

ISSN 1232-9541

Zima ■ Winter 2014/2015

Polish Food

Stephane Antiga: Polubiłem polskie zupy
I've grown fond of Polish soups

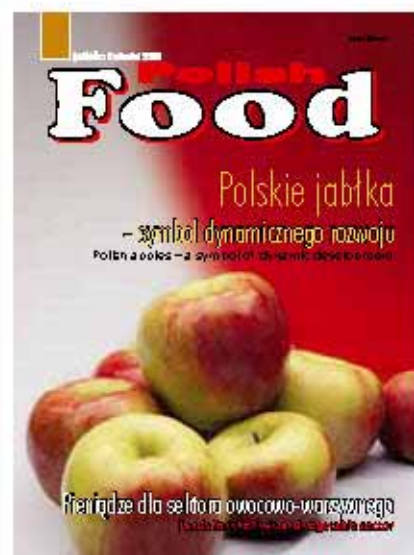
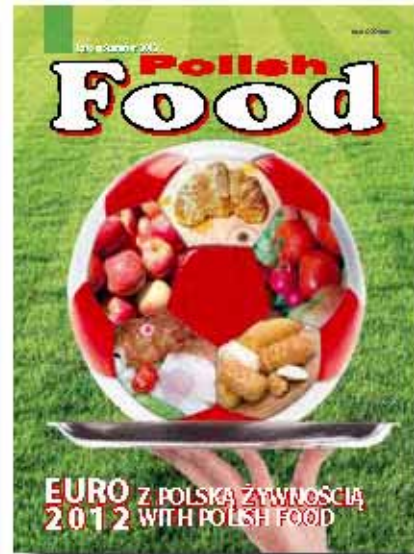
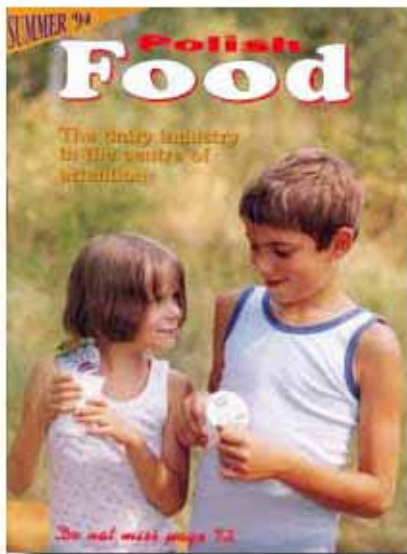
Europa wraca do korzeni

Europe is returning to its roots

KABANOSY nasz narodowy specjał
our national specialty

Unia Europejska zmieniła
polskie rybactwo

The European Union changed Polish fishery



MAREK SAWICKI
MINISTER ROLNICTWA I ROZWOJU WSI
MINISTER OF AGRICULTURE
AND RURAL DEVELOPMENT



Zimowe wydanie kwartalnika „Polish Food” zamyka stary rok i jednocześnie otwiera nowy. Ten odchodzący z wielu powodów był wyjątkowy. Przede wszystkim był to rok wielu ważnych dla Polski rocznic.

Winter issue of the quarterly "Polish Food" closes the old year and at the same time opens the new one. The one that is almost behind us has been unique for several reasons. Mainly, it has been a year of many important anniversaries for Poland.

SZANOWNI PAŃSTWO!

Dwadzieścia pięć lat temu odbyły się pamiętne częściowo wolne wybory. To był początek przemian nie tylko tu, nad Wisłą, ale w całej Europie. Konsekwencją tamtych wyborów były daleko idące zmiany społeczne, gospodarcze i polityczne. Polska, jak i inne kraje tego regionu, powróciła do Europy. W 2014 roku obchodziliśmy dziesiątą rocznicę obecności Polski w europejskiej wspólnocie.

Z perspektywy tej dekady widać wyraźnie, że była to słuszna decyzja.

Istotnym tegorocznym wydarzeniem była sytuacja na wschodzie Ukrainy. Zaangażowanie w nią Federacji Rosyjskiej sprawiło, że kraje Unii Europejskiej wprowadziły sankcje wobec Rosji. Ta odpowiedziała embargiem na większość produktów rolnych najpierw z Polski, a zaraz potem z całej Wspólnoty. Szczególnie ciężko odczuli to polscy rolnicy, a zwłaszcza producenci owoców i warzyw. To oni stali się pierwszymi ofiarami politycznych decyzji.

Niestety, podejmowane działania Komisji Europejskiej były po pierwsze spóźnione, a po drugie bardzo skąpe w środki finansowe niezbędne do stabilizacji na rynkach owoców i warzyw oraz mleka. Na domiar złego podjęte decyzje podzieliły rolników na tych „lepszycy”, czyli zrzeszonych i tych „gorszych”, czyli niezrzeszonych.

Takie postępowanie zmusza do refleksji. Nadszedł czas, aby poważnie zastanowić się nad mechanizmami funkcjonującymi we Wspólnej Polityce Rolnej. Od bardzo wielu lat nie były np. weryfikowane poziomy cen interwencyjnych na rynkach, na których jest to możliwe. Nie ma też jasnych zasad podejmowania decyzji w sytuacjach kryzysowych. Na przykładzie rosyjskiego embarga widać dobitnie, że reakcje muszą być zdecydowanie szybsze. Tylko

LADIES AND GENTLEMEN!

Twenty five years ago, the memorable, partially free, elections took place. It was a beginning for changes not only here, in Poland, but in whole Europe. Those elections resulted in far-reaching social, economic and political changes. Poland, just like other countries of this region, returned to Europe. In 2014 we have celebrated the tenth anniversary of Polish presence in the European community.

From the point of view of this decade, it is clear that it was a right decision.

The important event of this year has been the situation in the east Ukraine. Russian Federation's involvement in it has resulted in European Union countries introducing sanctions against Russia. It responded with an embargo concerning a majority of agricultural products at first from Poland and right after from the whole Community. This situation has taken its toll on Polish farmers, especially on manufacturers of fruit and vegetables. They were the first victims of political decisions.

Unfortunately, the actions undertaken by the European Commission were, first of all, late and, second of all, very scant in terms of funds necessary for stabilisation on the fruit, vegetables and milk markets. On top of all that, the decisions that were made divided farmers into "better ones", or associated ones, and "worse ones", or non-associated ones.

Such proceeding forces reflection. It is high time we seriously thought about the mechanisms operating in the Common Agricultural Policy. For instance, levels of intervention prices have not been verified for years on markets where it actually has been possible. There are no clear principles related to decision-making in crisis situations. Looking at the example of the Russian embargo, it

wówczas będą one mniej kosztowne i jednocześnie bardziej skuteczne. Na posiedzeniach unijnej rady ministrów rolnictwa widać również, że interesy poszczególnych państw przedkładane są nad dobro wspólne całego europejskiego rolnictwa. Doraźne cele polityczne górują nad celami strategicznymi. Widać to dobrze w odniesieniu do podejścia w sprawie kar za przekroczenie kwot mlecznych. Już w przyszłym roku nie będzie przecież kwotowania mleka, ale rolnikom kary za ostatni rok kwotowy jednak mają być naliczane. Uważam, że nie jest to dobre podejście w przededniu uwolnienia rynku.

Wspomniane problemy pokazują, że jeszcze wiele pracy przed nami, aby Wspólna Polityka Rolna stała się rzeczywiście wspólna. Przed nami prognozowany wzrost światowego zapotrzebowania na produkty żywnościowe. Dlatego też europejskie rolnictwo powinno wspólnie przygotowywać się do odpowiedzi na to wyzwanie. Konsumenci coraz częściej zwracają uwagę na to, jaką żywność kupują. Politycy prześcigają się czasem w działaniach na rzecz pakietu klimatycznego, ale zapominają, że to nie Europa jest głównym sprawcą zanieczyszczeń powietrza. Polska zrobiła w tym zakresie bardzo dużo. Choć nasza energetyka oparta jest na węglu, to bardzo znacząco obniżyliśmy emisję gazów cieplarnianych. Zachowaliśmy też nasz naturalny krajobraz i mamy najmniej zdegradowane chemią gleby. To nasze rolnictwo od zawsze harmonijnie rozwijało się w połączeniu z troską o otaczającą tereny wiejskie przyrodę. Nasze gospodarstwa rolne, w swojej zdecydowanej większości, oparte są na gospodarstwach rodzinnych. Tam od lat była i jest prowadzona produkcja rolna w sposób zrównoważony. Nie dziwi zatem fakt, że w minionej dekadzie tak dynamicznie zaczęły rozwijać się gospodarstwa ekologiczne.

To właśnie na bazie produktów, pochodzących z rodzinnych gospodarstw rolnych, tak dobrze rozwinęła się produkcja żywności w Polsce. Najwięcej trafia jej do krajów Unii Europejskiej – ponad 70 proc., ale zainteresowanie nią rośnie także w innych krajach. Już dziś polska żywność trafia na rynki 76 państw na świecie. Wszędzie cieszy się uznaniem ze względu na bardzo wysoką jakość i wyjątkowe walory smakowe. To pierwsze wynika z głębokiego procesu modernizacyjnego zakładów przetwórczych, który szczególnie intensywnie następował w okresie poprzedzającym naszą akcesję do UE i pierwszych latach członkostwa. Dziś te procesy są kontynuowane, choć już w nieco innej postaci. Zakłady dostosowują swoją produkcję do zapotrzebowań, jakie występują na poszczególnych rynkach. Wysokie walory smakowe są zaś efektem połączenia nowoczesnej produkcji ze starymi recepturami, przy wykorzystaniu bardzo dobrych surowców pochodzących z nowoczesnych gospodarstw.

Wspomniane przemiany to zasługa także wydawcy „Polish Food”. Kwartalnika, który zadebiutował 20 lat temu wraz z powstaniem Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa, jednej z większych tego typu agencji płatniczych w Unii Europejskiej.

Z tej okazji życzę Czytelnikom „Polish Food”, Redakcji, jak i Agencji, kolejnych wspaniałych jubileuszy oraz satysfakcji z dobrze wykonywanej pracy na rzecz polskiego, a tym samym i europejskiego rolnictwa.

is clear that reactions must be much faster. Only then will they be less costly and at the same time more effective. During meetings of the Council of the European Union concerning agriculture, it is also seen that interests of particular countries are more important than the common good of the whole European agriculture. Temporary political goals dominate over strategic ones. It can be well observed with regard to the approach towards penalties for exceeding milk quotas. Already next year, there will be no quotas for milk, but farmers are to be charged with penalties for the last quota year. I believe that this is not a good approach on the eve of the release of the market.

The aforementioned problems show that a lot has to be done in order to turn the Common Agricultural Policy into something actually common. We are about to face the estimated growth in world demand for food products. Therefore, European agriculture should commonly prepare itself to respond to this challenge. Consumers pay more and more attention to what food they buy. Politicians sometimes outdo one another in activities for the benefit of the climate package but forget that Europe is not the main perpetrator as far as air pollution is concerned. Poland has done a lot in this aspect. Although our power sector is based on coal, we have significantly lowered the emission of greenhouse gases. We have also maintained our natural landscape and our soil is the least degraded with chemicals. Our agriculture has always harmoniously developed in combination with care for nature surrounding rural areas. Our agricultural farms, in their vast majority, have been based on family farms. In such places, agricultural production has been carried out in a sustainable manner for years. Therefore, it is not surprising that organic farms began to develop so dynamically in the past decade.

Those products from family agricultural farms became a base for such a well-developed food production in Poland. Its majority goes to the countries of the European Union – more than 70 percent, however, interest in it has also been growing in other states. Nowadays, Polish food is exported to 76 countries worldwide. It enjoys recognition everywhere owing to very high quality and exceptional flavour qualities. The first one results from deep modernisation process in processing plants, which was particularly intensive during the period right before Poland joined the EU and during the first few years of its membership. These processes has continued until today, though, in a slightly different form. Plants adapt their production to the demands that occur on particular markets. On the other hand, high flavour qualities are an effect of combining modern production with old recipes, while using very good raw materials coming from modern farms.

The aforementioned transformations can also be attributable to the issuer of "Polish Food". A quarterly which was published first 20 years ago along with the establishment of the Agency for Restructuring and Modernisation of Agriculture, one of largest payment agencies of this type in the European Union.

On this occasion, I would like to wish the Readers of "Polish Food", the Editorial Staff and the Agency more wonderful jubilees and satisfaction with well performed work for the Polish, and hence European, agriculture.

*W oczekiwaniu
na wiosnę*

In anticipation of spring



SPIS TREŚCI



- 1** List od Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi
Note from Minister of Agriculture and Rural Development
- 6** Pączki nie tylko w karnawale
Doughnuts not only during the carnival season
- 10** Smaki lata i jesieni zimą
Flavours of summer and autumn in winter
- 14** Kabanosy nasz narodowy specjał
Kabanosy our national specialty
- 16** Tradycja, jakość i ludzie
Tradition, quality and people
- 18** Geografia jabłkowych podróży
Geography of apple travels
- 20** Śledź dobry na wszystko
Herring is good for everything
- 26** Najważniejsze – jakość i smak!
Most important – quality and taste!
- 28** Ekologia na stole
Ecology on your table

Polish FOOD nr 4-2014 (71)

Kwartalnik ARIMR wydawany wspólnie z MRiRW. Ukazuje się w języku polskim i angielskim. Redakcja: Ewa Jaroszewicz, Mariola Marczak. Współpraca: Alicja Daniluk-Jankowska. Tłumaczenie: Summa Linguae S.A. Zdjęcie i str. okładki: kaszamanna.com. Nadzór: Małgorzata Książczyk (MRiRW).

Redakcja Polish Food, ul. Wspólna 30, 00-930 Warszawa, Poland. Tel.: (+4822 6232426). Subskrypcja bezpłatna. E-mail: polishfood2011@gmail.com; HTTP://www.minrol.gov.pl/eng/.
Druk, oprawa i skład: Zakłady Graficzne Taurus Roszkowscy Sp. z o.o. www.drukarniataurus.pl. Oddano do druku: grudzień 2014. Nakład: 10000 szt.



- 30** **Pierekaczewnik – tatarski specjał**
Pierekaczewnik – a Tatar specialty
- 36** **Polubiłem polskie zupy**
I've grown fond of Polish soups
- 40** **Francuski apetyt na polskie pierogi**
French appetite for Polish pierogi
- 42** **Kartacze, sękacz i pierwotna puszcza**
Cepelinaï, tree cake and primal forest
- 47** **Z zagranicznymi dziennikarzami przez Polskę**
Across Poland with foreign journalists
- 50** **Rośliny z certyfikatem**
Certified plants
- 51** **Europa wraca do korzeni**
Europe is returning to its roots
- 54** **Unia Europejska zmieniła polskie rybactwo**
The European Union changed Polish fishery
- 57** **Cały świat poznaje polskie smaki**
The whole world discovers Polish tastes

SMAK POLSKI

Pączki nie tylko w karnawale

Doughnuts not only during
the carnival season



POLISH TASTE

Pączek to pulchne ciastko drożdżowe w kształcie nieco spłaszczonej kuli, smażone na głębokim tłuszczu na kolor ciemnozłoty, z charakterystyczną jaśniejszą obwódką dookoła. Pączki wypełnione są nadzieniem m.in. z marmolady, konfitury różanej lub owocowej. Gotowy pączek jest zwykle obsypywany cukrem pudrem lub lukrowany, choć może być też posypywany kandyzowaną skórką pomarańczową lub polany czekoladą. Na Pomorzu pączki znane są pod nazwą *pürcele kaszubskie*, na Śląsku natomiast *krepliki/kreple*.

W Polsce pączki są specjalnym, obrzędowym przysmakiem, przygotowywanym podczas zapustów, w szczególności w Tłusty Czwartek, rozpoczynający ostatni tydzień karnawału. Ponadto dawniej były również popularnym podarunkiem, który wręczano gospodarzom podczas wspólnych spotkań, a obecnie stanowią także dobry poczęstunek podczas uroczystych zabaw czy spotkań rodzinnych.

Pączki, w zależności od regionu, różnią się niekiedy składnikami, sposobem przygotowania ciasta oraz rodzajem nadzienia. Na Listę Produktów Tradycyjnych, prowadzoną przez Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi, zostało wpisanych kilka rodzajów pączków, m.in. pączki żakowolskie z powidłami z antonówek z Lubelszczyzny, *pürcele kaszubskie* (pączki) z Pomorza, *krepliki/kreple* ze Śląska, pączek opatowski z województwa świętokrzyskiego, a także bardzo specyficzne pączki ziemniaczano-dyniowe z województwa kujawsko-pomorskiego. Pączki przyrządza się z mąki, drożdży, jaj, mleka, masła, a w niektórych regionach dodaje się też sól, cukier, a także spirytus. Dodatkowo do pączków z kujawsko-pomorskiego dodawane są ziemniaki oraz przecier z dyni, który nadaje pączkom wyjątkową barwę oraz przedłuża ich świeżość. Najważniejsze przy przygotowywaniu pączków jest zachowanie odpowiedniej kolejności dodawania składników oraz dobre wyrobienie ciasta. Przygotowane ciasto napełnia się różnym nadzieniem w zależności od regionu. *Pürcele kaszubskie* wypełniane są najczęściej powidłami, pączki opatowskie nadziewane są marmoladą śliwkową lub różaną, pączki gospodyń z Żakowoli Radzyńskiej popularnymi w regionie powidłami z antonówek, a pączki ziemniaczano-dyniowe konfiturą z dzikiej róży lub dżemem. Natomiast śląskie *krepliki* smażone są zarówno z nadzieniem, jak i bez. *Krepliki* z nadzieniem wykonywane są w szczególności z marmoladą i powidłami, choć obecnie można spotkać też z masą budyniową czy dżemem. Przygotowane ciasto, wypełnione nadzieniem, smażone jest na głębokim tłuszczu do zarumienienia z obu stron. Po wyjęciu pączki posypywane są cukrem pudrem lub lukrowane i ze smakiem zjadane zarówno przez dorosłych, jak i dzieci.

A Polish doughnut (Pl. "pączek") is a fluffy yeast pastry formed into a slightly flattened ball, fried in deep fat until it reaches a dark gold colour, with a characteristic brighter rim around it. Doughnuts are filled with stuffing made, among others, from marmalade, rose or fruit preserve. A ready doughnut is usually sprinkled with icing sugar or covered with icing, though it can also be sprinkled with candied orange peel or doused in chocolate. In Pomerania doughnuts are known under the name *pürcele kaszubskie* (Kashubian *pürcele*), while in Silesia they're known as *krepliki/kreple*.

In Poland doughnuts serve as a special, ritual delicacy prepared during the carnival season, particularly on the Fat Thursday, marking the beginning of the final week of the carnival. In addition, they used to be a popular gift presented to hosts during common meetings and presently they also serve as a fine treat during formal events or family meetings.

Depending on the region, doughnuts sometimes vary in ingredients, the way the dough is prepared as well as the kind of stuffing. Several types of doughnuts have been entered on the List of Traditional Products kept by the Minister of Agriculture and Rural Development - among them *pączki żakowolskie* (Żakowola doughnuts) with powidl made of Antonovka apples from the Lublin region, *pürcele kaszubskie* (Kashubian doughnuts) from Pomerania, *krepliki/kreple* from Silesia, *pączek opatowski* (Opatów doughnut) from the Świętokrzyskie Province and very unique potato and pumpkin doughnuts from the Kuyavian-Pomeranian Province. Doughnuts are prepared from flour, yeast, eggs, milk and butter. In some regions salt, sugar and spirit are sometimes added as well. Additionally, Kuyavian-Pomeranian doughnuts also contain potatoes and pumpkin mousse, which gives the doughnuts a unique colour and prolongs their freshness. The most important thing when preparing doughnuts is observing a proper sequence of addition of ingredients and ensuring the dough is well-made. Depending on the region, prepared dough is filled with different kinds of stuffing. Kashubian doughnuts are usually stuffed with powidl, Opatów doughnuts are stuffed with plum or rose marmalade, doughnuts made in Żakowola Radzyńska with regionally popular powidl made of Antonovka apples and potato and pumpkin doughnuts with wild rose preserve or jam. On the other hand, Silesian *krepliki* are fried both with and without stuffing. Stuffed *krepliki* are usually made with the addition of marmalade and powidl, although currently you may also encounter ones with pudding mass or jam. Prepared dough filled with stuffing is deep-fried until both sides get browned. After they're taken out the doughnuts are sprinkled with icing sugar or covered with icing. Their taste is enjoyed both by adults and children.



TEKST ■ BY: MAŁGORZATA STARON/MRiRW

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: © PANTHERSTOCK/PHOTOGENICA



Tradycja w nowoczesnej odstonie

New view on tradition



POZNAJ POLSKĄ ŻYWNOSĆ

Smaki lata i jesieni zimą

Flavours of summer and autumn in winter

DZIŚ WSZYSTKO MAMY W ZASIĘGU RĘKI. ZA SPRAWĄ CORAZ SZYBSZEGO PRZEMIESZCZANIA SIĘ, WDRAŻANIA NOWYCH TECHNOLOGII PRZETWÓRCZYCH I PRZECHOWALNICZYCH ŚWIAT ŻYWNOSCI BARDZO SIĘ SKURCZYŁ. ZATARCIU ULEGŁY W ZWIĄZKU Z TYM, WYRAŻNE DO NIEDAWNA, RÓŻNICE W MENU MIĘDZY PORAMI ROKU, SZEROKOŚCIĄ A DŁUGOŚCIĄ GEOGRAFICZNĄ ■ TODAY EVERYTHING IS WITHIN OUR GRASP. OWING TO FASTER AND FASTER MOBILITY, IMPLEMENTATION OF NEW PROCESSING AND STORAGE TECHNOLOGIES, THE WORLD OF FOOD GREW VERY MUCH SMALLER. THEREFORE, DIFFERENCES IN MENU RELATIVE TO A SEASON, GEOGRAPHICAL WIDTH AND LENGTH, CLEAR UNTIL RECENTLY, GOT BLURRED.



Powoli wraca jednak moda na kultywowanie tradycji żywieniowych, na lokalne, własne wyroby i przetwory. Przesyt masową produkcją i chęć powrotu do wspomnień z dzieciństwa sprawiają, że do łask wracają stare receptury i sposoby przetwarzania owoców i warzyw tak, aby zachować je na dłużej, na czas, gdy wokoło śnieg i mróz.

Od zawsze, aby przetrwać trudne dni zimy i przedwiośnia, człowiek próbował gromadzić i przechowywać zapasy żywności. Owocami i warzywami, uprawianymi w ogrodach czy na polu, jak też darami lasów, dojrzewającymi latem lub jesienią, bez przetworzenia lub przechowywania w odpowiednich warunkach można się cieszyć krótko. Jednym ze stosowanych od wieków sposobów ich zachowania było suszenie. Na susz wybierano owoce dojrzałe, zdrowe i odznaczające się najlepszymi cechami organoleptycznymi. Z polskich owoców do suszenia nadają się przede wszystkim: śliwki, jabłka, morele, gruszki, wiśnie, czarne jagody i żurawina.

Do dziś w polskiej tradycji zachował się zwyczaj sporządzania na święta Bożego Narodzenia specjalnego kompotu, przygotowywanego właśnie z suszonych jabłek, gruszek i śliwek. Jabłka i gruszki suszono po pokrojeniu ich w plastry, a śliwki w całości. Ze świętami tymi nieodłącznie kojarzą się też suszone grzyby, bez których słynny polski bigos nie byłby tak smaczny, czy też wigilijna zupa grzybowa, a także podawane z postnym barszczem uszka z grzybami.

Suszono nie tylko owoce i warzywa, ale także zioła, z których w zimowe, długie wieczory przygotowywano



However, fashion for cultivating food traditions for local, self-made products, is slowly coming back. Too much mass production and desire to return to childhood memories make old recipes and ways of processing fruit and vegetables, so as to keep them for longer for the time of snow and frost, come back on the table.

