

Polish Food

Witaminy zakute w lodzie

Vitamins crammed into ice

Vitaminen im Eis eingefroren



Pstrąg nie tylko od święta

Trout come rain or shine

Forelle nicht nur zu Feiertagen



<http://www.polska.travel/odpoczywajnawsi/>



Zapraszamy do podróży w magiczny świat polskiej wsi, przyciągającej różnorodnością form wypoczynku, bogactwem przyrody i dziedzictwa kulturowego

We invite you to take a journey into the magical world of the Polish countryside attracting people with its diversified forms of recreation, richness of nature and cultural heritage

Wir laden Sie herzlich ein, eine Reise zu magischer Welt des polnischen Landes zu machen — es lockt mit einer Vielfalt an Freizeitbetätigungen, Fülle der Natur und Kulturerbe an



ODPOCZYWAJ NA WSI
aktywnie
TAKE AN ACTIVE REST
IN THE COUNTRY
AKTIVE ERHOLUNG
AUF DEM LANDE



ODPOCZYWAJ NA WSI
edukacyjnie
TAKE AN EDUCATIONAL REST
IN THE COUNTRY
BILDUNG UND ERHOLUNG
AUF DEM LANDE



ODPOCZYWAJ NA WSI
kulinarnie
TAKE A CULINARY REST
IN THE COUNTRY
KULINARISCHE ERHOLUNG
AUF DEM LANDE



ODPOCZYWAJ NA WSI
naturalnie
TAKE A NATURAL REST
IN THE COUNTRY
NATÜRLICHE ERHOLUNG
AUF DEM LANDE



ODPOCZYWAJ NA WSI
tradycyjnie
TAKE A TRADITIONAL REST
IN THE COUNTRY
TRADITIONELLE ERHOLUNG
AUF DEM LANDE

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



SZANOWNI PAŃSTWO!

W rezultacie demokratycznych wyborów w Polsce nastąpiła zmiana władzy. Decyzją Premier Beaty Szydło objąłem urząd Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

Zbiegło się to w czasie bardzo trudnej sytuacji na rynkach: wieprzowiny i mleka. Rozchwianie rynków rolnych dotyka wszystkich unijnych rolników. W Polsce doszły jeszcze kwestie związane z letnią suszą i wystąpieniem wirusa ASF na terenach przygranicznych z Białorusią. W tak trudnej sytuacji wymaga się ponadto od polskich rolników wnoszenia opłat za przekroczenie limitów produkcji mleka w ostatnim roku kwotowym. Takich ciężarów nie są w stanie udźwignąć gospodarstwa mleczarskie. Warto w tym miejscu przypomnieć, że w dalszym ciągu polscy rolnicy mają gorsze warunki konkurencji, wynikające z niższych płatności bezpośrednich. Nie wszyscy być może wiedzą, że w 2004 roku startowali z poziomu 25% płatności w krajach „starej” Unii Europejskiej.

W przyszłym roku odbędzie się przegląd Wspólnej Polityki Rolnej. Od wielu lat obiecywano jej uproszczenie, ale do tego nie doszło do tej pory. Warto przy tej okazji wrócić do korzeni tej polityki. Miała ona zapewnić stabilizację na poszczególnych rynkach, a tego nie czyni. Działania są fragmentaryczne i niewystarczające. Ostatnie decyzje, dotyczące rynku wieprzowiny, również do takich należą. Wprowadzenie mechanizmu dopłat do prywatnego przechowywania oddala jedynie w czasie cały problem, który za kilka miesięcy powróci ze zwiększoną siłą. W mojej, i nie tylko, opinii, jest konieczne wprowadzenie

LADIES AND GENTLEMEN!

As a result of the democratic election, the government in Poland changed. By decision of Prime Minister Beata Szydło, I took the office of the Minister of Agriculture and Rural Development.

This coincided in time with a very difficult situation in the pork and milk markets. The destabilisation of the agricultural markets affects all EU farmers. In Poland, we also deal with the issues of summer drought and the occurrence of the virus ASF in the areas bordering on Belarus. In such a difficult situation, the Polish farmers are additionally required to pay for exceeding the milk production limits in the last quota year. Dairy holdings are not able to cope with such a burden. It is worth recalling here that the Polish farmers still have the worse conditions of competition resulting from lower direct payments. Perhaps, not everyone knows, that in 2004 they started from the level of 25% of payments in the “old” European Union countries.

Next year, the Common Agricultural Policy will be reviewed. For many years, its simplification has been promised but so far it has not taken place. On this occasion, it is worth getting back to the roots of this policy. It was to provide the stability in the individual markets, and it does not. Its activities are fragmentary and insufficient. Recent decisions regarding the pork market are also like that. The introduction of a private storage aid mechanism only postpones the entire problem, which in a few months will return with greater intensity. In my – and not only my – opinion, it is necessary to introduce

ne jest wprowadzenie refundacji wywozowych i to z ukierunkowaniem na rynki trzecie. Tylko takie spójne działania pozwoliłyby na zdjęcie nadwyżki z rynku.

Rozchwianie rynków rolnych dotyka wszystkich unijnych rolników

Podczas posiedzenia unijnych ministrów rolnictwa, które odbyło się 14 grudnia br., wniosek Polski uzyskał poparcie 12 państw, 2 ministrów wyraziło sprzeciw wobec wprowadzenia subsydiów eksportowych, 3 zwróciło uwagę na potrzebę restrukturyzacji sektora wieprzowiny. Jednak wszyscy występujący wskazywali na niekorzystne skutki rosyjskiego embarga oraz potrzebę pilnych działań Komisji Europejskiej w celu otwarcia rynków zbytu dla wieprzowiny.

Dlatego uważam, że jednym z najważniejszych zadań jest dobre przygotowanie propozycji rozwiązań zmian Wspólnej Polityki Rolnej. Musimy pamiętać, że

Dlatego uważam, że jednym z najważniejszych zadań jest dobre przygotowanie propozycji rozwiązań zmian Wspólnej Polityki Rolnej

oprócz przeglądu, w najbliższym czasie czeka nas też wypracowanie zasad funkcjonowania mechanizmów WPR na kolejną perspektywę finansową po roku 2020.

Zadań do zrealizowania jest wiele. Rozwiązując bieżące, pilne problemy, musimy też stale myśleć o przyszłości i o kolejnych latach.

Wkraczamy w Nowy Rok. Wszyscy mamy nadzieję, że będzie lepszy od poprzedniego. To natomiast zależy od nas, od naszego zaangażowania i pracy. Jeżeli będziemy rozwiązywali najtrudniejsze sprawy z myślą o tych, dla których pracujemy – o rolnikach w całej Wspólnocie oraz o konsumentach na wszystkich kontynentach, aby mieli szeroki wybór wspaniałej żywności i nikt nie był głodny, to myślę, że tak się stanie, czego Państwu serdecznie życzę.

export refunds with a focus on third markets. Only such consistent activities would allow to remove the surplus from the market.

During a meeting of the EU Ministers of Agriculture, which was held on 14 December, the Polish proposal was supported by 12 Member States, 2 Ministers expressed their opposition to the introduction of export subsidies, 3 pointed to a need to restructure the pork sector. However, all speakers pointed out the adverse effects of the Russian embargo and a need for the European Commission to act urgently so as to open up outlet markets for pork.

The destabilisation of the agricultural markets affects all EU farmers

Therefore, I believe that one of the most important tasks is to prepare properly the draft solutions regarding changes in the Common Agricultural Policy. We must remember that, in addition to the review, in the near future we also have to develop the rules of the functioning of the CAP mechanisms for the next financial perspective after 2020.

There are many tasks to accomplish. When solving the current, urgent problems we need to constantly think about the future, about the next years.

We are entering the New Year. We all hope that it will be better than the previous one. This depends on us, on our commitment and work. If we solve the most difficult cases for those for whom we are working – for the farm-

Therefore, I believe that one of the most important tasks is to prepare properly the draft solutions regarding changes in the Common Agricultural Policy

ers throughout the Community and for consumers on all continents, so that they have a wide choice of great food and nobody is hungry, I think that this will happen, which I wish you with all my heart.

KRZYSZTOF JURGIEL
MINISTER FÜR LANDWIRTSCHAFT UND
LÄNDLICHE ENTWICKLUNG



SEHR GEEHRTE DAMEN UND HERREN!

Als Ergebnis der demokratischen Wahlen in Polen erfolgte ein Machtwechsel. Auf der Grundlage der Entscheidung der Ministerpräsidentin Beata Szydło übernahm ich das Amt des Ministers für Landwirtschaft und ländliche Entwicklung.

Dies fiel mit einer sehr schwierigen Situation auf den Märkten für Schweinefleisch und Milch zusammen. Von der Erschütterung der Agrarmärkte sind alle EU-Landwirte betroffen. In Polen kamen dazu Probleme mit der Sommertrockenheit und dem Auftreten des ASF-Virus in den Grenzgebieten an der Grenze zu Belarus. In einer so schwierigen Situation werden auch von polnischen Bauern Gebühren für die Überschreitung der Milchquoten im letzten Quotenjahr verlangt. Die Milchviehbetriebe sind nicht in der Lage, diese Lasten zu tragen. Es sei an dieser Stelle daran erinnert, dass die polnischen Bauern immer noch schlechtere Wettbewerbsbedingungen wegen niedrigeren Direktzahlungen haben. Nicht alle wissen vielleicht, dass sie im Jahr 2004 mit 25% der Zahlungen der „alten“ Europäischen Union starteten.

Nächstes Jahr wird eine Überprüfung der Gemeinsamen Agrarpolitik stattfinden. Seit vielen Jahren wurde ihre Vereinfachung versprochen, jedoch ist dies bisher nicht geschehen. Bei dieser Gelegenheit sei auf die Wurzel dieser Politik hingewiesen. Sie sollte für eine Stabilisierung in den einzelnen Märkten sorgen, tut es aber nicht. Die Maßnahmen sind zersplittert und unzureichend. Die letz-

Von der Erschütterung der Agrarmärkte sind alle EU-Landwirte betroffen

ten Entscheidungen betreffend den Markt für Schweinefleisch gehören auch dazu. Die Einführung des Mechanismus der Zahlungen für die private Lagerhaltung verschiebt nur zeitlich nach hinten das ganze Problem, das in ein paar Monaten mit erhöhter Kraft zurückzukommen wird. Nach meiner und nicht nur meiner Meinung ist es erforderlich, Ausfuhrerstattungen mit Schwerpunkt auf Drittmärkte einzuführen. Nur ein solches kohärentes Handeln würde die Beseitigung des Überschusses aus dem Markt ermöglichen.

In der Sitzung der EU-Agrarminister, die am 14. Dezember dieses Jahres stattfand, gewann der polnische Vorschlag die Unterstützung von 12 Ländern, 2 Minister waren gegen die Einführung von Exportsubventionen, 3 machten auf die Notwendigkeit einer Restrukturierung des Schweinefleischsektors aufmerksam. Doch alle Auftretenden haben auf die negativen Auswirkungen des russischen Embargos und die dringende Notwendigkeit von Maßnahmen der Europäischen Kommission für die Eröffnung der Märkte für Schweinefleisch hingewiesen.

Deshalb glaube ich, dass eine gute Vorbereitung der Lösungsvorschläge zu Änderungen in der Gemeinsamen Agrarpolitik eine der wichtigsten Aufgaben ist.

Deshalb glaube ich, dass eine gute Vorbereitung der Lösungsvorschläge zu Änderungen in der Gemeinsamen Agrarpolitik eine der wichtigsten Aufgaben ist. Wir müssen daran denken, dass uns in der nächsten Zeit neben der Überprüfung auch die Ausarbeitung von Funktionsmechanismen der GAP für die nächste finanzielle Aussicht 2020 erwartet.

Es gibt viele Aufgaben umzusetzen. Bei der Lösung der aktuellen, dringenden Probleme müssen wir auch ständig über die Zukunft, über die nächsten Jahre nachdenken.

Wir treten in das neue Jahr. Wir alle hoffen, dass es besser als das letzte Jahr sein wird. Dies hängt wiederum von uns, von unserem Engagement und unserer Arbeit ab. Wenn die schwierigsten Probleme mit dem Gedanken an diejenigen gelöst werden, für die wir arbeiten, - mit dem Gedanken an die Landwirte in der gesamten Gemeinschaft und an die Verbraucher auf jedem Kontinent, damit sie eine große Auswahl an gutem Essen haben und niemand hungrig ist - dann wird es in Erfüllung gehen, was ich Ihnen auch vom Herzen wünsche.

Cicha noc

Silent night

Stille Nacht







1 List od Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi

Note from Minister of Agriculture and Rural Development
Brief des Ministers für Landwirtschaft und Ländliche Entwicklung

8 Szynka pieczona w chlebie. Specjał z północno-zachodniego Mazowsza

Bread roasted ham. A specialty of the north-eastern Mazowsze
Schinken im Brotteig gebacken. Spezialität aus nordwestlichen Masowien

11 Tradycje zimowej rozgrzewki

Traditions of a winter warm up
Tradition in der Winteraufwärmung

16 Pstrąg nie tylko od święta

Trout come rain or shine
Forelle nicht nur zu Feiertagen

19 Ryba warta uwagi

Fish worthy of attention
Ein beachtenswerter Fisch

22 Magiczny składnik, czyli wieprzowina QAFP

The magic ingredient - QAFP pork
Eine magische Zutat – QAFP-Schweinefleisch



25 **Smacznego, to z Europy**
 Bon Appétit from Europe
 Guten Appetit, das ist aus Europa

27 **Jagnięcina podhalańska**
 Lamb meat from Podhale
 Lammfleisch aus der Podhale-Region

31 **Królestwo pieczarki**
 Kingdom of champignon
 Das Königreich der Champignons

35 **Wariacje na temat barszczu**
 Variations on borsch
 Barszcz-Variationen

38 **Polacy, jesteście szczęściarzami**
 Poland, you are lucky indeed
 Polen, ihr seid Glückspilze!

44 **Skarby pod Tatrami**
 Treasures at the foot of the Tatra Mountains
 Schätze unterhalb der Tatra

54 **Witaminy zakute w lodzie**
 Vitamins crammed into ice
 Vitaminen im Eis eingefroren

Szynka pieczona w chlebie

Specjał z północno-zachodniego Mazowsza



Bread roasted ham

A specialty of the north-eastern Mazowsze

Smaczne wspomnienia z dzieciennych lat to cudowne, kuszące zapachy świeżego chleba i pieczonego mięsa, wypełniające rodzinną kuchnię i skłaniające do łakomstwa.

Polska kuchnia to połączenie kulinarnych tradycji wielu narodów żyjących przez wieki obok siebie. Niewątpliwym polskim specjałem są wędliny. Szynki, balerony i kiełbasy uzyskują niepowtarzalny smak dzięki wysokiej jakości, stosowaniu dawnych receptur i tradycyjnych metod wędzenia w dymie z jałowca lub aromatycznych drzew owocowych.

Kolejną polską specjalnością jest też doskonale pieczywo: chleb żytni i razowy, a także chrupiące, pszenne bułki. Szacunek do chleba, oparty na symbolice, zwyczajach i obrzędach, jest częścią naszego dziedzictwa kulturowego.

W kuchni drobnoszlacheckiej centralnego regionu Polski, szczególnie północno-zachodniego Mazowsza, łączono te dwa tradycyjne smaki, przygotowując z okazji świąt szynkę pieczoną w chlebie. Wygląd zewnętrzny odwzorowywał kształt tradycyjnego chleba żytniego, a na przekroju widoczna była opleciona ciastem szynka.

Szynka pieczona w chlebie może ważyć od 4 do 6 kg w zależności od masy użytej szynki wieprzowej. Mięso, nie pozabawiając je kości, nacierano przyprawami i marynowano. Po wyjęciu z marynaty i odsączeniu, oblepiano je grubą warstwą ciasta chlebowego, przekładano do brytfanny i wsuwano do nagrzanego piekarnika. Upieczoną szynkę można było ostudzić, wyjąć z chlebowej, często spieczonej skorupy i zjadać na zimno. Szynka jest przepyszna. Po tylu godzinach w piecu jest bardzo krucha i rozpyla się w ustach. Dawniej szynki pieczone były w specjalnych piecach chlebowych, dziś w warunkach domowych piecze je zastąpiły piekarniki.

Smak pozostał jednak niepowtarzalny. Mięsne aromaty z wyczuwalną mieszaniną naturalnych przypraw, takich jak: liście laurowe i czarny pieprz, mieszają się z posmakiem kwasu chlebowego. Do przygotowania tego specjału nadaje się wyłącznie ciasto żytnie, którego zakwas przenika do szynki, nadając jej unikalny smak i aromat.

Szynka pieczona w chlebie wpisana jest na listę produktów tradycyjnych. Lista prowadzona jest przez Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Wpisywane są na nią produkty, których jakość lub wyjątkowe cechy i właściwości wynikają ze stosowania tradycyjnych, co najmniej 25-letnich metod produkcji. Znajdujące się na liście produkty postrzegane są jako elementy tożsamości lokalnej społeczności i należą do dziedzictwa kulturowego regionu, z którego pochodzą.

TEKST ■ By ■ Text: **DARIUSZ MAMIŃSKI/MRiRW**
ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY ■ FOTOS: **BOGUSŁAW BIAŁY STUDIO BBS**

SZACUNEK DO CHLEBA, OPARTY NA SYMBOLICE, ZWYCZAJACH I OBRZĘDACH, JEST CZĘŚCIĄ NASZEGO DZIEDZICTWA KULTUROWEGO ■ THE RESPECT FOR BREAD, BASED ON SYMBOLISM, CUSTOMS AND CEREMONIES, IS A PART OF OUR CULTURAL HERITAGE ■ HOCHACHTUNG FÜR BROT, AUF SYMBOLIK, SITTEN UND BRÄUCHE BERUHEND, IST EIN WESENTLICHER TEIL UNSERES KULTURERBES

Tasty childhood memories are dominated by the tempting smell of fresh bread and grilled meat, filling the family kitchen and inducing fits of gluttony.

Polish cuisine is a combination of culinary traditions of many nations for centuries living side by side. An unquestionable Polish specialty are its cold cuts. Hams, gammons and *kielbasa* get their unique taste thanks to high quality meat, the use of traditional recipes and smoking methods with juniper or aromatic fruit tree wood.

Another Polish specialty is its excellent bread: rye and wholemeal, as well as crispy, wheat bread rolls. The respect for bread, based on symbolism, customs and ceremonies, is a part of our cultural heritage.

The minor nobility cuisine of central Poland, especially north-west Mazowsze, combined these two traditional flavours, on holidays preparing bread roasted ham. Its appearance is shaped after the traditional rye bread, and its cross section shows the ham enlaced with dough.

Ham roasted in bread may weigh anywhere from 4 to 6 kg depending on the mass of used pork meat. The meat is rubbed with seasonings and marinated, without removing the bones. After taking it out of the marinade, and draining, the meat is covered with thick bread dough, placed into a roasting pan and put in a heated oven. The ready ham is cooled down, removed from the oftentimes burnt bread, and served cold. The ham is absolutely delicious. After so many hours in the oven, it is very tender and melts in the mouth. In the past, hams were roasted in special bread ovens; nowadays in homes, such ovens are replaced by regular stoves.

The taste however, has remained unique. Meat aromas with a distinctive mix of natural spices, such as: bay leaves and black pepper, is mixed with a breadly aftertaste. This specialty may only be prepared with rye, whose sourdough permeates into the ham, giving it unique taste and aroma.

Bread roasted ham is entered on the list of traditional products. The list is kept by the Minister of Agriculture and Rural Development. It consists of products, whose quality or exceptional characteristics and properties result from the use of traditional, at least 25 year old production methods. Products found therein are perceived as elements of social identity of the local community, and are a part of the cultural heritage of the region they come from.



Schinken im Brotteig gebacken

Spezialität aus nordwestlichen Masowien

Schmackhafte Erinnerungen aus der Kindheit - das ist appetitlicher Geruch vom frisch gebackenen Brot und gebratenen Fleisch, der unsere Küche füllt und zur Nascherei veranlasst.

Polnische Küche ist eine Verknüpfung von kulinarischen Traditionen vieler jahrhundertlang miteinander lebenden Nationen. Eine zweifellos polnische Spezialität sind Wurstwaren. Schinken, Röllschinken und Wurst erhalten ihren einzigartigen Geschmack dank der besten Qualität, Anwendung von alten Rezepturen und traditionellen Räuchermethoden im Wacholder-Rauch oder im Rauch vom aromatischen Obstbaumholz.

