

# Polish Food

Polska wołowina stoi

Poland relies on beef

Polen basiert auf dem Rindfleisch

Na talerz wprost od gospodarza

From farm to fork

Auf den Teller direkt vom Landwirt

# JESTEŚMY WAŻNYM PRODUCENTEM ŻYWNOCICI W UNII EUROPEJSKIEJ

WE ARE AN IMPORTANT FOOD PRODUCER  
IN THE EUROPEAN UNION

WIR SIND EIN BEDEUTENDER  
LEBENSMITTELHERSTELLER  
IN DER EUROPÄISCHEN UNION



KRZYSZTOF JURGIEL  
MINISTER ROLNICTWA I ROZWOJU WSI  
MINISTER OF AGRICULTURE  
AND RURAL DEVELOPMENT



## SZANOWNI PAŃSTWO!

Minął rok od objęcia przeze mnie urzędu Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Był to bardzo pracowity czas. Nowy rząd systematycznie wprowadza rozwiązania zapowiadane w kampanii wyborczej.

Ucywilizowaliśmy obrót ziemią rolną. Ta ziemia jest szczególnym dobrem, dobrem nieodnawialnym. Dlatego też w wielu krajach znajduje się pod szczególną ochroną. Teraz w Polsce też tak jest, a przyjęte rozwiązania są podobne do tych, które stosowane są w innych krajach członkowskich Unii Europejskiej.

Przygotowaliśmy również pakiet ustaw, wzmacniających pozycję rolnika w całym łańcuchu żywnościowym. Problem nierówności dotyczy nie tylko polskich rolników. Podczas grudniowego posiedzenia unijnej Rady Ministrów ds. rolnictwa i rybołówstwa, ministrowie jednogłośnie przyjęli konkluzje, dotyczące pozycji rolnika w łańcuchu żywnościowym. Konkluzje obejmują propozycje działań, wzmacniających pozycję rolników w łańcuchu żywnościowym oraz zwalczania nieuczciwych praktyk handlowych.

Podkreślono w nich znaczenie równych warunków działania dla wszystkich podmiotów w łańcuchu dostaw żywności w UE, które mogą zostać osiągnięte za pomocą wspólnych

## LADIES AND GENTLEMEN!

A year has passed since I took the office of Minister of Agriculture and Rural Development. It has been a very busy time. The new Government systematically introduce the solutions announced in the election campaign.

We have civilised trade in agricultural land. This land is a particular good, non-renewable good. Therefore, in many countries, it is under special protection. Currently, it is the same in Poland and the solutions adopted are similar to those which are applied in other European Union Member States.

We have also prepared a package of acts strengthening the position of the farmer in the entire food chain. The problem of inequality applies not only to the Polish farmers. During the December meeting of the EU Council of Ministers of Agriculture and Fisheries, the Ministers unanimously adopted the conclusions regarding the position of the farmer in the food chain. These conclusions include the proposals for measures strengthening the position of farmers in the food chain and fighting against unfair trade practices.

Those conclusions highlighted the importance of a level playing field for all actors in the food supply chain in the EU which may be achieved by means of a common legislative

ram ustawodawczych, dotyczących nieuczciwych praktyk handlowych. Uzupełnieniem inicjatyw dobrowolnych oraz regulacji krajowych, na poziomie państw członkowskich, może być podejście regulacyjne na poziomie UE.

Przed nami kluczowe decyzje, dotyczące przeglądu Wspólnej Polityki Rolnej. Kluczowym dla nas wyzwaniem jest wyrównanie poziomów wsparcia rolników w ramach Unii Europejskiej. Dopiero wówczas będzie można mówić o równych warunkach konkurencji.

Spraw do rozwiązania jest znacznie więcej. Jednym z trudnych tematów jest kwestia realizacji pakietu klimatycznego. Trudno się zgodzić z przerzucaniem całego ciężaru działań, związanych z klimatem, na rolnictwo. Te cele klimatyczne nie mogą zagrozić zrównoważonej produkcji żywności. Z jednej strony mamy rosnące wymagania wobec rolników, a z drugiej strony napływają na teren unijnego rynku produkty, które nie zostały wytworzone w tych reżimach. W takich warunkach nie ma mowy o równych warunkach konkurencji.

Nowy rok się rozpoczyna. Wszyscy wkramczamy z nadziejami na rozwiązanie zidentyfikowanych do tej pory problemów. Mamy szansę wypracować dobre rozwiązania w ramach przeglądu Wspólnej Polityki Rolnej i koncepcji na nią po roku 2020.

Jestem przekonany, że europejskie rolnictwo, dzięki wyrównaniu szans i zrównoważonemu rozwojowi, będzie efektywniejsze w globalnej rywalizacji.

Początek roku to także początek nowego cyklu imprez targowo-wystawienniczych. Jak zwykle otwierają go targi „Zielony Tydzień” w Berlinie. To jedna z największych imprez tego typu w sektorze rolno-spożywczym. Polska od lat bierze w niej udział. Nasza żywność systematycznie zyskuje uznanie na niemal całym świecie. Te targi to kolejna możliwość zapoznania się z jej walorami smakowymi, z jej bardzo wysoką jakością. Zachęcam do odwiedzenia polskiego stoiska, bo Polska Smakuje.

W związku z rozpoczęciem Nowego Roku składam Państwu serdeczne życzenia spełnienia planów oraz wszelkiej pomyślności.

framework related to unfair trade practices. Voluntary initiatives and national regulations at the level of the Member States may be complemented by a regulatory approach at the EU level.

We are standing in the face of key decisions on the review of the Common Agricultural Policy. A key challenge for us is to align the levels of support for farmers within the European Union. Only then, will it be possible to speak of equal conditions of competition.

There are more problems to solve. One of difficult topics is the issue of implementing the climate package. It is difficult to accept shifting the entire burden of climate-related activities onto agriculture. These climate objectives may not compromise the sustainable food production. On one hand, we have the increasing requirements towards farmers, and on the other, we observe an inflow of products which have not been manufactured under these systems into the EU market. In such conditions, we cannot speak of equal conditions of competition.

The new year begins. We all are entering it with hopes on solving the problems which have been identified so far. We have a chance to develop good solutions as part of the review of the Common Agricultural Policy and concept for it after 2020.

I am convinced that through the alignment of opportunities and sustainable development, European agriculture will be more efficient in the global competition.

The beginning of the year is also a beginning of a new cycle of fair and exhibition events. As usually, it is opened by the „Green Week” fair in Berlin. It is one of the biggest events of this type in the agri-food sector. Poland has participated in it for years. Our food steadily gains recognition almost all over the world. The fair is another opportunity to get familiar with its gustatory qualities and with its very high quality. I encourage you to visit the Polish stand, because Poland Tastes good.

As the New Year begins, I warmly wish you all the best and may your plans come true.



KRZYSZTOF JURGIEL  
MINISTER FÜR LANDWIRTSCHAFT UND  
LÄNDLICHE ENTWICKLUNG

## LIEBE HERRSCHAFTEN!

Es ist ein Jahr vergangen, seitdem ich ein Amt des Ministers für Landwirtschaft und Ländliche Entwicklung übernommen habe. Es war eine sehr arbeitsreiche Zeit. Die neue Regierung führt systematisch die in der Wahlkampagne verkündeten Lösungen ein.

Wir haben den Landwirtschaftsbodenverkehr zivilisiert. Diese Ländereien gelten als besondere und nicht erneuerbare Güter. Daher stehen sie in vielen Ländern unter besonderem Schutz. Jetzt ist es so ebenfalls in Polen und angenommene Lösungen ähneln denjenigen, die in anderen EU-Mitgliedsländern verwendet werden.

Wir haben auch ein Paket der Gesetze, die die Position des Bauern in der gesamten Nahrungskette verstärken, vorbereitet. Das Ungleichheitsproblem betrifft nicht nur polnische Bauern. Während der Dauer der Sitzung des EU-Ministerrates für Landwirtschaft und Fischerei, die im Dezember stattfand, haben die Minister die Schlussfolgerungen zur Position des Bauern in der Nahrungskette einstimmig akzeptiert. Diese Schlussfolgerungen umfassen Vorschläge zu denjenigen Handlungen, die die Position der Bauern in der Nahrungskette stärken, sowie Vorschläge zur Bekämpfung der unlauteren Handelspraktiken.

Darin wurde die Bedeutung von gleichen Handlungsbedingungen für alle Subjekte in der Nahrungslieferkette in der EU hervorgehoben. Diese Bedingungen können mit Hilfe von gemeinsamen gesetzgebenden Rahmen, die unlautere Handelspraktiken betreffen, erreicht werden. Als Ergänzung von freiwilligen Initiativen und Landesregelungen auf Ebene der Mitgliedsstaaten kann eine Regelungseinstellung auf der EU-Ebene gelten.

Uns stehen die Schlüsselentscheidungen bevor, die mit Einsicht in die Gemeinsame Agrarpolitik zu tun haben. Eine für uns bedeutendste Herausforderung besteht darin, dass das Unterstützungsniveau von Bauern im EU-Rahmen ausgeglichen

werden muss. Erst dann werden wir über gleiche Wettbewerbsbedingungen reden können.

Es gibt viel mehr Probleme, die einer Lösung bedürfen. Zu schwierigen Themen gehört die mit Realisierung des Klimapakets verbundene Frage. Es ist schwer, damit einverstanden zu sein, die ganze Last der mit dem Klima verbundenen Handlungen auf die Landwirtschaft abzuwälzen. Diese Klimaziele können ausgeglichene Nahrungsmittelproduktion nicht bedrohen. Einerseits haben wir steigende Forderungen gegenüber Bauern und andererseits kommen auf das EU-Marktgebiet Produkte, die in diesen Regimen nicht entstanden sind. Unter solchen Bedingungen kann keine Rede von gleichen Wettbewerbsbedingungen sein.

Es fängt das neue Jahr an. Wir alle beginnen es mit der Hoffnung, dass die bisher identifizierten Probleme gelöst werden. Wir haben Chancen, gute Lösungen durch Arbeit während der Einsicht in Gemeinsame Agrarpolitik und die damit verbundene Konzeption nach dem Jahr 2020 zu erlangen.

Ich bin davon überzeugt, dass europäische Landwirtschaft durch den Chancenausgleich und ausgeglichene Entwicklung effektiver im globalen Wettbewerb wird.

Der Jahresanfang ist auch Beginn des neuen Zyklus von Messe- und Ausstellungsveranstaltungen. Wie immer, den ersten Anstoß für ihn gibt die Messe „Die Grüne Woche“ in Berlin. Es ist eine der größeren derartigen Veranstaltungen im Landwirtschafts- und Nahrungsmittelsektor. Seit vielen Jahren nimmt Polen daran teil. Unsere Nahrungsmittel finden systematisch Anerkennung fast überall in der Welt. Diese Messe gilt als die nächste Möglichkeit, sich mit ihren Geschmacksvorteilen und mit ihrer sehr hohen Qualität bekannt zu machen. Ich ermuntere Sie dazu, den polnischen Stand zu besuchen, denn Polen schmeckt.

Weil das neue Jahr beginnt, wünsche ich Ihnen herzlich allerlei Glück und dass Ihre Pläne in Erfüllung gehen.



*Nasza zima biata...*

*Our white winter...*

*Unser weißer Winter...*





- 1** **List od Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi**  
 Note from Minister of Agriculture and Rural Development  
 Brief vom Minister für Landwirtschaft und Ländliche Entwicklung
- 8** **Kielbasa piaszczańska. Z małopolskiej wsi po unijny certyfikat**  
 Kielbasa piaszczańska. From Małopolska Region villages to an EU certificate  
 Kielbasa piaszczańska. Mit dem Kleinpoleen Dorf nach ein EU-Zertifikat
- 14** **Wyjątkowa łososiowa**  
 Unique salmon soup  
 Eine außergewöhnliche Lachssuppe
- 17** **Na talerz wprost od gospodarza**  
 From farm to fork  
 Auf den Teller direkt vom Landwirt
- 20** **Czas dla podniebienia**  
 Time for the palate  
 Zeit für den Gaumen
- 23** **Apetyt na Podlasie**  
 Appetite for Podlasie  
 Appetit auf Podlachien





**31** Niemcy lubią smak polskiej żywności  
 Germans like the taste of Polish food  
 Deutsche lieben Geschmack der polnischen Lebensmittel

**36** Historia z pianką  
 The story with foam  
 Geschichte mit Bierschaum

**40** Aronia: czarny skarb  
 Chokeberry: black treasure  
 Apfelbeere: ein schwarzer Schatz

**46** Zima na talerzu  
 Winter in the plate  
 Winter auf dem Teller

**51** Polska wołowiną stoi  
 Poland relies on beef  
 Polen basiert auf dem Rindfleisch

**54** Produkty najwyższej jakości  
 Highest quality products  
 Erzeugnisse von höchster Qualität

# Kielbasa piaszczańska



# Z małopolskiej wsi po unijny certyfikat

From Małopolska Region  
villages to an EU certificate



**P**iaski Wielkie to nazwa dawnej, podkrakowskiej wsi, która od 1940 r. znajduje się w granicach administracyjnych miasta Krakowa. Ta i okoliczne miejscowości zasłynęły produkcją mięsa i wędlin, a w szczególności wyróżniającą się kielbasą piaszczańską, którą przez wieki dostarczano do Krakowa, w tym na stół królewski na Wawelu. Jest to kielbasa gruborozdrobniona, przygotowywana z mięsa wieprzowego, tj. szynki i schabu, peklowana na półmoko marynatą z wywaru ziołowego i soli kamiennej. Długość lasek kielbasy wynosi od 25-45 cm, a jej barwa od jasnobrązowej do wiśniowej. Cechą specyficzną i odróżniającą ją od innych kielbas jest wykorzystywanie do jej produkcji specjalnie przygotowany wywar z ziół, takich jak: ziele angielskie, liście laurowe, owoce jałowca oraz goździki. Naturalne, dostępne na co dzień zioła i przyprawy wykorzystywano do podkreślenia smaku, ale także w celu zniwelowania ujemnego wpływu tłuszczów zwierzęcych na zdrowie człowieka. Ważnym etapem w produkcji kielbasy piaszczańskiej jest również wędzenie. Do tego wykorzystywane jest drewno z drzew liściastych: bukowe, olchowe i dębowe. Dodatkowym, specyficznym dla tej kielbasy elementem wędzenia jest umiarkowane stosowanie gałęzi lub owoców jałowca w ostatniej jego fazie. Producenci kielbasy piaszczańskiej byli pionierami tego sposobu wędzenia.

Kielbasa piaszczańska obecnie produkowana jest w województwie małopolskim w gminach: Wieliczka i Świątyni Górne oraz mieście Kraków. Jej związek z obszarem geograficznym, na którym jest wytwarzana, oraz jej renomę potwierdzają legendy. Jedną z nich literacko opracował i opublikował w 1899 r. Seweryn Udziela, etnograf, twórca Muzeum Etnograficznego w Krakowie, w książce pt. „Dwanaście legend i podań z pod Krakowa” (Lwów, 1899 r.). Zgodnie z tą legendą, za czasów panowania króla Kazimierza Wielkiego, piaszczanie, wytwarzaną przez siebie kielbasę, sprzedawali w Krakowie. Jednakże krowscy rzeźnicy zazdrościli im zarobku i postarali się, aby rada miejska zabroniła piaszczanom przynosić mięso do miasta i handlować nim. Piaszczanie poskarżyli się królowi, który obiecał, że pozwoli im handlować w dalszym ciągu, jeżeli uda im się wnieść do miasta długą na dwa metry kielbasę, tak aby straż miejska niczego nie zauważyła. Piaszczanie wpadli na pomysł i wydrążyli w długim kiju otwór i ukryli w nim kielbasę dla króla, przechytrzając w ten sposób straż. W rezultacie Kazimierz Wielki pozwolił piaszczanom nadal sprzedawać kielbasę w Krakowie, a dlatego, że przynieśli kielbasę w kiju, nazwał ich „kijakami”. Nazwa ta przetrwała aż do dziś.

Kielbasa piaszczańska, która przez wieki znana była w Krakowie i okolicach, obecnie podbija gusta coraz liczniejszego grona smakoszy. Swą popularność oraz uznanie wśród konsumentów zdobyła nie tylko dzięki niepowtarzalnej historii produkcji na terenach związanych ze „sztuką kijacką”, ale także dzięki oryginalnemu smakowi i aromatu. Potwierdzeniem powrotu kielbasy piaszczańskiej na współczesny rynek oraz dostrzeżeniem jej walorów smakowych są uzyskane w ostatnim czasie wyróżnienia i nagrody w konkursach i targach żywnościowych.

W dniu 15 lipca 2016 r. do Komisji Europejskiej trafił wniosek o rejestrację nazwy kielbasa piaszczańska jako Chronione Oznaczenie Geograficzne.

**P**iaski Wielkie is the name of the former village near Kraków, which since 1940 has been located within the administrative borders of the city of Kraków. This village as well as the surrounding villages became famous for production of meat and cold meats, and, in particular, outstanding sausage – Kielbasa piaszczańska, which for centuries had been delivered to Kraków, including the royal table on Wawel. This is coarsely-ground sausage made of pork, i.e. ham and pork loin, subject to semi-wet curing in marinade made of herbal broth and rock salt. The length of sausage is from 25 to 45 cm, and its colour is from light brown to cherry red. The specific feature which makes it different from sausages is special broth used for its production and made of herbs such as allspice, bay leaves, juniper berries and cloves. Natural, commonly available herbs and spices were used to enhance the flavour, but also to eliminate the negative impact of animal fats on human health. An important step in production of Kielbasa piaszczańska is also smoking. For this purpose, wood of deciduous trees: alder, beech and oak, is used. An additional element of smoking, specific to this sausage, is the moderate use of juniper branches or berries in the last stage. Manufacturers of Kielbasa piaszczańska were the pioneers in this way of smoking.

Kielbasa piaszczańska is currently produced in the Małopolskie Voivodeship in the municipalities of Wieliczka and Świątyni Górne as well as in the city of Kraków. Its relationship with the geographical area where it is produced, and its reputation are confirmed by the legend. One of them was developed in literary terms and published in 1899 by Seweryn Grants, ethnographer, founder of the Ethnographic Museum in Kraków in his book entitled „Twelve legends and tales from Kraków” (Lviv, 1899). According to this legend, during the reign of King Casimir the Great, the Piaski residents sold in Kraków sausages which they had produced. However, the Kraków butchers envied them their earnings and convinced the city council to prohibit the Piaski residents to bring meat to the city for sale. The Piaski residents brought their complaint to the King, who promised to allow them to continue selling their products provided that they managed to enter the city carrying a sausage of two metres and not being seen by the guards. The Piaski residents came up with an idea, carved a hole in a long stick and hid the sausage for the King inside, thus outsmarting the guards. As a result, Casimir the Great allowed them to continue selling sausages in Kraków, and since they had brought the sausage inside a stick, he called them „Kijacy” (stick holders). This name has survived until today.

Kielbasa piaszczańska, which for centuries has been known in Kraków and in the surrounding areas, currently conquers the tastes of the increasing group of gourmets. It owes its popularity and recognition among consumers not only to the unique history of production in the areas related to the „Kijak art”, but also to the original taste and aroma. A confirmation of the return of Kielbasa piaszczańska to the modern market and perception of its flavour qualities are the recent distinctions and awards won in food competitions and at fairs.

On 15 July 2016, the European Commission received the application for registration of the name Kielbasa piaszczańska as a Protected Geographical Indication.

# Kiełbasa piaszczańska

## Mit dem Kleinpolen Dorf nach ein EU-Zertifikat

**P**iaski Wielkie ist Name eines ehemaligen Dorfes in der Nähe von Krakau, das jetzt innerhalb der administrativen Grenzen der Stadt Krakau liegt. Diese und herumliegende Ortschaften wurden durch die Fleischproduktion und Wurstfabrikation (insbesondere durch die Fabrikation von der sich auszeichnenden *kiełbasa piaszczańska* (Wurst aus Piaski Wielkie), die über Jahrhunderte hindurch nach Krakau, darunter auf den königlichen Tisch im Schloss Wawel, geliefert war) wurden. Es ist eine grob zerkleinerte Wurst, die aus Schweinefleisch (d. h. aus Schinken und Schweinerücken) gemacht, sowie halb nass unter Anwendung von Marinade aus Kräutersud und Steinsalz gepökelt wird. Die Wurststangen sind 25 bis 45 cm lang und ihre Farbe oszilliert zwischen hellbraun und kirschrot. Eine spezifische Eigenschaft dieser Wurst, die sie von anderen Würsten unterscheiden lässt, ist ein speziell vorbereiteter und bei ihrer Fabrikation verwendeter Sud aus folgenden Kräutern: Englischgewürz, Lorbeerblätter, Wacholderfrüchte und Nelken. Die natürlichen und im Alltag zugänglichen Kräuter und Gewürze waren verwendet, um den Geschmack hervorzuheben und einen negativen Einfluss vom tierischen Fett auf Gesundheit des Menschen zu mindern. Eine wesentliche Etappe bei der Fabrikation der *kiełbasa piaszczańska* (Wurst aus Piaski Wielkie) ist ebenfalls das Räuchern. Dazu wird das Holz von den Laubbäumen verwendet: das Buchen-, das Erlen- und das Eichenholz. Ein zusätzlicher und für diese Wurst spezifischer Bestandteil des Räucherns ist auch mäßige Verwendung von Wacholderästen oder -früchten in letzter Räucherungsphase. Die Hersteller von der *kiełbasa piaszczańska* (Wurst aus Piaski Wielkie) waren Bahnbrecher dieser Räucherungsart.

Die *kiełbasa piaszczańska* (Wurst aus Piaski Wielkie) entsteht jetzt in folgenden Gemeinden der Woiwodschaft Kleinpolen: Wieliczka und Świętyniki Górne und Stadt Krakau. Ihr Zusammenhang mit dem geografischen Gebiet, auf dem sie produziert wird, sowie ihr Ruf werden von den Sagen bestätigt. Eine von ihnen wurde im Jahre 1899 vom Seweryn Udziela – dem Ethnographen und Gründer des Ethnographischen Museums in Krakau – in literarischer Hinsicht bearbeitet und im Buch „Zwölf Sagen aus der Gegend von Krakau“ (Lemberg, 1899) veröffentlicht. Dieser Sage nach handelten die Einwohner von Piaski Wielkie mit der von sich selbst fabrizierten Wurst in Krakau unter der Regierung vom König Kasimir dem Großen. Die Metzger aus Krakau beneideten sie dennoch um ihren Verdienst und trugen Sorge dafür, dass der

Stadtrat ihnen verbietet, das Fleisch in die Stadt zu bringen und damit zu handeln. Die Einwohner von Piaski Wielkie beschwerten sich beim König, der versprach, ihnen zu erlauben, weiterhin zu handeln, wenn es ihnen gelingt, eine zwei Meter lange Wurst so in die Stadt zu holen, dass Stadtwache auf nichts aufmerksam wird. Die Einwohner von Piaski Wielkie sind auf eine Idee gekommen und einen langen Stock ausgehöhlt. In dessen Loch haben sie Wurst für den König versteckt und dadurch die Stadtwache getäuscht. Infolge dessen hat Kasimir der Große den Einwohnern von Piaski Wielkie erlaubt, die Wurst weiterhin in Krakau zu verkaufen. Da sie die Wurst in einem Stock gebracht haben, hat er sie „*Kijaki*“ genannt. Dieser Name hat sich bis zum heutigen Tage erhalten.

Die *kiełbasa piaszczańska* (Wurst aus Piaski Wielkie), die über Jahrhunderte in Krakau und seiner Gegend bekannt war, erobert die Geschmäcke von immer größerem Feinschmeckerkreis. Zu ihrer Popularität und Anerkennung unter den Verbrauchern gelangte sie sowohl durch eine einzigartige Fabrikationsgeschichte auf den mit „der Stockkunst“ verbundenen Gebieten als auch durch einen einzigartigen Geschmack und einzigartiges Aroma. Als Bestätigung der Rückkehr der *kiełbasa piaszczańska* (Wurst aus Piaski Wielkie) auf einen modernen Markt und als Wahrnehmung ihrer Geschmacksvorteile gelten die in letzter Zeit in Lebensmittelwettbewerben und -messen gewonnenen Auszeichnungen und Preise.

Am 15. Juli 2016 ist beim Europäischen Ausschuss ein Antrag auf Registrierung des Namen „*kiełbasa piaszczańska*“ („die Wurst aus Piaski Wielkie“) als eine Geschützte Geographische Kennzeichnung eingegangen.

TEKST ■ By ■ TEXT: **JOANNA LENDZION-CZAJKOWSKA/MRIRW**  
ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY ■ FOTOS: KASZAMANNA.COM, FOTOLIA

NATURALNE, DOSTĘPNE NA CO DZIEŃ ZIOŁA I PRZYPRAWY WYKORZYSTYWANO DO PODKREŚLENIA SMAKU, ALE TAKŻE W CELU ZNIWELOWANIA UJEMNEGO WPŁYWU TŁUSZCZÓW ZWIERZĘCYCH NA ZDROWIE CZŁOWIEKA ■ NATURAL, COMMONLY AVAILABLE HERBS AND SPICES WERE USED TO ENHANCE THE FLAVOUR, BUT ALSO TO ELIMINATE THE NEGATIVE IMPACT OF ANIMAL FATS ON HUMAN HEALTH ■ DIE NATÜRLICHEN KRÄUTER UND GEWÜRZE WAREN VERWENDET, UM DEN GESCHMACK HERVORZUHEBEN UND EINEN NEGATIVEN EINFLUSS VOM TIERISCHEN FETT AUF GESUNDHEIT DES MENSCHEN ZU MINDERN





# Swojsko, smacznie i zdrowo

Homely, tasty and healthy

Heimisch, wohlschmeckend und gesund



# Wyjątkowa łososiowa

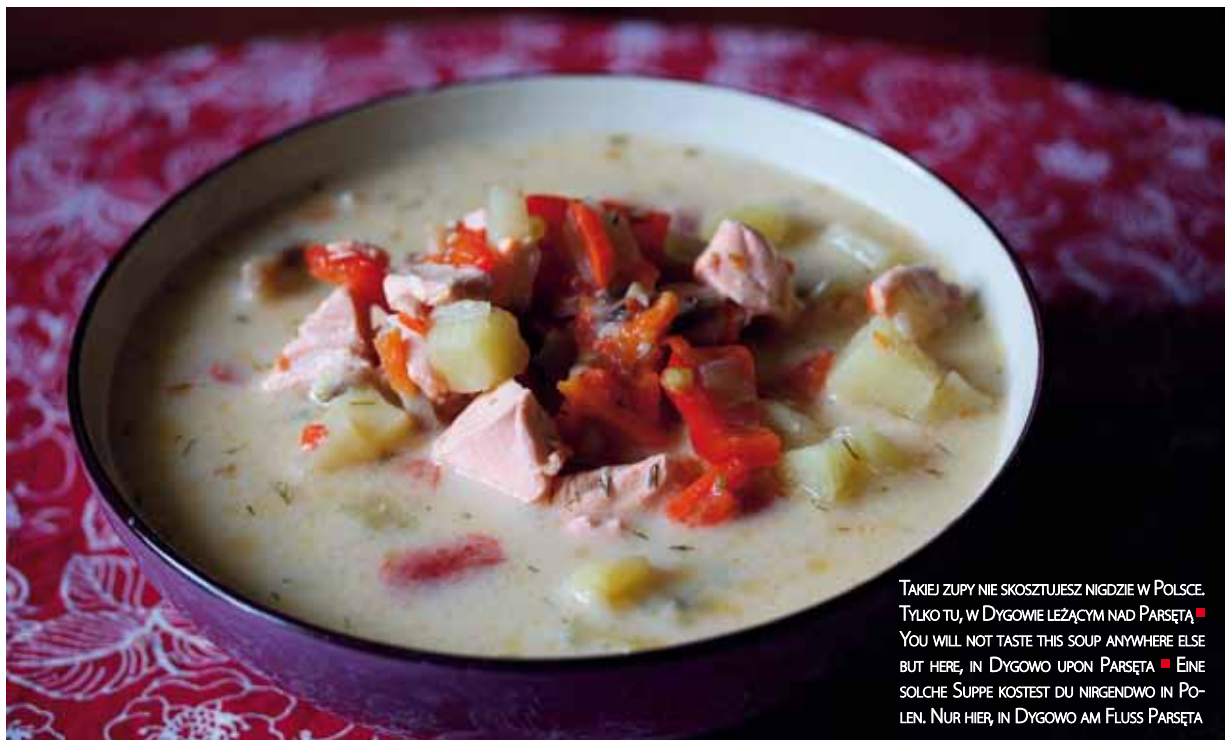
## Unique salmon soup

**D**ygowo to miejscowość licząca ok 5,6 tys. mieszkańców, położona w woj. zachodniopomorskim, 12 km na południowy wschód od Kołobrzegu. Kto nie był tam w tym roku w trzecią sobotę lipca, niech żałuje. Bo w Dygowie raz do roku organizowana jest biesiada łososiowa, na którą zjeżdżają smakosze z całej Polski. W tym roku 16 lipca odbyła się 10. edycja tej imprezy. Głównym daniem, serwowanym podczas tej biesiady, jest specjalna zupa – łososiowa po dygowsku. A cóż w niej takiego niezwykłego? – mógłby ktoś zapytać. Przecież przepisów na zupę łososiową w pierwszej lepszej książce kucharskiej jest bez liku. Ano niezwykłość zupy łososiowej po dygowsku polega na tym, że główny jej składnik – łosoś pochodzi z rzeki Parsęty, opływającej od południa Dygowo. I to jest zasadnicza, fundamentalna różnica pomiędzy zupą łososiową po dygowsku a innymi zupami łososiowymi. Ale po kolei.

Żeby zupa powstała, trzeba w Parsęcie złowić łososia. 16 lipca br., świtem, o piątej rano, ponad 130 wędkarzy z całej Polski udało się na nadrzeczne łowiska. W zakolach rzeki, w przybrzeżnych szuwarach, przy powalonych drzewach, tam gdzie rzeka zwalnia swój bieg, wybierali stanowiska, licząc na sukces. Łowienie trwało do godz. 11. Potem wędkarze wróci-

**D**ygowo is a municipality with the population of about 5.6 thousand residents and is located in the Zachodniopomorskie Voivodeship, 12 km south-east of Kołobrzeg. Anyone who was not there this year, on the third Saturday of July, should regret as in Dygowo, once a year, the salmon feast is organised which attracts gourmets from all over Poland. This year, on 16 July the 10<sup>th</sup> edition of this event was held. The main course served during this feast is the special soup – Dygowo-style salmon soup. What is so unusual in it? – as someone could ask. Eventually, any cookbook contains a lot of salmon soup recipes. Well, the uniqueness of the Dygowo-style salmon soup consists in the fact that its main ingredient – salmon – comes from the Parsęta River, which flows around Dygowo from the southern side. And this is the basic, fundamental difference between the Dygowo-style salmon soup and other types of salmon soup. But first things first.

