



zaSMAKuj Kujaw i Pomorza

Miłośnicy dobrego jedzenia już zacierają ręce i szykują podniebienia. Przed nami wielkie święto smakoszy, miłośników kuchni regionalnej oraz naturalnego i tradycyjnego jedzenia - **Festiwal Smaku w Grucznie (20-21 sierpnia)**. W ciągu 7 lat festiwal zdążył na stałe wpisać się w kalendarz imprez kulinarnych w regionie kujawsko-pomorskim. Początkowo skupiał producentów i smakoszy miodów w różnych formach. Z czasem stał się jednym z największych i najbardziej rozpoznawalnych świąt wszystkich lokalnych smaków. Miody, dżemy, powidła, sery, wędliny, chleb prosto z pieca, nalewki... nic tylko palce lizać.



Smakołyki z Doliny Dolnej Wisły

Dolina Dolnej Wisły to niezwykle uroczy zakątek regionu – urzekający pejzażami, tradycją i

niezwykłymi smakami. Przydrożne aleje drzew owocowych i przydomowe sady to nieodłączny element nadwiślańskiego krajobrazu. To region, w którym sadownictwem zajmowano się od wieków. Kultywując te tradycje, w Chrystkowie, utworzono sad ze starymi odmianami drzew owocowych. Ich owoce to prawdziwy dar natury, których smak zostaje na długo w pamięci.



We wrześniu warto wybrać się do Strzelec Dolnych na Święto Śliwki, by posmakować tradycyjnych powideł i przyrzeć się procesowi ich smażenia – w wielkich kuprowych kotłach z drewnianymi mieszadłami, nad ogniem podsycanym drewnem liściastym.



W rejonach Doliny Dolnej Wisły hodowane są także zwierzęta starych ras: kury zielononóżki, gęsi pomorskie, owce wrzosówki, świniaarki oraz merynosy w starym typie, a także bydło mięsne i mleczne. Powstają tu znakomite półgęski, delikatnie uwędzone kielbasy i szynki, a także smaczne sery zagrodowe.

W Topolnie na koneserów smaku czeka rodzinna Winnica przy Talerzyku, w której powstają wina z dojrzewających na nadwiślańskich wzgórzach winogron.

W zdrowym ciele eko-duch

W ostatnich latach ekologia odnawiana jest przez wszystkie dziedziny życia. „Eko” to dyżurny, żeby nie nazwać go wyświechtanym, przedrostek. Eko-life, Eko-style, Eko-żywność, Eko-paliwo, Eko-odzież, Eko-kosmetyki, Eko-naczynia, Eko-zabawki, itd. I jak tu pokazać, że Eko może być bardziej Eko? Zapraszamy na Pojezierze Brodnickie – do Krainy Potraw Lokalnych, 101 jezior i kolebki polskiego

rolnictwa ekologicznego.

Eko to ulubiony przedrostek hipsterów. Moda na eko trwa od kilku lat. W porywach może od dekady. Na Pojezierzu Brodnickim żyją ludzie, którym moda na eko nie przeszkadza, ale z pewnością nie determinuje ich działań. Eko byli bowiem od zawsze.

Kto spotkał Państwa Babalskich z Pokrzydowa na jednym z „zielonych jarmarków”, jadł ich kasze, makarony, pił aromatyczną kawę orkiszową, a w kuchni używa produkowanej przez nich mąki z samopszy lub płaskurki, wie, że gospodarze nie „przerzucili się na Eko” wraz z nastaniem mody na bio produkty. Swą ekologiczną uprawę prowadzą znacznie dłużej niż trwało zapuszczanie najdłuższej hipsterskiej brody! Będzie to już ze 30 lat. Ich produkty są cenione przez tych, którzy wiedzą, co dobre, prawdziwe i szczerze.

