

# **Polish** **Food**

**Smaki tłustego czwartku**

Flavours of Fat Thursday

**Nasze kaczki na unijnym podium**

Our ducks on the EU podium

**Euro i złotówka w miodzie**

EUR and PLN in honey







POLSKA OFERTA  
EKSPORTOWA  
**PRODUKTÓW  
ROLNO-SPOŻYWCZYCH**  
POLISH EXPORT OFFER  
**IN AGRI-FOOD  
PRODUCTS**



**Polska jest jednym z największych producentów i eksporterów produktów rolno-spożywczych w Unii Europejskiej.**

Wielokrotnie polscy eksporterzy udowodnili, że są w stanie sprostać najwyższym wymaganiom, stawianym przez swoich partnerów handlowych, w tym uczciwej i konkurencyjnej cenie.

W celu zapoznania się z polską branżą rolno-żywnościową i nawiązania dobrych i trwałych relacji handlowych z partnerami z Polski, prosimy o skorzystanie z zamieszczonych na stronie linków do polskich organizacji, skupiających producentów rolnych, przetwórców i handlowców, które obejmują całą gamę produktów rolnych od zbóż i owoców i warzyw, przez nabiał, mięso i jaja, aż po produkty przetworzone.

<https://www.gov.pl/web/agriculture/polish-export-offer-in-agri-food-products>.

**Poland is one of the major producers and exporters of agri-food products in the European Union.**

Polish exporters have repeatedly proved that they are able to meet the highest requirements of their trade partners including both quality and the fair and competitive prices.

To assist you in learning more about the Polish agri-food sector and establishing good and lasting trade relationship with Polish partners, please use the links to Polish sectoral organizations of agricultural producers, processors and traders, which cover the entire range of agricultural products from cereals and fruit and vegetables, through dairy, meat and eggs, to processed products posted at

<https://www.gov.pl/web/agriculture/polish-export-offer-in-agri-food-products>.

**Henryk Kowalczyk,**  
wiceprezes Rady Ministrów,  
minister rolnictwa i rozwoju wsi ■  
Deputy Prime Minister,  
Minister of Agriculture  
and Rural Development



Szanowni Państwo!

**M**inął rok od rozpoczęcia agresji Rosji na Ukrainę. Nasze otoczenie bardzo się zmieniło. Nie ma dziedziny życia, w której skutki wojny nie pozostawiłyby śladu.

Dramatyczny wzrost cen energii, a w ślad za tym cen środków do produkcji rolnej – zwłaszcza nawozów, był bardzo duży. To oczywiście wpłynęło na wyższe ceny żywności i w dalszej konsekwencji na zwiększenie inflacji.

W naszym zachodnim świecie nie było wątpliwości, kto jest agresorem, a kto ofiarą. Bohaterska postawa Ukraińców zaskoczyła świat. W Polsce dobrze rozumiemy sytuację naszych wschodnich sąsiadów. Dziś oni, tak jak my ponad 100 lat temu, bronią Europę przed rosyjską agresją. Przeciwnik znowu ten

Ladies and Gentlemen!

**A** year has passed since the beginning of Russia's aggression against Ukraine. Our environment has changed significantly. There is no area of life which would remain unaffected by the effects of the war.

The dramatic rise in the prices of energy and, consequently, in the prices of agricultural inputs, particularly fertilisers, was very high. This, naturally, resulted in the higher prices of food and, as a consequence, to higher inflation.

In our Western world, there was no doubt as to who was the aggressor and who was the victim. The heroic attitude of the Ukrainians amazed the world. In Poland, we understand the situation of our eastern neighbours very well. Today, just like

**W pełni poparliśmy, podobnie jak inne kraje unijne, zdjęcie ograniczeń na handel ukraińskimi produktami rolnymi, mając świadomość, że w zaistniałej sytuacji tak należało zrobić.**

Just like other EU countries, we fully endorsed the lifting of restrictions on trade in Ukrainian agricultural products, being aware of the fact that this should have been done in this situation.

sam. Dlatego bez wahania udzieliliśmy jako społeczeństwo i jako rząd maksymalnej możliwej pomocy. Wcześniej zarzucono nam, że nie chcemy przyjmować migrantów. Nie godziliśmy się z ówczesnymi decyzjami Unii Europejskiej. Dziś to nam przyspina się rację. Chcemy pomagać i pomagamy umęczonemu Ukrainie. Nie uciekają stamtąd młodzi, zdrowi mężczyźni zdolni do walki, ale kobiety i dzieci, które chronią się przed zbrodniczym agresorem.

Przyjęliśmy miliony osób uciekających przed rosyjską napaścią. Pomagamy w transporcie produktów rolnych z Ukrainy. Jednak zwracamy też uwagę unijnym urzędnikom na szereg zagrożeń. W pełni poparliśmy, podobnie jak inne kraje unijne, zdjęcie ograniczeń na handel ukraińskimi produktami rolnymi, mając świadomość, że w zaistniałej sytuacji tak należało zrobić.

us more than 100 years ago, they defend Europe against the Russian aggression. The enemy is the same again. Therefore, without any hesitation, we provided them with the maximum possible help, both as society and as the government. Previously, we were accused of not being willing to receive migrants. We disagreed with the then decisions of the European Union. Today, we are those who are right. We want to help and we do help the tormented Ukraine. It is not young, healthy men able to fight who are fleeing from there, but women and children who protect themselves from the felonious aggressor.

We have received millions of people fleeing from the Russian invasion. We help in transporting agricultural products from Ukraine. However, we also draw the attention of the EU officials to a number of threats. Just like other EU countries, we

Jednocześnie wskazujemy, że jest wiele niedociągnięć z tym związanych.

W Polsce, podobnie jak i w innych przyfrontowych krajach – Rumunii, Bułgarii, Słowacji i Węgrzech – występują problemy

**Tak zwane korytarze solidarnościowe nie są wystarczająco szczelne. Nie ma też obiecanej pomocy w rozwiązywaniu problemów przeladunkowych na naszej wschodniej granicy.**

The so-called solidarity corridors are not tight enough. There is also no promised help in solving the transshipment problems on our eastern border.

na rynku zbóż. Zwracałem na to uwagę podczas styczniowej Rady AGRIFISH. Przedstawiłem szereg propozycji rozwiązań. Tak zwane korytarze solidarnościowe nie są wystarczająco szczelne. Nie ma też obiecanej pomocy w rozwiązywaniu problemów przeladunkowych na naszej wschodniej granicy. Dlatego zaapelowałem do Komisji Europejskiej o pilne podjęcie działań w celu rozwiązania problemów z transportem ukraińskich płodów rolnych. W tej materii cała Unia Europejska powinna być solidarna i pamiętać o tym, że kraje bezpośrednio graniczące z walczącą nie tylko o swoją wolność Ukrainą są najbardziej obciążone skutkami rosyjskiej agresji.

Bez chwili zawahania ruszyliśmy z pomocą potrzebującym. Kobiety i dzieci z Ukrainy znalazły dach nad głową i nie zabrakło dla nich pożywienia. Uchodźcy otrzymali również pełne prawa do pracy i opieki zdrowotnej, a dzieci do nauki. Liczymy na to, że Komisja Europejska równie szybko będzie podejmowała decyzje. Szybciej, niż było to w przypadku zgody na urucho-

fully endorsed the lifting of restrictions on trade in Ukrainian agricultural products, being aware of the fact that this should have been done in this situation. At the same time, we point out that there are many shortcomings connected with this.

In Poland, as well as in other front-line countries – Romania, Bulgaria, Slovakia and Hungary – there are problems in the market of cereals. I pointed it out during the January AGRIFISH Council. I presented a number of proposals for solutions. The so-called solidarity corridors are not tight enough. There is also no promised help in solving the transshipment problems on our eastern border. Therefore, I appealed to the European Commission for taking urgent action so as to solve the problems with transport of Ukrainian agricultural products. In this regard, the whole European Union should be solidary and remember that the countries directly bordering Ukraine, which is fighting not only for its own freedom, are most burdened with the effects of the Russian aggression.

Without any hesitation, we started helping those in need. Women and children from Ukraine were provided with shelters and also food. Moreover, the refugees were given full rights to work and use healthcare services, and children – the right to learn. We hope that the European Commission will make deci-

**Musimy brać pod uwagę, że w każdej chwili może dojść do zablokowania transportu morskiego przez Morze Czarne.**

We should take into consideration the fact that maritime transport via the Black Sea may be blocked at any time.

mienie z polskiego budżetu dopłat do nawozów dla polskich rolników. Oczekujemy pozytywnych i szybkich decyzji w sprawie rozwiązania problemów na rynku zbóż.

Musimy brać pod uwagę, że w każdej chwili może dojść do zablokowania transportu morskiego przez Morze Czarne. Co wtedy zrobimy? W dalszym ciągu nie mamy takich zdolności przeladunkowych, jakie byłyby wówczas potrzebne.

Podczas posiedzenia unijnych ministrów ds. rolnictwa, wskazując na problemy na rynku zbóż, wyraźnie podkreśliłem, że mamy moralny obowiązek pomocy Ukrainie, jednakże w mojej ocenie musi on być powiązany z dbaniem o ekonomiczny interes rolników, także w krajach sąsiadujących z Ukrainą.

Powoli zaczyna być też widoczny problem na rynku mięsa drobiowego. Dlatego cała sytuacja wymaga szczegółowej analizy i pilnych rozwiązań u progu nowego sezonu. Nie wiemy, ile jeszcze potrwa wojna w Ukrainie i dlatego musimy mieć gotowe różne scenariusze, aby nie dać się zaskoczyć rozwojem wypadków.

sions in an equally fast manner. Faster than it was in the case of granting the consent to launch subsidies for fertilisers for Polish farmers from the Polish budget. We expect positive and fast decisions on solving the problems in the market of cereals.

We should take into consideration the fact that maritime transport via the Black Sea may be blocked at any time. What will we do then? Still, we do not have the transshipment capacity that would be needed then.

During the meeting of the EU ministers for agriculture, when pointing to the problems in the market of cereals, I clearly stressed that we have a moral obligation to help Ukraine, but in my opinion it must be related to taking care of the economic interests of farmers, including in the countries adjacent to Ukraine.

Slowly, the problem is also becoming visible in the poultry meat market. Therefore, the whole situation requires a detailed analysis and urgent solutions at the beginning of the new season. We do not know how long the war in Ukraine may last, and thus we need to have various scenarios ready so as not to be surprised by the development of events.



*Żegnaj zimo!*  
*Farewell, winter!*





5



25



28



31



34



41



53



58

## 5 Smaki tłustego czwartku

Flavours of Fat Thursday

## 7 Przepisy z ubiegłego wieku

Recipes from the last century

## 12 Jednodniowe łakomstwo

One-day binge eating

## 18 Gdy karnawał w Rio, to i na Żywiecczyźnie

When the carnival is held in Rio then it is also held in the Żywiec Region

## 21 Poznaliśmy zwycięskie danie „Bitwy Regionów”

We got to know the winning dish of the "Battle of the Regions"

## 25 Schabowy z dofinansowaniem ARiMR

Pork chops with ARMA co-financing

## 28 Euro i złotówka w miodzie

EUR and PLN in honey

## 31 Polska wołowina w Japonii

Polish beef in Japan

## 34 Nasze kaczki na unijnym podium

Our ducks on the EU podium

## 38 Rynek gęsi w Polsce

The market of geese in Poland

## 41 Polska piątym producentem cebuli w Unii Europejskiej

Poland is the fifth producer of onion in the European Union

## 44 Nasze stoisko narodowe w Berlinie

Our national stand in Berlin

## 48 Polska żywność na międzynarodowych targach

Polish food at international fairs

## 53 Kraina wygasłych wulkanów

The land of extinct volcanoes

## 58 Kierunek: bioróżnorodność

Direction: biodiversity



# Smaki tłustego czwartku

## Flavours of Fat Thursday



Posypane cukrem pudrem lub lukrowane, zdobione kandyzowaną skórką pomarańczową lub bakaliami – każdy znajdzie coś dla siebie ■ Sprinkled with castor sugar or iced, decorated with candied orange peel or dried fruit – everyone will find something for themselves

W OSTATNI CZWARTEK KARNAWAŁU PRZED ROZPOCZĘCIEM WIELKIEGO POSTU, CZYLI W TZW. TŁUSTY CZWARTEK, SIĘGAMY PO SŁODKOŚCI I NIE LICZYMY KALORII. W TYM DNIU W NASZYM MENU KRÓLUJĄ PĄCZKI, FAWORKI I RÓŻE KARNAWAŁOWE. KONIEC KARNAWAŁU ŚWIĘTOWANY JEST TAKŻE W INNYCH KRAJACH. ■ ON THE LAST THURSDAY OF CARNIVAL, BEFORE THE BEGINNING OF LENT, I.E. ON FAT THURSDAY, WE EAT SWEETS AND DO NOT COUNT CALORIES. ON THIS DAY, OUR MENU IS DOMINATED BY DOUGHNUTS, ANGEL WINGS AND CARNIVAL ROSES. THE END OF CARNIVAL IS ALSO CELEBRATED IN OTHER COUNTRIES.

Historia tłustego czwartku sięga czasów pogańskich, kiedy to na wystawnych ucztach żegnano zimą i rozpoczynano czas oczekiwania na nadejście wiosny. Wtedy też wytrawne pączki stanowiły zakąskę do wódki. Pączki wyrabiano z ciasta chlebowego i nadziewano mięsem lub słoniną. Na przestrzeni wieków zmieniały się zwyczaje, ale podczas karnawałowych zabaw nie żałowano sobie tradycyjnych potraw, głównie z dzicyzny. Na stołach królowały zajęcze combry, udźce sarny i szynki z dzika. Nie brakowało też drobiu, były pieczone kapłony, przepiórki, jarząbki, indyki i pasztety.

Ciężkie i tłuste jadło zapijano szlachetnymi winami, piwami i wódką. Nie brakowało także słodkich smakołyków: racuchów, blinów, faworków i oczywiście pączków suto zakrapianych miodem pitnym, przyrządzanym na bazie brzoźki z miodu, najczęściej lipowego.

### Symbol polskiego tłustego czwartku

Równie hucznie obchodzono ten dzień w Polsce w XVI wieku, ale wtedy mięsne nadzienie pączków zastąpiono słodkim. W XVII wieku zainspirowani kuchnią francuską kucharze zaczęli przygotowywać pączki z lżejszego drożdżowego ciasta. Do jego wyrabiania potrzebna była mąka pszenna, drożdże, jajka, masło, mleko i cukier. Od tamtej pory ten zaadaptowany z zagranicznej kuchni smakołyk stał się w naszym kraju symbolem tłustego czwartku. W niektórych regionach Polski gospodynie, tak jak w dawnych wiekach, przygotowując pączki nadal umieszczają orzech w środku niektórych z nich. Według ludowych tradycji ma on symbolizować szczęście i tym, którzy trafią na taki własnie pączek ma on zapewnić pomyślność w całym roku.

### Pączki tradycyjne i nowoczesne

Oprócz tradycyjnie nadziewanych konfiturą z płatków róży, pączki nadziewano też powidłami śliwkowymi, marmoladą, wiśniami czy malinami. Dziś można spotkać również pączki nadziewane czekoladą, słodkim serkiem i bitą śmietaną.

Na wierzchu tradycyjnych pączków powinien znaleźć się lukier, mogą być też oprószone cukrem pudrem. Teraz można również spotkać pączki z polewą czekoladową. Obecnie skład pączków dostosowuje się do współczesnych wymagań. Bardzo często do ich smażenia wykorzystuje się olej rzepakowy, a niekiedy olej kokosowy. Dawniej smażyono je wyłącznie na smalcu.

Nowe technologie pozwalają na przygotowanie pączków bezglutenowych, które mogą spożywać osoby przebywające na takiej diecie. Coraz modniejsze stają się też pączki wegańskie, przygotowywane bez jajek, z dodatkiem mleka roślinnego i oleju kokosowego.

### Chrupiące wstążeczki

Faworki to słodkie, kruche, delikatne wypieki, przypominające swoim wyglądem zwiniętą kokardkę. Wypiekano je od dawna na Śląsku, gdzie nazywano je chruścikami lub chrustem, a także krepkami, tak jak pączki. (Czytaj na str. 9)

The history of Fat Thursday dates back to pagan times, when during sumptuous feasts people were saying goodbye to the winter and started the time of waiting for the arrival of the spring. At that time, savoury doughnuts were used as a snack for vodka. Doughnuts were made of bread dough and stuffed with meat or bacon. Over the centuries, customs have changed, but during Carnival parties people did not stint themselves and ate traditional dishes, mainly those made of venison. Tables groaned under the weight of hare saddles, roe deer haunches and wild boar hams. There were also poultry, roasted capons, quails, hazel hens, turkeys and pâtés.

Heavy and fatty food was washed down with generous wines, beers and vodka. There were also sweet delicacies: pancakes, blini, angel wings and, naturally, doughnuts copiously washed down with mead based on honey wort, usually made of linden honey.

### Symbol of Polish Fat Thursday

This day was also sumptuously celebrated in Poland in the sixteenth century, but then the meat filling of doughnuts was replaced with a sweet one. In the seventeenth century, cooks, inspired by French cuisine, started making doughnuts with the use of lighter yeast dough. To make it, wheat flour, yeast, eggs, butter, milk and sugar were necessary. Since then, this delicacy adapted from foreign cuisine has become a symbol of Fat Thursday in our country and it is so until now. In some regions of Poland, housewives, just like in the past, when making doughnuts, put a walnut inside some of them. According to folk traditions, it is supposed to symbolise fortune and those who find such a doughnut are to be fortunate all year long.

### Traditional and modern doughnuts

In addition to doughnuts traditionally stuffed with rose petal jam, doughnuts were also stuffed with plum jam, marmalade, cherries, raspberries. Today, we can also find doughnuts stuffed with chocolate, sweet cheese and whipped cream.

Traditional doughnuts should be covered with icing, they can also be sprinkled with castor sugar. Today, we can also meet doughnuts with chocolate icing. Currently, the composition of doughnuts is also adapted to modern requirements. Very often, rapeseed oil, and sometimes coconut oil, is used for frying them. In the past, they were fried in lard only.

New technologies allow to prepare gluten-free doughnuts which can be consumed by people on such a diet. Also vegan doughnuts, made without eggs, with the addition of plant milk and coconut oil, are becoming increasingly popular.

### Crispy ribbons

Angel wings are sweet, crisp, delicate pastries, resembling a twisted bow. They have been fried for a long time in Silesia, where they were called *chruściki* or *chrust* as well as *kreple*, just like doughnuts. (Read on page 9)



# Przepisy z ubiegłego wieku

## Recipes from the last century

STARA TRADYCJA NAKAZUJE, ABY W TŁUSTY CZWARTEK JEŚĆ PĄCZKI LUB FAWORKI. W LATACH 60. UBIEGŁEGO WIEKU GOSPODYNIE PRZYGOTOWYWAŁY JE WEDŁUG TAKICH OTO PRZEPISÓW. ■ AN OLD TRADITION ORDERS THAT ON FAT THURSDAY WE SHOULD EAT DOUGHNUTS OR ANGEL WINGS. IN THE 60S OF THE LAST CENTURY, HOUSEWIVES PREPARED THEM ACCORDING TO THE FOLLOWING RECIPES.

### *Pączki (około 30 sztuk)*

#### **Składniki:**

2 szklanki mąki pszennej (ok. 50 dkg), 4 dkg drożdży, 5 żółtek, 7,5 dkg cukru, 7,5 dkg tłuszczu, 1 prawie pełna szklanka mleka, 1 łyżeczka do kawy soli, 1 łyżka spirytusu.

Na nadzienie: 15 dkg konfitury (najlepiej z róży lub wiśni) lub marmolady. Do smażenia: 1 kg smalcu, 1 łyżka spirytusu. Do posypania: cukier puder.

#### **Przygotowanie ciasta:**

Utrzeć drożdże z łyżeczką cukru i szklanką mleka. Zostać w ciepłe do rośnięcia. Z mąki i pozostałych dodatków wyrobić ciasto, dodając drożdże i spirytus. Zostawić w ciepłe do wyrośnięcia. Gdy podwoi swoją objętość, formować pączki. Najlepiej z ciasta zrobić walek o średnicy ok. 5 cm i pokroić go na plastry o grubości ok. 2 cm. Plastry ułożyć obok siebie, a na środek każdego nałożyć małą porcję konfitury lub marmolady. Następnie zlepiać brzegi ciasta, tworząc kulki, które należy układać na posypanej mąką stolnicę lub desce w odległości 5 cm jedna od drugiej. Wszystkie nakryć płótnem i zostawić do ponownego wyrośnięcia.

#### **Smażenie:**

Gdy wyrosną, smażyć w płaskim rondlu w dużej ilości smalcu, aby swobodnie pływały. Smażyć powoli pod przykryciem, by ciasto równomiernie rosło. Do smalcu można dodać łyżkę spirytusu, aby tłuszcz nie wsiąkał w ciasto. Ciepłe pączki posypuje się przez sítko cukrem pudrem, wymieszanym z wanilią. Można je też lukrować rzadkim lukrem, smarując pędzelkiem.



### *Doughnuts (about 30 pieces)*

#### **Ingredients:**

2 glasses of wheat flour (about 50 dag), 4 dag of yeast, 5 egg yolks, 7.5 dag of sugar, 7.5 dag of fat, 1 almost full glass of milk, 1 teaspoon of salt, 1 tablespoon of rectified spirit.

For the filling: 15 dag of jam (preferably rose petal or cherry) or marmalade. For frying: 1 kg of lard, 1 tablespoon of rectified spirit. For sprinkling: castor sugar.

#### **Dough preparation:**

Mix the yeast with a teaspoon of sugar and a glass of milk. Leave warm to rise. Using the flour and other additions, knead the dough, adding the yeast and rectified spirit. Leave warm to rise. When it doubles in volume, form the doughnuts.

It is best to make from the dough a roller with a diameter of about 5 cm and to cut it into slices of about 2 cm thick. Place the slices next to each other and put a small portion of jam or marmalade in the middle of each. Then, paste together the edges of the dough, forming the balls, which should be placed on a floured kneading board or a kitchen board at a distance of 5 cm one from another. Cover the with a cotton cloth and leave to rise again.

#### **Frying:**

When they rise, fry them in a flat saucepan in a large amount of lard so that they can float freely. Fry slowly, under cover, so that the dough rises evenly. It is possible to add a tablespoon of rectified spirit to lard so as to prevent the grease from soaking into the dough. Warm doughnuts are sprinkled, using a strainer, with castor sugar, mixed with vanilla. They can also be iced with thin icing, using a brush.



Faworki na Śląsku nazywane są chruścikami lub chrustem ■ In Silesia, angel wings are called *chruściki* or *chrust*

### *Faworki (ok. 110 sztuk)*

### *Angel wings (about 110 pieces)*

#### **Składniki:**

2 szklanki pszennej mąki (ok. 50 dkg), 4 żółtka, 1 łyżka spirytusu, po ½ łyżeczki do kawy cukru i soli, 3–4 łyżki śmietany – musi być gęsta i kwaśna, 0,5 kg smalcu do smażenia, cukier puder z wanilią do posypania. Do ciasta nie dodawać cukru, ponieważ faworki będą brunatne.

#### **Przygotowanie ciasta:**

Mąkę wysypać na stolnicę, zrobić w środku dołek, dodać sól, cukier, żółtka, spirytus, a następnie mieszając widelcem dodawać śmietanę i dokładnie wyrobić ręką. Ciasto powinno mieć gęstość jak na pierogi. Następnie wybić ciasto drewnianym walcem i jak najcieniej walcować po niewielkim kawałku, żeby ciasto nie wyschło czekając na smażenie. Ciąg paski 3 x 10 cm, na każdym zrobić na środku podłużne, niewielkie nacięcie i przewinąć przez nie jeden koniec paska.

#### **Smażenie:**

Rozgrzać w płaskim rondlu smalec, gdy wrzucony plasterk surowego ziemniaka rumieni się – wkladać faworki i smażyć z obu stron na jasnożółty kolor. Wyjmować łyżką cedzakową na bibułę, a gdy zostaną odsączone z tłuszczu, posypać – przez sitko – cukrem pudrem z wanilią.

#### **Ingredients:**

2 glasses of wheat flour (about 50 dag), 4 egg yolks, 1 table-spoon of rectified spirit, 1/2 teaspoon of sugar and salt each, 3–4 tablespoons of cream – must be thick and sour, 0.5 kg of lard for frying, castor sugar with vanilla for sprinkling. Do not add sugar to the dough, because the angel wings will be brown.

#### **Dough preparation:**

Pour the flour on the kneading board, make a hole in the middle, add salt, sugar, egg yolks, rectified spirit, and then while stirring with a fork, add the cream and thoroughly knead the dough by hand. The dough should be as thick as that for dumplings. Then, beat the dough with a wooden roller and roll out as thinly as possible, small piece by small piece, so as to prevent the dough from drying out when waiting for frying. Cut the strips 3 x 10 cm, in each strip make a longitudinal, small slit in the middle and pull one end of the strip through it.

#### **Frying:**

Heat the lard in a flat saucepan, when a slice of raw potato thrown inside is becoming brown – put the angel wings and fry on both sides until light yellow. Take them out with a slotted ladle and place on tissue paper, and when they are drained from the grease, sprinkle them – using a strainer – with castor sugar with vanilla.

