt i regionalną potrawę.

Konkurs ma ogromne znaczenie kulturowe (identyfikacja i dokumentacja lokalnych, regionalnych i tradycyjnych produktów); gospodarcze (wsparcie dla produkcji, inspirowanie tworzenia rynku, wskazywanie możliwości dodat-

kowych źródeł dochodu, inspirowanie wykorzystania produktów lokalnych w turystyce) i społeczne (uświadomienie mieszkańców regionów możliwości, tkwiących w wykorzystaniu dziedzictwa kulinarnego i tradycji w zakresie wytwarzania markowych produktów wysokiej jakości, pochodzących od najlepszych rodzimych surowców, budowa marki regionu, reputacji produktu lokalnego i budowa prestiżu jego twórców, przekładająca się na rozwój lokalnej turystyki i gastronomii, integracja lokalnych społeczności wokół zachowania dziedzictwa kulturowego i przyrodniczego).

W ciągu 10 lat trwania konkursu zgromadzona została wiedza o ponad 5000 polskich regionalnych i tradycyjnych produktach.

Izba jest też organizatorem lub współorganizatorem wielu imprez plenerowych, targów oraz degustacji i prezentacji produktów lokalnych i regionalnych.

Polska Izba Produktu Regionalnego i Lokalnego współpracuje z jednostkami rządowymi, samorządowymi i pozarządowymi, m.in. z Ministerstwem Rolnictwa i Rozwoju Wsi, z Agencją Rynku Rolnego i z Agencją Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa, z Sejmem i Senatem RP, z Kancelarią Prezydenta, Związkiem Województw Rzeczypospolitej Polskiej i urzędami marszałkowskimi we wszystkich województwach, z Europejskim Funduszem Rozwoju Wsi Polskiej, z ośrodkami doradztwa rolniczego.

Izba jest partnerem Krajowej Sieci Obszarów Wiejskich.

Od 2005 roku Izba wydaje magazyn informacyjny „Smak i Tradycja”.

Kontakt:
Polska Izba Produktu Regionalnego i Lokalnego,
ul. Kruczkowskiego 3,
00-380 Warszawa,
tel.: 22 49 81 444;
e-mail: izba@produktyregionalne.pl;
www.produktyregionalne.pl

Polska Izba Produktu Regionalnego i Lokalnego wspólnie ze Związkiem Województw RP opracowała, na wzór systemów europejskich, pierwszy krajowy system wyróżniania i kontroli żywności wysokiej jakości „Jakość Tradycja”. Decyzją z dnia 12 czerwca 2007 roku Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi uznał system „Jakość Tradycja” za krajowy system jakości żywności. Został on notyfikowany przez Komisję Europejską a jego posiadacze mogą korzystać ze wsparcia w ramach PROW 2007-2013.

System służy wyróżnianiu produktów żywnościowych wysokiej jakości z uwzględnieniem produktów tradycyjnych. System stawia na:

Jakość produktu.

Przyjmowane są wyłącznie produkty posiadające szczególną jakość, reputację lub inne cechy odróżniające je od innych należących do tej samej kategorii. Producent deklaruje zachowanie wyższych standardów produkcyjnych lub wyjątkowych cech produktów. Przed dopuszczeniem do uczestnictwa w systemie produkt podlega szczególnej weryfikacji, zgodnie z Regulaminem Znaku.

Kontrolę jakości.

Producenci są zobowiązani do posiadania certyfikatu zgodności, potwierdzającego wytwarzanie produktu zgodnie ze specyfikacją. Producenci używający znaku jakościowego „Jakość Tradycja” będący w Systemie Jakości Żywności powinni poddawać swoje produkty kontroli, której celem jest zagwarantowanie, że stosowana metoda wytwarzania jest zgodna z metodą deklarowaną we wniosku. Wyboru jednostki kontrolnej dokonują sami producenci, koszty kontroli ponoszą uprawnieni do korzystania ze Znaku.

Otwartość.

Do systemu mogą przystąpić wszyscy rolnicy, producenci rolni, przetwórcy w kraju i za granicą, członkowie Izby i nie należący do niej. Jedynym kryte-

rium przyjęcia do systemu produktu jest jego jakość. Uczestnictwo w systemie potwierdzania jakości żywności jest całkowicie dobrowolne.

Przejrzystość i identyfikowalność produktu.

Używający znaku producenci są zobowiązani do określenia częstotliwości i zakresu kontroli oraz prowadzenia dokumentacji mającej na celu zapewnienie pełnej identyfikowalności produktu (traceability). Nadzór nad procesem produkcji sprawują jednostki certyfikujące akredytowane zgodnie z normą PN-EN 45011 i upoważnione przez Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

Co wyróżniamy?