In order to survive the difficult days of winter and early spring, people have always tried to gather and store food. Without processing or storage in proper conditions people can enjoy only for a short time fruits and vegetables grown in gardens or fields and the gifts of forests, ripening in summer or autumn. One of the methods to preserving them that has been used for centuries was drying. Only ripe, healthy and having the best organoleptic features fruits were chosen for drying. Polish fruits good for drying are mainly: plums, apples, apricots, pears,



POZNAJ POLSKĄ ŻYWNOSĆ

ZE ŚWIĘTAMI BOŻEGO NARODZENIA NIEODŁĄCZNIE KOJARZA SIĘ SUSZONYE GRZYBY, BEZ KTÓRYCH SŁYNNY POLSKI BIGOS NIE BYŁBY TAK SMACZNY, CZY TEŻ WIGILIJNA ZUPA GRZYBOWA, A TAKŻE PODAWANE Z POSTNYM BARSZCZEM USZKA Z GRZYBAMI ■ CHRISTMAS IS INSEPARABLY ASSOCIATED WITH DRIED MUSHROOMS, WITHOUT WHICH THE FAMOUS POLISH BIGOS (STEWED SAUERKRAUT WITH MEAT AND MUSHROOMS) WOULD NOT BE SO TASTY, OR THE CHRISTMAS EVE MUSHROOM SOUP, AS WELL AS RAVIOLI WITH MUSHROOMS SERVED WITH FASTING BEETROOT SOUP

lecznicze napary i rozgrzewające herbatki o działaniu zdrowotnym i wzmacniającym. Zbieranie i suszenie ziół uważano za sztukę dostępną tylko dla nielicznych. Należało je zrywać w odpowiednim czasie, o określonej porze dnia i suszyć w przewiewnym miejscu. Napary przygotowywano według specjalnych receptur. Picie ich sprzyjało zachowaniu dobrej kondycji i wspomagało leczenie wielu chorób.

Sztuka zatrzymywania smaków lata i jesieni, by cieszyć nimi podniebienie zimą, stale się rozwijała. Gospodynie rywalizowały pomiędzy sobą i starały się tak dopracować własne przepisy, aby to ich konfitury, powidła czy inne przetwory jak najlepiej smakowały i miały niepowtarzalny aromat. Wykorzystywano wszystkie dostępne owoce i to nie tylko z sadów.

Do smażenia konfitur używano specjalnych naczyń, najlepsze były miedziane misy, w których owoce mogły z wolna odparowywać wodę i uzyskiwać pożądaną konsystencję. Czasem konfitury przygotowywano z jednego rodzaju owoców, a czasem z kilku różnych. Każdy dom miał swój własny sposób, przekazywany z pokolenia na pokolenie.



cherries, blueberries, and cranberries.

Until till now, there has been a Polish custom of preparing a special compote of dried apples, pears and plums. Apples and pears were dried cut in slices, while plums in one piece. Another thing typical for Christmas are also dried mushrooms without which the famous Polish "bigos" would not be so tasty. The same goes for the Christmas Eve mushroom soup and small mushroom dumplings served with fast borscht.

People dried not only fruit and vegetables, but also herbs of which healing infusions and warming up teas with medicinal and energizing properties were prepared. Collecting and drying herbs was considered art, available only for few. They were supposed to be picked at a proper time, during a special time of the day, and dried in an airy place. The infusions were prepared according to the special recipes. Drinking them helped to keep people in good condition and treat many diseases.

The art of preserving the flavours of summer and autumn and to enjoy them in winter developed constantly. Housewives competed with each other and tried to improve their recipes so as their jams and other preserves had not only a better taste but also a unique aroma. All available fruits were used, not only from orchards.

Special pots were used for frying jams, and the best were copper bowls, where fruit could slowly evaporate and achieve the desired consistency. Sometimes the jams were made of only one type of fruit and sometimes from several different ones. Every household had its own method transmitted from generation to generation.

In forests, blueberries, blackberries, raspberries, cowberries, and wild strawberries were picked, and from the wild growing shrubs, elderberry, hawthorn and blackthorn. They were used

WAZNYM PRODUKTEM W JESIENNYM I ZIMOWYM MENU JEST BEZ WĄTPENIA KISZONA KAPUSTA ■ AN IMPORTANT PRODUCT IN THE AUTUMN AND WINTER MENU IS, WITHOUT DOUBT, SAUERKRAUT





DISCOVER POLISH FOOD

not only for the production of the mentioned preserves, but also for juices and liqueurs.

It was similar with storing vegetables. Vegetables were dried for soup-greens, i.e. a universal set for making a soup base. These were crushed roots of carrots, celery and leek leaves, and sometimes also parsley leaves.

Attempts were also made to store fresh vegetables. In some farms, there are still left some dugouts specially built for that purpose (dug up and covered with soil cellars), where suitable temperature and humidity were kept all the time. Inside them carrots, parsley, celery, and other root vegetables were stored in dry sand. The shelves with homemade preserves were there too. In evenly placed jars people kept pasteurized compotes from cherries, sweet cherries, plums, currants, gooseberries, and blueberries. There were also jars with pumpkin, plums and cucumbers in vinegar. Bottles with raspberry and blackberry juice. There were also oak barrels with sauerkraut dill pickles and beets. Not a thing that grew in the backyard garden, field or nearby forest was to go to waste.

W lasach zbierano jagody, jeżyny, maliny, borówki i poziomki, a z dziko rosnących krzewów czarny bez, owoce głogu i tarniny. Robiono z nich nie tylko wspomniane przetwory, ale także soki i nalewki.

Podobnie było z przechowywaniem warzyw. Suszono warzywa wchodzące w skład włoszczyzny, czyli uniwersalnego zestawu do przygotowania bazy do zupy. Były to rozdrobnione korzenie marchwi, selera oraz liście pora, a czasem również nać pietruszki. Starano się także przechowywać warzywa świeże. W niektórych gospodarstwach do dziś przetrwały specjalnie wybudowane w tym celu ziemianki (wykopane i obsypane ziemią piwnice), w których cały czas utrzymywała się odpowiednia temperatura i wilgotność. To właśnie w nich, w suchym piasku, przechowywano marchew, pietruszkę, seleri i inne warzywa korzeniowe. Tam też znajdowały się półki z domowymi przetworami. W równo ustawionych słoikach zamknięto pasteryzowane kompoty z wiśni, czereśni, śliwek, porzeczek, agrestu i jagód. Były też słoje z dynią, śliwkami i ogórkami w zalewie octowej. Butelki z sokiem malinowym i jeżynowym. Nieopodal stały dębowe beczki z kiszoną kapustą, kwaszonymi ogórkami i buraczkami. Nic, co obrodziło w przydomowym ogródku, na polu lub w pobliskim lesie nie mogło się zmarnować.

TEKST ■ By: **DARIUSZ MAMIŃSKI/MRiRW**

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: © PANTHERSTOCK/PHOTOGENICA

CZASEM KONFITURY PRZYGOTOWYWANO Z JEDNEGO RODZAJU OWOCÓW, A CZASEM Z KILKU RÓŻNYCH. KAŻDY DOM MIAŁ SWÓJ WŁASNY SPOSÓB, PRZEKAZYWANY Z POKOLENIA NA POKOLENIE ■ SOMETIMES THE JAMS WERE MADE OF ONLY ONE TYPE OF FRUIT AND SOMETIMES FROM SEVERAL DIFFERENT ONES. EVERY HOUSEHOLD HAD ITS OWN METHOD TRANSMITTED FROM GENERATION TO GENERATION



POZNAJ POLSKĄ ŻYWNOSĆ

KABANOSY

nasz narodowy specjał
our national specialty

KABANOSY TO JEDEN Z NAJPOPULARNIEJSZYCH RODZAJÓW KIEŁBASY W POLSCE, WPI-
SANYCH DO UNIJNEGO REJESTRU CHRONIONYCH NAZW POCHODZENIA, CHRONIONYCH
OZNACZEŃ GEOGRAFICZNYCH I GWARANTOWANYCH TRADYCYJNYCH SPECJALNOŚCI
JAKO GWARANTOWANA TRADYCYJNA SPECJALNOŚĆ ■ KABANOSY ARE ONE OF THE MOST
POPULAR KINDS OF SAUSAGES IN POLAND ENTERED TO THE EU REGISTER OF PROTECTED
DESIGNATIONS OF ORIGIN, PROTECTED GEOGRAPHICAL INDICATIONS AND TRADITIONAL
SPECIALTIES GUARANTEED AS TRADITIONAL SPECIALTY GUARANTEED.



Nazwa „kabanosy” wywodzi się od słowa „kaban”. Tym mianem określano na terenach XIX-wiecznej Polski ekstensywnie karmionego młodego wieprza, tuczonego niegdyś głównie ziemniakami. Mięso od tak wykarmionego kabana było delikatne i wykwiłne. Kabanosy, czyli cienkie podsuszone i podwędzone kiełbaski wieprzowe w jelitach baranich, spożywano powszechnie na ziemiach Polski już w latach 20. i 30. XX wieku. Wyrabiano je w niewielkich wędliniarniach i masarniach, często odrobinę różniły się smakiem w zależności od stosowanych przypraw. Jednolita receptura rozpowszechniła się dopiero po wojnie. W 1948 r., rozporządzeniem rządowym, oficjalnie dopuszczono kabanosy do obrotu handlowego, w 1954 r. unormowano kwestie technologiczno-produkcyjne, a w 1964 r. – w oparciu o historyczne tradycje produkcji – opracowano jednolitą recepturę tej kiełbasy. Kabanosy w czasach Polskiej Rzeczypospolitej Ludowej (lata 1945-1989) zdobyły wielką popularność. Stały się też – obok szynki i bekonu – polską specjalnością eksportową.

Kabanosy to cienkie, długie batony suchej kiełbasy. Z wierzchu mają barwę ciemnoczerwoną z odcieniem wiśniowym, natomiast w przekroju widoczne są ciemnoczerwone kawałki mięsa oraz jasnokremowe kawałki tłuszczu. Ich cechą charakterystyczną jest wyraźnie wyczuwalny smak pieczonego, peklowanego mięsa wieprzowego, a także lekki posmak pieprzu, kminku i wędzenia.

Wyjątkowy, wyrazisty smak i zapach zawdzięczamy nie tylko sposobowi produkcji, ale też starannie dobranemu mięsu wieprzowemu. Kabanosy wyrabiane są z mięsa świń ras późno dojrzewających, tuczonych do około 120 kg masy ciała, których mięso charakteryzuje się wyższą zawartością tłuszczu śródmięśniowego. Zwierzęta karmione są dwiema skrupulatnie dobranymi mieszankami paszowymi, co znacząco wpływa na jakość wytwarzanego z ich mięsa produktu. Odpowiedni dobór surowca, a także tradycyjna metoda wytwarzania sprawiają, że kabanosy są wyjątkowo kruche i soczyste. Ich cechą wyróżniającą jest również wyraźnie słyszalny, w chwili przełamywania kabanosa na pół, dźwięk trzasku, nazywany przez fachowców „strzałem”, będący efektem kruchości mięsa oraz jego odpowiedniego suszenia i wędzenia. Ponadto kabanosy mają charakterystyczny smak i zapach dzięki odpowiednio dobranym przyprawom i ich proporcji: pieprzu naturalnego, gałki muszkatołowej, kminku i cukru oraz właściwego procesu wędzenia, który dodatkowo potęguje walory smakowe produktu.

Specyfika i szczególny charakter kabanosów sprawiły, że 20 października 2011 r. zostały wpisane do unijnego rejestru jako polska Gwarantowana Tradycyjna Specjalność.

DISCOVER POLISH FOOD

The name "kabanosy" comes from the words "kaban" (barrow). In the areas of 19th-century Poland, this name described an extensively fed young hog, once fattened mostly with potatoes. The meat of a barrow fed this way was delicate and exquisite. *Kabanosy*, i.e. thin dried and smoked pork sausages wrapped in mutton intestines, were commonly eaten on Polish lands as early as in the 1920s and 1930's. They were produced in small porkbutcher's shops and often varied a little in taste, depending on the spices used in production. The uniform recipe became popular only after the Second World War. In 1948, a government regulation officially approved *kabanosy* to the commercial market, in 1954 technological and production issues were regulated and in 1964 – based on the historical production traditions – a uniform recipe of those sausages was developed. *Kabanosy* became highly popular in the times of the Polish People's Republic (1945-1989). Beside ham and bacon, they became a Polish export specialty.

Kabanosy are thin, long bars of dry sausage. On the outside they are dark red with a hint of cherry, while their sections contain dark red pieces of meat and light-cream pieces of fat. Their characteristic feature is a clearly perceptible taste of roasted, cured pork and a light aftertaste of pepper, caraway and smoking.

We owe their extraordinary and distinctive taste and smell not only to the method of production, but also carefully picked pork. *Kabanosy* are made of meat of late-maturing breeds of pigs fattened to about 120 kg of body mass the meat of which is characterized by a higher content of intramuscular fat. The animals are fed with two carefully picked fodder mixes, which considerably affects the quality of the product made of their meat. Proper selection of the raw material and the traditional method of production result in the fact that *kabanosy* are exceptionally tender and juicy. Their distinguishing feature is also the clearly audible cracking sound heard at the moment a *kabanos* is broken in half, which professionals called a "shot", being the result of brittleness of the meat and its proper drying and smoking. In addition, *kabanosy* have a characteristic taste and smell, thanks to the accordingly selected following spices and their proportion: natural pepper, nutmeg, caraway and sugar as well as a proper smoking process, which additionally intensifies the flavour qualities of the product.

Thanks to their specific and special character on 20 October 2011 *kabanosy* were entered to the EU register as a Polish Traditional Specialty Guaranteed.

TEKST ■ By: MAŁGORZATA STAROŃ/MRiRW

ZDJĘCIE ■ PHOTO BY: KASZAMANNA.COM

Tradycja, jakość i ludzie

Tradition, quality and people

Te trzy słowa najlepiej opisują spółkę EXDROB, która w ciągu 60. lat istnienia osiągnęła mistrzostwo w branży drobiarskiej. Działalność firmy obejmuje:

- produkcję piskląt kurzych i gęsich;
- hodowlę brojlerów;
- przetwórstwo drobiu;
- produkcję wyrobów garmażeryjnych, wędlin i wędzonek drobiowych;
- eksport drobiu, wędlin i pierza gęsiego.

Pełna satysfakcja klientów to cel, który przyświeca działalności firmy. Dzięki zaangażowaniu pracowników udało się stworzyć wydajny i skuteczny system, którego efektem końcowym są wysmienite produkty i utrzymywanie od lat pozycji jednego z liderów tej branży.

Oferując produkty najwyższej klasy firma wdrożyła systemy i standardy jakości: HACCP, GPM/GHP, IFS, BRC, które umożliwiają tworzenie wysokiej klasy wyrobów. Pełna identyfikowalność produktu, na każdym etapie procesu produkcyjnego, inwestycje w zaplecze infrastrukturalne i park maszynowy, system szkoleń dla pracowników i permanentny rozwój to tylko niektóre z szerokiej listy elementów, mających bezpośredni wpływ na budowanie silnej pozycji rynkowej i spełnianie oczekiwań klientów.

Firma korzystała ze środków Program Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007-2013 w ramach działania 123 „Zwiększenie wartości dodanej podstawowej produkcji rolnej i leśnej”. PROW 2007-

These three words best describe the EXDROB Company that during the 60 years of its existence, has achieved mastery in the poultry industry. The activities of the company include:

- production of chicks and goslings;
- broiler breeding;
- poultry processing;
- production of delicatessen, smoked meats and poultry smoked meats;
- exports of poultry, meats and goose feathers.

Complete customer satisfaction is the goal that motivates the business. Thanks to the involvement of employees it was able to create an efficient and effective system whose end result are excellent products and maintaining the position of one of the leaders in the industry over the years.

Offering the products of the highest quality the company has implemented quality systems and standards: HACCP, GPM/GHP, IFS, BRC, which allow for creating high quality products. Full traceability of the product at each stage of the production process, investment in infrastructure facilities and machine park, the system of training for employees and permanent development are several of the extensive list of elements that have a direct impact on building a strong market position and meeting customer expectations.

The company used the funds of the Rural Development Programme for 2007-2013 under the 123 measure "Increase in added value of basic agricultural and forest production". The Rural Development Programme 2007-2013 is implemented by the Agency for Restructuring and Modernisation of Agriculture.

The budget of the Programme is formed by the Union funds from the European Agricultural Fund for Development of the Rural Areas and co-financed from the state budget.



KIELBASA Z GĘSI PODSUSZANA ■ GOOSE SEMI-DRY SAUSAGE



POŁGĘSEK WĘDZONY PARZONY ■ STEAMED AND SMOKED GOOSE BREAST

-2013 wdrażany jest przez Agencję Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa. Budżet Programu tworzą unijne środki z Europejskiego Funduszu Rolnego na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich i współfinansowanie z budżetu krajowego.

W ofercie EXDROB posiada ponad 100 produktów z kurczaka, indyka i gęsi, w tym Młodą Polską Gęś Owsianą, oznaczoną certyfikatem QAFP, elementy gęsie oraz wiele produktów, które uzyskały znak, prowadzonego przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi, Programu - Poznaj Dobrą Żywność.

Produkty z gęsiny m.in. Półgęsek, Szynka z Gęsi, czy Kielbasa z Gęsi Podsuszana stanowią przykład niezwykłego kunsztu, a nieślabnące zainteresowanie tymi produktami konsumentów w Polsce i za granicą świadczy o tym, że są to wędliny najwyższej jakości.

Jako jeden z liderów branży Kutnowskie Zakłady Drobiarskie EXDROB S.A. uczestniczą w wielu konkursach i targach. Są przedsiębiorstwem, dla którego społeczna odpowiedzialność biznesu stoi wysoko w randze ustalanych priorytetów. Firma wspiera wiele lokalnych inicjatyw i prowadzi szeroką działalność charytatywną. Wyśmienite produkty i budowanie silnych, długotrwałych relacji z partnerami to główne filary jej sukcesu.

EXDROB offer includes over 100 products from chicken, turkey and geese, including the Young Polish Oatmeal Goose, awarded the QAFP certificate, goose elements and many products that have received a label of the held by the Ministry of Agriculture and Rural Development Program PDŻ Poznaj Dobrą Żywność – Discover Great Food.

Goose products, among others, goose breast, goose ham, or goose semi-dry sausage constitute an example of an extraordinary craftsmanship, and the unfailing interest of the consumers in Poland and abroad in these products proves that these meats are of the highest quality.

As one of the industry leaders Kutnowskie Zakłady Drobiarskie EXDROB S.A. take part in many competitions and fairs. They are an enterprise for which corporate social responsibility is high in the rank of the determined priorities. The company supports many local initiatives and conducts extensive charity work. Excellent products and building strong, lasting relationships with our partners, are the main pillars of its success.

TEKST ■ By: DRR/MRiRW
ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: EXDROB SA



NOGA Z GĘSI ■ GOOSE LEG

POZNAJ POLSKĄ ŻYWNOSĆ

Jabłko jest liderem polskiego eksportu. Do niedawna głównym odbiorcą naszych jabłek była Rosja, ale w związku z nałożonym embargiem eksport na ten rynek został wstrzymany. Zwiększyła się natomiast ich sprzedaż na Białoruś i do Kazachstanu.

W ostatnich miesiącach widoczny jest również wzrost eksportu polskich jabłek na rynek ukraiński i serbski. Smakują też one coraz bardziej konsumentom z Norwegii, Egiptu i Mongolii. W październiku dla świeżych jabłek z Polski otworzył się rynek kanadyjski. Zainteresowani ich zakupem są także importerzy z Indii. O sprowadzaniu tych owoców z naszego kraju rozmawiają Chińczycy.

W Unii Europejskiej polskie jabłka sprzedają się najlepiej w Niemczech i Rumunii. Spore ich ilości wysyłamy do Czech, Wielkiej Brytanii, a także na Litwę. Dobrze znają je także mieszkańcy Szwecji, Łotwy i Finlandii.

Polskie jabłka są smaczne, piękne, pachnące i bardzo zdrowe. Warto, aby zachwycili się nimi konsumenci wszystkich, nawet najbardziej odległych zakątków świata.

Smacznego!

Apples can be found among the leading Polish exports. Until recently the main recipient of our apples was Russia, but in connection with the embargo imposed by it, export to this market has been halted. On the other hand, their sales to Belarus and Kazakhstan have risen.

In the recent months, we could also notice a growth in the export of Polish apples to the Ukrainian and the Serbian market. They have also been increasingly enjoyed by consumers from Norway, Egypt and Mongolia. In October, the Canadian market opened for fresh apples from Poland. Importers from India are also interested in purchasing them. Importing this fruit from our country has also been considered by the Chinese.

In the European Union Polish apples sell best in Germany and Romania. We also send quite large amounts of them to the Czech Republic, the UK as well as Lithuania. They're also well-known in Sweden, Latvia and Finland.

Polish apples are tasty, beautiful, fragrant and very healthy. It would be worthwhile, if consumers from all, even the most remote corners of the world, were able to take delight in them.

Enjoy your meal!



Geografia



ZDJĘCIE: PHOTOBIT / PANTHERSTOCK/PHOTOGENICA

jabłkowych podróży

Geography of apple travels

POZNAJ POLSKĄ ŻYWNOSĆ



Śledź dobry na wszystko

Herring is good for everything

OD WIEKÓW ŚLEDŹ BYŁ W POLSCE RYBĄ BARDZO POPULARNĄ. POCZĄTKOWO NALEŻAŁ DO POTRAW TANICH I POSPOLITYCH. BYŁ RÓWNIEŻ JEDNYM Z PODSTAWOWYCH SKŁADNIKÓW DIETY WSZYSTKICH KLAS SPOŁECZNYCH W CZASIE LICZNYCH, RYGORYSTYCZNIE PRZESTRZEGANYCH POSTÓW ■ FOR CENTURIES, HERRING HAS BEEN A VERY POPULAR FISH IN POLAND. AT FIRST, IT WAS AMONG CHEAP AND COMMON DISHES. IT WAS ALSO ONE OF THE FUNDAMENTAL INGREDIENTS OF THE DIET OF ALL SOCIAL CLASSES DURING NUMEROUS, RIGOROUSLY OBSERVED FASTING PERIODS.

Zapiski o zakupie beczek z solonymi śledziami odnaleziono już w dokumentach królewskich z X wieku. Z czasem stał się także przysmakiem cenionym przez smakoszy. Łatwość przechowywania niepsującego się towaru, jakimi były śledzie solone w beczkach, sprawiła, że gościły one na stołach nawet w najdalej oddalonych zakątkach Polski.

Śledź był nie tylko składnikiem menu, ale znalazł także swoje miejsce w kulturze i sztuce. Prawdopodobnie, jak żadna inna ryba, pojawia się w twórczości artystów różnych epok. Do dziś spotykamy go zarówno w literaturze pięknej, jak i twórczości ludowej, jest także tematem dzieł malarskich, gdzie pojawia się często jako nieodłączny element martwej natury lub dodatkowy element dekoracyjny dopełniający artystyczne przesłanie.

O tradycji spożywania tej wspaniałej ryby z zapałem pisali wielcy polscy poeci i pisarze: Mikołaj Rej, Adam Mickiewicz, Juliusz Słowacki, Julian Tuwim, Konstanty Ildefons Gałczyński, Jan Brzechwa i Czesław Miłosz. Żartobliwe lub ironiczne słowa kreślił o niej w swoich fraszkach i paszkwilach poeta polskiego baroku Hiacynt Przetocki, a także satyryk i humorysta XIX wieku Faustyn Świderski, który napisał nawet „Ode do śledzia”.

O tym, jaką rolę odegrał śledź w historii nie tylko Polski, ale i świata oraz o związanych z nim tradycjach kulinarnych, pięknie piszą państwo Janina i Marcin Krzeptowscy w wydanej przez Morski Instytut Rybacki – PIB książce pt. „Zasolony król”.

W polskiej historii śledź towarzyszył wszystkim ważnym świętom. Do dziś nie odbędzie się bez niego żadna wigilijna wieczerza. Jest także nieodłączną pozycją menu w Wielki Piątek i w Środę Popielcową.

Nie można nie wspomnieć o tym, że od wieków śledzik był także podawany przez karczmarzy do szklaneczki wódki. Teraz z tradycji tej korzystają, powstające w wielu polskich miastach, bary zakąskowe, w których kelnerzy serwują kieliszek wódki ze śledzikiem w oleju. Wzorowane na lokalach rodem z PRL-u przyciągają one ludzi jedyną w swoim rodzaju atmosferą i klimatem.

Accounts of purchases of barrels with salted herring can be found as early as in royal documents dating back to the 10th century. In time, it also became a delicacy valued by gourmets. The ease in storage of a non-spoiling product, i.e. salted herrings in barrels, made them a dish present on the tables of even the most remote parts of Poland.