*Smacznego!*

*Bon appetit!*





Karnawałowe róże to chrupiące ciasteczka, które pięknie prezentują się na talerzu ■ Carnival roses are crispy cookies which look beautiful on a plate

Początkowo wytwarzane były z ciężkiego i tłustego ciasta do wyrobu pączków. Dziś najczęściej przygotowuje się faworki z tak zwanego ciasta zbijanego. Zmiana sposobu przygotowania ciasta sprawiła, że obecnie wypieki te są lekkie, cienkie i chrupiące.

Wykonanie faworków nie jest bardzo trudne, ale wymaga nieco wprawy.

### Karnawałowe słodkie kwiaty

Karnawałowe róże to chrupiące ciasteczka. Do ich przygotowania wykorzystuje się ciasto takie samo jak na faworki i podobnie smaży się je w głębokim tłuszczu. Kształt kwiatów uzyskiwany jest z wykrawanych z rozwałkowanego ciasta różnej wielkości, sklejonych na środku kilku kółeczek. Po usmażeniu każdą różę posypuje się cukrem pudrem i dekoruje kleksem z konfitury lub wiśni. Dzięki konfiturze ciasteczka uzyskują niepowtarzalny smak. Róże są efektowniejsze od faworków i pięknie prezentują się na karnawałowym stole.

Tłusty czwartek to wielkie święto łasuchów. Zgodnie z karnawałową tradycją, aby zapewnić sobie powodzenie i szczęście na cały rok, należy w tym dniu zjeść przynajmniej jednego pączka.

Originally, they were made of heavy and fatty dough for making doughnuts. Today, angel wings are most often prepared from the so-called "beaten" dough. Thanks to the change in the manner the dough is prepared, today these pastries are light, thin and crispy.

Making angel wings is not much difficult, but requires some practice.

### Carnival sweet flowers

Carnival roses are crispy cookies. To prepare them, we use the same dough as for angel wings and they are fried in deep fat in the same manner. We obtain the shape of the flowers by cutting out several circles of various sizes of the rolled out dough and pasting them together in the middle. Roses, just like angel wings, are fried in deep oil. After frying, each rose is sprinkled with castor sugar and decorated with a blob of jam or cherry. Thanks to the jam, cookies have a unique taste. Roses are more attractive than angel wings and look beautiful on the carnival table.

Fat Thursday is a great feast of gourmards. In accordance with the carnival tradition, it is necessary to eat at least one doughnut on this day so as to be successful and fortunate all year long.

TEKST ■ By: MAŁGORZATA KSIĄŻYK/MRiRW ■ MARD

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: ©YANEK-, ©BRENT HOFACKER-, ©ARKADIUSZ FAJER-, ©MONIKA-STOCK.ADOBE.COM



**Podano do stołu!**  
**The meal is served!**









# Jednodniowe łakomstwo

## One-day binge eating



W wielu śląskich domach pączki nadziewano marmoladą przed ich smażeniem, aby miały jeszcze lepszy smak ■ In many Silesian homes, doughnuts were filled with marmalade before frying so as to have even a better taste

Jednodniowe łakomstwo w ostatni czwartek karnawału nie powinno zaszkodzić. Według jednego z przesądów ten, kto w tłusty czwartek nie zje pączka, będzie skazany na niepowodzenia przez cały rok.

Warto jednak sięgnąć do wypieków z różnych regionów. Pączki znane są w całej Polsce. Zapisaly się w kuchniach regionalnych i w zasadzie są do siebie podobne, ale mają swoje oryginalne nazwy, różnią się rodzajem ciasta i nadzieniem.

Jedne nadziewane są konfiturą z róży, inne marmoladą czy makiem, a jeszcze inne wiśniami.

Na liście produktów tradycyjnych, prowadzonej przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi, znaleźć możemy dziewięć różnych rodzajów pączków charakterystycznych dla poszczególnych regionów Polski. Ich receptury i sposób przygotowywania nie zmieniały się co najmniej od 25 lat.

Na Kaszubach i Żuławach mamy *pürcele*, na Śląsku Opolskim *kraple* i *krepliki*, które znane są także w Beskidach, na Kujawach pączki dyniowo-ziemniaczane, w Lubelskim można spróbować pączków żakowolskich z powidłami z antonówek, a w Świętokrzyskim pączków opatowskich. Swoje tradycyjne pączki ma też województwo łódzkie i lubuskie.

A one-day binge eating on the last Thursday of the carnival should not do us any harm. According to one of the superstitions, anyone who does not eat a doughnut on Fat Thursday will be doomed to fail all year long.

However, it is worth trying pastries from different regions. Doughnuts are known all over Poland. They have become part of regional cuisines and are basically similar to each other, but they have their original names, they differ in terms of dough and filling.

Some are filled with rose petal jam, others with marmalade, others with poppy seeds, and others with cherries.

In the list of traditional products, kept by the Ministry of Agriculture and Rural Development, we can find 9 different types of doughnuts characteristic of individual regions of Poland. Their recipes and method of preparation have remained unchanged for at least 25 years.

In Kaszuby and Żuławy we have *purcle*, in Śląsk Opolski – *kraple* and *krepliki*, which are also known in the Beskid Mountains, in Kujawy – pumpkin and potato doughnuts, in the Lubelskie Voivodeship we can taste Żakowolskie doughnuts with Antonovka apple jam, and in the Świętokrzyskie Voivodeship –





Głównymi składnikami pączki są: mąka, drożdże, jaja, cukier, mleko, masło, spirytus ■ The main ingredients of *pączki* are: flour, yeast, eggs, sugar, milk, butter, rectified spirit

### Pączki kaszubskie

To pączki, które zostały wpisane na listę produktów tradycyjnych w grudniu 2008 roku. Były specjalnym obrzędowym przysmakiem na Kaszubach, serwowanym podczas uroczystych karnawałowych zabaw. Stały się również popularnym podarunkiem, który wręczano gospodarzom podczas wspólnych spotkań i biesiad.

Smażone są do dziś przez gospodynie kaszubskie, które posiadają własne tajemnice ich przygotowania i przekazują je tylko następnemu pokoleniu w rodzinie.

Głównymi składnikami pączki są: mąka, drożdże, jaja, cukier, mleko, masło, spirytus, z których wyrabia się ciasto i formuje pączki oraz nadziewa powidłami.

Pączki uwielbiały przede wszystkim dzieci, które gotowe były zjadać je chwilę po wyjęciu ze smażenia w gorącym tłuszczu. Matki, by uchronić dzieci przed bólem brzucha, obiecywały im, że dostaną je dopiero, gdy „pies zaszcze-ka”. Wtedy dzieci wybiegały na podwórko, by prowokować zwierzę do szczekania.

### Kraple

Pączki na Śląsku Opolskim znane są pod nazwą kraple/kreple. Przymaki te zostały wpisane na listę produktów tradycyjnych we wrześniu 2021 roku. Na Śląsku Opolskim znane są liczne anegdoty, które potwierdzają, że nazwa ta zakorzeniona jest mocno w gwarze ludowej. Słowo „krapfen”, z którego wywodzi się nazwa pączków, pochodzi od nazwiska znanej w XVI wieku

Opatowskie doughnuts. The Łódzkie and Lubuskie Voivodeships also have their traditional doughnuts.

### Pączki from Kaszuby

These are doughnuts which were included in the list of traditional products in December 2008. They were a special ritual delicacy in Kaszuby, served during festive carnival parties. They also became a popular gift, which was given to farmers during joint meetings and feasts.

They are fried to this day by Kashubian housewives, who have their own secrets of their preparation and pass them only to the next generation in the family.

The main ingredients of *pączki* are: flour, yeast, eggs, sugar, milk, butter, spirit, of which dough is kneaded, then doughnuts are shaped and stuffed with jam.

*Pączki* were particularly loved by children, who were ready to eat them just a while after being taken out of hot fat in which they had been fried. Mothers, in order to protect their children from a stomach ache, promised them that they would get *pączki* only when "the dog barks". Then, children ran out into the yard to provoke the animal to bark.

### Kraple

Doughnuts in Śląsk Opolski are known as *kraple/kreple*. These delicacies were included in the list of traditional products in September 2021. In Śląsk Opolski, numerous anecdotes are known, which confirm that this name is deeply rooted in the folk dialect.



Pączki z różnych regionów mają swoje oryginalne nazwy, różnią się rodzajem ciasta i nadzieniem ■ Doughnuts from various regions have their original names, differ in terms of dough and filling

kuchmistrzynie wiedeńskiej Cecylii Krapfen, która rozslawiła te słodkości na Opolszczyźnie. Kraple przygotowano nie tylko na ówczesny karnawał, smażyono je także przy okazji jesiennego skubania pierza. Przygotowywały je także panny, które chciały wyjść za mąż, aby w ten sposób wykazać się przed adoratorami kulinarnym talentem.

Kraple nadziewano marmoladą przed ich smażeniem, aby miały jeszcze lepszy smak. W wielu śląskich domach nadal są tak przygotowywane.

### Krepliki

Produkt wpisany został na listę produktów tradycyjnych w sierpniu 2006 roku. Z uwagi na to, że rodziny śląskie były liczne, trzeba było usmażyć dużo pączków, tak aby wystarczyło ich dla wszystkich. Był to dość drogi przysmak, dlatego krepliki smażyono nieco mniejsze i często także bez nadzienia. Takie krepliki po usmażeniu posypywano pudrem. W bogatszych domach nadziewano je konfiturą z dzikiej róży.

W beskidzkiej części województwa śląskiego znane są także inne krepliki, które różnią się tym, że dodaje się do nich biały ser.

Dawniej przez niektóre wsie przechodziły wieczorem grupy przebierańców, odwiedzając różne domy i rozweselając napotkanych ludzi. Za odwiedziny otrzymywali poczęstunek, na Śląsku często były to właśnie krepliki.

### Pączki ziemniaczano-dyniowe

Pączki te o chrupiącej skórce pochodzą z okolic Tłuchowa w woj. kujawsko-pomorskim. Przepis na nie znany był na tym terenie od ponad 50 lat. Na listę produktów tradycyjnych

The word *Krapfen*, from which the name of doughnuts is derived, comes from the name of Cecilia Krapfen, a Viennese chef known in the 16<sup>th</sup> century, who made these sweets famous in the Opole region. *Kraple* were prepared not only for the then carnival, they were also fried on the occasion of autumn feather plucking. They were also prepared by maidens who wanted to get married, in order to show their culinary talent to their admirers.

*Kraple* were filled with marmalade before frying them to make them taste even better. In many Silesian homes, they are still prepared in this manner.

### Krepliki

The product was included in the list of traditional products in August 2006. In view of the fact that Silesian families were numerous, it was necessary to fry a lot of doughnuts, so that everyone could eat them. It was quite an expensive delicacy, therefore, *krepliki* were a bit smaller and often also without filling. Such *krepliki* after frying were sprinkled with castor sugar. In richer houses, they were filled with rosehip jam.

In the Beskid part of the Śląskie Voivodeship, other *krepliki* are also known, and the difference is that cottage cheese is added to them.

In the past, groups of masqueraders passed through some villages in the evening, visiting various homes and cheering up the people they met. For their visits, they received treats, in Śląsk they were often *krepliki*.

### Potato and pumpkin doughnuts

These doughnuts with a crispy crust come from the vicinity of Tłuchowo in the Kujawsko-Pomorskie Voivodeship. The recipe



Jednodniowe łakomstwo w ostatni czwartek karnawału nie powinno zaszkodzić ■ One-day binge eating on the last Thursday of the carnival should not do us any harm

pączki ziemniaczano-dyniowe zostały wpisane w kwietniu 2012 roku. Receptura ich przygotowania przekazywana była głównie na kursach gospodarstwa domowego oraz w domach rodzinnych z pokolenia na pokolenie. Wysmażano je z okazji różnych uroczystości. Podawano je oczywiście w karnawale, ale także na weselach i innych uroczystościach rodzinnych.

Dziś najlepsze pączki ziemniaczano-dyniowe wyrabiają panie z Koła Gospodyń Wiejskich z Tłuchowa. Przy wyrabianiu ciasta ważna jest odpowiednia kolejność dodawania produktów. Do ciasta dodawany jest przecier dyniowy, który nadaje pączkom wyjątkową barwę, oraz ziemniaki, które przedłużają ich świeżość. Pączki najczęściej, aby wzbogacić ich smak, nadziewane są przygotowaną przez gospodynie konfiturą z dzikiej róży. Mają one jeszcze jedną ważną zaletę – są o połowę mniej kaloryczne od tych standardowych.

### **Pączki żakowolskie z powidłami z antonówek**

Jabłonie antonówki sprowadzono na Lubelszczyznę na początku XX wieku i uprawiane były prawie w każdym miejscowym sadzie. Od tamtej pory pączki z powidłami z antonówek stały się specjalnością gospodyń z Żakowoli Radzyńskiej. Na listę produktów tradycyjnych pączki te wpisane zostały w listopadzie 2009 roku.

Wcześniej, w XIX wieku, do nadziewania pączków używano maku, powideł z wiśni, czarnej porzeczki lub dzikiej róży.

W niektórych sadach w Żakowoli odmianę antonówek zachowano do dziś, a wraz z nią przetrwała też tradycja wyrobu pączków z powidłami z antonówek. Pączki te od innych

for them has been known in this area for more than 50 years. Potato and pumpkin doughnuts were included in the list of traditional products in April 2012. Their recipe was passed mainly during homemaking courses and in family homes from generation to generation. They were fried on the occasion of various feasts. They were served, of course, during the carnival, but also during weddings and other family feasts.

Today, the best potato and pumpkin doughnuts are made by the ladies from the Farmers' Wives' Association from Tłuchowo. When kneading the dough, the proper sequence of adding products is important. To the dough, pumpkin puree is added, which gives the doughnuts a unique colour, so are potatoes to make them stay fresh for longer. In order to enrich their taste, the doughnuts are most often filled with rosehip jam prepared by the housewives. They have one more important advantage – they are half as caloric as standard doughnuts.

### **Żakowolskie doughnuts with Antonovka apple jam**

Antonovka apple trees were brought to the Lublin Region at the beginning of the 20<sup>th</sup> century and were grown in almost every local orchard. Since then, doughnuts with Antonovka apple jam have become a specialty of housewives from Żakowola Radzyńska. These doughnuts were included in the list of traditional products in November 2009.

In the past, in the 19<sup>th</sup> century, poppy seeds, cherry, black currant or rosehip jams were used for filling doughnuts.

In some orchards in Żakowola, the Antonovka variety has been preserved to this day, and with it the tradition of making doughnuts with Antonovka apple jam has also survived. These





W tłusty czwartek każdy Polak zjada przeciętnie dwa–trzy pączki ■ On Fat Thursday, every Pole eats, on average, two or three doughnuts

odróżnia nadzienie, ponieważ powidła przygotowane z tych jabłek są bardzo aromatyczne.

doughnuts are different from others in terms of their filling because the jam made of these apples is very aromatic.

### Pączek opatowski

Opatowskie pączki ze Świętokrzyskiego mają natomiast nadzienie z marmolady śliwkowej lub różanej. Zostały wpisane na listę produktów tradycyjnych w styczniu 2014 roku.

Pączki opatowskie wypiekane są tradycyjną metodą od 1966 roku. Do ich przygotowania używa się tylko naturalnych surowców najwyższej klasy. W tradycyjnej metodzie marmoladę śliwkową lub różaną dodaje się do pączka przed procesem smażenia, dzięki czemu przesiąka on jej aromatem. Po usmażeniu pączki posypywane są cukrem pudrem lub są lukrowane.

Tradycyjne pączki opatowskie wypiekane są przez tamtejsze gospodynie do dziś, a tradycje ich wyrobu kultywowane są w karnawale przez koła gospodyń wiejskich.

### Opatowski doughnut

On the other hand, Opatowskie doughnuts from the Świętokrzyskie Voivodeship have a plum or rosehip marmalade filling. They were included in the list of traditional products in January 2014.

Opatowskie doughnuts have been fried using the traditional method since 1966. Only natural raw materials of the highest class are used for preparing them. In the traditional method, plum or rosehip marmalade is added to the doughnut before the frying process, thanks to which it is soaked with its aroma. After frying, the doughnuts are sprinkled with castor sugar or iced.

Traditional Opatowskie doughnuts are baked by local housewives until today, and the traditions of their production are nurtured in the carnival by the farmers' wives' associations.

### Pączki tradycyjne z łódzkiego

Gospodynie z gminy Rogów, położonej na terenie województwa łódzkiego, do przygotowywania potraw i wypieków wykorzystywały surowce z własnych gospodarstw, a receptury pozyskiwały na kursach gotowania. Na terenie gminy od wielu lat przygotowywane są pączki tradycyjne, które w październiku 2016 roku zostały wpisane na listę produktów tradycyjnych.

Pączki wytwarzane są z wysokiej jakości surowców i nadziewane konfiturą z płatków dzikiej róży. Wyróżniają się słodkim smakiem i aromatem. Pączki tradycyjne przygotowywane są na ostatki w karnawale, na uroczystości rodzinne. Bardzo

### Traditional doughnuts from the Łódzkie Voivodeship

Housewives from the Rogów Commune, located in the Łódzkie Voivodeship, used raw materials from their own farms to prepare dishes and pastries, and obtained recipes during cooking courses. Traditional doughnuts, which in October 2016 were included in the list of traditional products, have been prepared in the commune for many years.

The doughnuts are made from high quality raw materials and filled with rose petal jam. They are characterised by their sweet taste and aroma. Traditional doughnuts are prepared for



Na wierzchu tradycyjnych pączków powinien znaleźć się lukier, mogą być też one oprószone cukrem pudrem ■ Traditional doughnuts should be covered with icing, they can also be sprinkled with castor sugar

często są elementem promocji regionu podczas lokalnych i regionalnych imprez kulturalnych.

### Pączki lubuskie

W Lubuskiem w gminie Rzepin wypiekane są staropolskie pączki, które zostały wpisane na listę produktów tradycyjnych w lutym 2016 roku. Wieś Lubiechnia Wielka, położona w pasie środkowym województwa lubuskiego, była centrum tradycyjnych świątecznych wypieków, takich jak np. faworki czy pączki. Przygotowywane tu są od 1947 roku. Przepis i umiejętności w przygotowywaniu pączków lubuskich gospodynie zdobywały podczas licznych warsztatów i kursów organizowanych przez koła gospodyń wiejskich. Pączki wytwarzane są z ciasta drożdżowego i nadziewane konfiturą z wiśni, śliwki lub róży. Zawsze musi to być nadzienie z własnoręcznie przygotowanych przez gospodynie konfitur.

### Objadać się czy smakować?

Dziś w całej Polsce przez cały rok dostępne są w sprzedaży bardzo urozmaicone pączki. Można wybierać pączki z różnorodnym nadzieniem, posypane cukrem pudrem lub lukrowane, zdobione kandyzowaną skórką pomarańczową lub bakaliami.

W tłusty czwartek każdy Polak zjada przeciętnie dwa-trzy pączki, ale zdarzają się rekordziści, którzy potrafią zjeść ich nawet kilkanaście. Trzeba jednak pamiętać, że aby pączkowej uczty nie zakończyć bólem brzucha, należy zachować umiar.

Shrove Tuesday in the carnival, for family feasts. Very often, they are part of the promotion of the region during local and regional cultural events.

### Lubuskie doughnuts

In the Lubuskie Voivodeship, in the municipality of Rzepin, Old-Polish doughnuts are baked, which were included in the list of traditional products in February 2016. The village of Lubiechnia Wielka located in the central strip of the Lubuskie Voivodeship was the centre of traditional Christmas pastries, such as angel wings or doughnuts. They have been prepared here since 1947. The recipe and skills with regard to making Lubuskie doughnuts were gained by housewives during numerous workshops and courses organised by farmers' wives' associations. The doughnuts are made from yeast dough and filled with cherry, plum or rose jam. It must always be a filling made of preserves prepared personally by the housewives.

### To gorge or to relish?

Today, all over Poland, very varied doughnuts are available for sale all year long. We can choose doughnuts with various fillings, sprinkled with castor sugar or iced, decorated with candied orange peel or dried fruit.

On Fat Thursday, every Pole eats two or three doughnuts, on average, but there are record holders who can eat even a dozen or so of them. However, we should remember that if this doughnut feast is not to give us a stomach ache, we should know our limits.

TEKST ■ By: MAŁGORZATA KSIĄŻYK/MRiRW ■ MARD

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: ©MARTA-, ©LEEANN-STOCK.ADOBE.COM



# Gdy karnawał w Rio, to i na Żywiecczyźnie

When the carnival is held in Rio  
then it is also held in the Żywiec Region



Korowód na ulicach Warszawy ■ Parade on the streets of Warsaw

Gdy w Rio de Janeiro samba święci triumfy i karnawał trwa na plaży, w Polsce również trwa zabawa, a korowód mróz osłabia.

Nowy Rok obchodzony jest wszędzie na świecie. To przede wszystkim czas radości i nadziei na lepsze dni. Tradycje świętowania Sylwestra, a także karnawału, mają kilkusetletnią tradycję. Pod różnymi szerokościami geograficznymi ukształtowały się przez ten czas różne zwyczaje i obrzędy, ale łączy je jedna wspólna cecha – zabawa i radość.

Tradycje karnawału w Portugalii sięgają XV wieku. Później trafiły one do Brazylii. Dziś wszyscy wiedzą o słynnej ulicznej fiście w Rio de Janeiro. Nie wszyscy jednak wiedzą, że w Polsce w wielu miejscach, zwłaszcza na obszarach wiejskich i w mniejszych miejscowościach, chodzą kołędnicy. Nasze tra-

While in Rio de Janeiro samba achieves triumphs and carnival is held on the beach, in Poland people also have fun and the parades make the frost weaker.

New Year is celebrated all over the world. This is mainly the time of joy and hope for better days. The traditions of celebrating New Year's Eve, as well as carnival, have a centuries-old tradition. During this time, different customs and rites have been shaped at different latitudes, but they share one common feature – fun and joy.

Carnival traditions in Portugal date back to the 15<sup>th</sup> century. Later, they went to Brazil. Today, everyone knows the famous street fiesta in Rio de Janeiro. However, not everyone knows that in Poland in many places, particularly in rural areas and smaller towns, carol singers walk around. Our tradi-

dycje noworocznych zwyczajów i obrzędów są kultywowane od stuleci.

Aby je przybliżyć w styczniowy dzień, w Warszawie wystąpili przedstawiciele górali żywieckich. Jedną z najpopularniejszych imprez Żywiecczyny, organizowaną od ponad 50 lat, są Żywieckie Gody, czyli Przegląd Zespołów Kolędniczych i Obrzędowych. Przez trzy tygodnie stycznia w różnych miejscach regionu – w Milówce, Żywcu i w Bielsku-Białej były organizowane występy grup kolędniczych i obrzędowych, które co roku działają w swoich miejscowościach. Te grupy są autentycznymi kontynuatorami miejscowych tradycji i nie robią tego specjalnie na przegląd czy pod kątem turystów. Ich siła polega na autentyczności i wiernej tradycji przekazywanej z pokolenia na pokolenie.

Żywiecczyna to piękny region Polski i może warto zastanowić się nad spędzeniem zimowego wypoczynku właśnie tutaj, w Beskidach, które oferują gościnę w agroturystycznych gospodarstwach i hotelach, wyciągi narciarskie, a także wyśmienitą, tradycyjną, regionalną kuchnię.

Jak w każdym górskim regionie kuchnia ta opiera się na prostych składnikach. Dominującymi od wieków uprawami na tych terenach były ziemniaki i owies. Hodowano też owce i z ich mleka sporządzano bundz i bryndzę. Ta ostatnia – bryndza żywiecka znajduje się na ministerialnej liście produktów tradycyjnych, podobnie jak bundz, redykołka, oscypek czy żętyca.

Na liście znajdują się także beskidzkie jelita, czyli tradycyjne kiszki nadziewane kaszą gryczaną lub tartymi ziemniakami. Jelita były gotowane w dużym glinianym garnku, a przed podaniem były przysmażane. Natomiast wywar, w którym się go-

tions of New Year's customs and rites have been nurtured for centuries.

To make people become better acquainted with these traditions, on a January day, the representatives of Żywiec highlanders gave a performance in Warsaw. One of the most popular events in the Żywiec Region, organised for more than 50 years, is *Żywieckie Gody*, i.e. the Parade of Carol and Ritual Ensembles. For three weeks of January, in various places in the region – in Milówka, Żywiec and Bielsko-Biała, performances of carol and rite groups, which are active in their places every year, are organised. These groups are authentic continuators of local traditions and do not do it specifically for the parade or for tourists. Their power lies in their authenticity and loyal tradition passed down from generation to generation.

The Żywiec Region is a beautiful region of Poland and maybe it is worth considering spending a winter holiday here in the Beskid Mountains, which offer accommodation in agritourism farms and hotels, ski lifts, as well as delicious, traditional, regional cuisine.

Just like in each mountain region, this cuisine is based on simple ingredients. In these areas, for centuries the dominant crops have been potatoes and oats. Sheep were also bred and *bundz* and *bryndza* were made from their milk. The latter, *bryndza żywiecka*, is included in the ministerial list of traditional products, just like *bundz*, *redykołka*, *oscypek*, *żętyca*.