Weitere polnische Spezialität sind vorzügliche Backwaren: Roggen- und Vollkornbrot sowie knusprige Weizenbrötchen. Hochachtung für Brot, auf Symbolik, Sitten und Bräuche beruhend, ist ein wesentlicher Teil unseres Kulturerbes.

In der Küche von niederem Adel der zentralen Region Polens, besonders nordwestlichen Masowiens, wurden diese zwei traditionellen Geschmäcke verknüpft, indem man zu Feiertagen einen im Brotteig gebackenen Schinken zubereitete. Das äußere

Aussehen war eine Abbildung der Form traditionellen Roggenbro-

tes und im Querschnitt konnte man einen mit Teig umwickelten Schinken sehen.

Im Brotteig gebackener Schinken kann von 4 bis 6 kg wiegen, je nach der Masse des verwendeten Schweineschinkens. Das Fleischstück, ohne Knochen auszulösen, wurde mit Gewürzen eingerieben und mariniert. Nach dem Herausnehmen aus der Marinade und Abseihen, wurde es dick mit dem Brotteig eingeschlagen, in eine Bratpfanne gelegt und in den vorgeheizten Backofen geschoben. Der gebackene Schinken wurde abgekühlt, aus dem angebratenen Teig herausgenommen und als kalte Vorspeise serviert. Der Schinken ist lecker. Nach vielen Stunden im Backofen ist er sehr zart und zergeht im Mund. Früher wurden Schinken in typischen Brotöfen gebacken, heute wurden diese in den Haushalten einfach durch Backöfen ersetzt.

Der Geschmack blieb jedoch einzigartig. Fleischaromen mit wahrnehmbarer Mischung von natürlichen Gewürzen, wie: Lorbeerblatt und schwarzer Pfeffer, mit Nachgeschmack vom Sauerteig gemischt. Für das Zubereiten dieser Spezialität eignet sich ausschließlich der Roggenteig, dessen Gärstoff in den Schinken eindringt und ihm einen besonderen Geschmack und Aroma verleiht.

Schinken im Brotteig gebacken wurde in die polnische Liste traditioneller Erzeugnisse aufgenommen. Diese Liste ist vom Minister für Landwirtschaft und ländliche Entwicklung geführt. Dort befinden sich Erzeugnisse, deren Qualität oder außergewöhnliche Eigenschaften dank Verwendung von traditionellen, mindestens 25-jährigen Produktionsmethoden entstehen. Die auf der Liste befindlichen Erzeugnisse werden als Bestandteile der Identität von der lokalen Bevölkerung wahrgenommen und gehören zur Kulturerbe der Region, woher sie stammen.



SZYNKI, BALERONY I KIELBASY UZYSKUJĄ NIEPOWTARZALNY SMAK DZIĘKI WYSOKIEJ JAKOŚCI, STOSOWANIU DAWNYCH RECEPTUR I TRADYCYJNYCH METOD WĘDZENIA W DYMIE Z JAŁOWCA LUB AROMATYCZNYCH DRZEW OWOCOWYCH ■ HAMS, GAMMONS AND KIELBASA GET THEIR UNIQUE TASTE THANKS TO HIGH QUALITY MEAT, THE USE OF TRADITIONAL RECIPES AND SMOKING METHODS WITH JUNIPER OR AROMATIC FRUIT TREE WOOD ■ SCHINKEN, RÖLLSCHINKEN UND WURST ERHALTEN IHREN EINZIGARTIGEN GESCHMACK DANK DER BESTEN QUALITÄT, ANWENDUNG VON ALTEN REZEPTUREN UND TRADITIONELLEN RÄUCHERMETHODEN IM WACHOLDER-RAUCH ODER IM RAUCH VOM AROMATISCHEN OBSTBAUMHOLZ



Tradycje zimowej rozgrzewki

Traditions of a winter warm up

Każda pora roku ma swoje niepowtarzalne uroki i swoją specyfikę. Zimowe, mroźne dni i przenikający ciało chłód sprawiają, że poszukujemy rozgrzewających potraw. Możliwości jest mnóstwo. Zapotrzebowanie na energię sprawia, że do łask wracają pożywne, gorące zupy, sycące dania oraz rozgrzewające napoje wszelkiej maści.

O tej porze roku zupełnie inaczej smakuje, np. gęsta, „żołnierska” grochówka z mięsną wkładką, treściwy barszcz lub żurek z kielbasą i jajkiem. Nie sposób też nie wspomnieć o zupie wszystkich prawie zup – o rosole. Tradycyjny, długo gotowany na wolnym ogniu rosół, z mrugającymi okami, zawsze rozgrzewa, a jest przy tym aromatyczny i często stanowi bazę do sporządzania innych zup. Łaskawiej też patrzymy na sycące gulasze z zawieszistymi sosami, czy na gorący bigos. Nawet tradycyjna przekąska, składająca się z własnej roboty smalcu, pysznego chleba i kwaszonego ogórka, działa na nas inaczej, niż wiosną albo latem.

Klimat Polski sprawia, że nawet podświadomie sięgamy po potrawy i napoje, które powodują uczucie nie tylko sytości, ale i wewnętrznego ciepła. Warunki naturalne stały się powodem, stosowania od wieków, także nad Wisłą, wszelkiego rodzaju napojów rozgrzewających. Wypijano napary z suszonych ziół,

Every season has its own unique charms and character. Chilly, winter days, and piercing cold, compel us to seek to warm up. The possibilities are endless. The demand for extra energy cause a comeback of nourishing hot soups, filling dishes, as well as various beverages to warm you up.

This time of year thick, “military-style” pea soup with a meat insert, “rich” borsch, or sour rye soup with *kielbasa* and eggs taste differently than normal. Such a list, of course, cannot be complete without the king of all soups, i.e. broth. The traditional, simmered broth with fat spots is great for warming up, is very aromatic and often a base for other soups. We also more favourably regard goulashes with thick sauces, or hot *bigos*. Even the traditional snack, consisting of homemade lard, delicious bread and pickled cucumber, has a different effect than in the spring or summer.

Polish climate makes us even subconsciously choose dishes and beverages which give us both a sense of fullness and warmth. Natural conditions necessitate that for centuries we have used various kinds of warming up beverages. We drank herbal brews, all kinds of teas from various fruit, forest and cultivated herbs. Polish cuisine has always been famous for its wealth of various spices and sides. Therefore, often these hot

rozmaite herbatki, oparte na tym, co dawały sady, lasy oraz uprawiane zioła. Polska kuchnia zawsze słynęła z bogactwa stosowanych przypraw i dodatków. Zatem często dodawano do gorących napojów nie tylko krajowe zioła i suszone owoce, ale także przyprawy, sprowadzane z zagranicy, jak chociażby imbir, cynamon czy wanilię.

Korzystanie z otaczających nas darów przyrody i różnorodność ich wykorzystywanie widoczne jest również w przygotowywaniu przeróżnych nalewek i soków. Najbardziej popularnym soki na zimową porę stał się niewątpliwie sok malinowy. Był on dodawany zarówno do herbaty, jak i do piwa. Soki robiono z wielu owoców, ale w zimie, poza sokiem malinowym, najzdrowsze były także z aronii i jeżyn.

Na bazie alkoholu sporządzano nalewki z owoców i darów lasu. Tradycja picia rozgrzewających trunków w zimie ma w Polsce długoletnią historię. Wówczas uznawane były za lecznicze. Trudno nie wspomnieć o takich nalewkach, jak pigwówka, malinówka czy wiśniówka. Bardzo często do ich przygotowania dodawano, np. wiórki dębowe, jałowiec czy inne sekretne specjały, których tajemnicę przekazywano z pokolenia na pokolenie.

Zimową porą popularne były też grzane wina. Odnaczały się one bogatym aromatem, w którym wyczuwalne były przyprawy korzenne, imbir, goździki lub cynamon. Tak zwane grzańce mają, podobnie jak nalewki, wiele niepowtarzalnych aromatów. Niegdyś popularne były na polowaniach, kuligach i zabawach karnawałowych. Dziś doskonale są na długie wieczory w domu, znakomicie rozgrzewają i zapobiegają przeziębieniom.



NAJBARDZIEJ POPULARNYM SOKIEM NA ZIMOWĄ PORĘ JEST SOK Z MALIN ■ IN WINTER, THE MOST POPULAR JUICE IS RASPBERRY JUICE ■ DER BELIEBTESTE SAFT FÜR DIE WINTERZEIT IST HIMBEERSAFT

beverages were seasoned with not only domestic herbs and dried fruit, but also spices imported from abroad, i.e. ginger, cinnamon or vanilla.

Making use of the surrounding gifts of nature is also visible in preparation of various liquors and juices. The most popular juice in winter was undoubtedly raspberry juice. It was added both to tea and beer. Juices were made from many fruit, but in the winter, apart from raspberry, the healthiest were made from chokeberries and blackberries.

Spirit-based liqueurs were prepared from both forest and cultivated fruit. The tradition of drinking warming up beverages in winter has a long history in Poland. In the past they were recognized as having medicinal qualities. Liqueurs made from quince, raspberries, or cherries were among the most popular. Very often they were prepared with oak and juniper shavings, or other secret ingredients, handed down from generation to generation.

Winter was also a great time for heated wine. These were characterised by a rich aroma of various spices: ginger, cloves, or cinnamon. The so called "grzańce" (mulled wines) similar to liqueurs have many unique aromas. Once, they were very popular during hunting trips, sleigh rides and carnival parties. Nowadays, they are excellent during the long winter evenings at home, warming up and preventing colds.

Apart from wine, a great base for "grzańce" are meads and beers with various spices.

Natural wealth and the boundless human imagination resulted in a vast array of different culinary ways to keep warm.

NALEWKĘ PIGWOWĄ CHARAKTERYZUJE SŁODKO-KWAŚNY SMAK I AROMAT "POLSKIEJ CYTRYNY" ORAZ PIĘKNY ŻŁOTY KOLOR ■ QUINCE LIQUEUR IS CHARACTERISED BY A SWEET-SOUR TASTE AND AROMA OF "POLISH LEMON" AS WELL AS BY A BEAUTIFUL GOLDEN COLOUR ■ QUITTENLIKÖR IST DURCH IHREN SÜSSSAUREN GESCHMACK, DEN DUFT „POLNISCHER ZITRONE" SOWIE WUNDERSCHÖNE GOLDENE FARBE GEKENNZEICHNET



Tradition in der Winteraufwärmung

Jede Jahreszeit hat einmaligen Reiz und Spezifikation. Winter, frostige Tage und durchdringende Kälte tragen dazu bei, dass wir nach erwärmenden Gerichten suchen. Es gibt viele Möglichkeiten. Der Bedarf an Energie trägt dazu bei, dass nahrhafte, warme Suppen, sättige Gerichte und erwärmende Getränke jeder Art willkommen sind.

Bei dieser Jahreszeit schmeckt z.B. die dichte „Soldatensuppe“ Erbsensuppe mit Fleisch, die vollwertige Rübesuppe und Zurek mit Wurst und Ei total anders. Erwähnenswert ist auch die Königen aller Suppen- die Brühe. Traditionelle Brühe, wird lang auf dem freien Feuer gekocht, erwärmt uns und dabei ist sie sehr aromatisch und ist of Basis für andere Suppe. Wir schauen auch freundlicher auf sättigenden Gulasch mit dickflüssigen Sossen oder warmen Bigos. Sogar traditionelle Zwischenmahlzeiten, die aus selbst gemachten Schmalz, leckeren Brot und Sauergurke bestehen, wirken auf uns anders als im Frühling oder Sommer.

Das polnische Klima trägt dazu bei, dass wir sogar unbewusst nach Gerichten und Getränken greifen, die uns satt machen aber auch innerlich erwärmen. Natürliche Bedingungen haben dazu beigetragen, dass seit Jahrhunderten an der Weichsel unterschiedliche erwärmende Getränke getrunken werden. Man hat Aufgüsse aus trockenen Kräutern, unterschiedliche Tees aus den Obstgärten, Wäldern sowie Kräuternbau getrunken. Die polnische Küche war immer für die Vielfalt an Zutaten bekannt. Man hat oft zu den warmen Getränken nicht nur innländische Kräuter, sondern auch geräucherte Früchte hinzugefügt, aber auch ausländische Zutaten, wie Ingwer, Zimt oder Vanille.

Die Nutzung der umgebender Natur und unterschiedliche Verwendung ist auch bei der Vorbereitung unterschiedlicher Liköre oder Säfte sichtbar. Der am meisten berühmter Saft im Winter ist der Himbeersaft. Er wird sowohl zum Tee, als auch zum Bier hinzugefügt. Die Säfte wurden aus unterschiedlichen Früchten hergestellt, aber im Winter ist ausser dem Himbeersaft auch der Apfelbeere- und Brombeersaft am gesündesten.

Auf Alkoholbasis wurden Obstaufgüsse und Waldfrüchte-Aufgüsse erstellt. Die Trunkheitstradition von erwärmenden Getränken hat eine lange Geschichte.



SEKRET PYSZNEGO BIGOSU TKWI W "PRZEGRYZIENIU" SIĘ WSZYSTKICH SMAKÓW. DLATEGO IM DŁUŻEJ BIGOS SIĘ GOTUJE LUB ODGRZEWA, TYM JEST SMACZNIEJSZY ■ THE SECRET OF DELICIOUS BIGOS CONSISTS IN "BLENDING" OF ALL FLAVOURS. THEREFORE, THE LONGER WE COOK OR REHEAT BIGOS, THE BETTER IT IS ■ DAS GEHEIMNIS EINES LECKEREN BIGOS IST DIE RICHTIGE VERMISCHUNG VON ALLEN GESCHMÄCKEN. DESHALB JE LÄNGER DAS BIGOS GEKOCHT ODER AUFGEWÄRMT WIRD, DESTO SCHMACKHAFTER ES WIRD

in Polen. Sie wurden damals als Heilmittel anerkannt. Erwähnenswert ist auch der Quitte-, Himbeere- und Sauerkirsch- Aufguss. Sehr oft hat man zu der Vorbereitung z.B. die Eiche-, Wacholderflocken oder andere geheime Spezialitäten hinzugefügt, deren Geheimnisse von Generation zu Generation weitergeleitet wurden.

Im Winter waren auch Glühweine berühmt. Sie zeichneten sich mit vielfältigen Aromas aus, in denen würzige Zutaten, Ingwer, Nelken und Zimt spürbar waren. Sog. Glühweine haben ähnlich wie Aufguss viele einzigartige Aromen. Sie waren auch berühmt bei Jagden, Schlittenfahren oder Karneval. Heute sind sie für lange Abende zu Hause ausgezeichnet. Sie erwärmen und beugen Erkältungen vor.

Auch der Glühhonig mit unterschiedlichen Aromen sowie Glühbier erwärmen sehr.

Die Naturvielfalt sowie unbegrenzte menschliche Fantasie haben dazu beigetragen, dass man unterschiedliche Möglichkeiten für die Erwärmungen in Rezepten finden kann. Sie werden sich abhängig von der Region und Tradition unterscheiden, aber mit Sicherheit werden sie die Aufgabe erfüllen. Wie man sieht, betrifft es auch sowohl Gerichte als auch Getränke unterschiedlicher Art.

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

TRADYCYJNY, DŁUGO GOTOWANY NA WOLNYM OGNIU ROSÓŁ, Z MRUGAJĄCYMI OKAMI, ZAWSZE ROZGRZEWA ■ THE TRADITIONAL, SIMMERED BROTH WITH FAT SPOTS IS GREAT FOR WARMING UP ■ TRADITIONELLE BRÜHE, WIRD LANG AUF DEM FREIEN FEUER GEKOCHT, ERWÄRMT UNS





SPECJAŁY KUCHNI PODHALAŃSKIEJ
DELICACIES OF PODHALE CUISINE
TRADITIONSREICHE SPEZIALITÄTEN
AUS PODHALE-REGION



Pstrąg nie tylko od święta

Trout come rain or shine

Ryby to prawdziwe bogactwo ważnych dla zdrowia składników odżywczych. Obok dobrych tłuszczów zawierają także wiele witamin rozpuszczalnych w tłuszczach, jak np. A, D i E, których nie można dostarczyć organizmowi z warzywami i owocami. Powszechnie wiadomo, jak zbawienny wpływ na nasze zdrowie i urodę mają kwasy Omega 3. Pstrąg, należący do rodziny ryb łososiowatych, jest pośród wszystkich ryb słodkowodnych jednym z liderów, jeśli chodzi o zawartość tych kwasów.

W Polsce najczęściej hodowanym gatunkiem jest pstrąg tęczy. Spotykane są również hodowle pstrąga źródlanego, potokowego oraz pstrąga palia. Nasz kraj zajmuje 6. miejsce w Unii Europejskiej w produkcji pstrągów hodowlanych. Warunki klimatyczne i środowiskowe sprzyjają tej produkcji. Pstrąg hodowlany nie odbiega jakością mięsa od ryb poławianych w naturalnych rzekach i potokach.

Fish are rich in nutritional components important for our health. Apart from good fats they contain also many vitamins soluble in fats, e.g. A, D and E, which cannot be supplied to the organism with fruit and vegetables. It is commonly known that Omega-3 acids have beneficial effect on our health and beauty. Trout, belonging to the *Salmonidae*, is one of the leaders among all freshwater fish when it comes to the quantity of these acids.

The species most often bred in Poland is rainbow trout. There are also some fish farms breeding brook and lake trout. Our country ranks 6th place among the countries of European Union in the production of farmed trout. The climatic and environmental conditions are favourable for the production. The quality of farmed trout does not differ from the quality of fish caught in natural rivers and streams.

W Polsce jest ok. 200, w pełni profesjonalnych, gospodarstw pstrągowych. Gospodarstwa te mają stosunkowo niedużą powierzchnię, a produkcja uzależniona jest przede wszystkim od jakości wody.

Zapotrzebowanie na pstrągi występuje w Polsce i zagranicą cały rok. Planując mądrą dietę, bogatą w witaminy i mikroelementy, powinniśmy pamiętać o pstrągu. Ta ryba zawiera dużo mniej tłuszczu, niż mięso czy ryby morskie. Charakteryzuje się również niską kalorycznością, przy jednoczesnej wysokiej wartości odżywczej.

Po integracji z Unią Europejską, w ramach każdego z dotychczasowych okresów programowania, miało miejsce znaczące wsparcie akwakultury. Wśród gospodarstw, ubiegających się o unijne środki, 27 proc. stanowiły gospodarstwa pstrągowe. W latach 2014-2020 wspieranie akwakultury, zrównoważonej środowiskowo, zasobooszczędnej, innowacyjnej, konkurencyjnej i opartej na wiedzy, będzie jednym z priorytetów Programu Operacyjnego „Rybnictwo i Morze”.

Pstrąg na talerzu jest niczym pigułka zdrowia i młodości. To doskonale rozwiązanie dla wszystkich, którzy chcą cieszyć się doskonałym zdrowiem, świetną kondycją i wyglądać młodo. Pamiętajmy, że w tej rybie skumulowane są składniki o działaniu przeciwnowotworowym i zapobiegające procesowi starzenia się, które wzajemnie się uzupełniają i wzmacniają.

There are ca. 200 fully professional trout farms in Poland. The farms occupy a relatively small area, and the production depends primarily on the quality of water.

The demand for trout is present in Poland and abroad all-year-round. When planning a wise diet, rich in vitamins and microelements, we should remember about trout. The fish contains much less fat than meat or marine fish. It is also characterized by low calorific value, and high nutritional value.

After the integration with the European Union, a significant support for aquaculture took place within each of the past programming periods. 27 percent of farms applying for EU funds were trout farms. In the period of 2014-2020, support for environmentally balanced, resource-saving, innovative, competitive and knowledge-based aquaculture shall be one of the priorities of the Operational Programme “Fishery and Sea”.

Trout on a plate is like a pill of health and youth. It is a perfect solution for everyone who wants to be perfectly healthy, be in good shape and look young. Let us remember that the fish contains anti-cancerous and anti-ageing components which complement each other and strengthen the effects.