Herring was not only a part of many menus, but also found its place in culture and art. Probably no other fish appears so often in the works of artists from various epochs. We come across it even up to this day, both in literature and folk art. It is also the subject of painting works in which it often appears as an inherent element of still life paintings or an additional decorative element supplementing the artistic message.

The tradition of consumption of this fine fish was the subject of works of many great Polish poets and writers: Mikołaj Rej, Adam Mickiewicz, Juliusz Słowacki, Julian Tuwim, Konstanty Ildefons Gałczyński, Jan Brzechwa and Czesław Miłosz. It was the subject of humorous or ironic musings found in the epigrams and lampoons by Polish Baroque poet Hiacynt Przetocki as well as 19th century satirist and humorist Faustyn Świderski who even wrote an "Ode to herring".

The role herring played in the history of not only Poland, but also the world and culinary traditions related to it are beautifully described by Janina and Marcin Krzeptowski in a book entitled "Zasolony król" (The Briny King) published by the National Marine Fisheries Research Institute.

In the course of Polish history herring has accompanied all important holidays. Up to this day no Christmas Eve supper can be held without it. It is also an inherent menu item every Good Friday and Ash Wednesday.

It cannot be ignored that for centuries, herring has also been served by innkeepers as an addition to a glass of vodka. Nowadays, this tradition is taken advantage of by refreshment bars established in many Polish towns and cities, where wait-

POZNAJ POLSKĄ ŻYWNOSĆ

Śledź to źródło łatwo przyswajalnego białka. Jest zdrowy, zawiera witaminy: A, B6, D, E oraz wiele związków mineralnych. Dziś, gdy połowy śledzi z roku na rok zmniejszają się, coraz bardziej doceniana jest ich wartość odżywcza i zdrowotna, zwłaszcza ze względu na zawartość kwasów tłuszczowych omega-3. Tłuszcze te mamy święty obowiązek konsumować, ponieważ ich niedobór w diecie zagraża wieloma chorobami. Dietetycy twierdzą, że jedzenie śledzi poprawia pamięć i koncentrację, sprzyja wytwarzaniu serotoniny – hormonu odpowiedzialnego za dobry nastrój, obniża też poziom złego cholesterolu, zapobiega miażdżycy i wzmacnia układ krążenia.

Najwartościowsze są śledzie jak najmniej przetworzone: pieczone, duszone lub gotowane na parze. Te ostatnie są lekkostrawne i wbrew stereotypom mogą być cennym składnikiem diet dzieci i kobiet w ciąży.

Śledzie można także zapiekać, dusić, marynować, nadziewać, dodawać do past i sałatek, a także przyrządzać z nich placki lub kotlety. Wiele potraw z tej ryby znajduje się na Liście Produktów Tradycyjnych, prowadzonej przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Wpisywane są na nią wyroby posiadające wyjątkowe cechy i właściwości, wynikające ze stosowania tradycyjnych metod produkcji.

Tradycyjne, śledziowe rarytasy

Śledź w oleju z Radziwiłłowa

Niewielkie jasnoszaro-kremowe kawałki fileta śledziowego zanurzone w oleju rzepakowym z małymi kawałkami pomidorów. Wyrzasty smak śledzi, lekko słony, nieco ostry, z kwasowym posmakiem pomidorów oraz wyczuwalną nutą czosnku. W tle przebija delikatny aromat jabłek. W przypadku użycia śledzi wędzonych – aromat wędzonej ryby. Kiedyś śledzie kupowało się w całości prosto z beczki i wtedy trzeba było je oczyścić, oddzielić wnętrzności i pofiletować. Filety moczone w wodzie lub mleku. Następnie pokrojone w kawałki albo całe płyty układano w garnku kamiennym, przekładano suszonymi pomidorami, obranym i pokrojonym czosnkiem i posypywało przyprawami. Zapełniony do trzy czwarte garnek, zalewano octem winnym albo olejem rzepakowym. Garnek należało przykryć płócienną szmatką i odstawić w chłodne miejsce. Po kilku dniach były gotowe. Zamiast tradycyjnego moczenia, oczyszczone śledzie można było wędzić przez kilka dni w zimnym dymie z drewna drzew owocowych. Najlepiej wiśni. Tak uwędzone należało marynować podobnie jak śledzie solone.

ers serve a glass of vodka with herring in oil. Modelled after establishments popular during the communist era, they attract people with their unique atmosphere and climate.

Herring is a source of easily digestible protein. It's healthy and contains the following vitamins: A, B6, D, E and numerous mineral compounds. Today, when herring catches drop every year, their nutritional and health value is appreciated even more, especially because of the content of omega-3 fatty acids. We need to consume these fats, since their deficiency in our diet poses a threat of many diseases. Dieticians claim that eating herring improves memory and concentration, stimulates production of serotonin – a hormone responsible for good mood, which also lowers the level of bad cholesterol, prevents atherosclerosis and strengthens the circulatory system.

The varieties of herring with the best nutritional value are the ones processed the least: roasted, stewed or cooked by steaming. The latter kind is easily digested and, contrary to the stereotypes, can be a valuable ingredient of children and pregnant women's diets.

Herring can also be roasted, stewed, marinated, stuffed, added to pastes and salads as well as used as an ingredient of pies or cutlets. Many dishes made of this fish can be found on the List of Traditional Products kept by the Ministry of Agriculture and Rural Development. It features products with exceptional characteristics and properties resulting from the application of traditional methods of production.

Traditional herring delicacies

Herring in oil from Radziwiłłów

Small light-grey and creamy pieces of herring fillet immersed in rapeseed oil with little pieces of tomato. A distinctive herring flavour, slightly salty, slightly pungent, with an acrid tomato aftertaste and a noticeable hint of garlic. A delicate aroma of apples comes through from the background. When smoked herring is used – the aroma of smoked fish. Once herrings were bought as a whole straight from barrels and then it was necessary to clean them, separate the entrails and fillet them. The fillets were dipped in water or milk. Then, cut in pieces or larger slices, they were put in a stone pot, covered with dried tomatoes, skinned and chopped garlic and sprinkled with seasonings.



DISCOVER POLISH FOOD

Produkt wpisany na listę produktów tradycyjnych województwa mazowieckiego.

Śledź pomorski solony z beczki w zalewie słodko-kwaśnej

Krojony w dzwonka z cebulą, kwaskowy ze słodkim posmakiem i aromacie przyprawowo-cebulowym. Śledzia należy wypatroszyć, umyć i wymoczyć, a następnie pokroić w dzwonka. Dzwonka ułożyć w naczyniu i przełożyć pokrojoną cebulą. Zalać wystudzoną zalewą przygotowaną z octu i wody, przyprawioną zielem angielskim i liściem bobkowym. Marynować przez minimum 15 godzin, aby smaki się przemieszały. Tak przygotowane śledzie podawane były zwykle na postną kolację z kartoflami lub chlebem.

Produkt wpisany na listę produktów tradycyjnych województwa pomorskiego.

„Hylyng” opiekany z cebulą – śledź po kaszubsku

Przepis na śledzia po kaszubsku znany jest od ponad 100 lat i przekazywany z pokolenia na pokolenie. Śledzie, po obróbce wstępnej, obtaczano w mące i obsmażano na patelni. Następnie układano w naczyniu i zalewano zalewą przygotowaną na bazie octu i wody z dodatkiem cebuli. Wszystkie składniki zalewy należało wymieszać i chwilę gotować. Zamiast śledzia świeżego do przyrządzania śledzia po kaszubsku można użyć śledzia solonego, którego przed pieczeniem należy wymoczyć w wodzie. W ten sposób postępowano, gdy świeża ryba nie była dostępna.

Produkt wpisany na listę produktów tradycyjnych województwa pomorskiego.



The pot, filled up to three quarters, was filled with wine vinegar or rapeseed oil. The pot had to be covered with linen cloth and put aside to a cool place. After a few days the dish was ready. Instead of traditional soaking, cleaned herrings could have been smoked for several days in cold smoke produced from burning the wood of a fruit tree. Preferably cherry. Smoked this way, they had to be marinated just like salted herrings.

Product entered on the list of traditional products of the Mazovian Province.

Pomeranian barrelled salted herring in sweet and sour marinade

Cut in steaks with onion, acrid with a sweet aftertaste and a spice and onion aroma. The herring should be gutted, cleaned and soaked and then cut into steaks. Lay the steaks

in a dish and cover them with sliced onion. Douse in cooled-down vinegar and water marinade seasoned with allspice and bay leaf. Marinate for at least 15 hours so that the flavours mix with one another. Usually, herrings prepared this way used to be served for fasting suppers with potatoes or bread.

Product entered on the list of traditional products of the Pomeranian Province.

Roasted "hylyng" with onion – Kashubian herring



The recipe for Kashubian herring has been known for over 100 years and passed from generation to generation. After initial treatment herrings were covered in flour and fried on a frying pan. Then they were put in a dish and dipped in marinade prepared on the basis of vinegar and water with an addition of onion. All ingredients of the marinade had to be mixed and boiled for a moment. Instead of

fresh herring, Kashubian herring can be prepared using salted herring that should be soaked in water before being roasted.

POZNAJ POLSKĄ ŻYWNOSĆ

Śledzie marynowane w oleju

Śledzie marynowane w oleju były i są do dziś najpopularniejszą pomorską przekąską. Tradycyjny piątkowy obiad na Pomorzu składa się ze śledzi marynowanych z cebulką, doprawionych olejem, do których gospodynie podają ziemniaki gotowane w łupinach. Śledzie należało wymoczyć, a z octu i wody, z dodatkiem ziela angielskiego i liści laurowych, przygotować zalewę. Podłużne płyty śledziowe obrane ze skóry, pokrojone, oczyszczone z ości i wnętrzości zalewano zimną zalewą i pozostawiano na kilka godzin. Potem wyjmowano z zalewy, osączano, układano w naczyniu, przekładając cebulą, liśćmi laurowymi i zielem angielskim, a następnie zalewano olejem. Po kilku dniach śledzie są gotowe.

Produkt wpisany na listę produktów tradycyjnych województwa pomorskiego.

Sałatka śledziowa po kaszubsku

Przepisy na sałatki śledziowe zależały od lokalnych tradycji i przekazów rodzinnych. Najbardziej popularna sałatka na Kaszubach to krojone w kostkę śledzie, ogórki, ziemniaki, cebula z przyprawami, zalane śmietaną. Można do niej dodać także jabłka, pamiętając, że muszą to być odmiany o wyrazistym, winnym smaku. Wyszorowane ziemniaki należy gotować w łupinach. Śledzie nie powinny być zbyt słone, dlatego należy je wymoczyć. Wymoczone pokroić w dzwonek, skropić octem, dodać pokrojoną drobno cebulkę, zalać śmietaną, doprawić do smaku solą i pieprzem. Przy przygotowywaniu sałatki śledziowej bardzo ważne jest zachowanie odpowiednich proporcji wszystkich składników.

Produkt wpisany na listę produktów tradycyjnych województwa pomorskiego.



This method was used when fresh fish was not available.

Product entered on the list of traditional products of the Pomeranian Province.

Herring pickled in rapeseed oil

Herring pickled in rapeseed oil has been the most popular Pomeranian snack. A traditional Pomeranian Friday dinner consists of pickled herring with onion seasoned with oil served along potatoes boiled in shells. The herrings had to be soaked and the marinade prepared from vinegar and water with an addition of allspice and bay leaves. Lengthwise skinned herring slices, cut and cleaned of fishbones and entrails, were dipped in cold marinade and left for several hours. Later, they were taken out of the marinade, drained, put in a dish, covered with

onion, bay leaves and allspice and then dipped in oil. After a few days the herrings are ready.

Product entered on the list of traditional products of the Pomeranian Province.

Kashubian herring salad



Recipes for herring salads depended on local and family traditions. The most popular salad in the Kashubia consists of diced herrings, cucumbers, potatoes and onion with seasonings dipped in sour cream. It can also be served with apples which must have an expressive winy flavour. Boil washed potatoes in shells. The herrings should not be too

salty, so they should be soaked. Cut soaked herring into steaks, sprinkle with vinegar, add finely sliced onion, pour sour cream, season with salt and pepper for flavour. When preparing the herring salad, it is very important to preserve proper proportions of all ingredients.

Product entered on the list of traditional products of the Pomeranian Province.

Rolmopsy ze śledzia bałtyckiego w zalewie słodko-kwaśnej

Rolmopsy to zawijane filety śledziowe, spięte wykałaczką. Do przygotowania ich najlepsze są sztuki duże i mięsiste. Rolmopsy ze śledzia bałtyckiego w zalewie słodko-kwaśnej przygotowane są z ryb odławianych w okresie od listopada do końca kwietnia. Można użyć śledzi świeżych lub solonych. Filety śledziowe smarowano ostrą musztardą, wkładano kawałek kiszzonego ogórka, cebuli, posypywano odrobiną świeżo zmielonego pieprzu, a następnie mocno zwijano i spinano wykałaczką. Przygotowane w ten sposób rolmopsy układano w kamiennych garnkach i zalewano zalewą przygotowaną z octu i wody z dodatkiem cukru, soli i gorczycy.

Produkt wpisany na listę produktów tradycyjnych województwa pomorskiego.

Śledź bałtycki po rybacku

Śledź bałtycki po rybacku to sprawiona tuszka śledzia ze skórą, oczyszczona z ości, pokrojona na kawałki z marynatą octową, zalana olejem, z widocznymi talarkami cebuli.

Do przygotowania marynaty – oprócz octu, wody, liści laurowych, pieprzu, ziela angielskiego – dodawano także goździki. Sprawioną tuszkę śledzia układano w glinianym garnku, zalewano przygotowaną marynatą i jeden dzień marynowano. Następnie filety należało odcedzić, pokroić na kawałki i ułożyć w słoju warstwowo, przekładając pokrojoną w talarki cebulą. Całość zalewano olejem. Sposób przyrządzania śledzia po rybacku przypomina przygotowanie śledzia marynowanego w kwaśnej zalewie, ale dodatek goździków nadaje mu zupełnie inny, charakterystyczny smak.

Produkt wpisany na listę produktów tradycyjnych województwa pomorskiego.



Baltic herring rollmops in sweet and sour marinade

Rollmops are rolled herring fillets clipped together with a toothpick. To get the best results, use large and meaty pieces. Baltic herring rollmops in sweet and sour marinade are prepared for fish caught in the period from November to the end of April.

Fresh or salted herring can be used. Herring fillets were smeared with hot mustard, inserted with a piece of cucumber and onion, sprinkled with a touch of freshly ground natural pepper and then firmly rolled and clasped with a toothpick. Rollmops prepared in this way were put in pots stone and dipped in a marinade prepared from vinegar and water with an addition of sugar, salt and charlock.

Product entered on the list of traditional products of the Pomeranian Province.

Fisherman's Baltic herring

The fisherman's Baltic herring consists of a prepared herring carcass with skin, cleaned of fishbones, cut into pieces prepared in a vinegar marinade, dipped in oil with visible onion slices.

Apart from vinegar, water, bay leaves, pepper, allspice clove was also added to prepare the marinade. A prepared herring carcass was put in a clay pot, dipped in a prepared marinade and

pickled for one day. Then the fillets had to be drained, cut into pieces and laid in a jar in layers while covering it with onion slices. The whole was dipped in oil. The method of preparation of the fisherman's Baltic herring is similar to preparation of herring pickled in acrid marinade, but the addition of clove gives it a completely different, characteristic taste.

Product entered on the list of traditional products of the Pomeranian Province.

TEKST ■ By: **MAŁGORZATA KSIĄŻYK/MRiRW**

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: © PANTHERSTOCK/PHOTOGENICA, DARIUSZ MAMIŃSKI/MRiRW

Najważniejsze - jakość i smak!

Most important - quality and taste!

Delikatny i niepowtarzalny smak w połączeniu z wysoką jakością to atuty przedsiębiorstwa DEGA SA. Firma pojawiła się na rynku przetwórstwa spożywczego w listopadzie 1992 r. Specjalizuje się w produkcji majonezowych sałatek rybnych i warzywnych. Dużą popularnością cieszą się także, produkowane przez nią, opiekane ryby w sosie greckim, konserwy rybne i warzywne, a także jajeczne i rybne pasty kanapkowe. W ofercie handlowej znajduje się ponad 200 różnych produktów. Poza wymienionymi można tam znaleźć całą paletę innych przetworów rybnych: konserw, galaret, ryb w zalewach i w sosach.

Delicate and unique taste combined with high quality is the advantages of DEGA SA company. It appeared on the food-processing market in November 1992 and specialises in production of mayonnaise salads with fish and vegetables. Its products like Fried fish in Greek sauce, tinned fish and vegetables, as well as egg and fish spreads for sandwiches are also very popular. The commercial offer includes over 200 various products. Apart from the mentioned ones, it contains a wide range of other fish products: tinned foods, jellies, fish in pickles and sauces.

ŚLEDŹ PO GRECKU ■ GREEK HERRING





KANAPKA Z PAPRYKARZEM SZCZECIŃSKIM ■ FISH PASTE WITH RED PEPPERS SANDWICH

Podstawą sukcesów rynkowych Degi stał się wyszukany smak firmowych przetworów, komponowanych przez najlepszych technologów oraz staranny dobór surowców używanych do produkcji. Staranny i selektywny dobór wszystkich składników, poczynając od warzyw, ryb, a na przyprawach kończąc, to podstawa działania, która zapewnia niepowtarzalny smak wyrobów.

Tak jak mówimy, tak czynimy – to filozofia działania firmy, dla której najważniejsza jest jakość produktów i dbałość o zdrowie ich nabywców.

DEGA zatrudnia około 300 osób. Siedziba jej mieści się w Karnieszewicach, niedaleko Koszalina. Dzięki konsekwentnie realizowanej polityce rozwoju od 2004 r. jest przedsiębiorstwem, które spełniło warunki niezbędne do konkurowania na rynku Unii Europejskiej. W kwietniu 2012 r. zakład uzyskał certyfikat potwierdzający wdrożenie Zintegrowanego Systemu Zarządzania Jakością. Natomiast w marcu 2014 r. certyfikat międzynarodowego zrównoważonego rybołówstwa. Uzyskane certyfikaty gwarantują klientom najwyższą, stałą jakość produktów.

DEGA korzystała ze środków Programu Operacyjnego "Zrównoważony rozwój sektora rybołówstwa i nadbrzeżnych obszarów rybackich 2007-2013", który jest jednym z komponentów wspólnej polityki rybołówstwa Unii Europejskiej.

Firma uczestniczy w prowadzonym przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi Programie PDŻ - Poznaj Dobrą Żywność. Produkty wyróżnione znakiem jakości tego programu to:

- ryba (śledź) po grecku – Filety ze śledzia 30% zatopione w sosie greckim stanowią pyszne połączenie smakowe. Filety po wyjęciu z opakowania są gotowe do spożycia. Jest to produkt idealny zarówno na co dzień, jak i na rodzinne uroczystości i święta. Smakuje wybornie.
- paprykarz szczeciński – Receptura paprykarza szczecińskiego powstała w 1965 r. podczas dalekomorskich połowów. Przygotowywany w tradycyjny sposób łączy pokolenia. Jego składniki: ryż, mięso ryb morskich, koncentrat pomidorowy, cebula i przyprawy, tworzą przepyszną pastę. Najczęściej podawany jest ze świeżym pieczywem.

TEKST ■ By: DRR/MRiRW
ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: DEGA SA

DISCOVER POLISH FOOD

The key of DEGA'S market success became exquisite taste of company's products, composed by the best technologists and careful selection of materials used for production. Careful and selective choice of all ingredients, from vegetables and fish to spices, is essential to guarantee unique taste of the products.

"We do as we say" – it is the philosophy of the company, for which the most important things are the quality of the products and care for buyers' health.

DEGA employs approximately 300 people. The registered office is located in Karnieszewice, near Koszalin.

Thanks to consistently implemented development policy since 2004, it is a company that meets all requirements necessary to compete on the EU market. In April 2012 the plant received a certificate confirming implementation of the Integrated Quality Management System, and in March 2014 it was granted a certificate of well balanced sustainable fishery. The obtained certificates guarantee the highest and constant quality of products.

The company used the funds of the Operating Programme "Sustainable Development of Fisheries Sector and Coastal Fishing Areas 2007-2013", which is one of the components of the Common Fisheries Policy of the European Union. The Programme is implemented by the Agency for Restructuring and Modernisation of Agriculture.

DEGA participates in a programme carried out by the Ministry of Agriculture and Rural Development - PDŻ Poznaj Dobrą Żywność (Discover Great Food). Products marked with the quality mark of this program are:

- Greek fish (herring) – herring fillets 30% in Greek sauce are a delicious combination of flavours. The fillets are ready for consumption after taking them out of the packaging. This product is ideal both for a regular day and family celebrations or holidays. It tastes delicious.
- paprykarz szczeciński – the recipe for paprykarz szczeciński was created in 1965 during deep-sea fishing. A dish prepared in a traditional manner unites generations. Its ingredients are: rice, meat of marine fish, tomato concentrate, onion and spices, they all create a delicious paste. Usually, it is served with fresh bread.



Ekologia na stole

Ecology on your table

UWARUNKOWANIA HISTORYCZNE, GEOGRAFICZNE I EKONOMICZNE SPowodowały, że producenci rolni w Polsce bardziej niż w innych rozwiniętych krajach mają wiedzę i umiejętności w zakresie prowadzenia upraw w sposób naturalny ■ HISTORICAL, GEOGRAPHICAL AND ECONOMIC CONDITIONS OF POLAND HAVE RESULTED IN THE FACT THAT, MORE OFTEN THAN THOSE FROM OTHER DEVELOPED COUNTRIES, POLISH AGRICULTURAL PRODUCERS HAVE KNOWLEDGE AND SKILLS REGARDING CULTIVATING CROPS IN A NATURAL WAY.

Od wielu lat produkcja rolna w naszym kraju była i jest prowadzona przy niewielkim wykorzystaniu chemicznych środków ochrony roślin i nawozów sztucznych. Sprzyja to rozwojowi rolnictwa ekologicznego, systemu gospodarowania o zrównoważonej produkcji roślinnej i zwierzęcej w obrębie gospodarstwa.

Produkcja prowadzona metodami ekologicznymi to sposób uzyskania produktu, w którym zastosowano w możliwie największym stopniu naturalne metody wytwarzania, bez naruszania równowagi przyrodniczej. Zasada ta dotyczy wszystkich rodzajów i etapów produkcji – zarówno produkcji roślinnej, chowu i hodowli zwierząt, produktów akwakultury, jak i przetwórstwa. Produkcja w ekologicznym gospodarstwie rolnym uaktywnia biologiczne procesy poprzez stosowanie naturalnych środków produkcji oraz zapewnia trwałą żyzność gleby, zdrowotność roślin i zwierząt. W szczególności produkcja ta polega na stosowaniu prawidłowego płodozmianu i innych naturalnych metod utrzymywania lub podwyższania biologicznej aktywności i żyzności gleby oraz takiego doboru gatunków i odmian roślin oraz gatunków i ras zwierząt, który uwzględni ich naturalną odporność na choroby.

Rolnictwo ekologiczne jest odpowiedzią na zmieniającą się strukturę popytu na rynku. Po wielkiej fascynacji świata produkcją żywności w warunkach przemysłowych, konsument coraz częściej stwierdza, że tylko żywność powstała w warunkach jak najbardziej zbliżonych do naturalnych spełni jego oczekiwania.

Część konsumentów skłania się ku tym produktom, chcą je kupować, a także płacić za nie wyższą cenę. Światowy rynek rolnictwa ekologicznego rozwija się w szybkim tempie, zwiększając swoje obroty o około 20 proc. rocznie.

W Polsce w celu zagwarantowania konsumentom, że produkty oznakowane jako ekologiczne są odpowiedniej jakości i że zostały wytworzone zgodnie z wyznaczonymi standardami, został wprowadzony, podobnie jak w całej Unii Europejskiej, ścisły system nadzoru. Jednakowe unijne przepisy obowiązują wszystkich producentów, pośredników i przetwórców, biorących udział w całym łańcuchu produkcji i obrotu żywnością ekologiczną, od wytworzenia produktu rolnego w gospodarstwie do wprowadzenia do obrotu dla odbiorcy końcowego – konsumenta. Producenci ekologiczni są również zobowiązani do przestrzegania wszystkich ogólnie obowiązujących wymogów, do których stosują się producenci konwencjonalni.