If the soup is to be cooked, we need to catch a salmon in Parsęta. On 16 July, at dawn, five in the morning, more than 130 anglers from across Poland went to the riverside fishing grounds. In the river's meanders, in the coastal rushes, next to the fallen trees, where the river slows down its current, they chose their



TAKIEJ ZUPY NIE SKOSZTUJESZ NIGDZIE W POLSCE.  
TYLKO TU, W DYGOWIE LEŻĄCYM NAD PARSEȚĄ ■  
YOU WILL NOT TASTE THIS SOUP ANYWHERE ELSE  
BUT HERE, IN DYGOWO UPON PARSEȚA ■ EINE  
SOLCHE SUPPE KOSTEST DU NIRGENDWO IN PO-  
LEN. NUR HIER, IN DYGOWO AM FLUSS PARSEȚA



POSĄG ŁOSOSIOWEJ PARY W DYGWOWIE ■ STATUE OF SALMON COUPLE IN DYGWOWO  
■ STATUE EINES LACHSPAARES IN DYGWOWO



li pod „Pomnik łososia” w centrum Dygowo, gdzie odbywa się oficjalne ważenie i mierzenie złowionych okazów i wyłonienie zwycięzcy. Następnie łososie trafiły do mistrza sztuki kulinarnej, który według siebie tylko znanego przepisu, strzeżonego jak najcenniejszy skarb, przystąpił do sporządzania firmowego dania z Dygowo – łososiowej po dygowsku.

Zostawmy na razie mistrza w jego królestwie i przenieśmy się do centrum Dygowo. Tam bowiem rozgrywała się „gonitwa łososiowa”, czyli dygowski triathlon. Wzięło w nim udział ok. 100 zawodników, którzy najpierw mieli do pokonania 12 km na rowerze, potem 4 km kajakiem, a na koniec rywalizowali w biegu na dystansie 5 km. Po takim wysiłku przychodzi czas na biesiadę łososiową. Jej głównym daniem była oczywiście zupa łososiowa po dygowsku. Znają ją doskonale smakosze z okolicy, a z roku na rok przybywa także smakoszy z innych regionów Polski.

Swój delikatny, ale jakże wyrazisty smak, zupa zawdzięcza przede wszystkim łososiowi. Bo to nie jest ryba z hodowli, ale żyjąca naturalnie w nieuregulowanej, miejscami dzikiej, gdzieś niedługo o bystrym nurcie, ale niezwykle czystej Parsęcie. Tak więc i zupa z niej przyrządzona porywa swoim niezwykłym, niezapomnianym smakiem. Bo oprócz łososia jest w niej cała gama warzyw – marchew, pietruszka, por, seler, ziemniaki, papryka i pieczarki. Przy czym część z nich jest dodawana w postaci surowej, a inne, zanim trafią do garnka, są podsmażane. Całość kompozycji dopełnia śmietana i koperek.

Mnie, kosztując łososiowej po dygowsku, przychodzi do głowy porównanie z utworem „Łabędź” francuskiego kompozytora Camille Saint-Saënsa – piękny, delikatny a jednocześnie wyniosły i dumny.

Jedno jest pewne, warto odwiedzić Dygowo, by skosztować zupy łososiowej według miejscowego przepisu. A jest to możliwe tylko jeden jedyny raz w roku, około połowy lipca. Warto więc tak zaplanować swój czas, by właśnie wtedy być w Dygowie. Ja w przyszłym roku będę na pewno.

NAJLEPSZE OKAZY ŁOSOSIA, ZŁOWIONE W RZECIE PARSEŃCIE PODCZAS „BIESIADY ŁOSOSIOWEJ” ■ THE BEST SPECIMENS OF SALMON CAUGHT IN THE PARSEŃTA RIVER DURING THE “SALMON FEAST” ■ DIE BESTEN LACHSEXEMPLARE, GEFANGEN IM FLUSS PARSEŃTA WÄHREND DER DAUER DES „LACHS-GASTMAHLS”

positions with the hope for success. Angling lasted until 11. Then, the anglers returned to the „Statue of salmon” in the centre of Dygowo, where the caught fish are officially weighed and measured and the winner is selected. Then, the salmon were delivered to the master of culinary arts, who, according to the recipe known to himself only and guarded as the most precious treasure, started preparing the Dygowo speciality – Dygowo-style salmon soup.

Now, for the time being let’s leave the master in his kingdom and move to the centre of Dygowo. The „salmon race” i.e. Dygowo triathlon was held there. It was attended by about 100 players who at first had to ride a

bike for 12 km, then to sail a kayak for 4 km and then they competed in a 5 km run. After such physical effort, there is the time to celebrate the salmon feast. Its main course was, of course, the Dygowo-style salmon soup. It is known well by the local gourmets and year by year new gourmets appear from other Polish regions.

The soup owes its gentle, yet distinctive, taste mainly to the salmon as it is not farmed fish but living naturally in Parsęta, which is not regulated, sometimes wild, somewhere with the swift current, but extremely clean. So, the soup made using this fish seduces us with its unusual, unforgettable taste. In addition to the salmon, it contains a whole range of vegetables – carrots, parsley, leek, celeriac, potatoes, peppers and champignons. Some of them are added raw, some, before putting them into the pot, are slightly fried. The composition is completed by sour cream and dill.

When I try the Dygowo-style salmon soup, I think of „The Swan” composed by the French composer, Camille Saint-Saëns – beautiful, delicate and at the same time haughty and proud.

One thing is certain, it is worth visiting Dygowo, in order to taste the salmon soup prepared according to the local recipe. And this is only possible once a year, around mid-July. So it is worth planning your time to be in Dygowo then. I will be there next year for sure.



# Eine außergewöhnliche Lachssuppe

Dygowo ist eine ungefähr 5.600 Einwohner zählende und in der Woiwodschaft Westpommern (12 km südwestlich von Kolobrzeg) gelegene Ortschaft. Wer dort in diesem Jahr am dritten Samstag des Monats Juli nicht war, soll es bedauern. Denn in Dygowo wird einmal im Jahr ein Lachsschmaus, zu dem die Feinschmecker aus ganz Polen kommen, organisiert. In diesem Jahr gab es am 16. Juli die 10. Auflage dieser Veranstaltung. Als Hauptspeise, das während dieses Schmauses serviert wird, gilt eine spezielle Suppe – die Lachssuppe aus Dygowo. Wieso ist sie so außergewöhnlich? – könnte man fragen. Im nächstbesten Kochbuch gibt es doch Rezepte für die Lachssuppe in Hülle und Fülle. Also, die Ungewöhnlichkeit der Lachssuppe aus Dygowo besteht darin, dass ihr Hauptbestandteil – der Lachs aus dem Fluss Parsęta, der Dygowo im Süden umfließt, kommt. Und das ist der grundlegende, wesentliche Unterschied zwischen der Lachssuppe aus Dygowo und anderen Lachssuppen. Aber nach der Reihe.

Damit die Suppe entsteht, muss ein Lachs im Fluss Parsęta gefangen werden. Am 16. Juli dieses Jahres haben sich über 130 Angler aus allem Polen in der ersten Frühe (um 5 Uhr morgens) auf den Weg zum Fanggebiet am Fluss begeben. In den Flussschleifen, im Uferschilf, an gefallenen Bäumen, wo der Fluss seinen Lauf verlangsamt, wählten sie die Stellen aus und rechneten auf Erfolg. Das Angeln dauerte bis 11 Uhr. Dann kamen die Angler ans „Lachsdenkmal“ im Zentrum von Dygowo, wo das offizielle Wiegen und Messen der gefangenen Stücke stattfindet und wo der Sieger ausgewählt wird, zurück. Dann wurden die Lachse vom Kochkunstmeister, der sich ans Zubereiten der Spezialität aus Dygowo (und zwar der Lachssuppe aus Dygowo) nach einem nur ihm bekannten und wie der wertvollste Schatz gehüteten Kochrezept machte.

Lassen wir jetzt unseren Meister in seinem Reich und gehen wir ins Zentrum von Dygowo. Dort gab es nämlich „das Lachsrennen“, also das Triathlon von Dygowo. Daran nahmen etwa 100 Wettkämpfer teil, die zuerst 12 km mit dem Fahrrad, dann 4 km mit

UCZESTNICY ROWEROWEGO ETAPU DYGOWSKIEGO TRIATHLONU NA DYSTANSIE 12 KM ■ PARTICIPANTS OF THE DYGOWO TRIATHLON CYCLING STAGE AT THE DISTANCE OF 12 KM ■ TEILNEHMER DER RAD-ETAPPE DES TRIATHLONS VON DYGÓW AUF ZWÖLFKILOMETERSTRECKE



TYM RAZEM DO POKONANIA KAJAKOWY ETAP NA DYSTANSIE 4 KM ■ TIME FOR KAYAKING STAGE AT THE DISTANCE OF 4 KM AHEAD ■ DIESMAL MUSS EINE 4 KM LANGE PADDLBOOTSSTRECKE ZURÜCKGELEGT WERDEN

dem Paddelboot zurückzulegen hatten und anschließend im Lauf auf einer 5-km-Strecke wetteiferten. Nach einer solchen Anstrengung kommt die Zeit für einen Lachsschmaus. Sein Hauptgericht war natürlich die Lachssuppe aus Dygowo. Sie ist sehr gut den Feinschmeckern aus der Gegend bekannt und jedes Jahr gibt es immer mehr Feinschmecker aus anderen Regionen Polens.

Ihren feinen (aber sehr deutlichen) Geschmack verdankt die Suppe vor allem dem Lachs. Es ist nämlich kein gezüchteter Fisch, sondern er lebt natürlich in einem unregelmäßigen, mancherorts wilden, aber sehr sauberen Fluss Parsęta hier und da mit einer schnellen Strömung. Also, auch die aus diesem Fisch zubereitete Suppe erregt durch ihren ungewöhnlichen und unvergesslichen Geschmack. Denn neben dem Lachs gibt es drin jede Menge Gemüse – die Möhre, die Petersilie, den Porree, die Sellerie, die Kartoffeln, das Paprika und die Champignons. Das Gemüse wird teilweise roh zur Suppe gegeben und das andere – angebraten, bevor es in den Kochtopf kommt. Die ganze Komposition wird von der Sahne und dem Dill ergänzt.

Wenn ich die Lachssuppe aus Dygowo koste, kommt mir ein Vergleich mit dem Werk „Der Schwan“ vom französischen Komponisten Camille Saint-Saëns in den Sinn – ein schöner, zerbrechlicher und gleichzeitig erhabener und stolzer.

Eins ist sicher, es lohnt sich Dygowo zu besuchen um die Lachssuppe nach lokalem Kochrezept zu kosten. Und es ist nur ein einziger Mal im Jahr möglich – gegen Mitte Juli. Es lohnt sich also, die Zeit auf eine solche Art und Weise zu planen, damit man in Dygowo gerade zu dieser Zeit ist. Im nächsten Jahr werde ich hier hundertprozentig.

TEKST ■ BY ■ TEXT: **PAWEŁ WOJCIESZAK/ARIMR**

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY ■ FOTOS: MAREK KAWĘCKI, UG DYGOWO



# Na talerz wprost od gospodarza

Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa wspiera małe przetwórstwo

## From farm to fork

Agency for Restructuring and Modernisation of Agriculture supports small-scale processing

**K**ażdy w Polsce wie, że swojska kielbasa, wędzona w dymie z drzew owocowych – jabłoni czy gruszy – pozostawia daleko w tyle najlepsze markowe europejskie i światowe wędliny wytwarzane w technologii przemysłowej. Przesada? Nie, nie znam nikogo, kto mając do wyboru swojską kielbasę i nawet najlepszą kielbasę, wytwarzaną metodami przemysłowi, nie sięgnie po tę pierwszą. To samo dotyczy szynki, kaszanki, słoniny. My, Polacy, cenimy smak swojskich wyrobów. Przed polskimi rolnikami otwiera się wielka szansa na czerpanie dodatkowych dochodów z wytwarzanych w gospodarstwie produktów spożywczych. W nowym Programie Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020 znalazła się specjalna pomoc dla rolników, ich małżonków czy domowników na inwestycje w przetwórstwo rolno-spożywcze. W zasadzie ten kierunek działalności wydaje się być skazany na sukces. Maksymalna wysokość pomocy, jaką można uzyskać w całym okresie realizacji PROW 2014-2020, wynosi 300 tys. zł. Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa, która wdraża to wsparcie, może dofinansować połowę tzw. kosztów kwalifikowanych, poniesionych przez rolnika na realizację danego przedsięwzięcia. Pomoc może być przyznana na zakup maszyn i urządzeń przeznaczonych m.in. do magazynowania produktów rolnych, przygotowywania ich do przetwarzania, jak też i samego przetwarzania.

Wsparcie można także otrzymać na przygotowanie produktów i półproduktów rolnych do sprzedaży, a także na zakup instalacji związanych z ochroną środowiska naturalnego i przeciwdziałających

**E**veryone in Poland knows that home-made sausage smoked in the smoke from fruit trees – apple-tree or pear-tree – leaves the best branded European and global cold meats produced industrially far behind. Do we exaggerate? No, I do not know anyone who, having to choose between home-made sausage and even the best sausage produced using industrial methods, does not choose the former. The same applies to ham, black pudding, lard. We, the Poles, appreciate the taste of home-made products. Polish farmers have a great opportunity to gain additional income from food products manufactured in their holdings. The new Rural Development Programme for 2014-2020 includes special support for farmers, their spouses or household members as regards investments in agri-food processing. In principle, this type of activity seems to be destined for success. The maximum amount of aid that can be received during the implementation of the RDP 2014-2020 is PLN 300 thousand. The Agency for Restructuring and Modernisation of Agriculture, which implements this support, may co-finance the half of so-called eligible costs incurred by a



zmianom klimatu, czy też nabycie aparatury pomiarowej, kontrolnej oraz sprzętu do sterowania procesem produkcji lub magazynowania.

Wsparciem w ramach małego przetwórstwa objęte są m.in. następujące rodzaje działalności gospodarczej:

- produkcja wyrobów z mięsa, poza mięsem drobiowym;
- produkcja soków z owoców i warzyw;
- przetwarzanie i konserwowanie owoców i warzyw;
- przetwórstwo i konserwowanie ziemniaków;
- przetwórstwo mleka i wyrób serów;
- wytwarzanie chleba;
- wytwarzanie miodu.

Zatem można mieć nadzieję, że z czasem zwiększy się podaż swojskich produktów na rynku, i obok uznanych marek, np. konserwowych ogórków wytworzonych metodami przemysłowymi, będzie można znaleźć ogórki wytworzone w rolniczych gospodarstwach. To samo dotyczy np. mleka, sera, miodu czy pieczywa.

A kto ma wątpliwości, czy swojskie jedzenie dorównuje walorami żywności produkowanej metodami przemysłowymi, zapraszam do jednego z wielu gospodarstw agroturystycznych. Tam na śniadanie gospodyni zaserwuje świeżo upieczony chleb z mąki otrzymanej z ziarna zebranego z własnego pola, do tego szklanek tłustego, świeżego, białego, niczym śnieg na najwyższych szczytach Alp, mleka, a na talerzu będzie pysznił się biały ser, ozdobiony koroną złocistego miodu z pobliskiej pasieki. Kto nie będzie miał ochoty na nabiał, niech wybierze deskę pełną swojskich wędlin – pachnącej kielbasy, kaszanki, mieniącego się mozaiką barw salcesonu czy kuszącej delikatną czerwienią szynki. Smacznego!

farmer for the implementation of a given project. Aid may be granted for the purchase of machinery and equipment intended for, *inter alia*, storage of agricultural products, preparing them for processing and also processing itself. Support may also be received for preparing agricultural products and semi-finished products for sale as well as for purchasing facilities related to the environmental protection and preventing climate change or for purchasing measuring and control apparatus and equipment so as to control the manufacture or storage process.

Support within the framework of small-scale processing covers, *inter alia*, the following types of activity:

- production of meat products, apart from poultry meat;
- production of fruit and vegetable juices;
- processing and preserving of fruit and vegetables;
- processing and preserving of potatoes;
- processing of milk and production of cheese;
- production of bread;
- production of honey.

Therefore, we may hope that over time there will be an increase in the supply of home-made products in the market and in addition to recognised brands, e.g. pickled cucumbers produced using industrial methods, we will be able to find cucumbers produced in agricultural holdings. The same applies, e.g., to milk, cheese, honey or bread.

And if you have any doubt that home-made food matches up, in terms of its qualities, to food produced industrially, let me invite you to one of many agri-tourism holdings. There, for breakfast, the farmer's wife will serve freshly baked bread made of flour derived from grain harvested on own field, along with a glass of milk which is full-cream, fresh and white like snow on the highest peaks of the Alps and curd decorated with a crown made of golden honey from a nearby apiary will proudly flaunt itself on a plate. If you do not like dairy products, you may choose a board full of home-made cold meats – aromatic sausage, black pudding, headcheese sparkling with a mosaic of colours or ham tempting with its subtle redness.

Bon appétit!

TEKST ■ By ■ TEXT: **PAWEŁ WOJCIESZAK/ARiMR**

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY ■ FOTOS: FOTOLIA, ARTUR KUBAT, MAREK ZADWORZAŃSKI



# Auf den Teller direkt vom Landwirt

## Agentur der Restrukturisierung und Modernisierung der Landwirtschaft unterstützt kleine Verarbeitung

Jedermann in Polen weiß, dass die mit Obstbaumrauch (Apfelbaum oder Birnbaum) geräucherte einheimische Wurst die besten unter Anwendung von der Industrietechnologie produzierten europäischen und weltlichen Markenwürste weit hinter sich lässt. Ist das eine Übertreibung? Nein, ich kenne keine solche Person, die zu einer einheimischen Wurst nicht greift, wenn sie eine Wahl zwischen dieser Wurst und einer unter Anwendung von der Industrietechnologie produzierten (sogar der besten) Wurst hat. Dasselbe gilt für Schinken, Blutwurst, Speck. Wir, Polen, schätzen den Geschmack von einheimischen Produkten. Den polnischen Bauern wird eine große Chance für die Schöpfung von zusätzlichen Profiten aus den im Hof entstehenden Lebensmitteln geboten. Das neue Programm zur Entwicklung des ländlichen Raums für die Jahre 2014-2020 enthält spezielle Hilfe für die Bauer, ihre Ehepartner oder Hausgesinde, die für die Investitionen in Verarbeitung landwirtschaftlicher Produkte und Lebensmitteln bestimmt wird. Im Prinzip scheint diese Tätigkeitsrichtung, zum Erfolg verurteilt zu sein. Maximale Höhe der finanziellen Unterstützung, die während der ganzen Dauer der Realisierung des Programms zur Entwicklung des ländlichen Raums für die Jahre 2014-2020 bekommen werden kann, beträgt 300.000 PLN. Die Agentur der Restrukturisierung und Modernisierung der Landwirtschaft, die diese Unterstützung einleitet, kann eine Finanzierungshilfe für die Hälfte der sog. förderfähigen Kosten, die vom Bauern im Zusammenhang mit Realisierung des angegebenen Unternehmens getragen wurden, leisten. Die Finanzierungshilfe kann für den Kauf von denjenigen Maschinen und Geräten gewährt werden, die u. a. für

Einlagerung von Agrarprodukten, ihre Vorbereitung zur Verarbeitung und die Vorbereitung selbst bestimmt

sind. Diese Unterstützung kann auch für die Vorbereitung von Landwirtschaftsprodukten und landwirtschaftlichen Halbfabrikaten zum Verkauf, sowie für den Kauf der mit dem Umweltschutz verbundenen und gegen Klimawandel wirkenden Anlagen oder für Kauf von Mess- und Kontrollgeräten, wie auch von Steuergeräten für die Produktions- oder Einlagerungsprozesse erhalten werden.

Die Unterstützung im Rahmen der kleinen Verarbeitung umfasst u. a. folgende Gewerbearten:

- Herstellung von Fleischerzeugnissen (außer dem Geflügelfleisch);
- Herstellung von Obst- und Gemüsesäften;
- Obst- und Gemüseverarbeitung sowie -konservierung;
- Kartoffelverarbeitung und -konservierung;
- Milchverarbeitung sowie Käse- und Quarkherstellung;
- Herstellung von Brot;
- Herstellung von Honig.

Man kann also hoffen, dass das Angebot von einheimische Produkten auf dem Markt im Laufe der Zeit höher wird und neben anerkannten Marken (z. B. den unter Anwendung von industriellen Methoden hergestellten Essiggurken) auch die in Landwirtschaftsbetrieben hergestellten Gurken zu finden werden. Dasselbe betrifft beispielweise Milch, Käse, Quark, Honig oder Backwaren.

Wenn jemand es in Zweifel zieht, ob einheimische Lebensmittel in Hinsicht auf die Vorteile an die unter Anwendung von industriellen Methoden hergestellten Nahrungsmittel heranreichen, lade ich zu einem von vielen Ferienbauernhöfen ein. Dort wird die Haushälterin ein frisch gebackenes Brot zum Frühstück servieren (dieses Brot entstand aus einem Mehl, das von einem frisch auf eigenem Feld geernteten Korn). Dazu kommt ein Glas fette, frische und weiße wie Schnee auf den höchsten Alpengipfeln Milch. Auf dem Teller wird sich der mit goldenem Honig aus einem nahe gelegenen Bienenstand gekrönte Quark aufblasen. Wer keine Lust auf Milchprodukte haben wird, soll ein Brett voll einheimisches Selchfleisch – riechende Wurst, Blutwurst, die in allen Farben schillernde Presswurst oder der mit zartem Rot lockende

Schinken – wählen. Guten Appetit!



# Czas dla podniebienia

## Time for the palate



JEDZENIE POWINNO ZASPOKAJAĆ GŁÓD – NIE PRÓŻNOŚĆ, POWINNO SPRAWIAĆ PRZYJEMNOŚĆ – NIE TRUDNOŚCI, BYĆ DOZNA NIEM KULINARNYM – NIE INTELEKTUALNYM I DAWAĆ OKAZJĘ DO DZIELENIA SIĘ RADOŚCIĄ POSIŁKU Z BLISKIMI ■ FOOD SHOULD SATISFY HUNGER – NOT VANITY, SHOULD GIVE PLEASURE – NO DIFFICULTY, SHOULD BE A CULINARY – NOT INTELLECTUAL – EXPERIENCE AND SHOULD GIVE THE OPPORTUNITIES TO SHARE THE JOY OF A MEAL WITH THE LOVED ONES

**P**olska żywność znajduje coraz większe uznanie na rynkach zagranicznych. W ostatnim roku nasze produkty uzyskały dostęp do następujących 22 rynków w różnych regionach świata. Główne z nich to Chiny, Kazachstan i rynki Afryki Południowej. Z osiągnięciami branży spożywczej można było zapoznać się w Poznaniu podczas jesiennych Międzynarodowych Targów Wyrobów Spożywczych Polagra Food. Targi te stały się tradycyjnym świętem branży spożywczej. To największa, nie tylko w Polsce, ale i w Europie Środkowo-Wschodniej, wystawa, prezentująca osiągnięcia tej branży, ale to przede wszystkim targi jedzenia. To wydarzenie jest niezwykle atrakcyjne. Udział w targach bierze blisko 1200 wystawców z 30 krajów.

Tradycją stało się też, że w czasie tych targów przedstawiciele firm otrzymują znaki programu Poznaj Dobrą Żywność dla swoich produktów. Znaki otrzymało kolejnych 48 producentów dla 193 swoich wyrobów. Program Poznaj Dobrą Żywność to program Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi, który od lat ułatwia konsumentom identyfikowanie żywności najwyższej jakości.

**P**olish food is gaining more and more recognition in foreign markets. Last year, our products obtained access to another 22 markets in various regions of the world. The major are China, Kazakhstan and South African markets. The achievements of the food industry could be seen in Poznań during the autumn International Trade Fair for Food Polagra Food. This fair has become a traditional feast of the food industry. This is the largest, not only in Poland but also in Central and Eastern Europe, exhibition presenting the achievements of this industry, but it is primarily the food fair. This event is very attractive. Nearly 1,200 exhibitors from 30 countries take part in the fair.

It has become tradition that during the fair, the company representatives receive the Try Fine Food quality marks for their products. The marks were received by another 48 producers for 193 products. The Try Fine Food programme is a programme of the Minister of Agriculture and Rural Development, which for years has been making it easier for consumers to identify food of the highest quality.

Październik to idealny termin do prezentacji przetworów oraz tradycyjnych konfitur, ponieważ właśnie wtedy, zaraz po zbiorach owoców i warzyw, są one najbardziej świeże i mają najciekawsze smaki i zapachy. Dlatego producentom i smakoszom regionalnej i tradycyjnej żywności dedykowane są, towarzyszące Polagrze Food, targi Smaki Regionów. Swoje rarytasy, przygotowane według starych receptur, prezentowało w 2016 roku ponad 200 wystawców z 16 województw. Wystawcami są tutaj poszczególne województwa naszego kraju, które przedstawiały ofertę win, chlebów, ciast, serów, wędlin, miódów, nalewek, powideł i innych przetworów regionalnych, których dodatkową zaletą jest to, że nie są to nigdy produkty masowe. Ich producentami są małe, rodzinne firmy, które często wytwarzają swoje produkty według receptur przekazywanych z pokolenia na pokolenie, stosując przy tym komponenty najwyższej jakości, często pochodzące z własnego gospodarstwa.

Spośród wielu targowych produktów Polska Izba Produktu Regionalnego i Lokalnego we współpracy z samorządami, wyłoniła laureatów konkursu „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”. Jak uważają przedstawiciele Izby, ten, organizowany od 2000 r. konkurs udowodnił, jak wspaniałą i oryginalną żywność mogą zaoferować polscy producenci konsumentom, nie tylko w naszym kraju, ale również w Unii Europejskiej i poza nią.

Kielbasa myśliwska i jałowcowa, kabanosy, chleb pieczony na chrzanowych liściach, miody, kołaczki, oscypki, redykołka, powidła, miód wrzosowy z Borów Dolnośląskich, wielkopolski ser smażony, rogaliki świętomarcińskie, przetwory warzywne i owocowe, a także wyśmienite nalewki, przyrządzane zgodnie z recepturami przekazywanymi z pokolenia na pokolenia to smakołyki, których można było tu próbować.

Należy podkreślić, że Smaki Regionów miały także międzynarodowy charakter. Poza polskimi smakołykami, goście mogli skosztować także specjalów z innych krajów, np. koreańskiego czerwonego żeń-szenia, smażonego ryżu i lokalnych, czy też tradycyjnych włoskich szynek, serów i oliwy.

October is the perfect time to present preserves and traditional jams, because just then, immediately after the harvest of fruit and vegetables, they are the freshest and have the most interesting taste and aroma. Therefore, the Tastes of the Regions fair, accompanying Polagra Food, is dedicated to producers and gourmets of regional and traditional food. In 2016, more than 200 exhibitors from 16 voivodeships presented their delicacies prepared according to old recipes. The exhibitors are here are the individual voivodeships of our country, which presented the offer of wines, breads, cakes, cheeses, cold meats, honeys, cordials, jams and other regional preserves, whose additional advantage is the fact that they are not mass-produced products. Their producers are small, family companies which often manufacture their products according to recipes passed down from generation to generation, using the highest quality components, often derived from their own holdings.

Among many fair products, the Poland Chamber of Regional and Local Products in cooperation with self-governments, selected the winners of the „Our Culinary Heritage – Tastes of the Regions” competition. As the representatives of the Chamber think, this competition, organised since 2000, proved how wonderful and original food may be offered by the Polish producers to consumers, not only in our country but also in and beyond the European Union.



JEDZENIE DAJE OKAZJĘ DO DZIELENIA SIĘ RADOŚCIĄ POSIŁKU Z BLISKIMI ■ FOOD MAKES A PERFECT OPPORTUNITY TO SHARE THE JOY OF MEAL WITH YOUR FAMILY AND FRIENDS ■ DAS ESSEN LÄSST EINE GELEGENHEIT BENUTZEN, UM DIE MAHLZEITFREUDE MIT DEN NÄCHSTEN ZU TEILEN

Hunter's and juniper sausage, kabanos sausages, bread baked on horseradish leaves, honeys, kolaches, oscypek cheese, redykołka cheese, plum jam, heather honey from the Lower Silesian Wilderness, Wielkopolska fried cheese, St. Martin's twirls, vegetable and fruit preserves, as well as fine cordials, prepared according to recipes passed down from generation

to generation are delicacies which you could try here.

It should be stressed that the Tastes of the Regions was also of international character. In addition to Polish delicacies, the visitors could also try specialities from other countries, for example, Korean red ginseng, fried rice and local or traditional Italian hams, cheeses and olive oil.

# Zeit für den Gaumen

DAS ESSEN SOLL HUNGER STILLEN UND KEINE EITELKEIT BEFRIEDIGEN, ES SOLL VERGNÜGEN FINDEN LASSEN UND KEINE SCHWIERIGKEITEN MACHEN, ES SOLL EINE KULINARISCHE UND NICHT INTELLEKTUELLE EMPFINDUNG SEIN, SOWIE EINE GELEGENHEIT BIETEN, DIE MAHLZEIT-FREUDE MIT DEN NÄCHSTEN ZU TEILEN

Polnische Nahrungsmittel finden immer größere Anerkennung auf ausländischen Märkten. Im letzten Jahr erlangten unsere Produkte Zutritt zu weiteren 22 Märkten in verschiedenen Regionen der Welt. Die wichtigsten von ihnen sind China, Kasachstan und Märkte Südafrikas. Mit Errungenschaften der Lebensmittelindustrie konnte man während der Dauer der herbstlichen Internationalen Nahrungsmittelmesse Polagra Food kennenlernen. Diese Messe wurde zum traditionellen Fest der Lebensmittelindustrie. Es ist die größte Ausstellung in Polen und Mitteleuropa, die die Errungenschaften dieser Industrie präsentiert, vor allem ist es aber eine Kostmesse. Das ist ein äußerst attraktives Ereignis. An der Messe nehmen fast 1200 Aussteller aus 30 Ländern teil.

Zur Tradition wurde es auch, dass die Firmenvertreter im Laufe dieser Messe Zeichen des Programms PDŻ – Poznaj Dobrą Żywność (Lerne guten Lebensmittel kennen) für ihre Produkte erhalten. Die Zeichen haben weitere 48 Produzenten für 193 ihre Produkte bekommen. Das Programm PDŻ – Poznaj Dobrą Żywność ist Programm des Ministers für Landwirtschaft und Ländliche Entwicklung, das den Verbrauchern seit vielen Jahren die Identifizierung von Lebensmitteln der höchsten Qualität erleichtert.

Oktober ist der beste Termin für Präsentation von Obstprodukten und traditionellen Konfitüren, weil sie gerade zu dieser Zeit, gleich nach der Obst- und Gemüseernte, am frischsten sind und die interessanten Geschmäcke und Gerüche haben. Daher ist die Messe „Geschmäcke der Regionen“, von der die Messe Polagra Food begleitet wird, den Feinschmeckern und Produzenten von regionalen und traditionellen Lebensmitteln gewidmet. Ihre Leckereien, die nach alten Rezepturen zubereitet wurden, präsentierten in Jahr über 200 Aussteller aus 16 Woiwodschaften. Als Aussteller gelten hier einzelne Woiwodschaften unseres Landes, die Wein-, Brot-, Kuchen-, Quark-, Käsen-, Wurst-, Honig-, Likör-, Musangebote, sowie Angebo-

te für andere regionale Produkte unterbreiteten. Der zusätzliche Vorzug dieser Produkte besteht darin, dass sie keine Massenwaren sind. Ihre Hersteller sind kleine Familienfirmen, die ihre Produkte oft nach den von Generation zu Generation weitergegebenen Rezepturen herstellen und dabei Komponente der höchsten Qualität, die häufig aus eigenem Bauernhof kommen, verwenden.