The list also includes *beskidzkie jelita* (Beskid intestines), i.e. traditional intestines stuffed with buckwheat or grated potatoes. The intestines were boiled in a large clay pot, and before serving they were fried. On the other hand, the broth in which



W styczniowy dzień w Warszawie wystąpili przedstawiciele górali żywieckich ■ On a January day, representatives of Żywiec highlanders gave a performance in Warsaw



## POZNAJ POLSKĄ ŻYWNOŚĆ

towały i czasem pękały, stawał się zupa zwaną jelitówką. Zupa była doprawiana do smaku solą oraz pieprzem, a spożywano ją razem z chlebem.

they were boiled and sometimes burst became a soup called *jelitówka* (intestine soup). The soup was seasoned to taste with salt and pepper and eaten with bread.



Przebrani uczestnicy korowodu ■ Disguised participants in the parade

W diecie często występowały produkty mleczne, a chleb wypiekany był z grubej mąki pełnoziarnistej. Wśród warzyw dominowały marchew, pietruszka i buraki. Mięso rzadziej gościło na stołach, a jeżeli już, to było to mięso baranie. W diecie górali żywieckich nie brakowało owoców i owoców leśnych oraz grzybów i orzechów. Ze znanych do dziś wyrobów mięsnych należy wymienić przede wszystkim kiełbasę żywiecką. Natomiast tradycyjne zupy z tego regionu to tzw. wodzionka o niewielkiej ilości tłuszczu, miętówka – gotowana na bazie mięty i śmietany oraz zupa pokrzywowa.

Z dań mięsnych przygotowywano w okresie świnobicia golonko. Mięso było najpierw peklowane, a następnie obsmażane na smalcu z dodatkiem cebuli i czosnku. Dopiero tak przygotowane duszono w garnku wraz z jarzynami. Gotowe danie podawane było z kapustą i grochem. Golonko po beskidzku również znajduje się na ministerialnej liście produktów tradycyjnych.

Trudno jest wymienić wszystkie specjały kuchni żywieckiej. Najlepiej przyjechać na miejsce, żeby osobiście spróbować wspaniałych miejscowych produktów i dań, a przy okazji poznać tradycyjne obrzędy i piękną, gościnną Żywiecczyznę.

Dairy products were often present in the diet, and bread was baked using coarse whole-meal flour. Among the vegetables, carrots, parsley and beets were dominant. Meat was less often served, and if it was, it was mutton. The diet of the Żywiec highlanders also included fruit and forest fruit, mushrooms and nuts. Among the meat products which are known until today, we should mention, first of all, the Żywiecka sausage. On the other hand, traditional soups from this region are the so-called *wodzionka* (water and bread soup) with a small amount of fat, *miętówka* (mint soup) – cooked on the basis of mint and cream as well as nettle soup.

As regards meat dishes, pork knuckle used to be made in the pig slaughter period. The meat was first cured and then fried in lard with the addition of onion and garlic. After being



Wiceminister rolnictwa i rozwoju wsi Rafał Romanowski i minister funduszy i polityki regionalnej Grzegorz Puda z uczestnikami Żywieckich Godów ■ Rafał Romanowski, the Deputy Minister of Agriculture and Rural Development and Grzegorz Puda, the Minister of Development Funds and Regional Policy with the participants of Żywieckie Gody

prepared in this manner, it was stewed in a pot together with vegetables. The ready-made dish was served with cabbage and peas. *Golonko po beskidzku* (Beskid-style pork knuckle) is also included in the ministerial list of traditional products.

It is difficult to list all the specialties of Żywiec cuisine. It is best to come here so as to personally taste fantastic local products and dishes and at the same time become familiar with the traditional rites and beautiful, hospitable Żywiec Region.

# Poznaliśmy zwycięskie danie „Bitwy Regionów”

## We got to know the winning dish of the "Battle of the Regions"

POLICZKI WIEPRZOWE Z CIAPKAPUSTĄ TO ZWYCIĘSKA POTRAWA W KONKURŚIE KULINARNYM DLA KÓŁ GOSPODYŃ WIEJSKICH „BITWA REGIONÓW”. FINAŁ VII EDYCJI, KTÓRY ODBYŁ SIĘ 10 GRUDNIA 2022 ROKU W PUŁTUSKU, NALEŻAŁ DO KOŁA „ZIMNA WÓDKA” Z WOJEWÓDZTWA OPOLSKIEGO – TWÓRCZYŃ ZWYCIĘSKIEGO DANIA. ■ POLICZKI WIEPRZOWE Z CIAPKAPUSTĄ (PORK CHEEKS WITH SAUERKRAUT WITH POTATOES) IS THE WINNING DISH IN THE CULINARY COMPETITION FOR THE FARMERS' WIVES' ASSOCIATIONS – “BATTLE OF THE REGIONS”. THE FINAL OF THE 7<sup>TH</sup> EDITION, WHICH WAS HELD ON 10 DECEMBER 2022 IN PUŁTUSK, BELONGED TO THE ZIMNA WÓDKA ASSOCIATION FROM THE OPOLSKIE VOIVODESHIP – THE AUTHORS OF THE WINNING DISH.

**K**oła gospodyń wiejskich to organizacje społeczne o prawie 150-letniej tradycji na ziemiach polskich. Obecnie zarejestrowanych jest w Polsce ponad 10 800. Członkinie (czasem też członkowie) spotykają się i działają w swojej lokalnej społeczności. Są ambasadorkami polskiego folkloru, miejscowej tradycji, kultury i kuchni. Wspierają poprzez swoją działalność rozwój osobisty i przedsiębiorczość członków społeczności wiejskiej. Organizują kursy, warsztaty i festiwale.

### O konkursie

„Bitwa Regionów” to konkurs kulinarny dla kół gospodyń wiejskich, organizowany od 2015 roku przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi oraz współpracujące z nim instytucje. Idei „Bitwy Regionów” przyświeca chęć promocji polskiej kuchni regionalnej, rodzimego folkloru i różnorodności kulturowej, przede wszystkim tej kulinarnej.

Przygotowując swoje konkursowe potrawy, gospodynie i gospodarze z kół gospodyń wiejskich łączą tradycję kulinarną z nowoczesnością. Nawiązując do kuchni swojego regionu, udowadniają zarazem, że kuchnia tradycyjna nie jest nudna,

**F**armers' Wives' Associations are social organisations whose tradition in Poland is almost 150 years old. Currently, there are more than 10,800 associations registered in Poland. Their female members (sometimes also male members) meet and act in their local community. They are ambassadors of Polish folklore, local tradition, culture and cuisine. Through their activities, they support personal development and enterprise of members of the rural community. They organise courses, workshops and festivals.

### About the competition

"Battle of the Regions" is a culinary competition for Farmers' Wives' Associations, organised since 2015 by the Ministry of Agriculture and Rural Development and cooperating institutions. The idea of the "Battle of the Regions" is guided by the will to promote Polish regional cuisine, native folklore and cultural diversity, in particular, the culinary one.

In preparing their competition dishes, the farmers' wives and farmers from the Farmers' Wives' Associations combine culinary tradition with modernity. Referring to the cuisine of their region, they also prove that traditional



Pamiątkowe zdjęcie z wicepremierem, ministrem rolnictwa i rozwoju wsi Henrykiem Kowalczykiem ■ Special event photo with the Deputy Prime Minister, Minister of Agriculture and Rural Development, Henryk Kowalczyk





Panie z Koła Gospodyń Wiejskich Zimna Wódka z województwa opolskiego ■ Ladies from the Zimna Wódka Farmers' Wives' Association from the Opolskie Voivodeship

a wręcz stanowi niewyczerpane bogactwo i źródło kulinarnych inspiracji.

W VII edycji konkursu rywalizowało kulinarnie łącznie 3197 kół z całej Polski. W tym roku konkurs po raz pierwszy przebiegał w trzech etapach. Ogólnopolski finał poprzedziły dwa etapy eliminacji regionalnych. W ścisłym ogólnopolskim finale znalazło się 16 kół z potrawami, które wcześniej wygrały w swoich regionach.

Przygotowywane przez koła gospodyń wiejskich potrawy, na każdym z trzech etapów, oceniała i przyznawała im punktację komisja konkursowa, w której skład wchodził ekspert kulinarny.

### Pikniki pełne atrakcji

Etapy regionalne (najpierw powiatowe, następnie wojewódzkie) odbywały się w formie pikników z produktem polskim. Odwiedzający mogli podziwiać regionalny folklor – nie tylko skosztować kulinarnych perełek z danego regionu, lecz także oglądać występy miejscowych zespołów pieśni i tańca, czy wziąć udział w warsztatach rękodzielniczych. Nie brakowało również innych atrakcji związanych z kulturą ludową danego regionu, skierowanych i do dorosłych, i do najmłodszych.

### Autorki zwycięskiego dania

Twórczyniami policzeków wieprzowych z ciapkapustą, czyli dania, które zatriumfowało w finale „Bitwy Regionów”, są panie z Koła Gospodyń Wiejskich Zimna Wódka z województwa opolskiego. Koło działa od 2022 roku w miejscowości liczącej około 700 mieszkańców. Jego członkinie tak mówią o sobie:

cuisine is not boring, just the opposite – it constitutes an inexhaustible wealth and source of culinary inspiration.

In the 7<sup>th</sup> edition of the competition, 3,197 associations from all over Poland competed in culinary terms. This year, for the first time, the competition was held at three stages. The nationwide final was preceded by two stages of regional qualifying rounds. The strict, nationwide final included 16 associations with dishes which had previously won in their regions.

The dishes prepared by the Farmers' Wives' Associations, at each of the three stages, were assessed and awarded points by the jury, which included a culinary expert.

### Picnics full of attractions

Regional stages (first district, then voivodeship ones) were held in the form of picnics with the Polish product. Visitors could admire regional folklore – not only try culinary gems from a given region, but also watch performances of local song and dance groups or participate in the handicraft workshops. There were also many other attractions related to the folk culture of a given region, addressed to both adults and children.

### Authors of the winning dish

The creators of Pork Cheeks with sauerkraut with potatoes, i.e. a dish that triumphed in the final of the "Battle of the Regions", are the ladies from the Zimna Wódka Farmers' Wives' Association from the Opolskie Voivodeship. The Association has been operating since 2022 in a village having about 700 residents. Its members say about themselves:



### *Policzki wieprzowe z ciapkapustą ■ Pork cheeks with sauerkraut with potatoes*

#### **Składniki – policzki wieprzowe:**

- 0,5 kg policzków wieprzowych;
- 1 cebula;
- 4 ząbki czosnku;
- 2 liście laurowe;
- 2 ziarna ziela angielskiego;
- 4 ziarna pieprzu;
- 2 szczypty ostrej papryki;
- pół cytryny;
- 1 łyżeczka miodu;
- 2 łyżki oleju;
- 3 szczypty soli balsamico lub ocet balsamiczny.

#### **Składniki – ciapkapusta:**

- 1 słoik kapusty kiszonej;
- 3 kg ziemniaków;
- 6 cebul;
- 0,5 kg boczku wędzonego;
- masło.

#### **Przygotowanie policzków:**

Wszystkie przyprawy zmiksować i wymieszać z policzkami wieprzowymi, zostawić w chłodnym miejscu na 24 godziny. Policzki podsmażyć na patelni, następnie dusić z dodatkiem gałeczki lubczyku.

#### **Przygotowanie ciapkapusty:**

Ziemniaki obrać i ugotować. Kapustę gotować, aż będzie miękka. Cebulę podsmażyć na maśle. Wszystko wymieszać, doprawić solą i pieprzem.

Przepis Kola Gospożyn Wiejskich Zimna Wódka  
(Źródło: <https://bitwaregionow.pl/przepisy/>)

#### **Ingredients – pork cheeks:**

- 0.5 kg of pork cheeks;
- 1 onion;
- 4 cloves of garlic;
- 2 bay leaves;
- 2 grains of allspice;
- 4 peppercorns;
- 2 pinches of hot paprika;
- half a lemon;
- 1 teaspoon of honey;
- 2 tablespoons of oil;
- 3 pinches of balsamic salt or balsamic vinegar.

#### **Ingredients – sauerkraut with potatoes:**

- 1 jar of sauerkraut;
- 3 kg of potatoes;
- 6 onions;
- 0.5 kg of smoked bacon;
- butter.

#### **Preparation of the cheeks:**

Blend all spices and mix them with the pork cheeks, leave in a cool place for 24 hours. Fry the cheeks in a pan, then stew with the addition of a lovage twig.

#### **Preparation of sauerkraut with potatoes:**

Peel and cook the potatoes. Cook the sauerkraut until tender. Fry the onion in butter. Mix everything, season with salt and pepper.

Recipe by the Zimna Wódka Farmers' Wives' Association  
(Source: <https://bitwaregionow.pl/przepisy/>)



## POZNAJ POLSKĄ ŻYWNOŚĆ

„Jako członkinie koła formalnie wpisane są 32 panie, kolejne się dopisują – jest nas już 40. Nasze koło jest pełne wspaniałych talentów i dobrej energii, którą zamierzamy przekazywać młodym pokoleniom. Jesteśmy odważne i pełne zapału do działania. Bierzymy udział w różnych konkursach i odnosimy sukcesy, z czego jesteśmy dumne. Dużo wyzwań przed nami, mamy nadzieję, że nasze chęci, ogromne zaangażowanie i wkład pracy pomogą nam w osiągnięciu postawionych przez siebie celów i dalszemu rozwojowi”.\*

### Policzki wieprzowe – jak to się je?

Policzki wieprzowe to naprawdę mięso ze świńskich „policzków”, a dokładnie – mięśnie policzkowe świnii.

Przed przyrządzeniem policzki są bardzo twarde, chude i lekko poprzerastane błonkami. Dobrze przyrządzone stają się jednak pyszne – delikatne, miękkie i soczyste. Cechuje je intensywny smak i kleistość, za którą stoi duża zawartość kolagenu.

Aby uzyskać ten efekt, należy mięso marynować przez dobę, potem obsmażyć, a następnie długo i wolno gotować lub dusić.

"Formal members of the association are 32 ladies, more are joining – there are already 40 of us. Our association is full of great talents and good energy, which we intend to pass on to young generations. We are brave and full of enthusiasm for action. We take part in various competitions and are successful, which we are proud of. There are many challenges ahead of us, we hope that our will, enormous commitment and work we contribute will help us achieve our goals and continue to develop".\*

### Pork cheeks – how to eat them?

Pork cheeks are in fact the meat from pig "cheeks", more precisely – the cheek muscles of a pig.

Before preparing, the cheeks are very tough, lean and slightly marbled. However, when prepared properly, they become delicious – delicate, soft and juicy. They are characterised by an intense taste and stickiness, which results from the high content of collagen.

To achieve this effect, the meat should be pickled for a day, then slightly fried, and later on long and slowly cooked or stewed.



Potrawy oceniała komisja konkursowa, w której skład wchodził ekspert kulinarny ■ The dishes were assessed by a jury which included a culinary expert

TEKST ■ BY: KATARZYNA SZUMOTALSKA-SAMOREK/MRIRW ■ MARD

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: MRIRW ■ MARD

\* ŹRÓDŁO ■ SOURCE: [HTTPS://BITWAREGIONOW.PL/PRZEPISY/](https://bitwaregionow.pl/przepisy/)



Wieprzowina jest źródłem pełnowartościowego białka, zawierającego wszystkie niezbędne aminokwasy ■ Pork is a source of full-value protein, containing all the essential amino acids

# Schabowy z dofinansowaniem ARiMR

## Pork chops with ARMA co-financing

JAKIE JEST NAJPOPULARNIEJSZE POLSKIE DANIE OBIADOWE? OCZYWIŚCIE KOTLET SCHABOWY. CHOĆ W POLSCE I W UNII EUROPEJSKIEJ SPADA SPOŻYCIE WIEPRZOWINY, NADAL JEST ONA JEDNYM Z NAJCHEŃNIEJ WYBIERANYCH PRZEZ EUROPEJCZYKÓW RODZAJÓW MIĘSA. ■ WHAT IS THE MOST POPULAR POLISH DINNER DISH? OF COURSE, PORK CHOP. ALTHOUGH THE CONSUMPTION OF PORK IS DECREASING IN POLAND AND IN THE EUROPEAN UNION, IT IS STILL ONE OF THE MOST POPULAR TYPES OF MEAT CHOSEN BY EUROPEANS.



Szynki, golonki, schabowe, kaszanki i różnego rodzaju kiełbasy z wieprzowiny wydają nam się potrawami, które w kuchni polskiej królują od wieków. Jednak na dobre w naszym menu wieprzowina pojawiła się dopiero na przełomie XVIII i XIX wieku, gdy ku upadkowi chyliła się kultura szlachecka. W tych czasach ceniono wyrafinowane mięsowa: drób (w szczególności kapłony, czyli specjalnie wyhodowane koguty), cielęcinę, jagnięcinę, dziczyznę i wołowinę. Wieprzowina traktowana była jako gorszy rodzaj mięsa, zastępczy surowiec. Jeśli wspomina się o niej w staropolskich książkach kucharskich, to występuje ona w nich głównie pod postacią słoniny oraz „tłustości”, „sadła” czy „bieli”, czyli po prostu smalcu.

Zaborcy zmieniły polską kuchnię, która ulegała wpływom niemieckim czy austriackim, a także ubożała. Coraz częściej na talerzach zaczęła pojawiać się wieprzowina. Kotlet schabowy wywodzi się z tradycji kulinarnej z czasów zaborów, pochodzi bowiem od sznycła wiedeńskiego.

Dziś sięgamy po wieprzowinę pod różnymi postaciami: kotletów mielonych, gulaszy, karkówki pieczonej, żeberek grillowanych, medalionów z polędwicy czy duszonych policzek. Warto podkreślić, że dzisiejsza wieprzowina w porównaniu z tą sprzed 30 lat to już inne mięso. Jest to wynik zastosowania przez hodowców specjalnej diety u świń w celu ich odtłuszczenia i zwiększenia masy mięśniowej. Poprawiło się także ich żywienie oraz jakość chowu. W związku z tym na początku lat 90. XX wieku średnia mięsność tuczników wynosiła 43%, a obecnie 57%. Przyjrzyjmy się jeszcze boczkowi. Według tabel wartości odżywczych z lat 90. – 100 g boczku zawierało 517 kcal, dzisiaj – 322 kcal, czyli jest on o 37% mniej kaloryczny.

Wieprzowina, wbrew panującym stereotypom, pod względem wartości odżywczych nie ustępuje innym rodzajom mięs. Jest źródłem pełnowartościowego białka, zawierającego wszystkie niezbędne aminokwasy. Dostarcza również witaminy: B6, B12, PP, A i D oraz żelazo łatwo przyswajalne przez nasz organizm. W dobrze zbilansowanej diecie jest więc na nią miejsce. Ważna jest jednak jakość i świeżość mięsa oraz to, jakim zabiegom kulinarnym zostało ono poddane przed spożyciem.

Według danych GUS statystyczny Polak zjada ponad 40 kg wieprzowiny w ciągu roku. Skąd pochodzi to mięso? Z 56 tys. stad trzody chlewnej, które mamy w kraju, a także z rosnącego importu, który spowodowany jest m.in. występowaniem od kilku lat w Polsce afrykańskiego pomoru świń (ASF), a co za tym idzie koniecznością wybijania całych stad zwierząt. By zmienić ten niekorzystny trend, podejmowane są działania zmierzające do zlikwidowania ognisk ASF oraz odbudowy produkcji trzody chlewnej. Bierze w nich udział również Agencja Modernizacji i Restrukturyzacji Rolnictwa.

ARiMR udziela hodowcom świń wsparcia finansowego z funduszy unijnych i budżetu krajowego. Tylko w ubiegłym roku mogli oni ubiegać się o 1 tys. zł do każdej posiadanej dziesiątki prosiąt, gdy ich gospodarstwa zagrożone były utratą płynności finansowej związanej z ograniczeniami na

It seems to us that hams, pork knuckles, pork chops, black puddings and various types of pork sausages are dishes which have been dominant in Polish cuisine for centuries. However, pork was included for good in our menu only at the turn of the 18<sup>th</sup> and 19<sup>th</sup> centuries, when the culture of nobility was on the decline. In those days, exquisite meats were valued: poultry (in particular, capons, i.e., specially bred cocks), veal, lamb, venison and beef. Pork was treated as an inferior-quality type of meat, a substitute raw material. If it is mentioned in Old-Polish cookbooks, it occurs mainly in the form of pork fat and "grease", "suet" or "white fat", i.e. simply lard.

The partitions changed Polish cuisine, which was subject to German or Austrian influences, and also became impoverished. Increasingly, pork started appearing on the plates. Pork chop derives from the culinary tradition from the times of the partitions, since it originates in Wiener schnitzel.

Today, we choose pork in various forms: meat patties, stews, roasted pork neck, grilled ribs, sirloin medallions or stewed cheeks. What is worth stressing is that today's pork, when compared to that of 30 years ago, is already different meat. This results from fact that breeders use a special diet in pigs to make them less fat and increase their muscle mass. Also, their nutrition and the quality of rearing improved. Therefore, at the beginning of the 90s of the 20<sup>th</sup> century, the average meat content of fattening pigs was 43%, currently – 57%. Let us take a look at bacon: according to the nutritional tables from the 90s, 100 g of bacon contained 517 kcal, today – 322 kcal, so its calorific value is lower by 37%.

As opposed to the dominant stereotypes, in terms of nutritional value pork is not inferior to other types of meat. It is a source of full-value protein, containing all the essential amino acids. It also provides vitamins: B6, B12, PP, A and D and iron easily absorbed by our body. So it has its place in a well-balanced diet. However, of importance are the quality and freshness of meat and the culinary treatments it has been subjected before consumption.

According to the Statistics Poland data, a statistical Pole eats more than 40 kg of pork during the year. Where does this meat come from? From 56 thousand pig herds we have in the country, and from the growing import, which results, *inter alia*, from African swine fever (ASF) occurring in Poland for several years, and thus a need to kill entire herds of animals. To change this unfavourable trend – measures are taken to eliminate ASF outbreaks and recover the production of pigs. The Agency for Modernisation and Restructuring of Agriculture also participates in them.

ARMA provides pig breeders with financial support from EU funds and the state budget. Only last year, they could apply for PLN 1,000 for each ten piglets they own, when their farms were at risk of loss of financial liquidity related to restrictions in the agricultural market caused by the COVID-19 epidemic. The aid of about PLN 443 million in total was received by more than 32.5 thousand producers.

rynku rolnym, spowodowanymi epidemią COVID-19. Pomoc na łączną kwotę ok. 443 mln zł otrzymało ponad 32,5 tys. producentów.

W ubiegłym roku, w ramach nadzwyczajnej pomocy dostosowawczej dla hodowców prowadzących produkcję w cyklu zamkniętym (utrzymujących lochy, prosięta i tuczniaki), Agencja przekazała 149,5 mln zł. Gospodarstwa te są z reguły mniej elastyczne w zakresie reagowania i dostosowywania się do niestabilnej sytuacji rynkowej, zwłaszcza zmian cen zbóż i skupu żywca. Wysokość dofinansowania do jednej sztuki wynosiła 80 zł, a hodowca mógł otrzymać wsparcie do maksymalnie 2 tys. świń.

W latach 2021–2022 ARiMR wypłaciła producentom świń, z obszarów objętych restrykcjami w związku z wystąpieniem ASF, wsparcie w wysokości 244,8 mln zł na wyrównanie utraconych przez nich dochodów. Hodowcy trzody chlewnej z terenów dotkniętych ASF mogą ubiegać się również o nieoprocentowaną pożyczkę na sfinansowanie zobowiązań cywilnoprawnych. W 2022 roku udzielono 634 pożyczki na kwotę 155 mln zł. Z tej formy pomocy producenci mogą skorzystać również w 2023 roku. Nabór wniosków prowadzony jest w trybie ciągłym.

Agencja dysponuje także środkami na inwestycje związane z rozwojem produkcji prosiąt. Dostępne są one z budżetu Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014–2020 w ramach działania „Modernizacja gospodarstw rolnych”. Kwota wsparcia jest wysoka – od bieżącego roku wynosi nawet 1 mln zł, czyli o 100 tys. więcej niż w minionych latach. Wsparcie jest przyznawane w postaci dofinansowania kosztów poniesionych na realizację inwestycji, np. na budowę chlewni lub jej remont, zakup nowych maszyn i urządzeń potrzebnych do produkcji.

W styczniu bieżącego roku, również w ramach PROW 2014–2020, ARiMR uruchomiła jednorazową pomoc dla tych hodowców świń, którzy ponieśli straty z powodu rosyjskiej inwazji na Ukrainę. Wysokość wsparcia uzależniona została od liczby zwierząt urodzonych między 1 kwietnia 2021 roku a 31 marca 2022 roku i wyniosła od 2,4 tys. zł w przypadku stada liczącego 10–24 świń do 70 tys. zł, gdy hodowca posiadał 600 świń i więcej.

Last year, as part of exceptional adjustment aid for breeders conducting production in a closed cycle (keeping sows, piglets and fattening pigs), the Agency provided PLN 149.5 million. These farms are usually less flexible in terms of reacting and adapting to an unstable market situation, especially, changes in prices of cereals and purchase prices of livestock. The amount of co-financing for one animal was PLN 80, and a breeder could receive support for up to 2 thousand pigs.

In the years 2021–2022, ARMA paid pig producers from areas covered by restrictions in connection with the occurrence of ASF the support amounting to PLN 244.8 million to compensate for income they had lost. Pig breeders from areas affected by ASF may also apply for an interest-free loan to finance civil law obligations. In 2022, 634 loans in the amount of PLN 155 million were granted. Producers may also use this form of aid in 2023. The call for applications is carried out on a continuous basis.