Ostatnie lata w Polsce charakteryzują się stałą dynamiką wzrostu powierzchni użytkowanej i liczby gospodarstw ekologicznych. Rozwój sektora rolnictwa ekologicznego znajduje również odzwierciedlenie w liczbie przetwórci, jak i dostępnym na rynku asortymencie produktów ekologicznych. W latach 2003-2013 liczba gospodarstw ekologicznych w Polsce wzrosła ponad jedenaścikrotnie. Kontrolą jednostek certyfikujących objętych jest ponad 27 tys. producentów ekologicznych, w tym ponad 26 tys. gospodarstw prowadzonych na blisko 670 tys. ha. Żywność ekologiczną wytwarza także ponad 400 przetwórców.

Według danych Eurostatu, w 2012 r. Polska znajdowała się na 3. miejscu w Unii Europejskiej pod względem liczby gospodarstw ekologicznych.

For many years, agricultural production in our country has involved using low amounts of chemical plant pesticides and artificial fertilizers. This fosters the development of organic agriculture, a system of management of sustainable crop and animal production within a farm.

Production utilizing organic methods is a way of obtaining a product using as natural production methods as possible without violating the natural balance. This principle applies to all kinds and stages of production – crop production, animal husbandry and breeding, aquacultural products and processing. Because it involves using natural means of production, organic production in an agricultural farm spurs biological processes and ensures sustainable soil fertility as well as healthy plants and animals. In particular, this production consists in using proper crop rotation and other natural methods of maintenance or increasing biological activity and fertility of the soil and selection of species and varieties of plants as well as species and breeds of animals that takes account of their natural resistance to diseases.

Organic agriculture is the answer to the changing demand structure on the market. After the world was fascinated with industrial food production, consumers more and more often claim that only food made in conditions most similar to natural will meet their expectations.

Some consumers incline towards these products, want to buy them and pay a higher price for them. The world organic agriculture market is developing rapidly, increasing its turnover by about 20 percent per year.

To guarantee to the consumers that products labelled as organic are of adequate quality and have been made according to the designated standards, a strict system of supervision has been introduced in Poland, just like throughout the European Union. Uniform EU regulations are binding for all manufacturers, intermediaries and processors taking part in the entire chain of production and trade in organic food, from the moment a given agricultural product is made at a farm until it's introduced to trade for the final recipient – the consumer. Organic producers are also obliged to comply with all generally binding requirements observed by conventional producers.

The recent years in Poland have been characterized by a constant dynamics of growth in used areas and the number of organic farms. The development of the organic agriculture sector is also reflected in the number of processing plants and the assortment of organic products available on the market. In the 2003-2013 period the number of organic farms in Poland increased more than eleven times. The supervision of certifying units covers more than 27 000 organic producers, including more than 26 000 farms operating across nearly 670 thousand ha. Organic food is also produced by more than 400 processors.

According to Eurostat data, in 2012 Poland was the third country of the European Union in terms of the number of organic farms.

Pierekaczewnik



Tatarski specjał

A Tatar specialty



POZNAJ POLSKĄ ŻYWNOSĆ



Kruszyniany – wieś pełna smaku i historii. Położona w obszarze przygranicznym z Białorusią ma w sobie tyle uroku i tradycji, co niejedno spore miasteczko. To te okolice król Jan III Sobieski w 1679 r. podarował Tatarom za zasługi wojenne oraz za zaległy żołd. Społeczność tatarska po osiedleniu się zbudowała meczet, który do dzisiaj jest główną atrakcją turystyczną i miejscem modlitw wspólnoty muzułmańskiej. Niemal wkład do dzisiejszej historii Kruszyńian ma pierokaczewnik, zarejestrowany jako Gwarantowana Tradycyjna Specjalność w 2009 r. Ten imponujących rozmiarów tatarski pieróg (średnica wynosi ok. 26-27 cm) podawany jest niemal każdego dnia w Tatarskiej Jurcie – gospodarstwie agroturystycznym Dżennety Bogdanowicz – inicjatorki rejestracji pierokaczewnika. Główną promotorki tego produktu i tatarskiej kuchni w ogóle. Proces rejestracji pierokaczewnika w Unii Europejskiej zajął 2 lata. Wcześniej przez długi czas pani Dżenneta poszukiwała w archiwach potwierdzenia, że pierokaczewnik jest tradycyjną potrawą tatarską. Niezwykłą atmosferę spokoju i ciszy odczuwa się w okolicy Tatarskiej Jurty. Uosobieniem tego stanu jest gospodyni, Dżenneta. Pełna pasji, uśmiechu i optymizmu, którymi potrafi zarazić każdego gościa. Dzięki niej, odwiedzając Kruszyńiany, mamy możliwość posłuchania o regionie oraz historii i tradycjach kulinarnych polskich Tatarów.

Kruszyniany – a village full of taste and history. It is located in the area of the border with Belarus and has as much charm and tradition as many big towns. These are the areas given by king Jan III Sobieski to Tatars in 1679 for their military service and as an overdue soldier's pay. The Tatar community, once they settled, built a mosque, which has been the main tourist attraction and a place of prayer for the Muslim community until today. A significant contribution to the today's history of Kruszyniany has *pierekaczewnik*, registered in 2009 as a Traditional Specialty Guaranteed. This Tatar dumpling of an impressive size (diameter amounts about to 26-27 cm) is served almost every day in *Tatarska Jurta* – Dżenneta Bogdanowicz's agritourist farm – the initiator of *pierekaczewnik* registration, the main promoter of this product and Tatar cuisine in general. The registration process of *pierekaczewnik* in the European Union took 2 years. Before that, Ms Bogdanowicz had searched the archives for a confirmation that *pierekaczewnik* is a traditional Tatar dish.

The amazing atmosphere of peace and quiet can be sensed in the vicinity of Tatarska Jurta. The personification of this state is the hostess - Dżenneta. Full of passion, optimism and always smiling, she can infect every guest with them. Thanks to her, the visitors in Kruszyniana have a chance to learn about some facts related to the





Pierekaczewnik sporządza się z ciasta makaronowego. Przygotowuje się z niego wiele bardzo cienkich, niemal przezroczystych płatów. Posmarowane masłem składa się jeden na drugim, na ostatnim rozkłada się farsz np. z twarogu i rodzynek, jabłek lub mięsa, najczęściej z mięsa indyka. Płaty przełożone nadzieniem zawija się w rulon, a następnie skręca w spiralę przypominającą skorupę ślimaka. Pierekaczewnik piecze się w prodiżu. Po ponad dwugodzinnym pieczeniu gotowy pieróg waży ok. 3 kg.

Przepis na to ciasto przekazywany jest z pokolenia na pokolenie podobno od XVIII w. i według takiej właśnie rodzinnej tradycji pani Dżenneta przygotowuje swoje wspaniałe, zarejestrowane jako Gwarantowana Tradycyjna Specjalność pierekaczewniki. Niestety, rarytasu tego nie posmakuje cała Polska, rocznie wypiekanych jest jedynie 500 sztuk. Każdy pieróg dzieleny jest na 8 części i podawany gościom.

– Pierekaczewnik zawsze pieczono w moim tatarskim domu, w rodzinie Jakubowskich – opowiada Dżenneta Bogdanowicz. – Ta potrawa przywędrowała z nami z nowogródziny, stąd jej białoruska nazwa. Nadzienie pierekaczewnika może być różne: mięsne – z wołowiny czy gęsiny albo jarskie, na przykład z dynią. Oczywiście robimy też pierekaczewniki na słodko, choć mnie samej najbardziej smakuje ten z gęsiną – potrzeba do niego mięsa z całej gęsi, więc podajemy go tylko z okazji wielkich świąt, takich jak Kurban Bajram. Niezależnie od wersji, jest to bardzo pracochłonne danie – zrobienie go zabiera co najmniej trzy godziny. W sezonie, w naszym gospodarstwie Tatarska Jurta, jesteśmy w stanie przygotować maksymalnie 10 pierekaczewników dziennie, czasem więc zdarza się, że ktoś przyjeżdża i chce zamówić nasze danie, a my musimy mu odmówić. Jednak właśnie ta mozolna praca i poświęcony czas sprawiają, że produkt jest wyjątkowy – podkreśla pani Dżenneta.

Pierekaczewnik z Kruszyńian był nagradzany podczas wielu wydarzeń promujących produkty tradycyjne i regionalne. Smakował go również brytyjski następca tronu książę Karol wraz z całą swiątą dziennikarzy i oficjeli.

Każdy, kto potrzebuje solidnej dawki pozytywnej energii, jest mile widziany w Kruszyńianach. Przy odrobinie szczęścia będzie miał szansę posmakować jeden z 500 wytwarzanych rocznie pierekaczewników.

region and about Polish Tatars' history and culinary traditions.

Pierekaczewnik is made of pasta. It is prepared with many very thin, almost transparent, patches. Covered with butter, they are put one on another. The filling, for example made of cottage cheese and raisins, apples or meat, usually turkey, is put on the last one. The patches with layers of the filling are formed into a roll and then into a shape resembling a shell of a snail. *Pierekaczewnik* is baked in an electric cake pan. After over two hours of baking, a dumpling weighs ca. 3 kg.

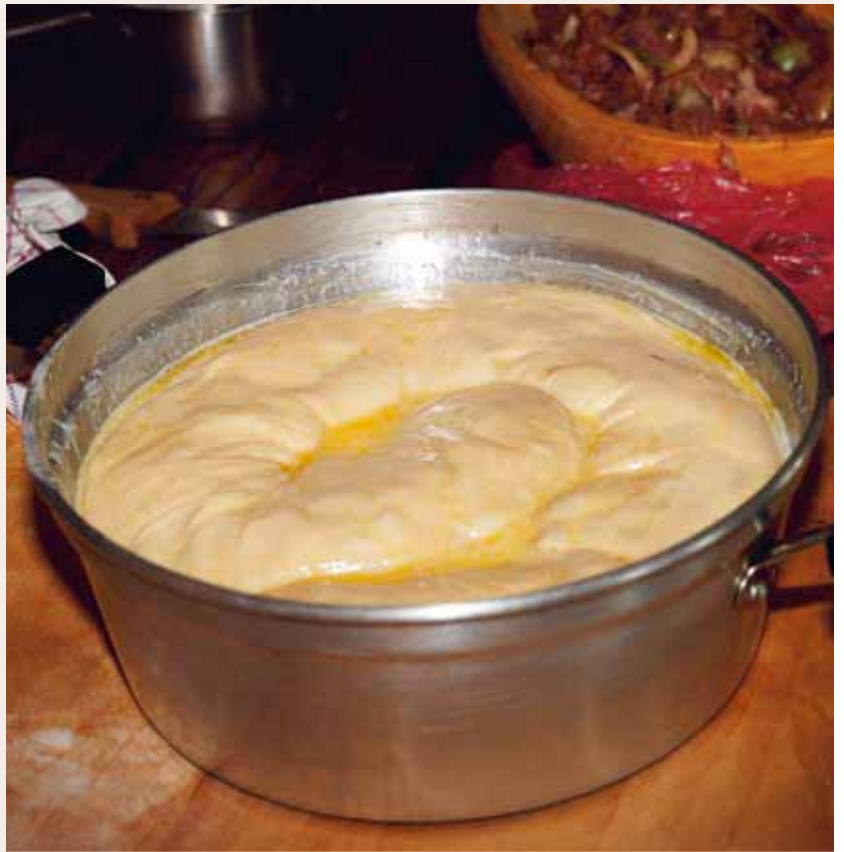
The recipe for this cake is said to have been passed from generation to generation since the 18th century. Ms. Dżenneta prepares her magnificent, registered as Traditional Specialty Guaranteed, *pierekaczewniki* according to this family tradition. Unfortunately, not everybody in Poland may taste it because only 500 pieces are baked annually. Each dumpling is divided into 8 parts and is served to guests.

"*Pierekaczewnik* has always been baked in my Tatar house, in Jakubowski family" – says Dżenneta Bogdanowicz. - "This dish came with us from Navahrudak region, what explains its Belorussian name. The stuffing of *pierekaczewnik* may vary: meat – beef or goose, as well as vegetarian, for example with pumpkin. Of course we also prepare sweet *pierekaczewnik*, though I prefer one goose meat – it requires meat from a whole goose so we serve it only during great holidays, such as Kurban Bajram. Regardless of the version, it is a very laborious dish – it takes at least three hours to bake it. During the season, in Tatarska Jurta we can prepare maximum 10 *pierekaczewniki* per day, so sometimes there are situations when someone arrives to order the dish and we simply have to refuse. Nevertheless, this laborious work and spent time make this product unique" – emphasises Ms. Bogdanowicz.

Pierekaczewnik from Kruszyniany has been awarded during numerous events promoting traditional and regional products. Even Prince Charles himself, an heir to the British throne, along with a whole retinue of journalists and officials had a chance to try it.

Anyone who needs a solid dose of positive energy is welcomed in Kruszyniany. With a bit of luck, there is chance to try one of the 500 annually baked *pierekaczewniki*.

ŹRÓDŁO TEKSTU ■ SOURCE: WWW.TRZYZNAKISMAKU.PL
ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: DARIUSZ MAMIŃSKI, RENATA KANIA/MRiRW,
TRZY ZNAKI SMAKU





ROZMOWA ZE STEPHANE'M ANTIGĄ, SELEKCJONEREM REPREZENTACJI SIATKARZY, MISTRZÓW ŚWIATA ■ AN INTERVIEW WITH STEPHANE ANTIGA, COACH OF POLISH NATIONAL VOLLEYBALL TEAM AND CURRENT WORLD CHAMPION

Polubiłem polskie zupy

I've grown fond of Polish soups

Jest 2007 rok. Stephane Antiga ląduje w Warszawie, stolicy nieznanego, dalekiego kraju. Jak zawodnik Skry Bełchatów odżywia się w Bełchatowie i jak poznaje polską kuchnię?

Najpierw przyjechałam do Polski sam, bez żony, a ja gotuję bardzo średnio. Zdany byłem głównie na restauracje i bary, i to te najbliższe położone miejsca, w którym mieszkałem. Chodziłem też do licznych pizzerii, a do pizzy, jak Francuz, zamawiałem rozmaite sałatki. Bo to było najłatwiej. Polska pizza różniła się od hiszpańskiej, a miałem porównanie, bowiem do Polski przyjechałem z Hiszpanii. Na początku trudno mi było znaleźć dobrą wołowinę, taką jak we Francji, a będąc sportowcem musiałem jeść czerwone mięso, ponieważ ono jest budulcem mięśni. Wołowinę zastępowałem dużą ilością drobiu. We Francji byłem przyzwyczajony do kuchni mojej mamy, która podawała mi zawsze dużo warzyw, a także zupy na bazie warzyw, których nie bardzo lubiłem. We Francji tradycja zup, no może poza obszarami wiejskimi, gdzie rolnicy lubią zjeść ciepłą zupę po pracy w polu, powoli wygasa. Bardzo miłe zaskoczyły mnie właśnie polskie zupy. Za francuskimi zupami warzywnymi nie przepadałem. A w Polsce nastąpiła

It's 2007. Stephane Antiga arrives in Warsaw, the capital of an unknown, distant country. What does a player of Skra Bełchatów eat in Bełchatów and how does he explore Polish cuisine?

At first, I came to Poland by myself, without my wife and I must say I'm an average cook at best. Most of the time I had to rely on restaurants and bars, specifically those located the closest to the place I lived. I also used to visit numerous pizzerias and, being a Frenchman, order various salads to go with the pizza. This was the easiest way. Polish pizza was different from Spanish and I could compare them easily, since I'd come to Poland from Spain. At first, I found it difficult to find good beef, such as in France, and being a sportsman I had to eat red meat, since it's a muscle-building material. I would replace beef with plenty of poultry. In France I was accustomed to my mother's cooking, who would always serve me lots of vegetables and soups based on vegetables that I didn't like very much. The soup tradition in France has been slowly waning, maybe apart from rural areas, where farmers like to eat warm soup after a day of work in the field. Polish soups were the very thing which pleasantly surprised me. I wasn't particularly fond of French

POLAND TASTES GOOD

odmiana, polubiłem wasze zupy. Bardzo smakuje mi pomidoro-
rowa, grzybowa, cebulowa, bardzo lubię żurek. Zasmakowa-
łem też w waszych ciastach: w serniku i szarlotce, choć nie
mogę się nimi przejadać ze względu na konieczność utrzy-
mania właściwej wagi. Bardzo lubię golonkę, bigos, a nawet
wszelkie kapusty a także polsko-węgierski gulasz.

Na początku pobytu w Polsce robił Pan sam zakupy spożywcze? Chodził Pan na polskie bazyry i rynki?

Nie. Z uwagi na słabą wtedy znajomość polskiego, nie miałem wyboru. W kwestii zakupów byłem zdany wyłącznie na siebie, ale ratowałem się chodzeniem do supermarketów. Tam najłatwiej było mi kupić to, co chciałem. Jestem przeciwnikiem mojej żony, która czy to we Francji, we Włoszech czy w Hiszpanii odwiedza małe sklepy, na przykład rzeźnika, lubi i potrafi wybierać najlepsze kawałki mięsa. Zatem raz w tygodniu jeździłem do supermarketu, a w południe i wieczór na co dzień stołowałem się w restauracjach.

Polska jest znana z dobrego pieczywa, a także z dobrych wędlin. A propos naszych zwyczajów żywieniowych: śniadanie je Pan po francusku, czyli kawa, kakao, a do tego croissant, czy już raczej po polsku, czyli na przykład kanapka z wędliną i sałatą, a do tego gorąca herbata?

Oczywiście ja do dziś, także w Polsce, jestem wierny francuskim śniadaniom. A jak już jadę nad Sekwanę, to nigdy nie mogę sobie odmówić tradycyjnej, aromatycznej kawy, a do tego jeden lub dwa croissants. W hotelach, poza Polską, także jem francuskie śniadanie. Mam już 38 lat i muszę uważać na wagę. To nawet dobrze, że na każdym rogu w Polsce nie mogę kupić swoich ulubionych croissantów, bo z pewnością bardzo bym z tego powodu przytył.

A jak Pan ocenia polskie pieczywo po latach pobytu w naszym kraju?

W Polsce nastąpiła wielka ewolucja w jakości pieczywa. Uważam, że polskie pieczywo bardzo się poprawiło i urozmaiciło. Macie tyle znakomych gatunków dobrego, pełnoziarnistego i zdrowego chleba oraz bułek. Zwłaszcza moja żona bardzo je docenia i kupuje najlepsze wyroby piekarnicze. Polscy piekarze wypiekają wyborny chleb, a najwyższą jakość wystawiam polskiemu pieczywu ciemnemu, jest naprawdę pyszne, a klienci mają ogromny wybór.

Czy słyszał Pan o programie Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju wsi pod nazwą „Poznaj Dobrą Żywność”? Jeśli nie, to przyniosłem Panu najnowszy katalog z produktami, które otrzymały ten znak najwyższej jakości i polecam je Panu, na pewno się Pan nie zawiedzie.

Powiem szczerze, że bardzo chętnie zapoznam się z zawartością tego programu.

vegetable soups. But I had a change of heart in Poland. I took a liking to your soups. I enjoy the taste of tomato, mushroom and onion soup. I like sour rye soup very much. I've also taken a fancy to your pastries: cheesecake and apple pie, although I can't have them too often because I have to maintain proper weight. I like knuckle, bigos and even any cabbage as well as Polish-Hungarian goulash.

Did you use to buy groceries yourself at the beginning of your stay in Poland? Did you use to go to Polish market-places?

No. Since I knew hardly any Polish back then, I had no choice. With regard to shopping I had to rely solely on myself, but I found rescue in supermarkets. They were the places where it was the easiest for me to buy what I wanted. I am the polar opposite of my wife, who goes to small stores, be it in France, Italy or Spain. For example, she's able to pick the best pieces of meat at a butcher's. So, once a week I'd go to a supermarket and I'd dine in restaurants every noon and evening.

Poland is known for good bread as well as with good cured meats. Speaking of our eating habits: do you eat French style breakfasts, namely coffee, cocoa along with a croissant, or rather Polish style ones, for example a sandwich with cold meat and lettuce along with a cup of hot tea?

Of course, up to this day I'm faithful to French breakfasts, even in Poland. And when I'm in France I can never refuse traditional, aromatic coffee along with one or two croissants. I eat also French breakfasts at hotels outside Poland. I'm 38 and I have to watch out for my weight. All in all, it's a good thing I can't buy my favourite croissants at every corner in Poland, since I'd surely put on weight because of this.

What's your opinion of Polish bread after many years of living in our country?

There's been a great evolution in the quality of bread in Poland. I believe that Polish bread has improved and diversified very much. You have a plethora of excellent varieties of good,

WIESŁAW STEFANIAK (Z LEWEJ) ROZMAWIA ZE STEPHANE'EM ANTIGA O POLSKIEJ ŻYWNOCI ■ WIESŁAW STEFANIAK (ON THE LEFT) IS TALKING TO STEPHANE ANTIGA ABOUT POLISH FOOD



POLSKA SMAKUJE

A kto gotuje w polskim domu Państwa Antiga?

Oczywiście moja żona, która bardzo lubi gotować i robi to bardzo dobrze. Jestem dumny, że mam za żonę tak znakomitą kucharkę. W domu staramy się prowadzić kuchnię francuską, także ze względu na dzieci, ale Stephanie umie również ugotować znakomity, polski rosół, upiec sama chleb. Ba, moja żona potrafi nawet przyrządzić wyśmienite pierogi z grzybami, a także pierogi ruskie.

Czy jako selekcjoner ma Pan wpływ na to, co jedzą zawodnicy, a zwłaszcza, czy ma Pan wpływ na to, co spożywają przed ważnymi meczami, jak choćby te z ostatnich mistrzostw świata w Polsce?

Po przyjeździe do Polski zasięgnąłem porady u znanego dietetyka z Wrocławia. Specjalista poradził mi, aby zmienić mój sposób odżywiania. Zacząłem uważać na to, co jem, bardzo ograniczyłem słodycze i tłuszcze. Teraz moje dobre doświadczenia z okresu zawodniczego staram się przekazywać zawodnikom z reprezentacji. Zawsze im powtarzam, żeby uważali na to, co jedzą. Teraz już nie widzę, by jedli hamburgery przed meczami. Ograniczają słodycze, a także bardzo uważają na alkohol. Szklanka piwa po meczu nikomu nie zaszkodzi, ale już szklanka po każdym meczu jest nie do przyjęcia, bo może prowadzić do uzależnienia. Proszę zwrócić uwagę, że polska reprezentacja rozegrała 13 meczów, w żadnym z nich nie było problemów z kondycją, a ma to także związek, w oczywisty sposób, ze sposobem odżywiania. Jak widać polska kuchnia reprezentacji siatkarzy służyła... Zdobyli złoty medal. Właściwe odżywianie ogranicza kontuzje, na przykład zmniejsza urazy polegające na zapaleniu mięśni.

Czy pamięta Pan, co jadł i pił w restauracji hotelowej w Katowicach po zdobyciu mistrzostwa świata?

Bardzo dobrze pamiętam. Szef hotelowej kuchni przygotował nam Francuzom szampana. Był też bogato zastawiony bufet. Fetowaliśmy ten sukces w gronie zawodników i działaczy,

wholegrain and healthy bread as well as bread rolls. My wife particularly appreciates that and buys the best bakery goods. Polish bakers make delicious bread and I'd like to give top grades to Polish dark bread. It's really delicious and customers have a wide selection of it.

Have you heard about the program of the Ministry of Agriculture and Rural Development named "Discover Great Food"? If not, I brought you the newest folder with products that have received this top quality mark and I recommend them to you. You won't be disappointed.

Frankly speaking, I'd gladly become familiar with the content of this program.

Who does the cooking at Mr. and Ms. Antiga's home?

My wife of course. She enjoys cooking and does it very well. I am proud that my wife is such an excellent cook. At home we try to stick to French cuisine, also because of the children, but Stephanie can also cook an excellent Polish broth and bake bread all by herself. Indeed, my wife can even make delicious mushroom and Ruthenian *pierogi*.

As a coach, do you have any influence on what the players eat, and especially, do you have any influence on what they consume before important games such as, for example, those played during the last world championships in Poland?