JEDZENIE JEST KLUCZEM DO TEGO, BY CIESZYĆ SIĘ TYM, CO MASZ NA TALERZU ■ FOOD IS THE KEY TO ENJOY WHAT YOU HAVE ON YOUR PLATE ■ DAS ESSEN IST DER SCHLÜSSEL DAZU, UM SICH DARÜBER ZU FREUEN, WAS DU AUF DEM TELLER HAST

Von vielen Messeprodukten wählte Polnische Kammer für Regionale und Lokale Produkte in der Zusammenarbeit mit den Selbstverwaltungen die Laureaten des Wettbewerbs „Unser Kulinarisches Erbe – Geschmäcke der Regionen“. Wie die Kammervertreter meinen, wies dieser seit dem Jahr 2000 organisierte Wettbewerb nach, was für wunderbare und

einzigartige Lebensmittel polnische Produzenten den Verbrauchern sowohl hierzulande als auch in der und außerhalb der EU anbieten können.

Die Jäger- und Wacholderwurst, die Brühwurst namens „kabanosy“, das auf Meerrettichblättern gebackene Brot, Honige, Fladen, geräucherte Schafskäsen, geräucherter halbfester Schnittkäse aus Schafsmilch, Muse, Heidenhonig aus Niederschlesischer Heide, gebratener Käse aus Großpolen, Posener Martinshörnchen, Obst- und Gemüseprodukte, sowie ausgezeichnete Liköre, die nach den von Generation zu Generation weitergegebenen Rezepturen zubereitet werden, sind Leckereien, die hier gekostet werden konnten.

Es muss betont werden, dass die Messe „Geschmäcke der Regionen“ auch vom internationalen Charakter waren. Die Gäste konnten, neben polnischen Leckereien, ebenfalls die Spezialitäten aus anderen Ländern, beispielweise koreanischen roten Ginseng, gebratenen Reis und lokale oder traditionelle italienische Schinken, Käsen und Öl kosten.



# Apetyt na Podlasiu

## Appetite for Podlasie

**P**ołożone na rubieżach kraju Lechitów Podlasie, stanowiło wschodnią ścianę Mazowsza, oddzielającą je od Rusi i Litwy. Była to kraina, gdzie ścierały się wpływy polskie, ruskie, jaćwieskie, krzyżackie, litewskie. To tu najbardziej jest widoczna wielowiekowa „Rzeczpospolita Wielu Narodów”. Na ziemi podlaskiej zachowało się bogate dziedzictwo kulturowe i kulinarne mieszkańców na niej Polaków, Litwinów, Niemców, Żydów, Tatarów, Karaimów, Białorusinów... Znajdziemy tu prawdziwą mozaikę smaków, stanowiącą, obok wspaniałej przyrody, o wielkiej atrakcyjności turystycznej regionu. Z tej wielokulturowości wzięło się bogactwo podlaskiej kuchni: smakowite ryby z Bugu, Narwi, Biebrzy i suwalskich jezior, dziczyzna i przetwory

**L**ocated on the border of the country of the Lechites, Podlasie was the eastern wall of Mazowsze and separated it from Russia and Lithuania. This was the land where the Polish, Ruthenian, Yotvingian, Teutonic, Lithuanian influences used to clash. It is here where the centuries-old “Republic of Many Nations” is most visible. In Podlasie, rich cultural and culinary heritage of the Poles, Lithuanians, Germans, Jews, Tatars, Karaites, Belarusians living there has been preserved... Here, we will find a real mosaic of tastes which, in addition to the magnificent nature, determines the great tourist attractiveness of the region. This multiculturalism is a cradle of the richness of Podlasie cuisine: tasty fish from Bug, Narew, Biebrza and Suwałki lakes; venison and undergrowth

products as well as original delicacies of various nations inhabiting this land. And thus, in Tykocin we may eat Jewish *cymes* (sweet beef with carrots), *kugel* (potato cake), *kreplech* (dumplings with meat) and gefilte fish, in Jeleniewo – *kartacze* and *soczewiaki*, and in Sejny or Puńsk, they serve Lithuanian and Samogitian delicacies: smoked, sliced pork ears, blinis with cream and *czenaki* (meat with vegetables baked in a ceramic dish – obligatorily with cabbage, carrots and cucumbers). This dish, today regarded as the regional dish of Lithuania, has been wandering through the centuries from the Caucasus and Crimea to Lithuania, while changing its name and ingredients.

We have here traditional bread: brown bread from Puńsk, e.g. excellent wholemeal

honey motules baked on sweet flags, traditional bread from Augustów. There are delicacies of Lithuanian origin, such as *obuolių sūris* – apple “cheese” and Belarusian *gryczaniki* – dumplings filled with buckwheat and curd, *pampuszki* and *oladzie* (crumpets). There are specific cold meats: Lithuanian *kindziuk* and Polish *kumpia*, i.e. pork ham with bone, fish and game pates.

The region is a treasury of unique, often forgotten, technologies and recipes. Still, in the vicinity of Narewka and Gródek, people prepare sausage immersed in lard – a practical recipe from the times when there were no refrigerators; pork fat, salted and marinated for a couple of weeks in spices, as well as ham “from the chimney”. In Kruszewo, even today, barrels with pickled cucumbers, just like many years ago, are immersed into the Narew



KINDZIUK – SUCHA WĘDLINA Z POSEKANEJ WYSOKOGA-TUNKOWEGO MIĘSA ■ KINDZIUK – DRIED SAUSAGE MADE OF HIGH QUALITY MEAT ■ KINDZIUKAS – TROCKENE WURST AUS GESCHNITTENEM QUALITÄTSFLEISCH

z runa leśnego, a do tego oryginalne przysmaki zamieszkujących tę ziemię różnorodnych nacji. I tak, w Tykocinie zjemy żydowski *cymes* (wołowinę z marchewką na słodko), *kugel* (babkę ziemniaczaną), *kreplech* (pierogi z mięsem) i rybę po żydowsku, w Jeleniewie *kartacze* i *soczewiaki*, a w Sejnach czy w Puńsku podawane są litewskie i żmudzkie przysmaki: wędzone, krojone w paseczki uszy wieprzowe, bliny ze śmietaną i *czenaki* (zapekane w ceramicznym naczyniu mięso z warzywami – konieczne z kapustą, marchewką i ogórkami). Potrawa ta, dziś uważana za regionalne danie litewskie, wędrowała przez stulecia od Kaukazu i Krymu po Litwę, zmieniając po drodze swą nazwę i składniki.

Jest tradycyjne pieczywo: ciemne chleby z Puńska, np. doskonały razowo-miodowy motules, pieczony „na kalmusie”

(na tataraku) tradycyjny chleb z Augustowa. Są przysmaki o rodowdziej litewskim, jak obalium suris – „ser” jableczny i białoruskie gryczaniki – pierogi z kaszą gryczaną i białym serem, pampuszki i oładzie (racuchy). Są specyficzne wędliny: litewski kindziuk i polska kumpia, czyli wieprzowa szynka z kości, pasztety z ryb i dziczyzny.



POLSKA KUMPIA, CZYLI WIEPRZOWA SZYNKA Z KOŚCIĄ ■ POLISH KUMPIA – PORK HAM ON THE BONE ■ POLNISCHE „KUMPIA”, ALSO SCHWEINESCHINKEN OHNE KNOCHEN

Region jest skarbnicą unikalnych, często zapomnianych technologii i receptur. Wciąż jeszcze w okolicach Narewki i Gródka przygotowuje się kielbasę zatapianą w smalcu – praktyczny przepis z czasów, gdy nie było lodówek; soloną i macerowaną kilka tygodni w przyprawach słoninę i szynkę „z kominą”. W Kruszewie kiszone ogórki po dziś dzień, jak wiele lat temu, zatapia się w beczkach w wodach Narwi, dzięki czemu są smaczne i chrupiące. Specjałem Kruszewa, oprócz ogórków, jest wspaniała kiszona kapusta, przygotowywana według receptur przekazywanych z pokolenia na pokolenie.

Podlasie słynie daniami z ziemniaków, a w Supraślu co roku gospodynie walczą o tytuł mistrzyni świata w pieczeniu kiszki i babki ziemniaczanej. Podlaski przysmak to kartacze, inaczej zwane cepelinami (pyzy ziemniaczane z mięsem), pierogi z soczewicą – soczewiaki (smażone na tłuszczu) albo kakory (pieczone w piecu), farszynki – placki z ziemniaków, kapuściaki, podpłomyki, bliny.

Unikalnym postnym daniem Podlasia, spożywanym do dziś na Wigilię w okolicach Bielska Podlaskiego czy Czeremchy, jest kisiel owsiany – bardzo specyficzna potrawa z rozgotowanego ziarna owsa, polana olejem. Na wieczerzy wigilijnej podawana jest z dodatkiem pokrojonej cebuli albo jedzona z gruszownikiem, czyli kompotem z suszonych gruszek.

## Ryby, grzyby i wędliny...

W tradycji kulinarnej Podlasia poczesne miejsce zajmują ryby i produkty runa leśnego, co nie dziwi w krainie lasów, jezior i rybnych rzek. W lasach i na bagnach Podlasia, zwłaszcza w okolicach Lipska nad Biebrzą, rosną dorodne żurawiny, z których wytwarzane są rozmaite przetwory: surowy przecier z cukrem, konfitury do mięs, nalewki. Tereny nadbużańskie to prawdziwa skarbnica ziół, z której tutejsi mieszkańcy zawsze czerpali obficie. Z zielarskich specjałów, w tym doskonałych ziołowych nalewek, słyną Koryciny. W okolicach Puszczy Białowieskiej rośnie turówka leśna, zwana żubrówką, od niepamiętnych czasów dodawana do słynnej polskiej wódki, której nazwa chroniona jest w unijnym rejestrze napojów spirytusowych.

Osią Podlasia jest obfitujący w ryby Bug. Łowiono w nim karasie, liny, leszcze, węgorze, a także dorodne sumy i szczu-

Podlasie is famous for its potato dishes, and every year in Supraśl housewives compete for the title of the world champion in baking potato sausage and potato cake. The Podlasie delicacy are *kartacze*, also called *cepeliny* (potato dumplings with meat), dumplings with lentils – *soczewiaki* (fried in fat) or *kakory* (baked in the oven), *farszynki* – potato pancakes, *kapuściaki*, flatbread, blinis.

The unique lenten dish in Podlasie, consumed until today on Christmas Eve in the area of Bielsk Podlaski is oatmeal *kisiel* – a very specific dish made of overcooked oat seeds and poured over with oil. On the Christmas Eve Supper, it is served with chopped onions or eaten with *gruszownik*, i.e., compote of dried pears.

## Fish, mushrooms and cold meats...

In the culinary tradition of Podlasie, an important place is occupied by fish and undergrowth products, which is not surprising in the land of forests, lakes and fish-abundant rivers. In the forests and swamps of Podlasie, especially around Lipsk upon Biebrza, large cranberries grow which are used to manufacture a variety of products: raw puree with sugar, jam for meat, cordials. The areas upon Bug are a real treasury of herbs, which the local inhabitants have always drawn on abundantly. Koryciny is famous for herbal specialities, including fabulous herbal cordials. In the vicinity of the Białowieża Forest, we may find sweet grass, called bison grass, which from time immemorial has been added to the famous Polish vodka, whose name is protected in the EU Registry of the spirit drinks.

The axis of Podlasie is Bug abounding in fish. People fished there crucians, tench, bream, eel, as well as large catfish and pike. The abundance of fish in the Podlasie rivers was noted by Zygmunt Gloger in his report on rafting down Narew and Biebrza. He mentions *scubele* (pike), ides, bream, burbot, perch, roach. Sometimes in the Narew River, we could find a stray catfish which had come from the Vistula River, moreover in the Podlasie rivers and lakes we could find European crayfish which have been replaced over time by spinycheek crayfish imported in the 19<sup>th</sup> century. A delicacy, often consumed at the time of Lent, was the beaver's scaly tail, treated like a fish. Traditional dishes made

paki. Obfitość ryb w podlaskich rzekach odnotował Zygmunt Gloger w relacji ze spływów Narwią i Biebrzą. Wspomina scubele (szczupaki), jazie, leszcze, miętusy, „okunie”, plotki. Czasem w Narwi zabłąkał się sum, który przypląnął z Wisły. Żyły w podlaskich rzekach i jeziorach raki szlachetne, wyparte z czasem przez sprowadzone w XIX wieku raki amerykańskie. Przysmakiem, często spożywanym w poście, był traktowany jak ryba, pokryty łuskami ogon bobra. Tradycyjne dania z narwiańskich ryb przyrządzane są w restauracjach i zajazdach w Skustelach, Rajgrodzie, Łomży i nad Biebrzą.

Zjemy w nich węgorza po rajgrodzku i zupę rybną z węgorza i szczupaka, okonia wędzonego w łusce, węgorza w sosie koperkowym, bieberzańskiego leszcza w zalewie octowej, sielawę z weka, pasztet z sandacza z rakami w głębokich, polodowcowych jeziorach, w Wigrach czy Hańcza, złowić można sieję i jej mniejszą kuzynkę sielawę. Sieja to ryba, która według legendy z „diabelskim” podtekstem, została przyniesiona do jeziora Wigry z dalekich krajów przez czarta, kuszącego klasztornych braciszków. Już w końcu XIX wieku siei w Wigrach było tak mało, że obowiązywał zakaz jej połowu. Populację odbudowano przed wojną, ale nadal jest to ryba rzadka i bardzo poszukiwana. W sercu Wigierskiego Parku Narodowego, w Starym Folwarku, serwowane są regionalne specjały z ryb: sielawa i sieja wigierska, sandacz, sum, a także raki, soczewiaki i zupa z soczewicy.

## Słodkie przysmaki

Oryginalne ciasta z Suwalszczyzny znane są w Polsce i za granicą, a wśród nich króluje sękacz wykonany z 40-60 jaj, najbardziej charakterystyczny wypiek, kojarzony z Suwalszczyzną, mimo że rodowód tego niezwykle dekoracyjnego ciasta wywodzi się prawdopodobnie z Niemiec – wzmianki o podobnym wypieku, nazywanym przez Niemców baumkuchen (czyli ciasto-drewno, z racji charakterystycznych, powstających w czasie specyficznej metody pieczenia, „sęków”) odnotowano w XVII-wiecznych berlińskich źródłach. Baumkuchen (zwany na Podlasiu bankuchenem) na krańce północnej Rzeczypospolitej przywędrował zapewne z osadnikami pruskimi i przez stulecia stał się nieodłącznym elemen-

of Narew fish are prepared in restaurants and inns in Skustele, Rajgród, Łomża and upon Biebrza.

We will eat there Rajgród-style eel and fish soup made of eel and pike, perch smoked with scales, eel in dill sauce, Biebrza bream in vinegar marinade, potted vendace, zander pate with crayfish. In the deep, glacial lakes, Wigry or Hańcza, we may catch whitefish and its smaller cousin vendace. Whitefish is a fish which, according to the legend with the „devilish” undertones, has been brought to Lake Wigry from the distant countries by the devil tempting the monastery friars. As early as at the end of the 19<sup>th</sup> century, the quantity of whitefish in Wigry was so small that there was a prohibition to catch it. The population was restocked before the war, but still this fish is rare and very sought after. In the heart of the Wigry National Park, Stary Folwark serves the regional fish specialties: Wigry vendace and whitefish, zander, catfish as well as crayfish, *soczewiaki* and lentil soup.

## Sweet delicacies

Original cakes from the Suwałki region are known in Poland and abroad, and their „king” is *sękacz* (spit cake), made of 40-60 eggs, the most characteristic cake associated with the Suwałki region, although the origin of this exceptionally decorative cake is derived probably from Germany – the mention of the similar cake, called by the Germans baumkuchen (i.e. tree cake, due to the characteristic „knots” formed during the specific baking method) was recorded in the 17<sup>th</sup>-century Berlin sources. Baumkuchen (called in the Podlasie region bankuchen) came to the borders of the northern Republic probably together with Prussian settlers and over the centuries has become an integral part of culinary heritage of the Polish-Lithuanian border area. Not less interesting is the anthill cake. It enchants with its appearance – it is shaped as a pyramid consisting of thin leafs of crisp dough, soaked in honey and sprinkled with raisins and poppy seeds (hence the name „anthill”). Currently, because of its decorativeness, the anthill cake – apart from *sękacz* – is the most popular

wedding cake in north-eastern Poland. In the Sejny region, the method of preparing the anthill cake is passed down from mother to daughter in the Lithuanian families. In the northern part of Podlasie, people also bake the „chimney cake”, which is half a metre high and Karaitic *stuliściec*, popular from Trakai to Puńsk, i.e. layered horseshoe-shaped yeast cake, with poppy seeds and raisins. It is



KARAIMSKI STULIŚCIEC, CZYLI WARSTWOWE CIASTO DROŻDŻOWE W KSZTAŁCIE PODKO-WY, Z MAKIEM I RODZYNKAMI ■ KARAIM STULIŚCIEC – HORSESHOE-SHAPED LAYERED YEAST CAKE WITH POPPY-SEED AND RAISINS ■ KARAIMISCHER KUCHEN STULIŚCIEC, ALSO SCHICHT-HEFEKUCHEN IN FORM VOM HUF-EISEN, MIT MOHN UND ROSINEN

tem kulinarnego dziedzictwa pogranicza polsko-litewskiego. Nie mniej ciekawym wypiekiem jest mrowisko-kopiec. Zachwyca swoim wyglądem – ma kształt piramidy, składającej się z cieniutkich listków kruchego, faworkowego ciasta, zalanych miodem i posypanych rodzynkami i makiem (stąd nazwa mrowisko). Obecnie, ze względu na swoją dekoracyjność, mrowisko jest – obok sękacza – najbardziej popularnym ciastem weselnym w północno-wschodniej Polsce. Na Sejneńszczyźnie metoda układania mrowiska jest przekazywana w litewskich rodzinach z matki na córkę. W północnej części Podlasia piecze się też wysoki na pół metra



SEKACZ WESELNY – CIASTO-DRZEWO Z CHARAKTERYSTYCZNYMI SEKAMI ■ WEDDING BAUMKUCHEN – TREE-CAKE WITH CHARACTERISTIC KNOTS ■ HOCHZEIT-BAUMKUCHEN – EIN BAUMKUCHEN MIT CHARAKTERISTISCHEN KNASTEN

„komin” i popularny od Trok po Puńsk, karański stuliciec, czyli warstwowe ciasto drożdżowe w kształcie podkowy, z makiem i rodzynkami. Jest to ciasto weselne, zagniatane około godziny, a ponieważ poszczególne warstwy muszą być cieniutkie, co wymaga wielkiej delikatności przy wałkowaniu, ciasto jest rozciągane na puchowej poduszce. Nad Biebrzą gospodynie pieką biebrzański „topiony” drożdżowy mazurek (ciasto wkłada się do zimnej wody i czeka, aż wypłynie, wtedy jest gotowe do pieczenia). Na środkowym i południowo-wschodnim Podlasiu najważniejszym ciastem obrzędowym, mającym zapewnić szczęście młodej parze, był drożdżowy korowaj, czyli kołacz weselny i nieodłącznie z nim związane małe figurki z ciasta – „gaški weselne”, rozdawane gościom przez nowożeńców. Dziś wraca moda na korowaje – można je zamówić w licznych na Podlasiu pracowniach ciast regionalnych, np. w Siemiatyczach.

## Miody i sery z certyfikatem

Wysoką jakość miódów, zbieranych w lipcu na terenie Puszczy Białowieskiej, doceniano już w XVII wieku. Miód lipiec z tego regionu chwalił Henryk Sienkiewicz. Pisał, że miododajne lipy z okolic Puszczy Białowieskiej mają drobne liście, korony uniesione ku górze, a miód z nich pozyskiwany jest biały „jak masło śmietankowe”, ma szczególny smak i aromat oraz... „bajecznie wysoką cenę”. Wielokwiatowe miody, pozyskiwane z czystych ekologicznie łąk i lasów w okolicach Sejny i litewskich Łoździej, wpisane są do unijnego rejestru Chronionych Nazw Pochodzenia. Jest to pozytywny przykład międzynarodowej współpracy pszczelarzy, wspólnie promujących te unikatowe miody.

the wedding cake, kneaded for about an hour and since the individual layers must be very thin which requires great delicacy during rolling out, the dough is stretched over a down-filled pillow. Upon Biebrza, housewives bake Biebrza „drowned” yeast *mazurek* (the dough is put into cold water until it surfaces, then it is ready for baking). In central and south-eastern Podlasie, the most important ceremonial cake which is to bring happiness to the married couple was yeast *korowaj*, i.e. the wedding bread and inherently related small figurines made of pastry – „wedding geese”, given out to the guests by the newlyweds. Today, *korowaj* is in fashion again – may be ordered in regional cake workshops, numerous in Podlasie, e.g. in Siemiatyce.

## Honeys and cheeses with certificates

The high quality of honeys collected in July in the territory of the Białowieża Forest was appreciated as early as in the 17<sup>th</sup> century. *Lipiec* honey from this region was praised by Henryk Sienkiewicz. He wrote that melliferous lime trees from the area of the Białowieża Forest had small leaves, up-lifted crowns and honey they gave was as white as „cream butter”, had a special taste and aroma and an „extremely high price”. Multiflorous honeys derived from ecologically clean meadows and forests in the vicinity of Sejny and Lithuanian Łazdijai are included into the Union register of Protected Designations of Origin. This is a positive example of international cooperation of beekeepers jointly promoting these unique honeys.

Podlasie meadows, especially those situated in the valleys of Bug, Narew, Biebrza and overgrown with succulent grass are conducive to breeding cattle, particularly cows, whose milk has been used from time immemorial to manufacture excellent cheeses here. Also today, Podlasie is famous for its rustic cheeses made in small agricultural holdings and being a culinary attraction of the region. Particularly appreciated are ripened rennet cheeses: *Koryciński swojski* registered in the EU as a Protected Geographical Indication, cheeses from Wiżajny, Narew cheeses made of milk obtained from Polish Red cows or dried *Klinek Janowski* cheese.

On the northern border of Podlasie with Belarus, the Krynki commune is situated, famous for excellent mineral water and the Tatar village of Kruszyniany. We will find there the only open historic mosque in Poland and a small Tatar diaspora, whose history of settlement in these areas dates back to the 17<sup>th</sup> century. Culinary heritage of the Tatars is nourished in the

Łąki podlaskie, zwłaszcza te w dolinach Bugu, Narwi, Biebrzy, porośnięte soczystą trawą, sprzyjają hodowli bydła, a zwłaszcza krów, z których mleka z dawien dawna wytwarzano się tu doskonałe sery. Także współcześnie Podlasie słynie z wiejskich serów, robionych w małych gospodarstwach rolnych, i stanowiących kulinarną atrakcję regionu. Cenione są zwłaszcza dojrzewające sery podpuszczkowe: „koryciński swojski” zarejestrowany w Unii Europejskiej jako Chronione Oznaczenie Geograficzne, sery z Wiżajn, sery narwiańskie z mleka krowy polskiej czerwonej czy podsuszany klinek janowski.

Na północnej granicy Podlasia z Białorusią leży gmina Krynki, słynąca z doskonałej wody mineralnej oraz z tatarskiej wioski Kruszyniany. Znajduje się tu jedyny w Polsce czynny historyczny meczet i niewielka diaspora tatarska, której historia osadnictwa na tych ziemiach sięga XVII wieku. Dziedzictwo kulinarne Tatarów kultywowane jest w tutejszych gospodarstwach agroturystycznych. Można w nich zjeść takie przysmaki, jak tatarskie kolduny nadziewane wołowiną z dodatkiem baraniny, rozmaite rodzaje pierogów: pieremiacze (beremecz) – w kształcie sakiewek, nadziewane mięsem, samsa – trójkątne, z mięsem indyjskim lub białym serem. Są też ciasta: listkowiec – drożdżowe z serem lub makiem i przede wszystkim pierekaczewnik – ślimakowate, wielowarstwowe ciasto faszerowane mięsem (baraniną, gęsiną lub wołowiną) albo białym serem czy jabłkami. Pierekaczewnik zarejestrowany jest w UE jako Gwarantowana Tradycyjna Specjalność.

## Biebrzańskie smaki

Dolina Biebrzy, najcenniejszy w Europie kompleks unikatowych, pierwotnych bagien, przetrwała w prawie niezmiennym kształcie. Jest rajem dla przyrodników, ptasich „tropicieli”, fotografików i wędkarzy. Biebrza, poprzez wpadającą do niej Nette, połączona jest z systemem Kanału Augustowskiego i Czarną Hańczą i stanowi ulubioną trasę wodniaków. Rzeka i jej otoczenie to źródło inspiracji kulinarnych dla tutejszych gospodyń. Przysmaki biebrzańskie serwowane są w miejscowych restauracjach i gospodarstwach agroturystycznych. Niezwykłym smakiem odznacza się żurawina z bagien biebrzańskich. Wykwintne przetwory z dzicyzny serwowane są w Goniądzu.

Ziemia Białostocka, Grodzieńszczyzna, Ziemia Wizka. Po osiadłych tutaj grupach etnicznych i społecznych pozostało bogate dziedzictwo kulturowe i kulinarne.

Przetrwały zabytki dawnej architektury, kulinarne przepisy i specyficzne nazewnictwo. Są turystyczne szlaki tematyczne: Szlak Tatarski, Szlak Rękodzieła, Bociani Szlak, Szlak Otwartych Okiennic. Ostatnią inicjatywą regionu jest utworzenie Podlaskiego Szlaku Kulinarne, po którym podróżując, można będzie posmakować najlepszych tutejszych specjałów.

local agri-tourism farms. We can eat there such delicacies as Tatar kolduny stuffed with beef with mutton, various types of pierogi: Pieremiacze shaped as money pouches, stuffed with meat, samsa – triangular, with turkey meat or curd. There are also the cakes: listkowiec – yeast cake with cheese or poppy seeds and, above all, pierekaczewnik – helical, multilayer cake stuffed with meat (mutton, goose meat or beef) or curd or apples. Pierekaczewnik is registered in the EU as a Traditional Speciality Guaranteed.

## Biebrza tastes

The Biebrza Valley, the most valuable European complex of unique, primeval swamps, has survived in an almost unchanged form. It is a paradise for life scientists, bird „trackers”, photographers, anglers. Through Netta flowing into it, Biebrza is connected with the Augustów Canal and Czarna Hańcza and is a favourite route for water sports lovers. The river and its environment is a source of culinary inspiration for the local housewives. Biebrza delicacies are served at local restaurants

SIELAWA z WIGIER – RYBA NALEŻĄCA DO FAUNY ZIMNOLUBNEJ POCHODZENIA ARKTYCZNEGO ■ SIELAWA FROM WIGRY – COLDWATER FISH OF ARCTIC ORIGIN ■ KLEINMARÄNE AUS DEM WIGRY-SEE – EIN ZUR KÄLTELIEBENDEN FAUNA GEHÖRENDE FISCHE ARKTISCHER HERKUNFT



and agri-tourism farms. Cranberries from Biebrza marshes are characterised by unusual taste. Exquisite venison products are served in Goniądz.

The Białystok Land, Grodno region, Wizna Land. The ethnic and social groups which settled here, left rich cultural and culinary heritage.

What has survived, are the monuments of ancient architecture, culinary recipes and specific nomenclature. There are the thematic trails for tourists: Tatar Trail, Handicraft Trail, Stork Trail, Trail of Open Shutters. The latest initiative of the region is to create the Podlasie Culinary Trail – when travelling along it, it will be possible to try the best local specialities.

# Appetit auf Podlachien

Das im Grenzgebiet des Landes von Lechiten gelegene Podlachien bildete eine östliche „Wand“ von Masowien, die es von Ruthenien und Litauen trennte. Es war ein Land, wo polnische, russische, deutsche und litauische Einflüsse, sowie die Einflüsse von Jatwignern aneinander gerieten. Gerade hier ist „die Republik von vielen Nationen“ am besten sichtbar. In Podlachien erhielt sich ein reiches kulturelles und kulinarisches Erbe der hier wohnenden Polen, Litauer, Deutschen, Juden, Tataren, Karäer, Weißrussen.... Wir finden hier eine echte Geschmacksmosaik, die (neben herrlicher Natur) über eine große touristische Attraktivität der Region entscheidet. Diese kulturelle Vielfalt liegt der Fülle der Küche aus Podlachien zugrunde: schmackhafte Fische aus den Flüssen Bug, Narew, Biebrza und aus den Seen in der Region von Suwałki; Wildbret sowie Obstprodukte aus lebender Waldbodendecke, dazu einzigartige Leckerbissen

von verschiedenen Nationen, die auf diesem Gebiet wohnen. In Tykocin essen wir z. B. einen jüdischen *cymes* (Rindfleisch mit Möhre auf süße Art), *kugel* (Kartoffelkuchen), *kreplech* (Piroggen mit Fleischfüllung) und Fisch auf jüdische Art, in Sejny oder Puńsk sind litauische und samogitische Leckereien serviert: geräucherte und in kleine Streifen geschnittene Schweinsohren, Pfannkuchen mit Sahne und *czenaki* (ein im keramischen Gefäß gebratenes Fleisch mit Gemüse – unbedingt mit Kohl, Möhre und Gurken). Dieses Gericht, heutzutage für regionale litauische Speise gehalten, wanderte im Laufe der Jahrhunderte vom Kaukasus und Krim bis nach Litauen und wechselte unterwegs seinen Namen und Zutaten.

Es gibt ein althergebrachtes Gebäck: dunkle Brote aus Puńsk, z. B. ein vollkommenes Schrotbrot *motules* mit Honig, das unter Anwendung vom Kalmus gebackene althergebrachte Brot aus Augustów. Es gibt die Leckereien litauischer Herkunft, wie *obalio suris* – „der Apfelkäse“ und weißrussische *gryczaniki* – Piroggen



MROWISKO – W KSZTAŁCIE PIRAMIDY, SKŁADAJĄCEJ SIĘ Z CIENIUTKICH LISTKÓW KRUCHEGO, FAWORKOWEGO CIASTA, ZALANYCH MIODEM I POSYPANYCH RODZYNKAMI I MAKIEM ■ ANTHILL – PYRAMID-SHAPED CAKE MADE OF THIN LAYERS OF CRISPY PASTRY COVERED WITH HONEY, RAISINS AND POPPY-SEED ■ AMEISENHAUFEN – KUCHEN IN FORM VON EINER PYRAMIDE, DIE AUS HAUCHDÜNNEM BLÄTTERTEIG BESTEHT, DER TEIG IST MIT HONIG BEGOSSEN UND MIT ROSINEN SOWIE MOHN GESTREUT

mit Buchweizen- und Quarkfüllung, *pampuszki* sowie *oladzie* (Kartoffelpuffer). Es sind spezifische Würste: litauischer *kindziuk* (eine kaltgeräucherte Presswurst) und polnische *kumpia*, also Schweinsschinken aus Knochen, Fisch-Wildbretpasteten.

Die Region ist ein Schatz von einzigartigen und oft vergessenen Technologien sowie Rezepturen. In der Gegend von Narewka und Gródek wird ständig eine im Schmalz vertiefte Wurst zubereitet – eine praktische Rezeptur aus der Zeit, wenn es noch keine Kühlschränke gab; darüber hinaus werden ein gesalzener und einige Wochen lang in Gewürzen erweichter Speck, sowie Schinken „aus dem Schornstein“ zubereitet. Eine Spezialität von Kruszewo ist (neben Gurken) der ausgezeichnete Sauerkohl, der nach den von Generation zu Generation weitergegebenen Rezepturen zubereitet wird.

Podlachien ist wegen Kartoffelspeisen berühmt und in Supraśl kämpfen die Haushälterinnen jedes Jahr um Blutwurstbraten- und Kartoffelkuchen-Backen-Weltmeisterin-Titel. Die Leckerei von Podlachien sind auch *kartacze*, anders *cepeliny* genannt (Kartoffelklößchen mit Fleisch), Piroggen mit Linse – *soczewiaki* (im Fett gebraten) oder *kakory* (im Ofen gebacken), *farszynki* – Kartoffelpuffer, Piroggen mit Kohl – *kapuściaki*, Flammenkuchen, Blini.