Agencja dysponuje środkami na inwestycje związane z rozwojem produkcji prosiąt ■ The Agency has funds for investment projects related to developing the production of piglets

The Agency also has funds for investment projects related to developing the production of piglets. They are available from the budget of the Rural Development Programme for 2014–2020 under the measure "Modernisation of farms". The amount of support is high – as from this year, it is even PLN 1 million, i.e. 100 thousand more than in previous years. The support is granted in the form of co-financing for costs incurred for implementing an investment project, e.g. for the construction or renovation of a pigsty, purchase of new machinery and equipment needed for production.

This January, also under the RDP 2014–2020, ARMA launched one-time aid for those pig breeders who suffered losses due to the Russian invasion of Ukraine. The amount of support depends on the number of animals born between 1 April 2021 and 31 March 2022 and amounted to from PLN 2.4 thousand in the case of a herd of 10–24 pigs to PLN 70 thousand when a breeder had 600 pigs and more.



# Euro i złotówka w miodzie

## EUR and PLN in honey

Wirusy lubią zimę. O tej porze roku wielu z nas boryka się ze wzmożoną podatnością na infekcje. W tym sezonie jest szczególnie trudno, ponieważ mierzymy się dużą

falą zachorowań na grypę, RSV, COVID-19, nie mówiąc już o zwykłym przeziębieniu. Jak się przed tym uchronić? Trzeba wzmacniać swoją odporność. Ogromne znaczenie w tym aspekcie ma styl życia oraz dieta. A w niej nie powinno zabraknąć rodzimego miodu i innych produktów pszczelich.

Mleko z miodem i czosnkiem, napój z miodem, imbirem, cytryną i kurkumą czy syrop z cebuli i miodu – te naturalne mikstury potrafią być naprawdę skuteczne, jeśli będziemy je stosować systematycznie. Odporności nie da się zbudować przez dwa, trzy dni. Miód to płynne złoto dla naszego organizmu.

### Rodzaje miodów

Miody pszczoły różnią się pod względem barwy, smaku, aromatu, konsystencji oraz rodzaju krystalizacji w zależności od pochodzenia i surowców, z których powstały. Można je podzielić na trzy zasadnicze grupy.

- Miód nektarowy – wytwarzany jest przez pszczoły z nektaru roślin. Dzieli się na odmianowy, który jest pozyskiwany w większości z nektaru jednej rośliny tuż po zakończeniu jej okresu kwitnienia, np. miód akacjowy, lipowy, wrzosowy czy gryczany. Drugą grupę stanowi miód wielokwiatowy, pozyskiwany z różnych roślin w obrębie tego samego ekosystemu, a więc z rozmaitych kwiatów występujących na polach, łąkach czy lasach.
- Miód spadziowy – pszczoły wytwarzają go z wydzieliny produkowanej przez mszyce i czerwce, którą zbierają z drzew iglastych i liściastych oraz z roślin rolniczych.
- Miód nektarowo-spadziowy – wytwarzany jest przez pszczoły częściowo z nektaru roślin miododajnych, a częściowo ze spadzi iglastej czy liściastej.

Viruses like winter. At this time of year, many of us struggle with increased susceptibility to infections. This season is particularly difficult as we are facing a large wave of cases of

influenza, RSV, COVID-19, let alone a regular cold. How to protect ourselves from this? We need to improve our immunity. Of great importance in this aspect are our lifestyle and diet. And they should not be deprived of native honey and other bee products.

Milk with honey and garlic, a drink with honey, ginger, lemon and turmeric or onion and honey syrup – these natural mixtures can be really effective if we use them

regularly. Immunity cannot be built for two or three days. Honey, which is their basic ingredient, is a liquid gold for our body.

### Types of honey

Bee honey varies in terms of colour, taste, aroma, consistency and type of crystallisation depending on its origin and raw materials from which it has been made. It can be divided into three main groups.

Nectar honey – produced by bees from the nectar of plants. It is divided into varietal honey, which is derived mostly from the nectar of one plant right after the end of its blooming period, e.g. acacia, linden, heather and buckwheat honey. The second group is multifloral honey derived from various plants within the same ecosystem, i.e. from various flowers growing in fields, meadows or forests.

Honeydew honey – bees produce it from secretion of aphids and scale insects, which they collect from coniferous and deciduous trees and from agricultural plants.

Nectar and honeydew honey – produced by bees partially from the nectar of melliferous plants, and partially from coniferous or deciduous honeydew.

Among many health-promoting properties of honey, we can mention the bactericidal effect resulting from the high content of sugars and acidic pH, which prevent the develop-



Miód to płynne złoto dla naszego organizmu, a każdy jego rodzaj jest cenny i zdrowy ■  
Honey is a liquid gold for our body and any type of it is valuable and healthy

Wśród wielu korzystnych dla zdrowia właściwości miodu można wymienić działanie bakteriobójcze wynikające z dużej zawartości cukrów oraz kwaśnego pH, które uniemożliwiają rozwój drobnoustrojów. Miód zmniejsza stany zapalne, wspomaga pracę układu odpornościowego, wspiera leczenie chorób górnych dróg oddechowych, chorób wątroby oraz pęcherzyka żółciowego, choroby wrzodowej żołądka i dwunastnicy. Miód obniża ciśnienie krwi, działa przeciwgorączkowo, przyspiesza gojenie się ran.

### Uważaj co kupujesz

Na pytanie, który miód wybrać, eksperci odpowiadają, że różnice w jego składzie są niewielkie, każdy jego rodzaj jest cenny i zdrowy. Ważne, by pochodził ze sprawdzonego źródła, miał etykietę o jego składzie i producencie. Plagą ostatnich lat stało się bowiem podrabianie miodu, np. przez dodanie do niego syropu glukozowo-fruktozowego. Taki wyrób miodopodobny jest tańszy, nie krystalizuje się (proces krystalizacji prawdziwego miodu jest naturalnym etapem jego dojrzewania), a jego wartość odżywcza i lecznicza jest wątpliwa.

Choć pewność co do autentyczności miodu mogą dać tylko badania laboratoryjne, są wskazówki, które mogą o tym świadczyć. Jedną z nich jest waga – 1 litr dojrzałego miodu waży ok. 1,4 kg. Kolejną jest fakt, że prawdziwy miód lany z dużej wysokości tworzy na powierzchni górkę. Można też zrobić minitest i sprawdzić, czy kropla miodu toczy się po gładkiej powierzchni. W przypadku miodu prawdziwego nie powinna. Oryginalny produkt powinien pachnieć ulem, pyłkami, woskiem i pasieką. Na jego skryształizowanej powierzchni można bez problemu dostrzec „kożuszek” z pyłków i żywic.

By miód nie stracił swych cennych właściwości, trzeba zadbać o jego prawidłowe przechowywanie: w temperaturze pokojowej i zacienionym miejscu, np. w szafce. Aby nie zepsuć jego dobroczynnego działania, nie powinien być podgrzewany do temperatury powyżej 40°C – radzi Renata Rudolf, która wraz z mężem Pawłem prowadzi Księżycową Pasiekę w Urzędzie w województwie mazowieckim. Małżeństwo pasjonatów pszczelarstwa czytelnicy „Polish Food” mogli bliżej poznać w poprzednim, jesiennym numerze.

### Pomoc dla pszczelarzy, korzyść dla konsumentów

By na polskie stoły trafiał miód dobrej jakości, wzmocnione zostały poszczególne ogniwa związane z produkcją i zbytem

ment of microorganisms. Honey reduces inflammation, supports the work of the immune system, the treatment of the upper respiratory tract diseases, liver and gallbladder diseases, gastric and duodenal ulcers. Honey lowers blood pressure, has an antipyretic effect, accelerates wound healing.

### Be careful what you purchase

When asked which honey to choose, experts say that the differences in its composition are insignificant and each type of it is valuable and healthy. It is important that it originates in a reliable source, has a label stating its composition and manufacturer. In fact, in recent years adulteration of honey has become a plague, e.g. by adding glucose-fructose syrup to it. Such

a honey-like product is cheaper, does not crystallise (the crystallisation process of genuine honey is a natural stage of its maturation), and its nutritive and therapeutic values are questionable.

Although only laboratory tests can give us certainty as to the authenticity of honey, there are tips that can attest to it. One of them is weight – 1 litre of mature honey weighs about 1.40 kg. Another is the fact that genuine honey, when poured down from a great height, forms a small heap on the surface. We can also carry out a mini-test and see if a drop of honey rolls on a smooth surface. In the case of genuine honey, it should not. The original product should smell of

beehive, pollen, wax and apiary. On its crystallised surface, we can easily see a „skin” made of pollen and resins.

If honey is not to lose its valuable properties, it is required to ensure its proper storage: at the room temperature and in a shady place, e.g. in a cupboard. In order not to destroy its beneficial effects, we should not heat it to the temperatures exceeding 40 degrees C – advises Renata Rudolf, who, together with her husband Paweł, runs Księżycowa Pasieka in Urzędzie in the Mazowieckie Voivodeship. The readers of „Polish Food” could become more familiar with the married couple of beekeeping enthusiasts in the previous, autumn issue.

### Aid for beekeepers, benefit for consumers

To ensure that good quality honey appears on the Polish tables, the individual links related to the production and sale of beekeeping products have been strengthened and an active policy supporting this industry by our state is pursued by our



Miody pszczele różnią się pod względem barwy, smaku, aromatu i konsystencji ■ Bee honey varies in terms of colour, taste, aroma and consistency



wyrobów pszczelarskich oraz prowadzona jest aktywna polityka wspierająca tę branżę przez nasze państwo. Programy pomocy dla pszczelarzy finansowane są ze środków krajowych oraz unijnych. Fundusze te przekazuje Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa.

ARiMR do stycznia 2023 roku wypłaciła pszczelarzom ponad 43 mln zł z tytułu dotacji do każdej przezimowanej rodziny pszczelej. Wsparcie to ma charakter pomocy *de minimis* w rolnictwie.

Agencja ma w swojej ofercie także inne formy pomocy dla sektora pszczelarskiego. Z budżetu PROW na lata 2014–2020 przedsiębiorcy z tej branży mogą sięgnąć po środki z działania „Wsparcie inwestycji w przetwarzanie produktów rolnych, obrót nimi lub ich rozwój”. Dzięki nim mogą rozwinąć swoją produkcję i jej zbyty w ramach sprzedaży bezpośredniej lub rolniczego handlu detalicznego. „Tworzenie grup producentów i organizacji producentów” to kolejne z działań PROW, w którym zapisano dofinansowanie dla pszczelarzy. A dokładnie dla tych, którzy chcieliby połączyć siły w celu zwiększenia opłacalności produkcji miodu i łatwiejszego zbytu wytwarzanych produktów pszczelarskich.

Jednak głównym źródłem finansowej pomocy dla polskiego pszczelarstwa jest mechanizm Wspólnej Polityki Rolnej – „Wsparcie rynku produktów pszczelich”. Realizowany jest on w formie trzyletnich krajowych programów

zatwierdzanych przez Komisję Europejską, a środki w połowie pochodzą z funduszy unijnych oraz krajowego budżetu. Od wejścia Polski do UE w 2004 roku, do końca 2021 roku zrealizowano 5,7 tys. umów lub projektów, w ramach których wypłacono 391 mln zł. Właśnie zakończyła się szósta edycja programu – na lata 2020–2022. Pszczelarze otrzymali w tym okresie 42,3 mln zł wsparcia. Z tej puli najwięcej pieniędzy przeznaczonych zostało na zakup sprzętu pszczelarskiego oraz leków do zwalczania choroby pszczoł – warrozy.

Do 2022 roku podmiotem odpowiedzialnym za przyjmowanie projektów i wydawanie informacji o przyznaniu pomocy w ramach programu „Wsparcie rynku produktów pszczelich” był Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa. Z kolei środki finansowe przekazywała Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa. Od tego roku to ARiMR przejmie całość spraw, będąc jedyną instytucją realizującą w Polsce zapisane w Planie Strategicznym dla Wspólnej Polityki Rolnej na lata 2023–2027 „Interwencje w sektorze pszczelarskim”.

country. Aid schemes for beekeepers are financed from national and EU funds. These funds are provided by the Agency for Restructuring and Modernisation of Agriculture.

By January 2023, ARMA has paid more than PLN 43 million to beekeepers as a subsidy for each bee colony overwintered. This support is *de minimis* aid in agriculture.

The Agency also offers other forms of aid for the beekeeping sector. From the RDP budget for 2014–2020, entrepreneurs from this industry can receive the funds from the measure „Support for investments in the processing, marketing or development of agricultural products”. Thanks to them, they can develop their production and its sale as part of direct sales or agricultural retail trade. „Setting up producer groups and producer organisations” is another RDP measure that includes co-financing for beekeepers. And more precisely for those who would like to join forces to increase the profitability of honey production and easier sale of beekeeping products produced.

However, the main source of financial aid for the Polish beekeeping industry is the mechanism of the Common Agricultural Policy – „Support for the market of bee products”. It is implemented in the form of 3-year national programmes approved by the European Commission, and half of the funds come from EU funds and the state budget. Between the



Programy pomocy dla pszczelarzy finansowane są ze środków krajowych i unijnych  
 ■ Aid schemes for beekeepers are financed by the national and EU funds

accession of Poland to the EU in 2004 and the end of 2021, 5.7 thousand agreements or projects were implemented, under which PLN 391 million was paid. The sixth edition of the programme – for the years 2020–2022 – has just ended. During this period, beekeepers received the support amounting to PLN 42.3 million. From this pool, the largest amount of money has been spent on the purchase of beekeeping equipment and medicines to eradicate the bee disease – varroosis.

Until 2022, the entity responsible for accepting projects and issuing information on granting the aid under the „Support for the market in bee products” programme was the National Support Centre for Agriculture. In turn, the funds were provided by the Agency for Restructuring and Modernisation of Agriculture. As from this year, it is ARMA which will take over all matters, thus being the only institution implementing in Poland „Interventions in the beekeeping sector” which are included in the Strategic Plan for the Common Agricultural Policy for the years 2023–2027.

# Polska wołowina w Japonii

## Polish beef in Japan

Wbrew pozorom spożywanie wołowiny w Japonii ma długą tradycję, nawet mimo ogromnej popularności ryb i owoców morza w diecie Japończyków. W Japonii hoduje się bydło, w tym renomowanych i cenionych ras Wagyu. Własna produkcja nie pokrywa jednak popytu wewnętrznego, dlatego część mięsa jest sprowadzana. Rozwiązaniem dla deficytu wołowiny w Japonii jest import tego mięsa, w tym wymiana handlowa z Unią Europejską.

Europejscy producenci z nadzieją patrzą w przyszłość, licząc na dalszy dynamiczny rozwój współpracy eksportowej. Potwierdzeniem gotowości polskich producentów wołowiny do stałej współpracy jest roz-

szerzanie oferty produktowej, dostosowanej do oczekiwań najbardziej wymagających odbiorców z Japonii oraz Hongkongu.

Polski program pt. „Europejska wołowina na rynkach azjatyckich” został zainicjowany przez Unię Producentów i Pracodawców Przemysłu Mięsnego (UPEMI) – wiodącą organizację branżową, zrzeszającą ponad 110 podmiotów polskiego sektora mięsnego.

Kampania „Europejska wołowina na rynkach azjatyckich” jest kontynuacją poprzedniego programu prowadzonego w latach 2018–2019 oraz 2021 roku pod nazwą „Wołowina z Polski na japońskim rynku”. Skierowana jest do azjatyckich importerów i dystrybutorów mięsa wołowego oraz do liderów opinii publicznej.

### Różne kultury i kuchnie, jeden sprawdzony składnik

O tym, jak dobra jest polska wołowina, produkowana w zgodzie z wysokimi standardami jakości, przekonało się wielu zagranicznych partnerów handlowych UE, w tym Japonia i Hongkong. Wysokiej jakości mięso wołowe produkowane w Polsce



Wołowinę powinno się smażyć krótko, ponieważ zbyt długie smażenie sprawia, że mięso twardnieje ■ Beef should be fried shortly, because prolonged frying makes meat tough

After all, the consumption of beef in Japan has a long tradition, even despite the enormous popularity of fish and seafood in the diet of Japanese people. In Japan, cattle are bred, including that of reputable and valued Wagyu breeds. However, own production does not cover the internal demand, therefore, part of meat is imported. The solution to the deficit of beef in Japan is the import of this meat, including trade with the European Union.

European producers hopefully look to the future, expecting the further dynamic development of export cooperation. The confirmation of readiness of Polish producers of beef for permanent cooperation is the expansion of the

product offer, adjusted to the expectations of the most demanding customers from Japan and Hong Kong.

The Polish programme entitled "European beef on Asian markets" has been initiated by the Union of Producers and Employers of Meat Industry (UPEMI) – a leading industry organisation bringing together more than 110 entities of the Polish meat sector.

The "European beef in Asian markets" campaign is a continuation of the previous programme carried out in 2018–2019 and 2021 under the name "Beef from Poland in the Japanese market". It is addressed to Asian importers and distributors of beef and to public opinion leaders.

### Different cultures and cuisines, one proven ingredient

Many foreign trading partners of the EU, including Japan and Hong Kong, have found how good is Polish beef, produced in accordance with high quality standards. High-quality beef produced in Poland is a product working perfectly as an ingredient of dishes originating in various cultures and traditions, includ-



to produkt, który znakomicie sprawdza się w roli składnika dań wywodzących się z różnorodnych kultur i tradycji, także azjatyckich. Gyūdon, wołowe dim sum, a może rāmen przygotowane z polskiej wołowiny będą miały niepowtarzalny smak i aromat.

Poprawne przyrządzenie wołowiny zależy głównie od rodzaju obróbki termicznej. Wołowina potrzebuje szczególnego traktowania oraz czasu. Aby stała się miękka, krucha czy wręcz rozplývająca się w ustach, należy przestrzegać kilku podstawowych zasad:

- Mięso wołowe lubi marynowanie, dzięki temu staje się niesamowicie kruche, aromatyczne i smaczne;
- Wołowiny lepiej nie rozbijać. Mięso wołowe należy pokroić na kawałki o odpowiedniej grubości i poddać wybranej obróbce termicznej;
- Wołowinę powinno się smażyć krótko, ponieważ zbyt długie smażenie sprawia, że mięso twardnieje i jego konsystencja przypomina gumę do żucia;
- W kwestii duszenia czy gotowania najlepiej jest poddać wołowinę kilkugodzinnemu procesowi. Ten szczególnie gatunek mięsa potrzebuje dłuższego czasu na ten rodzaj obróbki termicznej.

### Jaką część najlepiej wybrać?

Według Europejczyków najbardziej wartościowe mięso znajduje się wzdłuż grzbietu wołu i jego tylnej części. Są nimi: polędwica, rostbef, rumsztyk i udziec (w nim znajduje się ligawa). Kawałki te wykorzystywane są do steków, zrazów, burgerów, befsztyków i pieczeni. Natomiast z przedniej części wołu mięso nadaje się do smażenia i pieczenia. Najczęściej wybiera się łopatkę oraz antrykot. Inne fragmenty nadają się do gotowania lub duszenia, np. do przygotowania gulaszu wołowego. Przyrządzając wołowinę należy wiedzieć, jak postępować z jej poszczególnymi elementami. Delikatne części, takie jak antrykot, polędwica wołowa i rostbef, wymagają krótszej obróbki termicznej. Natomiast szponder, łopaska i mostek potrzebują zdecydowanie więcej czasu.

Dlaczego wołowina wychodzi twarda? Ma na to wpływ kilka czynników: klasa mięsa, konkretna część wołu oraz nieumiejętna obróbka. Kluczem do sukcesu jest nie tylko sam sposób przyrządzenia, choć w dużym stopniu ma on znaczenie, ale też bardzo dobry produkt. Dobry produkt uzyskamy od sto-

ing Asian ones. Gyūdon, beef dim sum, or maybe rāmen. When made of Polish beef, they will have a unique taste and aroma.

The proper preparation of beef depends mainly on the type of heat treatment. Beef needs special treatment and time. If it is to become soft, tender or even melt in the mouth, we should observe several basic rules:

- Beef likes pickling, thanks to this it becomes incredibly tender, aromatic and tasty;
- It is better not to pound beef. Beef should be cut into pieces of suitable thickness and subjected to the selected heat treatment;
- Beef should be fried shortly, because prolonged frying makes meat tough and resemble chewing gum in consistency;
- As regards stewing or cooking, it is best to subject beef to a process lasting several hours. This special type of meat needs a longer time for this type of heat treatment.

### What part is best to choose?

According to Europeans, the most valuable meat is found along the back of the ox and its rear part. These are: sirloin, roast beef, rump steak and leg (silverside can be found there). These pieces are used for steaks, roulades, burgers, beef steaks and roasts. On the other hand, from the meat from the front part of the ox is suitable for frying and roasting. Most often, the shoulder and entrecôte are chosen. Other fragments are good for cooking or stewing, e.g. for preparing a beef stew. When preparing beef, we should know how to deal with its individual elements. Delicate parts such as the entrecôte, sirloin and roast beef require shorter heat treatment. On the other hand, the flat rib, shoulder and brisket need much more time.

Why does beef become tough? This is determined by several factors: the class of meat, the specific part of the ox and improper treatment. The key to success is not only the method of preparation, although it is important to a large extent, but also a very good product. We will obtain a good product from relatively young cows and bulls of meat breeds (age 1–3 years). Proper feeding of animals is also relevant, having a significant impact on the final appearance of meat.



Gyūdon to rodzaj wołowej potrawy na bazie rybnego bulionu, podawanej w misce na porcji ryżu ■ Gyūdon is a type of beef stew based on fish broth, served in a bowl on a portion of rice

sunkowo młodych krów i byków ras mięsnych (wiek 1–3 lat). Ważne jest również właściwe żywienie zwierząt, które ma duży wpływ na ostateczny wygląd mięsa. Kupując mięso wołowe należy zwrócić uwagę na: odpowiedni kolor, zapach i strukturę. Kawalek mięsa wołowego dobrej jakości charakteryzuje się jasnoczerwoną barwą, a tłuszcz jest jasnokremowy. Twarde mięso wołowe jest również efektem nieumiejętnie wykonanej obróbki termicznej, np. za długie smażenie czy za krótkie duszenie.

### Jak smażyć wołowinę, aby była miękka?

Podstawową zasadą jest to, że w żadnym wypadku nie powinno się smażyć mięsa wyjętego prosto z lodówki. Powinno ono przez jakiś czas poleżeć np. na kuchennym blacie, aby uzyskać temperaturę pokojową. Kawalki mięsa smażymy na mocno rozgrzanej patelni, kierując się następującą zasadą – jeżeli kawałek ma 200 g, to smażymy go po 2 minuty z każdej strony, jeśli 300 g, to po 3 minuty z każdej strony, każde dodatkowe 100 g potrzebuje dodatkowej minuty smażenia.



Rämen przygotowany z polskiej wołowiny będzie miał niepowtarzalny smak i aromat ■ Rāmen made of Polish beef will have a unique taste and aroma

### Jak piec wołowinę?

Przyjmuje się, że każdy kilogram mięsa piecze się ok. 1–1,5 godziny, w piekarniku nagrzanym do temperatury 180°C. Jeżeli postanowi się piec mięso w niższej temperaturze, czas znacznie się wydłuży. Przykładowo: w temperaturze 80°C pieczemy pieczeń wołową przez około 4 godziny.

Duszenie mięsa wołowego to dwuetapowy proces. Istotną czynnością jest przysmażenie wołowiny przed docelowym procesem duszenia. Do przysmażonej wołowiny dodajemy wodę, przyprawy i dusimy przez 2,5 godziny. Wtedy mamy gwarancję uzyskania jej delikatnej tekstury.



Delikatne, pełne smaku azjatyckie pierożki dim sum z wołowiną ■ Delicate, full of taste Asian Dim Sum dumplings with beef

When buying beef, we should pay attention to: the right colour, smell and structure. A piece of beef of good quality is characterised by a light red colour, and the fat is light cream in colour. Tough beef is also a result of improper heat treatment, e.g. too long frying or too short stewing.

### How to fry beef so that it is soft?

The basic rule is that in no case should we fry meat taken out straight from the refrigerator. It should rest for some time, for example, on a kitchen worktop, so as to reach the room temperature. We fry the pieces of meat in a strongly heated frying pan, observing the following rule – if a piece weighs 200 g, we fry it for 2 minutes on each side, if 300 g – 3 minutes on each side, each additional 100 g needs an additional minute of frying.

### How to roast beef?

It is assumed that each kilogram of meat is roasted for about 1–1.5 h, in an oven preheated to the temperature of 180°C. If we decide to roast meat at the lower temperature, the time will be significantly longer. For example: at the temperature of 80°C, we roast beef for about 4 hours.

Stewing beef is a two-stage process. An important operation is to slightly fry beef before the final process of stewing. We add water and spices to fried beef and stew it for 2.5 hours. Then, we are guaranteed to obtain its delicate texture.