TEKST ■ By ■ TEXT: **Małgorzata Książk/MRiRW**

ZDJĘCIA ■ PHOTOS By ■ FOTOS: FOTOLIA, © PANTHERSTOCK/PHOTOGENICA, MRiRW

Przystawka z pstrąga wędzonego

Składniki:

- pstrąg wędzony lub filety z pstrąga wędzonego
- pomidory, różne salaty, rukola
- ser mozzarella, majonez, ocet balsamiczny

Pstrąga wędzonego wyfiletować i pozbawić ości lub wykorzystać gotowe wędzone filety. Przystawka to różne połączenia wędzonego pstrąga, pomidorów, sera mozzarella i różnego rodzaju salat. Filety można poukładać na przemian z pozostałymi składnikami lub ułożyć minikanapki na plasterkach pomidora (można komponować je na różne sposoby): na plaster pomidora ułożyć kilka strzępków salaty rozszponki lub rukoli, skropić delikatnie octem balsamicznym. Na wierzch ułożyć plaster mozzarelli, na ser kawałek fileta z pstrąga wędzonego. Na rybę dać odrobinę majonezu, na który w różnych kompozycjach można ułożyć oliwkę, kapary lub papryczkę chili. Całość skropić oliwą. Najlepiej podać w kilku wersjach na jednej paterze.



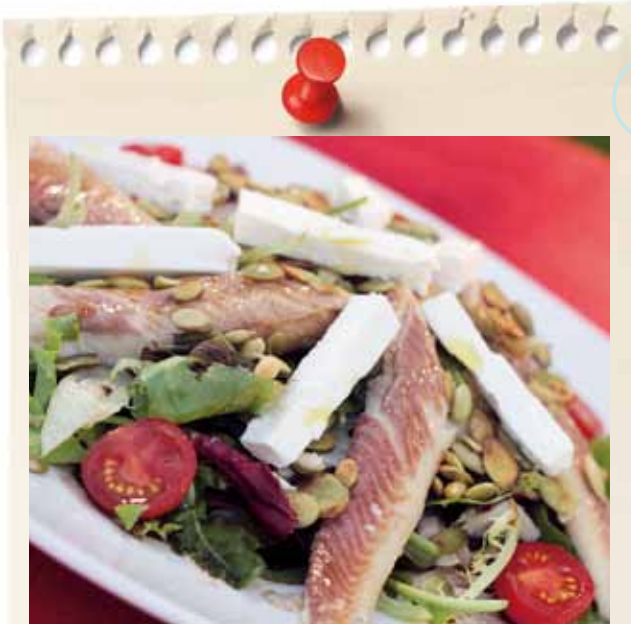
Starter with smoked trout

Ingredients:

- smoked trout or smoked trout fillets
- tomatoes, different kinds of lettuce, salad rocket
- mozzarella, mayonnaise, balsamic vinegar

Fillet the smoked trout and remove fishbones or use ready smoked fillets. The starter is different combinations of smoked trout, tomatoes, mozzarella cheese and various kinds of salads. Fillets can be placed alternately with other ingredients or form small sandwiches with slices of tomato (they can be combined in different ways): place several pieces of corn salad or rocket on a slice of tomato, and sprinkle with balsamic vinegar. Place a slice of mozzarella at the top of a piece of smoked trout. Put a little mayonnaise on the fish, and then complete it with an olive, caparris or chili pepper. Sprinkle the dish with olive oil. It is best to serve several versions of the starter on one plate.

Forelle nicht nur zu Feiertagen



Kalte Vorspeise mit Räucherforelle

Zutaten:

- *Räucherforelle oder Räucherforellenfilets*
- *Tomaten, verschiedene Salate, Rucola*
- *Mozzarella, Mayonnaise, Balsamessig*

Von der Räucherforelle Filets herausschneiden und Gräten entfernen oder fertige Räucherforellenfilets verwenden. Die Vorspeise ist beliebige Verbindung von Räucherforelle, Tomaten, Mozzarella und verschiedenen Salaten. Filets kann man abwechselnd mit übrigen Zutaten legen oder Mini-Sandwiches auf Tomatenscheiben vorbereiten (man kann sie verschiedenartig komponieren): auf eine Tomatenscheibe etwas Rucola oder Feldsalat geben, mit Balsamessig fein beträufeln. Oben Mozzarellascheiben legen, darauf ein Stückchen Räucherforellenfilets. Auf den Fisch etwas Mayonnaise geben, darauf kann man beliebig eine Olive, Kapern oder Pfefferschote legen. Alles mit etwas Olivenöl beträufeln. Am besten mehrere Varianten zusammen auf einem Teller servieren.

Fische bieten uns einen Reichtum an für unsere Gesundheit wichtigen Nährstoffen an. Neben guten Fetten enthalten sie auch viele fettlösliche Vitamine, wie z. B. A, D und E, die dem Organismus mit Gemüse und Obst nicht geliefert werden können. Es ist weithin anerkannt, dass Omega-3-Fettsäuren auf unsere Gesundheit und Anmut einen segensreicheren Einfluss haben. Forelle, die zur Familie der Lachsfische gehört, ist unter allen Süßwasserfischen einer der Führer, wenn es sich um Inhalt dieser Säuren handelt.

In Polen ist Regenbogenforelle am häufigsten gezüchtete Gattung. Es kommen auch Zuchten von Bachsaibling, Bachforelle oder Seesaibling vor. Polen rangiert auf sechster Stelle in der Europäischen Union hinsichtlich Zuchtforellenproduktion. Witterungs- und Umgebungsbedingungen begünstigen diese Produktion. In Bezug auf Fleischqualität weicht die Zuchtforelle von den in natürlichen Flüssen und Bächen gefangenen Fischen nicht ab.

In Polen gibt es ca. 200 professionelle Forellenzuchten. Diese Zuchten haben relativ geringe Größe und die Produktion hängt vor allem von der Wasserqualität ab.

Nachfrage nach Forellen besteht in Polen und im Ausland das ganze Jahr über. Im Rahmen gesunder Ernährung, reich an Vitaminen und Spurenelementen, sollten wir über Forelle nicht vergessen. Dieser Fisch enthält viel weniger Fett als Fleisch oder Seefische. Der ist auch kalorienarm und gleichzeitig durch einen hohen Nährwert gekennzeichnet.

Nach der Integration in die Europäische Union wurde im Rahmen jedes bisherigen Programmzeitraums Aquakultur beträchtlich gefördert. Unter Zuchten, die Finanzmittel der Europäischen Union beantragten, machten Forellenzuchten 27 Prozent aus. In den Jahren 2014-2020 wird die Förderung einer ökologisch nachhaltigen, ressourcenschonenden, innovativen, wettbewerbsfähigen und wissenschaftsbasierten Aquakultur einer der wichtigsten Prioritäten des operationellen Programms „Fischerei und Meer“ sein, für die Umsetzung dieses Programms wurden die meisten finanziellen Mittel vorgesehen.

Eine Forelle auf dem Teller ist wie eine Gesundheits- und Jugend-Pille. Das ist die beste Lösung für alle, die gesund bleiben, eine gute Kondition haben und jung aussehen wollen. Wir dürfen nicht vergessen, dass dieser Fisch Substanzen mit Antitumor- und Altershemmung-Wirkung enthält, die sich gegenseitig ergänzen und verstärken.



Z JACKIEM JUCHNIEWICZEM, PREZESEM STOWARZYSZENIA PRODUCENTÓW RYB ŁOSOSIOWATYCH ROZMAWIA MAŁGORZATA KSIĄŻYK ■ JACEK JUCHNIEWICZ, THE PRESIDENT OF THE TROUT BREEDERS ASSOCIATION IS INTERVIEWED BY MAŁGORZATA KSIĄŻYK ■ MIT JACEK JUCHNIEWICZ, VORSTANDSVORSITZENDEM DES VERBANDES DER ZÜCHTER VON LACHSFISCHEN SPRACH MAŁGORZATA KSIĄŻYK

Ryba warta uwagi

Fish worthy of attention

Panie Prezesie, pstrągi to cenione i popularne ryby konsumpcyjne. Są one hodowane w gospodarstwach rybactw, wprowadzane do rzek i jezior, a przez wędkarzy uważane za atrakcyjne ryby sportowe. Czy produkcja pstrąga i innych ryb słodkowodnych jest w naszym kraju perspektywiczna?

Akwakultura to najdynamiczniej rozwijający się na świecie sektor branży spożywczej, to także kierunek perspektywiczny dla naszej gospodarki. Ryb nie mamy w nadmiarze, a mamy warunki do tego, aby ten sektor rozwijać. Polska akwakultura to chów zarówno ekstensywny – przeważnie karpia, jak i intensywny – głównie pstrąga. Przy chowie intensywnym z jednego m³ wody uzyskujemy znacznie większą produkcję w porównaniu z chowem ekstensywnym. Hodowla pstrąga ma w naszym kraju ponad 100-letnią tradycję. Mamy zaawansowane technologicznie gospodarstwa, w których produkujemy ok. 17-18 tys. ton pstrąga. Zamierzamy zwiększyć tę produkcję ok. 14 tys. ton. Jesteśmy obecnie na 5. miejscu w Europie, jeśli chodzi o pstrąga i na 3. w produkcji wszystkich ryb słodkowodnych.

POLSKA AKWAKULTURA TO CHÓW ZARÓWNO EKSTENSYWNY – PRZEWAŻNIE KARPIA, JAK I INTENSYWNY – GŁÓWNIIE PSTRĄGA ■ POLISH AQUACULTURE INVOLVES EXTENSIVE FARMING – PREDOMINANTLY CARP, AS WELL AS INTENSIVE – MAINLY TROUT ■ POLNISCHE AQUAKULTUR STELLT SOWOHL EINE EXTENSIVE – MEISTENS KARPFFEN, ALS AUCH EINE INTENSIVE ZUCHT – VOR ALLEM FORELLE, DAR

Mr. President, trout is a fish widely appreciated and popular among consumers. It is bred in fish farms, introduced to rivers and lakes, and regarded by fishermen as a desirable fish caught for sport. Is production of trout and other freshwater fish prospective in our country?

Aquaculture is the most dynamically developing sector of food industry in the world, and also a prospective direction for our economy. We do not have an abundance of fish, but we have the right conditions to develop this sector. Polish aquaculture involves





MAMY ZAAWANSOWANE TECHNOLOGICZNIE GOSPODARSTWA, W KTÓRYCH PRODUKUJEMY OK. 17-18 TYS. TON PSTRĄGA ■ WE HAVE TECHNOLOGICALLY ADVANCED FARMS, WHERE WE PRODUCE CA. 17-18 THOUSAND TONS OF TROUT ■ WIR VERFÜGEN ÜBER TECHNOLOGISCH FORTGESCHRITTENE FISCHZUCHTEN, WO CA. 17 000- 18 000 TONNEN FORELLE HERGESTELLT WIRD

Polska ma ambicje i szanse wkrótce wskoczyć na 2. miejsce w tej kategorii. Sprzyjają temu warunki przyrodnicze, kadry, wiedza, technologie i wsparcie fundusowe. Wierzę, że odnieśliśmy sukces. Stowarzyszenie Producentów Ryb Łososiowatych opracowało Strategię Rozwoju Akwakultury Intensywnej 2020, w której stawiamy sobie wysokie cele, a wzrost produkcji jest jednym z nich.

Jaką rolę może odegrać rozwój akwakultury wobec rosnącego zapotrzebowania na białko zwierzęce?

Ogromną... Jest nas dziś 7 miliardów, w 2050 r. ma być 9 mld. W tym samym czasie, w krajach azjatyckich, ok. 3 mld ludzi zmieni swój status na wyższy, przejdzie do tzw. klasy średniej. Oznacza to, że będziemy musieli wyprodukować więcej żywności. Tymczasem zasoby surowcowe są ograniczone i musimy zadbać o ich jak najlepsze wykorzystanie. Szacuje się, że gdyby wszyscy ludzie na świecie odżywiali się w standardzie Ameryki Północnej czy Europy (ok. 100 gram białka dziennie, w tym ok. 60 gram zwierzęcego), to potrzebowałibyśmy trzech planet do ich wyżywienia. Ziemi nie pomnożymy, więc będziemy musieli zadbać o to w inny sposób i ryby mogą przyjść tu z pomocą.

A co z ochroną środowiska. Chów ryb wymaga dużych ilości wody...

Ryby rzeczywiście potrzebują dużych ilości wody, której... nie zużywają, a tylko używają. Woda stanowi środowisko ich bytowania, tak jak powietrze dla innych zwierząt. Paradoksalnie ryby zużywają na kilogram przyrostu mniej wody, niż każde inne zwierzę hodowlane, ale przede wszystkim najmniej paszy. Wynika to z faktu, że ryba jest organizmem zmiennocieplnym i nie traci energii na podtrzymanie temperatury ciała. Podobnie zostawia najmniejszy ślad węglowy. Dlatego warto wspierać produkcję ryb z uwagi na jej środowiskowy aspekt, chociażby po to, aby chronić naszą planetę, a przy okazji dostarczyć konsumentom białko najwyższej jakości, nasycone kwasami tłuszczowymi o udowodnionych zaletach prozdrowotnych.

Bardzo dziękuję za rozmowę. Zachęcamy do konsumpcji ryb i pamiętajmy, że pstrąg to ryba naprawdę warta uwagi.

extensive farming – predominantly carp, as well as intensive – mainly trout. In the case of intensive farming, we obtain much greater yield from one m³ of water as compared to extensive farming. The tradition of trout breeding in our country has more than one hundred years. We have technologically advanced farms, where we produce ca. 17-18 thousand tons of trout. We intend to increase this production by ca. 14 thousand tons. Currently, we hold the fifth place in Europe with regard to trout, and third in production of all freshwater fish. Poland has the ambitions and opportunities to soon storm the second place in this category. It will be possible thanks to the natural conditions, staff, knowledge, technologies and financial support. I believe that we will be successful. The Trout Breeders Association has developed the Intensive Aquaculture Development Strategy for 2020, which sets big goals for us, including production growth.

What role can the development of aquaculture play with regard to the growing demand for animal protein?

An extremely important one... Currently, there are 7 billion people, and in 2050 this number will reach 9 billion. At the same time, in Asian countries ca. 3 billion people will reach a higher social status, joining the so-called middle class. This means that we will have to produce more food. Meanwhile, the raw material resources are limited and we need to ensure their most efficient use. It is estimated that if all people in the world had the same eating habits as people in North America or Europe (ca. 100 grams of protein per day, including ca. 60 grams of animal protein), we would need three planets to feed them. We cannot make more Earths, so we will have to take care of this issue in a different way and fish can come to our aid.

What about environmental protection? Fish farming requires large quantities of water...

Indeed, fish do need large quantities of water, but they do not consume it, merely use it. Water constitutes their habitat, just like air for other animals. Paradoxically, fish consume less water per kilogram of growth than any other animal and, most importantly, the smallest amount of feed. It results from the fact that a fish is a cold-blooded organism and does not lose energy on sustaining its body temperature. Similarly, it leaves the smallest carbon footprint. Therefore, supporting the production of fish is highly recommended due to its pro-environmental aspect: for instance in order to protect our planet, and at the same time provide the consumers with premium protein, saturated with fatty acids, which have been proved to possess health-improving qualities.

Thank you very much for the interview. We strongly encourage consumption of fish and want to remind that trout is a fish really worthy of attention.

Ein beachtenswerter Fisch

Herr Vorsitzender, Forellen sind bekannte und anerkannte Verbrauchsfische. Sie werden in Fischzuchten gezüchtet, in Flüsse und Seen eingeführt und von den Anglern für attraktive Sportfische gehalten. Ist die Produktion von Forellen und anderen Süßwasserfischen in unserem Land zukunftsorientiert?

Aquakultur ist ein sich am meisten entwickelter Sektor der Lebensmittelindustrie weltweit, sie erscheint auch als eine zukunftsorientierte Richtung für unsere Wirtschaft. Fische haben wir nicht im Überfluss, und wir haben Voraussetzungen für die Entwicklung dieses Sektors. Polnische Aquakultur stellt sowohl eine extensive – meistens Karpfen, als auch eine intensive Zucht – vor allem Forelle, dar. Im Falle einer intensiven Zucht erzielen wir von einem Kubikmeter Wasser eine wesentlich höhere Produktion im Vergleich zu einer extensiven Zucht. Forellenzucht hat in unserem Land eine über 100-jährige Tradition. Wir verfügen über technologisch fortgeschrittene Fischzuchten, wo ca. 17 000- 18 000 Tonnen Forelle hergestellt wird. Wir beabsichtigen, diese Produktion um ca. 14 000 Tonnen zu

höher und gehen in sogenannte Mittelschicht über. Das bedeutet, wir müssen mehr Lebensmittel herstellen. Rohstoffressourcen sind jedoch beschränkt und wir müssen dafür sorgen, diese möglichst optimal zu nutzen. Es wird geschätzt, dass sich alle Menschen der Welt nach nordamerikanischen oder europäischen Standards (ca. 100 g Protein täglich, darunter ca. 60 g tierisches Protein) ernährten, bräuchten wir drei Planeten zur Nahrungsversorgung aller Menschen. Die Erde lässt sich nicht vermehren, wir müssen also eine andere Lösung finden und Fische können uns dabei Hilfe leisten.

Und was mit der Umweltschutz. Zucht benötigt große Wassermengen...

Fische benötigen tatsächlich große Wassermengen, die sie jedoch... nicht verbrauchen, sondern nur nutzen. Wasser ist ihre Umgebung, wie Luft für andere Tiere. Paradox verbrauchen Fische pro Kilogramm Zuwachs weniger Wasser als jedes andere Zuchttier und vor allem auch weniger Futter.



RYB NIE MAMY W NADMIARZE, A MAMY WARUNKI DO TEGO, ABY TEN SEKTOR ROZWIJAĆ ■ WE DO NOT HAVE AN ABUNDANCE OF FISH, BUT WE HAVE THE RIGHT CONDITIONS TO DEVELOP THIS SECTOR
■ FISCHE HABEN WIR NICHT IM ÜBERFLUSS, UND WIR HABEN VORAUSSETZUNGEN FÜR DIE ENTWICKLUNG DIESER Sektors

steigern. Wir sind zurzeit am fünften Platz in Europa hinsichtlich der Forellenzucht und am dritten in Bezug auf Herstellung aller Süßwasserfische. Polen hat Ehrgeiz und Aussichten darauf, bald an zweite Stelle in dieser Kategorie zu rücken. Das wird von den natürlichen Bedingungen, Personal, Wissen, Technologien und finanzieller Förderung begünstigt. Ich glaube, wir werden es schaffen. Verband der Züchter von Lachsfischen arbeitete eine Strategie für Entwicklung einer intensiven Aquakultur 2020 aus, wobei wir uns große Ziele setzen, darunter Produktionsanstieg.

Welche Rolle kann Entwicklung der Aquakultur angesichts steigender Nachfrage nach tierischem Protein spielen?

Eine riesige Rolle... Es gibt zurzeit 7 Milliarden Menschen, 2050 wird 9 Milliarden erwartet. Gleichzeitig ändern in asiatischen Ländern ca. 3 Milliarden Menschen ihren Status auf

Dies ist darauf zurückzuführen, dass Fisch ein wechselwamer Organismus ist und keine Energie dafür verliert, seine Körpertemperatur zu erhalten. Er weist auch den geringsten CO₂-Fußabdruck auf. Daher lohnt es sich, Fischproduktion in Bezug auf die Umweltaspekte zu fördern, allein schon um unseren Planeten zu schützen und bei Gelegenheit den Verbrauchern Protein mit nachgewiesenen gesundheitlichen Vorteilen, von bester Qualität und reich an Fettsäuren zur Verfügung zu stellen.

Vielen Dank für das Gespräch. Ermutigen wir andere zum Essen von Fischen und vergessen wir nicht, dass Forelle ein wirklich beachtenswerter Fisch ist.

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY ■ FOTOS: STOWARZYSZENIE PRODUCENTÓW RYB ŁOSOSIOWATYCH



Magiczny składnik, czyli wieprzowina QAFP

The magic ingredient - QAFP pork

Eine magische Zutat – QAFP-Schweinefleisch

Każde danie musi być dobrze skomponowane i kompletne, bo na jego ostateczny smak, teksturę i wygląd wpływ ma kilka elementów. Zatem komponując menu pamiętajmy, że potrawy powinny być nie tylko przygotowane ze składników wysokiej jakości, ale także odpowiednio zbalansowane przyprawami i dodatkami. Dla takich dań idealną bazą jest znakomita w smaku kulinarna wieprzowina z certyfikatem QAFP.