Eine einzigartige Fastenspeise von Podlachien, die noch heutzutage am Heiligabend in der Gegend von Bielsk Podlaski oder Czeremcha gegessen wird, ist Hafergelee – ein sehr spezifisches Gericht aus zerkochem Haferkorn, mit Öl begossen. Während des Weihnachtsschmauses wird es mit geschnittener Zwiebel serviert oder mit Trockenbirnen-Kompott gegessen.

## Fische, Pilze und Würste...

In der kulinarischen Tradition sind Fische und Obstprodukte der lebenden Waldbodendecke von großer Bedeutung, was

im Land der Wälder, Seen und an Fischen reichen Flüsse nicht wundert. In den Wäldern und auf den Sumpfbereichen von Podlachien, insbesondere in der Gegend von *Lipsk nad Biebrzą*, wachsen prächtige Moosbeeren, aus denen verschiedene Produkte hergestellt werden: ein rohes Mus mit Zucker, Konfitüre für Fleisch, Liköre. Die Gebiete am Fluss Bug sind ein echter Schatz von Kräutern, aus dem lokale Einwohner immer in reichem Maße schöpfen. Wegen Kräuterdelikatessen, darunter



PIEREKACZEWNIK – ŚLIMAKOWATE, WIELOWARSTWOWE CIASTO, FASZEROWANE MIĘSEM (BARANINA, GĘSINA LUB WOŁOWINA) ALBO BIAŁYM SEREM CZY JABŁKAMI ■ PIEREKACZEWNIK – SNAIL-SHAPED, MULTILAYERED CAKE STUFFED WITH MEAT (LAMB, GOOSE OR BEEF), COTTAGE CHEESE OR APPLES ■ PIEREKACZEWNIK – EIN SCHNECKENFÖRMIGER VIELSCHICHTIGER KUCHEN, GEFÜLLT MIT FLEISCH (SCHAFS-, GÄNSE- ODER RINDFLEISCH), QUARK ODER ÄPFELN

ausgezeichneten Kräuterlikören, ist das Dorf Koryciny berühmt. In der Gegend vom Białowieża-Urwald wächst Südliches Mariengras, als Bisongras bezeichnet; seit undenklichen Zeiten wird es in den berühmten polnischen Wodka, dessen Name im EU-Spirituosenregister geschützt wird, getan.

Als Mittelpunkt Podlachiens gilt der an Fischen reiche Fluss Bug. Dort waren Karauschen, Schleien, Brachsen, Aale und prächtige Welse sowie Hechte gefangen. Eine Fülle von Fischen in den Flüssen Podlachiens verzeichnete Zygmunt Gloger im Bericht über die Fahrten durch die Flüsse Narew und Biebrza. Er erinnert sich an scubele (Hechte), Alande, Brachsen, Quappen, Barsche, Plötzen. Im Fluss Narew ist manchmal ein aus der Weichsel gekommener Wels geraten. In den Flüssen und Seen Podlachiens lebten Edelkrebse, die im Laufe der Zeit durch die im 19. Jahrhundert gebrachten Kammerkrebse verdrängt wurden. Eine Leckerei, die oft während des Fastens gegessen war, war der wie ein Fisch behandelte und beschuppte Biberschwanz. Traditionelle Gerichte aus den im Fluss Narew lebenden Fischen werden in Restaurants und Gasthäusern in Skustele, Rajgród, Łomża und am Fluss Narew zubereitet.

KARTACZE – Z MASY ZIEMNIACZANEJ LUB MĄCZNO-ZIEMNIACZANEJ, NADZIEWANE MIELONYM MIĘSEM LUB GRZYBAMI, KAPUSTA KISZONA ALBO SEREM. ZWYKLE PODAJE SIĘ ZE SKWARKAMI Z BOCZKU LUB POSIEKANĄ, ZESZKLONĄ CEBULĄ ■ CEPELINAI – DUMPLINGS MADE OF POTATO OR FLOUR-POTATO DOUGH STUFFED WITH MINCED MEAT OR MUSHROOMS, SAUERKRAUT OR CHEESE. USUALLY SERVED WITH BACON GREAVES OR GLAZED CHOPPED ONIONS ■ CEPELINAI – AUS KARTOFFEL- ODER MEHL- UND KARTOFFELMASSE, GEFÜLLT MIT GEMAHLENEM FLEISCH, PILZEN, SAUERKRAUT ODER QUARK. GEWÖHNLICH WERDEN SIE MIT SPECKGRIBEN ODER GESCHNITTENER UND GEBRATENER ZWIEBEL SERVIERT

Wir essen dort Aal auf Rajgroder Art und eine Fischsuppe aus Aal und Hecht, einen geräucherten beschuppten Barsch, einen Aal in Dillsauce, einen Biebrza-Brachsen in Einmacheesig, eine Kleinmaräne aus Weckglas, Zanderpastete mit Krebsen. In tiefen nacheiszeitlichen Seen (Wigry- oder Hańcza-See) können Großmaräne und ihre kleinere „Cousine“ Kleinmaräne gefangen werden. Großmaräne ist ein Fisch, der der Sage mit einem „teuflischen“ Hintergrund nach, von einem Teufel, der die Klosterbrüder lockte, aus weiten Ländern in den Wigry-See gebracht wurde. Schon Ende des 19. Jahrhunderts gab es so wenige Großmaränen im Wigry-See, dass es verboten wurde, sie zu fangen. Die Population wurde vor dem Krieg wiederhergestellt, dieser Fisch ist aber selten und vielbegehrt. Im Herzen des Nationalparks Wigry (in der Ortschaft Stary Folwark) werden regionale Fischleckereien serviert: Klein- und Großmaräne aus dem Wigry-See, Zander, Wels, sowie Krebse, Piroggen mit Linse und Linsensuppe.

## Süße Leckereien

Originelle Kuchen aus der Region von Suwałki sowohl in Polen als auch im Ausland bekannt; unter ihnen prunkt der aus 40 bis 60 Eiern gebackene Baumkuchen, das charakteristischste mit der Region von Suwałki assoziierte Gebäck, obwohl dieser äußerst dekorative Kuchen wahrscheinlich aus Deutschland kommt, die Erwähnungen vom ähnlichen Kuchen, von Deutschen *Baumkuchen* genannt (wegen charakteristischen beim spezifischen Backen entstehenden Ästen) kamen in Berliner Quellen vom 17. Jahrhundert zum Vorschein. Der *Baumkuchen* (in Podlachien *bankuchen* genannt) wurde wahrscheinlich von preußischen Ansiedlern auf nördliche Gebiete der Republik Polen gebracht und im Laufe der Jahrhunderte – zum unzertrennlichen Bestandteil des kulinarischen Erbes von den Grenzgebieten Polens und Litauens. Ein genauso interessanter Kuchen ist sog. „Ameisenhaufen-Hügel“. Er entzückt durch sein Aussehen – er hat die Form einer aus dünnen mit Honig begossenen und mit Rosinen sowie Mohn bestreuten Liebeschleifenteigblättern bestehenden Pyramide (deswegen der Name „Ameisenhaufen“). In Hinsicht auf die Dekorativität ist „Ameisenhaufen“ jetzt (neben Baumkuchen) der populärste Hochzeitkuchen im Nordosten Polens. In der Gegend von Sejny wird die Art und Weise, auf die „der Ameisenhaufen“ gelegt wird, in litauischen Familien von Mutter zu Tochter weitergegeben. Im



nördlichen Teil Podlachiens werden ebenfalls der einen halben Meter hohe „Schornstein“ und der von Troki bis Puńsk populäre karaimische Kuchen namens *stuliściec*, also ein aus einigen Schichten bestehender Hefekuchen in Form eines Hufeisens mit Mohn und Rosinen. Dieser Hochzeitkuchen wird etwa eine Stunde lang durchgeknetet und über das Daunenkissen gebreitet, weil einzelne Schichten sehr dünn sein müssen, was sehr feines Benehmen beim Walken erfordert. Am Fluss Biebrza backen die Hausfrauen einen „ertränkten“ Mürbeteigkuchen mit Hefen (man legt den Teig ins kalte Wasser und wartet, bis er nach oben kommt, dann ist er backfertig). Auf Mittelgebieten und im Südosten Podlachiens waren der Hefekuchen namens *korowaj* (eine Hochzeit-Kolatsche) und die unzertrennlich mit ihm verbundenen kleinen Teigfiguren („Hochzeitgänse“, die vom jungen Ehepaar den Hochzeitgästen verschenkt waren) der wichtigste Sittenkuchen, der den Neuvermählten das Glück bringen sollte. Jetzt wird dieser Hefekuchen

sind günstig für Rinderzucht und vor allem für die Zucht von Kühen, aus deren Milch seit langem ausgezeichnete Quark hier hergestellt waren. Auch jetzt ist Podlachien wegen den in kleinen Bauernhöfen hergestellten und als kulinarische Attraktionspunkt der Region geltenden Landkäsen berühmt. Geschätzt werden insbesondere reifende Labkäse („einheimischer Käse aus Korycin“, in der EU als geschützte geografische Angabe registriert), Käse aus Wizajny, Narew-Käse (hergestellt aus Milch der polnischen roten Kuh) oder vorgetrockneter Quark namens „ein kleiner Keil aus Janów“.

An der nördlichen Grenze zwischen Podlachien und Weißrussland liegt die Gemeinde Krynki, die wegen ausgezeichnetem Mineralwasser und tatarischem Dorf Kruszyniany berühmt ist. Hier befinden sich die in Polen einzige geöffnete historische Moschee und eine kleine tatarische Diaspora, deren Ansiedlungsgeschichte auf diesen Gebieten auf das 17. Jahrhundert zurückgeht. Das kulinarische Erbe von Tataren wird in hiesigen Ferienbauernhöfen kultiviert. Dort kann man solche Leckereien wie tatarische Fleischklöße (mit Rindfleisch und Hammelfleisch gefüllt), verschiedene Arten der Piroggen: *piereciamace* – in Form der Beutel (mit Fleisch gefüllt), *samsa* – dreieckige mit Putenfleisch oder Quark. Es gibt auch Kuchen: Blätter-Kuchen – mit Quark und Putenfleisch und vor allem *pierekaczewnik* – ein mit Fleisch (Hammel-, Gänse- oder Rindfleisch) oder Quark und Äpfeln gefüllter schneckenförmiger vielschichtiger Kuchen. *Pierekaczewnik* ist in der EU als Garantierte Traditionelle Spezialität registriert.

## Die mit dem Fluss Biebrza verbundenen Geschmäcke

Das Biebrza-Flusstal, ein in Europa wertvollster Komplex von einzigartigen ursprünglichen Sumpfböden, hat in fast unveränderter Form überstanden. Es ist ein Paradies für die Naturforscher, „Vogelverfolger“, Kunstphotographen, Angler. Der Fluss Biebrza ist durch den in ihn mündenden Fluss Netta mit dem System vom Augustów-Kanal sowie dem Fluss Czarna Hańcza verbunden und bildet die beliebteste Strecke für Wassersportler. Der Fluss und seine Umgebung gelten als Quelle von kulinarischen Anregungen für hiesige Hausfrauen. Die mit diesem Fluss verbundenen Leckereien werden in hiesigen Restaurants und Ferienbauernhöfen serviert. Durch einen außergewöhnlichen Geschmack ragt sich die Moosbeere aus den am Fluss Biebrza gelegenen Sümpfen hervor. Feine Wildbret-Produkte werden in Goniądz serviert.

Das Land um Białystok, Grodno und Wizna. Die hier angesessenen ethnischen Gruppen haben ein reiches kulturelles und kulinarisches Erbe hinterlassen.

Alte Architekturdenkmäler, kulinarische Rezepte und spezifische Namen haben sich erhalten. Es gibt thematische Touristenrouten: tatarische Touristenroute, Handwerk-Touristenroute, Storch-Touristenroute, Touristenroute von Offenen Fensterläden. Die letzte Initiative der Region ist Bildung der kulinarischen Touristenroute von Podlachien, auf der man künftig die besten hiesigen Delikatessen kosten kann.



KOROWOJ – KOLACZ WESELY ■ KOROWOJ - WEDDING KOLACHE ■ KOROWOJ – EIN HOCHZEITS-FLADEN

wieder Mode – man kann sie in zahlreichen in Podlachien Regionalkuchen – Ateliers bestellen, z. B. in Siemiatycze.

## Honige, Käsen und Quarke mit Zertifikat

Die hohe Qualität von den im Juli auf dem Gebiet des Białowieża-Urwalds gesammelten Honigen war schon im 17. Jahrhundert geschätzt. Den Honig *lipiec* aus dieser Region rühmte Henryk Sienkiewicz. Er schrieb, dass die Honig spendenden Linden aus der Gegend vom Białowieża-Urwald kleine Blätter, nach oben erhobene Baumkronen haben und der von ihnen gesammelte Honig weiß wie „die Sahnebutter“ ist, einen besonderen Geschmack und Wohlgeruch sowie „einen sehr hohen Preis“ hat. Die auf ökologisch reinen Wiesen und Wäldern in der Gegend von Sejny und Łódzkie/Litauen gesammelten Honige sind ins EU-Register der Geschützten Herkunftsnamen eingetragen. Es ist ein positives Beispiel für internationale Zusammenarbeit zwischen Imkern, die gemeinsam für diese einzigartigen Honige werben.

Die mit saftigem Gras bewachsenen Wiesen Podlachiens, insbesondere die in Flusstälern von Bug, Narew und Biebrza,



# Niemcy lubią smak polskiej żywności

## Germans like the taste of Polish food

WYSOKA OCENA POLSKICH TOWARÓW ROLNO-SPOŻYWCZYCH NA ARENIE MIĘDZYNA-  
RODOWEJ JEST ZASŁUGĄ STOSOWANIA NOWOCZESNYCH TECHNOLOGII PRZETWÓR-  
CZYCH I WYSOKIEJ JAKOŚCI SUROWCÓW, ALE TAKŻE PRODUKOWANIA TRADYCYJNYCH  
WYROBÓW Z ORYGINALNYMI RECEPTURAMI, CENIONYMI NIE TYLKO WŚRÓD RODZI-  
MYCH KONSUMENTÓW ■ THE FACT THAT POLISH AGRI-FOOD GOODS ARE HIGHLY AP-  
PRECIATED IN THE INTERNATIONAL ARENA RESULTS FROM THE APPLICATION OF MOD-  
ERN PROCESSING TECHNOLOGIES AND HIGH-QUALITY RAW MATERIALS BUT ALSO FROM  
MANUFACTURING TRADITIONAL PRODUCTS USING ORIGINAL RECIPES, APPRECIATED  
NOT ONLY AMONG NATIVE CONSUMERS

**W**arto zauważyć, że coraz częściej czynnikiem konku-  
rencyjności tej branży w Polsce nie jest cena a nowe  
technologie. Innowacyjność i jakość, ale również powrót do  
technologii tradycyjnych, to mocne strony polskiej branży  
spożywczej, co znaj-  
duje odzwierciedlenie  
także w zmieniającej  
się strukturze handlu na  
rzecz produktów wyso-  
ko przetworzonych.

Oceniając wyniki  
branży rolno-spożyw-  
czej nie można pominąć  
tego faktu, że w wymia-  
nie handlowej z zagra-  
nicą nieprzerwanie od  
2003 r. przynosi ona  
Polsce dodatnie saldo.  
Mimo sytuacji kryzy-  
sowych w państwach,  
które były głównymi od-  
biorcami naszych towa-  
rów rolno-spożywczych,  
czy wprowadzenia em-  
barga na unijne towary  
przez Federację Rosyj-

**I**t is worth noting that more and more often a factor for the  
competitiveness of this industry in Poland is not the price but  
new technologies. Innovation and quality, but also the return  
to the traditional technologies, are the strengths of the Polish  
food industry, which is also reflected in  
the changing structure of trade for the  
benefit of highly processed products.

When assessing the results of the  
agri-food industry, we should not ignore  
the fact that in foreign trade it has been  
bringing the positive balance incessantly  
since 2003. Despite the crisis situation in  
the countries which were the main cus-  
tomers of our agri-food goods, or the in-  
troduction of the embargo on EU goods  
by the Russian Federation, we managed  
to maintain the high level of export and  
the agri-food industry is one of the econ-  
omy sectors with the highest growth rate.



POLSKIE SOKI OWOCOWE, W TYM SOK Z JABŁEK, TO RÓWNIEŻ  
UZNANY PRODUKT NA RYNKU NASZYCH ZACHODNICH SĄSIA-  
DÓW ■ POLISH FRUIT JUICES, INCLUDING APPLE JUICE, ARE  
ANOTHER RECOGNISED PRODUCT ON THE MARKETS OF OUR  
WESTERN NEIGHBOURS ■ POLNISCHE OBSTSAFTE, DARUNTER  
APFELSAFT, SIND AUCH EIN ANERKANNTES PRODUKT AUF DEM  
MARKT UNSERER WESTLICHEN NACHBARN

ską udało się utrzymać wysoki poziom eksportu, a branża rolno-spożywcza jest jedną z gałęzi gospodarki o największej dynamice wzrostu.

Polski handel rolno-spożywczy koncentruje się od wielu lat przede wszystkim na rynku europejskim, gdzie trafia ponad 80% towarów sprzedawanych za granicę, zaś głównym odbiorcą polskich artykułów rolno-spożywczych jest Republika Federalna Niemiec.

Polska jest także jednym z ważniejszych partnerów handlowych Niemiec jeśli chodzi o dostarczanie żywności. W 2015 r. nasz kraj był na piątym miejscu wśród największych dostawców artykułów rolno-spożywczych na rynek niemiecki, z udziałem na poziomie 6,2%. Wartość sprzedaży do tego kraju w 2015 r. osiągnęła ok. 5,4 mld euro (ogółem do wszystkich krajów – 24 mld euro). Oznaczało to, że w porównaniu z poprzednim rokiem wartość sprzedaży wzrosła o 8,4%, zaś w porównaniu z pierwszym rokiem polskiej akcesji był to wzrost aż 4-krotny. Ponad 22% wartości całego polskiego eksportu rolno-spożywczego trafia do naszego zachodniego sąsiada.

W okresie I-VIII 2016 r. eksport towarów rolno-spożywczych do Niemiec osiągnął wartość 3,4 mld euro i był o 2,2% wyższy niż w analogicznym okresie 2015 r.

Kontrahenci niemieccy od wielu lat są zainteresowani polskimi produktami głównie z branży mięsnej, rybnej, owocowo-warzywnej, słodczy a także mleczarskiej. W 2015 r. najwięcej pod względem wartości sprzedano na rynek niemiecki ryb i przetworów z ryb, ogółem na kwotę 840 mln euro, co stanowiło ponad 15% sprzedaży towarów rolno-spożywczych do Niemiec. W tej grupie towarowej prawie 60% stanowił łosoś wędzony, a ponad 25% przypadło na ryby przetworzone, wśród których z kolei dominowały przetwory ze śledzi.

Drugą bardzo istotną pozycją było mięso drobiowe, którego wartość sprzedaży wyniosła 394 mln euro, co oznacza-



W OGÓLNYM WYWOZIE GRZYBÓW I WARZYW DO NIEMIEC, NA PIECZARKI PRZYPADŁO 38% ■ CHAMPIGNONS ACCOUNTED FOR 38% OF THE OVERALL EXPORT OF MUSHROOMS AND VEGETABLES ■ IN ALLGEMEINER PILZ- UND GEMÜSEAUSSFUHR NACH DEUTSCHLAND FIELEN 38% AUF CHAMPIGNONS

For many years, Polish agri-food trade has been concentrated mainly in the European market, where more than 80% of goods sold abroad are sent, and the major customer of Polish agri-food products is the Federal Republic of Germany.

Poland is also one of the major trading partners of Germany when it comes to supplying food. In 2015, our country was ranked fifth among the largest suppliers of agri-food products to the German market, with the share at the level of 6.2%. The value of sales to that country in 2015 reached about EUR 5.4 billion (total for all countries – EUR 24 billion). This meant that compared to the previous year, the sales value rose by 8.4% while compared to the first year of Polish accession that rise was 4-fold. More than 22% of the value of the entire Polish agri-food export are sent to our western neighbour.

In the period I-VIII 2016, the export of agri-food goods to Germany reached the value of EUR 3.4 billion and was by 2.2% higher than in the same period of 2015.

For many years, German customers have been interested in Polish products mainly from the meat, fish, fruit and vegetable, confectionery and dairy industries. In 2015, the goods whose largest quantity was sold to the German market, in terms of value, were fish and fish products, for the total amount of EUR 840 million, which accounted for more than 15% of the sales of agri-food goods to Germany. In this product group, smoked salmon accounted for almost 60% and more than 25% were processed fish which, in turn, were dominated by herring products.

The second very important item was poultry meat, whose sales value amounted to EUR 394 million, which meant the share at the level of 7%. Half of this value was the sales of turkey meat, 30% – of chicken meat and 15% referred to goose meat.

WĘDZONY ŁOSOŚ STANOWIŁ 60% OGÓLNEJ SPRZEDAŻY RYB I ICH PRZETWORÓW DO NIEMIEC ■ SMOKED SALMON REPRESENTED 60% OF TOTAL SALES OF FISH AND FISH PRESERVES TO GERMANY ■ DER GERÄUCHERTE LACHS BILDETE 60% DES ALLGEMEINEN VERKAUFS VON FISCHEN UND IHREN PRODUKTEN NACH DEUTSCHLAND



DRUGIM BARDZO ISTOTNYM PRODUKTEM BYŁO MIĘSO DROBOWE, KTÓREGO WARTOŚĆ SPRZEDAŻY DO NIEMIEC WYNIOSŁA 394 MLN EURO ■ POULTRY MEAT WAS THE OTHER IMPORTANT SOLD PRODUCT WITH THE SALES VALUE TO GERMANY REACHING EUR 394 MILLION ■ ALS DIE ZWEITE SEHR BEDEUTENDE WARE GALT GEFLÜGELFLEISCH, DESSEN VERKAUFWERT IM FALLE DEUTSCHLANDS 394.000.000 EUR BETRUG

ło udział na poziomie 7%. Połowę tej wartości przypadło na sprzedaż mięsa z indyków, 30% stanowiło mięso z kurczaków, zaś około 15% odnosiło się do mięsa z gęsi.

Natomiast na trzecim miejscu znalazły się produkty mleczarskie. Ich sprzedaż do Niemiec osiągnęła w 2015 r. wartość 295 mln euro, co stanowiło ponad 5% sprzedaży. Ponad połowa tej wartości przypadała na sprzedaż mleka i śmietany świeżej, 24% serów i twarogów, a 10% mleka i śmietany w proszku.

Duże zainteresowanie polskimi wyrobami ciastkarskimi i piekarniczymi na rynku niemieckim dało tej grupie sprzedaż na poziomie 282 mln euro. Ponad połowę tej wartości przypadło na wafle, herbatniki i krakersy, znaczącą część stanowiły również biszkopty, kruche przekąski (np. chipsy oraz słone i pikantne ciasteczka) oraz głęboko mrożone wyroby przygotowane na bazie ciasta (np. zapiekanki).

Czekolady, wyroby czekoladowe i inne wyroby, zawierające kakao, to kolejne produkty, które znalazły uznanie niemieckich konsumentów. W 2015 r. wartość sprzedaży tej grupy towarowej wyniosła 257 mln euro, z czego aż 70% sprzedaży stanowiły nadziewane wyroby czekoladowe oraz różnego rodzaju czekolady.

Wydów do Niemiec grzybów i warzyw przyniósł z kolei polskim eksporterom około 225 mln euro. Najwięcej, bo 38% przypadło z tego na pieczarki, 27% na mrożonki z warzyw, zaś około 17% na warzywa suszone.

Polskie soki owocowe to również uznany produkt na rynku naszych zachodnich sąsiadów o czym świadczy sprzedaż na poziomie 183 mln euro. Trzeba jednak dodać, że prawie 70% tej wartości odnosi się do soku z polskich jabłek, który cieszy się uznaniem na wielu rynkach świata.

Ważnym produktem w handlu z Niemcami jest również mięso wołowe, którego w 2015 r. sprzedano na kwotę 171 mld euro, więcej sprzedano jedynie do Włoch.

Z kolei największa ilość mrożonych owoców z Polski jest sprzedawana właśnie do Niemiec, a ich wartość w ubiegłym roku wyniosła 156 mln euro. Największą, bo jedną trzecią część sprzedaży, stanowiły mrożone truskawki, 28% mrożone maliny, zaś 14% mrożone wiśnie.

Niemcy są niezwykle ważnym odbiorcą polskich produktów rolno-spożywczych, należy zatem mieć nadzieję, że również w kolejnych latach wymiana handlowa będzie się rozwijać, a konsumenci z Niemiec będą nadal bardzo cenić polskie smaki.



On the other hand, the third place was occupied by dairy products. Their sales to Germany in 2015 amounted to EUR 295 million, representing more than 5% of the sales. More than half of that value were the sales of fresh milk and cream, 24% – the sales of cheese and curd and 10% – of milk and cream powder.

The great interest in Polish confectionery and bakery products in the German market brought the sales of that group at the level of EUR 282 million. More than half of that value referred to wafers, biscuits and crackers, a significant part were also sponge biscuits, crispy snacks (e.g. chips and salty and spicy cookies) and pastry-based deep frozen products (e.g. pies).

Chocolate, chocolate products and other products containing cocoa are other products which won recognition among German consumers. In 2015, the sales value of that product group amounted to EUR 257 million, of which 70% were filled chocolate products and various kinds of chocolate.

In turn, the export of mushrooms and vegetables to Germany brought the Polish exporters about EUR 225 million. The most of it, as much as 38%, were champignons, 27% frozen vegetables, while about 17% dried vegetables.

Polish fruit juices are also considered as a recognised product in the market of our western neighbours as evidenced by the sales at the level of EUR 183 million. However, we should add that 70% of this value refer to juice of Polish apples which is acclaimed in many markets of the world.

An important product in trade with Germany is also beef, which in 2015 was sold for the amount of EUR 171 billion, more was sold to Italy only.

In turn, the largest quantity of frozen fruit from Poland is sold to Germany, and their value in the previous year amounted to EUR 156 million. The largest part of the sales, i.e. one third, were frozen strawberries, 28% frozen raspberries, and 14% frozen cherries.

Germany is a very important customer of Polish agri-food products, therefore, we should hope that also in the next years trade will grow, and consumers from Germany will still appreciate Polish flavours.

# Deutsche lieben Geschmack der polnischen Lebensmittel

EINE HOHE NOTE DER POLNISCHEN LANDWIRTSCHAFTLICHEN WAREN UND NAHRUNGSMITTEL AUF DER INTERNATIONALEN BÜHNE IST VERDIENST DER ANWENDUNG VON MODERNEN VERARBEITUNGSTECHNOLOGIEN UND HOCHQUALITATIVEN ROHSTOFFEN, ABER AUCH DER HERSTELLUNG VON TRADITIONELLEN ERZEUGNISSEN MIT ORIGINELLEN REZEPTUREN, DIE NICHT NUR VON HEIMLICHEN VERBRAUCHERN GESCHÄTZT WERDEN

Es lohnt sich zu bemerken, dass der Wettbewerbsfaktor in dieser Branche immer öfter nicht der Preis sondern neue Technologien sind. Die Innovation und Qualität, aber auch Wiedereinführung von traditionellen Technologien, sind starke Seiten der polnischen Nahrungsmittelbranche, was auch in der sich zu Gunsten der hochverarbeiteten Produkten verändernden Handelsstruktur zum Ausdruck kommt.

Bei der Beurteilung von Ergebnissen der Landwirtschafts- und Nahrungsmittelbranche kann eine solche Tatsache nicht außer Acht gelassen werden, dass diese Branche einen Aktiv-

saldo für Polen im Handelsaustausch mit dem Ausland ununterbrochen seit dem Jahr 2003 aufweist. Trotz der Krisenlage in denjenigen Ländern, die als Hauptabnehmer von unseren Landwirtschaftswaren und Nahrungsmitteln galten, oder trotz der Embargo-Verhängung durch die Russische Föderation gegen EU-Waren konnten wir ein hohes Exportniveau halten und die Landwirtschafts- und Nahrungsmittelbranche ist eine der Wirtschaftszweigen mit der höchsten Dynamik des Wachstums.

Der polnische Landwirtschafts- und Nahrungsmittelhandel konzentriert sich seit vielen Jahren vor allem auf den europä-

NA TRZECIM MIEJSCU ZNALAZY SIĘ PRODUKTY MLECZARSKIE. ICH SPRZEDAŻ DO NIEMIEC OSIĄGNĘŁA W 2015 R. WARTOŚĆ 295 MLN EURO, CO STANOWIŁO PONAD 5% SPRZEDAŻY ■ THE THIRD PLACE WAS OCCUPIED BY DAIRY PRODUCTS. THEIR SALES TO GERMANY IN 2015 AMOUNTED TO EUR 295 MILLION, REPRESENTING MORE THAN 5% OF THE SALES ■ DEN DRIT- TEN PLATZ BELEGTEN HIERGEGEN DIE MILCHPRODUKTE. IHR VERKAUF NACH DEUTSCHLAND ERREICHTE 2015 DEN WERT VON 295.000.000 EUR, WAS MEHR ALS 5% DES VERKAUFS BILDETE

schen Markt, wo mehr als 80% der ins Ausland verkauften Waren gebracht werden, der Hauptabnehmer von polnischen Landwirtschaftsprodukten und Nahrungsmitteln ist dagegen Bundesrepublik Deutschland.

Polen gilt ebenfalls als ein der wichtigsten Handelspartner Deutschlands, wenn es um die Nahrungsmittellieferung geht. Im Jahre 2015 war unser Land an der fünften Stelle unter den größten Lieferanten von Landwirtschaftsprodukten und Nahrungsmitteln auf den deutschen Markt (der Anteil war auf dem Niveau von 6,2%). Der Wert vom Verkauf an dieses Land erreichte im Jahre 2015 ungefähr 5,4 Milliarden EUR (*an alle Länder insgesamt – 24 Milliarden EUR*). So etwas bedeutete, dass der Verkaufswert im Vergleich zum vorigen Jahr um 8,4% gewachsen ist und im Vergleich zum ersten Jahr der polnischen Akzession war es ein Anstieg um nicht weniger als Vierfache. Über 22% vom Wert der ganzen polnischen Ausfuhr von landwirtschaftlichen Produk-



ten und Nahrungsmitteln werden zu unserem westlichen Nachbar gebracht.

Im Zeitraum vom Januar bis August 2016 erreichte die Ausfuhr von Landwirtschaftsprodukten und Nahrungsmitteln nach Deutschland den Wert von 3,4 Milliarden EUR und war um 2,2% höher als im gleichen Zeitraum des Jahres 2015.

Die deutschen Kontrahenten sind seit vielen Jahren für polnische Produkte interessiert (vor allem aus der Fleisch-, Fisch-, Obst- und Gemüsebranche, der Süßwaren-, sowie Milchbranche). Wenn es um den Wert geht, wurden am meisten Fische und Fischprodukte für den Gesamtbetrag von 840.000.000 EUR auf den deutschen Markt gebracht, was über 15% des Verkaufs von landwirtschaftlichen Produkten und Nahrungsmitteln an Deutschland bildete. Fast 60% dieser Warengruppe bildete der geräucherte Lachs und mehr als 25% bildeten verarbeitete Fische, unter denen dagegen die Heringsprodukte dominierten.