TEKST ■ By: UNIA PRODUCENTÓW I PRACODAWCÓW PRZEMYSŁU MIĘSNEGO ■ UNION OF PRODUCERS AND EMPLOYERS OF MEAT INDUSTRY

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: ©DAWID-, ©NATALIA HANIN-, ©JYK1018102-, ©CARMELO-STOCK.ADOBE.COM



# Nasze kaczki na unijnym podium

## Our ducks on the EU podium

**D**robiarstwo należy do najważniejszych działów krajowej produkcji rolniczej, a Polska od 2014 roku jest największym w Unii Europejskiej producentem drobiu. W strukturze krajowej produkcji oraz w eksporcie dominuje drób kurzy i indy, ale coraz większe znaczenie ma także produkcja kaczek. Duża część krajowej produkcji kaczek trafia na eksport, przede wszystkim do krajów Unii Europejskiej. Wzrasta również popyt ze strony konsumentów krajowych zarówno na mięso, jak i produkty spożywcze na bazie mięsa kaczego.

**T**he poultry sector is one of the most important sections of the domestic agricultural production, and since 2014 Poland has been the largest producer of poultry in the European Union. The structure of the domestic production and the export are dominated by chickens and turkeys, but the production of ducks is also becoming increasingly important. A large part of the domestic production of ducks is exported, first of all to the European Union countries. Also, the demand from domestic consumers for both duck meat and duck-based food products is growing.



Kaczka pierś w pomarańczach ■ Duck breast with oranges

Polska w 2021 roku była trzecim po Francji i Węgrzech producentem kaczek w Unii Europejskiej z 16% udziałem w unijnej produkcji. Dominującą rasą kaczek hodowanych w Polsce jest Pekin. Kaczki tej rasy cechuje krótki cykl produkcji brojlerów, niezbyt duże wymagania pokarmowe oraz znaczna zdrowotność i duża zawartość mięsa.

Potrawy na bazie mięsa kaczego są stałym elementem tradycji kulinarnych we wszystkich regionach Polski. Wiele potraw z kaczki znalazło się na „Liście produktów tradycyjnych”, prowadzonej przez Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi, m.in.

In 2021, Poland was the third producer of ducks in the European Union after France and Hungary, with the share of 16% in EU production. The dominant breed of ducks bred in Poland is the Pekin breed. Ducks of this breed are characterised by a short broiler production cycle, not very high nutritional requirements and significant health and high meat content.

Duck-based dishes are a permanent element in culinary traditions in all regions of Poland. Many duck dishes have been included in the "List of traditional products" kept by

kaczka nadziewana po kujawsku, kaczka po zamojsku, kaczka z jabłkami z chojnowskiego dworu czy kaczka pieczona po wielkopolsku.

Rosnące zainteresowanie konsumentów mięsem kaczym wynika z jego właściwości kulinarnych i zdrowotnych. Mięso kaczki jest soczyste i kruche. Zawiera duże ilości dobrze przyswajalnego białka i jest lekkostrawne. Właściwości zdrowotne mięsa kaczki wynikają również z zawartości witamin z grupy B oraz A i E. Mięso kaczki jest również zasobne w mikro- i makroelementy oraz stanowi źródło jednonienasyconych kwasów tłuszczowych, co ma pozytywny wpływ na układ sercowo-naczyniowy.

Produkcja kaczek w Polsce w latach 2013–2020 odznaczała się znaczną dynamiką wzrostową. W 2021 roku pogłowienie

the Minister of Agriculture and Rural Development, *inter alia*, *Kaczka nadziewana po kujawsku* (Kuyavian-style stuffed duck), *Kaczka po zamojsku* (Zamojski-style duck), *Kaczka*

**Polska w 2021 roku była trzecim po Francji i Węgrzech producentem kaczek w Unii Europejskiej z 16% udziałem w unijnej produkcji. Dominującą rasą kaczek hodowanych w Polsce jest Pekin.**

In 2021, Poland was the third producer of ducks in the European Union after France and Hungary, with the share of 16% in EU production. The dominant breed of ducks bred in Poland is the Pekin breed.

kaczek zmniejszyło się i według danych GUS liczyło 5,3 mln sztuk wobec 6,4 mln sztuk w 2020 roku, do czego przyczyniła się sytuacja epizootyczna związana z występowaniem wirusa grypy ptaków i koniecznością likwidacji stad. Pomimo odnotowanego spadku pogłowienia kaczek w 2021 roku było dwukrotnie większe niż w roku 2012.

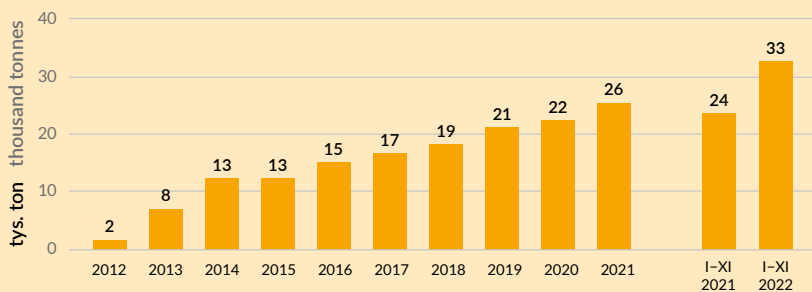
*z jabłkami z chojnowskiego dworu* (Duck with apples from the Chojnowski manor) or *Kaczka pieczona po wielkopolsku* (Wielkopolski-style roast duck).

The growing interest of consumers in duck meat results from its culinary and health properties. Duck meat is juicy and tender. It contains large amounts of easily digestible protein and is light.

The health properties of duck meat also result from the content of vitamins from group B, A and E. Duck meat is also rich in micro- and macronutrients and is a source of monounsaturated fatty acids, which has a positive effect on the cardiovascular system.

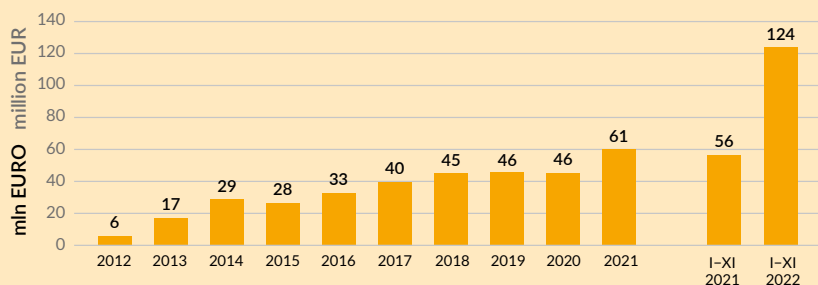
The production of ducks in Poland in the years 2013–2020 was characterised by a significant growth rate. In 2021, the population of ducks decreased and, according to Statistics Poland data, amounted to 5.3 million head when compared to 6.4 million head in 2020, which was caused by the epizootic situa-

### Wolumen eksportu mięsa kaczek z Polski Export volume of duck meat from Poland



Wybrane kody z grupy CN0207 ■ Selected codes from the CN 0207 group  
Źródło: opracowanie Biura Analiz i Strategii KOWR na podstawie danych Ministerstwa Finansów, 2022 r. – dane wstępne ■  
Source: study by the Analysis and Strategy Office of the NSCA based on the Ministry of Finance data, 2022 – preliminary data

### Wartość eksportu mięsa kaczek z Polski Export value of duck meat from Poland

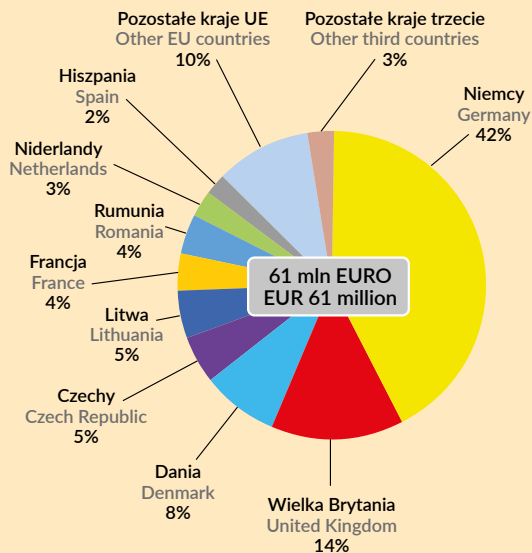


Wybrane kody z grupy CN0207 ■ Selected codes from the CN 0207 group  
Źródło: opracowanie Biura Analiz i Strategii KOWR na podstawie danych Ministerstwa Finansów, 2022 r. – dane wstępne ■  
Source: study by the Analysis and Strategy Office of the NSCA based on the Ministry of Finance data, 2022 – preliminary data



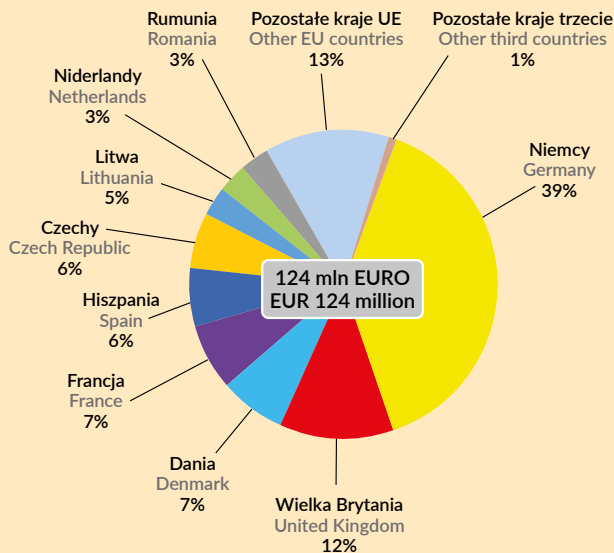
### Struktura geograficzna eksportu mięsa kaczek z Polski w 2021 r.

Geographical structure of the export of duck meat from Poland in 2021



### Struktura geograficzna eksportu mięsa kaczek z Polski w okresie I–XI 2022 r.

Geographical structure of the export of duck meat from Poland in the period I–XI 2022



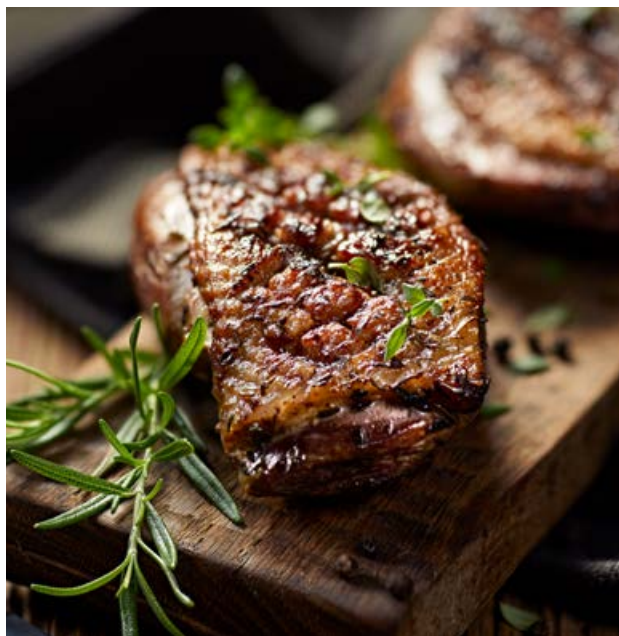
Wybrane kody z grupy CN0207 ■ Selected codes from the CN 0207 group

Źródło: opracowanie Biura Analiz i Strategii KOWR na podstawie danych Ministerstwa Finansów, 2022 r. – dane wstępne ■ Source: study by the Analysis and Strategy Office of the NSCA based on the Ministry of Finance data, 2022 – preliminary data

W ujęciu regionalnym produkcja kaczek skoncentrowana jest przede wszystkim w województwie wielkopolskim (1,9 mln sztuk; 36% wolumenu produkcji krajowej) oraz w województwie łódzkim (1,1 mln sztuk; 22%).

Sprzedaż zagraniczną mięsa kaczego z Polski charakteryzuje się stałą tendencją wzrostową pod względem uzyskiwanych przychodów. Według danych Ministerstwa Finansów w latach 2012–2021 wartość sprzedaży zagranicznej mięsa z kaczek zwiększyła się z 6 mln euro do 61 mln euro, tj. ponad 10-krotnie. W 2022 roku wzrostowa tendencja w eksporcie była kontynuowana.

W okresie od stycznia do listopada 2022 roku krajowi przedsiębiorcy sprzedali za granicę 33 tys. ton mięsa z kaczek o wartości 124 mln euro wobec 24 tys. ton za 56 mln euro uzyskanych w analogicznym okresie 2021 roku.



Potrawy na bazie mięsa kaczego są stałym elementem tradycji kulinarnych we wszystkich regionach Polski ■ Duck-based dishes are a permanent element in culinary traditions in all regions of Poland

tion related to the occurrence of the avian influenza virus and the need to eradicate flocks. Despite the recorded decrease, the population of duck in 2021 was twice as high as in 2012.

In regional terms, the production of ducks is concentrated mainly in the Wielkopolskie Voivodeship (1.9 million head; 36% of the domestic production volume) and in the Łódzkie Voivodeship (1.1 million head; 22%).

The foreign sale of duck meat from Poland is characterised by a constant upward trend in terms of revenues obtained. According to the Ministry of Finance data, in the years 2012–2021 the value of foreign sale of duck meat increased from EUR 6 million

to EUR 61 million, i.e. more than 10 times. In 2022, the upward trend in export was continued. In the period from January to November 2022, domestic entrepreneurs sold abroad 33 thou-

Polskie mięso z kaczek trafia przede wszystkim na stoły konsumentów w krajach Unii Europejskiej. W 2021 roku około 84% przychodów uzyskanych z eksportu wygenerowała sprzedaż do krajów UE, a 14% – do Wielkiej Brytanii.

Na rynku unijnym w 2021 roku głównym odbiorcą polskiego mięsa kaczego były zdecydowanie Niemcy (26 mln euro; 42% udziału w polskim eksporcie). Mniejszy udział miały: Dania (5 mln euro; 8%), Czechy i Litwa (po 3 mln euro; po 5%), a także Francja i Rumunia (po ponad 2 mln euro; po 4%). Poza Unią Europejską największe przychody uzyskano ze sprzedaży mięsa kaczek do Wielkiej Brytanii (8 mln euro; 14%).

W okresie styczeń–listopad 2022 roku wartość eksportu tego asortymentu przekroczyła 124 mln euro, z tego sprzedaż do UE wyniosła 108 mln euro, co stanowiło 87% przychodów. Asortyment ten eksportowano głównie do Niemiec (49 mln euro; 39% udziału w wartości polskiego eksportu),

sand tonnes of duck meat worth EUR 124 million when compared to 24 thousand tonnes for EUR 56 million obtained in the same period of 2021.

Polish duck meat goes mostly to the tables of consumers in the European Union. In 2021, about 84% of export revenues were generated by the sale to the EU countries, and 14% – to the United Kingdom.

In the EU market in 2021, the major customer of Polish duck meat was definitely Germany (EUR 26 million; share of 42% in the Polish export). The smaller share was that of: Denmark (EUR 5 million; 8%), the Czech Republic and Lithuania (EUR 3 million each; 5% each), as well as France and Romania (more than EUR 2 million each; 4% each). Outside the European Union, the largest revenues were obtained from the sale of duck meat to the United Kingdom (EUR 8 million; 14%).

In the period from January to November 2022, the export value of this product range exceeded EUR 124 million,



Polska od 2014 r. jest największym producentem drobiu w Unii Europejskiej ■ Since 2014, Poland has been the largest producer of poultry in the European Union

Danii (9 mln euro; 7%), Francji i Hiszpanii (po około 8 mln euro; odpowiednio 7% i 6%) oraz Czech (7 mln euro; 6%). Poza UE największe przychody wygenerowała sprzedaż do Wielkiej Brytanii (15 mln euro; 12%).

Import mięsa kaczek do Polski jest niewielki. W latach 2012–2021 wydatki ponoszone na ten cel kształtowały się na poziomie 0,5–1,2 mln euro. W 2021 roku asortyment ten był importowany do Polski przede wszystkim z Węgier (0,4 mln euro; 38% udziału w polskim imporcie), Niemiec (0,3 mln euro; 32%) i Francji (0,2 mln euro; 26%). W okresie styczeń–listopad 2022 roku wartość importu mięsa kaczek do Polski wyniosła ponad 0,7 mln euro. Asortyment ten sprowadzano głównie z Węgier i Niemiec.

of which the sale to the EU amounted to EUR 108 million, accounting for 87% of revenues. This product range was mainly exported to Germany (EUR 49 million; share of 39% in the Polish export value), Denmark (EUR 9 million; 7%), France and Spain (about EUR 8 million each; 7% and 6%, respectively) and the Czech Republic (EUR 7 million; 6%). Outside the EU, the sale to the United Kingdom generated the highest revenues (EUR 15 million; 12%).

The import of duck meat into Poland is low. In the years 2012–2021, expenditure for this purpose ranged from EUR 0.5 million to EUR 1.2 million. In 2021, this product range was imported into Poland mainly from Hungary (EUR 0.4 million; share of 38% in the Polish import), Germany (EUR 0.3 million; 32%) and France (EUR 0.2 million; 26%). In the period from January to November 2022, the import value of duck meat to Poland amounted to more than EUR 0.7 million. This product range was imported mainly from Hungary and Germany.

TEKST ■ BY: BIURO ANALIZ I STRATEGII/KRAJOWY OŚRODEK WSPARCIA ROLNICTWA ■  
ANALYSIS AND STRATEGY OFFICE/NATIONAL SUPPORT CENTRE FOR AGRICULTURE  
ZDJEŃCIA ■ PHOTOS BY: ©ZI3000-, ©MARIA JEFFS-STOCK.ADOBE.COM



# Rynek gęsi w Polsce

## The market of geese in Poland



Polska zaliczana jest do największych producentów gęsi w Unii Europejskiej ■ Poland is among the largest producers of geese in the European Union

Polska zaliczana jest do największych producentów gęsi w Unii Europejskiej. Krajowe pogłowie gęsi podlega rocznym zmianom i waha się od 0,9 mln do 1,3 mln sztuk. Gęsi produkowane w Polsce przeznaczone są przede wszystkim na cele konsumpcyjne. Duże znaczenie gospodarcze mają również gęsi puch i pierze, posiadające zastosowanie jako wypełniacz o znakomitych właściwościach termicznych.

W Polsce dominującą rasą gęsi jest Gęś Biała Kołudzka, która stanowi ponad 90% krajowego pogłowia gęsi i jest efektem pracy Instytutu Zootechniki – PIB w Kołudzie Wielkiej. Rasa ta odznacza się bardzo dobrymi przyrostami masy ciała, dużą odpornością na choroby oraz małą zawartością tłuszczu i znakomitym smakiem.

W 2021 roku w ujęciu regionalnym produkcja gęsi skoncentrowana była przede wszystkim w województwach: kujawsko-pomorskim (146,5 tys. sztuk), podlaskim (142,4 tys. sztuk), łódzkim (120 tys. sztuk) i wielkopolskim (118,3 tys. sztuk). Łączny udział tych czterech regionów w krajowym pogłowiu gęsi wynosił 59%.

Zainteresowanie produkcją gęsiny w Polsce wynika z utrzymującego się popytu eksportowego oraz z coraz większej popularności tego mięsa wśród polskich konsumentów, doceniających jego walory smakowe, zdrowotne i dietetyczne. Wiele potraw z gęsi znalazło się na „Liście produktów tradycyjnych” prowadzonej przez Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi, m.in.

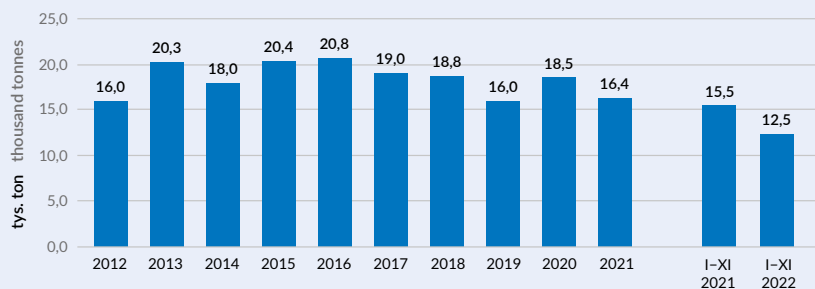
Poland is one of the largest producers of geese in the European Union. The domestic population of geese is subject to annual changes and ranges from 0.9 million head to 1.3 million head. Geese produced in Poland are intended mainly for consumption purposes. Of economic importance are also goose down and feathers, which are used as a filler with excellent thermal properties.

In Poland, the dominant breed of goose is the White Kołuda Goose, accounting for more than 90% of the national population of geese and is the result of the work conducted by the National Research Institute of Animal Production in Kołuda Wielka. This breed is characterised by very good weight gains, high resistance to diseases, low fat content and excellent taste.

In 2021, in regional terms, the production of geese was concentrated mainly in the Kujawsko-Pomorskie Voivodeship (146.5 thousand head), Podlaskie Voivodeship (142.4 thousand head), Łódzkie Voivodeship (120 thousand head) and Wielkopolskie Voivodeship (118.3 thousand head). The total share of those four regions in the national population of geese was 59%.

The interest in the production of goose meat in Poland results from the continuing export demand and from the growing popularity of this meat among Polish consumers, appreciating its taste, health-promoting and dietary values. Many goose

### Eksport mięsa z gęsi z Polski (w wadze produktu) Export of goose meat from Poland (in product weight)



Wybrane kody z grupy CN0207 ■ Selected codes from the CN 0207 group  
 Źródło: opracowanie Biura Analiz i Strategii KOWR na podstawie danych Ministerstwa Finansów, 2022 r. – dane wstępne ■  
 Source: study by the Analysis and Strategy Office of the NSCA based on the Ministry of Finance data, 2022 – preliminary data

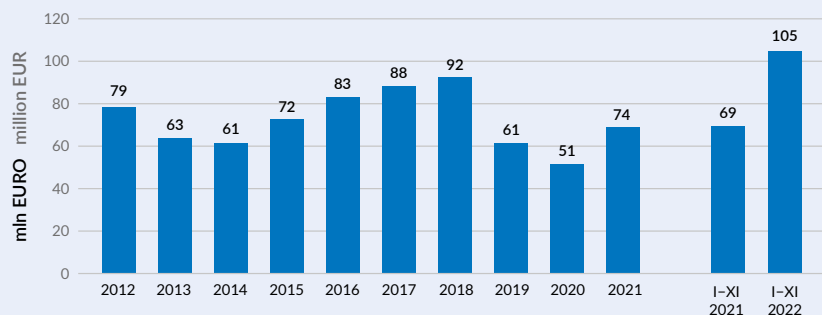
gęś owsiana z Bogusławic, gęś pomorska pieczona czy gęś owsiana ostrzeszowska.

Gęsina, w porównaniu z innymi gatunkami mięsa, charakteryzuje się korzystnymi proporcjami kwasów tłuszczowych, w tym tak istotnych dla naszego zdrowia omega-3 i omega-6. Mięso gęsi zawiera dużo białka, w skład którego wchodzi wszystkie aminokwasy egzogenne, których organizm człowieka nie może syntetyzować samodzielnie. Mięso to jest źródłem witamin z grupy B, witaminy A i E oraz wielu składników mineralnych, niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania organizmu.



Konsumenci doceniają walory smakowe, zdrowotne i dietetyczne mięsa z gęsi ■ Consumers appreciate the taste, health and dietary qualities of goose meat

### Wartość eksportu mięsa z gęsi z Polski Value of export of goose meat from Poland



Wybrane kody z grupy CN0207 ■ Selected codes from the CN 0207 group  
 Źródło: opracowanie Biura Analiz i Strategii KOWR na podstawie danych Ministerstwa Finansów, 2022 r. – dane wstępne ■  
 Source: study by the Analysis and Strategy Office of the NSCA based on the Ministry of Finance data, 2022 – preliminary data

dishes were included in the "List of Traditional Products" kept by the Minister of Agriculture and Rural Development, *inter alia*, Oat goose from Bogusławice (*Gęś owsiana z Bogusławic*), Pomeranian roast goose (*Gęś pomorska pieczona*) or Ostrzeszów oat goose (*Gęś owsiana ostrzeszowska*).

Goose meat, when compared to other meat species, is characterised by favourable proportions of fatty acids, including omega-3 and omega-6 which are so important for our health. Goose meat contains a lot of protein, which is com-

posed of all exogenous amino acids which the human body cannot synthesise on its own. This meat is a source of vitamins – from group B, vitamins A and E and many minerals necessary for the proper functioning of the body.

Due to their high quality, Polish geese are valued by foreign consumers, which translates into the export demand for this type of meat. In the years 2012–2021, the volume of foreign sale of goose meat by domestic entrepreneurs ranged from 16 to 21 thousand tonnes (in product weight).



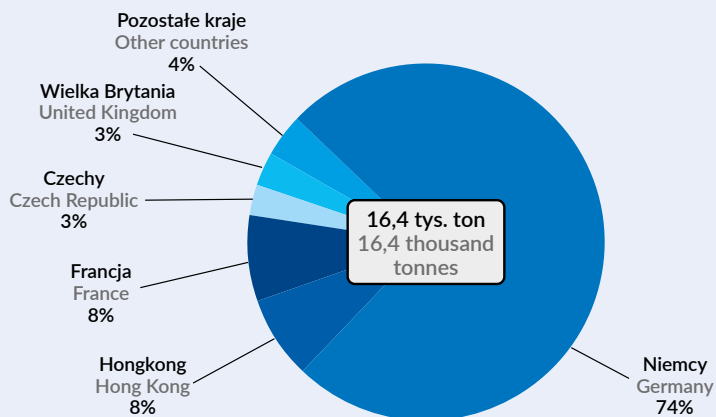
Ze względu na wysoką jakość polskie gęsi są cenione przez zagranicznych konsumentów, co przekłada się na popyt eksportowy na ten gatunek mięsa. W latach 2012–2021 wolumen sprzedaży zagranicznej mięsa z gęsi przez krajowych przedsiębiorców kształtował się od 16 do 21 tys. ton (w wadze produktu).