Planując danie z mięsa wieprzowego najpierw wybieramy wysokiej jakości element, odpowiedni dla danej potrawy, taki jak polędwiczka, szynka, łopatka, karkówka czy schab, oferowane w Systemie Gwarantowanej Jakości Żywności QAFP. Do szlachetnego głównego składnika należy wytypować odpowiednie przyprawy, które subtelnie podkreślą jego naturalny smak i delikatny zapach. Dodatki zbożowe, warzywa, owoce czy grzyby uzupełnią danie, eksponując bogate walory smaku doskonałej kulinarnej wieprzowiny.

Wysokiej jakości mięso wieprzowe, sygnowane znakiem QAFP, to produkt o bogatych, naturalnych walorach. Odpowiednio niska zawartość tłuszczu wpływa na smakowitość, idealną kruchość i soczystość mięsa, tak doceniane przez smakoszy. W zależności od przygotowywanego dania, wieprzowinę można łączyć z całym wachlarzem przypraw i składników, pamiętając o tym, że wystarczy ich niewielka ilość, aby nadać mięsu stosowną oprawę. Wieprzowina to atrakcyjny temat

Every dish must be well composed and complete, because ultimately, the flavour, texture, and appearance are affected by several elements. Therefore, while putting a menu together we need to remember that the dishes should not only be prepared from high quality ingredients, but also properly seasoned. Such dishes are ideally based on the QAFP certified pork of exceptional taste.

When planning a pork dish, we first need to select high quality meat, appropriate for a particular dish, such as tenderloin, ham, shoulder, neck, loin offered in the Quality Assurance for Food Products (QAFP) system. The excellent main ingredient should be accompanied by appropriate spices, which subtly emphasize its natural taste and delicate fragrance. Cereal, vegetable, fruit, or mushroom sides supplement the dish, exposing rich flavours of magnificent pork.

High quality QAFP labelled pork is a product of vast, natural values. Properly low fat content affects the taste, ideal tenderness, and juiciness of the meat, so valued by gourmets. Depending on the dish, pork

kulinarny, który pozwala na rozwinięcie fantazji i dopieszczenie kubków smakowych. Wieprzowinę z dobrym efektem można łączyć z warzywami, np. buraczkami, cebulą, papryką, kapustą, pomidorami czy kabaczkami. Śmiało można sięgać też po owoce, doskonałe będą m.in. śliwki, pomarańcze, gruszki, maliny, ananas czy mango. Smak dania podkreślą przyprawy dobrze znane, jak czosnek, jałowiec, liść lauowy, pieprz czy papryka, ale również bardziej egzotyczne kolendra, kumin, anyż, imbir czy szafran. Uwieńczeniem całego dania będą dodatki. Tu również nie ma ograniczeń, bo kulinarna wieprzowina QAFP komponuje się znakomicie i z własnoręcznie przygotowanymi kluskami czy makaronem, na różny sposób przygotowanymi ziemniakami, jak i całą paletą kasz.

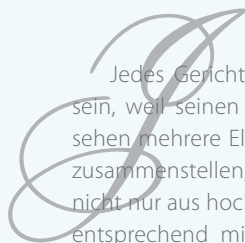
Warto zaplanować danie ze szlachetnego mięsa wieprzowego z tak dobranymi składnikami, przyprawami i dodatkami, aby nie stłumić jego naturalnego i wspaniałego smaku, a umiejętnie je podkreślić. Wysokiej jakości kulinarna wieprzowina QAFP to „magiczny” składnik, z którym każde danie będzie pełne smaku!

TEKST I ZDJĘCIE W RAMACH KAMPANII „GWARANCJA JAKOŚCI QAFP” PROMUJĄCEJ PRODUKTY POSIADAJĄCE CERTYFIKAT JAKOŚCI W RAMACH SYSTEMU GWARANTOWANEJ JAKOŚCI ŻYWNOSCI QAFP

may be combined with a wide range of spices and ingredients, always remembering that only a small quantity is sufficient to give the meat a proper frame. Pork is an attractive culinary theme, allowing imagination to spread its wings and pamper the taste buds. Pork may be to great effect combined with vegetables e.g. beetroots, onions, paprika, cabbage, tomatoes or zucchini. It can also be easily combined with fruit, e.g. plums, oranges, pears, raspberries, pineapple or mangos. The taste is emphasized by spices, well known, such as garlic, juniper, bay leaf, pepper, or paprika, but also more exotic, coriander, cumin, anise, ginger, or saffron. Each dish will be crowned with sides. Here, there are also few constraints, since QAFP pork is a perfect match for home made dumplings or noodles, diverse potato sides, and a whole range of groats.

It is worth to plan a dish with excellent pork, with ingredients, seasonings, and sides selected so as not to suppress its natural and wonderful flavour, but emphasize it skilfully. High quality QAFP pork is a “magical” ingredient, making each dish full of taste!

TEXT AND PHOTO UNDER THE CAMPAIGN “QAFP QUALITY ASSURANCE”, PROMOTING PRODUCTS WITH A QUALITY CERTIFICATE UNDER THE QUALITY ASSURANCE FOR FOOD PRODUCTS - QAFP



Jedes Gericht muss richtig komponiert und vollständig sein, weil seinen endgültigen Geschmack, Textur und Aussehen mehrere Elemente beeinflussen. Wenn wir also Menü zusammenstellen, sollten wir nicht vergessen, unsere Speisen nicht nur aus hochwertigen Zutaten zuzubereiten, aber auch entsprechend mit Gewürzen und Beilagen auszugleichen. Eine ideale Basis für solche Speisen ist kulinarisches Schweinefleisch mit hervorragendem Geschmack, mit QAFP-Zertifikat gekennzeichnet.

Bei der Planung eines Schweinefleischgerichts wählen wir zuerst eine hochwertige, typische dafür Hauptzutat, wie Lende, Schinken, Schulter, Kamm oder Kotelett, die im Rahmen des Qualitätssicherungssystems für Lebensmittel QAFP angeboten werden. Zu diesem vorzüglichen Fleischstück soll man entsprechende Gewürze auswählen, die seinen natürlichen Geschmack und zarten Geruch fein betonen. Getreidebeilagen, Gemüse, Obst oder Pilze ergänzen das Gericht und hervorheben die besonderen geschmacklichen Merkmale des vorzüglichen kulinarischen Schweinefleisches.

Schweinefleisch von bester Qualität, mit QAFP-Symbol gekennzeichnet, ist ein Produkt mit reichen, natürlichen Eigenschaften. Relativ niedriger Fettgehalt beeinflusst Schmackhaftigkeit, ideale Zartheit und Saftigkeit des Fleisches, von Feinschmeckern so geschätzt. Je nach Gericht, kann man Schweinefleisch mit einer ganzen Palette von Gewürzen und Zutaten verbinden, es ist jedoch zu beachten, dass nur eine geringe Menge davon ausreicht, um das

Fleisch entsprechend hervorzuheben. Schweinefleisch stellt ein faszinierendes kulinarisches Thema dar, das ermöglicht, der Fantasie freien Lauf zu lassen und unsere Geschmacksknospen zu verwöhnen. Schweinefleisch kann erfolgreich mit Gemüse, z. B. roten Rüben, Zwiebel, Paprika, Kohl, Tomaten oder Gartenkürbis kombiniert werden. Es ist empfehlenswert, auch nach Obst zu greifen, hervorragend passen dazu u. a. Pflaumen, Orangen, Birnen, Himbeeren, Ananas oder Mango. Der Geschmack des Gerichts wird von Gewürzen betont – gut bekannt wie Knoblauch, Wacholder, Lorbeerblatt, Pfeffer oder Paprika, aber auch mehr exotisch – Koriander, Kreuzkümmel, Anis, Ingwer oder Safran. Die Krönung des Gerichts sind Beilagen. Hier gibt es ebenso keine Einschränkungen, denn QAFP-Schweinefleisch kann erfolgreich sowohl mit hausgemachten Knödeln oder Nudeln, verschiedenartig zubereiteten Kartoffeln, als auch mit einer ganzen Palette von Grobgrießen und Grüten zusammengestellt werden.

Es lohnt sich, ein Gericht vom vorzüglichen Fleisch mit solchen Zutaten, Gewürzen und Beilagen so zu komponieren, um seinen natürlichen und außergewöhnlichen Geschmack nicht zu unterdrücken, sondern geschickt zu betonen. Kulinarisches QAFP-Schweinefleisch von bester Qualität ist eine „magische“ Zutat, dank der jedes Gericht voller Geschmack sein wird!

TEXT UND FOTO ENTSTANDEN IM RAMEN DER KAMPAGNE „QUALITÄTSSICHERUNG QAFP”, DIE PRODUKTEN MIT ZERTIFIKAT IM RAMEN DES QUALITÄTSSICHERUNGSSYSTEM FÜR LEBENSMITTEL QAFP FÖRDERT

**Złote kuleczki mięsne
z suszonymi pomidorami**

Smakują wybornie jako dodatek do obiadu, np. z ziemniakami i surówką lub do podgrzanego pieczywa. Będą też doskonałą przekąską na zimno.

Składniki:

- 500 g łopatki QAFP
- 1/2 małego słoika suszonych pomidorów w oleju z ziołami
- 1/4 szklanki mleka
- 1/4 szklanki bułki tartej + ok. 2 łyżki do obtoczenia kuleczek
- 2-3 łyżeczki koncentratu pomidorowego
- 1 łyżeczka ziół prowansalskich
- sól i świeżo mielony pieprz do smaku
- olej do smażenia

Łopatkę QAFP umyj i zmiel w maszynce do mięsa lub drobno posiekaj w robocie kuchennym. Suszone pomidory pokrój na małe kawałki. Mleko podgrzej i wymieszaj z bułką tartą. Otrzymaną masę połącz z mięsem oraz suszonymi pomidorami. Dodaj koncentrat pomidorowy, zioła, sól i pieprz. Bardzo dokładnie wymieszaj. Formuj niewielkie kulki, które następnie obtaczaj w dodatkowej bułce tartej. Smaż na mocno rozgrzanym oleju na złoty kolor. Przed podaniem odsącz nadmiar tłuszczu na papierowym ręczniku.

**Seasoned meatballs
with dried tomatoes**

They taste excellent as a side to dinner, e.g. with potatoes and salad, or with heated bread. They will also be a perfect cold snack.

Ingredients:

- QAFP pork shoulders - 500 g
- Dried tomatoes in oil with herbs - 1/2 jar
- milk - 1/4 glass
- breadcrumbs 1/4 glass + ca. 2 table spoons to roll the meatballs in
- tomato paste - 2-3 teaspoons
- Herbes de Provence - 1 teaspoon
- salt and freshly ground pepper for taste
- frying oil

Wash the QAFP shoulder and mince it in a meat grinder, or chop in a food processor. Chop the dried tomatoes into small pieces. Heat the milk and mix with bread-crumbs. Combine the mass with meat and dried tomatoes. Add tomato paste, herbs, salt and pepper. Mix thoroughly. Form small balls, and roll them in the leftover breadcrumbs. Fry until golden. Drain excess fat with a paper towel and serve.

**Fleischbällchen
mit getrockneten Tomaten**

Sie schmecken hervorragend als Beilage zum Mittagessen - zum Beispiel mit Kartoffeln und Salat oder mit er-



wärmten Gebäck. Sie werden auch eine vorzügliche kalte Vorspeise sein.

Zutaten:

- 500 g QAFP-Schulter
- 1/2 Glas getrockneten Tomaten im Öl mit Kräutern
- 1/4 Glas Milch
- 1/4 Glas Semmelmehl + ca. 2 ES zum Panieren
- 2-3 TL Tomatenmark
- 1 TL Kräuter der Provence
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer nach Geschmack
- Öl zum Braten

QAFP-Schulter waschen und durch den Fleischwolf drehen oder in einer Küchenmaschine klein zerhacken. Getrocknete Tomaten in kleine Stückchen schneiden. Milch erhitzen und mit Semmelmehl mischen. Die Masse mit Fleisch und getrockneten Tomaten verbinden. Tomatenmark, Kräuter, Salz und Pfeffer dazu geben. Sehr genau mischen. Kleine Bällchen formen, dann im Semmelmehl panieren. Im gut erhitzten Öl goldbraun braten. Vor dem Servieren zum Abtropfen von überschüssigem Öl auf ein Papierhandtuch legen.



POMIDORY DOBRE Z NATURY
NATURALLY GOOD TOMATOES
TOMATEN GUT VON DER NATUR AUS

POLSKA POCHWALI SIĘ NA ŚWIECIE POMIDORAMI,
MAKARONEM I DROBIEM ■ POLAND WILL PRESENT
TO THE WORLD ITS TOMATOES, NOODLES AND POULTRY
■ POLEN WIRD SICH WELTWEIT MIT TOMATEN, NUDELN
UND GEFLÜGEL RÜHMEN

Smacznego, to z Europy

Bon Appétit from Europe

Guten Appetit, das ist aus Europa

PL Komisja Europejska po raz ostatni, w ramach obecnego systemu promocji produktów rolno-spożywczych, zaakceptowała 33 programy promocyjne o łącznym budżecie ponad 107 mln euro. Polskie organizacje branżowe pozyskały z tej kwoty ponad 10 mln euro. W ramach nowej polityki promocyjnej działania będą mogły być prowadzone nie tylko na wewnętrznym rynku unijnym, ale przede wszystkim na wybranych strategicznych rynkach światowych.

Polskie programy przewidują reklamę produktów kilku branż: pomidorów w Polsce i Niemczech, makaronów na Ukrainie i w Chinach oraz mięsa drobiowego wysokiej jakości w Wietnamie, Chinach i Zjednoczonych Emiratach Arabskich.

Realizowane będą programy: „Pomidory dobre z natury”, „Makarony Europy”, czy „Europejski drób – w jakości siła”. Celem ich jest wzrost świadomości konsumentów i dystrybutorów w zakresie zalet polskich produktów, a w konsekwencji wzrost ich sprzedaży na rynkach docelowych. Zaplanowano już szereg działań promocyjnych, takich jak: udział w targach, misje gospodarcze, akcje reklamowe w punktach sprzedaży, a także działania o charakterze public relations.

EU The European Commission has for the last time, under the current system of agri-food product promotion, accepted 33 promotional programmes, with a total budget exceeding 107 million EUR. Polish professional organizations have obtained more than 10 million EUR from that amount. Under the new promotional policy, actions will be conducted not only on the internal EU market, but mainly on selected, strategic world markets.

Polish programmes stipulate advertising of products from several industries: tomatoes in Poland and Germany, noodles in the Ukraine and China, and high quality poultry meat in Vietnam, China and the United Arab Emirates.

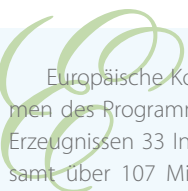
Implementation will encompass the following programmes: “naturally good tomatoes”, “European Pasta”, or “European poultry – the force of quality”. Their purpose is to raise consumer and distributor awareness of the advantages of Polish products, and, as a consequence, a sales increase in target markets. Already, a number of promotional activities have been planned, such as: participation in fairs, economic missions, promotional campaigns in points of sales, and public relations activities.



Celem nowej polityki promocyjnej UE jest zintensyfikowanie działań wspierających konkurencyjność sektora rolno-spożywczego na wybranych strategicznych rynkach światowych. Wprowadzenie jednoetapowego procesu oceny i wyboru programów na szczeblu unijnym włącza do grupy beneficjentów organizacje producentów, a także rozszerza zakres produktów, w szczególności o przetworzone produkty rolne.

EUROPEJSKI DRÓB – W JAKOŚCI SIŁA
 EUROPEAN POULTRY – THE FORCE OF QUALITY
 EUROPÄISCHES GEFLÜGEL – QUALITÄT MACHT STARK

The purpose of the new EU promotional policy is the intensification of competitiveness supporting activities for the agri-food sector on selected, strategic world markets. Introduction of a single-stage programme assessment and selection process at the EU level, includes as its beneficiaries, manufacturer organisations, and expands the scope of products, particularly with processed agricultural products.



Europejska Komisja billigła zum letzten Mal im Rahmen des Programms zur Förderung von landwirtschaftlichen Erzeugnissen 33 Informationskampagnen in Höhe von insgesamt über 107 Mio. EUR. Polnische Branchenorganisationen erhielten davon über 10 Mio. EUR. Im Rahmen einer neuen Absatzförderungspolitik können die Aktivitäten nicht nur auf dem EU-Binnenmarkt, aber vor allem auch auf den ausgewählten strategischen Weltmärkten durchgeführt werden.

Polnische Kampagnen sehen Werbung für Produkte aus mehreren Branchen vor: Tomaten in Polen und in Deutschland, Nudeln in der Ukraine und in China und hochwertiges Geflügel in Vietnam, China und in den Vereinigten Arabischen Emiraten.

Es werden folgende Kampagnen umgesetzt: „Tomaten gut von der Natur aus“, „Nudeln Europas“ oder „Europäisches Geflügel – Qualität macht stark“. Die Kampagnen haben das Ziel, Bewusstsein der Verbrauchern und den Händlern für die Vorteile der polnischen Produkte zu schaffen und daher Wachstum des Absatzes dieser Produkte auf den Zielmärkten zu steigern. Es wurde bereits eine Reihe von verkaufsfördernden Maßnahmen geplant, wie zum Beispiel: Teilnahme an Messen, Delegationsreisen, Werbeaktionen in Verkaufsstellen, sowie Maßnahmen der Öffentlichkeitsarbeit.

Das Ziel der neuen Absatzförderungspolitik der EU ist, die Maßnahmen zur Förderung der Wettbewerbsfähigkeit landwirtschaftlicher Branche auf den ausgewählten strategischen Weltmärkten zu intensivieren. Einführung eines einstufigen Bewertungsver-

fahrens und der Auswahl der Programme auf EU-Ebene lässt auch Erzeugerorganisationen davon profitieren und weitet den Geltungsbereich besonders auf Verarbeitungserzeugnisse aus.

TEKST ■ By ■ TEXT: **MAŁGORZATA KSIĄŻYK/MRiRW**
 ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY ■ FOTOS: FOTOLIA



MAKARONY EUROPY
 EUROPEAN PASTA
 NUDELN EUROPAS



Jagnięcina podhalańska

Lamb meat from Podhale

Lammfleisch aus der Podhale-Region

Gdy w XIV wieku na Podhalu pojawiły się, wywodzące się z Półwyspu Bałkańskiego, pasterskie plemiona Wołochów, gospodarka rolna tego regionu przeszła znaczną przemianę – rozpoczęto hodowlę owiec, kóz i bydła. Wołosi przynieśli ze sobą również umiejętności przetwórstwa mleka, serów, wełny i skór.

W dokumentach lokacyjnych wsi na Podhalu z końca XVI wieku można znaleźć informacje o pozwoleniu „na wolny wypas owiec w górach”, świadczące o prawdopodobnie istniejących już wtedy na tym terenie stadach. Z wypasem owiec kojarzyły się najrozmaitsze magiczne wierzenia i zabiegi. Wiedzę bacowską kształtował ustny przekaz. W niektórych rodzinach o silnych tradycjach pasterskich wiedza ta była ujawniana synowi przez ojca dopiero na łożu śmierci. Baca miał opinię znawcy spraw tajemnych.

Rejon hodowli jagnięciny podhalańskiej jest większy niż obszar obecnego Podhala. Nazwa odnosi się do mikroregionu, stanowiącego zachodnią część Karpat, do którego należą

When in the 14th century, the shepherd's tribes of Vlachs, originating from the Balkan Peninsula, appeared in Podhale, the agricultural economy of this region underwent a substantial transformation – with the start of sheep, goat and cattle breeding. The Vlachs brought with them skills associated with the production of milk, cheese, wool and leather.

The founding documents of villages in Podhale from the end of the 16th century contain information on authorisations to “graze sheep freely in mountain pastures”, indicating that herds were probably already present in the area at that time. Sheep pasturage was associated with various magical beliefs and procedures. The shepherd's knowledge was shaped by the word of mouth. In some families with strong shepherd traditions, this knowledge was disclosed to the son by his father no sooner than on his deathbed. The senior shepherd was thought to be the expert on the arcane.