Kraina Potraw Lokalnych to inicjatywa stworzona przez entuzjastów odtworzenia lokalnych tradycji kulinarnych Pojezierza Brodnickiego, opartych na produktach nabywanych w głównej mierze od miejscowych producentów. W szczególności od tych, którzy prowadzą uprawy, chów i hodowle w oparciu o tradycyjne metody. Ale ważne jest też miejsce spożywania owych lokalnych dań. Potrawy powinny być podawane w lokalach, bądź ich częściach, gdzie wnętrza utrzymane są w stylistyce odpowiadającej tradycyjnemu dla danego regionu wystrojowi izb chłopskich, szlacheckich, czy mieszczańskich. Stylowe, z ludowym klimatem wnętrza znaleźć można m.in. w gospodarstwie agroturystycznym „Stajnia Leźno” i Zajeździe „Przy Kominku”. A tam koniecznie trzeba spróbować królewskiego jesiotra – specjału Pojezierza Brodnickiego.

Pagórkowaty krajobraz, lasy pełne malin, jeżyn i jagód, wędzone jesiotry z macierzanką i czosnkiem niedźwiedzim... Dla wielu z nas Pojezierze Brodnickie jest nadal nieodkrytym eko-rajem. W tych niezwykle uroczych zakątkach naszego regionu każdy znajdzie coś fascynującego.

Kulinarnie przez Pałuki

Największy wpływ na to, co jadano na Pałukach miała otaczająca przyroda i historia regionu. Pałuczanie, podobnie jak mieszkańcy Wielkopolski, umiłowali sobie potrawy z ziemniaków, czyli z pyrów, i tak w wielu domach pozostało do dzisiaj.

Życie dawnych mieszkańców regionu było zdominowane przez pory roku i tak też było w kuchni. Na święta i po żniwach jadano mięso, pieczono chleb z mąki. Na przednówku natomiast, gdy bieda zaglądała do garnka, jedzono skromnie np. zupę z żogówek, lebiody lub jarmuż.

Dzisiaj trudno jest wskazać jednoznacznie potrawy, które jadano wyłącznie na Pałukach. Są jednak takie, które mają nazwę w gwarze pałuckiej i zdomowały się w jadłospisie.

Wśród potraw, które jadano na Pałukach jest frejtka, krupnik z kiszoną kapustą, szare kluchy z kapustą kiszoną, marchwią lub brukwią na gęsto, drożdżak, kluchy na łachu, jajiwka, glapy w occie, nalewka biskupińska, pierdziołki w occie, nalewka z pierdziołek, bambrzok, ruks, poliłka z kiszonym ogórkiem, betki, kiełbasa ze szkiełka, ruks. To tylko kilka przykładów, gdyż potraw było znacznie więcej.

Podobnie jak w innych przypadkach, tak i w kuchni Pałuk najbardziej widoczne są wpływy Wielkopolski. Dlatego też ważną rolę w niej odgrywały ziemniaki. W opisach kuchni regionalnej, wśród charakterystycznych potraw, najczęściej wymieniana jest czernina często nazywana przez mieszkańców „czorniną” (zupa z kaczej krwi), parzycha, pyzy, pyrki z gzikiem, zupa parzybroda, zupa nic, zupa z ziemniaków (tzw. „ślepe ryby” lub „rzadkie pyrki”), kiełbasa surowa biała, golonka

gotowana lub peklowana oraz różnego rodzaju kluski (np. kluski „szagówki”, kluski szare, kluski z surowych ziemniaków). Do dziś popularna jest też sznoka z glancem (drożdżówka zwijana w kształt ślimaka z lukrem).

Potrawy jedzone w czasie świąt oraz ich ilość zawsze zależała od zamożności. Na stole wigilijnym w domu chłopa było siedem potraw, u szlachcica – dziewięć, natomiast u najbogatszych – dwanaście. Podawano zupy (np. barszcz z uszkami, zupę rybną, zupę z suszonych owoców). Jedzono kapustę z grochem lub z grzybami, śledzie w oleju, smażone ryby. Posiłkom towarzyszył kompot z suszonych owoców lub kawa zbożowa. Pierniki podawano obowiązkowo na deser.

Na Wielkanoc ważną potrawą była szynka z kością, którą pieczono na rożnie, a następnie zaparzano. Potrawy święcono w domach. W święconce była gotowana głowa świniaka, masło z wyrzeźbioną figurką baranka, ser, chleb, kiełbasa biała i wędzona, sól, pieprz, chrzan, wino. Do ozdoby służyły zaś gałązki zielonego bukszpanu. Najważniejszym elementem święconki były jajka (pisanki lub kraszanki w jednolitym kolorze).