Die zweite Position von hoher Bedeutung war das Geflügelfleisch, dessen Verkaufswert 394.000.000 EUR betrug, was einen Anteil auf dem Niveau von 7% nach sich zog. Dieser Wert fiel zur Hälfte auf den Putenfleischverkauf, 30% bildete das Hähnchenfleisch, etwa 15% betrafen dagegen das Gänsefleisch.

Den dritten Platz belegten hiergegen die Milchprodukte. Ihr Verkauf nach Deutschland erreichte 2015 den Wert von 295.000.000 EUR, was mehr als 5% des Verkaufs bildete. Als über eine Hälfte dieses Wertes galt der Verkauf von der Milch und der frischen Sahne, 24 % bildete der Käse- und Quarkverkauf und 10% – der Verkauf vom Milch- und Sahnepulver.

Ein großes Interesse des deutschen Marktes für polnische Back- und Konditorwaren ließ diese Gruppe den Verkauf auf dem Niveau von 282.000.000 EUR erreichen. Über eine Hälfte dieses Wertes fiel auf die Waffeln, Kekse und Cracker, einen bedeutenden Teil bildeten auch Biskuite, knusprige Imbisse (z. B. Snacks sowie salziges und pikantes Gebäck) wie auch tief gekühlte Produkte, die auf Basis vom Teig zubereitet wurden (z. B. Quiches).

Die Schokoladen, Schokoladenprodukte und andere Erzeugnisse, die Kakao enthalten, sind weitere Produkte, die Anerkennung bei deutschen Verbrauchern gefunden haben. Im Jahre 2015 betrug der Verkaufswert für diese Warengruppe 257.000.000 EUR, wobei gefüllte Schokoladenprodukte und verschiedene Schokoladenarten nicht weniger als 70% des Verkaufs bildeten.

Die Ausfuhr der Pilze und der Gemüse nach Deutschland hat dagegen polnischen Exporteuren den Gewinn von etwa



WSRÓD TOWARÓW CZEKOLADOWYCH AZ 70% SPRZEDAŻY STANOWIŁY NADZIEWANE WYROBY CZEKOLADOWE ORAZ RÓŻNEGO RODZAJU CZEKOLADY ■ STUFFED CHOCOLATE PRODUCTS AND CHOCOLATE OF VARIOUS KINDS REPRESENTED AS MUCH AS 70% OF THE SALES FROM AMONG CHOCOLATE PRODUCTS ■ UNTER SCHOKOLADENWAREN BILDETEN GEFÜLLTE SCHOKOLADENPRODUKTE UND VERSCHIEDENARTIGE SCHOKOLADEN NICHT WENIGER ALS 70% DES VERKAUFS

225.000.000 EUR gebracht. Die höchste Menge davon (38%) ist auf die Champignons gefallen, 27% – aufs Feinfrostgemüse und etwa 17% – aufs Trockengemüse.

Polnische Fruchtsäfte gelten ebenfalls als eine anerkannte Ware auf dem Markt unserer westlichen Nachbarn, wovon der Verkauf auf dem Niveau von 183.000.000 EUR zeugt. Es ist jedoch hinzufügen, dass fast 70% dieses Wertes den Saft aus polnischen Äpfeln, der das Ansehen auf vielen Märkten der Welt genießt, betreffen.

Ein wesentliches Produkt im Handel mit Deutschland ist auch das Rindfleisch, das im Jahre 2015 für 171 Milliarden EUR verkauft wurde, mehr Rindfleisch wurde nur nach Italien verkauft.

Die höchste Menge von Gefrierobst aus Polen wird dagegen gerade nach Deutschland verkauft und ihr Wert betrug im vorigen Jahr 156 Milliarden EUR. Den größten Verkaufsbestandteil (einen Drittel) bildeten gefrorene Erdbeeren, gefrorene Himbeeren bildeten 28% davon und gefrorene Sauerkirschen – 14% davon.

Deutschland gilt als ein äußerst bedeutender Abnehmer von polnischen Landwirtschaftsprodukten und Nahrungsmitteln, man soll also hoffen, dass der Handelsaustausch sich auch im Laufe der nächsten Jahre entwickeln wird und die Verbraucher aus Deutschland polnische Geschmäcke hochschätzen werden.

# Historia z pianką

The story with foam

Geschichte mit Bierschaum





POLSKA JEST TRZECIM PRODU-  
CENTEM PIWA W EUROPIE ■ PO-  
LAND IS THE THIRD BEER PRO-  
DUCER IN POLAND ■ POLEN IST  
DRITTER BIERHERSTELLER IN EU-  
ROPA

**P**ivo to trunek bardzo stary. Wytwarzali go Sumerowie już przed około 4000 lat p.n.e. w Mezopotamii. Surowcem był orkisz. Z tego zboża korzystali też nasi przodkowie. Wzmianka o piwie pojawia się u pierwszego kronikarza dziejów Polski Galla Anonima. Złocisty napój opisuje także Jan Długosz – polski historyk, kronikarz, duchowny geograf i dyplomata. Przedstawiając początki państwa polskiego, zwraca uwagę, że zamiast wina używa się piwa, które robione jest z pszenicy, jęczmienia lub właśnie z orkiszu. W średniowieczu piwo wytwarzano głównie z prosa, a chmiel był używany do wyrobu lepszych gatunków. Staropolskie tradycje piwne upadły ostatecznie w czasach rozbiorów Polski.

Ponowny rozwój piwowarstwa nastąpił nad Wisłą po zmianach ustrojowych, w latach 90. XX wieku. Dziś zajmujemy 3. miejsce w Europie pod względem produkcji piwa. W pierwszym półroczu 2016 r. wyprodukowaliśmy 21,1 mln hektolitrów złotego trunku z pianką, a w całym 2015 r. wartość ta wyniosła 39,43 mln hektolitrów.

Nie są nam również obce współczesne trendy związane z dynamicznym rozwojem małych, lokalnych browarów. Dzięki pasjonatom, konsumenci mają ogromny wachlarz piw jasnych, ciemnych, pasteryzowanych i zawierających żywe kultury. Powrót do starych receptur, nowe innowacyjne pomysły to dwie, równoległe drogi rozwoju browarów regionalnych. Zainteresowanie konsumentów piwami lokalnymi, stosunkowo rzadkimi, sprawia, że odbudowywane są dawne tradycje. W ślad za rozwojem podąża też uznanie specjalistów. Warto wspomnieć, że na jednym z największych piwnych konkursów na świecie – World Beer Cup w 2014 r. jedno z polskich piw otrzymało brązowy medal. Inne polskie piwo w 2016 r. znalazło się na-

tomiast wśród 20 najlepszych piw na świecie według jednego z największych portali, poświęconemu piwu i piwowarstwu.

Dynamiczny rozwój produkcji piw regionalnych zaowocował również powstaniem nowych imprez piwnych, które promują lokalne trunki. Obok najstarszej – Ogólnopolskiego Święta Chmielarzy i Piwowarów – słynnych „Chmielaków Krasnostawskich”, czyli dożynek chmielowych w Krasnymstawie, pojawiły się nowe imprezy: „Kozłaki Bieńkowskie”, „Wrocławski Festiwal Dobrego Piwa”. Dzięki takim wydarzeniom miłośnicy piwa poznają najnowsze produkty.

Rozwój agroturystyki niewątpliwie przyczyni się także do rozwoju turystyki piwnej. Małe, lokalne browary oferują wyjątkowe piwa, które produkowane są w niewielkich ilościach i są produktem regionalnym, kojarzonym z daną okolicą, zwyczajami, kulinarnym dziedzictwem regionu. Z pewnością w niedalekiej przyszłości będziemy mieli do czynienia, podobnie jak w przypadku wina, ze szlakami piwnymi. Zanim to nastąpi, już dziś można wybrać się w podróż po Polsce, po konkretnym regionie i skosztować wspaniałych piw o ciekawej kompozycji smakowej i zróżnicowanej mocy, a przy okazji zasmakować również w regionalnej kuchni.

Jednym z takich lokalnych browarów jest browar Amber. Siedem piw w nim produkowanych posiada znak programu Poznaj Dobrą Żywność. Oznaczenie takie jest wyróżnieniem artykułu rolno-spożywczego przez Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi oraz rzetelną i wiarygodną informacją, która pomaga konsumentom w wyborze najlepszych, polskich produktów.

TEKST ■ BY ■ TEXT: **DARIUSZ MAMIŃSKI/MRiRW**  
ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY ■ FOTOS: FOTOLIA

**B**eer is a very ancient drink. It was manufactured by the Sumerians as early as in 4,000 BC in Mesopotamia. Raw material was spelt. This cereal was also used by our ancestors. The mention of beer appears in the first chronicle of the Polish history – Gallus Anonymus. The golden drink is also described by Jan Długosz – the Polish historian, chronicler, clergyman, geographer and diplomat. When presenting the beginnings of the Polish State, he notes that instead of wine beer is used, which is made of wheat, barley or spelt. In the middle ages, beer was made mainly of millet, and hops was used for making its better grades. Old Polish traditions collapsed at last in the times of the partitions of Poland.

The beer-making industry upon Vistula developed again after the political transformations, in the 90s of the 20<sup>th</sup> century. Today, we are ranked third in Europe in terms of beer production. In the first half of 2016, we produced 21.1 million hectolitres of golden drink with foam, and in 2015, this value was 39.43 million hectolitres.

Moreover, we are familiar with the contemporary trends associated with the dynamic development of small, local breweries. Thanks to enthusiasts, consumers have a huge range of beers – light, dark, pasteurised and containing live cultures. The return to old recipes and new, innovative ideas are two parallel ways to develop regional breweries. Consumer interest in local, relatively rare, beers is a reason for which old traditions are restored. Also, the development is followed by the recognition on the part of specialists. It is worth mentioning that at one of the largest beer competitions in the world – World Beer Cup in 2014, one of the Polish beers was awarded the bronze medal. Another Polish beer in 2016 was ranked among the 20 best beers in the world, according to one of the biggest portals dedicated to beer and beer-making.

The dynamic development of production of regional beers also resulted in the emergence of new beer events promoting local drinks. Apart from the oldest event – National Feast of Hop Growers and Beer Makers – the famous “Chmielaki Krasnostawskie”, i.e. the hop harvest festival in Krasnostaw, the new events appeared: “Kozłaki Bieńkowskie”, “Wrocław Festival of Good Beer”. Thanks to such events, beer lovers learn about the latest products.

The development of agri-tourism will undoubtedly also contribute to the development of beer tourism. Small, local breweries offer exceptional beers which are manufactured in small quantities and are a regional product level associated with the given region, traditions, culinary heritage of the region. Certainly, in the near future we will have to deal, as in case of wine, with beer routes. Before this happens, even today we may travel around Poland, to the particular region and try excellent beers with an interesting flavour composition and diversified strength and on this occasion also try regional dishes.

One such local breweries is the Amber brewery. Seven beers it manufactures have the Try Fine Food quality mark. This mark is an award for an agri-food product given by the Minister of Agriculture and Rural Development and the reliable and credible information that helps consumers choose the best Polish products.





**B**ier ist ein sehr altes Getränk. Es war von Sumerern schon ungefähr 4000 Jahren vor unserer Zeit in Mesopotamien hergestellt. Als Stoff zur Bierproduktion diente der Spelz. Dieses Getreide war auch von unseren Vorfahren benutzt. Eine Erwähnung vom Bier kommt beim Gallus Anonymus, dem ersten Verfasser der Chronik der Geschichte Polens, zum Vorschein. Das goldene Getränk wird ebenfalls vom Johannes Longinus – dem polnischen Historiker, Chronisten, Geographen und Diplomaten – beschrieben. Indem er Anfänge des polnischen Staates darstellt, lenkt er seine Aufmerksamkeit darauf, dass das aus Weizen, Gerste oder gerade aus Spelz hergestelltes Bier anstatt Wein benutzt wird. Im Mittelalter war das Bier vor allem aus Hirse hergestellt und der Hopfen fand Anwendung bei Herstellung von besseren Sorten. Die altpolnischen Biertraditionen sind endgültig zur Zeit der Teilungen Polens gefallen.

Erneute Brauereientwicklung gab es an der Weichsel nach Regierungsformänderungen in den 1990er Jahren. Jetzt belegen wir dritten Platz in Europa, wenn es um Bierherstellung geht. Im ersten Halbjahr 2016 haben wir 21,1 Millionen Liter des goldenen Getränks mit Schaum hergestellt und im ganzen Jahr 2015 waren es 39,43 Millionen Hektoliter.

Moderne Trends, die mit einer dynamischen Entwicklung von kleinen lokalen Brauereien zu tun haben, sind uns nicht fremd. Dank den Liebhabern verfügen die Verbraucher über eine breite Palette von hellen, dunklen, pasteurisierten Bieren sowie von Bieren mit lebenden Bakterienkulturen. Die Wiederherstellung der alten Rezepturen und neue innovative Ideen sind zwei parallele Entwicklungswege für regionale Brauereien. Das Interesse der Verbraucher für lokale und verhältnismäßig seltene Biere hat zur Folge, dass alte Traditionen wiederhergestellt werden. Die Entwicklung wird auch von Anerkennung seitens der Spezialisten gefolgt. Erwähnenswert ist es, dass ein von polnischen Bieren die Bronzemedaille während eines von den weltgrößten Bierwettbewerben – World Beer Cup



POWRÓT DO STARYCH RECEPTUR, NOWE INNOWACYJNE POMYSŁY TO DWIE, RÓWNOLEGŁE DROGI ROZWOJU BROWARÓW REGIONALNYCH ■ THE RETURN TO OLD RECIPES AND NEW, INNOVATIVE IDEAS ARE TWO PARALLEL WAYS TO DEVELOP REGIONAL BREWERIES ■ DIE WIEDERHERSTELLUNG DER ALTEN REZEPTUREN UND NEUE INNOVATIVE IDEEN SIND ZWEI PARALLELE ENTWICKLUNGSWEGE FÜR REGIONALE BRAUEREIEN

2014 gewonnen hat. 2016 befand sich das andere polnische Bier dagegen unter 20 besten Bieren in der Welt, wie ein von den größten dem Bier und der Brauerei gewidmeten Portalen teilt.

Dynamische Entwicklung der Herstellung von regionalen Bieren hatte auch die Entstehung von neuen Bierevents, während deren Dauer für lokale Getränke geworben wird. Neben dem ältesten Event – dem berühmten Allgemeinpolnischen Fest von Hopfenbauern und Bierbauern namens „Chmielaki Krasnostawskie“, also Hopfenertefest in Krasnystaw sind auch neue Veranstaltungen zum Vorschein ge-

kommen: „Kozłaki Bieńkowskie“, „Breslauer Festival des Guten Bieres“. Durch derartige Events lernen die Bierliebhaber neueste Produkte kennen.

Die Entwicklung des Agrotourismus trägt ohne Zweifel auch zur Entwicklung des Biertourismus bei. Die kleinen, regionalen Brauereien bieten außergewöhnliche Biere an, die in kleinen Mengen hergestellt und mit gegebener Gegend, Bräuchen, sowie kulinarischem Erbe der Region assoziiert werden. Mit Sicherheit werden wir in der nahen Zukunft, genauso wie beim Wein, mit Bierrouen zu tun haben. Bevor so etwas kommt, kann man schon jetzt eine Reise durch Polen oder durch eine bestimmte Region machen und wunderbare Biere mit interessanter Geschmackskomposition und differenzierter Stärke probieren und bei der Gelegenheit auch Geschmack an regionaler Kost finden.

Eine von derartigen regionalen Brauereien ist die Brauerei Amber. Sieben Biere, die dort hergestellt werden, haben Auszeichnung des Programms „Lerne gute Lebensmittel kennen“. Eine solche Auszeichnung gilt als Bevorzugung des Landwirtschafts- und Nahrungsproduktes vom Minister für Landwirtschaft und Ländliche Entwicklung, sowie als eine wirkliche Information, die den Verbrauchern bei der Wahl von den besten polnischen Produkten behilflich ist.

# Aronia: czarny skarb

## Chokeberry: black treasure

„CZARNYM SKARBEM” BYŁ PRZEZ LATA WĘGIEL KAMIENNY, ALE NOWYM, POLSKIM „CZARNYM SKARBEM” – SKARBEM DLA ZDROWIA – MOGĄ STAĆ SIĘ CIEMNE OWOCE JAGODOWE, A GŁÓWNIIE ARONIA

■ FOR MANY YEARS, THE “BLACK TREASURE” HAS BEEN HARD COAL BUT THE NEW, POLISH “BLACK TREASURE” – TREASURE FOR OUR HEALTH – MAY BECOME DARK BERRIES, AND MAINLY CHOKEBERRY



**P**rodukty z polskich owoców, warzyw czy ziół mogą wspomóc mieszkańców Europy i innych kontynentów w walce z chorobami, a starzejącej się części społeczeństwa zapewnić zdrową starość.

Ojczyzną aronii jest Ameryka Północna, w stanie dzikim rośnie w okolicach Wielkich Jezior. Na początku XX wieku sprowadzono ją do ogrodów Europy, do Skandynawii i Rosji. W Polsce w 1978 r. aronię posadzono na polach doświadczalnych na Lubelszczyźnie.

W 1984 r. powstała Krajowa Sekcja Producentów Aronii; grupa sadowników uznała aronię za atrakcyjną uprawę zarówno dla rolników, jak i dla przemysłu przetwórstwa owocowego. Od tego czasu produkcja owoców dynamicznie się rozwija, a Polska stała się największym producentem aronii na świecie.

Wyhodowano polską odmianę aronii czarnoowocowej (*Aronia melanocarpa* E., odmiana Nero-Eggert, czasem nazywana „Galicjanką”), przeznaczoną do zakładania plantacji towarowych. Dzięki 40-letniej selekcji sadzonki gwarantują bardzo wysokie plony i możliwość mechanicznego zbioru owoców.

**T**he products made of Polish fruit, vegetables or herbs may help the residents of Europe and other continents fight against diseases, and guarantee healthy old age for the aging society.

The homeland of chokeberry is North America, it grows in the wild in the vicinity of the Great Lakes. At the beginning of the 20<sup>th</sup> century, it was brought to the gardens of Europe, to Scandinavia and Russia. In Poland, in 1978, chokeberry was planted in the experimental fields in the Lublin region.

In 1984, the National Section of Chokeberry Producers was established; a group of fruit-growers considered chokeberry as an attractive crop both for farmers and the fruit processing industry. Since then, production of fruit has been developing dynamically, and Poland has become the largest producer of chokeberry in the world.

The Polish variety of black chokeberry has been grown (*Aronia melanocarpa* E., Nero-Eggert variety, sometimes called “Galicjanka”), intended for setting up commercial plantations. Thanks to the 40-year selection, seedlings guarantee very high

Aronia jest rośliną proekologiczną. Zazwyczaj nie wymaga oprysków przeciw szkodnikom czy chorobom, więc owoce nie zawierają śladów pestycydów, ani nie akumulują toksycznych pierwiastków.

Aronia jest krzewem osiągającym wysokość 2-2,5 m. Krzewy powstałe z nasion mają tendencję do intensywnego wzrostu, dlatego do zakładania plantacji towarowych należy używać sadzonek rozmnażanych wegetatywnie z selekcyjnych mateczników. Polskie szkółki polecają wysokiej jakości ekologiczne sadzonki. Podstawowym sprzedawanym materiałem jest wegetatywna dwulatka o silnie rozwiniętym systemie korzeniowym lub bardzo dobrze rozwinięte sadzonki jednoroczne.

Co roku na plantacjach zbiera się 40-50 tys. ton owoców, które w większości są przerabiane na sok i koncentrat soku. Koncentrat soku z aronii ma szerokie zastosowanie w przetwórstwie jako dodatek barwiący do innych owoców. Stosowanie tego naturalnego barwnika jest coraz popularniejsze w przemyśle spożywczym ze względu na niechęć do barwników syntetycznych.

Dżemy, konfitury, galaretki, żele, powidła, marmolady, nadzienia cukiernicze i inne przetwory z dodatkiem aronii odznaczają się przyjemnym smakiem i piękną barwą. Bardzo wartościowe są produkty z dodatkiem pektyny z jabłek. Ostatnio szybko rośnie popyt na owoce liofilizowane, bowiem przy tej technice suszenia udaje się zachować prawie w całości bioaktywne związki – antocyjany aroniowe.

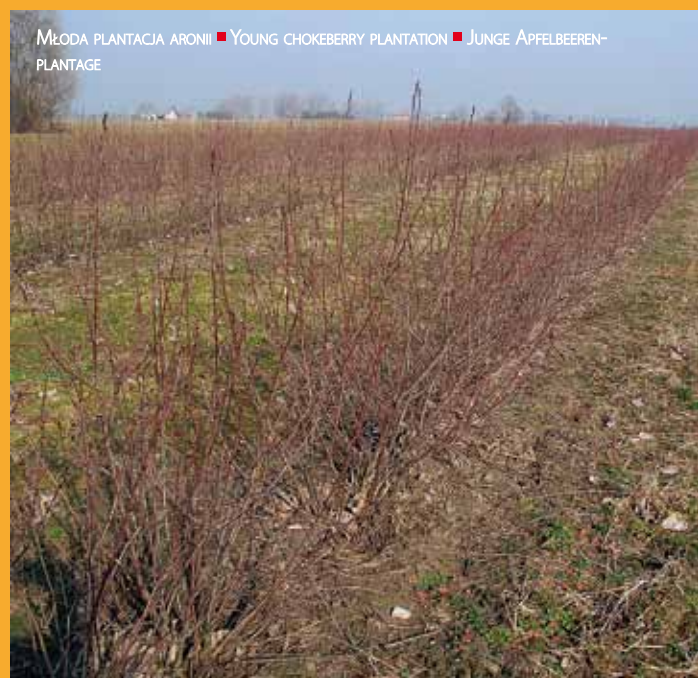
Unikalny skład owoców aronii czyni ją bardzo cennym surowcem do produkcji żywności funkcjonalnej, o szczególnie korzystnym wpływie na zdrowie człowieka, a także preparatów farmaceutycznych i kosmetycznych. Dlaczego aronia, raczej niesmaczna na surowo, jest nadzieją w walce z chorobami cywilizacyjnymi? Otóż z powodu szczególnie dużej zawartości związków polifenolowych o silnych właściwościach antyoksydacyjnych. Owoce zawierają 10-20 g polifenoli w 1 kg, zawartość antocyjanów sięga 3-8 g/kg. Owoce aronii mają trzy typy związków polifenolowych: antocyjaniny, katechiny i kwasy fenolowe, w tym chlorogenowy. W miarę coraz lepszego poznawania ich właściwości biologicznych rośnie zainteresowanie nimi świata nauki.

Na początku lat 90. obiektem intensywnych badań stało się czerwone wino. Jego prozdrowotne działanie (zmniejsza ryzyko zawału serca) nazwano „francuskim paradoksem”. To właśnie składniki owoców o działaniu antyoksydacyjnym pomagają zachować zdrowie i formę przez długie lata. Porównanie aronii z innymi owocami, takimi jak czarne jagody, czarne porzeczki czy czarny bez, pokazuje, że aronia jest liderem zarówno w zawartość antocyjanów, jak i w całkowitej ilości związków typu polifenoli. Antocyjany nadają jej jagodom ciemny, prawie czarny odcień. Sok aroniowy zawdzięcza im piękny, ciemnoczerwony kolor, podobny do czerwonego wina.

Wykonano setki badań naukowych, których przedmiotem były związki chemiczne występujące w owocach aronii. Przewadzano je na hodowlach komórek, zwierzętach doświad-

yields and a possibility of mechanical harvesting of fruit. Chokeberry is an environmentally-friendly plant. Usually, it does not require spraying against pests or diseases, so its fruit do not contain any traces of pesticides and do not accumulate toxic elements.

Chokeberry is a bush reaching the height of 2-2.5 m. Bushes grown from seeds have a tendency towards intensive growth, therefore, to establish commercial plantation, we should use seedlings propagated vegetatively from selection nurseries. Polish nurseries recommend high-quality environmentally-friendly seedlings. Basic sold material are vegetative two-year-old seedlings with a robustly developed root system or very well developed annual seedlings.



MŁODA PLANTACJA ARONII ■ YOUNG CHOKEBERRY PLANTATION ■ JUNGE APFELBEEREN-PLANTAGE



KWITNĄCA ARONIA ■ CHOKEBERRY IN BLOSSOM ■ BLÜHENDE APFELBEERE

KOMBajn DO ZBIORU ARONII ■ CHOKEBERRY HARVESTER ■ APFELBEERENERNTEKOMBINE



ARONIA PO ZBIORACH ■ CHOKEBERRY AFTER HARVESTING ■ APFELBEERE NACH DER ERNTE

czalnych, jak i na zdrowych ochotnikach. Preparaty aroniowe i przetwory z aronii warto polecić:

- W profilaktyce przeciwniażdżycowej. Jak wiadomo, choroby serca i układu krążenia to główna przyczyna przedwczesnych zgonów. Aronia obniża ciśnienie tętnicze i dlatego powinna być stałym składnikiem diety osób zagrożonych zawałem i udarem. Regularne picie soku z aronii mogłoby dać efekt „polskiego paradoksu”, podobnego do tego, który obserwowano we Francji.
- W profilaktyce nowotworów. W eksperymentach na myszach pokazano, że w grupie otrzymującej polifenole aronii rozwinęło się mniej nowotworów, mniej też było przerzutów, mimo kancerogennej diety.
- W profilaktyce chorób neurodegeneracyjnych. Upośledzenie funkcji mózgu następuje z wiekiem, ale też wskutek chorób (Alzheimer, Parkinson). Zmiany te można spowolnić przez po-

Every year, in the plantations 40-50 thousand tonnes of fruit are picked, most of which are processed into juice and juice concentrate. Chokeberry juice concentrate is widely used in the processing industry as a food colouring additive to other fruit. The application of this natural food colouring is increasingly popular in the food industry due to the aversion to synthetic food colourings.

Jams, preserves, jellies, gels, plum jam, marmalade, confectionery fillings and other products with the addition of chokeberry have a pleasant taste and beautiful colour. Very valuable are products with the addition of apple pectins. Recently, there has been a fast-growing demand for lyophilised fruit, because using this drying technique it is possible to maintain almost all bioactive compounds – chokeberry anthocyanins.

The unique composition of chokeberry fruit makes it very valuable raw material for production of functional food, having a particularly beneficial effect on human health, as well as of pharmaceutical and cosmetic products. Why chokeberry, rather unpalatable when eaten raw, is a hope in the fight against life-style diseases? Well, it is so due to the particularly high content of polyphenolic compounds with strong antioxidant properties. Chokeberry fruit contain 10-20 g of polyphenols in 1 kg, the content of anthocyanins is 3-8 g/kg. Chokeberry fruit contain three types of polyphenolic compounds: anthocyanins, catechins and phenolic acids, including chlorogenic acid. As their biological properties are better and better explored, the world of science becomes increasingly interested in them.

In the early 90s, red wine became an object of intense studies. Its health-promoting effect (reduces the risk of heart attack) was called the “French paradox”. It is the fruit components with antioxidant properties which help remain healthy and in good condition for many years. A comparison of chokeberry with other fruit, such as blueberries, black currants or elderberry shows that chokeberry is a leader both in the content of anthocyanins and in the total content of compounds such as polyphenols. Anthocyanins give its berries a dark, almost black hue. Chokeberry juice owes them a beautiful, dark-red colour, similar to that of red wine.

Hundreds of scientific studies have been carried out, the subject of which were the chemical compounds present in chokeberry fruit. They were carried out on cell cultures, experimental animals and on healthy volunteers. Chokeberry preparations and products are recommendable:

- In the prevention of arteriosclerosis. As we know, cardiac and circulatory diseases are the major cause of premature death. Chokeberry lowers blood pressure and therefore should be a permanent component of the diet of people at risk of heart attack and stroke. Regular drinking of chokeberry juice could give the effect of the „Polish paradox”, similar to that observed in France.
- In the prevention of cancers. In the experiments on mice, it has been shown that the group receiving chokeberry polyphen-

dawanie związków polifenolowych – skuteczne były ekstrakty bogate w antocyjany.

■ Jako uzupełnienie diety diabetyków – ze względu na dużą zawartość kwasu chłogenowego w aronii, który zwiększa tolerancję glukozy. Antocyjaniny mają zdolność stymulowania komórek trzustki do produkcji insuliny.

■ Do ochrony przed promieniowaniem UV. Kremy z polifenolami aronii mogą ochronić skórę przed stresem fotooksydacyjnym. Stwierdzono, że żele, zawierające antocyjaniny, chronią skórę przed szkodliwym działaniem promieni UV, nawet przy ekspozycji przekraczającej dawkę rumieniową.

■ Do polepszenia wzroku. Dieta bogata w antyoksydanty może spowolnić powstawanie katarakty czy patologicznych zmian plamki żółtej oka; antocyjany poprawiają mikrokrążenie, zmniejszają kruchość naczyń włosowatych. Kiedyś dobre widzenie było problemem zawodowych kierowców. Teraz zmęczenie oczu, skutkiem długiego wpatrywania się w monitor, stało się problemem społecznym.

■ Dla sportowców – sok aroniowy podawano wioślarzom i kolarzom, obserwując szybszą regenerację organizmu po intensywnym wysiłku.

■ Dla pilotów, stewardess, ale także dla pasażerów „zbierających mile” – polecamy sok z aronii, aronię kandyzowaną i liofilizowaną. Pracownicy linii lotniczych, spędzający rocznie kilkaset godzin w powietrzu na wysokości 10-11 km, otrzymują znacznie większe dawki promieniowania kosmicznego, niż personel na ziemi. Jego szkodliwe efekty można zmniejszyć, stosując dietę z antyoksydantami.

■ Owoce aronii i preparaty aroniowe mogą skutecznie wspomagać leczenie choroby popromiennej i zatruc chemikaliami. Mamy nadzieję, że katastrofa, podobna do tej w Czernobylu czy w Fukushima, już się nie zdarzy, ale wiedza o takim działaniu polifenoli aronii jest cenna, niezależnie od tego, czy może być kiedyś zastosowana w praktyce.

Polska jest światowym liderem w produkcji aronii, jednak niska cena skupu owoców, dyktowana przez dużych odbiorców, powoduje znaczne zmniejszenie opłacalności tej produkcji. Misją Zrzeszenia Plantatorów Aronii ARONIA POLSKA, które powstało w 2013 r., jest wzmocnienie pozycji plantatorów aronii na rynku, negocjowanie w ich imieniu korzystnych kontraktów z odbiorcami owoców, a także propagowanie tych owoców.

Podczas wieloletnich prac nad aronią zgromadziliśmy ogromną wiedzę, wyhodowaliśmy najlepsze odmiany sadzonek, produkujemy kombajny do zbioru owoców oraz opracowaliśmy doskonale receptury na wyroby aroniowe. Produujemy smaczne soki, dżemy, herbatki aroniowe, liofilizowane owoce i inne produkty, cenne w prawidłowej diecie. Warto te osiągnięcia popularyzować na świecie i rozwijać produkcję tych owoców w naszym kraju.

nols developed a smaller number of cancers, there were also less metastases, despite the carcinogenic diet.

■ In the prevention of neurodegenerative diseases. Impairment of the brain function takes place with age, but also as a result of diseases (Alzheimer, Parkinson). These changes may be slowed down by administering polyphenolic compounds – effective were extracts rich in anthocyanins.

■ As a supplement to the diet of diabetics – due to the high content of chlorogenic acid in chokeberry, which increases the glucose tolerance. Anthocyanins are able to stimulate the pancreatic cells to produce insulin.

■ To protect against UV radiation. Creams with chokeberry polyphenols may protect the skin against photooxidative stress. It was found that gels containing anthocyanins protect the skin against harmful UV rays, even with the exposure exceeding the erythema dose.