Tatry, Beskidy, Pieniny i Gorce. Jednakowy sposób chowu owiec na tym obszarze wykształcił się na przestrzeni wieków i pozostaje nierozdzielalnym elementem krajobrazu i kultury tego regionu.

Do produkcji jagnięciny podhalańskiej wykorzystuje się jagnięta owiec rasy cakiel podhalański oraz wywodzącej się z tej rasy polskiej owcy górskiej, doskonale przystosowanych do warunków środowiskowych, panujących na terenie Podhala. Stosowane systemy chowu owiec wywodzą się ze starej tradycji karpackiej hodowli tych zwierząt, wykorzystującej górskie łąki i pastwiska jako miejsca zbiorowych wypasów w okresie sezonu wegetacyjnego. Umiejętności miejscowych górali i zakorzenione zasady chowu owiec znajdują odzwierciedlenie w jakości produkowanej jagnięciny podhalańskiej.

Jagnięcinę podhalańską cechuje wyjątkowa soczystość, która wynika z zawartości tłuszczu śródmięśniowego, czyli marmurkowatości. Na niewielkie otluszczenie mięsa jagniąt istotny wpływ mają uwarunkowania genetyczne ras tradycyjnie stosowanych do produkcji oraz specyficzne warunki naturalne regionu. Niskie otluszczenie jest także zasługą metody żywienia jagniąt, opartej na mleku matek oraz pokarmie pochodzącym ze wskazanego regionu. Warunki naturalne obszaru, a w szczególności wyjątkowa roślinność górską, wykorzystywana jako pokarm dla owiec, mają wpływ na jakość i walory odżywcze mleka matek. Jakość mleka, stanowiącego podstawę żywienia jagniąt, przekłada się na najbardziej wyróżniającą cechę jagnięciny podhalańskiej, jaką jest specyficzny smak i zapach, zbliżony do dziczyzny. Ponadto mięso charakteryzuje się jasnoróżową barwą oraz miękką, lecz sprężystą strukturą.

Konsumenci szczególnie cenią jagnięcinę podhalańską za jej wyjątkowy i specyficzny zapach oraz delikatność mięsa. Jakość oraz walory smakowe i dietetyczne jagnięciny podhalańskiej sprawiły, że stała się ona specjałem kuchni góralskiej.

11 października 2012 r. nazwa „jagnięcina podhalańska” została zarejestrowana przez Komisję Europejską jako Chronione Oznaczenie Geograficzne (ChOG).

The area, in which *Jagnięcina Podhalańska* (lamb meat from Podhale) is bred is larger than the Podhale area in its present configuration; this name refers to the microregion constituting the western part of the Carpathian Mountains, which includes the Tatras, the Beskids, Pieniny and Gorce. The uniform method, by which sheep are reared in this area was developed over centuries and forms an integral part of the region's landscape and culture.

Local breeders of *Jagnięcina Podhalańska* work exclusively with lambs of the Podhale zackel breed, as well as the Polish mountain sheep, which evolved from this breed. Both of them are perfectly adapted to the environmental conditions prevailing in Podhale. The applied sheep husbandry systems stem from the old Carpathian tradition of breeding of these animals, using mountain meadows and pastures for collective pasturage during the vegetation season. The skills of local highlanders and the deeply rooted principles of sheep breeding are reflected in the quality of the produced *Jagnięcina Podhalańska*.

Jagnięcina Podhalańska is noted for its exceptional succulence, which is related to the intramuscular fat content or marbling. The genetic make-up of the breeds traditionally used to produce *Jagnięcina Podhalańska*, coupled with the specific natural conditions prevailing in the region, has a decisive impact on the negligible fat content of the lamb's meat. The method used to feed lambs, based on their mothers' milk and feed originating from the region, also helps to account for the meat's low fat content. The natural conditions prevailing in the area and, in particular, the exceptional mountain vegetation used to feed the sheep, affect the quality and nutritional value of the mothers' milk. The quality of milk – constituting the basis of the lambs' diet – is directly reflected in the specific taste of the meat and its gamey aroma, which is the most distinctive characteristic of *Jagnięcina Podhalańska*. The meat is also distinguished by its light pink colour and its soft but elastic structure.

JAGNIĘCINĘ PODHALAŃSKĄ CECHUJE WYJĄTKOWA SOCZYSTOŚĆ, KTÓRA WYNIKA Z ZAWARTOŚCI TŁUSZCZU ŚRÓDMIĘŚNIOWEGO, CZYLI MARMURKOWATOŚCI ■ JAGNIĘCINA PODHALAŃSKA IS NOTED FOR ITS EXCEPTIONAL SUCCULENCE, WHICH IS RELATED TO THE INTRAMUSCULAR FAT CONTENT OR MARBLING ■ DAS MIT DEM NAMEN „JAGNIĘCINA PODHALAŃSKA” BEZEICHNETE FLEISCH VON MILCHLÄMMERN AUS DER PODHALE-REGION ZEICHNET SICH DURCH EINE AUSSERGEWÖHNLICHE SAFTIGKEIT AUS, DIE VON DER INTRAMUSKULÄREN FETTEINLAGERUNG (MARMORIERUNG) ABHÄNGIG IST

Consumers particularly value *Jagnięcina Podhalańska* for its exceptional and specific aroma and delicately flavoured meat. As a result of the quality, taste and dietetic properties of *Jagnięcina Podhalańska*, it has become a highland specialty.

On 11 October 2012, the name “*Jagnięcina Podhalańska*” has been registered by the European Commission as a Protected Geographical Indication (PGI).



Mit der Zuwanderung im 14. Jahrhundert in die Podhale-Region walachischer Hirtenstämme, aus der Balkanhalbinsel stammend, erfuhr die Landwirtschaft dieser Region einen grundlegenden Wandel – man begann, hier Schafe, Ziegen und Rinder zu halten. Die Walachen brachten das handwerkliche Können zur Milchverarbeitung sowie zur Herstellung von Käse, Wolle und Leder mit.

Aus Gründungsdokumenten von Dörfern in der Podhale-Region vom Ende des 16. Jahrhunderts geht hervor, dass das „freie Weiden“ von Schafen in den Bergen gestattet war, was belegt, dass es schon damals in dieser Region Herden gegeben hat. Mit der Schafweide sind unterschiedliche Volksglauben und Heilmethoden der Volksmedizin verbunden. Das Wissen von Schafhirten wurde durch mündliche Überlieferung gestaltet. In manchen Familien mit starken Hirtentraditionen wurde dieses Wissen dem Sohn vom Vater erst auf dem Sterbebett offenbart. Schafhirte hatte den Ruf desjenigen, der mysteriöse Sachen kennt.

Das Erzeugungsgebiet des mit dem Namen „*Jagnięcina podhalańska*“ bezeichneten Milchlammfleisches reicht über den Kernbereich der heutigen Podhale-Region hinaus, der Name bezieht sich dabei auf die Mikroregion, die Westkarpaten mit den Gebirgszügen Tatra, Beskidy, Pieniny und Gorce umfasst. Eine einheitliche Form der Schafhaltung hat sich in diesem Gebiet im Laufe der Jahrhunderte herausgebildet und bleibt

weiterhin untrennbar mit der Landschaft und der Kultur dieser Region verbunden.

Zur Erzeugung des mit dem Namen „*Jagnięcina podhalańska*“ bezeichneten Milchlammfleisches aus der Podhale-Region werden ausschließlich Lämmer der Rasse „*Cakiel Podhalański*“ (Zackelschaf der Podhale-Region)

und der davon abstammenden „*Polska Owca Górska*“ (Polnisches Bergschaf) verwendet, die sich an natürliche Bedingungen der Podhale-Region hervorragend angepasst haben. Die spezifischen Methoden der Schafhaltung stammen von der alten Karpaten-Aufzucht-Tradition, nach der die Schafe gemeinsam auf den Bergweiden und Wiesen während der Vegetationszeit weiden. Das hohe handwerkliche Können der einheimischen Bergbauern und die traditionellen Methoden der Schafhaltung finden ihren Niederschlag in der Qualität des mit dem Namen „*Jagnięcina podhalańska*“ bezeichneten Milchlammfleisches aus der Podhale-Region.

Das mit dem Namen „*Jagnięcina podhalańska*“ bezeichnete Fleisch von Milchlämmern aus der Podhale-Region zeichnet sich durch eine außergewöhnliche Saftigkeit aus, die von der intramuskulären Fetteinlagerung (Marmorierung) abhängig ist. Der überaus geringe Fettgehalt dieses Lammfleisches ist maßgeblich auf die genetische Ausstattung der Schafrassen, die traditionell zur Erzeugung des Milchlammfleisches „*Jagnięcina podhalańska*“ aus der Podhale-Region verwendet werden, sowie auf die besonderen natürlichen Bedingungen des Erzeugungsgebiets zurückzuführen. Eine wichtige Rolle spielt dabei auch die Ernährung der Lämmer, die auf Muttermilch und aus der genannten Region stammendes Futter basiert. Die natürlichen Bedingungen des Erzeugungsgebiets und insbesondere die einzigartige Vegetation, die den Schafen als Nahrung dient, steigern die Qualität und den Nährwert der Milch der Mutterschafe. Die Qualität der Muttermilch, mit der die Lämmer ernährt werden, wirkt sich unmittelbar auf den spezifischen Geschmack und den Geruch des Milchlammfleisches „*Jagnięcina podhalańska*“ aus der Podhale-Region aus, der dem von Wildbret ähnelt. Darüber hinaus ist für dieses Fleisch seine hellrosa Farbe sowie seine zarte, elastische Textur charakteristisch.

Die Verbraucher schätzen dieses Fleisch vor allem wegen seines unverwechselbaren spezifischen Geruchs und seiner Zartheit. Dank seiner Qualität, seiner geschmacklichen Vorzüge und des hohen Nährwerts ist das mit dem Namen „*Jagnięcina podhalańska*“ bezeichnete Milchlammfleisch zu einer Spezialität der Küche der Bergregion Podhale geworden.

Am 11. Oktober 2012 wurde der Name „Lammfleisch aus der Podhale-Region (*jagnięcina podhalańska*)“ von der Europäischen Kommission als „die geschützte geografische Angabe“ eingetragen.

TEKST ■ By ■ TEXT: IRMINA GLUCHOWSKA/MRiRW

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY ■ FOTOS: FOTOLIA, © PANTHERSTOCK/PHOTOGENICA, RENATA KANIA/MRiRW



Comber jagnięcy z budyniem z oscypeków

Składniki:

- 2 kg comber jagnięcy
- 1 l mleka
- 1 l czerwonego wina
- rozmaryn, jałowiec, ocet balsamiczny
- 200 g oscypeka
- 350 g śmietanki 36%
- 8 jajek
- 1 opak. pomidorków
- suszone śliwki
- 2 łyżki miodu, sól, pieprz
- salata

Wykonanie:

Jagnięcinę marynujemy w mleku, rozmarynie i jałowcu oraz czerwonym winie i occie balsamicznym. Odstawiamy na noc do lodówki. Po wyjęciu z marynaty osuszamy mięso, obsmażamy na patelni, a następnie wstawiamy do piekarnika nagrzanego do 180 stopni C i pieczemy do uzyskania odpowiedniego stopnia wypieczenia.

Oscypek ścieramy na tarce i mieszamy w misce z jajkami i śmietaną, doprawiamy pieprzem, przelewamy do foremek i pieczemy 40 minut w 120 stopniach C. Pomidorki koktajlowe i śliwki smażymy na patelni, podlewamy winem i octem balsamicznym, doprawiamy do smaku. Salaty myjemy i osuszamy. Comber kroimy na mniejsze kawałki. Na środku talerza układamy budyń z oscypeka, comber, dekorujemy salatami i polewamy sosem z pomidorków i śliwek.

Rack of lamb with oscypek cheese pudding

Ingredients:

- 2 kg of rack of lamb
- 1 l of milk
- 1 l of red wine
- rosemary, juniper, balsamic vinegar
- 200 g of oscypek cheese (smoked sheep milk cheese)
- 350 g 36% cream
- 8 eggs
- 1 package of cherry tomatoes
- prunes
- 2 tablespoons of honey, salt, pepper
- lettuce

Preparation:

Marinate the lamb in milk, rosemary and juniper as well as red wine and balsamic vinegar. Leave it overnight in the refrigerator. After taking it out from the marinade, dry out the meat, sear it on a frying pan and then put it in an oven preheated to 180 degrees Celsius and bake it to obtain the preferred degree of cooking.



Grate the oscypek cheese and mix it in a bowl with eggs and cream, season with pepper; pour it to baking moulds and bake it for 40 minutes in 120 degrees Celsius.

Fry the cherry tomatoes and prunes on a frying pan, add wine and balsamic vinegar, season to taste. Wash and dry out the lettuce. Chop the rack into smaller pieces. Lay the oscypek cheese pudding and rack in the middle of the plate, decorate with lettuce and sprinkle with small tomato and prune sauce.

Lammrücken mit Oscypek-Pudding

Zutaten:

- 2 kg Lammrücken
- 1 l Milch
- 1 l Rotwein
- Rosmarin, Wacholder, Balsamessig
- 200 g Oscypek (geräucherter Schafskäse)
- 350 g Schlagsahne 36%
- 8 Eier
- 1 Schälchen Kirschtomaten
- Trockenpflaumen
- 2 EL Honig, Salz, Pfeffer
- Salat

Zubereitung:

Lammrücken in Milch, Rosmarin, Wacholder, Rotwein und Balsamessig marinieren. Über Nacht in den Kühlschrank stellen. Fleisch aus der Marinade nehmen und trocken tupfen, in einer Pfanne bei starker Hitze von jeder Seite scharf anbraten und in einem auf 180 Grad eingestellten vorgeheizten Ofen braten, bis die gewünschte Garstufe erreicht ist.

Oscypek reiben und in einer Schüssel mit Eier und Sahne mischen, mit Pfeffer würzen, in Auflaufförmchen hineingeben und bei 120 Grad 40 Minuten backen. Kirschtomaten und Trockenpflaumen in einer Pfanne anbraten, Rotwein und Balsamessig dazu gießen, nach Geschmack würzen. Salat waschen und trocken tupfen. Lammrücken in kleine Stückchen schneiden. Oscypek-Pudding und Lammrücken in der Mitte des Tellers legen, Salat ringsum dekorativ verteilen, die Soße aus Tomaten und Trockenpflaumen darüber gießen.

ROZMOWA Z DARIUSZEM WYCHOWAŁKIEM, PREZESEM SPÓŁKI PIECZARKA-CENTRUM ■ INTERVIEW WITH DARIUSZ WYCHOWAŁEK, PRESIDENT OF THE COMPANY PIECZARKA-CENTRUM ■ EIN INTERVIEW MIT DARIUSZ WYCHOWAŁEK, DEM VORSTANDSVORSITZENDEN DER GESSELLSCHAFT PIECZARKA-CENTRUM



Królestwo pieczarki

Kingdom of champignon

Das Königreich der Champignons

Kiedy i dlaczego zdecydował się Pan na produkcję pieczarki?

W mojej rodzinie zaczęto produkować pieczarki w latach 70. ubiegłego stulecia. Oczywiście skala produkcji była niewielka, ale pozwoliła zaszczerpić we mnie chęć do zajęcia się tym tematem na poważnie. Po zakończeniu studiów podjąłem najpierw pracę w szkolnictwie. Byłem nauczycielem w szkole średniej, uczyłem przedmiotów zawodowych. W tym czasie nie przestałem jednak myśleć o rozpoczęciu na własny rachunek przygody z grzybami.

W 1990 r. wybudowałem swój pierwszy obiekt. Pierwsze pieczarki zebrałem w grudniu 1990 r. Później to już tylko praca połączona z pasją. Produkcja grzybów wymaga bardzo dużego zaangażowania, ciągłego doskonalenia umiejętności i pogłębiania wiedzy, ponieważ w branży cały czas coś się zmienia – i technologia uprawy, i wymogi jakościowe, rośnie konkurencja. Wszystko to stwarza nowe wyzwania, którym trzeba sprostać. Od początku wiedziałem, że nie jest to proste. Lubię jednak wyzwania i dlatego już tyle lat zajmuję się produkcją grzybów.

Jaka jest specyfika europejskiego i światowego rynku pieczarki, czym ten grzyb różni się w ofercie od innych grzybów jadalnych, z których Polska od lat słynie?

W Polsce produkcja pieczarek była znana od dawna, jednak na skalę przemysłową zaczęliśmy produkować ją od lat 90., stając się coraz bardziej znaczącym graczem na rynku europejskim i światowym. Z roku na rok wzrastała produkcja i eksport do krajów Europy Zachodniej. Pieczarkarnie sięgały po światowe technologie, wyposażając swoje obiekty w najnowocześniejszy sprzęt i budując infrastrukturę rynku. Ostatnie dwudziestolecie to okres działań promocyjnych, w których przekonujemy konsumenta o walorach pieczarki. Występują w niej witaminy z grupy D i B, grzyby te są bogate w minerały i nie zawierają znaczących ilości kalorii – jeden kubek zawiera tylko ok. 20 kcal.

When and why did you decide to launch the production of champignons?

My family started producing champignons in 1970s. Of course, the production was small, but it encouraged me to take up this issue seriously. After graduation I got my first job in education. I was a teacher at high school, I taught vocational subjects. However, during that time, I was still thinking about commencing my own business related to mushrooms.

In 1990, I built my first facility. I reaped first champignons in December 1990. Then, it became just work combined with passion. The production of mushrooms requires a lot of commitment, continuous improvement of skills and knowledge, because the industry changes all the time – technology of cultivation and quality requirements alter, competition grows. All this creates new challenges to be faced. From the very beginning I knew that it is not easy. However, I like challenges and therefore I have been dealing with the production of mushrooms for so many years now.

What is the specific character of the European and global markets of champignons, in what way mushrooms are different than other edible mushrooms which Poland is famous for?

In Poland, the production of champignons has been known for a long time but it was only in 1990s we started to produce them on the industrial scale, thus becoming a more and more significant player on the European and global markets. Each year, the production and export to the countries of Western Europe have been growing. Mushroom farms started using global technologies, equipping their facilities in state of the art equipment, and building market infrastructure. The last twenty years have been a period of promotional campaigns organized to convince the consumer that champignons have many advantages. Champignons contain vitamins of D and B groups and minerals, and have low number of calories – 100 g of mush-

W chwili obecnej w przeliczeniu na jednego mieszkańca zjadamy w Europie od 1 kg do 4 kg grzybów w ciągu roku. Są kraje, w których to spożycie jest duże, jak Niemcy czy Anglia, gdzie zjada się ok. 4 kg pieczarek rocznie. I takie, w których trzeba włożyć jeszcze dużo wysiłku, by przekonać gospodynie domowe do korzystania z tego znakomitego produktu. Temu celowi służy, prowadzona od kilku lat przez Stowarzyszenie Branży Grzybów Uprawnych, akcja promocyjna „Ja, pieczarka”. Dzięki niej notuje się zwiększenie spożycia pieczarek w Polsce.

W związku z coraz większym zapotrzebowaniem na grzyby oraz korzystnymi warunkami makroekonomicznymi w Polsce, produkcja pieczarek przeniosła się do naszego kraju. Pokazują to bardzo dobrze badania statystyczne, według których obecne roczne zapotrzebowanie rynku europejskiego na pieczarkę wynosi ok. 1 mln ton, a aż 300 tys. ton tych grzybów, czyli 30 proc., dostarcza Polska. Dzisiaj możemy szczerzyć się zakładami o bardzo wysokim poziomie technicznym i technologicznym. A jego osiągnięcie było możliwe dzięki ogromnej determinacji producentów dążących cały czas do doskonałości w swojej produkcji.

Dlaczego zdecydował się Pan na uczestnictwo w grupie producenckiej?

Wszystkie uwarunkowania, o których mówiłem wcześniej, czyli rozbudowana baza produkcyjna, zwiększone zapotrzebowanie na grzyby, większe wymagania jakościowe oraz spełnienie wymogów logistycznych wymusiły szukanie nowych możliwości, które pomogłyby sprostać tym wyzwaniom. Pojawienie się możliwości rozwoju poprzez budowę infrastruktury technicznej, dzięki której możemy sprostać wymogom klienta, sprawiło, że bez wahania podjęliśmy wraz z kolegami decyzję o powstaniu grupy producentów grzybów Pieczarka-Centrum.