Przez wiele lat pałuckie potrawy jadano wyłącznie w domach. Dziś powoli wracają do łask i coraz częściej można poznać ich smak w okolicznych gospodarstwach agroturystycznych i zajazdach.

Monika Andruszkiewicz

Fefernuski, ruchanki, karbónada, zylc... czyli słów kilka o kuchni kociewskiej

Kuchnia kociewska stanowi znaczące dziedzictwo kulturowe jednego z regionów północnej Polski – Kociewia. Nasze dziedzictwo kulinarne wyróżnia się od innych swojskim, własnym smakiem i zapachem rodzimych potraw, prostotą wykonywania i łatwością pozyskiwania składników (własne ogródki przydomowe, łąki, pola, lasy, okoliczni rolnicy i producenci). Wartością kociewskich posiłków były i są walory zdrowotne i odżywcze. Najbardziej popularne składniki wielu dań to ziemniaki, kapusta, brukiew, mleko, kasze, jaja. Często zjadano się też dynią, grochem, fasolą, jabłkami, śliwkami. Na stołach pojawiało się również mięso i ryby.

W kociewskiej tradycji zwykle jadano trzy razy dziennie, choć codzienne menu to pięć posiłków. Na frysztyk (śniadanie) najczęściej gotowano „zacierkę” czyli rozcieńczoną zupę mleczną z drobnymi kluseczkami z żytniej mąki. Czasem „szturane” (zmiażdżone) lub smażone kartofle i kawę zbożową. Podobiadek to drugie śniadanie, a na małtych (obiad) głównie gotowano pożywne dania jednogarnkowe zwane „ajntopf”. Najczęstszymi z nich były: zupa „zagraj”, „parzybroda”, „brukiew”, „grochówka”, „czarlina”, „zaklepka”, „śpsiywanka”. Okraszano je skrzeczkami lub okrasą. Podczas ciężkich prac polowych serwowano podkurek (podwieczorek) - zwykle kartofle ze zsiadłym mlekiem. Na koniec dnia była wieczyrza (kolacja): zacierka na mleku i kartofle smażone, chleb ze smalcem, a w bogatszych domach jajecznicza ze słoniną i cebulą, niekiedy placki ziemniaczane, „golce”, „szandar” lub „ruchanki” dziś zwane racuchami. Mięso spożywano raczej od święta, częściej jadano ryby poławiane z pobliskich rzek, jezior i stawów. Popularne były też śledzie. Z czasem kuchnia kociewska wzbogacona została przepisami pochodzącymi z domów bogatszych gospodarzy, zwanych gburami, z domów ziemiaństwa i dworów szlacheckich.

Potrawami szczególnymi, charakterystycznymi dla Kociewia jest wiele dań z wieprzowiny: na przykład panierowane kotlety zwane „karbónadą” podawane ze „szmurowaną” kapustą, „zylc” czyli galaretką wieprzowa z golonki i nóżek, „kiszka miansna” lub „swojska” dziś zwana polską. Popularne są też „szmurowane” (pieczone i duszone) mięsa, klops gotowany, rosół z kury w potrawce.

Tradycyjnymi łakociami dni codziennych lub niedziel szczególnie w okresie karnawału były

grochowinki, zwane popularnie chruścikami lub faworkami, ruchanki lub pączki. W okresie Bożego Narodzenia w domu nie mogło zabraknąć fefernusek kociewskich – małych jak kopytka pierniczków.

Te dobra, kulinarne skarby rodzinne, wiejskie, regionalne, kociewskie dziedziczymy od naszych bliskich. Tradycja przechodzi z pokolenia na pokolenie... Kociewska kuchnia to wspomnienia pyszności z dzieciństwa i osób, które je dla nas wyczarowywały...

Krystyna Gierszewska

adres strony: <https://kujawsko-pomorskie.travel/pl/aktualnosci/zasmakuj-kujaw-i-pomorza>