■ To improve the eyesight. The diet rich in antioxidants may slow down the development of cataract or macular pathological changes; anthocyanins improve microcirculation, reduce capillary fragility. In the past, the good eyesight was a problem of professional drivers. Now, eye strain, due to long-lasting staring into computer monitors, has become a social problem.

■ For athletes – chokeberry juice was administered to rowers and cyclists, to observe the faster regeneration of the body after intense physical effort.

■ For pilots, flight attendants, but also for passengers „earning miles” – we recommend them chokeberry juice, candied and lyophilised chokeberry. Airline employees spending annually several hundreds of hours in the air at a height of 10-11 km, are exposed to much higher doses of cosmic radiation, than the ground staff. Its harmful effects may be reduced using the diet with antioxidants.

■ Chokeberry fruit and preparations may effectively assist the treatment of radiation sickness and poisonings with chemicals. We hope that a disaster similar to that in Chernobyl or Fukushima will never happen again, but knowledge of such effect of chokeberry polyphenols is valuable, regardless of whether it may be used in practice one day.

Poland is a world leader in production of chokeberry, however the low buying-in price of fruit, dictated by large customers, results in a significant reduction in the profitability of this production. The mission of the ARONIA POLSKA Association of Chokeberry Growers, established in 2013, is to strengthen the position of chokeberry growers in the market, to negotiate on their behalf beneficial contracts with fruit customers and to promote these fruit.

During many years of work on chokeberry, we have gathered enormous knowledge, we have grown the best varieties of seedlings, we produce fruit harvesters and we have developed the excellent recipes for chokeberry products. We produce tasty fruit juices, jams, chokeberry teas, lyophilised fruit and other products, valuable in the proper diet. It is worth promoting these achievements around the world and developing production of these fruit in our country.

# Apfelbeere: ein schwarzer Schatz

„EIN SCHWARZER SCHATZ“ WAR SEIT VIELEN JAHREN DIE STEINKOHLE, DOCH DUNKLE BEERENFRÜCHTE (UND VOR ALLEM APFELBEERE) KÖNNEN ZUM NEUEN POLNISCHEN „SCHWARZEN SCHATZ“ – ZUM SCHATZ FÜR DIE GESUNDHEIT – WERDEN

Die Produkte aus polnischem Obst, Gemüse oder polnischen Kräutern können die Einwohner von Europa und anderen Kontinenten beim Kampf gegen die Krankheiten unterstützen und dem alt werdenden Teil der Gesellschaft ein gesundes Alter gewährleisten.

Als Heimat der Apfelbeeren gilt Nordamerika, wild wachsen sie in der Gegend von den Großen Seen. Anfang des 20. Jahrhunderts wurde sie in die Gärten Europas, nach Skandinavien und nach Russland gebracht. Im Jahre 1978 wurde die Apfelbeere auf den Untersuchungsfeldern in der Region Lubelszczyzna gepflanzt.

1984 entstand die Landessektion der Apfelbeeren-Produzenten, eine Obstbauerngruppe erklärte die Apfelbeere für einen attraktiven Anbau und zwar sowohl für die Bauern als auch für die Obstverarbeitungsindustrie. Seitdem entwickelt sich die Obstproduktion dynamisch und Polen wurde zum weltgrößten Apfelbeeren-Produzenten.

Es wurde polnische Apfelbeersorte (Aronia melanocarpa E., Sorte Nero-Eggert, manchmal „Apfelbeere aus Galizien“ genannt)

gebaut. Diese Sorte ist für die Bildung von Warenplantagen bestimmt. Dank der 40 Jahre langen Selektion garantieren die Stecklinge sehr hohe Erträge und eine Möglichkeit, das Obst mechanisch zu pflücken. Der Apfelbeerenstrauch ist eine proökologische Pflanze. In der Regel braucht sie kein Bespritzen gegen Schädlinge oder Krankheiten, die Früchte weisen also keine Spuren von Pestiziden auf und sammeln keine toxischen Elemente an.

Der Apfelbeerenstrauch kann 2 bis 2,5 m hoch werden. Die

aus den Samen entstandenen Sträucher zeigen eine Tendenz auf intensives Wachstum, daher müssen die vegetativ vermehrten Stecklinge aus selektiven Mutterpflanzenbeeten zur Bildung von Warenplantagen verwendet werden. Polnische Pflanzschulen empfehlen hochqualitative ökologische Stecklinge. Der wichtigste verkaufte Stoff sind eine vegetative zweijährige Pflanze mit sehr gut entwickeltem Wurzelsystem oder sehr gut entwickelte einjährige Stecklinge.

Auf den Plantagen werden jedes Jahr 40.000 bis 50.000 Tonnen Obst gepflückt, das größtenteils zum Saft und Saftkonzentrat verarbeitet werden. Das Apfelbeersaftkonzentrat findet weite Anwendung bei der Verarbeitung als ein färbender Zusatzstoff zu anderen Früchten. Die Verwendung von diesem Farbstoff wird immer populärer in der Lebensmittelindustrie wegen dem Widerwillen gegen synthetische Farbstoffe.

Die Marmeladen, Konfitüren, Gelees, Gele, Obstmuse, Zuckerfüllungen, Muse und andere Produkte mit Zusatz von Apfelbeeren charakterisieren sich durch einen angenehmen Geschmack und schöne Farbe. Sehr wertvoll sind Produkte mit Zusatz von Pektinen aus den Äpfeln. In letzter Zeit wächst die Nachfrage nach gefriergetrocknetem Obst, weil diese Trocknungstechnologie es möglich macht, bioaktive Verbindungen – Apfelbeeren-Anthocyane fast vollständig zu erhalten.

Eine einzigartige Zusammensetzung der Apfelbeerenfrüchte lässt sie als ein sehr wertvoller Stoff für die Produktion von funktionellen Nahrungsmitteln mit sehr günstigem Einfluss auf menschliche Gesundheit sowie für die Produktion von pharmazeutischen und kosmetischen Präparaten dienen. Wieso gilt die Apfelbeere, vielmehr unappetitlich in rohem Zustand, als Hoffnung im Kampf gegen die Zivilisationskrankheiten? Also, wegen dem hohen Polyphenolgehalt (sie haben starke Oxidationseigenschaften). Früchte enthalten 10 bis 20 g Polyphenole in 1 kg, Anthocyan-Gehalt reicht bis 3-8 g/kg. Die Apfelbeerenfrüchte haben drei Polyphenolarten: Anthocyan, Catechine und Phenolsäuren, darunter Chlorogensäure. Im Laufe des immer besseren Kennenlernens ihrer biologischen Eigenschaften ergreift das Interesse der Wissenschaft für sie immer weitere Kreise.

Anfang der 1990er Jahre wurde der Rotwein zum Objekt der intensiven Forschung. Seine gesundheitsfördernde Wirkung (er mindert das Infarktisiko) wurde „das französische Paradox“ genannt. Gerade Inhaltsstoffe der Früchte mit antioxidativer Wirkung



ARONIA DOSKONALE NADAJE  
SIĘ NA LEKIE WINA WYTRAWNE  
I PÓŁWYTRAWNE ■ CHOK-  
BERRY IS PERFECTLY SUITABLE  
FOR LIGHT DRY AND SEMI-DRY  
WINES ■ APFELBEERE EIGNET  
SICH AUSGEZEICHNET FÜR  
LEICHTE TROCKENE UND HALB-  
TROCKENE WEINE

helfen, jahrelang gesund und fit zu sein. Der Vergleich der Apfelbeeren mit anderen Früchten, wie Heidelbeeren, Schwarze Johannisbeeren oder Schwarzer Holunder, beweist, dass die Apfelbeere „ein Spitzenreiter“ ist, wenn es sowohl um Anthocyan-Gehalt als auch um Gesamtmenge von Verbindungen vom Typ Polyphenole geht. Die Anthocyane geben den Beeren einen dunklen fast schwarzen Farbton. Der Apfelbeerensaft verdankt ihnen schöne, dunkelrote und dem Rotwein ähnliche Farbe.

Es wurden sehr viele Forschungen durchgeführt, als deren Gegenstand die in Früchten der Apfelbeere vorkommenden chemischen Verbindungen galten. Diese Forschungen wurden unter Anwendung von Zellenkulturen, Versuchstieren und gesunden Freiwilligen durchgeführt. Die Apfelbeerenpräparate und -produkte lohnt es sich, in folgenden Fällen zu empfehlen:

- bei Vorbeugung gegen Atheromatose; die Herz- und Kreislaufsystemkrankheiten sind bekanntlich die Hauptursache vom vorzeitigen Sterben; die Apfelbeere senkt den arteriellen Druck und daher soll sie zum ständigen Bestandteil der Diät von den infarkt- und schlaganfallgefährdeten Personen werden. Regelmäßiges Apfelbeerensafttrinken könnte ein Effekt des „polnischen Paradoxes“ nach sich ziehen. Dieses Paradox wäre ähnlich dem in Frankreich beobachteten.
- bei der Tumorphylaxe; die Versuche an den Mäusen haben nachgewiesen, dass eine niedrigere Tumorzahl in derjenigen Gruppe entstanden ist, die Apfelbeerenpolyphenole bekommen hat; trotz der kanzerogenen Diät gab es auch weniger Metastasen.
- bei Vorbeugung gegen neurodegenerative Erkrankungen; Hirnfunktionbeeinträchtigung kommt beim Altwerden und infolge der Krankheiten (Alzheimer-, Parkinson-Krankheit). Diese Änderungen können durch Verabreichung von Polyphenol-Verbindungen verlangsamt werden – erfolgreich waren die an Anthocyanen reichen Extrakte.
- als Ergänzung der Diät für Diabetiker – weil Apfelbeere jede Menge Chlorogensäure, die die Traubenzuckertoleranz erhöht, enthält; Anthocyane können die Pankreaszellen zur Insulinproduktion anregen.
- zum Schutz vor UV-Strahlung; die Creme mit Apfelbeeren-Polyphenolen können die Haut vor photooxidativem Stress schützen. Es wurde festgestellt, dass die Gele mit Anthocyanen die Haut vor schädlicher UV-Strahlung schützen, auch wenn die Exposition die Erythemdosis überschreitet.
- zur Gesichtsverbesserung; eine an Antioxidantien reiche Diät kann die Kataraktbildung oder pathologische Änderungen im Bereich des gelben Flecks im Auge bremsen; Anthocyane verbessern die Mikrozirkulation, mindern die Haargefäßbrüchigkeit. Früher war das gute Sehen ein Problem der Berufsfahrer. Jetzt wurde die durch unverwandtes Ansehen der Bildschirme verursachte Sehermüdung zum gesellschaftlichen Problem.



DZEMY, KONFITURY, GALARETKI, ŻELE, POWIDŁA, MARMOLADY, NADZIENIA CUKIERNICZE I INNE PRZETWORY Z DODATKIEM ARONII ODZNACZAJĄ SIĘ PRZYJEMNYM SMAKIEM I PIĘKNĄ BARWĄ ■ JAMS, PRESERVES, JELLIES, GELS, PLUM JAM, MARMALADE, CONFECTIONERY FILLINGS AND OTHER PRODUCTS WITH THE ADDITION OF CHOKEBERRY HAVE A PLEASANT TASTE AND BEAUTIFUL COLOUR ■ DIE MARMELADEN, KONFITÜREN, GELEES, GELE, OBSTMUSE, ZUCKERFÜLLUNGEN, MUSE UND ANDERE PRODUKTE MIT ZUSATZ VON APFELBEEREN CHARAKTERISIEREN SICH DURCH EINEN ANGENEHMEN GESCHMACK UND SCHÖNE FARBE

- für die Sportler – der Apfelbeerensaft war den Ruderern und Raddlern verabreicht, wenn man schnellere Regeneration des Organismus nach intensiver Anstrengung beobachtete.
- für Piloten, Stewardessen und „die Meilen sammelnde“ Fluggäste – wir empfehlen Apfelbeerensaft, kandierte und liophilisierte Apfelbeeren. Die Fluglinien-Mitarbeiter, die einige hundert Stunden in 10 – 11 km Höhe pro Jahr verbringen, bekommen wesentlich höhere Weltraumstrahlungsdosen als das Personal am Boden. Ihre schädlichen Wirkungen können unter Anwendung von der Diät mit Antioxidantien vermindert werden.
- Die Apfelbeerenfrüchte und -präparate können die Bestrahlungskrankheits- und Chemikalienvergiftungsbehandlung erfolgreich unterstützen. Wir hoffen, dass eine solche Katastrophe wie die in Tschernobyl oder Fukushima nicht mehr passiert wird, aber die Kenntnisse von derartigen Wirkung der Apfelbeeren-Polyphenole sind wichtig, unabhängig davon, ob sie irgendwann in der Praxis verwendet werden können.

Polen ist ein Weltführer, wenn es um Apfelbeerenproduktion geht. Der niedrige Fruchtaufkaufpreis, die von großen Abnehmern aufgezwungen wird, hat wesentliche Verringerung der Rentabilität dieser Produktion zur Folge. Der Auftrag des Verbands der Apfelbeerenanbauern „ARONIA POLSKA“, der im Jahre 2013 entstand, besteht darin, dass die Position der Apfelbeerenanbauern auf dem Markt verstärkt wird, günstige Verträge mit Obstabnehmern in ihrem Namen verhandelt werden und für diese Früchte geworben wird.

Im Laufe der langjährigen Arbeiten an der Apfelbeere haben wir ausgebreitete Kenntnisse gesammelt, die besten Setzpflanzenarten gezüchtet. Darüber hinaus produzieren wir die Obstvollerntemaschinen und haben ausgezeichnete Rezepturen für Apfelbeerenprodukte bearbeitet. Wir produzieren schmackhafte Säfte, Marmeladen, Apfelbeeren-Teen, liophilisierte Früchte und andere Erzeugnisse, die wertvoll bei einer richtigen Diät sind. Es lohnt sich, diese Errungenschaften zu popularisieren und die Produktion dieser Früchte hierzulande zu entwickeln.



ROZMOWA Z GRZEGORZEM ŁAPANOWSKIM, ZNANYM KUCHARZEM, ZAŁOŻYCIELEM I PREZESEM FUNDACJI SZKOŁA NA WIDELCU  
 ■ TALKING WITH GRZEGORZ ŁAPANOWSKI, FAMOUS CHEF, FOUNDER AND PRESIDENT OF THE SCHOOL ON THE FORK FOUNDATION  
 ■ GESPRÄCH MIT GRZEGORZ ŁAPANOWSKI, EINEM BEKANNTEN KOCH, DEM GRÜNDER UND VORSITZENDEN DER STIFTUNG „SCHULE AUF DER GABEL“

# Zima na talerzu

## Winter in the plate

### O czym myślisz, gdy pada określenie „zima na talerzu“?

To świetne pytanie, bo ja lubię zimę. Mogłoby się wydawać, że różnorodność na talerzu w zimie będzie nieduża, że to nie jest dobry sezon. A moim zdaniem warzywa, które mamy w Polsce, są bardzo inspirujące i są odzwierciedleniem naszego klimatu i tego miejsca, w którym znajdujemy się na mapie. To co cieszy, to fakt, że spektrum zimowych warzyw bardzo się poszerzyło. Nie jest to już tylko burak, kapusta i trochę ziemniaków. Coraz częściej zwracamy uwagę na to, jaka to jest odmiana buraka. Na rynku pojawiły się kolorowe buraki, kolorowe marchewki, dostępna jest też brukiew i skorzonera. Topinambur też już stał się bardziej powszedni niż jeszcze kilka lat temu. Świetnym warzywem jest brukselka, która przeżywa teraz swój renesans. Można ją przyrządzać na wiele sposobów: gotowaną, pieczoną, blanszowaną. Podzielona na listki i podana na zimno może pełnić funkcję zimowej sałaty, zresztą podobnie jak jarmuż. I jeszcze mało popularny czystek, czyli rodzaj bulwy. No i oczywiście najróżniejsze kiszonki, które są wręcz sztandarowym elementem polskiej tradycji kulinarnej, bardzo mocno w niej zakorzenionym.

**Wymieniłeś same warzywa. To mnie bardzo cieszy, bo czasami mówiąc o polskiej kuchni uciekamy w stereotypy, że jest ona ciężka i tłusta, zwłaszcza zimą. A tu proszę zielono, kolorowo i zdrowo.**

Oczywiście, bo ta zimowa kuchnia wcale nie musi być ciężka. Jeżeli dodamy do tego soczewicę i też w dziesiątkach różnych odmian, ciecierzycę, fasolę, groch, ziarna orkisz, przeróżne kasze i różne rodzaje cebuli – to nagle okazuje się, że ten zimowy talerz

### What are you thinking about when you hear the phrase „winter on the plate“?

It is a great question, because I like winter. It might seem that in the winter our plates will not be much diversified, that it is not a good season. And in my opinion, vegetables that we have in Poland are very inspiring and are a reflection of our climate and our place on the map. What makes me happy is the fact that the range of winter vegetables has significantly expanded. It covers not only beets, cabbage and some potatoes. More and more, we pay attention to the variety of beets. In the market, we have colourful beets, colourful carrots, we may also buy swede and black salsify. Jerusalem artichoke has already become more popular than a few years ago. A great vegetable is brussels sprout, which now has its renaissance. It may be prepared in many ways: cooked, baked, blanched. Divided into leaves and served cold, it may be a winter salad, just like kale and still not much popular cistus which is a type of tuber. And, of course, all kinds of pickled vegetables, which are a flagship element of the Polish culinary tradition, very deeply rooted in it.

**You have mentioned vegetables only. It makes me very happy, because sometimes, when talking about Polish cuisine, we resort to stereotypes that it is heavy and fatty, especially in winter. And here, it is green, colourful and healthy.**

Of course, because this winter cuisine does not need to be heavy. If we add to it lentils, also in tens of different varieties, chickpeas, beans, peas, spelt grains, various groats and different types of onion – suddenly it turns out that this winter plate is very colourful.



jest bardzo kolorowy. Nasz zimowy koszyk, pięknie kolorowy, lekko przysypany ziemią, konwenujący z aurą, którą mamy za oknem, jest wbrew pozorom bardzo różnorodny. Jeśli podejmiemy do tych produktów umiejętnie, to otrzymamy piękny talerz. Te kolorowe marchewki i buraki, seler pokrojony na różne sposoby, topinambur, to są piękne składniki i one wspaniale będą wyglądały na talerzu i mogą być elementem lekkiej, świeżej, zimowej diety. Oczywiście, że Polska mięsem stoi i z mięsa słynie. Dziś na całym świecie konsumenci stawiają na jakość, a my mamy mięsa wysokiej jakości pod dostatkiem. Coraz więcej produkuje się wysokojakościowej wieprzowiny, na stałe do naszego, zwłaszcza listopadowego, menu wpisała się też gęsiina, kaczki i wołowina przez cały rok.

**Jak już wspomniałeś, kiszonki, czy przetwory w ogóle, to element mocno zakorzeniony w polskiej tradycji kulinarnej. Robiły je na zimę nasze babcie i mamy. Teraz własnoręczne kiszenie ogórków jest wręcz modne. Jak myślisz, skąd ten trend? I co jeszcze oprócz tych znanych i lubianych kiszonek, jak ogórki czy kapusta, można znaleźć we współczesnej spiżarni?**

Jarosław Domanowski, badacz historii kulinarnej Polski, mawia, że niektóre rzeczy są tak stare, że aż nowe. Myślę, że tak można określić temat kiszonek. Proces dojrzewania w przypadku serów czy mięs i fermentacja w przypadku piwa, wina, chleba, rozmaitych warzyw i owoców – to są sposoby na zbudowanie nowych smaków przy wykorzystaniu tego samego składnika. Najprostszym przykładem jest kapusta, można ją oczywiście udusić, upiec, ugotować, ale można ją też ukisić. Zyskujemy zupełnie nowy smak, rozszerzamy paletę kulinarnych możliwości. Jest taka definicja trendu, która mówi o tym, że jest to kierunek rozwoju w danej dziedzinie. Ja myślę, że kluczowym słowem w tej definicji jest słowo rozwój. Kulinarium stają się coraz bardziej wyspecjalizowane i wchodzimy głębiej w każdym z aspektów. Jeżeli mówimy o warzywach, to chcemy produkować klasy premium. Jeżeli mówimy o mięsie, to też stawiamy na jakość. Podobnie jest z rozwojem w przetwórstwie warzyw, stosując rozmaite techniki zyskujemy nowy produkt.

A co kisiemy oprócz ogórków i kapusty? Na przykład rzodkiewki. Czasem jabłka i pomidory – to taka powiedziałbym wschodnia inspiracja. Ale jak pokazuje Aleksander Baron, jeden z warszawskich szefów kuchni, kisić można prawie wszystko. Kiszonki są ważnym elementem naszej diety ze zdrowotnego i ze smakowego punktu widzenia.

**W tradycyjnej, polskiej spiżarni znaleźć można wiele bomb witaminowych, cennych szczególnie zimą. Dla przykładu: kapusta kiszona, buraki, suszone śliwki, sok z czarnej porzeczki czy z malin. Które z nich wykorzystujesz najczęściej w swojej kuchni?**

Ja bardzo lubię ogórki kiszane, ale i buraki, kapustę, czosnek.

**Czyli jednak tradycyjnie?**

Tak. Szczerze mówiąc najbliższe są mi tradycyjne kiszonki. Cenię eksperymenty, ale moim zdaniem nie przez przypadek te

Our winter basket, beautifully colourful, slightly poured with soil, corresponding to the weather outside our window, is, after all, very diversified. If we approach these products skillfully, then we will get a beautiful plate. These colourful carrots and beets, celery cut in different ways, Jerusalem artichoke are excellent ingredients, they will look wonderful on the plate and may be an element of the light, fresh, winter diet. Of course, Poland relies on meat and is famous for meat. Today, consumers all around the world rely on the quality, and we have high-quality meat in abundance. We produce more and more high-quality pork, also goose meat and duck meat have become a permanent element of our menu, particularly in November and beef is with us all year long.

**As you have already mentioned, pickled products or preserves in general are an element deeply rooted in the Polish culinary tradition. Our grandmothers and mothers made them for winter. Now, pickling cucumbers at home is simply trendy. How do you think, where did that trend come from? And what else, besides these famous and popular pickled vegetables, such as cucumbers or cabbage, may be found in the modern pantry?**

Jarosław Domanowski, the researcher of the Polish culinary history, says that some things are so old that they are simply new. I think that we may describe the issue of pickled vegetables in this way. The ripening process in case of cheeses or meats and fermentation in case of beer, wine, bread, various fruit and vegetables – these are the ways to build up new flavours, using the same ingre-

WSZELKIEGO RODZAJU NAPARY ORAZ AROMATYCZNE KOMPOTY Z SUSZONYCH OWOCÓW, Z GOŹDZIKAMI I CYNAMONEM, TO ŚWIETNY POMYSŁ NA CHŁODNE, ZIMOWE WIECZORY ■ ALL TYPES OF INFUSIONS AND AROMATIC COMPOTES MADE OF DRIED FRUIT, WITH CLOVES AND CINNAMON, ARE A GREAT IDEA FOR COOL, WINTER EVENINGS ■ AUFGÜSSE ALLER ART SOWIE TROCKENOBSTKOMPOTTE MIT GEWÜRZNELKEN UND ZIMT SIND EINE TOLLE IDEE FÜR KÜHLE WINTERABENDE





PIECZONE WARZYWA: KOLOROWE MARCHEWKI, PIETRUSZKA, PASTERNAK, SELER, SKORZONE-  
RA PIĘKNIE KOMPONUJĄ SIĘ NA TALERZU I MOGĄ BYĆ PODSTAWĄ ZDROWEJ, ZIMOWEJ DIETY ■  
BAKED VEGETABLES: COLOURFUL CARROTS, PARSLEY, PARSNIP, CELERIAC, BLACK SALSIFY BEAUTI-  
FULLY MATCH EACH OTHER ON THE PLATE AND MAY BE A BASIS OF THE HEALTHY WINTER DIET ■  
GEBACKENES GEMÜSE: BUNTE KAROTTEN, PETERSILIE, PASTINAKE, SELLERIE, SCHWARZWURZEL  
PASSEN SEHR GUT ANEINANDER AUF DEM TELLER AN UND KÖNNEN AUCH ALS GRUNDLAGE EINER  
GESUNDEN WINTERLICHEN DIÄT GELTEN

tradycyjne lubimy najbardziej i jadamy najczęściej, bo one są po prostu najsmaczniejsze. To co jest ważne obok smaku i tego, że są bogatym źródłem witamin, to też to, że kwaśny sok i chrupkość dają nam uczucie świeżości. A ta świeżość zimą, w zestawieniu z potrawami mięsnymi, jest bardzo ważna. Jest kontrpunktem dla ciężkich dań. Kwaśna, kiszona kapusta z odrobiną cukru dla przełamania tej kwasowości, może z posiekaną drobno cebulką dla dodania jeszcze większej chrupkości i ostrości oraz odrobina świeżo tłoczonego oleju rzepakowego, który doda trochę połyku – to kombinacja, którą bardzo lubię jako dodatek do różnego rodzaju mięs, na dziesiątki sposobów. Świetnym pomysłem na wykorzystanie kapusty kiszonej jest kapuśniak. No i w końcu zakwas na barszcz, który jest składnikiem jednej ze sztandarowych polskich zup. Ja cały rok za tym tęsknię i czekam na świąteczny stół, żeby spróbować najlepszego barszczu na zakwasie, czyli tego w wykonaniu mojej mamy.

### Co polecasz wrzucić do garnka, gdy zima jest wyjątkowo sroga i chcemy się rozgrzać?

Teraz napiłbym się kompotu z suszu z korzennymi przyprawami. Myślę, że to jest napój, który warto wskrzesić, gdyż jest bardzo smaczny. Na dodatek również tradycyjny i miło kojarzący się ze świąteczną atmosferą. Dobre, suszone owoce, chwilę podgotowane. Duża ich ilość z cynamonem, z goździkami, z odrobiną imbiru i z podkarpackim miodem spadziowym, to jest coś absolutnie idealnego na mroźny dzień.

ROZMAWIAŁA ■ INTERVIEWED BY ■ EIN INTERVIEW VON: **RENATA KANIA/MRiRW**  
ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY ■ FOTOS: NATALIA MICHAŁEC, MAGDALENA I KRZYSZTOF DUKLAS,  
RENATA KANIA/MRiRW, ANNA MASTALERZ

dient. The simplest example is cabbage, it may be stewed, baked, cooked but also pickled. We obtain a completely new flavour, we are expanding the range of culinary possibilities. There is a definition of a trend saying that this is a direction of development in a given field. I think that the key word in this definition is the word „development”. Culinary art becomes more and more specialised and we are going deeper and deeper into each aspect. If we are talking about vegetables, we want to produce the premium class. If we are talking about meat, we also focus on the quality. The same is true with the development in the processing of vegetables, using a variety of techniques, we obtain a new product.

And what do we pickle in addition to cucumbers and cabbage? For example, radishes. Sometimes, apples and tomatoes – this is a sort of Eastern inspiration, I would say. But as shown by Aleksander Baron, one of Warsaw chefs, we may pickle almost everything. Pickled vegetables are an important part of our diet in terms of being both wholesome and tasty.

### The traditional Polish pantry contains many vitamin bombs, particularly valuable in the winter. For example: sauerkraut, beets, dried plums, blackcurrant or raspberry juice. Which of them do you use most often in your cuisine?

I like pickled cucumbers very much, but also beets, sauerkraut, garlic.

### So, you are traditional?

Yes. To be honest, traditional pickled vegetables are closest to my heart. I appreciate experiments, but, in my opinion, not by chance do we like and eat these traditional dishes most often as they are simply the most delicious. What is important in addition to the taste and the fact that they are a rich source of vitamins, it is also the fact that their sour juice and crispness give us a feeling of freshness. And in the winter this freshness, in combination with meat dishes, is very important. It is a counterpoint for heavy dishes. Sour sauerkraut with a little sugar for breaking this acidity, maybe with finely chopped onion to add even more crispness and with a bit of freshly-pressed rapeseed oil, which adds some glow – this is a combination which I really like as an accompaniment to all sorts of meats, in tens of ways. A great idea to use sauerkraut is sauerkraut soup. And, finally, sour pickled beet juice which is an ingredient of one of flagship Polish soups. I miss it all year long and I am waiting for the Christmas table so as to taste the best borsch ever, I mean, the one made by my mother.

### What do you recommend to put into a pot when the winter is particularly severe and we want to warm up?

Now, I would be happy to drink compote made of dried fruit with spices. I think that this is a drink that is worth resurrecting as it is very tasty. In addition, it is also traditional and evokes pleasant associations with the Christmas atmosphere. Good, dried fruit, cooked for a while. Lots of them, with cinnamon, cloves, a pinch of ginger and honeydew honey from Podkarpacie, this is something absolutely perfect for a frosty day.

# Winter auf dem Teller

## Woran denkst Du, wenn der Begriff „Winter auf dem Teller“ fällt?

Das ist eine ausgezeichnete Frage, denn ich habe Winter gerne. Es könnte scheinen, dass die Vielfalt auf dem Teller im Winter nicht groß wird, dass es keine gute Saison ist. Und meiner Auffassung nach, dasjenige Gemüse, das uns in Polen zur Verfügung steht, ist sehr inspirierend und gilt als Widerspiegelung unseres Klimas und derjenigen Stelle, an der wir uns auf der Karte befinden. Was erfreut, ist die Tatsache, dass das Wintergemüsespektrum sehr breit geworden ist. Es sind nicht eine Rübe, eine Kohle und ein bisschen Kartoffeln mehr. Immer öfter richten wir unsere Aufmerksamkeit darauf, was für eine Rübensorte es ist. Auf dem Markt sind farbige Rüben, farbige Möhren erschienen, es sind auch die Kohlrübe und Schwarzwurzel zugänglich. Der Topinambur ist ebenfalls schon allgemeiner geworden als noch vor ein paar Jahren. Ein sehr gutes Gemüse ist Brüsseler Kohl, der jetzt seine Renaissance erlebt. Er kann auf verschiedene Arten zubereitet werden: gekocht, gebraten, blanchiert. Der in Blätter geteilte und kalt servierte Brüsseler Kohl kann die Wintersalatfunktion ausüben, genauso wie der Blätterkohl. Und noch die wenig beliebte Graubehaarte Zistrose, also eine Topinambur-Sorte. Selbstverständlich auch verschie-

denste Sauer Gemüsearten, die als der wichtigste Bestandteil der polnischen Kochkunst gelten und in ihr festgewurzelt sind.