W okresie jedenastu miesięcy 2022 roku eksport mięsa gęsięgo kształtował się na poziomie niższym niż przed rokiem. Od stycznia do listopada 2022 roku krajowi przedsiębiorcy sprzedali za granicę 12,5 tys. ton mięsa z gęsi wobec 15,5 tys. ton w analogicznym okresie 2021 roku.

Najwięcej gęsiny Polska eksportuje do krajów Unii Europejskiej. Niezmiennie od wielu lat głównym odbiorcą tego mięsa są Niemcy. W 2021 roku na rynek niemiecki sprzedano 12,1 tys. ton polskiej gęsiny o wartości 63 mln euro, co stanowiło 74% wolumenu i 86% przychodów z eksportu tego asortymentu. Znacznie mniejszymi odbiorcami polskiej gęsiny były: Hongkong (1,4 tys. ton, 2,3 mln euro), Francja (1,3 tys. ton, 3,3 mln euro), Czechy (0,5 tys. ton, 2,0 mln euro) i Wielka Brytania (0,4 tys. ton, 0,9 mln euro).

Import mięsa z gęsi do Polski jest niewielki. W latach 2012–2021 kształtował się od 22 do 513 ton i nie miał praktycznie znaczenia w bilansie handlowym.

**Struktura geograficzna eksportu mięsa gęsięgo z Polski w 2021 r.**  
Geographical structure of export of goose meat from Poland in 2021



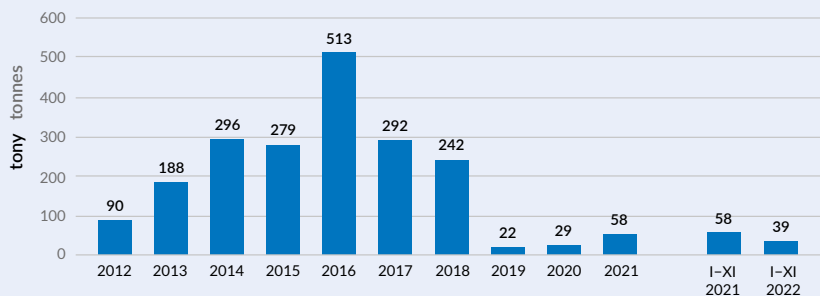
Wybrane kody z grupy CN0207 ■ Selected codes from the CN 0207 group  
Źródło: opracowanie Biura Analiz i Strategii KOWR na podstawie danych Ministerstwa Finansów ■ Source: study by the Analysis and Strategy Office of the NSCA based on the Ministry of Finance data

In the period of eleven months 2022, the export of goose meat was lower than the year ago. From January to November 2022 domestic entrepreneurs sold 12.5 thousand tonnes of goose meat abroad, when compared to 15.5 thousand tonnes in the same period of 2021.

The majority of goose meat is exported by Poland to the European Union countries. Invariably, for many years, the major customer of this meat has been Germany. In 2021, 12.1 thousand tonnes of Polish goose meat with a value of EUR 63 million were sold to the German market, which accounted for 74% of the volume and 86% of the export revenues of this product range. Much smaller customers of Polish goose meat were: Hong Kong (1.4 thousand tonnes, EUR 2.3 million), France (1.3 thousand tonnes, EUR 3.3 million), the Czech Republic (0.5 thousand tonnes, EUR 2.0 million) and the United Kingdom (0.4 thousand tonnes, EUR 0.9 million).

The import of goose meat to Poland is low. In the years 2012–2021, it ranged from 22 tonnes to 513 tonnes and virtually was of no importance in the trade balance.

**Import mięsa z gęsi do Polski (w wadze produktu)**  
Import of goose meat to Poland (in product weight)



Wybrane kody z grupy CN0207 ■ Selected codes from the CN 0207 group  
Źródło: opracowanie Biura Analiz i Strategii KOWR na podstawie danych Ministerstwa Finansów, 2022 r. – dane wstępne ■ Source: study by the Analysis and Strategy Office of the NSCA based on the Ministry of Finance data, 2022 – preliminary data

# Polska piątym producentem cebuli w Unii Europejskiej

## Poland is the fifth producer of onion in the European Union



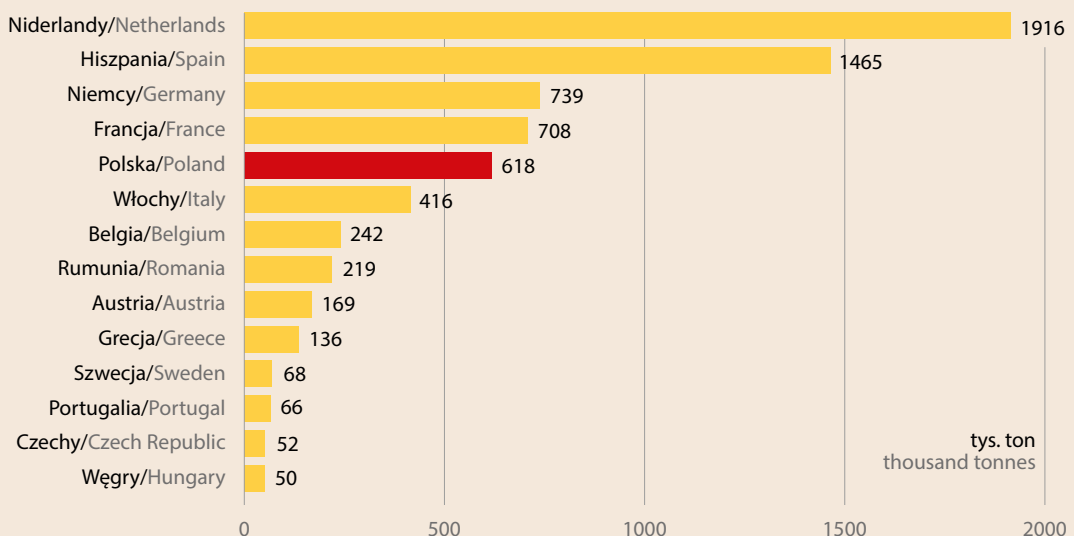
Cebula uprawiana w Polsce cieszy się dużym uznaniem konsumentów zarówno krajowych, jak i zagranicznych. Jest synonimem smacznej i zdrowej żywności. Posiada wiele witamin, mikro- i makroelementów oraz flawonoidów, takich jak kwercetyna, która ma właściwości przeciwzapalne, przeciwalergiczne, antyhistaminowe i antyoksydacyjne.

Polska, po Niderlandach, Hiszpanii, Niemczech i Francji, jest piątym producentem cebuli w UE, z dziewięcioprocentowym udziałem w unijnej produkcji.

Onion cultivated in Poland is highly appreciated by both domestic and foreign consumers. It is a synonym of tasty and healthy food. It contains many vitamins, micro- and macro-nutrients and flavonoids, such as quercetin, which has anti-inflammatory, antiallergic, antihistamine and antioxidant properties.

Poland, after the Netherlands, Spain, Germany and France, is the fifth producer of onion in the EU, with the share of 9% in the EU production.

**Producenci cebuli w Unii Europejskiej w 2021 r.**  
Producers of onion in the European Union in 2021



Źródło: opracowanie Biura Analiz i Strategii KOWR na podstawie danych Eurostat ■ Source: study by the Analysis and Strategy Office of the NSCA based on the Eurostat data

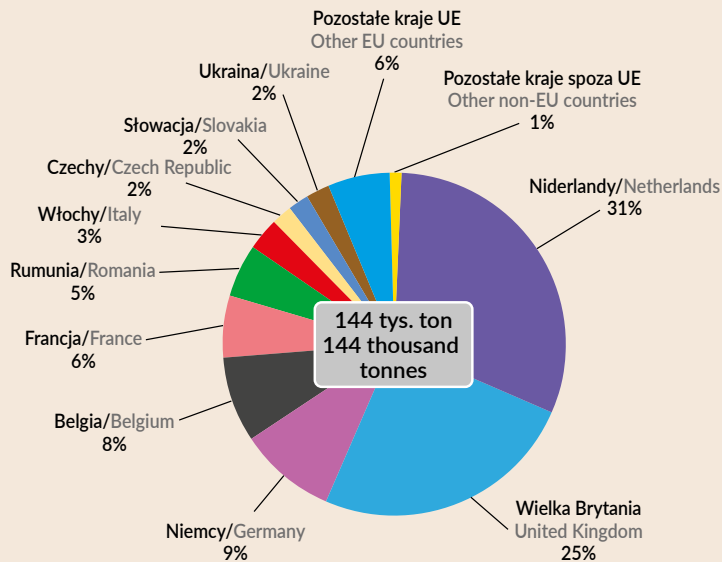


Cebula zajmuje w Polsce pierwsze miejsce pod względem areалу uprawy warzyw. W latach 2015–2021 powierzchnia uprawy cebuli kształtowała się na poziomie 23–27 tys. ha. Zbiory cebuli wahały się od 0,5 do 0,7 mln ton. W 2022 r. zbiory cebuli oszacowano na poziomie 643 tys. ton, o 4% wyższym niż przed rokiem.

Produkcja cebuli w Polsce jest zróżnicowana regionalnie. Najwięcej cebuli zbiera się w woj. kujawsko-pomorskim (39% zbiorów cebuli w 2021 r.) oraz woj. wielkopolskim (24% zbiorów).

Najpopularniejszym gatunkiem uprawianym w kraju jest cebula zwyczajna, występująca w wielu odmianach. W uprawie powszechne są także: cebula kartoflanka, siedmiolatka, szalotka oraz cebula wielopiętrowa. Dostępne w sprzedaży odmiany odznaczają się bogactwem smaków oraz znacznym zróżnicowaniem kolorystycznym łuski. W krajowej ofercie rynkowej dostępne są cebule: o smaku

**Struktura geograficzna eksportu cebuli z Polski w 2021 r.**  
**Geographical structure of the export of onion from Poland in 2021**



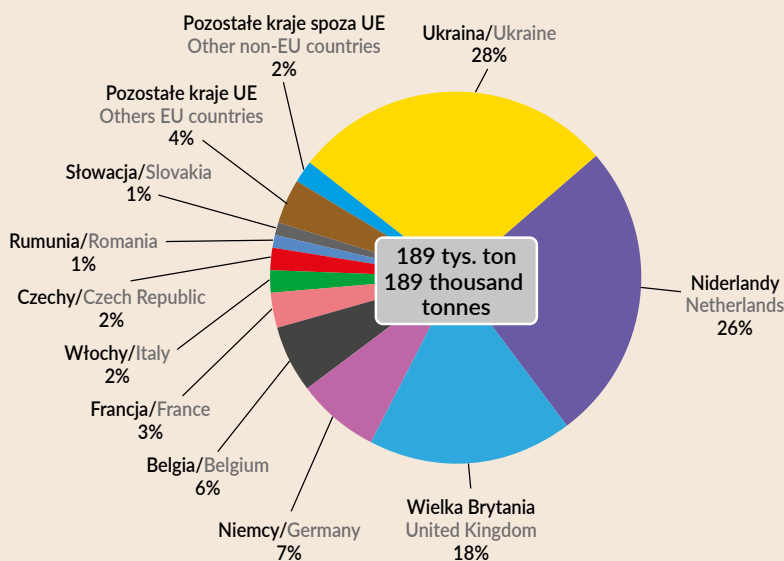
Źródło: opracowanie Biura Analiz i Strategii KOWR na podstawie danych Ministerstwa Finansów ■ Source: study by the Analysis and Strategy Office of the NSCA based on the Ministry of Finance data

Onion is ranked first in Poland in terms of the vegetable cultivation area. In the years 2015–2021, the onion cultivation area was at the level of 23–27 thousand ha. The onion harvest ranged from 0.5 to 0.7 million tonnes. In 2022, the onion harvest was estimated at 643 thousand tonnes, by 4% higher than the year before.

The production of onion in Poland is diversified in regional terms. The majority of onion is harvested in the Kujawsko-Pomorskie Voivodeship (39% of the onion harvest in 2021) and in the Wielkopolskie Voivodeship (24% of the harvest).

The most popular species cultivated in Poland is the common onion, which is available in many varieties. Other commonly cultivated species are also the potato onion, Welsh onion, shallot and tree onion. Commercially available varieties are characterised by a variety of flavours and a significant diversification as regards the colour of the scales. The domestic market offer includes onions with the spicy, medium spicy and mild taste and the white, yellow, brown and red scales.

**Struktura geograficzna eksportu cebuli z Polski w okresie styczeń–listopad 2022 r.**  
**Geographical structure of the export of onion from Poland between January and November 2022**



Źródło: opracowanie Biura Analiz i Strategii KOWR na podstawie danych Ministerstwa Finansów ■ Source: study by the Analysis and Strategy Office of the NSCA based on the Ministry of Finance data

ostrym, średnio ostrym i łagodnym, z łuską białą, żółtą, brązową i czerwoną.

W ostatnich latach eksport polskiej cebuli był mniejszy niż w pierwszych latach członkostwa w UE. W 2021 r. z Polski wyeksportowano 144 tys. ton cebuli wobec 123 tys. ton w 2009 r. i 179 tys. ton w 2004 r. Największymi odbiorcami cebuli z Polski były Niderlandy (w 2021 r. – 31% wolumenu eksportu, 45 tys. ton) i Wielka Brytania (25% udziału, 36,5 tys. ton).

W okresie jedenastu miesięcy 2022 r. nastąpił wzrost wolumenu eksportu cebuli z Polski. Zgodnie ze wstępnymi danymi Ministerstwa Finansów od stycznia do listopada 2022 r. z Polski wyeksportowano 189 tys. ton cebuli, o 42% więcej niż w porównywalnym okresie 2021 r., głównie w wyniku znaczącego (24-krotnego) wzrostu wywozu cebuli do Ukrainy (54 tys. ton, 28% wolumenu eksportu). Ponadto cebula z Polski tradycyjnie znajdowała nabywców w Niderlandach (50 tys. ton, 26% udziału) oraz Wielkiej Brytanii (34 tys. ton, 18%).

Pomimo znacznej podaży rynkowej z dobrych zbiorów krajowych w 2022 r. cenę cebuli charakteryzuje silna dynamika wzrostowa, która ma miejsce od połowy sierpnia 2022 r. Według danych ZSRIR MRiRW cena netto skupu cebuli w Polsce w okresie od połowy sierpnia 2022 r. do ostatniego tygodnia stycznia 2023 r. wzrosła z 1,37 zł/kg do 2,79 zł/kg, tj. ponad dwukrotnie. Poziom cen skupu cebuli

w ostatnim tygodniu stycznia 2023 r. był blisko 3,5-krotnie wyższy r/r. Przyczyną tak dużego wzrostu cen skupu cebuli w Polsce w ostatnich pięciu miesiącach jest wzmożony popyt eksportowy ze strony Ukrainy, spowodowany mniejszymi zbiorami na skutek działań wojennych na terytorium tego kraju oraz ograniczeniem zbiorów w części krajów UE na skutek suszy.

In recent years, the export of Polish onions has been lower than in the first years of EU membership. In 2021, 144 thousand tonnes of onions were exported from Poland when compared to 123 thousand tonnes in 2009 and 179 thousand tonnes in 2004. The largest customers of onion from Poland were the Netherlands (in 2021 – 31% of the export volume, 45 thousand tonnes) and the United Kingdom (share of 25%, 36.5 thousand tonnes).

In the eleven months of 2022, there was an increase in the export volume of onion from Poland. In accordance with the Ministry of Finance preliminary data, from January to November

2022, 189 thousand tonnes of onion were exported from Poland, by 42% more than in the comparable period of 2021, mainly as a result of a significant (24-fold) increase in the export of onion to Ukraine (54 thousand tonnes, 28% of the export volume). In addition, onion from Poland was traditionally purchased by buyers in the Netherlands (50 thousand tonnes, share of 26%) and the United Kingdom (34 thousand tonnes, 18%).

Despite the significant market supply from the good domestic harvest in 2022, the prices of onion are characterised by a strong growth rate, which has been taking place since mid-August 2022. According to the MARD Integrated Agricultural Market Information System data, the net purchase price of onion in Poland in the period from mid-August 2022 to the last week of January 2023 rose from PLN 1.37/kg to PLN

2.79 PLN/kg, i.e. more than twice. The level of the purchase prices of onion in the last week of January 2023 was nearly 3.5 times higher y/y. The reason for such a large rise in the purchase prices of onion in Poland in the last five months is the increased export demand from Ukraine, caused by the smaller harvest as a result of hostilities in the territory of this country and the limitation of the harvest in some EU countries as a result of drought.



Polska, po Niderlandach, Hiszpanii, Niemczech i Francji, jest piątym producentem cebuli w UE, z dziewięcioprocentowym udziałem w unijnej produkcji ■ Poland, after the Netherlands, Spain, Germany and France, is the fifth producer of onion in the EU, with the share of 9% in the EU production



# Nasze stoisko narodowe w Berlinie

## Our national stand in Berlin

S maki z bliższych i dalszych stron świata, folklor i egzotyka – to wszystko i dużo więcej oferowały odwiedzającym targi Zielony Tydzień (Grüne Woche) w Berlinie od 20 do 29 stycznia 2023 roku. W tym wiodącym dla branży rolno-spożywczej wydarzeniu uczestniczył wicepremier, minister rolnictwa i rozwoju wsi Henryk Kowalczyk.

Zielony Tydzień (niem. Grüne Woche) to odbywające się w Berlinie międzynarodowe targi rolno-spożywcze o 97-letniej tradycji. W praktyce to kilkanaście hal targowych, wypełnionych różnorodnością kulinarną i kulturową. Swoje produkty zaprezentowało w tym roku 4000 wystawców z 60 państw.

Wydarzenie jest także okazją do spotkań i rozmów na temat takich aktualnych kwestii, jak ochrona klimatu, gospodarka o obiegu zamkniętym, ochrona zasobów czy zrównoważone użytkowanie gruntów.

Targi cieszą się ogromnym zainteresowaniem zwiedzających, tłumnie przybywających każdego dnia. Zielony Tydzień powrócił do kalendarza wydarzeń ważnych dla branży rolno-spożywczej po dwuletniej przerwie spowodowanej pandemią COVID-19.

### Polskie stoisko narodowe

Polskie stoisko narodowe „Polen schmeckt” („Polska smakuje”), zorganizowane przez Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa (KOWR), stworzyło 10 firm i instytucji oferujących różnorodne wyroby i reprezentujących różne regiony Polski. W ofercie polskich wystawców znalazły się np. lody z prebiotykiem,

F lavours from near and far, folklore and exoticism – all these things and much more were offered to visitors to the Green Week (Grüne Woche) fair in Berlin, which was held on January 20–29, 2023. This leading event for the agri-food industry was attended by Deputy Prime Minister, Minister of Agriculture and Rural Development, Henryk Kowalczyk.

Green Week (German: Grüne Woche) is an international agri-food fair in Berlin with a 97-year tradition. In practice, it is a dozen or so market halls, full of culinary and cultural diversity. This year, 4 thousand exhibitors from 60 countries presented their products.

The event is also an opportunity to meet and discuss topical issues such as the climate protection, circular economy, resource protection or sustainable land use.

The fair enjoys great popularity among visitors, who come there in crowds every day. Green Week returned to the calendar of events important for the agri-food industry after a two-year break caused by the COVID-19 pandemic.

### Polish national stand

The Polish national stand „Polen schmeckt” („Poland tastes good”), organised by National Support Centre for Agriculture (NSCA), has been created by 10 companies and institutions offering various products and representing various regions of Poland. The offer of Polish exhibitors included, e.g., ice cream with prebiotics, cold meats, smoked fish or fruit of the for-





wędliny, ryby wędzone czy owoce runa leśnego, np. będące aktualnym hitem sprzedażowym grzyby w solance. Były także soki, ekologiczne wyroby zbożowe, przetwory rybne, warzywne i owocowe, a także alkohole – piwa rzemieślnicze oraz tradycyjne nalewki.

Stoisko „Polen schmeckt” jak zawsze przyciągnęło tłumy odwiedzających. W tym roku odbyły się na nim pokazy kulinarne prowadzone przez polskich kucharzy pod wodzą szefa kuchni Artura Wawra, połączone z degustacją tradycyjnych polskich dań. Można było spróbować m.in. pierogów na słodko i na słono, pasty z tuńczyka, tataru, pasztetu czy różnego rodzaju serów.

Na polskim stoisku narodowym obecne były również przedstawicielki Koła Gospodyń Wiejskich (KGW) Zimna Wódka z województwa opolskiego – zwyciężczynie VII edycji konkursu kulinarnego dla KGW „Bitwa Regionów”. Gospodynie zaszerwowały m.in. gołąbki w sosie pomidorowym, chleb własnego wypieku z tradycyjnym wiejskim smalcem, a na deser – ciasto „Kwiatny dywan”. Degustacja cieszyła się ogromnym zainteresowaniem odwiedzających targi.

Polskie stoisko gościło także delegację, w której znaleźli się m.in. wicepremier, minister rolnictwa i rozwoju wsi Henryk Kowalczyk w towarzystwie ministra rolnictwa i żywienia Niemiec Cema Özdemira, komisarza UE ds. rolnictwa Janusza Wojciechowskiego i burmistrza Berlina Franziski Giffey. Ponadto odwiedzili je szefowie resortów rolnictwa z różnych państw, aby rozmawiać z wicepremierem Kowalczykiem o współpracy i wyzwaniach w dziedzinie rolnictwa.

### Rozmowy o sytuacji na rynkach rolnych w obliczu agresji na Ukrainę

W spotkaniu z wicepremierem, ministrem rolnictwa i rozwoju wsi Henrykiem Kowalczykiem wzięli udział szefowie resortów rolnictwa: Bułgarii, Czech, Rumunii i Węgier.

est, e.g. mushrooms in brine, which are the current sales hit. There were also juices, organic cereal products, fish, vegetable and fruit preserves, as well as alcohols – craft beers and traditional cordials.

As usual, the stand „Polen schmeckt” attracted crowds of visitors. This year, it presented cooking shows conducted by Polish chefs under command of chef Artur Wawer, combined with a tasting of traditional Polish dishes. We could taste, *inter alia*, sweet and savoury dumplings, tuna paste, tartare steak, pâté or various types of cheese.

The Polish national stand was also attended by the representatives of the Zimna Wódka Farmers’ Wives’ Association (FWA) from the Opolskie Voivodeship – winners of the 7<sup>th</sup> edition of the culinary competition for FWA “Battle of the Regions”. They served, *inter alia*, cabbage rolls in tomato sauce, home-baked bread with traditional rustic lard spread, and for dessert – a “flower carpet” cake. The tasting was very popular among visitors to the fair.

The Polish stand also hosted a delegation composed of, *inter alia*, the Deputy Prime Minister, Minister of Agriculture and Rural Development, Henryk Kowalczyk accompanied by the Minister of Agriculture and Food of Germany Cem Özdemir, EU Commissioner for Agriculture Janusz Wojciechowski and Mayor of Berlin Franziska Giffey. In addition, it was visited by the heads of ministries of agriculture from various countries to talk with Deputy Prime Minister Kowalczyk about cooperation and challenges in the field of agriculture.

### Talks on the situation in agricultural markets in the face of aggression against Ukraine

The meeting with the Deputy Prime Minister, Minister of Agriculture and Rural Development Henryk Kowalczyk was attended by the heads of ministries of agriculture from Bulgaria, the Czech Republic, Romania and Hungary.





Polski Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi zapowiedział, że na najbliższym posiedzeniu Rady AGRIFISH 30 stycznia br. zamierza rozmawiać nt. konieczności podjęcia działań stabilizujących rynki rolne w obliczu wzmożonego eksportu produktów rolno-spożywczych z Ukrainy.

*„Jesteśmy gotowi do wypracowania wspólnie z Komisją Europejską takich mechanizmów wsparcia dla Ukrainy, które nie powodowałyby trudności dla sektora rolnego w naszych krajach. Mogłoby to być wsparcie finansowe, dalsza pomoc w transycie czy pomoc w dostosowaniach do wymogów UE” – powiedział szef polskiego resortu rolnictwa.*

Wszystkie kraje zadeklarowały wsparcie Polski w jej dążeniach i wskazały na pilną potrzebę podjęcia przez KE konkretnych działań w tym zakresie. Ministrowie podkreślili, że bardzo ważne jest uszczelnienie korytarzy solidarnościowych, aby ukraińskie płody rolne przejeżdżały tranzytem przez kraje UE i trafiały na rynki docelowe, nie powodując zakłóceń na rynkach naszych państw.

### Perspektywa współpracy na rynkach wschodnich

Wicepremier, minister rolnictwa i rozwoju wsi Henryk Kowalczyk na marginesie targów Zielony Tydzień spotkał się także z ministrami ds. rolnictwa Armenii, Uzbekistanu, Gruzji i Kazachstanu. Rozmowy dotyczyły perspektyw współpracy w dziedzinie handlu artykułami rolno-spożywczymi oraz likwidacji obecnych barier w dostępie produktów, przede wszystkim polskiego mięsa, na rynki tych państw. Wszyscy szefowie resortów rolnictwa wyrazili chęć rozwijania współpracy z Polską oraz podjęcia działań zmierzających do likwidacji barier dla naszych produktów mięsnych.