Możliwość skorzystania z dodatkowych środków finansowych, udostępnionych i rozliczonych przez Agencję Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa, sprawiło, że w bardzo krótkim czasie wybudowaliśmy magazyn logistyczny wraz z pełnym wyposażeniem. Przystąpienie do grupy spowodowało, że dzisiaj wykorzystując tanią infrastrukturę możemy oferować klientom towar dobrej jakości, odpowiednio opakowany i dostarczony na czas. W ten sposób możemy odnaleźć swoje miejsce na trudnym i wymagającym europejskim rynku. Dzisiaj widzę, że podjęta decyzja była słuszna. Dzięki niej mamy mniej problemów ze sprzedażą towaru, a eliminując pośredników z łańcucha dostaw, docieramy z produktem bezpośrednio do naszych odbiorców.

Polska jest trzecim producentem pieczarek na świecie, pierwszym w Europie. Były czasy, gdy to Polacy uczyli się produkcji tych grzybów od Holendrów, Francuzów czy Włochów. Dziś role się odwróciły i to oni z zazdrością zerkają na nasze firmy i uczą się od nas...

Rzeczywiście, kiedyś wszyscy uczyliśmy się produkcji grzybów w krajach Europy Zachodniej. Najwięcej doświadczeń

rooms is only ca. 20 kcal.

At the moment, in Europe, we eat 1 kg to 4 kg mushrooms per capita during a year. In some countries, such as Germany or England, the consumption is high, ca. 4 kg champignons per person annually. In other countries housewives do not use so much of this great product,

so we have to put a lot of effort to persuade them. Therefore, *Stowarzyszenie Branży Grzybów Uprawnych* (Association of the Cultivated Mushrooms Industry) has conducted a promotional campaign “Ja, pieczarka” (I, champignon) for several years. Thanks to it, an increase has been recorded in consumption of champignons per person in Poland.

As the demand for mushrooms is constantly increasing, and the macroeconomic conditions are favourable in Poland, the production of champignons moved to our country. It is proved by very good statistical tests, according to which the current annual demand for champignons on the European market is ca. 1 mln tons, and as much as 300 thousand tons of the mushrooms, namely 30 percent, is provided by Poland. Today we can be proud of plants which are highly advanced technically and technologically. We have managed to achieve this thanks to a huge determination of manufacturers aiming at excellence in their production.

Why did you decide to participate in a producer group?

All conditions I mentioned before, namely the expanded production base, increased demand for the mushrooms, higher quality requirements and fulfilment of logistic requirements, have forced a search for new opportunities which could help us meet these challenges. The emergence of development opportunities through building technical infrastructure, due to which we can meet the customers' requirements, lead to the decision I have made with my colleagues on the creation a group of mushroom producers Pieczarka-Centrum.

The possibility of using additional funds, made available and settled by the Agency for Restructuring and Modernization of Agriculture, enabled us to build a logistics warehouse along with full equipment in a very short time. Entering the group resulted in the fact that today, using cheap infrastructure, we



PIECZARKA JEST GRZYBEM DOSTĘPNYM PRZEZ CAŁY ROK ■ CHAMPIGNONS ARE GANZE JAHR ÜBER VORHANDEN IST



MUSHROOMS AVAILABLE ALL YEAR LONG ■ CHAMPIGNON IST EIN PILZ, DER DAS

i wzorców przejęliśmy ze szkoły holenderskiej. Dzisiaj role się odwróciły. Polska stała się potentatem w produkcji grzybów. Posiada znakomitą bazę produkcyjną i przechowalniczą oraz bazę do przygotowania produktu do sprzedaży. Na wstępie powiedziałem, że pieczarkarstwo jest dziedziną, w której cały czas

musimy się szkolić i doskonalić. W krajach Europy Zachodniej mamy wielu specjalistów, którzy chętnie współpracują z naszymi zakładami. Uczymy się więc razem, wymieniając doświadczenia i poglądy w tej trudnej dziedzinie.

Jaka jest, Pana zdaniem, przyszłość polskiej pieczarki i czego oczekuje Pan od takiej agencji, jak ARiMR?

To co osiągnęliśmy do dziś, to oczywiście duży sukces. Z tego trzeba się cieszyć, ale nie zapominajmy, że tylko dalszy rozwój i produkcja towaru jeszcze lepszej jakości pozwolą utrzymać się na szczycie. Dlatego uważam, że dalszy rozwój infrastruktury handlowej wśród samych grup, a także tworzenie nowych podmiotów, skupiających kilka grup producentów, to następne kroki, które powinniśmy zrobić. Osiągnięcia nasze będą nadal realne, jeśli przy współpracy z ARiMR będziemy pozyskiwać środki na promocję, na tworzenie nowych podmiotów handlowych, na szkolenie kadr czy na zdobywanie nowych rynków.

can offer customers high quality goods, properly packaged and supplied on time. In this way, we can find our place on the difficult and requiring European market. Today I know that the decision was right. As a result, we have less problems with selling the product, and since we eliminate intermediaries from the supply chain, we reach the recipients of the product directly.

Poland is the third largest producer of champignons in the world, and the first one in Europe. In the past, Poles learnt the production of mushrooms from Dutchmen, Frenchmen and Italians. Today, the roles are reversed, and others can envy our production plants and learn from us...

In fact, back then we all learned the production of mushrooms from the countries of Western Europe. We took over the majority of experiences and patterns from the Dutch school. Today the roles are reversed. Poland became a leader in manufacturing mushrooms. We have an excellent production and storage base, as well as competences in preparing the product for sale. At the beginning I told you that producing champignons is a field in which we need to train and our knowledge all the time. Many specialists from the countries of Western Europe gladly cooperate with our plants. So, we learn together, exchanging experience and views on this difficult field.

What is, in your opinion, the future of the Polish champignon production, and what do you expect from such agency as ARMA?

What we have achieved until today is of course a great success. We can be happy about it, but we should not forget that only further development and the production of better quality goods will enable us to keep the leader's position. Thus I think that further development of commercial infrastructure among the groups, and the creation of new entities associating several groups of manufacturers are the next steps we should take up. Our achievements will continue to be realistic, if cooperation with ARMA enables us to acquire funds for promotion, creation of new commercial entities, training of staff or obtaining new markets.

Wann und warum haben Sie sich für die Herstellung der Champignons entschieden?

In meiner Familie hat man mit der Herstellung der Champignon in den 70. Jahren des letzten Jahrhunderts begonnen. Natürlich war die Größe der Produktion klein, aber es schärfte in uns den Willen sich mit diesem Thema ernst zu beschäftigen ein. Nach dem Studiumabschluss haben ich erst mit der Arbeit im Schulwesen begonnen. Ich war Lehrer im Gymnasium, und lehrte berufliche Fächer. Zu dieser Zeit habe ich aber den Gedanken von eigenem Unternehmen – das Abenteuer mit Pilzen- nicht aufgegeben.

Im Jahr 1990 habe ich das erste Objekt gebaut. Erste Champignons habe ich im Dezember 1990 geerntet. Später war nur Arbeit und Leidenschaft. Die Pilzen-Herstellung verlangt sehr großes Engagement, ständige Fortbildung sowie Vertiefung eigener Kenntnisse, denn die Branche ändert sich ständig. Dasselbe gilt für die Anbautechnologie sowie Qualitätsanforderungen, auch die Konkurrenz wächst ständig. All das schafft neue Herausforderungen, den man gewachsen sein muss. Seit Anfang an wusste ich, dass es nicht einfach sein wird. Ich mag trotzdem Herausforderungen und deshalb beschäftige ich mich seit vielen Jahre mit der Pilzen-Herstellung.

Wie ist die Eigentümlichkeit des europäischen Markts und Weltmarkts, womit unterscheiden sich die Pilze im Angebot von anderen essbaren Pilzen, für die Polen bekannt ist?

In Polen ist die Champignon-Herstellung schon seit langer Zeit bekannt. Doch der Industrie-Ausmass begann in den 90. Jahren und Polen wurde zum immer bedeutsameren Spieler auf dem europäischen Markt und den Weltmarkt. Vom Jahr zu Jahr stieg die Herstellung und Export in die westliche Länder Europas. Das Geschäft der Champignonzucht griff nach Welttechnologien, Objekte wurden in moderne Anlagen ausgestattet und die Marktinfrastruktur wurde gebaut. Die letzten zwanzig Jahre war eine Zeit der Vermarktung, bei der wir die Verbraucher über die Vorzüge der Champignons überzeugten. In den Champignons treten Vitamine aus der Gruppe D und B auf, die Pilze sind reich an Mineralstoffen und beinhalten wenig Kalorien- ein Becher hat 20kcal.

Derzeit essen wir umgerechnet auf einen Bewohner in Europa zwischen 1kg und 4kg Pilze jährlich. Es gibt auch Länder, wo der Verbrauch gross ist, wie in Deutschland oder England, wo man ca. 4 KG Champignons jährlich verbraucht. Aber auch solche Länder, in den man sich noch stark bemühen muss bis man die Hausfrauen zu diesem ausgezeichneten Produkt überzeugt. Zu diesem Zweck hat man seit paar Jahren durch das Verein der Champignon-Branchen die Promotion „Ich, der Champignon“ gemacht. Danke dieser Promotion hat man den höheren Verbrauch der Champignons in Polen notiert. In Bezug auf immer grösseren Bedarf an Pilzen und günstige Makro-Ökonomische-Verhältnisse in Polen, wurde die Champignon-Herstellung nach Polen verlagert. Dies zeigen die statistischen Untersuchungen, nach den derzeit der jährliche Bedarf des europäischen Markts an Champignons ca. 1Mio. Ton beträgt, wobei 300 TSD. Tonnen dieser Pilze, also 30 % Polen liefert. Heute können wir uns der Werke, mit hohen technischen und technologischen Niveau erfreuen. Dies war dank enormer Entschlossenheit der Hersteller möglich, die die ganze Zeit die Vollkommenheit bei ihrer Produktion anstrebten.

Warum haben sie sich für die Teilnahme an einer Erzeugergemeinschaft entschieden?

Alle Gegebenheiten, von den ich früher gesprochen habe, das heißt der Ausbau der Herstellungsbasis, erhöhter Bedarf an Pilzen, erhöhte Qualitätsanforderungen sowie Erfüllung logistischer Anforderungen, haben die Suche nach neuen Möglichkeiten erzwungen, die uns helfen sollte den neuen Anforderungen gleichzukommen. Neue Entwicklungsmöglichkeiten durch Bau der technischen Infrastruktur, dank der man den Kundenanforderungen nachkommen kann, haben dazu beigetragen, dass wir ohne Zögern mit Kollegen die Entscheidung über die Entstehung der Chamignon-Centrum Erzeugergemeinschaft getroffen haben.

Die Möglichkeit der Nutzung zusätzlicher Finanzmittel, die durch die Agentur für Umgestaltung und Modernisierung der

Landwirtschaft freigegeben und abgerechnet wurden, hat dazu beigetragen, dass wir in kurzer Zeit einen logistischen Lager mit voller Ausstattung gebaut haben. Der Beitritt zu der Erzeugergemeinschaft hat dazu beigetragen, dass wir Heute durch die Nutzung der preiswerten Infrastruktur, dem Kunden Ware hoher Qualität anbieten können, die angemessen verpackt ist und fristmässig geliefert wird. Wir können dadurch unseren Platz auf dem schwierigen und anspruchsvollen europäischen Markt finden. Heute sehe ich, dass die Entscheidung richtig war. Wir haben weniger Probleme mit dem Warenverkauf und durch die Beseitigung der Vermittler in der Lieferungskette, gelangen wir mit dem Produkt direkt an unsere Empfänger.

Polen ist das dritte Herstellungsland der Champignon in der Welt, das erste in Europa.

Es gab Zeiten, wo Polen die Herstellung der Pilze von den Holländern, Franzosen oder Italiener lernten. Heute haben sich die Rollen geändert und die anderen schauen mit Neid auf unsere Firmen und lernen von uns...

Das ist war. Früher haben wir alle die Herstellung der Pilzen in westlichen Ländern Europas gelernt. Die größte Erfahrung und Vorbilder haben wir aus Holland. Heute haben sich die Rollen geändert. Polen wurde zum Potentat der Pilzen-Herstellung. Wir besitzen eine ausgezeichnete Herstellungs- und Aufbewahrungsbasis sowie eine Basis für die Vorbereitung des Produkte zum Verkauf. Zu Beginn habe ich gesagt, dass die Champignonzucht ein Gebiet ist, in dem wir uns ständig schulen und fortbilden müssen. In den westlichen Ländern Europas haben wir viele Fachleute, die gerne mit unseren Werken zusammenarbeiten. In diesem schwierigen Bereich lernen wir zusammen, tauschen Erfahrung und Bemerkungen aus.

Wie ist Ihrer Meinung nah, die Zukunft der polnischen Champignons und was erwarten Sie von so einer Agentur, wie ARiMR?

Das, was wir bis Heute erreicht haben, das ist natürlich ein großer Erfolg. Man soll sich darüber freuen, aber man darf nicht vergessen, dass nur weitere Entwicklung, die Herstellung von Produkten noch besserer Qualität es uns möglichen machen auf dem Gipfel zu bleiben. Deswegen bin ich der Auffassung, dass weitere Entwicklung der Handelsinfrastruktur unter den Gruppen selbst, sowie Bildung neuer Subjekte, die die Erzeugergemeinschaften versammeln, die nächsten Schritte sein sollten. Unsere Errungenschaften werden weiterhin real sein, wenn wir bei der Zusammenarbeit mit ARiMR neue Mittel für die Vermarktung, Bildung neuer Handelssubjekte, Personalschulungen oder Gewinnung neuer Märkte gewinnen werden.



ROZMAWIAL ■ INTERVIEWED BY ■ FRAGEN VON:

WIESŁAW STEFANIAK/ARiMR

ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY ■ FOTOS: ARTUR KUBAT/ARiMR

Wariacje na temat barszczu

Variations on borsch

Barszcz-Variationen

TA WYŚMIENITA ZUPA POSIADA TAKŻE WŁAŚCIWOŚCI PROZDROWOTNE ■ THIS DELICIOUS SOUP ALSO HAS HEALTH-PROMOTING PROPERTIES ■ DIESE AUSGEZEICHNET SUPPE IST AUCH GESUNDHEITSFÖRDERND

Wiele potraw uważamy za tradycyjne polskie. Do nich należy popularny barszcz czerwony. Znana od wieków, jedna z gatunku kwaśnych zup, przygotowywanych na bazie buraków ćwikłowych.

Burak ćwikłowy uprawiany był do celów spożywczych i leczniczych już w starożytności. Pierwsze wzmianki o uprawie tego warzywa w Polsce pochodzą z XVI wieku.

Istnieje wiele odmian barszczu czerwonego. Najbardziej popularne są dwie – klasyczny, przygotowywany na mięsnym wywarze oraz postny, sporządzany na wywarze warzywnym.

Podstawę klasycznego barszczu czerwonego stanowi żytni zakwas oraz wołowa kość ze szpikiem. Wywar gotowany jest wraz z pokrojonymi w plasterki lub słupki burakami ćwikłowymi oraz włoszczyzną. Ta jedna z popularniejszych polskich zup podawana jest z mięsnymi uszkami (malutkie, sklepane rogamiki pierożki, nadziewane mięsnym farszem). Barszcz taki może być też podawany z ziemniakami pure. Natomiast udekorowany kleksem kwaśniej śmietany i posypany drobno po-

We deem many dishes as traditionally Polish. One of those is the popular red borsch. Centuries old, sour soups prepared on the basis of red beets.

Red beets have since ancient times been cultivated both for consumption and as medicines. Cultivations in Poland were first mentioned in the 16th century.

Red borsch comes in many different forms. The most popular are – the classic prepared on a meat stock base, and Lenten, based on a vegetable stock.

The base for the classic red borsch is rye sourdough with a beef bone and marrow. The stock is cooked with sliced red beet, and mirepoix.

One of the most popular Polish soups is served with "uszka" (small dumplings with meat or Lenten stuffing). Borsch may also be served with potato puree. The version decorated with a spot of sour cream and seasoned with finely chopped parsley is called "whitened". Many people however, prefer the clean version, without the cream.

As in the case of many dishes, the possible ways of preparation serving of this soup are many, depending on regional culinary traditions, and the chef's creativity. Clean red borsch is often served





BURAK CÍWIKŁOWY UPRAWIANY BYŁ DO CELÓW SPOŻYWCZYCH I LECZNICZYCH JUŻ W STAROŻYTNÓŚCI ■ RED BEETS HAVE SINCE ANCIENT TIMES BEEN CULTIVATED BOTH FOR CONSUMPTION AND AS MEDICINES ■ DIE ROTE RÜBE WIRD FÜR LEBENSMITTEL UND HEILMITTEL SCHON IM ALTERTUM ANGEBAUT

siekaną natką pietruszki, nazywany jest barszczem czerwonym zabielanym. Wiele osób woli jednak czystą postać, bez śmietany.

Podobnie jak w przypadku wielu potraw, jest wiele możliwych rozwiązań dotyczących przygotowania i serwowania tej zupy. Zależą one od regionalnych tradycji kulinarnych oraz inwencji kucharza. Czysty barszcz czerwony bywa często podawany w kokilce lub filiżance, jako wyśmienity dodatek do obiadu, np. z pasztecikami lub naleśnikami przyrządzanymi na ostro.

Szczególną odmianą jest barszcz czerwony przygotowywany na specjalną okazję, na Wigilię. Jest to zupa postna. Jej baza jest prawie taka sama, nie ma w niej tylko mięsa. Czysta, klarowna forma barszczu czerwonego, przyrządzana na ten wyjątkowy wieczór, zawiera, gotowane razem z wywarem, suszone grzyby. Zupa, doprawiona zakwasem, solą i pieprzem, podawana jest, w zależności od regionu, z uszkami nadziewanymi kapustą i grzybami lub z gotowaną fasolą.

Wyjątkową odmianą barszczu czerwonego jest tzw. barszcz ukraiński. Jego buraczaną bazę uzupełniają: kapusta i fasola oraz pomidory i ziemniaki. W tym przypadku może być on również przyrządzany w postaci postnej i z dodatkiem mięsa.

Popularna jest także tzw. botwinka, zupa, do której dodawane są także młode liście buraka ćwikłowego. To zwiastun wiosny. Młode buraki o niewielkim jeszcze korzeniu i soczystych liściach stanowią bazę dla wiosennej odmiany barszczu czerwonego. To zdecydowanie lekka zupa, oparta na młodziutkich, pierwszych warzywach, tzw. nowalijkach. Szczególną jej odmianą jest chłodnik, zimna zupa, wspaniała na upalne dni, zawierająca całe bogactwo świeżych, młodych warzyw wraz z ogórkiem i koperkiem oraz kefirem lub maślanką.

Barszcz czerwony to wyśmienita potrawa, która posiada także właściwości prozdrowotne. Na przedwiośniu, gdy wiele osób odczuwa przewlekłe zmęczenie i apatię, talerz barszczu szybko poprawi nastrój, przywróci chęć do życia i dobre samopoczucie.

TA JEDNA Z POPULARNIEJSZYCH POLSKICH ZUP PODAWANA JEST Z MIĘSNYMI USZKAMI ■ ONE OF THE MOST POPULAR POLISH SOUPS IS SERVED WITH "USZKA" (SMALL DUMPLINGS WITH MEAT) ■ DAS IST EINE BEKANNTE POLNISCHE SUPPE, DIE MIT FLEISCH-TORTELLINI SERVIERT WIRD

in ramekins or cups, as an excellent side dish with dinner e.g. with pasties or spicy pancakes.

A particular variety, is red borsch prepared for a very special occasion, Christmas Eve. It is the Lenten variety. Its base is almost the same, sans the meat. This clear form of red borsch, prepared for an extraordinary evening, contains dried mushrooms boiled with the stock. The soup is seasoned with sourdough, salt and pepper and served, depending

on the region, with "uszka" stuffed with cabbage and mushrooms, or boiled beans.

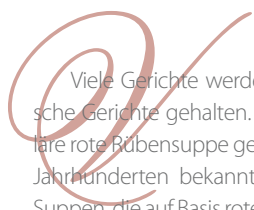
Another unique variety of red borsch is the so-called Ukrainian borsch. Its beetroot base is supplemented with cabbage, beans, tomatoes, and potatoes. It can be prepared both with and without meat.