**Du hast nur Gemüse genannt. Das freut mich sehr, denn wir machen manchmal Gebrauch von Stereotypen, indem wir über polnische Küche reden. Sie ist angeblich schwer und fett, besonders im Winter. Und hier, bitte schön: grün, bunt und gesund.**

Natürlich, denn diese winterliche Küche muss gar nicht schwer sein. Wenn wir Linse und jede Menge von verschiedenen Kichererbsen-, Bohnen-, Erbsensorten, verschiedene Grützen, Speltweizenkörner und verschiedene Zwiebelsorten dazu geben, stellt es sich plötzlich heraus, dass unser winterlicher Teller sehr bunt ist. Unser winterlicher und buntschöner Korb, der leicht mit der Erde bedeckt, sowie dem Wetter, das wir draußen haben, angepasst ist, ist gegen allen Anschein sehr vielfältig. Wenn wir an diese Produkte mit Geschick herantreten, werden wir einen schönen Teller haben. Diese bunten Möhren und Rüben, die auf verschiedene Art und Weise geschnittene Sellerie, Topinambur sind schöne Bestandteile, sie werden ausgezeichnet auf dem Teller aussehen und können Bestandteile einer leichten, frischen,



W ZIMOWYM JADŁOSPISIE NIE MOŻE TEŻ ZABRAKNAĆ ZUP, KTÓRYCH W POLSKIEJ KUCHNI MAMY NIEZLICZONĄ ILOŚĆ

■ MOREOVER, THE WINTER MENU MUST CONTAIN SOUPS WHOSE NUMBER IN POLISH CUISINE IS COUNTLESS ■ IM WINTERLICHEN MENÜ KÖNNEN AUCH KEINE SUPPEN FEHLEN, EINE UNZAHL VON DENEN WIR IN DER POLNISCHEN KÜCHE HABEN



OGÓRKI, TO JEDNA Z NAJPOPULARNIEJSZYCH KISZONEK. ŚWIETNIE SPRAWDZAJĄ SIĘ ZIMOWĄ PORĄ, JAKO ZDROWA PRZEKĄSKA LUB DODATEK DO DAŃ ■ CUCUMBERS ARE ONE OF THE MOST POPULAR TYPES OF PICKLED VEGETABLES. THEY WORK WELL IN THE WINTER, AS A HEALTHY SNACK OR ACCOMPANIMENT TO DISHES ■ DIE GURKEN SIND EINE DER POPULÄRSTEN SAUREN DELIKATESSEN. IM WINTER GELTEN SIE ALS EIN TOLLER UND GESUNDER IMBISS ODER ALS EINE SPEISENBELAGE

Aleksander Baron, einer der Küchenchefs aus Warschau, zeigt, kann fast alles sauer eingelegt werden. Vom gesundheitlichen und den Geschmack betreffenden Blickpunkt aus betrachtet, gelten die sauer eingelegten Produkte als ein bedeutender Bestandteil unserer Diät.

**In einer traditionellen polnischen Vorratskammer können viele besonders im Winter wertvollen „Vitaminbomben“ gefunden werden. Zum Beispiel: Sauerkraut, die Rüben, die Trockenpflaumen, Saft aus Schwarzen Johannisbeeren oder aus Himbeeren. Welche von ihnen verwendest Du am liebsten in Deiner Küche?**

Ich esse sehr gerne saure Gurken wie auch Rüben, Kohl und Knoblauch.

#### Also jedoch traditionsgemäß?

Ja. Ehrlich gesagt, am liebsten habe ich traditionelle sauer eingelegte Produkte. Ich schätze die Experimente, aber – meiner Meinung nach – die traditionelle Produkte essen wir am liebsten und am öftesten, weil sie einfach die schmackhaftesten sind. Neben dem Geschmack und reicher Vitaminquelle, von Bedeutung ist es auch, dass der saure Saft und Knusprigkeit uns ein Gefühl der Frische geben. Und diese mit Fleischgerichten verbundene Frische ist im Winter sehr wichtig. Sie gilt als Kontrapunkt für schwere Speisen. Der saure Kohl mit ein bisschen Zucker (damit dieser saure Geschmack durchbrochen werden kann), vielleicht mit der klein geschnittenen Zwiebel (damit der Kohl noch knuspriger und scharf wird) und ein bisschen frisch gepresstes Rapsöl, das etwas Glanz dazu gibt – das ist eine Kombination, die ich als Zutat zu verschiedenen auf viele Arten und Weisen zubereiteten Fleischsorten sehr gerne habe. Eine tolle Idee, um vom sauren Kohl Gebrauch zu machen, ist die Sauerkrautsuppe. Und endlich Gärstoff für die Rotrübensuppe, der als Bestandteil einer der wichtigsten polnischen Suppen gilt. Das ganze Jahr hindurch sehne ich danach und warte auf den Weihnachtstisch, um saure Rotrübensuppe, also die von meiner Mutter zubereitete, zu probieren.

**Was empfiehlst Du, damit es in den Topf geworfen werden kann, wenn der Winter außergewöhnlich hart ist und wir uns erwärmen wollen?**

Jetzt würde ich Backobstkompost mit würzigen Gewürzen trinken. Ich glaube, es lohnt sich, dieses Getränk wiederherzustellen, denn es ist sehr schmackhaft. Darüber hinaus ist es auch traditionell und kann mit der Weihnachtsstimmung assoziiert werden. Ein gutes etwas gekochtes Trockenobst; eine große Trockenobstmenge mit Zimt, etwas Ingwer und Waldhonig aus der Region Podkarpacie ist etwas sehr gutes für einen frostigen Tag.

winterlichen Diät sein. Selbstverständlich ist Polen wegen dem Fleisch berühmt. Die Verbraucher in aller Welt setzen heutzutage auf die Qualität und wir haben Fleisch im Überfluss. Immer mehr hochwertiges Schweinefleisch wird produziert, das ganze Jahr hindurch (und vor allem im November) galten Gänse-, Enten- und Rindfleisch als ständiger Bestandteil unseres Menüs.

**Wie Du schon erwähnt hast, sind saure Produkte und alle Produkte in polnischer Kochtradition fest eingewurzelt. Die Nahrungsmittel haben unsere Großmütter und Mütter für den Winter eingemacht. Jetzt ist es geradezu modisch, Gurken sauer einzulegen. Wie meinst Du, woher kommt dieser Trend? Und was noch, neben diesen bekannten und geliebten sauer eingelegten Produkten (wie Kohl oder Gurken), kann man in einer modernen Vorratskammer finden?**

Jarosław Domanowski, ein Forscher der polnischen Kochgeschichte, sagt, dass manche Dinge so alt sind, dass sie recht neu sind. Meiner Auffassung nach, so kann das mit sauer eingelegten Produkten verbundene Thema bezeichnet werden. Wenn es um Käse- und Fleischreifung, sowie um Fermentation von Wein, Bier, Brot, verschiedenem Obst und Gemüse geht, sind das die Methoden zur Gewinnung der neuen Geschmäcke unter Anwendung von demselben Bestandteil. Das einfachste Beispiel ist der Kohl; er kann natürlich gedämpft, gebraten, gekocht, aber auch sauer eingelegt werden. Wir gewinnen einen ganz neuen Geschmack, verbreitern das Spektrum an kulinarischen Möglichkeiten. Es gibt eine solche Definition von Trend, die darüber sagt, dass es eine Entwicklungsrichtung im angegebenen Bereich ist. Ich bin der Meinung, dass „Entwicklung“ ein Schlüsselwort in dieser Definition ist. Die Speisen werden immer mehr auserlesen und in jeden Aspekt gehen wir immer tiefer hinein. Wenn wir über das Gemüse sprechen, wollen wir die Premiumklasse produzieren. Wenn wir über das Fleisch sprechen, setzen wir auch auf die Qualität. Genauso ist es mit der Entwicklung im Bereich der Gemüseverarbeitung. Indem wir von verschiedenen Technologien Gebrauch machen, gewinnen wir ein neues Produkt.

Und was wird noch sauer eingelegt, neben Kohl und Gurken? Zum Beispiel das Radieschen. Manchmal die Äpfel und Tomaten – das ist eine, sozusagen, Inspiration aus Osten. Aber wie



# Polska wołowiną stoi

## Poland relies on beef

JESTEŚMY LICZĄCYM SIĘ EKSPORTEREM TEGO MIĘSA DO KRAJÓW POZAUNIJNYCH ■ WE ARE AN IMPORTANT EXPORTER OF THIS MEAT TO NON-EU COUNTRIES

**E**ksport żywca, mięsa i przetworów wołowych z Unii Europejskiej do krajów trzecich w 2015 r. wyniósł 600,3 tys. ton wagi poubojowej. Największymi eksporterami wołowiny na rynki krajów trzecich były takie kraje, jak Niemcy (74 tys. ton), Francja (69 tys. ton) i Hiszpania (64 tys. ton). Polska była czwarta w kolejności z eksportem w wysokości 63 tys. ton. Jeśli dodać do tego jeszcze Irlandię (56 tys. ton) to łączny eksport pięciu krajów stanowił w 2015 r. 54% eksportu z UE-28, co świadczy o jego stosunkowo wysokiej koncentracji.

We wszystkich tych krajach eksport żywca, mięsa i przetworów wołowych do krajów pozaunijnych stanowił jednak tylko część ich całkowitego eksportu. Na przykład w Niemczech w 2014 r. udział eksportu do krajów trzecich w całkowitym eksporcie żywca, mięsa i przetworów wołowych wynosił 18%, a w 2012 r. 13%. Pozostała część była sprzedawana na wewnętrznym rynku Unii Europejskiej. W Polsce sytuacja jest podobna, bo udział eksportu do krajów trzecich w całym polskim eksporcie produktów wołowych wahał się od 32% w 2011 r. do ok. 10% w 2013 r. W 2015 r. stanowił on 12% całkowitego polskiego eksportu żywca, mięsa i przetworów wołowych.

Spośród krajów trzecich największymi odbiorcami polskich produktów wołowych były takie, jak Bośnia i Hercegowina, Turcja, Hongkong, Izrael, Uzbekistan i Kazachstan. W 2015 r. polski eksport na te rynki stanowił 62% eksportu do krajów trzecich, w tym do Bośni i Hercegowiny 23%.

**T**he export of live animals, beef and beef products from the European Union to third countries in 2015 amounted to 600.3 thousand tonnes of deadweight. The largest exporters of beef to third country markets were the countries such as Germany (74 thousand tonnes), France (69 thousand tonnes) and Spain (64 thousand tonnes). Poland occupied the fourth place with the export of 63 thousand tonnes. If we add Ireland (56 thousand tonnes), the total export of five countries in 2015 accounted for 54% of the export from the EU-28, which evidences its relatively high concentration.

In all those countries, the export of live animals, beef and beef products to non-EU countries was, however, only a part of their total export. For example, in Germany, in 2014, the share of export to third countries in the total export of live animals, beef and beef products amounted to 18%, and in 2012 – 13%. The remaining part was sold in the internal market of the European Union. In Poland, the situation is similar, as the share of export to third countries in the total Polish export of beef products ranged from 32% in 2011 to about 10% in 2013. In 2015, it accounted for 12% of the total Polish export of live animals, beef and beef products.

From among third countries, the largest customers of Polish beef products were the countries such as Bosnia and Herzegovina, Turkey, Hong Kong, Israel, Uzbekistan and Kazakhstan. In 2015, the Polish export to those markets accounted for 62% of the export to third countries, including 23% to Bosnia and Herzegovina.

W okresie od stycznia do lipca 2016 r. polski eksport produktów wołowych do krajów pozaunijnych wyniósł 37,7 tys. ton w wadze poubojowej i był o 33% większy niż w analogicznym okresie rok wcześniej. Jego wzrost był większy niż średni wzrost eksportu z UE-28, który wyniósł 16,8%. Wzrost polskiego eksportu w skali roku różnił się również znacząco od zmian, jakie nastąpiły w tym okresie w krajach należących do czołówki unijnych eksporterów. W Niemczech eksport produktów wołowych nie uległ zmianie w skali roku, pozostając na poziomie z I półrocza 2015 r. (46 tys. ton). W Hiszpanii wzrósł on o 15% do 43 tys. ton, w Irlandii o 36% (do 36 tys. ton), a we Francji obniżył się o 6% (do 37,2 tys. ton). W rezultacie w I półroczu 2016 r. Polska stała się trzecim unijnym eksporterem produktów wołowych na rynku krajów trzecich.

Całkowity polski eksport żywca wołowego, mięsa, podrobów oraz przetworów wołowych w pierwszych siedmiu miesiącach 2016 r. wyniósł natomiast 246,2 tys. ton (w wadze produktu) i był większy o ok. 2% w porównaniu z rokiem poprzednim. Było to wypadkową wzrostu eksportu mięsa schłodzonego o 3%, podrobów wołowych o 16%, przetworów wołowych o 1% oraz spadku wywozu mięsa mrożonego o 5%, a bydła o 6%. Dominującą pozycję w eksporcie, podobnie jak przed rokiem, miało mięso wołowe świeże, schłodzone i mrożone, którego udział w strukturze ilościowej wywozu wynosił około 90%. Mięso było eksportowane głównie do krajów UE, w tym do Włoch, Niemiec i Holandii. Głównymi odbiorcami wśród krajów trzecich były: Izrael, Bośnia i Hercegowina.

W Polsce eksport żywca, mięsa i przetworów wołowych stanowi ponad 80% produkcji wołowiny. Jest to znacznie więcej niż w pozostałych krajach eksporterskich Unii Europejskiej. Wysoki odsetek eksportu w polskiej produkcji wołowiny wynika ze stosunkowo niskiego poziomu spożycia wołowiny.

Rozwojowi polskiego eksportu wołowiny sprzyja też różnica cen między ceną polskiego bydła a jego średnią ceną unijną, a w ostatnim okresie także deprecjacja złotego względem euro. Wprawdzie różnica tych cen powoli się zmniejsza, ale i tak jest relatywnie duża. W I półroczu 2016 r. cena polskiego młodego bydła w wieku 12-24 miesiące o kategorii A-R3 wyrażona w euro była o 17% niższa od przeciętnej ceny unijnej.

Eksport żywca, mięsa i przetworów wołowych jest motorem długookresowego rozwoju produkcji wołowiny. W latach 2003-2015 produkcja ta zwiększyła się o 46%, tj. z 325 tys. ton do 475 tys. ton w wadze poubojowej. W 2016 r. może ona być większa o dalsze ok. 8%.

In the period from January to July 2016, the Polish export of beef products to non-EU countries amounted to 37.7 thousand tonnes in deadweight and was by 33% higher than in the same period a year before. Its increase was larger than the average increase in the export from the EU-28, which amounted to 16.8%. The increase in the Polish export per year also differed significantly from the changes that occurred in that period in the countries belonging to the forefront of the EU exporters. In Germany, the export of beef products has not changed over the year and remained at the level from the first half of 2015 (46 thousand tonnes). In Spain, it increased by 15% to 43 thousand tonnes, in Ireland by 36% (to 36 thousand tonnes), and in France it decreased by 6% (to 37.2 thousand tonnes). As a result, in the first half of 2016, Poland became the third EU exporter of beef products to third country markets.

The total Polish export of live animals, beef, beef offal and beef products in the first seven months of 2016 amounted to 246.2 thousand tonnes (in product weight) and was higher by about 2% when compared to the previous year. It was a resultant of the increased export of chilled meat by 3%, of beef offal by 16%, of beef products by 1%, and of the decreased export of frozen meat by 5% and of cattle by 6%. A dominant position in the export, as well as the year before, was occupied by fresh, chilled and frozen beef, whose share in the quantitative structure of the export was around 90%. Meat was exported mainly to the EU countries, including Italy, Germany and the Netherlands. The major customers among third countries were: Israel, Bosnia and Herzegovina.

In Poland, the export of live animals, beef and beef products accounts for more than 80% of beef production. This is much more than in other exporting countries in the European Union. A high proportion of the export in Polish beef production results from the relatively low level of beef consumption.

The development of the Polish export of beef is also promoted by the difference between the price of Polish cattle and its average EU price, and recently also the depreciation of zloty in relation to euro. The difference between those prices is slowly decreasing, but it is relatively large. In the first half of 2016, the price of Polish young cattle aged 12-24 months with A-R3 category, expressed in euro was by 17% lower than the average EU price.

The export of live animals, beef and beef products is the driving force of the long-term development of beef production. In the years 2003-2015, this production increased by 46%, i.e. from 325 thousand tonnes to 475 thousand tonnes in deadweight. In 2016, it may be higher by another 8%.

GULASZ WOŁOWY TO POTRAWA, KTÓRA GOŚCI NA WIELU STOŁACH WG ULUBIONYCH SPOSOBÓW JEJ PRZYZRZĄDZANIA ■ BEEF GOULASH IS A DISH PRESENT AT MANY TABLES AND SEASONED IN NUMEROUS FAVOURITE WAYS ■ DAS RINDERGULASCH IST EIN GERICHT, DAS ES AUF VIELEN TISCHEN NACH BELIEBTESTEN ZUBEREITUNGSWEISEN GIBT

TEKST ■ BY ■ TEXT: DR DANUTA ZAWADZKA, DR DOROTA PASIŃSKA/  
INSTYTUT EKONOMIKI ROLNICTWA I GOSPODARKI ŻYWNOSCIOWEJ - PIB/  
ZAKŁAD BADAŃ RYNKOWYCH

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY ■ FOTOS: FOTOLIA



# Polen basiert auf dem Rindfleisch

WIR SIND EIN WESENTLICHER EXPORTEUR VON DIESEM FLEISCH IN DIE NICHT-EU-LÄNDER

Der Export vom Lebewieh, Fleisch und Rindfleischprodukten aus der Europäischen Union in die Drittländer betrug im Jahre 2015 600,3 Tsd. Tonnen des Schlachtgewichts. Die größten Rindfleischausführer auf die Märkte der Drittländer waren folgende Länder: Deutschland (74.000 Tonnen), Frankreich (69.000 Tonnen) und Spanien (64.000 Tonnen). Mit dem Export von 63.000 Tonnen war Polen das vierte Land in dieser Reihenfolge. Wenn noch Irland (56.000 Tonnen) dazu kommt, betrug der gesamte Export von fünf Ländern 2015 54% der Ausfuhr aus EU-28, was von seiner ziemlich hohen Konzentration zeugt.

In all diesen Ländern stellte der Export vom Lebewieh, Fleisch und Rindfleischprodukten in die Nicht-EU-Länder jedoch nur einen Teil ihres Gesamtexportes dar. Beispielweise in Deutschland betrug der Anteil des Exports in die Drittländer am Gesamtexport vom Lebewieh, Fleisch und Rindfleischprodukten nur 18% im Jahre 2014, dagegen 2012 – 13%. Der restliche Teil war auf dem Binnenmarkt der Europäischen Union verkauft. Die Situation in Polen ist ähnlich, weil der Anteil der Ausfuhr in die Drittländer am gesamten polnischen Export von Rindfleischprodukten von 32% im Jahre 2011 bis ungefähr 10% im Jahre 2013 schwankte. 2015 stellte er 12% des gesamten polnischen Exports vom Lebewieh, Fleisch und Rindfleischprodukten dar.

Was die Drittländer angeht, waren folgende Staaten die größten Abnehmer von polnischen Rindfleischprodukten: Bosnien-Herzegowina, die Türkei, Hong Kong, Israel, Usbekistan und Kasachstan. Im Jahre 2015 betrug der polnische Export auf diese Märkte 62% des Exports in die Drittländer, darunter betrug der Export nach Bosnien-Herzegowina 23%.

Im Zeitraum von Januar bis Juli 2016 betrug der polnische Export von Rindfleischprodukten in die Nicht-EU-Länder 37,7 Tsd. Tonnen im Schlachtgewicht und war um 33% höher als der im analogischen Zeitraum ein Jahr früher. Sein Anstieg war höher als der durchschnittliche Anstieg vom Export aus EU-28, der 16,8% betrug. Der Anstieg vom polnischen Export im Jahresumfang unterschied sich wesentlich von Änderungen, die in diesem Zeitraum

in führenden EU-Exportländern eingetreten sind. In Deutschland wurde der Export von Rindfleischprodukten im Jahresumfang nicht verändert und blieb auf dem Niveau vom ersten Halbjahr 2015 (46.000 Tonnen). In Spanien ist er um 15% bis 43.000 Tonnen gestiegen, in Irland – um 36% (bis auf 36.000 Tonnen) und in Frankreich ist er um 6% gesunken (bis auf 37,2 Tsd. Tonnen). Infolge dessen wurde Polen im ersten Halbjahr 2016 zum dritten EU-Exportland von Rindfleischprodukten auf die Märkte der Drittländer.

Der gesamte polnische Export vom Lebewieh, Fleisch, Geschlinge und von Rindfleischprodukten im Laufe der ersten sieben Monate 2016 betrug dagegen 246,2 Tsd. Tonnen (im Produktgewicht) und im Vergleich zum vorigen Jahr war er um etwa 2% höher. Es war die Resultante des Anstiegs des Exports vom abgekühlten Fleisch um 3%, vom Rindfleischgeschlinge um 16%, von Rindfleischprodukten um 1% und der Senkung der Ausfuhr vom Gefrierfleisch um 5% und vom Vieh um 6%. Genauso wie vor einem Jahr, war der Export vom frischen, abgekühlten und Gefrierfleisch, dessen Anteil an der Mengenstruktur des Exports etwa 90% betrug, beherrscht. Das Fleisch war vor allem in die EU-Länder exportiert (darunter nach Italien, Deutschland und in die Niederlande). Die bedeutendsten Abnehmer unter den Drittländern waren Israel und Bosnien-Herzegowina.

In Polen bildet der Export vom Lebewieh, Fleisch und von den Rindfleischprodukten mehr als 80% der Rindfleischfabrikation. Es ist viel mehr als in restlichen Exportländern der Europäischen Union. Ein hoher Prozentsatz des Exports im Bereich der polnischen Rindfleischproduktion resultiert aus einem ziemlich niedrigen Rindfleischverbrauchslevel.

Für Entwicklung des polnischen Exports sind auch der Unterschied zwischen dem Preis vom polnischen Vieh und seinem durchschnittlichen EU-Preis und in letzter Zeit ebenfalls die Entwertung des PLN gegen EUR günstig. Der Unterschied zwischen diesen Preisen wird langsam kleiner, aber sowieso ist er relativ hoch. Im ersten Halbjahr 2016 war der in EUR angegebene Preis vom polnischen jungen Vieh mit der Kategorie A-R3 im Alter von 12 bis 24 Monaten um 17% niedriger als der durchschnittliche EU-Preis.

Der Export vom Lebewieh, vom Fleisch und von den Rindfleischprodukten ist treibende Kraft der langfristigen Entwicklung von Rindfleischproduktion. In den Jahren 2003-2015 hat sich diese Produktion um 46% gesteigert, d. h. von 325.000 Tonnen bis auf 475.000 Tonnen im Schlachtgewicht. Im Jahre 2016 kann sie wieder um etwa 8% höher sein.



# Produkty najwyższej jakości

## Highest quality products

## Erzeugnisse von höchster Qualität



CZĘŚĆ 1 ■ PART 1 ■ TEIL 1

**P**rogram Poznaj Dobrą Żywność, promujący jakość żywności, prowadzony jest przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi od 2004 roku. Od początku istnienia programu jego znakiem wyróżniono ponad 1,5 tys. Produktów, wytwarzanych przez prawie 200 producentów. Znak PDŻ, umieszczany na opakowaniu, ułatwia konsumentowi dokonanie wyboru produktów najwyższej jakości, wytworzonych ze sprawdzonych surowców, charakteryzujących się niezmiernością, a także doskonałym smakiem.

Znak PDŻ nie jest przyznawany raz na zawsze. Produkty nim oznaczone są ciągle kontrolowane.

W tym roku znaki odebrało kolejnych 48 producentów dla 193 swoich wyrobów.

**T**he Try Fine Food programme, which promotes the quality of food, has been run by the Ministry of Agriculture and Rural Development since 2004. Since the programme's beginning, its mark has been granted to more than 1,500 products manufactured by almost 200 producers. The Try Fine Food quality mark placed on the packaging helps the consumer to choose the highest quality products, made with tested ingredients, distinguished by their inalterability and excellent taste.

The Try Fine Food quality mark is not granted once and for all. The products that are labelled with it are constantly controlled.

This year, another 48 producers were given the marks for their 193 products.

**D**as Programm Poznaj Dobrą Żywność („Lerne gute Lebensmittel kennen“) wird vom Ministerium für Landwirtschaft und ländliche Entwicklung seit 2004 durchgeführt. Seit der Einführung des Programms wurde mit seinem Gütesiegel über 1,5 Tsd. Produkte von fast 200 Herstellern ausgezeichnet. Das Gütesiegel PDŻ, das auf der Verpackung angebracht wird, soll dem Verbraucher erleichtern, Erzeugnisse von höchster Qualität zu wählen, die aus bewährten Zutaten hergestellt wurden, unverändert bleiben und sich durch vorzüglichen Geschmack kennzeichnen.

Das Gütesiegel PDŻ wird nicht für immer gewährt. Die damit gekennzeichneten Produkte unterliegen ständiger Kontrolle.

In diesem Jahr haben weitere 48 Hersteller Gütesiegel für ihre 193 Erzeugnisse in Empfang genommen.



MLEKO I PRODUKTY MLECZNE  
MILK AND DAIRY PRODUCTS  
MILCH UND MILCHERZEUGNISSE

### Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Garwolinie

ul. Ogrodowa 17, 08-410 Wola Rębkowska  
tel.: +48 25 682 22 61  
e-mail: [osm@osmgarwolin.pl](mailto:osm@osmgarwolin.pl)

Powstała w 1946 r. Jest producentem twarogu, masła i galanterii mleczarskiej, które

### Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska (Dairy Cooperative in Garwolin)

ul. Ogrodowa 17, 08-410 Wola Rębkowska  
tel.: +48 25 682 22 61  
e-mail: [osm@osmgarwolin.pl](mailto:osm@osmgarwolin.pl)

Established in 1946. The cooperative produces curd cheese, butter and other dairy

### Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Garwolinie (Molkereigenossenschaft in Garwolin)

ul. Ogrodowa 17, 08-410 Wola Rębkowska  
Tel.: +48 25 682 22 61  
E-Mail: [osm@osmgarwolin.pl](mailto:osm@osmgarwolin.pl)

Sie wurde 1946 gegründet. Sie ist Hersteller von Quark, Butter und Milcherzeugnissen, die seit den



od początku istnienia zdobywały liczne nagrody za jakość i walory smakowe.

- Maślanka Garwolińska naturalna (karton 1l),
- Twaróg Garwoliński półtłusty (pergaminiert oder Pröznia),
- Kefir Garwoliński naturalny,
- Masło (ekstra, ekstra z Garwolina).

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Siedlcach**

ul. Kazimierzowska 7, 08-110 Siedlce  
tel.: +48 25 632 30 21

Została założona w 1931 roku. Łączy 70 letnią tradycję ruchu spółdzielczego z nowoczesną organizacją i najnowszą technologią produkcji. Wprowadza na rynek nowe wyroby, produkując tylko z naturalnych surowców, bez konserwantów, z troską o zdrowie klientów i ochronę środowiska.

- Twaróg tłusty (klinek),
- Twaróg chudy (klinek),
- Twaróg półtłusty (klinek),
- Twaróg tłusty (kostka),
- Twaróg półtłusty (kostka),
- Twaróg chudy (kostka),
- Twaróg półtłusty (krajanka),
- Twaróg tłusty mielony,
- Twaróg tradycyjny tłusty (pergaminiert),
- Twaróg sernikowy.

**TOP s.c. H. Huszczak, B. Humerczyk, A. Humerczyk**

Rataje, Os. Dębowe 23, 64-800 Chodzież  
tel.: +48 67 282 14 35

Firma powstała ponad 20 lat temu, w oparciu o rodzinne tradycje i z powodzeniem te tradycje kultywuje. Specjalizuje się w produkcji sera smażonego, propagując naturalny, zdrowy produkt o najwyższej jakości. Produkcja prowadzona jest zgodnie ze wszelkimi obowiązującymi standardami. Łączy nowoczesną technologię z tradycyjną metodą smażenia sera.

- Ser smażony naturalny 200 g,
- Ser smażony z kminkiem 200 g.

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Kole**

ul. Towarowa 6, 62-600 Koło  
tel.: +48 63 272 09 00, faks: +48 63 262-87-00

products that have been awarded numerous prizes for their quality and taste since the cooperative's creation.

- Natural buttermilk "Garwolińska" (carton 1l),
- Medium-fat curd cheese "Garwoliński" (greaseproof paper and vacuum packaging),
- Natural kefir "Garwoliński",
- butter (extra, Garwolin extra).

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska (Dairy Cooperative in Siedlce)**

ul. Kazimierzowska 7, 08-110 Siedlce  
tel.: +48 25 632 30 21

Established in 1931, it combines the 70-year old cooperative tradition with modern organisation and state-of-the-art processing technology. It introduces new products to the market, manufacturing them solely with natural ingredients and adding no preservatives, acting out of concern for the customers' health and the environment protection.

- Full-fat curd cheese (wedge),
- Low-fat curd cheese (wedge),
- Medium-fat curd cheese (wedge),
- Full-fat curd cheese (block),
- Medium-fat curd cheese (block),
- Low-fat curd cheese (block),
- Medium-fat curd cheese (cubes),
- Minced full-fat curd cheese,
- Traditional full-fat curd cheese (greaseproof paper),
- Cheese for cheesecakes.

**TOP s.c. H. Huszczak, B. Humerczyk, A. Humerczyk**

Rataje, Os. Dębowe 23, 64-800 Chodzież  
tel.: +48 67 282 14 35

Established 20 years ago, the company is based on family traditions that it successfully continues. It specialises in producing fried cheese, promoting natural and healthy high quality product. The production conforms to all applicable standards, combining modern technology with the traditional method of cheese frying.

- Natural fried cheese 200 g,
- Fried cheese with caraway 200 g.

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska (Dairy Cooperative in Koło)**

Anfängen mit zahlreichen Preisen für ihre Qualität und geschmackliche Vorzüge ausgezeichnet wurden.

- Garwoliner Buttermilch Natur (Karton 1 Liter),
- Garwoliner Halbfettquark (Pergaminpapier und Vakuumverpackung),
- Garwoliner Kefir Natur,
- Butter (Extra, Extra aus Garwolin).

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Siedlcach (Molkereigenossenschaft in Siedlce)**

ul. Kazimierzowska 7, 08-110 Siedlce  
Tel.: +48 25 632 30 21

Sie wurde 1931 gegründet. Sie verbindet die 70-jährige Tradition der Genossenschaftsbewegung mit moderner Organisation und neuester Herstellungstechnologie. Sie vermarktet neue Erzeugnisse, indem sie ihre diese nur aus natürlichen Stoffen produziert, ohne Konservierungsmittel, mit Rücksicht auf die Gesundheit der Kunden und Umweltschutz.

- Fettquark („klinek“),
- Magerquark („klinek“),
- Halbfettquark („klinek“),
- Fettquark (Würfel),
- Halbfettquark (Würfel),
- Magerquark (Würfel),
- Halbfettquark („krajanka“),
- Fettquark gemahlen,
- Traditioneller Fettquark (Pergaminpapier),
- Quark für den Käsekuchen.

**TOP s.c. H. Huszczak, B. Humerczyk, A. Humerczyk**

Rataje, Os. Dębowe 23, 64-800 Chodzież  
Tel.: +48 67 282 14 35

Die Firma entstand vor mehr als 20 Jahren, sie stützt sich auf eine Familientradition und pflegt diese Tradition weiterhin erfolgreich. Sie ist spezialisiert auf die Herstellung von Bratkäse und fördert natürliche, gesunde Produkte von höchster Qualität. Im Herstellungsbetrieb werden alle geltenden Standards eingehalten. Der Produktionsprozess verbindet moderne Technologie mit traditioneller Methode des Käsebratens.

- Bratkäse Natur 200 g,
- Bratkäse mit Kümmel 200 g.

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Kole (Molkereigenossenschaft in Koło)**

ul. Towarowa 6, 62-600 Koło

e-mail: [osm@osmkolo.pl](mailto:osm@osmkolo.pl)

Spółdzielnia powstała w 1930 r. Dziś jest firmą z doświadczeniem, która kultywuje mleczarską tradycję z nowoczesnymi technologiami i wysoką jakością oferowanych produktów. W 2006 r. uruchomiono najnowocześniejszą linię produkcji masła w Polsce, a w 2008 r. największą w Europie proszkownię mleka. System zarządzania OSM w Kole spełnia wymagania zawarte w Global Standard for Food Safety i ISO 22000:2005.