### Systemy żywnościowe w dobie kryzysów

W Berlinie 21 stycznia br. odbyła się również międzynarodowa konferencja zorganizowana z okazji 13. Globalnego Forum

The Polish Minister of Agriculture and Rural Development announced that at the next meeting of the AGRIFISH Council on 30 January he intended to talk about a need to take measures to stabilise the agricultural markets in the face of the increased export of agri-food products from Ukraine.

*“We are ready to work out together with the European Commission such support mechanisms for Ukraine that would not result in difficulties for the agricultural sector in our countries. This could be financial support, further assistance in transit or assistance in adapting to the EU requirements” – said the head of the Polish Ministry of Agriculture.*

All countries declared their support for Poland in its efforts and indicated a urgent need for the EC to take specific measures in this area. The ministers stressed that it was very important to strengthen the solidarity lanes so that Ukrainian agricultural products could transit via EU countries and reach the target markets, without causing distortions in the markets of our countries.

### Prospects for cooperation on Eastern markets

On the sidelines of the Green Week fair, the Deputy Prime Minister, Minister of Agriculture and Rural Development, Henryk Kowalczyk also met with the ministers of agriculture of Armenia, Uzbekistan, Georgia and Kazakhstan. The talks pertained to the prospects for cooperation in the field of agri-food trade and the liquidation of existing barriers to access of products, mainly Polish meat, to the markets of those countries. All heads of ministries of agriculture expressed their willingness to develop cooperation with Poland and take measures aimed at liquidating barriers for our meat products.

### Food systems in the times of crisis

On 21 January, an international conference, organised on the occasion of the 13<sup>th</sup> Global Forum for Food and Agri-

Żywności i Rolnictwa (GFFA) pod hasłem *Transformacja systemów żywnościowych – światowa odpowiedź na liczne kryzysy*. W szczycie tym wzięło udział ponad 70 państw oraz przedstawiciele organizacji międzynarodowych z całego świata. Polskę reprezentował wicepremier, minister rolnictwa i rozwoju wsi Henryk Kowalczyk.

Uczestnicy wysłuchali nagrania z przesłaniem prezydenta Ukrainy Wołodymyra Zełenskiego, który wezwał obecne na forum państwa do zaangażowania przy tworzeniu centrów dystrybucji żywności w regionach świata uzależnionych od jej importu oraz przy wszelkich działaniach dla światowego bezpieczeństwa żywnościowego.

We wspólnym komunikacie ministrowie ds. rolnictwa określili swoją postawę wobec obecnych światowych kryzysów. Podkreślili w nim rolę zrównoważonych systemów żywnościowych jako sposobu rozwiązania obecnego kryzysu żywnościowego spowodowanego m.in. przez wojnę w Ukrainie, niekorzystne zjawiska klimatyczne czy pandemię COVID-19. Państwa zadeklarowały intensyfikację wspólnych wysiłków, aby stopniowo przekształcać systemy żywnościowe w kierunku większej odporności i trwałości.

culture (GFFA) under the slogan *Food Systems Transformation – A Worldwide Reply to Multiple Crises*, was held in Berlin. The summit was attended by more than 70 countries and representatives of international organisations from all over the world. Poland was represented by the Deputy Prime Minister, Minister of Agriculture and Rural Development, Henryk Kowalczyk.

The participants listened to a recording with the message from the President of Ukraine Volodymyr Zelenskyy, who appealed to the states present at the forum for engaging in the creation of food distribution centres in regions of the world dependent on the food imports and in all activities for global food security.

In a joint communiqué, the ministers of agriculture determined their attitude towards the current worldwide crises. They stressed in it the role of sustainable food systems as a method to solve the current food crisis caused, *inter alia*, by the war in Ukraine, adverse climatic events or the COVID-19 pandemic. The states declared to step up joint efforts so as to gradually transform food systems towards greater resilience and sustainability.



Rozmowy ministrów ds. rolnictwa o perspektywach współpracy ■ Discussions of the ministers of agriculture on the prospects for cooperation

### Ukraińskie zboża a bezpieczeństwo żywności

W tych rozmowach, które także odbyły się w ramach szczytu, uczestniczyli wicepremier Henryk Kowalczyk, minister polityki rolnej i żywności Ukrainy Mykoła Solski, przedstawiciele FAO, Komisji Europejskiej oraz ministrowie ds. rolnictwa Kanady, Wielkiej Brytanii, Japonii, Mołdawii, Francji, Włoch i Rumunii.

Szef polskiego resortu rolnictwa podkreślił, że w dalszym usprawnieniu przewozów niezbędna jest pomoc unijna. Wskazał także na konieczność podjęcia działań na rzecz ochrony rynków w krajach, w których import zbóż z Ukrainy prowadzi do zakłóceń.

### Ukrainian cereals vs food security

During the summit, there were also talks on the situation of Ukrainian agriculture in the context of global food security. They were attended by Deputy Prime Minister Henryk Kowalczyk, Minister of Agricultural Policy and Food of Ukraine Mykola Solskyi, representatives of FAO, the European Commission and ministers of agriculture of Canada, the United Kingdom, Japan, Moldova, France, Italy and Romania.

The head of the Polish Ministry of Agriculture stressed that EU aid was necessary to further improve transport. He also indicated a need to take measures to protect markets in the countries where the import of cereals from Ukraine lead to distortions.



# Polska żywność na międzynarodowych targach

## Polish food at international fairs

W ostatnim kwartale 2022 roku odbyły się międzynarodowe imprezy targowe, podczas których na polskich stoiskach narodowych mieliśmy okazję promować lokalną żywność i zwyczaje kulinarne. W październiku zaprezentowaliśmy się na targach SIAL PARIS we Francji, w listopadzie na targach ISM Middle East w Zjednoczonych Emiratach Arabskich, Nordic Organic Food Fair w Szwecji oraz ISRAFOOD w Izraelu, a w grudniu odbyły się targi Food Africa w Egipcie i International Food Exhibition w Zjednoczonych Emiratach Arabskich.

Targom towarzyszyły także sesje rozmów z zaproszonymi kontrahentami zagranicznymi z krajów europejskich, azjatyckich, afrykańskich i amerykańskich. Na polskich stoiskach narodowych swoje produkty promowały firmy prezentujące szeroki przekrój rodzimej branży spożywczej: świeże owoce i warzywa, soki, wyroby zbożowe, mleczne i rybne, przyprawy, miody, słodczyce, tradycyjne alkohole i wiele innych.

### Targi SIAL Paris

Targi SIAL Paris 2022, które odbyły się 15–19 października, należą do najważniejszych wydarzeń wystawienniczych branży spożywczej na świecie. W targach uczestniczyło ok. 7200 wystawców ze 119 krajów, w tym około 250 wystawców z Polski, co obrazuje skalę wydarzenia. Była to pierwsza edycja po przerwie spowodowanej pandemią COVID-19.

Polskie stoisko narodowe zostało zorganizowane w dwóch halach tematycznych – dedykowanej stoiskom narodowym oraz poświęconej słodczom i wyrobom piekarniczym. Cieszyło się ono niezmiernie dużym zainteresowaniem, a obecni na nim przedsiębiorcy odbyli zarówno wiele interesujących spotkań, jak i nawiązali kontakty handlowe.

Zorganizowano na nim także sesję rozmów z zaproszonymi kontrahentami zagranicznymi, głównie ze Stanów Zjednoczonych i innych krajów trzecich. Funkcjonował tam również punkt informacyjny Branżowego Programu Promocji (BPP) polskich specjalności żywnościowych.

Dużym zainteresowaniem cieszyły się pokazy kulinarne, podczas których zwiedzający mogli spróbować tradycyjnych polskich dań serwowanych przez polskich szefów kuchni.

In the last quarter of 2022, international trade fair events were held, during which we had an opportunity to promote local food and culinary customs at the Polish national stands. In October, we presented our offer at the SIAL PARIS fair in France, in November at the ISM Middle East fair in



Targi SIAL w Paryżu ■ SIAL Fair in Paris

the United Arab Emirates, the Nordic Organic Food Fair in Sweden and ISRAFOOD in Israel, and in December the Food Africa fair in Egypt and the International Food Exhibition in the United Arab Emirates were held.

The fairs were also accompanied by the sessions of talks with invited foreign contractors from European, Asian, African and American countries. At the Polish national stands, products were promoted by the companies presenting a wide-ranging profile of the domestic food industry: fresh fruit and vegetables, juices, cereal, dairy and fish products, spices, honey, sweets, traditional alcohols and many more.

### SIAL Paris Fair

The SIAL Paris 2022 fair, which was held on 15–19 October, is one of the most important exhibition events of the food industry in the world. The fair was attended by about 7,200 exhibitors from 119 countries, including around 250 exhibitors from Poland, which illustrates the scale of the event. This



Rynek krajów Bliskiego Wschodu jest bardzo atrakcyjny i perspektywiczny ■ The market of the Middle East countries is very attractive and promising

Równolegle odbyły się sesje tworzenia kompozycji smakowych polskich potraw z rzemieślniczymi alkoholami, produkowanymi przez firmy zrzeszone w Związku Pracodawców Polskiego Przemysłu Spirytusowego.

### Targi ISM Middle East w Dubaju

W dniach 8–10 listopada 2022 roku w Dubaju miała miejsce kolejna edycja międzynarodowych targów ISM Middle East (wcześniej Yummex), jednego z najważniejszych wydarzeń wystawienniczych poświęconego branży słodczy w ZEA i na Bliskim Wschodzie.

Na polskim stoisku narodowym produkty prezentowało osiem krajowych firm reprezentujących sektor słodczy i wyrobów piekarniczych, w tym ciastek, czekolad, cukierków, pralin, krówek tradycyjnych, wegańskich i bio, a także wyrobów bezglutenowych. Zwiedzający targi mieli okazję spróbować tradycyjnych wyrobów cukierniczych serwowanych przez polskich szefów kuchni w ramach pokazów kulinarnych i degustacji zorganizowanych przez KOWR.

Polskie działania promocyjne, związane z obecnością na targach, zakończyły się 10 listopada wieczorną galą z okazji obchodów Dnia Niepodległości Polski, zorganizowaną przez Ambasadę RP w Abu Zabi i Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa.

Rynek krajów Bliskiego Wschodu jest bardzo atrakcyjny i perspektywiczny dla polskich firm z branży słodczy i przekąsek. Od kilku lat obserwowany jest systematyczny wzrost wartości eksportu polskich produktów, co znalazło odzwierciedlenie w dużym zainteresowaniu zwiedzających produktami oferowanymi przez rodzime firmy obecne na stoisku narodowym.

### Żywność ekologiczna z Polski w Szwecji

W dniach 16–17 listopada 2022 roku w Malmö w Szwecji odbyła się kolejna edycja międzynarodowych targów Nordic Organic Food Fair (NOFF). Jest to jedno z najważniejszych wydarzeń

was the first edition after a four-year break caused by the COVID-19 pandemic.

The Polish national stand has been organised in two thematic halls – the one dedicated to national stands and the other dedicated to sweets and bakery products. It invariably enjoyed great popularity and the entrepreneurs present there participated in many interesting meetings and established business contacts.

Also a session of talks with invited foreign contractors, mainly from the United States and other third countries has been organised there. There was also an information point of the Industry Promotion Programme (BPP) of Polish food specialties.

Very popular were cooking shows, during which the visitors could taste traditional Polish dishes served by the Polish chefs. At the same time, there were the sessions of creating flavour compositions of Polish dishes with craft alcohols, produced by the companies associated in the Association of Employers Polish Spirits Industry.

### ISM Middle East Fair in Dubai

On 8–10 November 2022, another edition of the international ISM Middle East Fair (formerly Yummex), one of the most important exhibition events dedicated to the confectionery industry in the UAE and the Middle East, was held in Dubai.

At the Polish national stand, products were presented by 8 domestic companies representing the confectionery and bakery products sector, including cookies, chocolates, sweets, pralines, traditional, vegan and organic fudges, as well as gluten-free products. The visitors to the fair had an opportunity to taste traditional confectionery products, served by the Polish chefs as part of cooking shows and tastings organised by the NSCA.

The Polish promotional activities, related to the presence at the fair, ended on November 10 with an evening gala on



wystawienniczych w branży żywności ekologicznej w krajach skandynawskich. Podczas tej edycji targów Polska otrzymała honorowy tytuł kraju roku „Country of the year”.

Na stoisku swoje produkty promowało 11 firm oferujących m.in. świeże owoce i warzywa, soki owocowe i warzywne, sosy warzywne, bezglutenowe i niskobiałkowe produkty piekarnicze: pieczywo, ciasta, ciastka, makarony, mieszanki mąk, wafle ekspandowane, chipsy i wafle ryżowe, kasze gryczane i jaglane, płatki owsiane, gryczane, jaglane oraz mięso drobiowe. Polskie stoisko cieszyło się dużym zainteresowaniem odwiedzających, a rodzime firmy stanowiły najliczniejszą grupę zagranicznych wystawców na targach.

Uczestnicy targów mogli spróbować polskiej kuchni podczas zorganizowanych przez KOWR pokazów kulinarnych i degustacji.

Rynek szwedzki jest bardzo atrakcyjny i perspektywiczny dla polskich produktów ekologicznych. Od kilku lat obserwowany jest systematyczny wzrost wartości eksportu polskich produktów do Szwecji, co znalazło odzwierciedlenie w dużym zainteresowaniu zwiedzających produktami oferowanymi przez polskie firmy.

### Polskie stoisko narodowe na targach ISRAFOOD w Tel Awiwie

Międzynarodowe Targi Branży Spożywczej i Napojów Israfood odbyły się w Izraelu 22–24 listopada 2022 roku. Są one najważniejszym wydarzeniem handlowym branży spożywczej w tym kraju.

Na stoisku narodowym „Poland tastes good” swoją ofertę prezentowały firmy, promujące m.in. jabłka, mrożone owoce, przetwory owocowo-warzywne, napoje bezalkoholowe, miody, wafle ryżowe, płatki śniadaniowe, produkty instant oraz przekąski zbożowe i mieszanki do wypieku chleba.

Polskie produkty spotkały się z dużym zainteresowaniem zwiedzających targi. Ponadto odwiedzający stoisko importerzy i dystrybutorzy kierowali liczne pytania o możliwość poznania oferty eksportowej firm z branży mleczarskiej (serów), słodczy (czekolady), przetworów owocowych (puree/musu z jabłek), borówek, gotowych produktów mrożonych, makaronów oraz olejów.

Targi w Izraelu stanowią doskonałą platformę spotkań i nawiązywania kontaktów pomiędzy producentami, importerami, dystrybutorami oraz

the occasion of celebrating the National Independence Day of Poland, organised by the Embassy of the Republic of Poland in Abu Dhabi and the National Support Centre for Agriculture.

The market of the Middle East countries is very attractive and promising for Polish companies from the confectionery and snacks industry. For several years, a regular increase in the value of export of Polish products has been observed, which has been reflected in the great interest of the visitors in products offered by the domestic companies present at the national stand.

### Organic food from Poland in Sweden

On 16–17 November 2022, another edition of the international Nordic Organic Food Fair (NOFF) was held in Malmö, Sweden. It is one of the most important exhibition events in the organic food industry in the Nordic countries. During this edition of the fair, Poland was awarded the honorary title of the “Country of the year”.

At the stand, products were promoted by 11 companies offering, *inter alia*: fresh fruit and vegetables, fruit and vegetable juices, vegetable sauces, gluten-free and low-protein bakery products: bread, cakes, cookies, pasta, flour mixes, expanded wafers, chips and rice wafers, buckwheat and millet groats, rolled oats, buckwheat and millet flakes as well as poultry meat. The Polish stand enjoyed great popularity among the visitors, and the domestic companies were the largest group of foreign exhibitors at the fair.

The participants in the fair could taste dishes of Polish cuisine during cooking shows and tastings organized by the NSCA.

The Swedish market is very attractive and promising for Polish organic products. For several years, a regular increase in the value of export of Polish products to Sweden has been observed, which has been reflected in the great interest of the visitors in products offered by the Polish companies.

### Polish national stand at the ISRAFOOD fair in Tel Aviv

The Israfood International Food and Beverage Industry Fair was held in Israel on 22–24 November 2022. It is the most important commercial event of the food industry in this country.

At the national stand “Poland tastes good”, the offer was pre-



Na polskich stoiskach narodowych promujemy lokalną żywność i zwyczaje kulinarne ■ At the Polish national stands, we promote local food and culinary customs



Targi stanowią platformę spotkań i nawiązywania kontaktów handlowych ■ The fair is a platform for meetings and establishing business contacts

przedstawicielami sieci handlowych. Biorą w nich udział producenci i dystrybutorzy produktów żywnościowych i napojów zarówno z Izraela, jak i innych krajów świata. Przedstawiciele polskich firm mieli możliwość poznania aktualnego asortymentu produktów oraz cen na rynku izraelskim.

### Nasza kuchnia i produkty na targach Food Africa w Kairze

Międzynarodowe targi Food Africa Cairo odbyły się w dniach 5–7 grudnia 2022 roku w Egipcie. Na polskim stoisku narodowym swoją ofertę zaprezentowały rodzime firmy, promujące m.in. owoce i warzywa, produkty mleczarskie, produkty piekarnicze, słodczyce i dodatki do żywności. Organizowane były pokazy kulinarne, podczas których zwiedzający targi mieli możliwość spróbować smacznych polskich dań, serwowanych przez doświadczonych polskich szefów kuchni.

Targi Food Africa Cairo są największym wydarzeniem z branży spożywczej w Afryce Północnej, skupiającym wystawców i zwiedzających ze wszystkich krajów regionu. Pierwszego dnia targów stoisko odwiedziła m.in. delegacja polsko-egipskiej grupy parlamentarnej oraz przedstawiciele Ambasady Rzeczypospolitej Polskiej i Zagranicznego Biura Handlowego Polskiej Agencji Inwestycji i Handlu w Kairze.

### „Poland Tastes Good” w Abu Zabi

W dniach 6–8 grudnia 2022 roku odbyła się pierwsza edycja targów spożywczych International Food Exhibition (ADIFE) w Abu Zabi w Zjednoczonych Emiratach Arabskich. Polski sektor spożywczy został zaprezentowany na stoisku informacyjnym pod hasłem „Poland tastes good” w ramach pawilonu Unii Europejskiej.

presented by the companies promoting, *inter alia*: apples, frozen fruit, fruit and vegetable preserves, non-alcoholic beverages, honey, rice wafers, breakfast cereals, instant products as well as cereal snacks and bread mixes.

Polish products enjoyed the great interest of the visitors to the fair. In addition, the importers and distributors visiting the stand asked numerous questions about the possibility of becoming familiar with the export offer of companies from the dairy industry (cheese), sweets (chocolate), fruit preserves (apple puree/sauce), blueberries, ready-made frozen products, pasta and oils.

The fair in Israel is an excellent platform for meetings and establishing contacts among manufacturers, importers, distributors and representatives of retail chains. It is attended by producers and distributors of food products and beverages both from Israel and other countries of the world. Representatives of Polish companies had an opportunity to become familiar with the current product range and prices in the Israeli market.

### Our cuisine and products at the Food Africa fair in Cairo

The international trade fair Food Africa Cairo was held on 5–7 December in Egypt. At the Polish national stand, the domestic companies presented their offer, promoting, *inter alia*: fruit and vegetables, dairy products, bakery products, sweets and food additives. Cooking shows were organised, during which the visitors to the fair had an opportunity to taste delicious Polish dishes, served by the experienced Polish chefs.

The Food Africa Cairo fair is the largest event in the food industry in North Africa, bringing together exhibitors and visitors from all countries of the region. On the first day of the fair, the



Targi skupiły najważniejsze podmioty z sektora żywności, napojów i hotelarstwa z Abu Zabi oraz krajów regionu. W trakcie ich trwania odbył się również panel dyskusyjny, podczas którego poruszone zostały tematy dotyczące inwestowania w agrotechnologię na rzecz harmonijnego i stabilnego łańcucha dostaw żywności.

Podczas targów miały miejsce także kluczowe spotkania reprezentantów polskich instytucji z przedstawicielami zagranicznych przedsiębiorstw. Rynek krajów Bliskiego Wschodu, w tym ZEA, jest bardzo atrakcyjny i perspektywiczny dla polskich przedsiębiorstw z sektora rolno-spożywczego.

### Sukcesy i popularność polskiej żywności za granicą

Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa, zgodnie ze strategią określoną przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi, w ramach realizacji działań promujących polskie artykuły rolno-spożywcze na rynkach zagranicznych, organizuje udział Polski na licznych międzynarodowych targach. Stanowią one platformę spotkań i nawiązywania kontaktów pomiędzy producentami, importerami, dystrybutorami oraz przedstawicielami sieci handlowych.

Od kilku lat obserwowany jest systematyczny wzrost wartości eksportu polskich produktów, co znalazło odzwierciedlenie w dużym zainteresowaniu zagranicznych przedsiębiorstw ofertą rodzimych firm. Natomiast możliwość degustacji i poznanie zwyczajów kulinarnych, nagrody oraz liczne rozmowy biznesowe, prowadzone przez polskich przedsiębiorców, mogą świadczyć o sukcesie obecności Polski na światowych targach.



Polskie firmy branży spożywczej w Kairze ■ Polish food companies in Cairo

stand was visited, *inter alia*, by a delegation of the Polish-Egyptian parliamentary group and the representatives of the Embassy of the Republic of Poland and the Foreign Trade Office of the Polish Investment and Trade Agency in Cairo.

### “Poland Tastes Good” in Abu Dhabi

On 6–8 December 2022, the first edition of the International Food Exhibition (ADIFE) food fair was held in Abu Dhabi, United Arab Emirates. The Polish food sector was presented at the information stand under the slogan "Poland tastes good" as part of the European Union's pavilion.

The fair brought together the most important entities from the food, beverage and hospitality sectors from Abu Dhabi and the countries of the region. During the fair, a discussion panel was also held, at which topics pertaining to investing in agrotechnology for a harmonious and stable food supply chain have been discussed.

At the fair, there were also key meetings of the representatives of Polish institutions with the representatives of foreign enterprises. The market of the Middle East, including the UAE, is very attractive and promising for the Polish enterprises from the agri-food sector.

### Successes and popularity of Polish food abroad

The National Support Centre for Agriculture, in accordance with the strategy specified by the Ministry of Agriculture and Rural Development, as part of implementing activities promoting Polish agri-food products in foreign markets, organises the participation of Poland in numerous international fairs. They provide a platform for meetings and establishing contacts among producers, importers, distributors and representatives of retail chains.

For several years, a regular increase in the value of export of Polish products has been observed, which has been reflected in the great interest of foreign enterprises in the offer of domestic companies. On the other hand, the possibility to taste and learn about culinary habits, awards and numerous business talks conducted by Polish entrepreneurs can attest to the success of Polish presence at the global fairs.



Rozmowy przedstawicieli polskich firm z odwiedzającymi targi Middle East  
■ Talks between the Polish companies and visitors to the Middle East fair

TEKST ■ By: NATALIA PRUSIK/ARIMR ■ ARMA

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: MRIRW ■ MARD

# Kraina wygasłych wulkanów

## The land of extinct volcanoes



Ostrzyca to wizytówka Szlaku Wygasłych Wulkanów ■ Ostrzyca is a showcase of the Trail of Extinct Volcanoes

Różnorodność polskich krajobrazów daje wiele możliwości interesującego wypoczynku. Każdy region ma swoją specyfikę. Od gór położonych na południu naszego kraju, aż po wybrzeże morskie jest szereg krain, gdzie można podziwiać niezwykle atrakcyjne formy geologiczno-przyrodnicze, ale także wiele zabytków, jak również poznać regionalną kulturę, w tym bogate dziedzictwo kulinarne.

### Góry Kaczawskie

Jedną z takich krain, która posiada swoją odrębność geologiczną, są Góry Kaczawskie wraz z Pogórzem Kaczawskim. To część Sudetów, w której można spotkać wygasłe wulkany i chociaż wygasłe wulkany można spotkać także w innych regionach Polski, to jednak tu mają one wyjątkową budowę geologiczną. Możemy podziwiać nie tylko wielość form i kształty skał pochodzenia wulkanicznego, ale też zidentyfikować bardzo wyraźne ślady trzech okresów aktywności wulkanów. Ta cecha wyróżnia region Gór Kaczawskich od innych nie tylko w Polsce, ale także w Europie.

### Historia polskich wulkanów

Wszystko zaczęło się około 500 mln lat temu w paleozoiku, kiedy rozpoczęła się aktywność wulkanów na tych terenach. Kolejna ich aktywność miała miejsce w okresie permskim około

The diversity of Polish landscapes gives many opportunities for an interesting rest. Each region has its own specific features. From the mountains situated in the south of our country to the sea coast, there are a number of lands where we can admire extremely attractive geological and natural formations, but also many historic monuments, as well as become familiar with regional culture, including the rich culinary heritage.

### Kaczawskie Mountains

One of such lands, having its own geological distinctiveness, are the Kaczawskie Mountains together with the Kaczawskie Foothills. This is a part of the Sudety Mountains where we can find extinct volcanoes and although extinct volcanoes can be found also in other regions of Poland, here they have an exceptional geological structure. We can admire not only the multitude of formations and shapes of rocks of volcanic origin, but also identify very clear traces of three periods of volcanic activity. This feature makes the region of the Kaczawskie Mountains stand out among others not only in Poland, but also in Europe.