Produkty rolne – zgodnie z załącznikiem I do Traktatu ustanawiającego Wspólnotę Europejską, załącznikiem II do Rozporządzenia Rady (EWG) nr 2081/92 z dnia 14 lipca 1992 r. w sprawie ochrony oznaczeń geograficznych i nazw pochodzenia produktów rolnych i środków spożywczych (Dz. Urz. UE L 208 z 24.07.92, str. 1 z późn. zm.; Dz. Urz. UE Polskie Wydanie Specjalne, Rozdz. 03, t.13, str.4)

Środki spożywcze – zgodnie z załącznikiem I do Rozporządzenia Rady (EWG) nr 2082/92 z dnia 14 lipca 1992 r. w sprawie świadectw o szczególnym charakterze dla produktów rolnych i środków spożywczych (Dz. Urz. WE L208 z 24.07.1992 r., z załącznikiem I do rozporządzenia Rady (EWG) nr 2081/92

Napoje spirytusowe – zgodnie z Rozporządzeniem Rady nr 1576/89 ustanawiającym ogólne zasady definicji, opisu i prezentacji napojów spirytusowych (Dz. Urz. WE L 160 z 12.06.1989, str. 1, z późn. zm.; Dz. Urz. UE Polskie wydanie specjalne, rozdz. 3, t. 9, str. 59, z późn. zm.)

Produkty muszą się charakteryzować:
– tradycyjnym składem
– tradycyjnym sposobem wytwarzania

- szczególną jakością wynikającą z ich tradycyjnego charakteru lub wyrażającą ich tradycyjny charakter
- szczególną jakością lub reputacją odróżniającą je od produktów należących do tej samej kategorii

Za tradycyjny skład, tradycyjny sposób wytwarzania, tradycyjny charakter, uważa się takie produkty, które posiadają co najmniej 50 letni rodowód (dwa pokolenia). Za tradycyjne rasy i odmiany uważa się te, które użytkowano przed 1956 rokiem.



Bliższe informacje:
www.produktyregionalne.pl/jakość-tradycja

spis treści



Słowo wstępne Marka Sawickiego, Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi	3
X lat konkursu „Nasze Kulinarne Dziedzictwo. Smaki Regionów”	5
Dolny Śląsk jest super!	7
Kujawsko-Pomorskie zaprasza	13
Lubelskie – chwilo trwaj!	19
Lubuskie: kraina miodem i winem płynąca	27
Województwo łódzkie – Środek Polski	33
Małopolska ..	39
Mazowsze. Serce Polski	45
Opolskie kwitnące	51
Województwo podkarpackie	57
Podlaskie. Bogactwo różnorodności	63
Pomorskie. Dobry kurs	71
Śląskie. Pozytywna energia	79
Świętokrzyskie. Miejsce mocy	89
Mazury cud natury	95
Województwo wielkopolskie	101
Zachodniopomorskie morze przygody	107
Indeks produktów nagrodzonych „Perłą”	112
Potrawy regionalne, przepisy	128
Polska Izba Produktu Regionalnego i Lokalnego	140
Znak Jakość Tradycja	141

Wydawca:
Polska Izba Produktu Regionalnego i Lokalnego

Opracowanie graficzne i skład:
TimeMachine; www.timemachine.pl

Fotografia na I stronie okładki:
Magdalena Adamczewska, TimeMachine

Opracowanie materiałów z regionów:

- Dolnośląskie – Wydział Obszarów Wiejskich, Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego
- Kujawsko-Pomorskie – Departament Rolnictwa i Rozwoju Terenów Wiejskich, Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego
- Lubelskie – Departament Rolnictwa i Środowiska, Urząd Marszałkowski Województwa Lubelskiego
- Lubuskie – Departament Rolnictwa, Środowiska i Rozwoju Wsi, Urząd Marszałkowski Województwa Lubuskiego
- Łódzkie – na podstawie materiałów z Urzędu Marszałkowskiego w Łodzi;
- Małopolskie – na podstawie materiałów Urzędu Marszałkowskiego Województwa Małopolskiego
- Mazowieckie – na podstawie materiałów Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego
- Opolskie – Departament Rolnictwa i Rozwoju Wsi, Urząd Marszałkowski Województwa Opolskiego
- Podkarpackie – na podstawie materiałów Urzędu Marszałkowskiego Województwa
- Podlaskie – na podstawie materiałów Urzędu Marszałkowskiego Województwa
- Pomorskie – Departament Promocji Województwa oraz Departament Środowiska i Rolnictwa, Urząd Marszałkowski Województwa Pomorskiego
- Śląskie – Wydział Gospodarki, Urząd Marszałkowski Województwa Śląskiego
- Świętokrzyskie – Departament Rozwoju Obszarów Wiejskich i Środowiska, Urząd Marszałkowski Województwa Świętokrzyskiego w Kielcach
- Warmińsko-Mazurskie – Departament , Urząd Marszałkowski Województwa w Olsztynie
- Wielkopolskie – na podstawie Urzędu Marszałkowskiego Województwa
- Zachodniopomorskie – Wydział Rolnictwa i Rybactwa, Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego

Opracowanie pozostałych materiałów:
Izabella Byszewska, Grażyna Kurpińska, Hanna Szymanderska

Zdjęcia na IV stronie okładki:
Program Youngster, Dożynki po angielsku, wrzesień 2010 r.
Program „Razem Możemy Więcej”, warsztaty malarskie czerwiec 2011 r.
Program „Tradycyjne Produkty – Nowoczesna Kuchnia Polska”,
Warsztaty Kulinarne Badowo październik 2011 r.

Warszawa 2011

ISBN 978-83-934317-0-0