- Śmietana 12%,
- Śmietana 18%,
- Zsiadłe mleko 3%.

### **Średzka Spółdzielnia Mleczarska JANA w Środzie Wielkopolskiej**

ul. Daszyńskiego 9, 63-000 Środa Wielkopolska

tel./faks: +48 61 285 38 34

e-mail: [sekretariat@jana.com.pl](mailto:sekretariat@jana.com.pl)

Firma jest zakładem bardzo nowoczesnym. Systematycznie zwiększa produkcję, inwestuje w rozbudowę zakładu, wdrażając najnowsze rozwiązania techniczne dostępne dla branży mleczarskiej.

- Kefir truskawkowy,
- Maślanka stracciatella z kawałkami czekolady.

### **Spółdzielnia Mleczarska „Lazur” w Nowych Skalmierzycach**

ul. Kaliska 44, 63-460 Nowe Skalmierzyce

tel.: +48 62 762 12 58, faks: +48 62 762 91 32

e-mail: [lazur@lazur.pl](mailto:lazur@lazur.pl)

Nowoczesna firma z 85-letnią tradycją. Oryginalna receptura, wypracowana przez lata oraz doświadczenie sprawiają, że firma dostarcza na rynek szlachetne sery pleśniowe o najwyższej jakości.

- Ser pleśniowy Lazur Błękitny.

### **Kujawska Spółdzielnia Mleczarska we Włocławku**

ul. Wysoka 15, 87-800 Włocławek

tel.: +48 54 236 07 43

Istnieje od 1935 roku. Założycielami firmy byli właściciele ziemscy z okolic Włocławka i Aleksandrowa Kujawskiego. Wszystkie

ul. Towarowa 6, 62-600 Koło

tel.: +48 63 272 09 00, fax: +48 63 262-87-00

e-mail: [osm@osmkolo.pl](mailto:osm@osmkolo.pl)

The cooperative was established in 1930. Nowadays, it is an experienced company which continues dairy traditions while using modern technologies and ensuring the high quality of its products. In 2006, it launched the most advanced butter processing line in Poland, and in 2008 – the largest milk powder plant in Europe. The management system of OSM in Koło conforms to the requirements defined in the Global Standard for Food Safety and ISO 22000:2005.

- Cream 12%,
- Cream 18%,
- Soured milk 3%.

### **Średzka Spółdzielnia Mleczarska (Dairy Cooperative JANA in Środa Wielkopolska)**

ul. Daszyńskiego 9/63-000 Środa Wielkopolska

tel./fax: +48 61 285 38 34

e-mail: [sekretariat@jana.com.pl](mailto:sekretariat@jana.com.pl)

This state-of-the-art plant increases systematically its production and invests in its extension, implementing the newest technical solutions available in the dairy sector.

- Strawberry kefir,
- Stracciatella buttermilk with chocolate sprinkles.

### **Spółdzielnia Mleczarska „Lazur” (Dairy Cooperative “Lazur” in Nowe Skalmierzyce)**

ul. Kaliska 44, 63-460 Nowe Skalmierzyce

tel.: +48 62 762 12 58, fax: +48 62 762 91 32

e-mail: [lazur@lazur.pl](mailto:lazur@lazur.pl)

A modern company with 85 years of experience. An original recipe elaborated over the years and the company's experience allow it to supply the market with exquisite high quality blue cheeses.

- Blue cheese “Lazur Błękitny”.

### **Kujawska Spółdzielnia Mleczarska (Dairy Cooperative in Włocławek)**

ul. Wysoka 15, 87-800 Włocławek

tel.: +48 54 236 07 43

Established in 1935. It was founded by land owners from the area of Włocławek

Tel.: +48 63 272 09 00, Fax: +48 63 262-87-00

E-Mail: [osm@osmkolo.pl](mailto:osm@osmkolo.pl)

Die Genossenschaft wurde 1930 gegründet. Heute ist sie eine erfahrene Firma, die die Molkereitradition pflegt und sie mit modernen Technologien und hoher Qualität der angebotenen Produkte verbindet. 2006 wurde die modernste Butter-Produktionslinie in Polen und 2008 die größte in Europa Milchpulverfabrik errichtet. Das Managementsystem von OSM Koło erfüllt die Anforderungen von Global Standard for Food Safety und ISO 22000:2005.

- Sahe 12%,
- Sahe 18%,
- Saure Milch 3%.

### **Średzka Spółdzielnia Mleczarska JANA w Środzie Wielkopolskiej (Molkereigenossenschaft JANA in Środa Wielkopolska)**

ul. Daszyńskiego 9, 63-000 Środa Wielkopolska

Tel./Fax: +48 61 285 38 34

E-Mail: [sekretariat@jana.com.pl](mailto:sekretariat@jana.com.pl)

Die Firma ist ein sehr moderner Betrieb. Sie steigert regelmäßig ihre Produktion und investiert in Erweiterung des Betriebs, indem sie die modernsten technischen Lösungen für die Molkereibranche einleitet.

- Erdbeeren-Kefir,
- Buttermilch Stracciatella mit Schoko-Stückchen.

### **Spółdzielnia Mleczarska „Lazur” w Nowych Skalmierzycach (Molkereigenossenschaft „Lazur” in Nowe Skalmierzyce)**

ul. Kaliska 44, 63-460 Nowe Skalmierzyce

Tel.: +48 62 762 12 58, Fax: +48 62 762 91 32

E-Mail: [lazur@lazur.pl](mailto:lazur@lazur.pl)

Eine moderne Firma mit einer 85-jährigen Tradition. Eine originelle Rezeptur, die im Laufe der Jahre entwickelt wurde sowie die Erfahrung tragen dazu bei, dass die Firma edle Schimmelmkäsesorten von höchster Qualität auf den Markt liefert.

- Schimmelmkäse Lazur Błękitny.

### **Kujawska Spółdzielnia Mleczarska we Włocławku (Kujawische Molkereigenossenschaft in Włocławek)**

ul. Wysoka 15, 87-800 Włocławek

Tel.: +48 54 236 07 43

Sie existiert seit 1935. Sie wurde von Grundbesitzern aus der Gegend um Włocławek i Aleksan-

produkty spełniają nowe rygorystyczne wymagania polskiej normy, charakteryzując się doskonałą jakością i wspaniałym smakiem oraz nowoczesnym opakowaniem.

- Kefir kujawski (400 g)
- Twaróg krajanka półtłusty 250 g,
- Twaróg półtłusty krajanka w folii,
- Twaróg półtłusty kliniek w folii.

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Koninie**

ul. Poznańska 72, 62-510 Konin  
tel.: +48 63 245 47 45, +48 63 243 87 65  
faks: +48 63 242 23 57  
e-mail: sekretariat@osm.konin.pl

Istnieje od 1912 roku. Od ponad 90 lat zajmuje się skupem i produkcją wysokiej jakości wyrobów mleczarskich. Produkcja mleka spożywczego, napojów mlecznych, śmietan, masła, twarogów odbywa się w zmodernizowanych działach produkcyjnych, co w połączeniu z wdrożonym systemem HACCP gwarantuje wysoką jakość wyrobów.

- Masło 82% tłuszczu.

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Łobżenicy**

ul. Wyrzyska 16, 89-310 Łobżenica  
tel.: +48 67 286 00 45, faks: +48 67 286 08 91  
e-mail: sekretariat@osmlobzenica.pl

Powstała 4 października 1892 roku i należy do grupy najstarszych spółdzielni w kraju. Obecnie jest największym zakładem pracy na terenie gminy Łobżenica i jedyną spółdzielnią mleczarską w powiecie piłskim. Na bieżąco podejmuje wiele działań, zmierzających do unowocześniania produkcji poprzez wprowadzanie nowych linii technologicznych, aby podwyższyć jakość oraz walory produktów.

- Ser twarogowy półtłusty.

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska TOP w Nowym Tomyślu**

ul. Kolejowa 33, 64-300 Nowy Tomyśl  
tel.: +48 61 44 22 631, faks: +48 61 44 22 630  
e-mail: top.tomysl@post.pl

Rozpoczęła swoją działalność w 1945 r. Od tego czasu przyjęła zasadę produkowania

and Aleksandrów Kujawski. All products conform to new, rigorous requirements of the Polish norm. They are noted for their excellent quality and delicious taste, as well as modern packaging.

- Kefir "Kujawski" (400 g)
- Medium-fat curd cheese, cubes 250 g,
- Medium-fat curd cheese, cubes in plastic wrap,
- Medium-fat curd cheese, wedge in plastic wrap.

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska (Dairy Cooperative in Konin)**

ul. Poznańska 72, 62-510 Konin  
tel.: +48 63 245 47 45, +48 63 243 87 65  
faks: +48 63 242 23 57  
e-mail: sekretariat@osm.konin.pl

It was established in 1912. For more than 90 years, it has been collecting and producing the highest quality dairy products. Milk, milk drinks, creams, butter and curd cheeses are processed in modernized production areas, which, together with the implemented HACCP system, ensures the high quality of our products.

- Butter 82% fat.

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska (Dairy Cooperative in Łobżenica)**

ul. Wyrzyska 16, 89-310 Łobżenica  
tel.: +48 67 286 00 45, faks: +48 67 286 08 91  
e-mail: sekretariat@osmlobzenica.pl

Established on 4 October 1892, it is one of the oldest cooperatives in Poland. Currently, is the largest work place in Łobżenica commune and the only dairy cooperative in the district of Piła. It constantly takes various measures for modernizing the production by introducing new processing lines in order to enhance the products' quality and worth.

- Medium-fat curd cheese.

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska TOP (Dairy Cooperative TOP in Nowy Tomyśl)**

ul. Kolejowa 33, 64-300 Nowy Tomyśl  
tel.: +48 61 44 22 631, faks: +48 61 44 22 630  
e-mail: top.tomysl@post.pl

The cooperative was established in 1945.

drów Kujawski gegründet. Alle Produkte erfüllen die neuen strengen Anforderungen der polnischen Norm, darüber hinaus kennzeichnen sie sich durch hervorragende Qualität, vorzüglichen Geschmack und modernes Verpackungsdesign.

- Kujawischer Kefir (400 g),
- Halbfettquark „krajanka“ 250 g,
- Halbfettquark „krajanka“ in Folie,
- Halbfettquark „kliniek“ in Folie.

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Koninie (Molkereigenossenschaft in Konin)**

ul. Poznańska 72, 62-510 Konin  
Tel.: +48 63 245 47 45, +48 63 243 87 65  
Fax: +48 63 242 23 57  
E-Mail: sekretariat@osm.konin.pl

Sie existiert seit 1912. Seit mehr als 90 Jahren befasst sich mit Ankauf und Herstellung von hochwertigen Milcherzeugnissen. Die Produktion von Konsummilch, Milchgetränken, Sahne, Butter, Quark findet in modernisierten Produktionsabteilungen statt, was in Verbindung mit eingeführtem HACCP-System die höchste Qualität der Erzeugnisse gewährleistet.

- Butter 82% Fett.

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Łobżenicy (Molkereigenossenschaft in Łobżenica)**

ul. Wyrzyska 16, 89-310 Łobżenica  
Tel.: +48 67 286 00 45, Fax: +48 67 286 08 91  
E-Mail: sekretariat@osmlobzenica.pl

Sie entstand am 4 Oktober 1892 und gehört zu den ältesten Genossenschaften in Polen. Zurzeit ist sie der größte Betrieb in der Gemeinde Łobżenica und die einzige Molkereigenossenschaft im Landkreis von Piła. Sie trifft kontinuierlich Maßnahmen, die darauf abzielen, durch Einführung neuer Fertigungslinien die Produktion so zu modernisieren, um die Qualität und Vorzüge der Erzeugnisse zu steigern.

- Halbfettquark.

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska TOP w Nowym Tomyślu (Molkereigenossenschaft TOP in Nowy Tomyśl)**

ul. Kolejowa 33, 64-300 Nowy Tomyśl  
Tel.: +48 61 44 22 631, Fax: +48 61 44 22 630  
E-Mail: top.tomysl@post.pl

Sie begann ihre Tätigkeit in 1945. Seither ist die

wyrobów najwyższej jakości, co zaowocowało przyznaniem w 1967 r. pierwszego w kraju znaku jakości Q na masło i wielu kolejnych medali, odznaczeń oraz wyróżnień za dostarczane klientom produkty. Produkcja, oparta na tradycyjnych recepturach i wieloletnim doświadczeniu, odbywa się na nowoczesnych urządzeniach, monitorujących każdy etap produkcji i magazynowania.

- Wielkopolskie Masło Ekstra,
- Wielkopolski Ser Smażony,
- Wielkopolski Ser Smażony z kminkiem,
- Mascrem – tłuszcz mleczny do smarowania 50%.

**Zakład Przetwórstwa Mleczarskiego DOMINIK w Wielogłowach**

Dąbrowa 6a, 33-311 Wielogłowy  
tel.: +48 18 443 21 29  
e-mail: [biuro@zpm-dominik.pl](mailto:biuro@zpm-dominik.pl)

Powstała w 1992 roku. Początki działalności firmy wiążą się wyłącznie ze skupem mleka od okolicznych rolników i jego obrotem hurtowym. Z czasem powstała linia do rozlewu mleka, następnie produkcji twarogu, śmietany i napojów mlecznych.

Dzisiaj jest to zakład przetwórczy oraz duża hurtownia nabiałowa w Nowym Sączu, w której produkty własne uzupełniane są o najwyższej jakości szeroki asortyment produktów znanych i cenionych polskich producentów artykułów mleczarskich.

- Jogurt naturalny Łemkowyna,
- Twaróg półtłusty „Dominik” Łemkowyna (pergamin),
- Śmietana spożywcza 18% naturalna Łemkowyna,
- EKO Śmietana 18% Łemkowyna
- Twaróg półtłusty „Smakosz” Łemkowyna, (próżnia)
- EKO Kefir Łemkowyna,
- Kwaśne mleko Łemkowyna,
- Kefir luksusowy Łemkowyna.

**AGRO-DANMIS Gramowsy Spółka Jawna w Bukowcu**

Bukowiec 34, 64-834 Wyszyny  
Tel.: +48 67 284 46 52, faks: +48 67 284 46 51

Od wielu lat firma zajmuje się skupem, przerobem i dystrybucją wyrobów z mleka

Since then, it has adopted a principle of manufacturing the highest quality products, which led to it being granted the first “Q” quality mark in Poland in 1967 for its butter, as well as many other medals, decorations and distinctions for the products offered to customers. The production, based on traditional recipes and many years of experience, uses modern machines which control each stage of processing and storage.

- Butter 82% “Wielkopolskie”,
- Fried cheese “Wielkopolski”,
- Fried cheese with caraway “Wielkopolski”,
- Mascrem – milkfat spread 50%.

**Zakład Przetwórstwa Mlecznego(Dairy Processing Plant DOMINIK in Wielogłowy)**

Dąbrowa 6a, 33-311 Wielogłowy  
tel.: +48 18 443 21 29  
e-mail: [biuro@zpm-dominik.pl](mailto:biuro@zpm-dominik.pl)

Established in 1992. The firm’s initial activities were limited to collecting milk from the nearby farmers and its wholesale. Later, a bottling line was created, and then a production line for manufacturing curd cheese, cream and milk drinks.

Nowadays, it is a processing plant and a large dairy wholesale outlet in Nowy Sącz, supplementing its own products’ offer with a wide, high quality range of well-known and well-appreciated products manufactured by Polish dairy producers.

- Natural yoghurt “Łemkowyna”,
- Medium-fat curd cheese “Dominik Łemkowyna” (greaseproof paper),
- Natural cream 18% “Łemkowyna”,
- Organic cream 18% “Łemkowyna”
- Medium-fat curd cheese “Smakosz Łemkowyna” (vacuum packaging),
- Organic kefir “Łemkowyna”,
- Soured milk “Łemkowyna”,
- Premium kefir “Łemkowyna”.

**AGRO-DANMIS Gramowsy Spółka Jawna in Bukowiec**

Bukowiec 34, 64-834 Wyszyny  
Tel.: +48 67 284 46 52, fax: +48 67 284 46 51

The company has been collecting, processing and distributing goat milk products for many years. Milk is bought

Herstellung der Produkte von höchster Qualität ihre oberste Priorität, was zur Verleihung des ersten Qualitätssiegels „Q” für Butter in 1967 und zahlreicher weiteren Medaillen, Auszeichnungen und Belobigungen für die an den Kunden gelieferten Produkte führte. Die Produktion stützt sich auf traditionelle Rezepturen und langjährige Erfahrung, sie findet mithilfe von modernen Anlagen statt, die Herstellungs- und Lagerhaltungsprozess in jeder Phase überwachen.

- Großpolnische Butter Extra,
- Großpolnischer Bratkäse,
- Großpolnischer Bratkäse mit Kümmel,
- Mascrem – Milchstreichfett 50%.

**Zakład Przetwórstwa Mleczarskiego DOMINIK w Wielogłowach (Milchverarbeitungsbetrieb DOMINIK in Wielogłowy)**

Dąbrowa 6a, 33-311 Wielogłowy  
Tel.: +48 18 443 21 29  
E-Mail: [biuro@zpm-dominik.pl](mailto:biuro@zpm-dominik.pl)

Die Firma entstand 1992. Zu Beginn ihrer Tätigkeit befasste sie sich ausschließlich mit dem Ankauf von Milch von den lokalen Landwirten und mit Milchgroßhandel. Im Laufe der Zeit entstand eine Milchabfüllungslinie, dann wurde Herstellung von Quark, Sahne und Milchgetränke gestartet.

Heute ist sie ein Verarbeitungsbetrieb und ein großer Molkereigroßhändler in Nowy Sącz, wo die Eigenprodukte um eine breite Palette von hochwertigen Milcherzeugnissen von den bekannten und geschätzten polnischen Herstellern ergänzt werden.

- Naturjoghurt Łemkowyna,
- Halbfettquark „Dominik” Łemkowyna (Pergaminpapier),
- Natur-Sahne 18% Łemkowyna,
- ÖKO-Sahne 18% Łemkowyna,
- Halbfettquark „Smakosz” Łemkowyna (Vakuumverpackung),
- ÖKO-Kefir Łemkowyna,
- saure Milch Łemkowyna,
- Luxus-Kefir Łemkowyna.

**AGRO-DANMIS Gramowsy Spółka Jawna w Bukowcu (AGRO-DANMIS Gramowsy OHG in Bukowiec)**

Bukowiec 34, 64-834 Wyszyny  
Tel.: +48 67 284 46 52, Fax: +48 67 284 46 51

Seit mehreren Jahren befasst sich die Firma mit dem

koziego. Mleko skupowane jest z wyspecjalizowanych ferm, które znajdują się pod stałą kontrolą weterynaryjną. Lokalizacja i naturalny sposób hodowli kóz sprawiają, że produkty posiadają niepowtarzalne walory zdrowotne i smakowe.

- Jogurt kozi truskawkowy,
- Jogurt kozi brzoskwinowy,
- Jogurt kozi jagodowy.

### **Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Czarnkowie**

ul. Kościuszki 105, 64-700 Czarnków  
tel.: +48 67 255 28 11, faks: +48 67 255 46 58  
e-mail: sekretariat@osmczarnkow.pl

Spółdzielnia o 100% polskim kapitale, powstała na początku XX w. Nadzrędnym celem działalności OSM Czarnków jest ciągłe zaspokajanie potrzeb, wymagań i oczekiwań konsumentów w zakresie produkcji artykułów mleczarskich najwyższej jakości. Spółdzielnia skupuje mleko, pochodzące z ponad 700 gospodarstw, wyposażonych w nowoczesne urządzenia do udoju oraz schładzania mleka, a bezpośredni odbiór specjalistycznymi cysternami pozwala na pozyskanie surowca najwyższej jakości.

- Serek jabłkowo-bananowy 100 g,
- Serek o smaku waniliowym 100 g,
- Serek brzoskwinowy 100 g,
- Serek malinowy 100 g,
- Serek wiśniowy 100 g,
- Serek truskawkowy 100 g.

### **Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Grodzisku Mazowieckim**

ul. Traugutta 5, 05-825 Grodzisk Mazowiecki  
tel.: +48 22 755 52 65  
faks: +48 22 755 62 77  
e-mail: osm@osmglm.pl

Istnieje od 1944 roku. Przez lata działalności stała się znanym i cenionym producentem artykułów nabiałowych, cieszącym się uznaniem w branży mleczarskiej, jak również zaufaniem konsumentów. Misją firmy jest ciągłe doskonalenie technologii produkcji oraz troska o bezpieczeństwo produkowanych wyrobów, co przekłada się na ich wysoką jakość. Od roku 1993 specjalizuje się w produkcji serów mozzarella.

from specialised farms which are under constant veterinary supervision. The location and the natural breeding methods ensure our products' unique taste and healthful qualities.

- Strawberry goat yoghurt,
- Peach goat yoghurt,
- Blueberry goat yoghurt.

### **Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska (Dairy Cooperative in Czarnków)**

ul. Kościuszki 105, 64-700 Czarnków  
tel.: +48 67 255 28 11, fax: +48 67 255 46 58  
e-mail: sekretariat@osmczarnkow.pl

Established at the beginning of the 20<sup>th</sup> century, the cooperative is based exclusively on Polish capital. The principal aim of its activity is a constant fulfilment of needs, requirements and expectations of consumers concerning the manufacturing of the highest quality dairy products. The cooperative buys milk from over 700 farms, equipped with modern milking and chilling machines. A direct collection with specialised tankers makes it possible to achieve the highest quality product.

- Apple and banana cream cheese 100 g,
- Vanilla-flavoured cream cheese 100 g,
- Peach cream cheese 100 g,
- Raspberry cream cheese 100 g,
- Cherry cream cheese 100 g,
- Strawberry cream cheese 100 g.

### **Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska (Dairy Cooperative in Grodzisk Mazowiecki)**

ul. Traugutta 5, 05-825 Grodzisk Mazowiecki  
tel.: +48 22 755 52 65, fax: +48 22 755 62 77  
e-mail: osm@osmglm.pl

Established in 1944. Over the years, it has become a well-known and well-appreciated dairy producer enjoying an excellent reputation in the dairy industry and the consumer's trust. The firm's mission is to constantly improve the production technology and care for the products' safety, which ensures their high quality. Since 1993, the cooperative has specialised in producing mozzarella cheeses.

- Kefir "Grodziski" 1,5%,
- Mozzarella 125 g MINI,

Ankauf, Verarbeitung und Vertrieb der Erzeugnisse aus Ziegenmilch. Ziegenmilch ist von spezialisierten Landwirtschaftsbetrieben, die unter ständiger Veterinäraufsicht stehen, angekauft. Dank dem Standort und den natürlichen Zuchtmethoden haben die Produkte außergewöhnliche gesundheitliche und geschmackliche Merkmale.

- Ziegenjoghurt Erdbeere,
- Ziegenjoghurt Pfirsich,
- Ziegenjoghurt Heidelbeere.

### **Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Czarnkowie (Molkereigenossenschaft in Czarnków)**

ul. Kościuszki 105, 64-700 Czarnków  
Tel.: +48 67 255 28 11, Fax: +48 67 255 46 58  
E-Mail: sekretariat@osmczarnkow.pl

Die Genossenschaft mit 100% polnischem Kapital, entstand am Anfang des 19. Jahrhunderts. Das vorrangige Ziel der Tätigkeit von OSM Czarnków ist ständige Befriedigung von Bedürfnissen, Ansprüchen und Erwartungen der Verbraucher im Bereich der Herstellung von Milcherzeugnissen von höchster Qualität. Die Genossenschaft kauft Milch an, die von mehr als 700 Milchviehbetrieben kommt, die mit modernsten Melkmaschinen und Anlagen zur Milchkühlung ausgestattet sind und die direkte Abnahme mit entsprechenden Milchtransportern ermöglicht den Stoff von höchster Qualität zu erhalten.

- Fruchtquark Apfel-Banane 100 g,
- Quark mit Vanillegeschmack 100 g,
- Fruchtquark Pfirsich 100 g,
- Fruchtquark Himbeere 100 g,
- Fruchtquark Kirsche 100 g,
- Fruchtquark Erdbeere 100 g.

### **Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Grodzisku Mazowieckim (Molkereigenossenschaft)**

ul. Traugutta 5, 05-825 Grodzisk Mazowiecki  
Tel.: +48 22 755 52 65, Fax: +48 22 755 62 77  
E-Mail: osm@osmglm.pl

Sie existiert seit 1944. Über mehrere Jahre ihrer Tätigkeit ist sie zu einem bekannten und geschätzten Hersteller von Milcherzeugnissen geworden, der ein hohes Ansehen in der Branche und das Vertrauen der Verbraucher genießt. Die Mission der Firma ist eine ständige Verbesserung der Produktionstechnologie sowie Sorge um die Sicherheit der hergestellten Artikel, was mit dessen hoher Qualität resultiert. Seit 1993 ist die Firma auf die Herstellung von Mozzarella-Käse spezialisiert.

- Kefir grodziski 1,5%,
- Mozzarella 125 g MINI,
- Mozzarella w zalewie (125 g),
- Mozzarella (250 g),
- Kefir o smaku truskawkowym light 0%,
- Kefir o smaku owoców leśnych light 0%,
- Mozzarella wędzona (220 g).

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Skierniewicach**

ul. Jana III Sobieskiego 83, 96-100 Skierniewice  
tel. +48 46 834 34 00  
faks: +48 46 833 44 25  
e-mail: sekretariat@osmskierniewice.pl

Spółdzielnia Mleczarska w Skierniewicach powstała po zakończeniu II wojny światowej. Obecnie zrzesza ok. 1000 członków z terenów powiatów skierniewickiego, żyrdowskiego, rawskiego i łowickiego i zatrudnia ponad 150 osób. Kontakty handlowe OSM w Skierniewicach obejmują całą Polskę oraz wiele rynków świata za sprawą eksportu mleka w proszku. Obecnie głównym produktem jest ser mozzarella, którego produkcję firma rozwija i modernizuje od początku lat 90-tych ubiegłego wieku.

- Mozzarella (250 g),
- Mozzarella kulki w zalewie (100 g),
- Mozzarella wędzona (230 g),
- Mozzarella w zalewie (125 g).

**Spółdzielnia Mleczarska KaMos w Kamiennej Górze**

ul. Towarowa 41, 58-400 Kamienna Góra  
tel./faks: +48 75 744 23 21  
e-mail: sekretariat@kamos.pl

Od początku istnienia firma dba o interesy rolników, ciesząc się ich zaufaniem. Dziś zrzesza ponad 90 spółdzielców, a mleko skupuje od 140 dostawców. Mleko ma klasę ekstra, spełnia rygorystyczne wymogi UE. Do produkcji używane jest tylko mleko od starannie dobranych dostawców, członków spółdzielni. Od kilku lat firma posiada jedną z najnowocześniejszych w Polsce linii do produkcji twarogów, serów pleśniowych a także napojów mlecznych. Udoskonalana jest też wydajność pracy, przy zachowaniu niezmiennych walorów smakowych.

- Kamiennogórski ser pleśniowy.

- Mozzarella in brine (125 g),
- Mozzarella (250 g),
- Light strawberry-flavoured kefir 0%,
- Light forest fruit-flavoured kefir 0%,
- Smoked mozzarella (220 g).

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska (Dairy Cooperative in Skierniewice)**

ul. Jana III Sobieskiego 83,  
96-100 Skierniewice  
tel. +48 46 834 34 00  
fax: +48 46 833 44 25  
e-mail: sekretariat@osmskierniewice.pl

The dairy cooperative in Skierniewice was established after the Second World War. At the moment, it is composed of around 1000 members from the districts of Skierniewice, Żyrardów, Rawa and Łowicz, employing more than 150 people. The Skierniewice cooperative has trade contacts in all of Poland and many world markets thanks to the export of powdered milk. At the moment, the most important ware is mozzarella cheese. Its production has been developed and modernized since the 1990s.

- Mozzarella (250 g),
- Mozzarella balls in brine (100 g),
- Smoked mozzarella (230 g),
- Mozzarella in brine (125 g).

**Spółdzielnia Mleczarska KaMos (Dairy Cooperative KaMos in Kamienna Góra)**

ul. Towarowa 41, 58-400 Kamienna Góra  
tel./fax: +48 75 744 23 21  
e-mail: sekretariat@kamos.pl

Since its beginning, the firm has been looking after the farmers' interests, enjoying their trust. Nowadays, it is composed of 90 members and buys milk from 140 suppliers. Milk belongs to the "Extra" class, fulfilling the EU's rigorous requirements. We manufacture our products only with milk from carefully selected suppliers, who are members of our cooperative. For the last couple of years, the firm has had one of the most modern lines in Poland for processing curd cheese, blue cheese and milk drinks. Work efficiency is also improved, while preserving the unalterable taste qualities.

- Blue cheese "Kamiennogórski".

- „Grodziski” Kefir 1,5%,
- Mozzarella 125 g MINI,
- Mozzarella in Lake (125 g),
- Mozzarella (250 g),
- Kefir mit Erdbeergeschmack light 0%,
- Kefir mit Waldfrüchtengeschmack light 0%,
- Mozzarella geräuchert (220 g).

**Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Skierniewicach (Molkereigenossenschaft in Skierniewice)**

ul. Jana III Sobieskiego 83, 96-100 Skierniewice  
Tel. +48 46 834 34 00, Fax: +48 46 833 44 25  
E-Mail: sekretariat@osmskierniewice.pl

Die Molkereigenossenschaft in Skierniewice entstand nach dem Ende des zweiten Weltkrieges. Zurzeit hat sie ca. 1000 Mitglieder aus den Landkreisen von Skierniewice, Żyrardów, Rawa und Łowicz und beschäftigt über 150 Personen. Die Geschäftskontakte von OSM Skierniewice umfassen das ganze Land sowie viele ausländischen Märkte wegen des Exports von Milchpulver. Zurzeit ist Mozzarella-Käse das Kernprodukt, dessen Herstellung von der Firma seit Anfang der 90er Jahre entwickelt und modernisiert wird.

- Mozzarella (250 g),
- Mozzarella-Kugeln in Lake (100 g),
- Mozzarella geräuchert (230 g),
- Mozzarella in Lake (125 g).

**Spółdzielnia Mleczarska KaMos w Kamiennej Górze (Molkereigenossenschaft KaMos in Kamienna Góra)**

ul. Towarowa 41, 58-400 Kamienna Góra  
Tel./Fax: +48 75 744 23 21  
E-Mail: sekretariat@kamos.pl

Seit ihren Anfängen sorgt die Firma um die Interesse der Landwirte und genießt ihr Vertrauen. Heute gehören dazu über 90 Genossenschafter und Milch wird von 140 Lieferanten angekauft. Die Milch gehört der Klasse Extra an und erfüllt strenge EU-Qualitätsanforderungen. In der Produktion wird ausschließlich Milch von sorgfältig ausgewählten Lieferanten, den Genossenschaftsmitgliedern, verwendet. Seit einigen Jahren verfügt die Firma über eine der modernsten in Polen Produktionslinien zur Herstellung von Quark, Schimmelkäse sowie Milchgetränken. Es wird auch Leistungsfähigkeit verbessert, wobei die geschmacklichen Vorzüge unverändert bleiben.

- Schimmelkäse aus Kamienna Góra.

# Common Agricultural Policy of the European Union 2014-2020



Agencja Restrukturyzacji  
i Modernizacji Rolnictwa

*Pracowni Komputeri*

# Polska żywność:

- Bezpieczna
- Wysokiej jakości
- Urzekający smak



*Polish food: Safety ■ High quality ■ Enchanting taste*

*Polnische Lebensmittel: Sicherheit ■ Hohe Qualität*

*■ Ein bezaubernder Geschmack*