Having arrived in Poland, I took advice from a well-known dietician from Wrocław. The specialist advised me to change my diet. I started to watch what I was eating and severely cut back on sweets and fats. Nowadays, I try to pass my good experience from the time I was a player to the players from the national team. I always tell them to watch what they eat. These days I no longer see them eat hamburgers before games. They cut back on sweets and are very careful with alcohol. A glass of beer after the game won't hurt anybody, but a glass after every game is unacceptable, since it can lead to addiction. Please note that the Polish



ZUPA POMIDOROWA TO KLASYKA POLSKIEJ KUCHNI ■ TOMATO SOUP BELONGS TO POLISH CUISINE CLASSICS

POLAND TASTES GOOD

a także wszystkich osób towarzyszących reprezentacji – lekarzy, masaży-
stów i statystyków. Uważałem, że wszyscy zasłużyli na to, by zasiąść przy
stole bankietowym i delektować się tą wspaniałą chwilą. Nigdy tego nie
zapomnę.

Czy jest Pan spełniony zawodowo jako sportowiec, a dziś także jako trener reprezentacji Polski?

Oczywiście, jestem człowiekiem szczęśliwym i spełnionym. Mam nadzieję, że pozostanę jak najdłużej skromnym człowiekiem. Wiem dobrze, że dla Polaków siatkówka to specyficzna, szczególna dyscyplina sportu. Macie wspaniałych kibiców siatkarskich. To, że ten złoty medal udało się zdobyć właśnie w Polsce z Polakami i dla Polaków, napawa mnie ogromną radością. Jestem naprawdę szczęśliwy, że tym złotym medalem sprawiłem radość milionom Polaków.



ŻUREK W KLASYCZNYM, TRADYCYJNYM WYDANIU Z BIAŁĄ KIELBASĄ I JAJKIEM ■ ŻUREK (SOUP MADE FROM FERMENTED RYE FLOUR) IN THE CLASSIC, TRADITIONAL VERSION WITH RAW SAUSAGE AND A HARD-BOILED EGG

I ostatnie pytanie kulinarne, czy po 7 latach pobytu w Polsce umie Pan samodzielnie i w dobrej, zrozumiałej polszczyźnie zamówić sałatkę w restauracji?

(śmiech) Tak, oczywiście, teraz już nie mam trudności z wysłowieniem się po polsku i nawet tak trudne na początku słowo „surówka” łatwo mi przechodzi przez gardło, i co najważniejsze – kelnerzy mnie już rozumieją. Zaczynam już czytać gazety, a nawet książki, zaczynam się uczyć języka polskiego wraz z moim dziećmi Tymoteuszem i Manoline. Bardzo mnie do tego dopingują.

Dziękuję za rozmowę.



ROZMAWIAŁ ■ INTERVIEWED BY: **WIESŁAW STEFANIAK/ARIMR**
ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: **ARTUR KUBAT/ARIMR, KASZAMANNA.COM**

national team played 13 matches and there were no problems with stamina in any of them, which was obviously also one of the results of proper nutritional habits. As we can see Polish cuisine served the national volleyball team well... They won the gold. Proper nutrition limits the number of injuries. For example, it reduces the number of injuries consisting in muscular inflammation.

Do you remember what you ate and drank at the hotel restaurant in Katowice after you'd won the world championship?

I remember it very well. The hotel chef prepared champagne for us, the French. We also had a really well-stocked buffet. We celebrated this success among the players, the executives and all people accompanying the national team – the doctors, the masseurs, the statisticians. I believed every one of them deserved to sit at the banquet table and savour this special moment. I'll never forget it.

Do you feel professionally fulfilled as an athlete and, also today, as the coach of the Polish national team?

Of course, I'm a happy and fulfilled man. I hope I'm going to remain a modest man for as long as possible. I know well that for Poles volleyball is a specific, special sport discipline. You have wonderful volleyball fans.

The fact I managed to win the gold in Poland with the Poles and for the Poles gives me great joy. I'm really happy I brought joy to millions of Poles with this gold medal.

Final culinary question. Having spent 7 years in Poland, can you order a salad at a restaurant yourself speaking good, understandable Polish?

(laughs) Yes, of course, now I have no difficulties with expressing myself in Polish and even such difficult words as "surówka" pass through my mouth easily and, what's most important, waiters understand me. I already can read newspapers and even books. I've also started learning Polish along with my children, Timoteusz and Manoline. They encourage me in this very much.

Thank you for the interview.



ROZMOWA Z PHILIPPE'EM BLAIN, ASYSTENTEM SELEKCYJONERA SIATKARSKIEJ REPREZENTACJI POLSKI
STEPHANE'A ANTIGI ■ AN INTERVIEW WITH PHILIPPE
BLAIN, ASSISTANT TO THE COACH OF POLISH NATIONAL
VOLLEYBALL TEAM STEPHANE ANTIGA

Francuski apetyt na polskie pierogi

French appetite for Polish pierogi

Kiedy po raz pierwszy zetknął się Pan z polską kuchnią?

Mój pierwszy kontakt z polską kuchnią sięga roku 2001, czyli fazy finałowej Ligi Światowej w Katowicach. Muszę od razu dodać, że jedzenie w hotelach jest często „zeuropeizowane” i nie bardzo przypominam sobie prawdziwych smaków polskiej kuchni z tamtego czasu. Pamiętam tylko, że zupy i ziemniaki były stałym elementem podawanych posiłków.

Co Pan je, kiedy przyjeżdża do Polski – wyłącznie dania polskiej kuchni czy też jest Pan wierny francuskiej gastronomii?

Interesują mnie kulinarne ciekawostki, lubię poznawać miejscową kuchnię. Uważam, że znakomity jest polski barszcz z młodych buraczków. Lubię też rozsmakować się w waszych pierogach, a ostatnio bardzo przypadła mi do gustu zupa ziemniaczano-selerowa.

Na czym polega prawidłowe odżywianie się siatkarzy na najwyższym światowym poziomie?

Taki zawodnik musi odżywiać się w sposób zrównoważony. Jego dieta musi uwzględniać wymogi i obciążenia treningowe, których efektem ma być wydajność meczowa, a tę uzyskuje się dostarczając mięśniom odpowiednią ilość białka. Menu dzienne powinno dostarczyć organizmowi sportowca sole mineralne i witaminy, które pozwolą mu szybko zregenerować siły. Oczywiście taka dieta musi być źródłem dobrego smaku i przyjemności w czasie jedzenia.

When did you come across Polish cuisine for the first time?

My first encounter with Polish cuisine dates back to 2001, namely the final phase of the World League in Katowice. I have to add straightaway that food at hotels is often "Europeanized" and I hardly recall tasting any true flavours of Polish cuisine at that time. I only remember that soups and potatoes were a constant element of served meals.

What do you eat when visit Poland - only Polish dishes or are you also faithful to the French cuisine?

I'm interested in culinary curiosities and like to learn about the local cuisine. I find Polish borsch from young beetroots excellent. I also enjoy your pierogi and recently I've become very fond of potato and celery soup.

What do proper nutritional habits of world-class volleyball players consist in?

Their diet must be balanced. It must take account of training requirements and burdens which are supposed to bring fitness and efficiency during the game and those are obtained by providing muscles with an adequate amount of protein. The daily menu should provide the athlete's organism with mineral salts and vitamins that will allow him to regenerate his stamina quickly. Of course, such a diet must be a source of good taste and pleasure during the meal.

Czy reprezentacja siatkarska Polski ma swojego kucharza?

Nie mamy kucharza, przypisanego specjalnie do reprezentacji, ale czynimy wysiłki, by zawsze zapewnić zawodnikom zrównoważoną dietę. Staramy się zawsze mieć dobry kontakt z miejscowym kucharzem, tak by połączyć potrzebę zdrowego odżywiania z koniecznością zachowania rozmaitych smaków i różnorodnych potraw. Nie ma nic gorszego dla samopoczucia drużyny, jak jedzenie nudne i monotonne.

Czy pamięta Pan, co jadł i pił po wygranej w finale z Brazylią w Katowicach?

Świętowanie zacząłem od szklanki jasnego piwa. A potem już niewiele pamiętam, co jadłem i piłem. Zresztą nie miało to tak wielkiego znaczenia...

Czy robi Pan w Polsce zakupy spożywcze, a jeśli tak to, czy ma Pan ulubione miejsca na zakupy?

Uwielbiam gotować, a co za tym idzie – robić zakupy. Lubię pogadać ze sprzedawcami o towary, który kupuję. Na razie podczas moich pobytów w Polsce rzadko miewam okazję gotować sobie samemu. Dochodzi do tego bariera językowa, uniemożliwia mi rozmowę ze sprzedawcą. Oczywiście bardzo chciałbym poznać maksymalnie wiele polskich produktów i nauczyć się przygotowywać z nich dobre potrawy. Macie w Polsce wielką różnorodność znakomitych zup i muszę kiedyś nauczyć się je wszystkie gotować.

Co Pan sądzi o hasle reklamowym: POLSKIE ROLNICTWO – DOSTAWCA ZAPOMNIANYCH SMAKÓW?

Kuchnia jak każda inna sztuka powinna ewoluować. Należy poszukiwać nowych horyzontów. Jednak najważniejsza jest ochrona kulinarnego dziedzictwa narodowego. Nie wolno pozwolić, by presja na ilość i obniżkę kosztów produkcji doprowadzały do tego, że cierpi jakość produktów i ich oryginalny, jedyny w swoim rodzaju smak. Każdy kraj ma obowiązek ochrony swoich autentycznych, oryginalnych produktów spożywczych, nie oglądając się na pokusę globalizacji, która niestety wszystko wrzuca do jednego, choć – to prawda – bardzo atrakcyjnego garnuszka.

Dziękuję za rozmowę.



ROZMAWIAŁ ■ INTERVIEWED BY: **WIESŁAW STEFANIAŁ/ARIMR**

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: ARTUR KUBAT/ARIMR, © PANTHERSTOCK/PHOTOGENICA



PIEROGI – CIENKO ROZWAŁKOWANE CIASTO, WYPEŁNIONE RÓŻNORODNYM NADZIENIEM: MIĘSNYM, Z KISZONĄ KAPUSTĄ I GRZYBAMI LUB Z TWAROGIEM, ZIEMNIAKAMI I CEBULĄ, CZY TEŻ OWOCAMI SEZONOWYMI ■ DUMPLINGS – THINLY ROLLED DOUGH, FILLED WITH VARIOUS FILLINGS: MEAT, SAUERKRAUT WITH MUSHROOMS, COTTAGE CHEESE WITH POTATOES AND ONION, OR SEASONAL FRUITS

Has the Polish national volleyball team got its own chef?

We do not have a chef assigned specifically to the team, but we strive to always provide our players with a balanced diet. We always try to be in good relations with the local chef to combine healthy nutrition with the need to keep flavours and dishes diverse. There's nothing worse for the team's disposition than boring and monotonous food.

Do you remember what you ate and drank after winning the final with Brazil in Katowice?

I started celebrating by having a glass of light beer. Apart from that I remember little of what I ate and drank afterwards. Besides, it wasn't all that important anyway...

Do you buy groceries in Poland, and if so, have you got any favourite places for shopping?

I love cooking and thus shopping. I like talking with vendors about the product I'm buying. So far, I've rarely had the opportunity to cook for myself during my visits in Poland. This is accompanied by the language barrier, which makes it impossible to have a conversation with a vendor. Of course, I'd like to learn about as many Polish products as possible and learn to prepare good meals from them. You have a great variety of excellent soups in Poland and I have to learn to cook all of them someday.

What do you think of the advertising slogan: POLISH AGRICULTURE – SUPPLIER OF FORGOTTEN FLAVORS?

As any other art, cuisine should evolve. We need to seek new horizons. However, the most important thing is to protect the national culinary heritage. We mustn't allow the pressure on the quantity and the reduction in production costs to make the quality of products and their original, unique taste suffer. Each country is obliged to protect its own authentic, original food products, paying no heed to the temptation of globalization, which sadly puts everything in a single pot, however attractive it may be.

Thank you for the interview.



DZIĘKI NIESKAŻONEMU ŚRODOWISKU, BOGATEJ PRZYRODZIE ORAZ UNIKATOWYM WALOROM KULTUROWYM PODLASIE STAŁO SIĘ JEDNYM Z NAJBARDZIEJ ATRAKCYJNYCH OBSZARÓW DO ROZWOJU AGROTURYSTYKI W POLSCE ■ THANKS TO UNPOLLUTED ENVIRONMENT, RICH NATURE AND UNIQUE CULTURAL QUALITIES, PODLASIE BECAME ONE OF THE MOST ATTRACTIVE AREAS FOR THE DEVELOPMENT OF FARM TOURISM IN POLAND.



Kartacze, sękacz i pierwotna puszcza

Cepelinai, tree cake and primal forest

Podlasie to region wschodniej Polski, obejmujący centralną i południową część województwa podlaskiego, północny wschód i północ województwa lubelskiego oraz wschodni skraj województwa mazowieckiego. Na terenie Podlasia znajdują się jedne z najcenniejszych przyrodniczych obszarów Europy – Puszcza Białowieża, Puszcza Augustowska, Puszcza Knyszyńska, czy też Bagna Biebrzańskie. To również mozaika kulturowa i narodowościowa.

Z czterech parków narodowych, położonych w obrębie Podlasia, na szczególną uwagę zasługuje Białowieżski Park Narodowy. Jego historia sięga 1921 r., kiedy utworzono leśnictwo „Rezerwat”.

Podlasie is a region in eastern Poland, covering the central and southern part of Podlaskie province, northern east and north of Lubelskie province and an eastern part of Mazowieckie province. One of the most valuable natural areas in Europe is located in Podlasie, and includes Białowieża Forest, Augustów Forest, Knyszyń Forest and Biebrza Marshes. It is also a cultural and ethnical mosaic.

Among the four national parks located in Podlasie, one should pay close attention to Białowieża National Park. Its history dates back to 1921, when a forestry "Rezerwat" [Reserve] was established and then, in 1932, renamed as the National



POLAND TASTES GOOD

PRZEJAZD KOLEJKĄ WĄSKOTOROWĄ MOŻNA POŁĄCZYĆ Z POZNANIEM WALORÓW PRZYRODNICZYCH PUSZCZY KNYSZYŃSKIEJ ■ A RIDE ON THE NARROW-GAUGED RAILWAY CAN BE COMBINED WITH LEARNING ABOUT THE NATURAL VALUES OF THE KNYSZYŃSKA FOREST

Park in Białowieża. The park includes fragments of the primal Białowieża forest preserved in a condition similar to a natural one. Along with a part of Białowieża forest in Belarus, the park was entered in the UNESCO list of world heritage. It is visited by over 100,000 tourists annually.

Biebrza National Park, the biggest national park in Poland, is considered to be unique on the global scale. It is located in the valley of the Biebrza River, starting from its springs and end-

które w 1932 r. zostało przemianowane na Park Narodowy w Białowieży. Park obejmuje fragmenty pierwotnej Puszczy Białowieskiej zachowanej w stanie zbliżonym do naturalnego. Wraz z częścią Puszczy Białowieskiej, leżącej na terenach Białorusi, Park Białowieski został wpisany na listę światowego dziedzictwa UNESCO. Co roku do parku przyjeżdża ponad 100 tys. turystów.

Unikatem na skalę światową jest też Biebrzański Park Narodowy, największy park narodowy w Polsce. Obejmuje dolinę rzeki Biebrzy, poczynając od jej źródeł, a skończywszy na ujściu do Narwi. Bagna Biebrzańskie – największy tego typu obszar w Europie Środkowej, odwiedzane są przez wielu miłośników przyrody i traperskiej przygody. Szczególnie chętnie przyjeżdżają tu obserwatorzy ptaków i miłośnicy bezkrwawych fotograficznych łowów.

Głównym celem powołania kolejnego obszaru chronionego na Podlasiu – Narwiańskiego Parku Narodowego – była ochrona bagien, terenów podmokłych i wód, które są dominującymi ekosystemami i zajmują ok. 90 proc. powierzchni. Walory przyrodnicze parku to przede wszystkim unikatowy system doliny rzeki Narwi z bogatymi zespołami roślinnymi i faunistycznymi. Dolina Narwi z silnie rozbudowanym systemem koryt rzecznych jest osobliwością przyrodniczą w tej części Europy i bywa nazywana „Polską Amazonią”.

Wielkim skarbem Podlasia jest też Wigierski Park Narodowy, w granicach którego znajdują się 42 jeziora. Jednym z najatrakcyjniejszych szlaków wodnych parku jest rzeka Czarna Hańcza. Miłośników kajakarstwa przyciąga też Puszcza Augustowska, przez którą przebiega szlak wodny Kanał Augustowski.

Nie tylko przyroda

Podlasie to nie tylko unikatowy krajobraz przyrodniczy. Charakter tego regionu ukształtowany został dzięki spotkaniu odmiennych kultur i religii współzyskujących obok siebie przez stulecia – Polaków, Ukraińców, Żydów i Tatarów. Było to podłoże do tworzenia się oryginalnej dla tych terenów kultury ludowej. Przejawia się ona m.in. w rzeźbie, tkactwie, pieśniach i tańcu.

Stolicą Podlasia jest Białystok, w którym można podziwiać m.in. Pałac Branickich, jedną z najlepiej zachowanych rezydencji

KAZDA PORA ROKU ZACHĘCA DO WYPOCZYNKU NA PODLASIU - NA ŁONIE NATURY, WŚRÓD WIELOKULTUROWEJ SPOŁECZNOŚCI, W KONTAKCIE Z HISTORIĄ ORAZ SYMBOLAMI RÓŻNORODNOŚCI RELIGIJNEJ ■ EVERY SEASON ENCOURAGES YOU TO REST IN THE PODLASIE REGION - IN THE BOSOM OF NATURE, AMONG THE MULTICULTURAL COMMUNITY, IN CONTACT WITH HISTORY AND SYMBOLS OF RELIGIOUS DIVERSITY

WE WNEȚRZU SOBÓRU ŚWIĘTEJ TRÓJICY W HAJNÓWCE – PRAWOSŁAWNEJ CERKWI PARAFIALNEJ ■ INSIDE THE HOLY TRINITY CHURCH IN HAJNÓWKA – AN ORTHODOX PARISH CHURCH





NAJCENNIJSZYMI ELEMENTAMI PRZYRODNICZYMI WIGIERSKIEGO PARKU NARODOWEGO SĄ EKOSYSTEMY WODNE, A WŚRÓD NICH NAJWIĘKSZE Z JEZIOR – WIGRY ■ THE MOST VALUABLE NATURAL ELEMENTS OF THE WIGRY NATIONAL PARK ARE WATER ECOSYSTEMS, INCLUDING THE LARGEST OF LAKES – WIGRY

magnackich w Polsce. Pałac nazywany jest Wersalem Podlasia, a okalający go ogród uważany jest za najlepiej zachowaną kompozycję barokową w Polsce. Nie mniej interesujący jest Tykocin – najstarszy zespół urbanistyczny Podlasia. Tykocin to miejsce

ing at the mouth of the Narew River. Biebrza marshes, the biggest area of this type in the central Europe, are visited by many enthusiasts of nature and trekker's adventures. Especially bird observers and fans of wildlife hunting for animal photos are particularly keen on visiting this place.

The primary purpose of establishing another protected area in Podlasie – Narew National Park – was to protect marshes, boggy areas and waters that are dominant ecosystems and cover about 90% of its surface. Natural qualities of the park include mainly a unique system of the valley of the Narew River with rich fauna and flora systems. The valley of the Narew with strongly developed system of river beds is a natural peculiarity in this part of Europe and is sometimes called "Polish Amazonia".

A great treasure of Podlasie is also Wigierski National Park, within which there are 42 lakes. One of the most attractive waterways of the park is the Czarna Hańcza River. Fans of canoeing are also drawn by Augustów Forest where a waterway called the Augustów Canal can be found.

Not only nature

Podlasie is not only a unique natural landscape. The character of this region was formed as a result of a meeting of different cultures and religions that have been coexisting side by side for centuries – Poles, Ukrainians, Jews and Tatars. This was a base for creation of folk culture, which is original for this region. It manifests itself, for instance, in sculpting, weaving, songs and dancing.

The capital of Podlasie is Białystok, where visitors can admire, for instance, Branicki Palace, one of the best preserved magnate mansions in Poland. The palace is referred to as the



BIEBRZAŃSKI PARK NARODOWY TO MIEJSCE WYMARZONE DLA MIŁOŚNIKÓW PRZYRODY. UNIKALNA MOŻLIWOŚĆ OBSERWACJI NA TYM OBSZARZE NATURALNYCH PROCESÓW PRZYRODNICZYCH, NIESPOTYKANA NIGDZIE INDEJ BIORÓŻNORODNOŚĆ, RZADKIE GATUNKI FAUNY I FLORY, STANOWIĄ ATRAKCJĘ DLA AMATORÓW, JAK RÓWNIEŻ ZAAWANSOWANYCH PRZYRODNIKÓW ■ THE BIEBRZAŃSKI NATIONAL PARK IS THE PERFECT PLACE FOR LOVERS OF NATURE. THE UNIQUE POSSIBILITY OF OBSERVING NATURAL PROCESSES IN THE AREA, UNUSUAL BIODIVERSITY LIKE NOWHERE ELSE, RARE SPECIES OF FAUNA AND FLORA ARE AN ATTRACTION FOR AMATEURS AS WELL AS EXPERIENCED NATURAL SCIENTISTS

z wieloma zabytkami i zachowanym oryginalnym układem przestrzennym miasta. W tym uroczym miasteczku nad Narwią do dziś stoi jedna z najstarszych i największych w Polsce synagog, w której znajduje się obecnie Muzeum Kultury Żydowskiej. Każ-

dego urzecznie też malowniczy Drohiczyn – miasto koronacyjne z Górą Zamkową i białymi murami katedry – siedziby biskupiej oraz seminarium duchowego z XVII wieku.

Przyrodnicze i kulturowe walory Podlasia stwarzają doskonałe warunki do rozwoju agroturystyki. W ostatnich latach powstało tu wiele gospodarstw agroturystycznych z profilowaną ofertą usług turystycznych, nastąpiła wyraźna poprawa jakości świadczonych usług oraz standardu obiektów wiejskiej bazy noclegowej, szczególnie gospodarstw agroturystycznych.

Tradycyjna kuchnia i potrawy

Dużym atutem Podlasia jest jego specyficzna regionalna kuchnia oraz oryginalne produkty tradycyjne. Kuchnia Podlasia to przede wszystkim prosta kuchnia regionów wiejskich z silnymi wpływami litewskimi. Region ten słynie m.in. z potraw z ziemniaka, takich jak kartacze, baba ziemniaczana, kiszka ziemniaczana, czy placki ziemniaczane.

Kartacze są jednym z najbardziej popularnych produktów tradycyjnych Podlasia, będąc także sztandarową potrawą tradycyjnej kuchni litewskiej. Kartacz formowany jest z masy ziemniaczanej wokół nadzienia z mielonego mięsa. Nadzienie przygotowywane jest z mięsa wieprzowego: karkówki lub łopatki – czasem dodaje się także podgardle. Niekiedy kartacze są faszerowane nie tylko mięsem, lecz też kiszoną kapustą lub grzybami. Można je nadziewać również makiem lub serem. Podawany jest na gorąco, polany tłuszczem i skwarkami oraz smażoną cebulą.

Do najpopularniejszych potraw na Podlasiu zaliczana jest też babka ziemniaczana, wytwarzana z tartych ziemniaków, smażonej słoniny, mąki, jajek oraz cebuli. Występuje w różnorodnych postaciach, a podawana jest z wieloma rodzajami dodatków i sosów. Innym popularnym podlaskim specjałem z ziemniaka jest kiszka ziemniaczana. Składa się ona z tartych ziemniaków lekko odsączonych z dodatkiem różnych kasz (np. gryczanej). Wszystko to nadziane jest w jelito wieprzowe, wcześniej starannie oczyszczone i wymyte. Do kiszki, zresztą jak do większości potraw ziemniaczanych, podaje się jako dodatek zasmażkę zrobioną z boczku i cebuli.