Also very popular is the so-called "botwinka", a soup with early red beet leaves. It is usually considered a sign of the coming spring. Early beets with a small root and juicy leaves, are a base for the spring variety of red borsch. This very light soup is based on early vegetables, the so-called "nowalijki". A very particular variety is the cold soup, perfect for hot days, containing a richness of fresh early vegetables with cucumber and dill, as well as kefir and buttermilk.

Red borsch is a delicious dish, with many health-improving properties. In early spring, when many people feel chronic fatigue and apathy, a plate of borsch will quickly make you feel better, restore the will to live and good mood.

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





Viele Gerichte werden für traditionelle polnische Gerichte gehalten. Hierzu gehört die populäre rote Rübensuppe genannt „Barszcz“. Sie ist seit Jahrhunderten bekannt, eine von den saueren Suppen, die auf Basis roter Rüben vorbereitet wird.

Die Rote Rübe wird für Lebensmittel und Heilmittel schon im Altertum angebaut. Erste Erwähnung über den Anbau von diesem Gemüse in Polen stammt von dem XVI. Jahrhundert.

Es gibt viele Barszcz-Sorten. Die meist bekannte ist die klassische Rübensuppe, vorbereitet auf Fleisch-Brühe sowie Fasten-Rübensuppe auf Gemüsebrühe.

Die Basis für die klassische Rübensuppe ist Roggen-Gärstoff sowie Rind mit Knochenmark. Gekochte Brühe beinhaltet geschnittene rote Rüben und Suppengrün im Pflaster- oder Säulenform. Das ist eine bekannte polnische Suppe, die mit Fleisch-Tortellini serviert wird (kleine, zusammengeklebte Piroggen mit Fleischfüllung). Die Roggensuppe kann auch mit Kartoffelpüree serviert werden. Dagegen wenn sie einen Sauersahne-Fleck oder mit gehacktem Petersilie bestreut ist, nennt sich die Suppe Rübbersuppe mit Sahne. Die meisten wollen dennoch eine pure Form ohne Sahne.

Ähnlich, wie bei vielen Gerichten, gibt es viele mögliche Vorbereitungs- sowie Servierarten dieser Suppe und es hängt von der regionalen, kulinarischen Tradition sowie Koch-Invention ab. Die pure Rübbersuppe wird oft in einer Auflaufform oder Tasse als eine ausgezeichnete Zulage zum Mittagessen serviert, z.B. zur Pastete und zu scharfen Pfannkuchen.

Eine besondere Variante ist die rote Rübbersuppe für besondere Gelegenheiten- für Heiligabend. Die Basis ist fast gleich, bloss es gibt kein Fleisch. Die pure, reine Rübbersuppe für diesen besonderen Abend beinhaltet Pilze, die mit der Brühe gekocht werden. Die Suppe wird mit Gärstoff, Salz und Pfeffer serviert, abhängig von der Region, mit Tortellini gefüllt mit Kraut und Pilzen oder gekochten Bohnen.

Eine aussergewöhnliche Rübbersuppe-Variante ist ukrainische Rübbersuppe. Die Rübbersuppe wird mit Kraut und Bohnen sowie Tomaten und Kartoffeln ergänzt. In diesem Fall kann sie auch in Fasten-Variante oder mit Fleisch zubereitet werden.

Berühmt ist auch die Rote Bete-Suppe, zu der junge Blätter der roten Bete hinzugefügt werden. Es ist das Anzeichen für Frühling. Junge Rüben mit noch kleinen Wurzeln und saftige Blätter sind die Basis für die Frühlingsvariante der rote Rübbersuppe. Es ist eindeutig eine leichte Suppe, die sich auf jungen, ersten sog. Frühgemüse stützt. Eine besondere Variante ist die kalte Suppe, sie für heiße Tage



CZYSTY BARSZCZ CZERWONY BYWA CZĘSTO PODAWANY W KOKILCE LUB FILIŻANCE, JAKO WYŚMIENIY DODATEK DO OBIADU, NP. Z PASZTECZKAMI ■ CLEAN RED BORSCH IS OFTEN SERVED IN RAMEKINS OR CUPS, AS AN EXCELLENT SIDE DISH WITH DINNER E.G. WITH PASTIES ■ DIE PURE RÜBBENSUPPE WIRD OFT IN EINER AUFLAUFFORM ODER TASSE ALS EINE AUSGEZEICHNETE ZULAGE ZUM MITTAGESSEN SERVIERT, Z.B. ZUR PASTETE

ausgezeichnet und ist reich an frischen, jungen Gemüse mit Gurken und Fenchel sowie Kefir oder Buttermilch.

Rote Rübbersuppe ist ein ausgezeichnetes Gericht, das auch gesundheitsfördernde Eigenschaften besitzt. Zum Vorfrühling, wenn viele Personen eine chronische Müdigkeit und Apathie empfinden, wird ein Teller Rübbersuppe die Stimmung schnell verbessern und Lebenslust sowie besseres Wohlbefinden erwecken.

DOPRAWIONY ŚMIETANĄ I POSYPANY NATKĄ PIETRUSZKI, TO BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY ■ SPICED WITH SOUR CREAM AND SPRINKLED WITH PARSLEY, THIS IS BEETROOT SOUP WITH SOUR CREAM ■ MIT SAHNE ABGESCHMECKT UND MIT PETERSILIENGRÜN BESTREUT, DAS IST DIE EINGEDICKTE ROTE-BETE-SUPPE



Polacy, jesteście szczęściarzami

Poland, you are lucky indeed

Polen, ihr seid Glückspilze!



IZRAELSKICH SZEŹÓW KUCHNI I BLOGERÓW KULINARNYCH SMAKOWITA PODRÓŻ PO MAZOWSZU, WARMII I MAZURACH ■ ISRAELI CHEFS AND BLOGGERS, A TASTY CULINARY JOURNEY TO MAZOWSZE, WARMIA AND MAZURY ■ ISRAELISCHE KÜCHENCHEFS UND KULINARISCHE BLOGGER, EIN SCHMACKHAFTER AUSFLUG IN DAS MASOWIEN, ERMLAND UND MASUREREN.

Piękne, kolorowe, jesienne krajobrazy, dorodne owoce i warzywa, różnorodność i odwaga w interpretowaniu tradycji. To wrażenia po pobycie w Polsce. To wspomnienia, z którymi wyjeżdżali z Warszawy kucharze z Izraela, którzy na zaproszenie Instytutu Polskiego w Tel Awiwie przyjechali do naszego kraju. Przyjechali, aby spróbować, jak smakuje Polska.

Podróż rozpoczęła się w Warszawie, by następnie na kilka dni przenieść się na Warmię i Mazury. Szefowie kuchni oraz dziennikarze i blogerzy kulinarni mieli okazję spotkać się z lokalnymi producentami, porozmawiać o polskich regionalnych produktach i rozsmakować się w specjach naszej kuchni.

Pierwszy tydzień października uraczył gości ostatnim powiewem lata. Ciepłe jeszcze dni oraz rześkie już wieczory i ranki stworzyły niepowtarzalny klimat do wędrowek po lesie w poszukiwaniu grzybów, zbioru malin i degustacji jabłek prosto z sadu.

Już od pierwszych chwil gościom towarzyszyły polskie smaki. W menu powitalnej kolacji znalazły się potrawy inspiro-

Beautiful, colourful, autumn landscapes, ripe fruit and vegetables, diversity and a daring interpretation of tradition. These are the impressions after a visit to Poland; memories the Israeli chefs were left with on their departure from Warsaw after visiting our country on the invitation of the Polish Institute in Tel Aviv. They have come to sample the tastes of Poland.

Their travel began in Warsaw, and then led them for several days to Warmia and Mazury. Chefs, as well as culinary journalists and bloggers had an opportunity to meet with local producers, talk about Polish regional products and savour the delicacies of our cuisine.

The first week of October treated our guests to the last breath of summer. Warm days and already brisk evenings and mornings have created a unique atmosphere for strolls in the forest in search of mushrooms, raspberries, as well as sampling apples straight from the orchard.

Polish flavours accompanied our guests from the very onset of their visit. The welcome dinner menu included dishes

GOŚCIE Z IZRAELA W CZASIE WARSZTATÓW Z LEPIENIA PIEROGÓW ■ THE VISITORS FROM ISRAEL AT THE WORKSHOP OF PREPARING PIEROGI ■ GÄSTEN AUS ISRAEL WÄHREND EINES WORKSHOPS ZUM THEMA PIROGGEN



wane tradycyjną polską kuchnią, przygotowane z sezonowych produktów.

Goście mieli także okazję spróbować produktów prosto ze straganów na jednym z największych targów spożywczych w Warszawie. Jajecznica, sadzone gęsie jajo, biała kiełbasa parzona, kiszony ogórek, tradycyjny twaróg, smaczne wędliny oraz pełnoziarniste pieczywo – tak wyglądało śniadanie, którym zostali uraczeni podczas zwiedzania targowiska. Gospodarzami tego przedpołudnia byli przedstawiciele Slow Food Youth z Warszawy. Mnogość świeżych owoców i warzyw wprawiła w zachwyt i była źródłem licznych inspiracji na nowe przepisy, które od pierwszego dnia rodziły się w głowach kucharzy.

Wizyta na Warmii i Mazurach każdego dnia przynosiła nowe smaki i umiejętności. Były warsztaty z lepienia pierogów, z przygotowywania faworków i pączków, które zaowocowały smacznym deserem. Była także wizyta w sadzie, której efektem było stworzenie kilku niepowtarzalnych wariacji na temat jabłka.

Jednym z punktów programu była prezentacja i degustacja polskich produktów z oznaczeniami ChNP, ChOG i GTS, na którą zagranicznych gości zaprosiło Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Takich produktów, uznanych przez Komisję Europejską jako tradycyjne, regionalne i jedyne w swoim rodzaju, mamy w Polsce 37. Pasuje nas to na ósmej pozycji wśród krajów unijnych. Biorąc pod uwagę, że owe systemy jakości pojawiły się dopiero z wejściem naszego kraju do UE, to całkiem spore osiągnięcie. Goście mieli okazję spróbować m.in.: oscypka, bryndzy, sera korycińskiego, kiełbasy lisieckiej, kabanosów, miódów, andrutów kaliskich, rogali świętomarcińskich, jabłek grójeckich, miódów i miódów pitnych czy suski sechłońskiej.

Na zakończenie wizyty uczestnicy przygotowali pożegnalny obiad. Na stole pojawiły się potrawy inspirowane zarówno kuchnią polską, jak i śródziemnomorską, przygotowane z wykorzystaniem typowo polskich produktów.

Gdy wyjeżdżali, zapytałam ich co ze sobą zabierają i jakie są ich wrażenia po tej kilkudniowej, kulinarnej wycieczce po Polsce.

inspired by traditional Polish cuisine, prepared with seasonal products.

The guests also had the opportunity to sample products straight off of stalls from one of the largest food markets in Warsaw. Scrambled eggs, fried goose egg, white boiled sausage, pickled cucumbers, traditional curd, tasty cured meats and whole wheat bread – that was the breakfast served while visiting the markets. The hosts this forenoon were representatives of the Slow Food Youth of Warsaw. The multitude of fresh fruit and vegetables was a source of delight and numerous inspirations for new recipes conceived by the chefs from day one.

The visit to Warmia and Mazury brought forth new skills and flavours. Guests took part in workshops in preparing *pie-rog*i, doughnuts and *faworki*, resulting in a tasty dessert. They also visited the orchard, which resulted in creating several unique variations on the apple.

One of the points of the program was a presentation and tasting of Polish products labelled ChNP, ChOG and GTS, on the invitation of the Ministry of Agriculture and Rural Development. Similar products in Poland, recognized by the European Commission as traditional, regional and unique, number 37. That places us eight among the EU member states. Considering that these systems of quality were introduced with Poland's accession to the EU, it is quite the achievement. Guests had the opportunity to sample, among others: *oscypek*, *bryndza*, and *ser koryciński* (Koryciński cheeses), *kielbasa lisiecka*, *kabanosy*, *andrut*y kaliskie waffles, *rogal świętomarciński* sweetrolls, *jabłka grójeckie* (grójeckie apples), meads and honeys, and *suska sechłońska* (prunes).

The visit's grand finale was a farewell dinner prepared by the participants. The table was graced with dishes inspired by cuisines of Poland and the Mediterranean, prepared with the use of typical, Polish products.

When they were leaving, I asked what were they taking with them, and what are their impressions after a few day culinary trip around Poland.

To Twój pierwszy raz w Polsce, więc pozwól, że zapytam o wrażenia. Co było dla Ciebie najbardziej zaskakujące podczas tego wyjazdu?

Pogoda (śmiech).

A od strony kulinarnej? Co najbardziej zapamiętasz?

Nieoczywiste, zaskakujące połączenia smakowe. Wykorzystanie niektórych produktów, które często bywają odpadem. Jak na przykład nadziewane gęsie szyje, które były pyszne.

Które z polskich potraw wykorzystasz w swojej kuchni?

Pierogi. Z pewnością przygotuję pierogi z mięsem. To taka potrawa, którą jesz i jesz i nie możesz przestać. Ja zjadłem 15 sztuk (śmiech). Ten wyjazd sprawił, że teraz będę rozglądał się za polskimi produktami.

A który z produktów z oznaczeniem GI najbardziej przypadł Tobie do gustu?

Te cienkie jak papier, słodkie krążki.

Chyba masz na myśli andruty kaliskie.

Tak, andruty. Niesamowite. Nie wiem jak są wypiekane, ale są bardzo smaczne. Wyglądają jak bardzo cienkie naleśniki.

A czy masz jakiś pomysł, jak je wykorzystać w kuchni Twojej restauracji?

Oczywiście. Z łatwością można ich użyć do wielu potraw, gdyż pasują zarówno do słodkich, jak i słonych dań. Na przykład jako dodatek do sałatek albo do delikatnych potraw z ryb jako kontrastowa tekstura.

To z niecierpliwością czekamy na zdjęcie takiej potrawy z andrutami.

Jeżeli tylko będę mógł je kupić w Tel Awiwie, to nie ma sprawy.



EYTAN VANUNU

This is your first time in Poland, so let me ask about your impressions. What did you find to be the most surprising during this trip?

The weather (laughs).

And from a culinary perspective? What was the most memorable?

Unlikely and surprising flavour combinations. The use of products often considered waste. For example, stuffed goose necks, which were delicious.

Which Polish dishes are you planning to use in your kitchen?

Pierogi. I will certainly try my hand in preparing *pierogi* with meat stuffing. It is the kind of dish which you simply can't stop eating once you start. I myself devoured 15 (laughs). This trip has certainly made me want to look for Polish products.

And which of products labelled GI, was to you, the most appealing?

These paper-thin, sweet disks.

I think you mean *andruty kaliskie*.

Yes, those. Incredible. I do not know how they are baked, but they are very tasty indeed. They look like very thin pancakes.

Any ideas on how to use them in your restaurant?

Of course. They should be easy to use in many dishes, as they go both with sweet and salty dishes. For example, as a side with salads, or delicate fish dishes as a contrasting texture.

We'll be waiting anxiously for pictures of your creations with *andruty*.

If I'll be able to get them in Tel Aviv, I will send you some.

To nie jest Twój pierwszy raz w Polsce, prawda?

Tak, to prawda. To moja trzecia wizyta w Polsce i za każdym razem wiąże się to z bardzo pozytywnymi przeżyciami. Już za pierwszym razem byłam bardzo mile zaskoczona różnorodnością polskich produktów, ale z kolejnym pobylem tutaj jest jeszcze lepiej, odkrywam coś nowego, a to świadczy o tym, że Polska jest krajem, który intensywnie się rozwija. Nawet po dwóch latach widać niesamowitą różnicę.

Co tym razem zabierasz do Tel Awiwu, jakie przemyślenia?

Tym razem miałam okazję odwiedzić polską wieś. Macie tu w Polsce piękne krajobrazy i niesamowicie dobre, naturalne produkty. Ludzie są przemili. Chociaż czasami mają problemy i może codzienność nie sprzyja, ale są otwarci i bardzo pozytywni. My pochodzimy z małego kraju. Dla nas takie krajobrazy, pola uprawne i lasy, to niesamowite przeżycie. Ja jestem tutaj bardzo szczęśliwa. Mam nadzieję, że



HILA ALPERT

This it is not your first visit to Poland, correct?

Yes, that's true. This is my third visit to Poland, and every time involves very positive experiences. During my first visit, I was very pleasantly surprised by the diversity of Polish products, but the next visit proved to be even better. I discovered something new, which proves that Poland is constantly developing. Even after only two years, the difference is incredible.

What will you bring back to Tel Aviv this time, any reflections?

This time I had the opportunity to visit the Polish countryside. You have beautiful landscapes and incredibly good, organic products. The people are absolutely delightful. Although they are not without problems, and their daily life may not be too pleasant, but they remain open and very positive. We live in a very small country. To see such landscapes, fields and forests, is, for us, an incredible experience. I feel very

Polacy zdają sobie sprawę z tego, że są szczęściami, że żyją w kraju, który jest piękny i który rozwija się pomimo kryzysu w innych państwach.

happy here. I hope that Poles are aware of their luck, that they can live in such a country, beautiful and developing despite the crisis elsewhere.

Co zostanie w Twojej pamięci po wizycie w Polsce? Jakie było Twoje pierwsze wrażenie?

Moje pierwsze wrażenie nie jest związane tylko z polską żywnością, ale z całym krajem. W moim mniemaniu Polska była szarym krajem. A ten wyjazd uświadomił mi, jak różnorodnym i kolorowym jest krajem. Dosłownie i w przenośni. Zarówno jeżeli chodzi o atmosferę, o ludzi, pomysły, inspiracje. Warszawa to typowa europejska, tętniąca życiem stolica. Niesamowite krajobrazy, piękna natura i wysoka jakość produktów, które mieliśmy okazję próbować.

Które z nich wykorzystasz w swojej kuchni?

Mam w głowie mnóstwo pomysłów i przepisów. Teraz muszę je wszystkie spisać i zdecydować, jakie produkty do tego wykorzystać spośród tych, które dostępne są w moim kraju. Zazwyczaj w mojej restauracji serwuję potrawy śródziemnomorskie. Będę szukał idealnych połączeń, równowagi między polskimi inspiracjami a kuchnią śródziemnomorską.

A czy pamiętasz stół z polskimi tradycyjnymi i regionalnymi produktami?

Oczywiście, że pamiętam. Po raz pierwszy miałem okazję spróbować wędzonych śliwek. Bardzo mi smakowały. Uwielbiam wędzone produkty i wykorzystuję je szczególnie do deserów. Sery były bardzo smaczne, szczególnie bryndza. Oczywiście kiełbasy, zwłaszcza te cienkie, suche...

Kabanosy...

Tak, kabanosy. I te cienkie wafle, to w zupełności mój styl i smak. Miody pitne niekoniecznie, wolę bardziej wytrawne i mocniejsze alkohole.

Polska wódka?

Tak, zwłaszcza polska żubrówka. To mój ulubiony alkohol i jestem jej największym konsumentem w Tel Awiwie.

Jakie było Twoje najciekawsze doświadczenie podczas wizyty w Polsce?

Myślę, że wizyta na targu. To bogactwo produktów było niesamowicie inspirujące. Moje ręce aż paliły się do pracy, miałam ochotę od razu, tam na miejscu przygotować coś pysznego. Dzisiaj przygotowałam pieczywo, mąka była niesamowita. Z targu pamiętam też mnóstwo świeżych owoców. My w Izraelu nie mamy aż tylu owoców jagodowych, są one importowane. Mamy truskawki, ale nie są tak dobre. Polskie maliny, których próbowałam, były niesamowicie smaczne.

What will you remember best from your visit to Poland? What was your first impression?

My first impression is not related only to Polish food, but the country as a whole. In my mind Poland was a drab country. This trip made me realize how diverse and colourful your country really is. Both literally and figuratively. Both in its atmosphere and people, as well as ideas and inspirations. Warsaw is a typical, lively European capital. Incredible landscapes, beautiful nature and high quality of products we were served.

Which of them are you planning to use in your kitchen?

