„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”
Operacja współfinansowana ze środków Unii Europejskiej w ramach Schematu II Pomocy Technicznej „Krajowa Sieć Obszarów Wiejskich”
Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020
Instytucja Zarządzająca Programem Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020 - Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi

Instytucja odpowiedzialna za treść informacji: Uniwersytet Rolniczy im. Hugona Kołłątaja w Krakowie

Konferencja „Koła Gospodyń Wiejskich jako Kreatorzy Przedsiębiorczości Wiejskiej”

Tytuł wystąpienia: „Dziedzictwo kulinarne Małoplski ”

Autor: Gabriela Zięć

18.09.2023

w ramach operacji pn. „Projekt edukacyjny dla KGW oraz Kreatorów Przedsiębiorczości Wiejskiej (KPW)”

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

„Powiedz mi, co jesz, a powiem ci, kim jesteś”

https://demotywatory.pl/4873554/Powiedz-mi-co-jez

Dziedzictwo kulinarne

- tradycyjne cechy, metody lub przepisy kuchni,
- forma podania potraw
- bogactwa jej smaków, produktów (surowców) i potraw, które są uważane za podstawę tej kuchni

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

MAŁOPOLSKA

https://podhaleregion.pl/odkryj-turystyczne-skarby-malopolski/
https://wczasypolskie.pl/powiaty-w-polsce-zadania-mapa-powiatow?start=6
https://www.malopolska.pl/_cache/news--2023/1700-956/fit/karp_zato
https://visitmalopolska.pl/-/regionalne-pysznosci-246
https://www.poland.travel/en/travel-inspirations/the-malopolska-province-krakow-and-more

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Tradycyjne surowce:

- **Brukiew (karpiel)**
- **Głąbik krakowski**
- **Pokrzywa**
- **Marek kucmerek**
- **scorzonera**

https://www.dobrenasiona.com/produkt/skorzonera-scorzonera-hispanica/

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Brukiew (karpiel)

https://fit.poradnikzdrowie.pl/diety-i-zywienie/co-jesz/brukiew-wlasciwosciodzywcze-i-zastosowanie-aa-p63U-H16G-Gd3u.html

https://zywienie.medonet.pl/produkty-spozywcze/warzywa/brukiew-pochodzenie-skladniki-odzywcze-wlasciwosci-lecznicze/ngsvftm

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Głąbik krakowski

https://www.podoslonami.pl/przeglad-informacji/glabiki-krakowskie-cz-1-pochodzenie-wartosc-biologiczna/

https://www.tygodnik-rolniczy.pl/wies-i-rodzina/ogrod/salata-lodygowa-glabik-krakowski-jak-uprawiac-2377359

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Pokrzywa

https://www.google.com/search?q=pokrzywa&client=firefox-b-d&sxsrf=ALiCzsZImrKO8gx9QUlADtGyBpEzR9mb7Q:1671015890378&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwiG-byk-_j7AhWD7rsIHY2ADaUQ_AUoAXoECAIQAw&biw=1920&bih=947&dpr=1#imgrc=yoWxBym0TOUf0M

https://beszamel.se.pl/przepisy/zupy-na-cieplo/wiosenna-zupa-z-pokrzywy-przepis-na-zupe-pokrzywowa-re-u3Yo-jtPU-u1gu.html

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Marek kucmerek

https://encrypted-tbn2.gstatic.com/licensed-image?q=tbn:ANd9GcSV_zooz_HnA6pU0WnKA5ZUXN3xdbOGcKss0QB1Q_Ks9wrXiM8ZF8_VxgrSWpczRrobfpiThA0Mq8Pnx4k

https://pl.wikipedia.org/wiki/Marek_kucmerka

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Scorzonera

https://www.cookist.com/scorzonera-what-is-it-and-which-are-its-beneficial-properties/

https://pl.wikipedia.org/wiki/W%C4%99%C5%BCymord_niski

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Potrawy/produkty:

- Oscypek, redykołka
- Obwarzanek
- Chleb prądnicki
- Pischinger

https://erli.pl/produkt/oscypek-tradycyjny-ser-owczy-gorski-z-certyfikatem,149583686?gclid=CjwKCAjwu4WoBhBkEiwAojNdXjLK0Wv4ilzZ2xeHfczzre8jFg2pZ5s7ReF6FSHpMFVW8bIDPWMQqhoCQJIQAvD_BwE

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Potrawy/produkty:

- Buchta filipowicka;
- Maczanka krakowska;
- Zalewajka;
- Prażuchy;
- Kluski kudłate;

https://www.slaskiesmaki.pl/dish/512303/buchta-z-maslem

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Potrawy/produkty:

- Pstrąg ojcowski
- Karp zatorski
- Żurek małopolski
- Krakowski barszcz czerwony

https://www.polskasmakuje.pl/europejski-system-oznaczen/chnp/karp-zatorski/

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Potrawy:

- Mastyło;
- Gołąbki z tartych ziemniaków;
- Halyszki;
- Mordonie;

http://gotujekomus.blogspot.com/2013/10/mastyo-emkowski-sony-pudding.html

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Potrawy:

- Proziaki;
- Kisełycia;
- Knysz;
- Homiłki;
- Zupa grochowa z wędzonymi śliwkami.

https://www.przyslijprzepis.pl/przepis/proziaki-buleczki-sodowe-z-piekarnika

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Buchta filipowicka

- rodzaj ciasta drożdżowego z nadzieniem lub bez;
- nadzienie: ser, mak, konfitura;

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Maczanka krakowska

- Krakowski fast food
- Wyjątkowość kryje się w mięsie (zamarynowana i uduszona karkówka albo schab)
- Sos na winie i wywarze z pieczeni

https://niecodziennikpary.pl/maczanka-krakowska/

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Mastyło

powstaje z mąki rozprowadzonej wrzącym mlekiem i jajami.

Jego przygotowanie przypomina robienie budyniu.

Gołąbki z tartych ziemniaków

zalewane śmietaną

Halyszki (kluski siwe, szare, kluski kamienne)

Przygotowywane z surowych ziemniaków

https://www.przyslijprzepis.pl/przepis/golabki-z-tartymi-ziemniakami-1

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Mordonie

kluski z tartych surowych ziemniaków, gotowane, okresowo z bryndzą

Proziaki

Placki wypiekane na blasze z mąki pszennej lub pszenno-żytniej z udziałem sody

Kisełycia

żur owsiany, podawany z ziemniakami, gotowanym bobem lub fasolą

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Zalewajka

- woda zabielona mąką, podawana z ziemniakami

Prażuchy

- przemrożone ziemniaki suszono na kamień,

potem mielono na mąkę i robiono kluski na mleku

lub placuszki (słodkie w smaku)

Kluski kudłate

- utarte surowe ziemniaki wyciskano, oddzielano płyn i zbierano z niego osad

(skrobię), z którym ugniatano te utarte ziemniaki,

a potem rzucano na gotujące się mleko (kluseczki)

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Dziedzictwo kulinarne Małopolski

Knysz

Danie łemkowskie: z ciasta chlebowego przygotowywano placek na który kładziono ser;

Homiłki (gomółki)

Przysmak serowy – ser biały z jajkiem wypieczony na blasze w piecu

Zupa grochowa z wędzonymi śliwkami

Zupa podawana na wigilię w Bobowej

Dziękuję za uwagę

Odwiedź portal KSOW – https://ksow.pl

Zostań partnerem Krajowej Sieci Obszarów Wiejskich

Krajowa Sieć Obszarów Wiejskich