KARTACZE SĄ JEDNYM Z NAJBARDZIEJ POPULARNYCH PRODUKTÓW TRADYCYJNYCH PODLASIA ■
CEPELINAĪ IS ONE OF THE MOST POPULAR TRADITIONAL PRODUCTS OF PODLASIE

Versailles of Podlasie, while the garden surrounding it is considered the best preserved Baroque composition in Poland. Equally interesting is Tykocin – the oldest urban complex of Podlasie. Tykocin is a place with many monuments and preserved original spatial system of the town. In this charming town by the Narew River is one of the oldest and largest synagogues in Poland, which is now the Museum of Jewish Culture. Every person will also be enchanted by picturesque Drohiczyn – a coronation town with Góra Zamkowa, and white walls of the cathedral – an episcopal seat of spiritual seminar from the 17th century.

Natural and cultural values of Podlasie create excellent conditions for the development of farm tourism. In recent years, many agrotourism farms with profiled offer of tourist services have been opened. A significant improvement of the quality of rendered services and a standard of country accommodation has been noticed, especially in terms of agrotourism farms.

Traditional cuisine and the dishes

A great asset of Podlasie is its specific regional cuisine along with its unique and traditional products. The cuisine of Podlasie is based mainly on simple cuisine from rural regions with strong Lithuanian influences. This region is famous, for example, for potato dishes such as cepelinaĪ, potato cake, potato sausage or potato pancakes.

CepelinaĪ is one of the most popular traditional products of Podlasie and one the most recognisable traditional dishes of Lithuanian cuisine. It is made of potato mass and a filling consisting of minced meat. The filling is made of pork: neck or blade – sometimes dewlap is also added. Sometimes cepelinaĪ is stuffed not only with meat but also with sauerkraut or mushrooms. It may also be filled with poppy seeds or cheese. It is served hot, covered with fat, cracklings and fried onion.

One of the most popular dishes in Podlasie is also potato cake, made of grated potatoes, smoked back fat, flour, eggs and onion. It is served in various forms with various additions and sauces. Another potato specialty of this region is kiszka [a sausage made of grated potatoes]. It consists of grated potatoes that are slightly drained, and various groats (e.g. buckwheat). All the ingredients are stuffed into a pork intestine, which is previously cleaned and carefully washed. Kiszka, similar to other potato dishes, is served with roux made of bacon and onion.

A pie, called *sękacz* [tree cake], whose origins come from Balts' culture, is another dish associated with the cuisine of this region. It is baked over fire by using a special rolling pin, liquid cake flows down and solidifies in different shapes. Preparation of this specialty is quite complicated, time-consuming and experience-requiring. The largest tree cakes are even one metre big.

The cuisine of Podlasie has also visible traces of Tatar influences. In each Tatar house *pierekaczewnik* was known as a holiday dish. It is prepared with pasta and contains various fillings. *Pierekaczewnik* is known as a truly Tatar dish.



Z PODLASKĄ KUCHNIĄ KOJARZY SIĘ TAKŻE CIASTO ZWANE SĘKACZEM, KTÓREGO TRADYCJA WYRABIANIA SIĘGA AŻ KULTURY BAŁTÓW ■ A PIE, CALLED SĘKACZ [TREE CAKE], WHOSE ORIGINS COME FROM BALTS' CULTURE, IS ANOTHER DISH ASSOCIATED WITH THE CUISINE OF THIS REGION

Z podlaską kuchnią kojarzy się także ciasto zwane sękaczem, którego tradycja wyrabiania sięga aż kultury Bałtów. Wypieka się go nad ogniem za pomocą specjalnego obracanego wałka, po którym ciekłe ciasto spływa, zastygając w różnych kształtach. Przygotowywanie tego przysmaku jest dość skomplikowane, czasochłonne i wymaga wprawy. Największe sękacze osiągają nawet metr wysokości.

W kuchni podlaskiej widoczne są także wpływy tatarskie. W każdym tatarskim domu, jako danie świąteczne, znany był pieriekaczownik. Sporządza się go z ciasta makaronowego z różnorodnym nadzieniem. Pieriekaczownik zwany jest prawdziwie tatarskim jadleń.

Prawdziwym podlaskim przysmakiem jest kasza podawana ze skwarkami oraz różnego rodzaju wędliny. Przykładem może być kindziuk litewski, czyli kawałki surowej lub podwędzonej szynki i słoniny. Godne polecenia są także palcówka, czyli suszona kiełbasa wieprzowa i dziczyzna przyrządzana z dodatkiem np. sosu szyszkowego. Warto wspomnieć także o kołodunach tatarskich – narodowej potrawie Tatarów polskich, przyrządzanej w piątek lub w Bajram (święto). Małe pierożki z surowym farszem mięsny gotowane są w rosole.

Podlaskim smakołykiem jest ser koryciński. Tajemnica produkcji tego sera polegała na zastosowaniu odpowiedniego enzymu, produkowanego jako proszek ze startych, wysuszonych cielęcych żołądków. Obecnie zastąpiono go podpuszczką mleczarską. Dostępny jest w wielu wariantach smakowych, w zależności od fantazji gospodyni doprawiającej specjał. Ser koryciński nazywano powszechnie „swojskim”. Stanowił on lokalny przysmak, który przez stulecia znalazł sobie uznanie w innych częściach kraju.

Inna regionalna specjalność to ser suszony podlaski. Ma on intensywny bukiet smakowy, charakterystyczny dla serów twardych. Oryginalny smak i zapach produkt ten zawdzięcza długiemu, półrocznemu procesowi suszenia i dojrzewania. Stosowane na Podlasiu dodatki ziołowe nadają mu wyjątkowy aromat.

Another delicacy of Podlasie is groats served with cracklings and various kinds of cured meats. Lithuanian skilandis, pieces of raw or slightly smoked ham and back fat, can be mentioned as an example. Another dish that is worth recommending is the so-called *palcówka* – a dried pork and game sausage served with sauce, e.g. pine sauce. It is also worth to mention Tatar kolduny – a national dish of Polish Tatars, prepared on Friday or Bajram (a holiday). These are small dumplings with meat stuffing boiled in broth.

Delicacy of Podlasie is *ser koryciński* (Koryciński cheese). The secret of production of this cheese is adding an enzyme, which is produced as powder from grated and dried veal stomachs.



PODLASKIM SMAKOŁYKIEM JEST SER KORYCIŃSKI ■ DELICACY OF PODLASIE IS SER KORYCIŃSKI (KORYCIŃSKI CHEESE)

Currently, the enzyme is replaced by milky rennet. The dish is available in many flavours, depending on the fantasy of the cook. *Ser koryciński* (Koryciński cheese) is commonly recognised as “home-made”. It was a local delicacy that has gained recognition in other parts of the country throughout centuries.

Another regional specialty is dried Podlaski cheese. It has an intensive range of flavours, typical of hard cheeses. Original taste and smell of this product come from long (six months long) drying and maturation process. Herbal additions used in Podlasie give it a unique aroma.

TEKST ■ By: **ANDRZEJ RATAJCZYK/THE WARSAW VOICE**

ZDJEŃCIA ■ PHOTOS BY: © PANTHERSTOCK/PHOTOGENICA, IWONA CHROMIAK/MRIRW, RENATA KANIA/MRIRW

Z zagranicznymi dziennikarzami przez Polskę

Across Poland with foreign journalists

Ponad 50 dziennikarzy z krajów Unii Europejskiej, i nie tylko, odwiedziło w 2014 r. Polskę po to, aby zapoznać się z efektami wdrażania mechanizmów Wspólnej Polityki Rolnej w naszym kraju.

Tegoroczna, piąta już edycja spotkań z udziałem przedstawicieli zagranicznych mediów odbyła się w ramach specjalnego projektu realizowanego przez Biuro Prasowe Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Od 2011 r. goście podróżują przez Polskę, wzbogacając swoją wiedzę o naszym kraju, o polskim rolnictwie, produkowanej nad Wisłą zdrowej i naturalnej żywności oraz smakując regionalne i tradycyjne produkty.

W tym roku szlaki poszczególnych wizyt medialnych wiodły poprzez województwa: mazowieckie, łódzkie, wielkopolskie, dolnośląskie, małopolskie, lubelskie, podlaskie i warmińsko-mazurskie.

Podczas wizyt dziennikarze mieli okazję spotkać się z rolnikami, przetwórcami, producentami produktów posiadających certyfikaty, a także z przedstawicielem kierownictwa Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Rozmowy dotyczyły specyfiki polskiego sektora rolno-spożywczego, wykorzystania środków pochodzących z unijnych programów pomocowych, możliwości w ramach nowego budżetu UE, a także bieżącej sytuacji branży rolnej w kontekście sytuacji geopolitycznej.

Zagraniczni goście poznali także polskie produkty wpisane do wspólnotowego systemu ochrony produktów regionalnych i tradycyjnych. W naszym kraju mamy już 37 takich produktów, co plasuje Polskę na 8. pozycji wśród państw członkowskich. Nadal gonimy czołówkę, ale już teraz mamy się czym chwalić. Od czerwca do końca września, przemierzając kolejne regiony, poszczególne grupy dziennikarzy miały okazję spróbować większość z tych niepowtarzalnych specjałów. Każdej wizycie towarzyszyła prezentacja produktów posiadających oznaczenia Komisji Europejskiej, ich degustacja, a także warsztaty kulinarne.

Dziennikarze chwalili nie tylko smak wyjątkowych, polskich potraw. Z uznaniem oceniali umiejętne wykorzystanie unijnych

Over 50 journalists from the EU countries, and beyond, have visited Poland in 2014 in order to familiarise themselves with the effects of implementing the mechanisms of the Common Agricultural Policy in our country.

This year's (the fifth so far) edition of meetings, attended by representatives of foreign media, was held as part of a special project implemented by the Press Office of the Ministry of Agriculture and Rural Development. Since 2011, guests have travelled across Poland enriching their knowledge about our country, Polish agriculture, healthy and natural food produced at the Vistula River as well as tasting regional and traditional products.

This year, the routes of particular media visits have led through the following provinces: Mazowieckie, Łódzkie, Wielkopolskie, Dolnośląskie, Małopolskie, Lubelskie, Podlaskie, and Warmińsko-Mazurskie.

During the visits, journalists had an opportunity to meet with farmers, processors and producers of products having certificates as well as with representatives of the management of the Ministry of Agriculture and Rural Development. Their conversations were related to the specific nature of the Polish agricultural and food sector, use of the funds from the EU aid programs, opportunities under the new EU budget, as well as the current situation of the agricultural trade in the context of the geopolitical situation.

Foreign guests also learned about Polish products entered into the community system for protection of regional and traditional products. We have already had 37 such products, which makes Poland the 8th country in this aspect among the Member States. We are still behind the leaders, but we have things to brag about. From June until the end of September, different groups of journalists had an opportunity to try most of these unique delicacies while travelling across consecutive regions. Each visit included presentation of the products with the markings of the European Commission, their tasting, as well as culinary workshops.

POLSKA SMAKUJE

funduszy przez naszych rolników i przetwórców, podkreślali polską pomysłowość, aktywność i odwagę w inwestowaniu.



Uczestnictwo w tegorocznym wyjeździe prasowym to była dla mnie przyjemność. Oprócz spotkań ze wszystkimi tymi sympatycznymi ludźmi bardzo zainteresował mnie sposób, w jaki polskie Ministerstwo Rolnictwa i samorządy współpracują z rządowymi i unijnymi funduszami strukturalnymi. Zarówno w ubiegłym, jak i w tym roku najbardziej interesujące było oglądanie, jak rozwija się Dolina Baryczy i projekt Karp Milicki. Dla mnie to najlepsza historia sukcesu w rolnictwie regionalnym, z jaką się kiedykolwiek zetknąłem. Jest to dobry przykład na to, że jeśli ktoś ma odpowiedni pomysł, siłę i cierpliwość, aby zrobić coś ambitnego, to może się to urzeczywistnić. Miło mi było napisać o projekcie w Czechach i na Słowacji. Zaś moi czytelnicy czerpią z tych artykułów inspirację.

Tomáš Lemešani/Czechy, Słowacja

Oscypek chodzi mi po głowie. Zanim w ogóle przyjechałam do Polski, nie wiedziałam zbyt wiele na temat polskiej żywności. Jedyne, co o niej słyszałam od przyjaciół pracujących za granicą, to, że jest podobna do chorwackiej i że niektóre artykuły, takie jak kiszona kapusta, którą również lubimy, można kupić tylko w polskich sklepach.

Rzecz jasna, oczekiwałam więcej. Zanim przyjechałam, już byłam pod wrażeniem tak ogromnego kraju z tak wieloma obszarami rolnymi. I nie rozczarowałam się ani trochę. Czy to wspaniałe owoce, takie jak żurawiny, śliwki lub jabłka, warzywa takie jak pomidory, znakomite mięso kaczki, czy też smaczne karpie lub pstrągi, jedzenie było doskonale i pyszne, przygotowane starannie i ze znajomością tego, czego potrzeba głodnemu dziennikarzowi.

Ale żadna dziennikarska wyobraźnia nie mogła przygotować mnie na największą niespodziankę ze wszystkich dań kuchni polskiej. Najpiękniejszym odkryciem był skromny, pełen dymu domek wysoko w Tatrach. Jest to miejsce, gdzie wytwarza się najbardziej charakterystyczny rodzaj sera. Od tamtej pory oscypek chodzi mi po głowie – tak tradycyjny, o takiej historii, tak prosty – wyrabiany ręcznie wyłącznie z mleka owczego, tak smaczny – jak mieszanka dymu, soli i mleka. Najpierw, pokrojony w grube plasterki, wydawał się zbyt ostry. Był to dla mnie smak całkowicie inny niż te, które znałam do tej pory. Ale wiedziałam, że coś wytwarzane z taką starannością musi być dobre.

Na szczęście nasi drodzy gospodarze, rodzina Rzepków, obdarowali nas serkami, abyśmy mogli zabrać je do domu. I wtedy ponownie odkryłam oscypka. Chciałam sprawdzić, co na jego smak powiedzą moi chorwaccy przyjaciele. Pokroiłam go więc

Journalists praised not only the taste of exceptional Polish dishes. They positively assessed the competent use of the EU funds by our farmers and processors, as well as emphasised Polish ingenuity, activity and courage in investing.

It was a pleasure to participate in the media trip this year. In addition to all the nice people I met there, it's very interesting for me to see how Polish ministry of agriculture and local governments work with government and EU structural funds. Last year, and also this year, it was the most interesting to see Dolina Baryczy and project Karp Milicki develop. For me it was the best success story in regional agriculture I've ever seen. It proves quite clearly that if you have a good idea, power and patience to do something ambitious, you can make it. It was a pleasure for me to write about the project in Slovak and Czech. And my readers gained strong inspiration from the articles.

Tomáš Lemešani/Czech Republic, Slovakia

Oscypek on my mind. Before I went to Poland, I didn't know much about Polish food. The only thing I heard about it, from my friends who worked abroad, was that it was similar to Croatian cuisine and that you could buy some things, like sauerkraut, that we also like, only in Polish stores.

Of course, I expected more. Before I arrived I was already impressed by such a huge country with so many agricultural areas. And it didn't disappoint me at all. No matter whether it was wonderful fruit like cranberries, plums or apples, vegetables like tomatoes, great duck meat, or tasty carp or trout, the food was great and tasty, prepared with care and knowledge about what a hungry journalist needs.

But no journalist imagination could prepare me for the biggest surprise of all Polish dishes. Modest cottage high in Tatra Mountains, filled with smoke, was the most spectacular discovery. That's the

place where most specific kind of cheese is produced. Since then, oscypek has been on my mind – so traditional, with such a history, so simple – hand-made only of sheep milk, so tasty – like smoke, salt and milk mixed together. At first, cut in wide slices, it seemed too strong. It tasted different than anything I had eaten before. But I knew that something made with such care has to be great.

Luckily, our dear hosts, the Rzepka



PRZYGOTOWANIE DOBREGO CIASTA NA PIEROGI, TO NIE LADA WYZWANIE. JEDNAK PRZED DZIENNIKARZAMI NIE MA TAJEMNIC. PIEROGI BYŁY WYSMIENIENE ■ PREPARING GOOD DUMPLING DOUGH IS A CONSIDERABLE CHALLENGE. HOWEVER, IT IS IMPOSSIBLE TO HAVE SECRETS FROM REPORTERS. THE DUMPLINGS WERE EXCELLENT





POLAND TASTES GOOD

family, gave us some of this cheese to take home. And that's when I discovered oscypek again. I wanted to check out what my Croatian friends might say about it. So I cut it into thin slices, and served it together with dried meat and cherry tomatoes. As an appetizer I also used the great Polish plum brandy. And it was a great success. Everyone loved it.

All the warm summer days, when hardworking Polish people do their best to produce fine food came back together with that taste. I was really lucky to meet them.

Marijana Kranjec/Croatia

POD CZUJNYM OKIEM EKSPERTÓW ZAGRANICZNI GOŚCIE MIELI MOŻLIWOŚĆ WŁASNORĘCZNEGO PRZYGOTOWANIA KOLACJI NA BAZIE POLSKICH PRODUKTÓW, TAKŻE TYCH Z UNIJNYMI OZNACZENIAMI ■ UNDER THE WATCHFUL EYE OF EXPERTS THE FOREIGN GUESTS HAD A POSSIBILITY TO PREPARE DINNER ON THE BASIS OF POLISH PRODUCTS, INCLUDING THESE WITH EU SYMBOLS

na cienkie plasterki, podałam razem z suszonym mięsem i pomidorkami koktajlowymi. Jako aperitif podałam także wspaniałą polską śliwovicę. I to był wielki sukces. Każdemu bardzo smakowało.

Wszystkie te ciepłe, letnie dni, podczas których pracownicy Polacy dokładają najlepszych starań, aby wyprodukować wysmienitą żywność wróciły wraz z tym smakiem. Miałam naprawdę wielkie szczęście, że mogłam ich spotkać.

Marijana Kranjec/Chorwacja

I love Polish sausages so much. Because they are not low-fat but really tasty! I wondered why the Polish politicians appreciated farmers and agriculture so much. They are proud of Polish farmers making high-quality products. In Germany, although the farmers make fresh and healthy products, the people and politicians always complain about it, instead of appreciate the high standards. I wish our politicians could learn this particular attitude from yours.

Andrea Bahrenberg/Germany



Wprost kocham polskie wędliny. Dlatego, że nie są niskotłuszczowe, a naprawdę smaczne! Podziwiałam, jak bardzo polscy politycy doceniają rolników i rolnictwo. Są dumni z polskich rolników produkujących żywność wysokiej jakości. W Niemczech rolnicy produkują świeże i zdrowe produkty, ale ludzie i politycy zawsze na nie narzekają, zamiast doceniać wysokie standardy. Chciałabym, aby nasi politycy uczyli się w tej kwestii od polskich.

Andrea Bahrenberg/Niemcy

Polski przemysł spożywczy na Litwie jest podziwiany za to, że potrafi produkować tanio i z dbałością o wysoką jakość. Choć te produkty nie do końca są popularne z powodu nieporozumień politycznych między naszymi krajami. Czytelnikom bardzo podobał się przykład rolnika posiadającego uprawę borówek. Pisali w komentarzach pod artykułem, że to dobry przykład dla litewskich rolników. Zainteresowanie wzbudziła również historia oscypka, bowiem dotychczas mało kto słyszał na Litwie o tym przepysznym, góralskim serze, a także dzieje sadowników z Grójca. Interesujące było to, że historia sadownictwa jest tam tak długa i sięga czasów królowy Bony. Polskie rolnictwo jest bardzo różnorodne, w niektórych regionach rozdrobnione, ale są też duże, nowoczesne gospodarstwa, z których działalności mogą brać przykład rolnicy w innych krajach. Litwescy mogliby np. podpatrzeć, jak promować swoje produkty, w Polsce robi się to lepiej.

Eldoradas Butrimas/Litwa

The Polish food industry in Lithuania is admired for being able to produce cheaply and with care for high quality. Nevertheless, these products are not quite so popular due to political misunderstandings between our countries. Readers liked the example of a farmer cultivating blueberries a lot. They wrote in their comments under the article that it is a good example for Lithuanian farmers. They were also interested in the history of oscypek, since hardly anybody has heard so far in Lithuania about this delicious mountain cheese, as well as by the story of fruiters from Grójec. Particularly interesting was the fact that the history of fruit farming is so old there and dates back to the times of Bona Sforza. Polish agriculture is very diverse, in some regions, farms are dispersed, whereas there are also large modern ones whose activities can be an example for farmers in other countries. The Lithuanian ones could, for example, observe how to promote their products, as it is done better in Poland.

Eldoradas Butrimas/Lithuania



ROZMAWIAŁA ■ INTERVIEWED BY: **RENATA KANIA/MRiRW**
ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: **RENATA KANIA/MRiRW**

Rośliny z certyfikatem

Certified plants

Podczas zakupów żywności coraz częściej zwracamy uwagę nie tylko na cenę, ale także na jakość i walory zdrowotne produktu. Interesuje nas też przebieg procesu jego wytwarzania.

Aby ułatwić konsumentom dokonanie właściwego wyboru, stworzono systemy jakości żywności, które informują o tym, że produkt oznaczony logo spełnia nałożone systemem wymagania. Są systemy zarówno unijne, jak i krajowe. W Polsce obecnie istnieje 5 uznanych przez Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi krajowych systemów jakości. Głównym ich wyróżnikiem jest to, że produkty są systematycznie kontrolowane i certyfikowane przez akredytowane jednostki kontrolne. Jednym z takich systemów jest Integrowana Produkcja (IP). Jest to nowoczesny i rozwijający się system uprawy roślin, który umożliwia uzyskanie plodów rolnych o najwyższych wartościach biologicznych i odżywczych oraz bezpiecznych dla zdrowia. Cały proces produkcyjny, aż do chwili zbiorów, podlega kontroli Państwowej Inspekcji Ochrony Roślin i Nasiennictwa. Kontrole dotyczą także pozostałości środków ochrony roślin, nawozów oraz innych substancji niebezpiecznych dla zdrowia.

Podstawą tego systemu jest poprawny płodozmiian i agrotechnika, racjonalne, oparte na rzeczywistym zapotrzebowaniu roślin, nawożenie oraz stosowanie środków ochrony roślin jedynie w uzasadnionych sytuacjach oraz wybór tych, najmniej zagrażających zdrowiu ludzi i zwierząt oraz środowisku naturalnemu.

Potwierdzeniem wysokiej jakości plonów pochodzących z takiej produkcji jest certyfikat i zastrzeżony znak IP, dostępny wyłącznie dla polskich produktów.

TEKST ■ BY: MAŁGORZATA KSIĄŻYK/MRiRW
ZDJĘCIA ■ PHOTO BY: FOTOLIA



When buying our food, more and more often, we pay attention not only to the price, but also to the quality and the health value of the product. We're also interested in the course of the process of its production.

To make it easier for consumers to make a right choice, food quality systems that inform that a product labelled with a certain logo meets the requirements imposed by such systems have been devised. They include both EU and national systems. Presently in Poland there are 5 national quality systems recognized by the

Minister of Agriculture and Rural Development. Their main distinguishing mark is the fact that products are systematically controlled and certified by accredited control units. One of such systems is Integrated Production (IP). It is a modern and developing system of cultivation of plants, which enables growers to obtain crops with highest biological and nutritional values as well as safe for health. Until the harvest the entire production process is subject to inspections carried out by the State Plant Health and Seed Inspection Service. The inspections also apply to the residues of plant pesticides, fertilizers and other substances hazardous to health.

The basis for this system consists of correct crop rotation and agricultural engineering, rational fertilization based on the actual demand of plants as well as using plant pesticides only in justified situations as well as selection of those posing the least threat to human and animal health as well as the natural environment.

The confirmation of high quality of crops originating from such production is the certificate and the reserved IP sign, available only for Polish products.



Europa wraca do korzeni

Europe is returning to its roots

Jak nakarmić świat? Odpowiadając na to pytanie Europa stara się wrócić do korzeni. Do naturalnej produkcji żywności, do spożywania lokalnych i sezonowych produktów. Coraz większy nacisk kładzie się na problem marnowania żywności i zagadnienia związane z produkcją rolną bezpieczną dla środowiska naturalnego.

Również w tym kontekście, podkreślając znaczenie rodzinnych gospodarstw rolnych i lokalnej produkcji tradycyjnej żywności, rok 2014 był, decyzją Organizacji Narodów Zjednoczonych, rokiem gospodarstw rodzinnych.