### History of Polish volcanoes

Everything started about 500 million years ago in the Paleozoic, when volcanic activity commenced in these areas. Another activity took place in the Permian period, about 270 million



270 mln lat temu. Ostatni, trzeci cykl był już zdecydowanie bliższy naszym czasom – w ujęciu geologicznym rzecz jasna – bo miał miejsce około 20 mln lat temu w erze kenozoiku.

### Przewodnik po wulkanicznej krainie

Poznanie pozostałości po czynnych niegdyś wulkanach ułatwi z pewnością publikacja zrealizowana w ramach operacji pod nazwą „Geopark Kraina Wygasłych Wulkanów: nowy produkt turystyczny regionu”. Została ona opracowana przy wsparciu środków z Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014–2020 w ramach operacji wdrażanej przez Stowarzyszenie „Lokalna Grupa Działania Partnerstwo Kaczawskie”. Dzięki tej publikacji można zaplanować trasę zwiedzania w taki sposób, żeby nie pominąć żadnych atrakcji. Opisane i oznaczone zostały w niej 30 geopunkty, które odkrywają przed turystami niezwykle ciekawą przeszłość geologiczną tych ziem.

Jednym z takich niezwykłych miejsc są Organy Wielisławskie. Ta unikatowa forma widoczna jest w nieczynnym wyrobisku kamieniołomu, położonym na południowo-zachodnim zboczu wzgórza Wielisławka. Odsłonięcie składa się z setek przylegających do siebie słupów o długości do 20 m i szerokości 20–30 cm. Wiek tych skał datowany jest na około 295 mln lat.



Organy Wielisławskie, odsłonięcie składa się z setek przylegających do siebie słupów o długości do 20 m ■ Organy Wielisławskie, the exposure consists of hundreds of pillars up to 20 metres long, which are adjacent to each other

### Zabytki architektoniczne

Atrakcją Gór Kaczawskich i Pogórza Kaczawskiego, podobnie jak na całym Dolnym Śląsku, są liczne zamki lub ich ruiny, a także pałace i obiekty sakralne.

Jedną z propozycji jest zamek Grodziec. Jest to widoczna z daleka warownia, usadowiona na wzgórzu Grodziec, które wznosi się 389 m n.p.m. Ciekawostką są ruiny zamku, który był największy pod względem powierzchni w całych Sudetach. Pierwsze wzmianki o tej budowli pochodzą z roku 1155. Zamek przechodził różne koleje losu. Dzisiaj budynki mieszkalne i dawna kaplica udostępnione są zwiedzającym, a na wieży ulokowany został taras widokowy, z którego roztacza się piękny widok na całą okolicę.

Malownicze są również ruiny zamku Świny, którego koźlenie sięgają początków XII wieku. Podobnie datowany jest rodowód kolejnego zamku w miejscowości Wleń. W tym przy-

years ago. The last, third cycle was definitely closer to our times – naturally, in geological terms – as it took place about 20 million years ago, in the Cenozoic Era.

### A guide to the volcanic land

Becoming familiar with the remains of volcanoes which used to be active in the past will certainly be easier thanks to the publication implemented as part of the operation called "Geopark, the Land of Extinct Volcanoes: a new tourist product of the region". It has been developed with the support of funds from the Rural Development Programme for the years 2014–2020

under the operation implemented by the "Kaczawskie Partnership Local Action Group" Association. With this publication, we can plan our sightseeing route in such a manner as not to overlook any attractions. It describes and marks 30 geo-points which show tourists an extremely interesting geological past of these lands.

One of such unusual places are Organy Wielisławskie (Wielisławskie Organs). This unique formation

is visible in a defunct quarry pit, located on the south-western slope of the Wielisławka hill. The exposure consists of hundreds of pillars up to 20 metres long and 20–30 centimetres wide, which are adjacent to each other. The age of these rocks is estimated at about 295 million years.

### Architectural monuments

The attraction of the Kaczawskie Mountains and the Kaczawskie Foothills, just like across Dolny Śląsk, are numerous castles or their ruins, as well as palaces and sacral buildings.

One of the proposals is the Grodziec castle. It is a fortress visible from afar, located on the Grodziec hill whose height is 389 metres above sea level. An interesting fact is the ruins of the castle, which was the largest one in terms of area across the Sudety Mountains. The first mentions concerning this building date back to the year 1155. The castle went through various vicissitudes. Today, the residential buildings and the former chapel are open to visitors, and on the tower an observation deck is located, from which there is a beautiful view of the entire area.

Picturesque are also the ruins of the Świny castle, whose roots date back to the early 12<sup>th</sup> century. Similarly, the origin



Zamek Grodziec był największy pod względem powierzchni w całych Sudetach ■ The Grodziec Castle was the largest one in terms of area in the whole Sudety Mountains

padku do naszych czasów pozostały również tylko ruiny. Stało się tak już w trakcie wojny trzydziestoletniej w roku 1646. Dziś możemy podziwiać widoki z zachowanej w dużym stopniu cylindrycznej wieży, która w XV wieku zastąpiła wcześniejszą sześcioboczną wieżę obronną. Ciekawostką jest to, że na początku XIII wieku zamek Wleń został rozbudowany przez Henryka Brodatego.

We Wleniu znajduje się także pałac książęcy, w którym mieści się hotel z 25 stylowymi pałacowymi komnatami.

Liczne ślady przeszłości materialnej oraz urozmaicona rzeźba terenu wraz z interesującymi zabytkami geologicznymi sprawiają, że rejon Gór i Pogórza Kaczawskiego jest jednym z bardzo ciekawych regionów turystycznych w obrębie Sudetów.

### Atrakcje dla wspinaczy i grotolazów

Dla zainteresowanych aktywną turystyką ciekawą propozycją jest stworzona przez Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze w Legnicy odznaka Korona Kaczawska. Aby ją otrzymać należy zdobyć 30 szczytów w dowolnej kolejności, ale początek wyznaczyła data 1 marca 2019 roku, przy czym okres zdobywania poszczególnych szczytów jest nieograniczony. Wysokość szczytów waha się od 303 m n.p.m. w przypadku Dużego Młynika do 724 m n.p.m. w przypadku Skopca.

Urozmaicona rzeźba terenu regionu Gór Kaczawskich przyciąga także turystów – wykwalifikowanych wspinaczy po odpowiednich przeszkoleniach oraz grotolazów. To właśnie tutaj znajduje się jedna z najładniejszych jaskiń krasowych w Sudetach – Szczelina Wojcieszowska. Jest ona trudna technicznie ze względu na bardzo wąskie szczeliny, korytarze i zaciski. Do pokonania jest również około 14-metrowy komin. W sumie Szczelina Wojcieszowska ma około

of another castle in Wleń is estimated. In this case, also only the ruins have remained to our times. This happened already during the Thirty Years' War in 1646. Today, we can admire the views from the largely preserved cylindrical tower, which in the 15<sup>th</sup> century replaced the previous hexagonal defensive tower. An interesting fact is that at the beginning of the 13<sup>th</sup> century, the Wleń castle was expanded by Henry the Bearded.



Zamek Wleń. Do naszych czasów pozostały tylko ruiny ■ Wleń Castle. Only ruins have remained to our times





Ruiny zamku Świny z początku XII wieku ■ Ruins of the Świny castle from the early 12<sup>th</sup> century

500 m długości i jest najgłębszą poza Tatrami, gdyż jej dno od otworu wejściowego znajduje się 93 m niżej.

### Tradycyjne smaki

Jak widać Góry Kaczawskie mają dla każdego coś ciekawego do zaoferowania. Nie mniej interesującą propozycją dla turystów jest kuchnia regionu Dolnego Śląska. Dziedzictwo kulinarne oparte jest na wpływach polskich, czeskich, niemieckich i z czasów nam bliższych kresowych. Po II wojnie światowej na te ziemie skierowano bardzo dużą grupę Kresowian ze Lwowa i okolic.

Taka mieszanka kulturowa sprawiła, że dziś charakterystyczne dla tych ziem są takie potrawy, jak kluski śląskie czy pierogi ruskie, obecnie coraz częściej nazywane ukraińskimi. Znane od

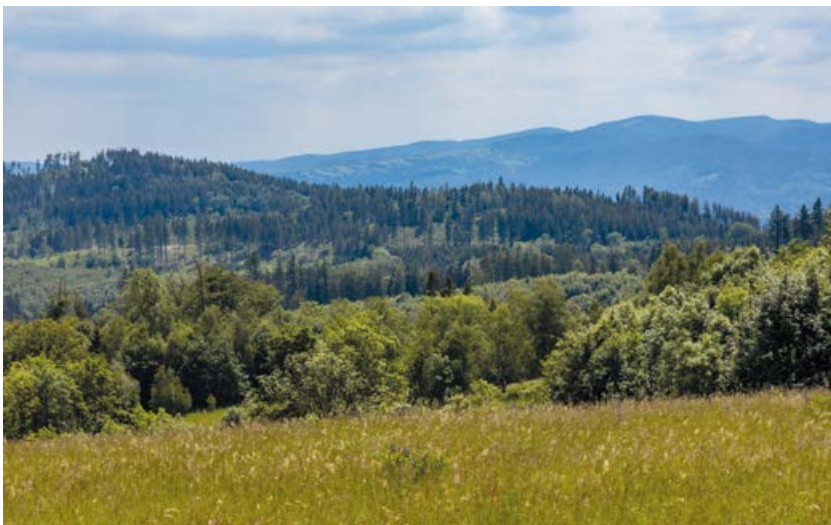
In Wleń, there is also a ducal palace, which accommodates a hotel with 25 stylish palace chambers.

Numerous traces of the material past and diversified lay of the land along with interesting geological monuments are the reasons for which the region of the Kaczawskie Mountains and the Kaczawskie Foothills is one of the very interesting tourist regions within the Sudety Mountains.

### Attractions for climbers and cavers

For those interested in active tourism, an interesting proposal is the Kaczawska Korona badge created by the Polish Tourist and Sightseeing Society in Legnica. To receive it, it is necessary to climb 30 peaks in any order, but the beginning is on 1 March 2019, while the time limit for climbing the individual peaks is unlimited. The height of the peaks ranges from 303 metres above sea level in the case of Duży Młynik to 724 metres above sea level in the case of Skopiec.

The diversified lay of the land in the region of the Kaczawskie Mountains also attracts qualified tourists – climbers having appropriate training as well as cavers. It is here where one of the most beautiful karst caves in the Sudety Mountains – Szczelina Wojcieszowska (Wojcieszowska Rift) – is located. It is difficult to explore in technical terms due to very narrow rifts, corridors and squeezes. There is also a chimney of 14 metres to overcome. In total, Szczelina Wojcieszowska is about 500 m long and is the deepest cave apart from the



Urozmaicona rzeźba terenu regionu Gór Kaczawskich przyciąga wielu turystów ■ The diversified lay of the land of the Kaczawskie Mountains region attracts many tourists



Pierogi nadziewane są ziemniakami z twarogiem ■ Dumplings are stuffed with potatoes with cottage cheese

lat charakterystyczne kluski z dziurką, zrobione z ziemniaków, podawane są ze zrazami w zawieszonym sosie i obowiązkowo z modrą kapustą. Natomiast przywiezione przez Kresowian pierogi nadziewane są ziemniakami z twarogiem w proporcji 2:1 i dodatkiem wędzonego boczku, a podawane tradycyjnie z przesmażoną cebulką i skwarkami. Z kuchni kresowej pochodzą także czarne gołąbki krużewnickie zawierające kaszę gryczaną.

Natomiast z kuchni niemieckiej i austriackiej zapożyczone zostały karminadle, czyli nic innego, jak znane nam wszystkim kotlety mielone.

Na prowadzonej liście produktów tradycyjnych znajdują się już 53 wyroby z województwa dolnośląskiego. Z pewnością smaki tych ziem, całe bogate kulinarne dziedzictwo z licznymi wpływami różnych kuchni, są ciekawą propozycją wytyczenia własnych kulinarnych podróży po pięknym regionie Gór Kaczawskich i Pogórza Kaczawskiego.



Gołąbki ■ Cabbage rolls

Tatra Mountains, because its bottom is situated 93 metres lower than the entrance opening.

### Traditional flavours

As we can see, the Kaczawskie Mountains have something interesting for everyone. An equally interesting proposal for tourists is the cuisine of the Dolny Śląsk region. The culinary heritage is based on Polish, Czech, German and – from closer times – borderland influences. After the Second World War, a very large group of Borderland residents from Lviv and the surrounding areas was sent to these lands.

Owing to this cultural mix, today such dishes as Silesian dumplings or...potato and cottage cheese dumplings (known as *pierogi ruskie*, now more and more often called *pierogi ukraińskie* – Ukrainian dumplings) are characteristic of these lands. The known for years, characteristic dumplings with

a hole, made of potatoes, are served with beef rolls in a thick sauce and obligatorily with red cabbage. On the other hand, dumplings brought by the Borderland residents are stuffed with potatoes with cottage cheese in a 2:1 ratio, with an addition of smoked bacon, and traditionally served with fried onions and greaves. From the borderland cuisine, we have also black cabbage rolls from Krużewniki, containing buckwheat.

In contrast, from the German and Austrian cuisines we borrowed *karminadle*, i.e. nothing but minced meat chops we all know.

The list of traditional products already includes 53 products from the Dolnośląskie Voivodeship. Certainly, the flavours of these lands, the whole rich culinary heritage with numerous influences of various cuisines are an interesting proposal to plan our own culinary journeys around the beautiful region of the Kaczawskie Mountains and the Kaczawskie Foothills.



Kluski śląskie z gulaszem ■ Silesian dumplings with goulash

TEKST ■ By: DARIUSZ MAMIŃSKI/MRiRW ■ MARD

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY: ©JUSTYNA KAMIŃSKA-, ©MONIKA-, ©KRZYSZTOF-STOCK.ADOBE.COM



# Kierunek: bioróżnorodność

## Odmiany regionalne i amatorskie

### Direction: biodiversity

#### Regional and amateur varieties

Odmiany regionalne i amatorskie są znane od dawna. Czym są i co je odróżnia od odmian konwencjonalnych?

Choć cel wyróżnienia odmian regionalnych i amatorskich jest ten sam – ochrona rolniczej różnorodności biologicznej poprzez zachowanie unikalnych cech genetycznych – różni je kilka szczegółów.

#### Odmiany regionalne

Są to przede wszystkim stare odmiany roślin rolniczych i warzywnych. Należą do nich też miejscowe populacje wprowadzone i uprawiane przez rolników. Jak wskazuje ich nazwa, odmiany te są związane z regionem kraju, gdzie były tradycyjnie uprawiane i naturalnie się do miejscowych warunków przystosowały. W pamięci starszych osób, zamieszkujących dany region, odmiany takie są wciąż żywe.

#### Odmiany amatorskie

To stare odmiany roślin warzywnych, niekoniecznie związane z danym regionem kraju. Jak ich nazwa wskazuje, odmiany te są przeznaczone do uprawy przez amatorów. Nie mają one znaczenia dla towarowej produkcji warzyw i są dostosowane do uprawy w szczególnych warunkach agrotechnicznych, klimatycznych lub glebowych.

#### Rejestracja odmian regionalnych i amatorskich

Odmiany regionalne i amatorskie mają nieco gorsze „parametry hodowlane” niż nowoczesne odmiany konwencjonalne, czyli odrębność, wyrównanie, trwałość. Jednak z uwagi na podstawowy cel, który im towa-

Regional and amateur varieties have been known for a long time. What are these varieties and what makes them different from conventional varieties?

Although the objective of distinguishing regional and amateur varieties is the same – to protect agricultural biodiversity by preserving unique genetic characteristics – they differ in terms of several details.

#### Regional varieties

These are, above all, old varieties of agricultural and vegetable crops. These also include local populations introduced and cultivated by farmers. As it is indicated by their name, these varieties are related to a region of the country where they were traditionally cultivated and adapted naturally to local conditions. These varieties are still alive in the memory of the elderly living in a given region.

#### Amateur varieties

These are old varieties of vegetable crops, not necessarily related to a given region of the country. As it is indicated by their name, these varieties are to be cultivated by amateurs. They are not important for the commercial production of vegetables and are adapted to cultivation under specific agrotechnical, climatic or soil conditions.

#### Registration of regional and amateur varieties

Regional and amateur varieties have slightly worse "breeding parameters" than modern conventional varieties, i.e., distinctiveness, uniformity, stability. However, in view of their primary



Pszenica regionalna Squerhead ■ Regional wheat Squarehead

rzyszy – zachowanie cennych zasobów genetycznych roślin – mogą być rejestrowane i wprowadzane do obrotu.

Liderami ich uprawy w Unii Europejskiej są Włochy, Austria i Holandia. We Wspólnotowym Katalogu Odmian Roślin Rolniczych mamy obecnie ponad 400 odmian



Pszenica regionalna Ostka Gruboziarnista Grodkowicka ■ Regional wheat Ostka Gruboziarnista Grodkowicka

regionalnych roślin rolniczych, a we Wspólnotowym Katalogu Odmian Roślin Warzywnych są 184 odmiany regionalnych roślin warzywnych i aż 937 odmian amatorskich warzyw.

W Polsce, aby promować ochronę oraz wykorzystanie odmian regionalnych i amatorskich, ich rejestracja i utrzymanie w Krajowym Rejestrze Odmian w Centralnym Ośrodku Badania Odmian Roślin Uprawnych (COBORU) są zwolnione z opłat. Możliwość ich rejestracji, sprzedaży nasion, a w konsekwencji powrót zapomnianych dawnych odmian do uprawy jest szansą zarówno dla ich producentów, jak i dla uprawiających te odmiany rolników bądź działkowców. Jest również korzystne dla podniebienia konsumentów – z chwilą, gdy smaczne warzywa czy lokalne pieczywo wykonane z mąki odmian regionalnych trafią na nasze stoły.

### Wsparcie z PROW

Rolnicy uprawiający odmiany regionalne i amatorskie mogą otrzymywać wsparcie do ich uprawy z PROW 2014–2020, a także z PROW 2023–2027. Zrekompensuje to straty z powodu niższego plonu, jaki mogą uzyskać z uprawy mniej wydajnych odmian. Wsparcie to przyznawane jest w ramach:

- PROW 2014–2020, działania rolnośrodowiskowo-klimatycznego Pakietu 6. *Zachowanie zagrożonych zasobów genetycznych roślin w rolnictwie*;
- Krajowego Planu Strategicznego dla WPR 2023–2027, Interwencji 5. *Zachowanie zagrożonych zasobów genetycznych roślin w rolnictwie*.

objective – to preserve valuable plant genetic resources – they can be registered and placed on the market.

The leaders in their cultivation in the European Union are Italy, Austria and the Netherlands. In the Community Catalogue of Varieties of Agricultural Plant Species, we currently have more than 400 varieties of regional agricultural plants, and the Community Catalogue of Varieties of Vegetable Plants contains 184 varieties of regional vegetable plants and as many as 937 varieties of amateur vegetables.

In Poland, in order to promote the protection and use of regional and amateur varieties, their registration and maintenance in the National Register of Varieties at the Research Centre for Cultivar Testing (COBORU) are exempt from fees. The possibility of registering them, selling seeds, and, as a consequence, the return of forgotten, old varieties to cultivation is an opportunity both for their producers and for farmers or allotment gardeners cultivating these varieties. It is also beneficial for the palates of consumers – as

soon as tasty vegetables or local bread made of flour of regional varieties appear on our tables.

### RDP support

Farmers cultivating regional and amateur varieties may receive the support for their cultivation from the RDP 2014–2020, as well as from the RDP 2023–2027. This will compensate for the losses due to the lower yield they may get from cultivating less productive varieties. This support is granted as part of:

- RDP 2014–2020, agri-environmental-climate measures of Package 6. *Preservation of endangered plant genetic resources in agriculture*;
- National Strategic Plan for CAP 2023–2027, Intervention 5. *Preservation of endangered plant genetic resources in agriculture*.

In both cases, starting from 2023 the same rates apply to beneficiaries of the RDP 2014–2020 and the RDP 2023–2027. The support at the following levels is provided for:

- PLN 1,411/ha – for cultivation of a regional or amateur variety;
- PLN 1,619/ha – for running their seed plantations.

### Other benefits

Financial benefits are not the only ones to be received by farmers who cultivate and preserve these varieties. Cultural, culinary and sentimental values associated with the cultivation of these valuable varieties are priceless. In fact, regional and amateur varieties deserve to be returned to cultivation (despite the fact that they do not meet all expectations set for modern



W obu przypadkach dla beneficjentów PROW 2014–2020 i PROW 2023–2027 od 2023 roku obowiązują te same stawki. Przewidziane jest wsparcie na poziomie:

- 1411 zł/ha – do uprawy odmiany regionalnej bądź amatorskiej;
- 1619 zł/ha – za prowadzenie ich plantacji nasiennych.

### Pozostałe korzyści

Korzyści finansowe nie są jedynymi, które otrzymają uprawiający te odmiany rolnicy i je zachowujący. Bezценne są wartości kulturowe, kulinarne, sentymentalne, jakie łączą się z uprawą tych cennych odmian. Odmiany regionalne i amatorskie zasługują bowiem na to, by przywrócić je do uprawy (pomimo że nie spełniają w 100% wszystkich wymagań stawianych nowoczesnym odmianom), z uwagi na ich cenne cechy użytkowe – np. charakterystyczny smak, zapach, kształt lub kolor owoców, zawartość substancji prozdrowotnych, łatwość przetworstwa bądź odporność na choroby.

Kto może rejestrować odmiany regionalne i amatorskie, wytwarzać ich materiał siewny i sprzedawać go?

Może to być tylko zachowujący odmianę, czyli hodowca lub inna osoba wytwarzająca materiał siewny odmiany, zapewniając odmianie utrzymanie charakterystycznych właściwości, wyrównania i trwałości.

### Gatunki w Krajowym Rejestrze Odmian

W Polsce w Krajowym Rejestrze Odmian mamy obecnie cztery odmiany regionalne pszenicy ozimej: *Almari*, *Ostka Grodkowicka*, *Ostka Gruboziarnista Grodkowicka* i *Square Head Grodkowicka*. Ich zachowującym jest Instytut Hodowli i Aklimatyzacji Roślin – Państwowy Instytut Badawczy Radzików, Zakład Doświadczalny Grodkowice. Regionem pochodzenia, a więc miejscem, gdzie jest wytwarzany i sprzedawany ich materiał siewny oraz gdzie są uprawiane te odmiany, są województwa: dolnośląskie, małopolskie, opolskie, podkarpackie, śląskie i świętokrzyskie.

Drugim gatunkiem roślin rolniczych, którego odmiany regionalne znalazły się w Krajowym Rejestrze, jest ziemniak. W Rejestrze znalazło się 16 jego odmian: *Aksamitka*, *Aster*, *Atol*, *Ceza*, *Dalia*, *Drop*, *Ibis*, *Kolia*, *Lawina*, *Pierwiosnek*, *Ruta*, *Salto*, *Sonda*, *Wawrzyn*, *Zebra* i *Żagiel*. Ich zachowującym jest Gospodarstwo Produkcji Rolnej „Centrala Nasienna” Sp. z o.o. Nidzica, a ich regionem pochodzenia – obszar całej Polski.

varieties in 100%), due to their valuable functional features – e.g. characteristic taste, smell, shape or colour of fruits, content of health-promoting substances, ease of processing or resistance to diseases.

Who can register regional and amateur varieties, produce their seed material and sell it?

It can only be an entity preserving a variety, i.e., a breeder or another person producing seed material of a variety, thus ensuring that the variety keeps its characteristic properties, uniformity and stability.

### Species in the National Register of Varieties

In Poland, in the National Register of Varieties we currently have 4 regional varieties of winter wheat: *Almari*, *Ostka Grodkowicka*, *Ostka Gruboziarnista Grodkowicka* and *Square Head Grodkowicka*. The entity preserving them is the Plant Breeding and Acclimatisa-



Jedyna odmiana regionalna warzyw, która znajduje się obecnie w badaniach COBORU i prawdopodobnie zostanie wpisana do Krajowego Rejestru Odmian, jest odmianą czosnku ■ The only regional vegetable variety which is currently analysed by COBORU and will be probably entered in the National Register of Varieties is a variety of garlic

tion Institute – National Research Institute in Radzików, Grodkowice Experimental Station. The region of origin, i.e. the place where their seed material is produced and sold and where these varieties are cultivated, are the following voivodeships: Dolnośląskie, Małopolskie, Opolskie, Podkarpackie, Śląskie and Świętokrzyskie.

Another species of agricultural plants, whose regional varieties are included in the National Register, is the potato. The Register contains 16 varieties: *Aksamitka*, *Aster*, *Atol*, *Ceza*, *Dalia*, *Drop*, *Ibis*, *Kolia*, *Lawina*, *Pierwiosnek*, *Ruta*, *Salto*, *Sonda*, *Wawrzyn*, *Zebra* and *Żagiel*. The entity preserving them is Gospodarstwo Produkcji Rolnej "Centrala Nasienna" Sp. z o.o. Nidzica, and their region of origin is the area of whole Poland.



Ministerstwo Rolnictwa  
i Rozwoju Wsi

---

Nie marnuj żywności.  
**Szkoda planety!**

Don't Waste Food  
**Care for the Planet!**

#SzanujŻywność







**ODPOCZYWAJ  
NA WSI**

**Wybierz wypoczynek  
na polskiej wsi.**

**Take a rest in the Polish  
countryside.**