– Między innymi dlatego, gdyż to właśnie rodzinne gospodarstwa rolne dostarczają ponad 80 proc. produkowanej żywności – mówił Ren Wang, członek Organizacji Narodów Zjednoczonych ds. Wyżywienia i Rolnictwa (FAO), podczas XI International Media Forum on the Protection of Nature, zorganizowanego przez włoskie Stowarzyszenie Greenaccord w październiku tego roku w Neapolu. Cytując ogłoszony w Rzymie raport FAO dr Wang podkreślił, że to właśnie na gospodarstwach rodzinnych powinna opierać się dziś walka z głodem.

Do korzeni sięga także Komisja Europejska w kampanii „W trosce o nasze korzenie”. Kampanii informującej o założe-

How to feed the world? When answering this question, Europe tries to come back to its roots, i.e. to natural food production and to local and seasonal products consumption. More and more attention is focused on the problem concerning food wasting and issues related to agricultural production safe for the natural environment.

Also in this context, while emphasising the meaning of family agricultural farms and local production of traditional foods, 2014 has been called, by the decision of the Commission of the United Nations, the year of family farms.

"Among other reasons because family agricultural farms provide more than 80 percent of the produced food" – said Ren Wang, a member of the Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO) during the XI International Media Forum on the Protection of Nature organised by an

Italian Association, Greenaccord, in October this year in Naples. When quoting a FAO report announced in Rome, Dr. Wang emphasised that today fight against hunger should be focused on family farms.

The European Commission also returns to the roots in its campaign "Taking care of our roots". The campaign informs





SPRZEDAŻ BEZPOŚREDNIA MOŻE BYĆ TAKŻE DOBRYM SPOSOBEM NA ZWIĘKSZENIE DOCHODÓW MAŁYCH GOSPODARSTW ROLNYCH I TWORZENIE NOWYCH MIEJSC PRACY NA WSI ■ DIRECT SELLING CAN ALSO BE A GOOD WAY TO INCREASE INCOME OF SMALL AGRICULTURAL FARMS AND TO CREATE NEW WORKPLACES IN THE COUNTRYSIDE

niach i celach najstarszej ze wspólnotowych polityk. Mowa tu oczywiście o wspólnej polityce rolnej, która w obecnej perspektywie budżetowej kładzie nacisk również na zagadnienia związane z bezpieczeństwem żywnościowym. „Rolnictwo to nasze korzenie” – głosi hasło wskazujące na znaczenie rolnictwa w naszym życiu codziennym i na rolę, jaką odgrywa Wspólna Polityka Rolna (WPR) wspierająca jego rozwój.

Ważną rolę na tym polu odgrywają jednak nie tylko rządowe instytucje krajowe czy unijne. Swoją rolę zaznaczają także media czy organizacje pozarządowe, takie jak Slow Food – zrzeszający członków w 150 krajach na całym świecie. Propagują ideę łączenia przyjemności dobrego i zdrowego jedzenia ze zobowiązaniem wobec społeczeństwa i środowiska. Edukują, promują, odkrywają na nowo lokalne smaki, wspierają lokalnych producentów. Jednym słowem sięgają do korzeni.

Zagadnieniom bezpieczeństwa żywnościowego na świecie poświęcone będzie także Expo 2015 w Mediolanie. Dyskusja toczy się jednak już od dawna. O tym, jak nakarmić stale rosnącą liczbę mieszkańców, co zrobić, aby zmniejszyć ilość marnowanej żywności oraz jak dbać o klimat w obliczu rosnącej skali produkcji, dyskutuje dziś cały świat. Na te pytania odpowiedź próbowali znaleźć także przedstawiciele świata nauki, polityki i mediów, którzy w październiku spotkali się w Neapolu podczas wspomnianego forum. „Ludzie budują przyszłość” – pod takim hasłem toczyły się rozmowy pomiędzy przedstawicielami ponad 50 krajów świata.

Jesteśmy odpowiedzialni również za tych, którzy będą po nas korzystał z zasobów naturalnych naszej planety – to jedna z konkluzji, które pojawiły się w toku dyskusji. Odpowiedzialność spoczywa na nas wszystkich jako konsumentach. To, jakich dokonujemy wyborów, jaka żywność trafia na nasze stoły

o tym, jakie założenia i cele ma najstarsza polityka rolna Unii Europejskiej. Oczywiście, jest to odwołanie do wspólnej polityki rolnej, która w obecnej perspektywie budżetowej kładzie nacisk również na zagadnienia związane z bezpieczeństwem żywnościowym. „Agriculture, our roots” – mówi slogan podkreślający znaczenie rolnictwa w naszym codziennym życiu i rolę, jaką odgrywa Wspólna Polityka Rolna (WPR), która ją wspiera.

W tym obszarze nie tylko instytucje państwowe czy Unii Europejskiej, ale także media i różnego rodzaju organizacje pozarządowe, takie jak Slow Food, które zrzesza członków w 150 krajach na całym świecie, odgrywają ważną rolę. Promują one połączenie przyjemności dobrego i zdrowego jedzenia z odpowiedzialnością wobec społeczeństwa i środowiska. Edukują, promują, odkrywają na nowo lokalne smaki, wspierają lokalnych producentów. Jednym słowem – wracają do korzeni.

Problemy bezpieczeństwa żywności w świecie są tematem, który będzie obecny także na Expo 2015 w Mediolanie. Dyskusja o tym, jak nakarmić stale rosnącą liczbę mieszkańców, co zrobić, aby zmniejszyć ilość marnowanej żywności oraz jak dbać o klimat w obliczu rosnącej skali produkcji, trwa już od dawna. W październiku w Neapolu odbył się forum, podczas którego spotkali się przedstawiciele nauki, polityki i mediów z ponad 50 krajów. Pod hasłem „Ludzie budują przyszłość” toczyły się rozmowy o tym, jak zapewnić bezpieczeństwo żywnościowe w przyszłości.

W tym obszarze nie tylko instytucje państwowe czy Unii Europejskiej, ale także media i różnego rodzaju organizacje pozarządowe, takie jak Slow Food, które zrzesza członków w 150 krajach na całym świecie, odgrywają ważną rolę. Promują one połączenie przyjemności dobrego i zdrowego jedzenia z odpowiedzialnością wobec społeczeństwa i środowiska. Edukują, promują, odkrywają na nowo lokalne smaki, wspierają lokalnych producentów. Jednym słowem – wracają do korzeni.

W tym obszarze nie tylko instytucje państwowe czy Unii Europejskiej, ale także media i różnego rodzaju organizacje pozarządowe, takie jak Slow Food, które zrzesza członków w 150 krajach na całym świecie, odgrywają ważną rolę. Promują one połączenie przyjemności dobrego i zdrowego jedzenia z odpowiedzialnością wobec społeczeństwa i środowiska. Edukują, promują, odkrywają na nowo lokalne smaki, wspierają lokalnych producentów. Jednym słowem – wracają do korzeni.

Produkt nie pokonuje tysięcy kilometrów, przeladowane ciężarówki nie zanieczyszczają powietrza – to wszystko jest teoretycznie. Jednak, jak to wprowadzić w życie, jeśli mieszkasz w mieście z ponad milionem mieszkańców? Zaletami tej idei są jej elastyczność i wielowymiarowość. Istnieje

POLAND TASTES GOOD

ma wpływ na środowisko naturalne. – Czy naprawdę musimy kupować pakowany hermetycznie, plasterkowany ser, do którego wyprodukowania i zapakowania zużyto nieporównywalnie więcej energii? – pytała w Neapolu Cinzia Scaffidi, wiceprezes Slow Food Italia.

Jedną z inicjatyw hołdujących slowfoodowym ideom, które przytoczyła Cinzia Scaffidi, jest tzw. „zero mile farming”. W istocie jest to pomysł, który dla naszych dziadków, a nawet rodziców był całkiem naturalną sprawą. Jak sama nazwa wskazuje u jego podłoża leży redukcja dystansu, jaki musi pokonać produkt, by trafić do naszej kuchni. Z perspektywy rolnika jest to sprzedaż bezpośrednia, natomiast z perspektywy konsumenta zaopatrywanie się w lokalne produkty, u lokalnych producentów. Oszczędność czasu, energii i środowiska. Zdaniem polskiego ministra rolnictwa Marka Sawickiego, sprzedaż bezpośrednia może być także dobrym sposobem na zwiększenie dochodów małych gospodarstw rolnych i tworzenie nowych miejsc pracy na wsi.

Produkt nie pokonuje tysięcy kilometrów, wypchane po brzegi tiry nie zanieczyszczają powietrza – tyle w teorii. Jak jednak przełożyć to na praktykę, gdy jest się mieszkańcem milionowego miasta? Zaletą tej idei jest jej elastyczność i wielowymiarowość. Możliwości działania jest wiele. Ważne, aby dokonując konsumenckich wyborów pamiętać o własnym zdrowiu i środowisku naturalnym. Aby kupować świadomie, także w kontekście ilości żywności, jaką jesteśmy w stanie zjeść.

Problem marnowania żywności to dziś największy absurd w obliczu ponad 800 mln głodujących. Głównie w tym kontekście istnieje potrzeba uświadomienia, że marnowanie żywności jest po prostu niemoralne.

Podjęmowane dotychczas działania odnoszą skutek. Z tegorocznego raportu Organizacji Narodów Zjednoczonych do spraw Wyżywienia i Rolnictwa oraz Międzynarodowego Funduszu Rozwoju Rolnictwa i Światowego Programu Żywności wynika, że w ciągu ostatnich dziesięciu lat liczba głodujących zmniejszyła się o 100 mln i są realne szanse na dalszą redukcję tej liczby w krótkim czasie, nawet o połowę. Można jednak zaryzykować stwierdzenie, że marnowanie żywności jest jak okradanie z niej tych, którzy głodują.

Każdego dnia możemy próbować ograniczyć zużycie energii, dbać o środowisko i walczyć z marnowaniem żywności. Możemy ograniczyć korzystanie z jednorazowych opakowań. Nie musimy kupować pakowanego sera, którego plasterki oddzielone są dodatkową folią, która rozkładała się przez setki lat.

Wszystko co dziś robimy, będzie miało swoje konsekwencje w przyszłości. Dlatego już dziś pomyślmy o tych, którzy będą korzystać z zasobów naturalnych ziemi, gdy nas już na niej nie będzie. To my dziś budujemy ich przyszłość.

„ZERO MILE FARMING” – Z PERSPEKTYWY ROLNIKA JEST TO SPRZEDAŻ BEZPOŚREDNIA, NATOMIAST Z PERSPEKTYWY KONSUMENTA ZAOPATRYWANIE SIĘ W LOKALNE PRODUKTY, U LOKALNYCH PRODUCENTÓW ■ „ZERO MILE FARMING” – FROM A FARMER’S POINT OF VIEW, IT IS DIRECT SALE, WHILE FROM A CONSUMER’S PERSPECTIVE, IT IS BUYING LOCAL PRODUCTS FROM LOCAL MANUFACTURERS.

many ways to act. It is important, when making consumer’s choices, to remember about own health and natural environment – to buy consciously, also in the context of the amount of food that we are able to eat.

Nowadays, the problem of food wasting has been the greatest absurd, considering the fact that there are more than 800 million people suffering from starvation. Mainly in this context, there is a need to make people aware that wasting food is simply immoral.

The actions undertaken so far have been successful. This year’s FAO and IFAD WFP’s reports has shown that in the last ten years the number of starving people has dropped by 100 million and there has been real chances for further reduction in this number in a short time, even by half. However, one may risk stating that wasting food is like stealing it from those who starve.

Every day, we can try to reduce energy consumption, take care of our environment, and fight against food wasting. We can reduce the use of disposable packaging. We do not have to buy packed cheese whose slices are separated by additional foil that decays over centuries.

Everything we do today will have consequences in the future. That is why, we should think today about those who will use natural resources of the world after we are gone. Today, we are building their future.

TEKST ■ By: **RENATA KANIA/MRiRW**

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: EMANUELE CAPOSCIUTTI, RANATA KANIA/MRiRW, © PANTHERSTOCK/PHOTOGENICA



Unia Europejska zmieniła polskie rybactwo

The European Union changed Polish fishery

Dostęp do Morza Bałtyckiego, bogactwo jezior i rzek, a także rosnące zapotrzebowanie społeczeństwa na dobrej jakości mięso ryb, sprzyjają rozwojowi rybactwa w naszym kraju. To nie tylko rybactwo na Bałtyku, to również rybactwo dalekomorskie, rybactwo śródlądowe i przetwórstwo ryb.

Od przystąpienia do Unii Europejskiej polskie rybactwo, a szczególnie przetwórstwo ryb, przekształciło się w jedną z najszybciej rozwijających się dziedzin gospodarki. Nasi rybacy i przetwórcy umiejętnie wykorzystali szanse, jakie zaoferowała Wspólna Polityka Rybołów-

stwa. Od akcesji na rozwój tego sektora wydankowano ponad 5 mld zł. Pieniądze pochodziły głównie z dwóch unijnych programów: Sektorowego Programu Operacyjnego „Rybołówstwo i przetwórstwo ryb 2004-2006” oraz Programu Operacyjnego „Zrównoważony rozwój sektora rybołówstwa i nadbrzeżnych obszarów rybackich na lata 2007-2013”. Rozdysponowała je Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa, która jest w Unii Europejskiej agencją płatniczą obsługującą największą liczbę beneficjentów.

Aby ta dziedzina polskiej gospodarki mogła się rozwijać potrzebna była, poza łowiskami, nowoczesna flota rybacka, portowa infrastruktura, centra sprzedaży, innowacyjne przetwórstwo, a także nowe inwestycje na obszarach zależnych od rybactwa. Pieniądze, pochodzące z unijnych programów, wspierały realizację tych celów.

Zarządzanie rybołówstwem morskim w Polsce, podobnie jak w wielu krajach świata, odbywa się w oparciu o ustalone



POŁOŻENIE GEOGRAFICZNE POLSKI SPRZYJA ROZWOJOWI ZARÓWNO RYBOŁÓWSTWA MORSKIEGO, JAK I RYBACTWA ŚRÓDLĄDOWEGO ■ POLAND'S GEOGRAPHIC LOCATION IS FAVOURABLE FOR THE DEVELOPMENT OF BOTH SEA FISHERY AND INLAND FISHERY

Access to the Baltic Sea, abundance of lakes and rivers, as well as a growing demand of the society for good quality meat of fish are favourable for the development of fishery in our country. It is not only fishery in the Baltic Sea, but also deep-sea fishery, inland fishing and fish processing.

Since the accession to the European Union, Polish fishery, and in particular fish processing, transformed into one of the most dynamically developing area of economy. Our fishermen and processors have skilfully used the opportunities offered by the Common Fisheries Policy. Since the accession, more than PLN 5 billion was spent on the development of this sector. The money came mainly from two UE programs: Sectoral Operational Program "Deep-sea fishery and fish processing 2004-2006" and the Operational Program "Sustainable development of fisheries sector and coastal fishing areas, 2007-2013". The money was divided by the Agency for Restructuring and Modernization of Agriculture, which in the

POLAND TASTES GOOD

limity połowowe, wyrażone maksymalną ilością możliwych do odłowienia ryb.

W 2013 r. na Bałtyku polscy rybacy złowili ok. 134 tys. ton ryb wszystkich gatunków. Połowy te były większe o ponad 11 proc. niż w roku poprzednim. Więcej złowiono szprotów i fląder, mniej natomiast dorszy i śledzi. Tendencje wzrostowe można także zauważyć w połowach przybrzeżnych ryb słodkowodnych, takich jak płocie, sandacze i leszcze.

Wielkość polskich połowów dalekomorskich w 2013 roku również wzrosła – o ok. 4 proc. Mamy trzy statki dalekomorskie, które poławiały na wodach Mauretanii i północno-wschodniego Atlantyku. Statki te wyłowiły ponad 61 tys. ton ryb. Były to przeważnie ostroboki, sardynki atlantyckie i makrele.

Na naszym wybrzeżu widać dziś nowoczesne kutry rybackie ze sprzętem nowej generacji, które wyladują połowy w centrach sprzedaży wyposażonych w niezbędną infrastrukturę, magazyny, chłodnie, dostosowanych do prowadzenia różnych form sprzedaży ryb.

Unijne wsparcie wywarło także ogromny wpływ na rybnictwo śródlądowe. Utworzono lub zmodernizowano ok. 450 gospodarstw. Udało się również zachować ponad 550 gospodarstw prowadzących tradycyjny, zgodny z wymaganiami środowiska, chów ryb. Rybaków śródlądowych jest w Polsce ok. 1,1 tys. Poza połowami prowadzą także zarybianie rzek, jezior i stawów rybnych oraz chów i hodowlę.

Niewątpliwym powodem do dumy w naszym kraju jest wspomniane już przetwórstwo ryb. Dzięki wsparciu unijnemu powstało wiele nowoczesnych zakładów przetwórczych. Na koniec 2013 r. przetwórstwem ryb zajmowało się 306 zakładów, dopuszczonych do handlu wewnątrz Wspólnoty, spośród których 75 posiadało uprawnienia do eksportu do krajów trzecich. Jednocześnie działało ponad 600 gospodarstw rybackich i firm zajmujących się sprzedażą ryb słodkowodnych i przetworów rybnych na krajowym rynku.

Pomimo zmian konsolidacyjnych, wielkość zakładów jest w dalszym ciągu bardzo zróżnicowana. Istnieją zarówno silne przedsiębiorstwa tworzące grupy kapitałowe, jak również małe zakłady sprzedające swoje produkty głównie na lokalnym ryn-

European Union, is a payment agency serving the greatest number of beneficiaries.

In order for this area of the Polish economy to develop, except for fishing grounds, what was necessary was a modern fishing fleet, port infrastructure, sale centres, innovative processing, as well as new investments in areas which are dependent on fishery. The money from the UE programs supported the implementation of these objectives.

Fishery management in Poland, similarly as in many countries of the world, is conducted on the basis of fishing limits, expressed with a maximum number of fish that can be caught.

In 2013, in the Baltic Sea Polish fishermen caught ca. 134 thousand tons of fish of all species. These harvests were larger by over 11 percent than in the previous year. More sprat and flounder were caught, however, less cod and herring were harvested. The growth tendencies can also be noted in coastal freshwater fishing for e.g. common roaches perch-pike and common breams.

Also the volume of Polish deep-sea fishing in 2013 increased by ca. 4 percent. We have three deep-sea ships that fish on the waters of Mauretania and North-Eastern Atlantic. These deep-sea ships caught more than 61 thousand tons of fish. These were predominantly scad, European pilchard and mackerel.

Nowadays, on our coast there are modern fishing boats with new generation equipment that unloads harvests in sale centres, equipped with the necessary infrastructure, warehouses, cold stores and also adapted for conducting different forms of fish sale.

EU support had also a huge impact on inland fishing. Approximately 450 farms have been created, developed or modernized. It was also possible to preserve more than 550 farms running traditional aquaculture, compatible with the environmental requirements. There are about 1 100 inland fishermen in Poland. Apart from fishery, also fish restocking in rivers, lakes and fish ponds and breeding are conducted.

An undoubted reason for pride in our country is the already mentioned fish processing. Owing to the support of EU law many modern processing plants were created. At the end of 2013, there were 306 fish processing plants approved for trade within the Community, from among which 75 had the rights to export to third party countries. At the same time more than 600 fish farms and companies operated that were involved in sale of freshwater fish and fish products on the domestic market.

In spite of consolidation changes, the sizes of plants are still very diverse. There are both strong holding companies as well as small plants selling their products mainly on the local market. Many of them are family businesses whose products gained recognition among consumers.

NA POLSKIM WYBRZEŻU WIDAC DZIŚ KUTRY RYBACKIE, WYPOSAŻONE W SPRZĘT NOWEJ GENERACJI ■ TODAY ONE CAN SEE ON THE POLISH COAST FISHING CUTTERS, FITTED WITH A NEW GENERATION EQUIPMENT





PRZETWÓRSTWO RYB W POLSCE JEDNA Z NAJDYNAMICZNIEJ ROZWIJAJĄCYCH SIĘ DZIEDZIN GOSPODARKI ■ FISH PROCESSING IS ONE OF THE MOST RAPIDLY DEVELOPING FIELDS OF ECONOMY IN POLAND

ku. Wiele z nich to firmy rodzinne, których produkty znalazły uznanie w oczach konsumentów.

W latach 2004-2013 w rozwój branży przetwórczej zainwestowano ponad 2,1 mld zł. Środki unijne stanowiły ok. 38,5 proc. całkowitych kosztów inwestycji. Pokazuje to, z jak olbrzymim wysiłkiem i determinacją przetwórcy walczyli o sprostanie konkurencji na światowych rynkach.

Polskie przetwórstwo zatrudnia dziś ponad 18 tys. osób i jest największym pracodawcą w sektorze rybackim. Dostarcza na rynek krajowy prawie 0,5 mln ton ryb i przetworów rybnych.

W najbliższych latach przewidywany jest dalszy wzrost produkcji, któremu sprzyjały będą, w ramach nowej perspektywy budżetowej Unii Europejskiej, środki z Europejskiego Funduszu Morskiego i Rybackiego. Polsce przyznano ponad 531 mln euro. Pod względem wielkości środków na politykę rybacką nasz kraj uplasował się na czwartym miejscu w Unii Europejskiej za Hiszpanią, Francją i Włochami. Środki przeznaczone dla Polski na realizację Programu Operacyjnego „Rybacko i Morze” na lata 2014–2020, łącznie z wkładem z budżetu krajowego, wyniosą ok. 710 mln euro. Pozwoli to na realizację siedmiu, określonych unijną polityką, priorytetów: rybołówstwo morskie i śródlądowe, akwakultura, wdrażanie wspólnej polityki rybołówstwa, lokalne strategie rozwoju, przetwórstwo, obrót produktami rybołówstwa i akwakultury, a także zintegrowana polityka morska. Wspierane będą te sektory, w których powstaną miejsca pracy oparte o nowe technologie produkcyjne. Polscy przetwórcy pracować będą nad poprawą konkurencyjności eksportowanych produktów rybnych, m.in. poprzez zwiększenie innowacyjności stosowanych technologii, inwestycje w akwakulturę, jak również tworzenie nowych produktów wychodzących naprzeciw oczekiwaniom konsumentów.

During the period of 2004-2013 more than PLN 2.1 billion was invested in the development of the processing industry. The EU funds constituted approximately 38.5 percent of the total investment costs. It shows the huge effort and determination of the processors who strove to face the competition of the global markets.

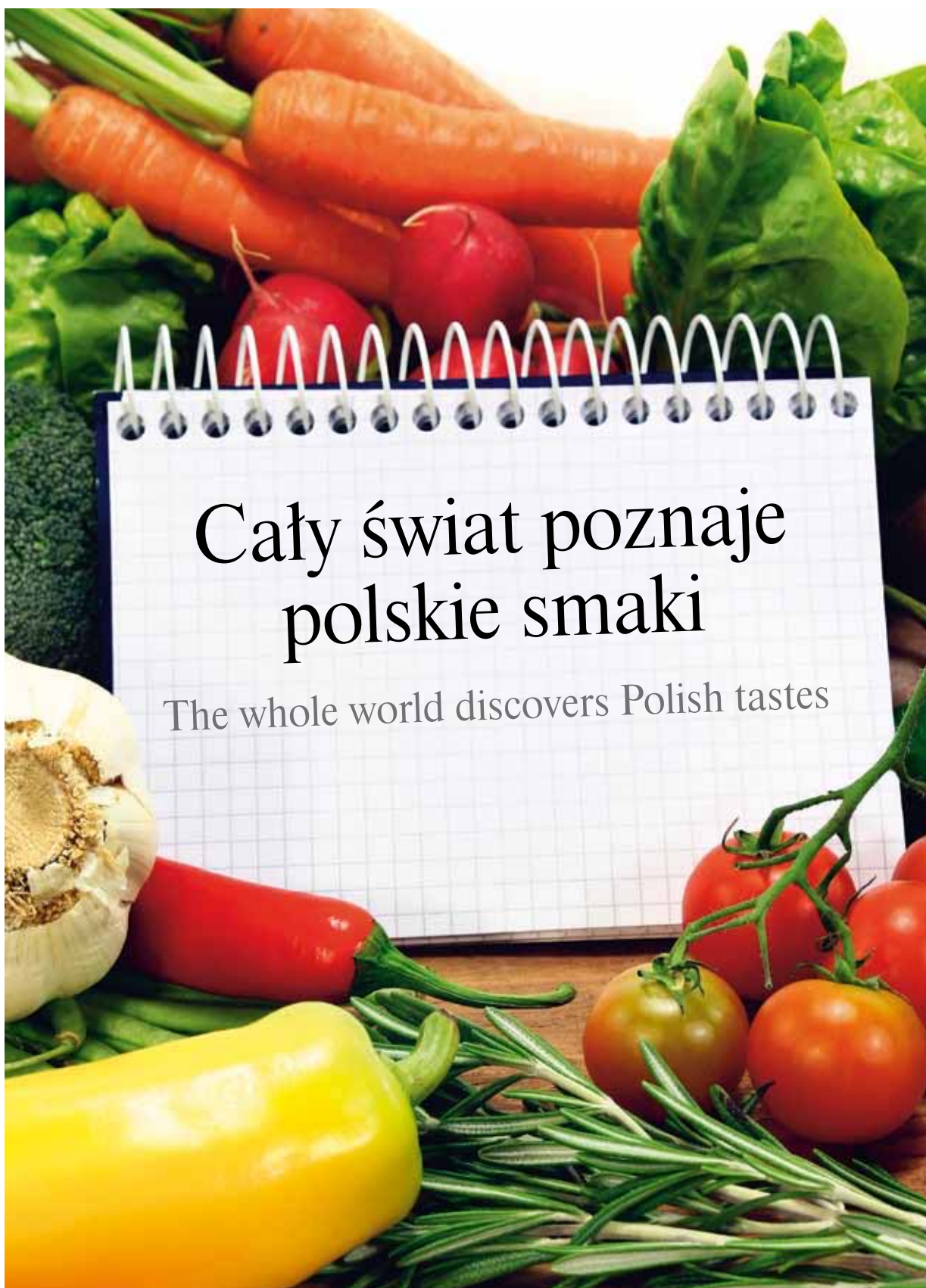
Nowadays, the Polish processing employs more than 18 000 people and is the largest employer in the fishing sector. It provides the domestic market with almost 0.5 million tons of fish and fish products.

In the years to come, a further growth in the production is expected, the changes will be supported under a new budget perspective of the European Union, funds from the European Maritime and Fisheries Fund. Poland was granted more than EUR 531 million. In respect of size of the funds for fishery policy, our country came fourth in the European Union, behind Spain, France and Italy. Funds intended for Poland for the implementation of the Operational Program "Fishery and Sea" for the years 2014–2020, together with the contribution from the national budget will amount to approximately EUR 710 million. This will make it possible to implement seven priorities specified by the EU policy: sea and inland fishery aquaculture, implementation of the common fishery policy, local development of strategies, fishery processing, fishery and aquaculture products sale, as well as an integrated maritime policy. The support will go to those sectors in which workplaces based on new production technologies will be created. Polish processors will work to increase competitiveness of the exported fish products by, among others, an increase in the use of innovative technologies, investment in aquaculture, as well as the creation of new products, responding to the consumer expectations.

TEKST ■ BY: **TOMASZ NAWROCKI/MRiRW**
ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: MRiRW

ROZWÓJ AKWAKULTURY BĘDZIE JEDNYM Z PRIORYTETÓW PROGRAMU OPERACYJNEGO „RYBACTWO I MORZE” NA LATA 2014-2020 ■ DEVELOPMENT OF AQUACULTURE WILL BE ONE OF THE PRIORITIES OF THE OPERATIONAL PROGRAMME "FISHERIES AND THE SEA" FOR THE YEARS 2014-2020





Cały świat poznaje polskie smaki

The whole world discovers Polish tastes

HANDEL ZAGRANICZNY

Handel zagraniczny produktami rolno-spożywczymi od lat stanowi ważną część polskiego handlu zagranicznego.

Okres członkostwa Polski w Unii Europejskiej zaznaczył się systematycznym wzrostem i poprawą wyników handlu zagranicznego produktami rolno-spożywczymi. Pozytywne zmiany widoczne były już w 2003 roku, kiedy to m.in. na skutek realizacji porozumień rolnych z lat 2000 i 2002 oraz procesów dostosowawczych polskich przedsiębiorstw do wymogów UE, Polska po raz pierwszy stała się eksporterem netto produktów rolno-spożywczych, osiągając dodatnie saldo na poziomie 0,5 mld euro i odnotowując dwucyfrowe tempo wzrostu eksportu i importu.

Foreign trade of agri-food products has been an important part of Polish foreign trade for years.

The membership period of Poland in the European Union was marked by a regular growth and improvement in results of foreign trade of agri-food products. Positive changes were visible as early as in 2003, when due to, inter alia, implementation of agricultural agreements from 2000 and 2002, and implementation of the EU requirements by the Polish companies, Poland became for the first time a net exporter of agri-food products, reaching a positive balance amounting to EUR 0.5 billion and recording two-digit growth rate of export and import.

W STRUKTURZE TOWAROWEJ POLSKIEGO EKSPORTU ROLNO-SPOŻYWCZEGO PRZEWAŻAJĄ PRODUKTY POCHODZENIA ROŚLINNEGO ■ IN THE COM-MODITY STRUCTURE OF POLISH EXPORT OF AGRIFOOD PRODUCTS PREDOMINATE PRODUCTS OF PLANT ORIGIN



W ciągu dziesięciu lat naszego członkostwa w UE eksport polskich produktów rolno-spożywczych zwiększył się pięciokrotnie (z 4,0 do 20,4 mld euro), a saldo obrotów handlowych prawie czternastokrotnie do 6,1 mld euro. O wzroście eksportu zdecydowała głównie duża podaż produktów rolno-spożywczych w naszym kraju, utrzymujący się duży popyt na polskie produkty żywnościowe w krajach UE i pozaunijnych oraz korzystne ceny i dobra jakość oferowanych produktów.

Od wielu lat najważniejszym partnerem handlowym Polski w handlu rolno-spożywczym są państwa Unii Europejskiej. W 2013 roku wartość eksportu rolno-spożywczego do krajów UE-28 wyniosła 15,9 mld euro i była o 16% wyższa niż w 2012 roku.

During the ten years of our EU membership, the export of Polish agri-food products increased five times (from EUR 4.0 billion to 20.4 billion), and the balance of commercial turnover increased almost fourteen times – up to EUR 6.1 billion. The growth in export was caused mainly by a big high supply of agri-food products in our country, a continuous high demand for Polish food products in the EU and non-EU countries as well as fair prices and good quality of the offered products.

For many years, the EU member states have been the most important partners of Poland in agri-food products trade. In 2013, the value of agri-food export to the countries of EU-28 amounted to EUR 15.9 billion and increased by 16% when compared with 2012. The share of the EU in the Polish export of agri-food products reached 78.0%.

The second group which buys Polish agri-food products are countries of the Commonwealth of Independent States. In 2013, the export to this group constituted 10.7% of

total food export from Poland and reached EUR 2.2 billion. The pace of the export in this direction has recently slowed down significantly.

Other important importers of Polish agri-food products are: the EFTA countries (Iceland, Liechtenstein, Norway, and Switzerland), other developed countries, Balkan countries and developing countries. Revenues from food export to the EFTA countries in 2013 constituted 0.8% of the overall export of agri-food products. The most important recipient of Polish agri-food products from this groups was Norway.

As far as export of agri-food products to other developed countries (USA, Canada, South Africa, Israel, Japan, Australia,



WAŻNĄ POZYCJĘ W EKSPORCIE ZAJMUJĄ WYROBY MLECZARSKIE ■ DAIRY PRODUCTS HOLD AN IMPORTANT POSITION IN EXPORT

Udział UE w polskim eksporcie rolno-spożywczym wzrósł tym samym do 78,0%.

Drugim ugrupowaniem, do którego trafiają polskie produkty rolno-spożywcze są państwa Wspólnoty Niepodległych Państw. W 2013 roku eksport do tej grupy państw stanowił 10,7% całkowitego eksportu żywności z Polski i wyniósł 2,2 mld euro. Dynamika eksportu w tym kierunku w ostatnim okresie uległa znacznemu zahamowaniu.

Kolejnymi ważnymi importerami produktów rolno-spożywczych z Polski są: kraje EFTA (Islandia, Lichtenstein, Norwegia, Szwajcaria), pozostałe kraje rozwinięte, kraje bałkańskie oraz kraje rozwijające się. Wpływy z eksportu żywności do krajów EFTA w 2013 roku stanowiły 0,8% eksportu rolno-spożywczego ogółem. Najważniejszym odbiorcą polskich produktów rolno-spożywczych spośród tego ugrupowania była Norwegia.

W eksporcie rolno-spożywczym do pozostałych krajów rozwiniętych (USA, Kanada, RPA, Izrael, Japonia, Australia, Nowa Zelandia) w 2013 roku największy udział (74%) miały Stany Zjednoczone, które wydatkowały na zakup żywności w Polsce 250 mln euro.

W 2013 roku dynamicznie rosła sprzedaż produktów żywnościowych do krajów rozwijających się. Jej wartość wyniosła 1,3 mld euro i była o 10% wyższa niż w 2012 roku. Wśród ważniejszych partnerów handlowych największy wzrost wartości eksportu odnotowano w handlu z Chinami, który wzrósł do 158 mln euro, czyli ponad dwukrotnie. Wzrost ten wynikał ze zwiększonej sprzedaży w 2013 roku mięsa wieprzowego.

W strukturze towarowej polskiego eksportu rolno-spożywczego przeważają produkty pochodzenia roślinnego. W 2013 roku stanowiły one 57% wartości eksportu rolno-spożywczego. Największy udział w tej grupie miały: owoce, warzywa i przetwory owocowo-warzywne, cukier i przetwory oraz wyroby przemysłu tytoniowego. Produkty pochodzenia zwierzęcego stanowiły 37,4% polskiego eksportu. Główną pozycją w strukturze eksportu produktów zwierzęcych pozostaje mięso i jego przetwory. Duże znaczenie miały także takie produkty pochodzenia zwierzęcego, jak wyroby mleczarskie oraz ryby i przetwory z ryb.

Sektor rolno-spożywczy jest jedną z nielicznych gałęzi gospodarki narodowej, która uzyskuje dodatni bilans w wymia-

FOREIGN TRADE

and New Zealand) the greatest share (74%) had the United States, which spent EUR 250 million on purchasing Polish food.

In 2013, the sale of food products to developing countries rapidly grew. Its value amounted to EUR 1.3 billion and was larger by 10% when compared with the previous year. Among more important commercial partners, the greatest increase in the value of export was recorded in the trade with China – it reached to EUR 158 million, which means that it increased over two times. This growth was a result of increased sale of pork in 2013.

In the commodity structure of Polish export of agri-food products predominate products of plant origin. In 2013, they constituted 57% of the value of agri-food products export. The following products had the biggest share in this group: fruit, vegetables, fruit and vegetables preserves, sugar and preserves, as well as goods of the tobacco industry. Products of animal origin constituted 37.4% of the Polish export. The main product within the structure of animal product export remains meat and processed meat. The products of animal origin that were also very important were dairy products and fish and fishery products.

The sector of agriculture and food is one of few sectors of the national economy which obtains a positive balance in trade exchange. A high surplus in the trade in agri-food products (EUR 6.1 billion in 2013) is therefore very important for our balance of trade. In 2013 the surplus had a significant impact on the direction of changes of the balance of the overall commercial exchange in Poland. The balance of trade in agri-food



GLÓWNA POZYCJĄ W STRUKTURZE EKSPORTU PRODUKTÓW ZWIERZĘCYCH JEST MIĘSO I JEGO PRZETWORY ■ THE MAIN PRODUCT WITHIN THE STRUCTURE OF ANIMAL PRODUCT EXPORT REMAINS MEAT AND PROCESSED MEAT

HANDEL ZAGRANICZNY

nie handlowej. Wysoka nadwyżka w handlu produktami rolno-spożywczymi (6,1 mld euro) ma zatem ogromne znaczenie dla naszego bilansu handlowego. W 2013 roku nadwyżka ta wywarła istotny wpływ na kierunek zmian salda wymiany handlowej Polski ogółem. Na saldo handlu produktami rolno-spożywczymi wpływ ma przede wszystkim saldo obrotów produktami przemysłu spożywczego, które jest dodatnie i od 2004 roku szybko wzrasta.

Ukształtowana struktura towarowa handlu produktami rolno-spożywczymi potwierdza tezę o proeksportowym charakterze rozwoju krajowego przemysłu spożywczego. Eksport produktów przetworzonych sprzyja promocji polskiego sektora żywnościowego na rynkach zewnętrznych, którą trudniej jest prowadzić eksportując surowce rolne czy też półfabrykaty.

Bardzo dobre wyniki handlu zagranicznego oraz poprawa wskaźników konkurencyjności świadczą o wyraźnym wzroście specjalizacji eksportowej sektora żywnościowego oraz rosnącej jego międzynarodowej konkurencyjności. Postęp, jaki dokonał się w tej dziedzinie w okresie członkostwa wynikał przede wszystkim z takich uwarunkowań ekonomicznych, jak swoboda handlu Polski z innymi krajami UE oraz rozwój rynku globalnego. Z całą pewnością nie byłby on jednak tak znaczący, gdyby nie przewaga konkurencyjne polskich producentów żywności oraz oddziaływanie Wspólnej Polityki Rolnej i handlowej. Pewnym zagrożeniem dla dalszej poprawy wyników handlu rolno-spożywczego oraz jego konkurencyjności, może w najbliższym okresie okazać się jednak wprowadzony przez Rosję zakaz wwozu dużej grupy produktów żywnościowych.

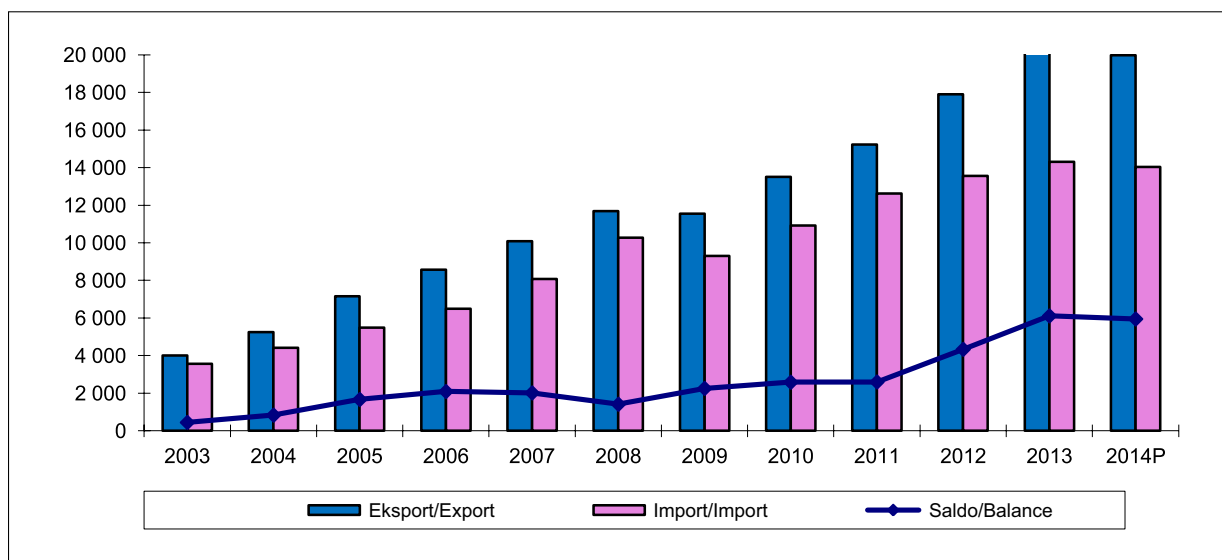
products is affected mainly by the balance of products from the food industry, which is positive and has been growing significantly since 2004.

The developed commodity structure concerning the trade in agri-food products confirms the thesis about the pro-export nature of the development of the domestic food industry. The export of processed products favours promotion of the Polish food sector on external markets, which is harder to carry out by exporting only agricultural raw materials or semi-finished products.

Very good results of foreign trade as well as improvement in indicators of competitiveness prove that there is a clear growth in export specialisation of the food sector and its growing international competitiveness. The progress achieved in this field during the membership period resulted mainly from such economic conditions as freedom of trade between Poland and other EU countries and the development of the global market. Certainly, it would not be so significant if not for competitive advantages of Polish food manufacturers and the impact of the Common Agricultural Policy and the commercial policy. Nevertheless, a certain threat for further improvement in the results of trade in agri-food products as well as its competitiveness in the foreseeable future may turn out to be the ban introduced by Russia on transporting large group of food products.

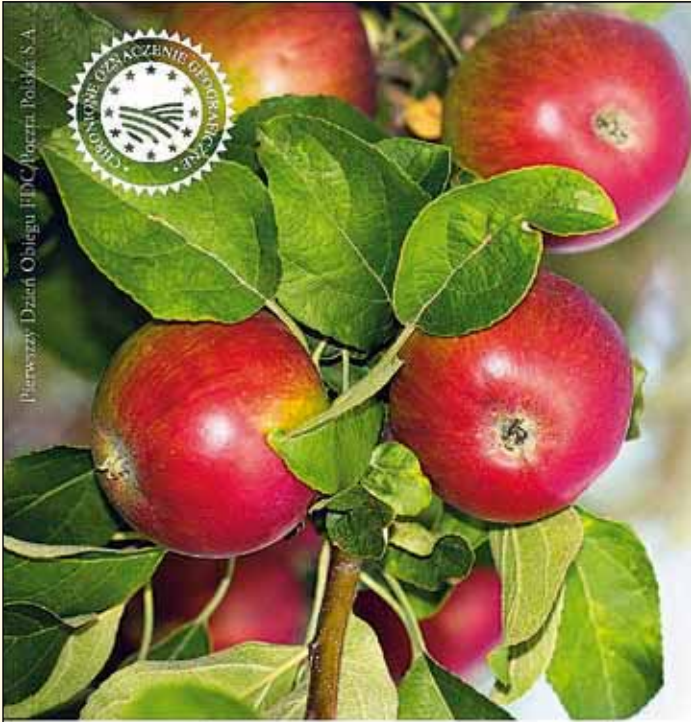
TEKST ■ By: **PROF. ANDRZEJ KOWALSKI/IERIGŻ - PIB**
ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: © PANTHERSTOCK/PHOTOGENICA

Polski handel zagraniczny produktami rolno-spożywczymi (w mln euro)
Polish foreign trade of agri-food products (in million EUR)



P – prognoza IERIGŻ-PIB/forecast of the Institute of Agri-food Economics - National Research Institute

Źródło: opracowanie własne na podstawie: Handel zagraniczny produktami rolno-spożywczymi. Stan i perspektywy, nr 21-40, Analizy Rynkowe 2005-2014, IERIGŻ-PIB, ARR, MRiRW, Warszawa/Source: prepared by the author on the basis of: Foreign trade of agri-food products. Conditions and perspectives, no. 21-40 "Market Analysis 2005-2014, the Institute of Agri-food Economics - National Research Institute, ARR (Agency for Agricultural Market), the Ministry of Agriculture and Rural Development, Warsaw.



Pierwszy: Dział Orlęgu PDC, Poczta Polska S.A.



✦ *Polskie produkty regionalne*

Znaczek z jabłkiem Łąckim *Łącko apple stamp*

Jabłko Łąckie to kolejny produkt regionalny, jaki promuje Poczta Polska na znaczku pocztowym. W ubiegłym roku jako pierwsza z serii „Polskie produkty regionalne” na znaczki trafiła truskawka kaszubska.

Smak jabłek Łąckich doceniła Komisja Europejska, która wpisała je na listę regionalnych specjalności o Chronionym Oznaczeniu Geograficznym, co zapewnia im ochronę i jest gwarantem autentyczności.

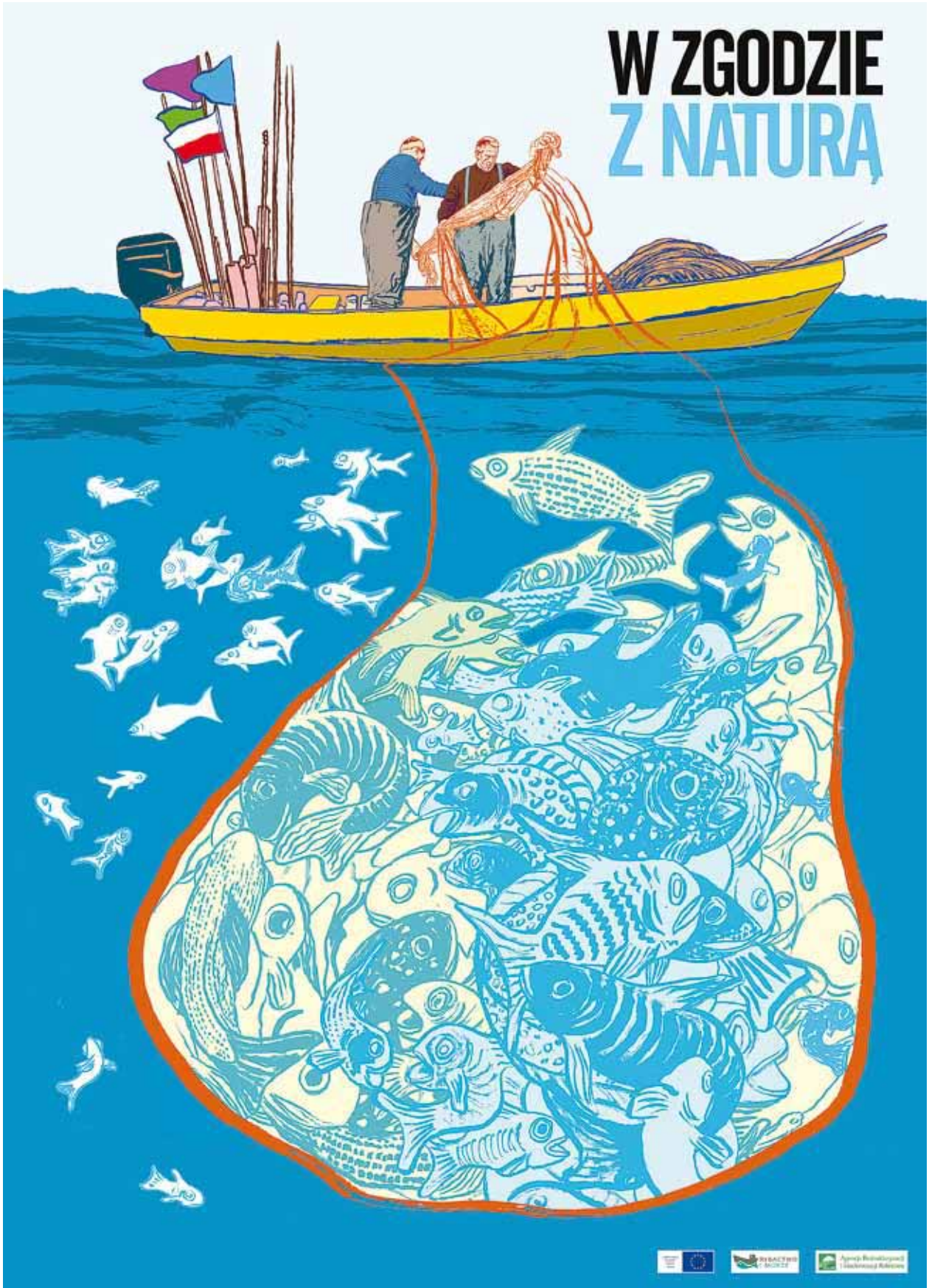
Poczta Polska, serią znaczków „Polskie produkty regionalne”, nawiązuje do działań informacyjnych o systemach jakości żywności, mających na celu zwiększenie poziomu rozpoznawalności rolnictwa ekologicznego. Znaczki, oprócz dostarczania odbiorcom wiedzy na temat produktów ekologicznych, promują polskie regiony poprzez tradycyjne dla nich produkty.

Łącko apples are another regional product promoted by the Poczta Polska (Polish Post) on a post stamp. Last year, the Kashubian strawberry was the first product to be featured on the stamps of the "Polish Regional Products" series.

The European Commission appreciated the taste of Łącko apples and entered them on the list of regional specialties with Protected Geographical Indication, which provides them with protection and guarantees authenticity.

By introducing the "Polish Regional Products" stamp series Poczta Polska refers to the information activities focused on food quality systems designed to increase the recognisability of organic agriculture. Apart from informing their recipients about organic products, the stamps promote Polish regions through their traditional products.

**W ZGODZIE
Z NATURĄ**



IN HARMONY WITH NATURE