I have a full head of ideas and recipes. Now I must write them down and decide which products to use from those available in my country. My restaurant usually serves Mediterranean dishes. I'll be looking for the best compositions, a balance between Polish

inspirations and Mediterranean cuisine.

Do you remember the table with Polish traditional and regional products?

Of course I do. That was my first opportunity to try smoked plums. They were very tasty. I love smoked products and I use them particularly with desserts. The cheeses were very good to, especially bryndza. Of course sausages, especially the thin, dried ones...

Kabanosy...

Yes, kabanosy. And those thin waffles; they are exactly to my tastes and style. Not so much your meads, I prefer drier and stronger alcohols.

Polish vodka?

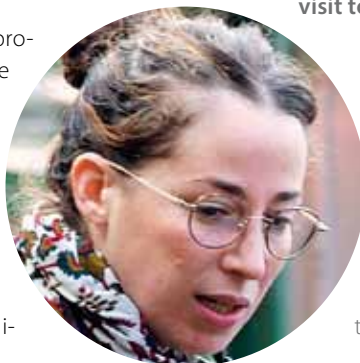
Yes, especially *żubrówka* (bison grass vodka). It's my favourite liquor and I am the single largest consumer in Tel Aviv.

What's your most interesting experience from the visit to Poland?

I think that the visit to the market. The abundance of products was incredibly inspiring. My hands itched to get to work, I wanted to prepare something delicious right then and there. Today I made bread, the flour was incredible. I also remember the market being full of fresh fruit. In Israel we don't have nearly as many different berries, we have to import. We have strawberries, but not as good. Polish raspberries I tried were incredibly tasty.



MAOZ ALONIM



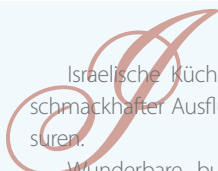
MICHAL BOUTON

Zapraszamy w sezonie letnim, najsmaczniejsze truskawki są w czerwcu.

Tak, wiem. Sprzedawcy informowali, że to już nie jest sezon na owoce jagodowe, że już nie są takie same, jak latem, ale i tak były niesamowite. Zdecydowanie lepsze niż nasze w szczytowym momencie sezonu. Chodziliśmy po targu i marzyliśmy o tym, aby wszystkie te produkty zabrać ze sobą do Izraela. Te wszystkie odmiany jabłek. Każda inna, o innej zawartości pektyn i w rozmaity sposób wykorzystywana w kuchni. Wszystko było niesamowite!

You are welcome to visit in the summer season, strawberries are best in June.

Yes, I know. The merchants told us that the season for berries is over, and they are not the same as in the summer, but still, they were incredible. Definitely better than ours during peak season. We strolled through the market and dreamed to take all these products back to Israel. All those apple varieties. Each one different, with different pectin content, and variously used in the kitchen. Everything was incredible!



Israelische Küchenchefs und kulinarische Blogger, ein schmackhafter Ausflug in das Masowien, Ermland und Masuren.

Wunderbare, bunte, Herbstlandschaften, reife Früchte und Gemüse, Vielfalt und Mut bei der Auslegung der Tradition. Das ist der Eindruck nach dem Aufenthalt in Polen. Das sind Erinnerungen, mit denen die israelische Küchenchefs Warszawa verlassen haben, die auf Einladung der Polnische Instituts in Tel Aviv unser Land besucht haben. Sie sind gekommen um die polnische Geschmäcke auszuprobieren.

Die Reise begann in Warszawa um sich danach für paar Tage nach Ermland und Masuren zu begeben. Die Küchenchefs und Journalisten sowie kulinarische Blogger hatte die Gelegenheit sich mit regionalen Herstellern zu treffen und über polnische Regionalprodukte zu sprechen und den Geschmack der Spezialitäten unserer Küche auszuprobieren.

Die erste Woche Oktobers hat die Gäste mit dem letzten Sommerzug begrüßt. Warme Tage und frische Abenden sowie Morgen haben ein unvergessliches Klima für Waldwanderungen auf der Suche nach Pilzen, Himbeersuche und Apfel-Verkostung direkt aus dem Apfelgarten geschafft.

Schon ab den ersten Momenten wurden die Gäste durch polnische Geschmäcke begleitet. Im Menü des Willkommensabends gab es Gerichte, die mit der traditionellen, polnischen Küche inspiriert wurden und aus Saisonprodukten erstellt wurden.

Die Gäste hatten auch die Gelegenheit Produkte direkt aus den Ständen bei dem größten Lebensmittelmarkt in Warszawa auszuprobieren. Rührei, Spiegelei von dem Ei einer Ganz, Weisswurst verbrüht, Sauergurke, traditioneller Quark, schmackhafter Aufschnitt sowie Vollkorn-Gebäck – so sah das Frühstück aus, mit dem die Gäste bei der Besichtigung des Markts begrüßt



GOŚCIE MIELI TAKŻE OKAZJĘ SPRÓBOWAĆ PRODUKTÓW PROSTO ZE STRAGANÓW NA JEDNYM Z NAJWIĘKSZYCH TARGÓW SPOŻYWCZYCH W WARSZAWIE ■ THE GUESTS ALSO HAD THE OPPORTUNITY TO SAMPLE PRODUCTS STRAIGHT OFF OF STALLS FROM ONE OF THE LARGEST FOOD MARKETS IN WARSAW ■ DIE GÄSTE HATTEN AUCH DIE GELEGENHEIT PRODUKTE DIREKTE AUS DEN STÄNDEN BEI DEM GRÖSSTEN LEBENSMITTELMARKT IN WARSZAWA AUSZUPROBIEREN

wurden. Gastgeber bei diesem Vormittag waren die Vertreter von Slow Food Youth in Warszawa. Die Vielzahl an frischen Obst und Gemüse hat begeistert und war der Grund für viele Inspirationen bei neuen Rezepten, die sich ab dem ersten Tag in den Köpfen der Küche erzeugt haben.

Der Besuch in Ermland und Mazuren hat jeden Tag neue Geschmäcke und neues Können mit sich gebracht. Es gab Workshops zum kneten polnischer Piroggen, zu der Vorbereitung von Liebesschleifen und Berliner, die mit leckeren Desserts endeten. Es gab auch einen Besuch im Apfelgarten, bei dem paar einzigartige Variationen zu den Äpfel hergestellt wurden.

Höhepunkt war die Darstellung und die Kostprobe polnischer Produkte mit der Bezeichnung ChNP, ChOG und GTS, zu dem die ausländische Gäste durch das Ministerium für Landwirtschaft und Landentwicklung eingeladen wurden. Wir haben in Polen 37 solcher Produkte, die durch die Europäische Kommission für traditionell, regional und einzigartig erkannt werden.



NA ZAKONCZENIE WIZYTY UCZESTNICY PRZYGOTOWALI POŻEGNALNY OBIAD ■ THE VISIT'S GRAND FINALE WAS A FAREWELL DINNER PREPARED BY THE PARTICIPANTS ■ AM ENDE DES BESUCHS, HABEN DIE TEILNEHMER EIN ABSCHIEDSSESSEN VORBEREITET

Dies gibt uns den achten Platz unter den EU-Ländern. Wenn man betrachtet, dass sich solche Qualitätssysteme erst mit dem Eintritt unseres Landes in die EU gezeigt haben, ist es eine große Errungenschaft. Die Gäste hatten die Gelegenheit u.a.: geräucherter Hartkäse, Schafskäse, Korycinski-Käse, Lisciecka-Wurst, Kabanossi, Honig, Kaliski-Waffeln, świętomarcińskich- Hörnchen, Grojecki-Äpfel, Honig und Trinkhonig sowie suski sechlońskiej zu probieren.

Am Ende des Besuchs, haben die Teilnehmer ein Abschiedsessen vorbereitet. Auf den Tischen befanden sich Gerichte, die sowohl mit der polnischen sowie Mittelmeerküche inspiriert wurden, die aus typischen, polnischen Produkten erstellt wurde.

Als die Gäste wegfuhr, habe ich Sie gefragt, was sie mit sich nehmen und welche Eindrücke sie nach diesen kulinarischen Ausflug in Polen haben.

Es ist dein erstes mal in Polen, deswegen frage ich nach den Eindrücken. Was war für dich bei diesem Aufenthalt am meisten erstaunlich?

Das Wetter (lachen).

Und wenn es um die kulinarische Seite geht?Woran erinnerst du dich am meisten?

Außergewöhnliche, überraschende Geschmack-Verbindungen. Verwendung mancher Produkte, die oft Abfall sind. Wie zum Beispiel aufgespießter Ganzhals, der sehr lecker war.

Welches polnische Gericht wirst du in deiner Küche ausnutzen?

Pirrogen. Ich werden mit Sicherheit Fleischpirrogen vorbereiten. Es ist ein Gericht, das man essen kann ohne aufzuhören.

Ich habe 15 Stück gegessen (lachen). Dieser Ausflug hat dazu beigetragen, dass ich mich jetzt nach polnischen Produkten umschauen werde.

Welche Produkte mit der GI -Bezeichnungen haben dir am meisten gefallen?

Diese süße Scheiben, die dünn wie Papier sind.

Du meinst Kaliskie-Waffeln.

Ja, Waffeln. Erstaunlich. Ich weiss nicht, wie diese gebacken werden, aber sie sind sehr lecker.

Sie sehen wie dünne Pfannkuchen aus.

Hast du eine Idee, wie man diese in deinem Restaurant nutzen könnte?

Natürlich. Ich kann diese sehr leicht zu unterschiedlichen Gerichten verwenden, denn sie passen sowohl zum Süßen, als auch zu salzigen Gerichten. Zum Beispiel als Zulage zum Salat oder leichten Fischgerichten, als Kontrasttextura..

Mit Ungeduld warten wir auf Fotos von diesem Gericht mit den Waffeln.

Wenn ich diese in Tel Aviv erhalte, kein Problem.



EYTAN VANUNU

Das ist nicht dein erstes Mal in Polen, nicht war?

Ja, das ist richtig. Das ist mein dritter Besuch in Polen und immer ist es mit positiven Erlebnissen verbunden. Schon beim erstem Mal war ich mit der Vielfalt an polnischen Produkten sehr überrascht aber mit jedem Aufenthalt hier ist es noch besser, ich entdeckte immer was neues und das ist Beweis wiederum dafür, dass Polen ein Land ist, das sich sehr intensiv entwickelt. Sogar nach zwei Jahren sieht man einen Unterschied.

Was nimmst du dieses Mal na Tel Aviv mit, welche Bedenken?

Dieses Mal hatte ich die Gelegenheit das polnische Land zu besuchen. Ihr habt hier wunderschöne Landschaften und aussergewöhnlich gute, natürliche Produkte. Die Menschen sind sehr nett. Obwohl sie auch Probleme haben und der Alltag nicht immer begünstigt, trotzdem sind sie offen und sehr positiv. Wir kommen aus einem kleinen Land. Für uns sind solche Landschaften, wie Ackerland und Wälder ein unglaubliches Erlebnis. Ich bin hier sehr glücklich. Ich hoffe die Polen sind sich dessen bewusst, dass sie Glückspilze sind und in einem Land leben, das schön ist und sich trotz der Krise in anderen Ländern entwickelt.

Was bleibt in deiner Erinnerung nachdem Besuch in Polen? Was war dein erster Eindruck?

Meine erste Erinnerung ist nicht mit Lebensmittel verbunden sondern mit dem ganzen Land. In meiner Überzeugung war Polen ein graues Land. Dieser Ausflug hat es mit bewusst gemacht, wie vielfältig und bunt das Land ist. Wörtlich und metaphorisch. Sowohl wenn es um die Stimmung, als auch die Menschen, Ideen, Inspirationen geht.

Warszawa ist eine typische, europäische Stadt. Eine sehr lebhafteste Hauptstadt. Es gibt hier unglaubliche Landschaften, schöne Natur und hohe Produktqualität, die wir ausprobieren konnten.

Welche wirst du in deiner Küche nutzen?

Im Kopf habe ich sehr viele Ideen und Rezepte. Jetzt muss ich alle niederschreiben und entscheiden, welche Produkte unter den, die in meinem Land erhältlich sind, ich hierfür ausnützen werde. Grundsätzlich serviere ich in



HILA ALPERT



MAOZ ALONIM

meinem Restaurant die Mittelmeerprodukte. Ich werde nach perfekten Verbindungen, einer Balance zwischen polnischen Inspirationen und der Mittelmeerküche suchen.

Erinnerst du dich an den Tisch mit traditionellen und regionalen polnischen Produkten?

Natürlich kann ich mich daran erinnern. Das erste Mal hatte ich die Gelegenheit geräucherte Pflaumen zu probieren. Es hat mir sehr geschmeckt. Ich esse gerne geräucherte Produkte und nutze sie besonders zu den Nachspeisen aus. Der Käse war auch sehr lecker, besonders der Schafskäse. Natürlich auch die Wurst, besonders diese dünne, trockene...

Kabanossi...

Ja, Kabanossi und dünne Waffeln, das war absolut mein Stil und Geschmack. Trinkhonig nicht unbedingt, ich mag eher trockene und stärkere Alkoholgetränke..

Polnische Vodka?

Ja, besonders żubrówka. Das ist mein Lieblingsalkoholgetränk und ich bin deren größte Verbraucher in Tel Aviv.

Was war deine interessanteste Erfahrung bei dem Aufenthalt in Polen?

Ich glaube der Besuch bei dem Lebensmittelmarkt. Die Vielfalt an Produkten war sehr inspirierend. Die Arbeit brannte mir in den Händen, ich wollte sofort dort vor Ort etwas leckeres vorbereiten. Heute habe ich Gebäck vorbereitet, das Mehl war unglaublich. Bei dem Lebensmittelmarkt erinnere ich mich an viele frische Früchte. Wir haben in

Israel nicht so viele Blaubeeren, sie werden importiert. Wir haben Erdbeeren, aber sie sind nicht so gut. Polnische Himbeeren, die ich probiert haben, waren unglaublich gut.

Wir lande sie in der Sommersaison herzlich ein, die Erdbeeren sind am besten im Juni.

Ja ich weiss. Die Verkäufer haben uns benachrichtigt, dass es keine Saison für

Beerenobst ist, dass sie nicht mehr so wie im Sommer sind, trotzdem waren sie unglaublich. Eindeutig besser als unsere in der Hauptsaison. Wir gingen durch die Stände und träumten davon, dass wir alle diese Produkte nach Israel mitnehmen. Alle die Apfelsorten. Jede ist anders, mit anderen Pektin-Gehalt und unterschiedlicher Verwendung in der Küche. Alles war unglaublich!



MICHAL BOUTON



TEKST ■ By ■ TEXT: **RENATA KANIA/MRiRW**
 ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY ■ FOTOS: **RENATA KANIA/MRiRW**



PIĘKNE, GÓRSKIE KRAJOBRAZY, BOGATA PRZYRODA I FOLKLOR WSI PODHALA PREDESTYNUJĄ TEN REGION DO ROZWOJU AGROTURYSTYKI ■ BEAUTIFUL, MOUNTAIN LANDSCAPES, RICH NATURE AND FOLKLORE OF THE VILLAGES OF PODHALE PREDESTINE THIS REGION FOR THE DEVELOPMENT OF AGRITOURISM ■ SCHÖNE BERGLANDSCHAFTEN, PRÄCHTIGE NATUR UND FOLKLORE DER LÄNDLICHEN REGION PODHALE SIND DER GRUND DAFÜR, WARUM DIESE REGION SICH AUSGEZEICHNET FÜR FERIEEN AUF EINEM BAUERNHOF EIGNET.



Skarby pod Tatrami

Treasures at the foot of the Tatra Mountains

Schätze unterhalb der Tatra

Podhale to region geograficzny, a raczej kulturowy, położony w południowej Polsce u północnego podnóża najwyższych polskich gór Tatr, w dorzeczu górnego biegu rzeki Dunajec. Pierwsze zapisy sięgają XIII wieku, kiedy to na mocy przywileju księcia Henryka Brodatego pozwolono osiedlać się na tym terenie osadnikom niemieckim. Od wieków na Podhalu dużą rolę odgrywało rolnictwo i pasterstwo, tworząc odrębny typ kultury góralsko-pasterskiej.

W XIX wieku nastąpił wzrost zainteresowania Podhalem. Ze względu na unikatowe warunki przyrodnicze i klimatyczne przyjeżdżało tu coraz więcej osób z pozostałych regionów Polski. Zaczęła rozwijać się turystyka. Dynamiczny rozwój dotyczył głównie miasta Zakopane, które zyskiwało na znaczeniu dzięki uzdrowiskom i sanatoriom.

Podhale is a geographical region, or rather a cultural one, located in the southern Poland in the north of the foothills of the highest Polish mountains the Tatra Mountains, in the river basin of the upper Dunajec river stream. The first records date back to the 13th century, when by virtue of the privilege of the duke Henry the Bearded it was allowed to the German settlers, to settle in this area. For centuries in Podhale agriculture and grazing played an important role, creating a separate type of culture of highlanders and shepherds.

The 19th century was the period when the interest in Podhale started growing. Owing to a unique natural and climatic conditions, more and more people from other regions of Poland started to come here. Tourism started to develop. The dynamic development concerned mainly the city of Zakopane



DZIEWIĘTNASTOWIECZYNY, PIĘTROWY BUDYNEK RATUSZA W NOWYM TARGU, ZWIĘCZONY WIEŻĄ Z ZEGAREM ■ THE 19TH-CENTURY, STOREYED BUILDING OF THE TOWN HALL IN NOWY TARG, CROWNED WITH A CLOCKTOWER ■ MEHRSTÖCKIGES RATHAUSGEBÄUDE AUS DEM 19. JAHRHUNDERT IN NOWY TARG, DURCH EINEN UHRTURM GEKRÖNT

Podhale to ciekawy region etnograficzny. Zamieszkujący go górale pielęgnują swoją wielowiekową tradycję, zachowali charakterystyczną gwarę, stroje oraz własną muzykę i literaturę ludową. Charakterystyczna jest sztuka ludowa tego regionu – rzeźbione meble czy sprzęty domowego użytku. Rozwinięta jest też sztuka malowania na szkle.

Na Podhalu jest mnóstwo urokliwych małych miasteczek i wsi, do których przyjeżdżają na wypoczynek tysiące osób.

Stolicą Podhala jest Nowy Targ. Miasto ma wartę obejrzenia rynek z okazałym XIX-wiecznym ratuszem, w którym mieści się Muzeum Podhalańskie.

Jednym z najbardziej znanych miast w Polsce jest Zakopane. To największy ośrodek miejski w pobliżu Tatr, a także zimowa stolica Polski.

Tłumnie odwiedzana przez turystów jest też założona w 1592 r. wioska Chochołów. Można tam podziwiać pięknie odnowione zabytkowe góralskie domy. Zbudowane z drewnianych płazów w tradycyjnym podhalańskim stylu pochodzą z przełomu XVIII i XIX w. Atrakcją regionu jest także Ludźmierz, jedna z najstarszych podhalańskich wsi, która została założona w 1234 r. przez cystersów. Sanktuarium w Ludźmierzu to jedno z najbardziej znanych centrów pielgrzymkowych w regionie.

Znaną wsią na Podhalu jest Łopuszna, o której pierwsze wzmianki pochodzą z początku XV w. Zachował się w niej stary zespół dworski, obejmujący dziewięć budynków, m.in. zabudowania gospodarcze i starą chałupę góralską. W zrekonstruowanych wnętrzach często odbywają

that gained importance thanks to health resorts and sanatoriums.

Podhale is an interesting ethnographic region. The highlanders living there, nurture their centuries-old tradition, they preserved their characteristic dialect, costumes and their own folk music and literature. The folk art of this region is characteristic – sculpted furniture or household appliances. The art of painting on glass is also developed.

In Podhale there is a lot of small charming towns and villages where thousands of people come to relax.

The capital of Podhale is Nowy Targ. The city has a market square worth seeing with a magnificent 19th century town hall, which holds the Podhale Museum.

One of the most popular cities in Poland is Zakopane. It is the biggest urban centre near the Tatra Mountains, therefore it is known as the winter capital of Poland.

The village of Chochołów, established in 1592, is visited by many tourists. One may admire the beautifully renewed historical highlanders' houses. Built from wooden flats in

STRAGAN Z OSCYPKAMI NA KRUPÓWKACH W ZAKOPANEM ■ THE STAND WITH OSCYPKI AT KRUPÓWKI IN ZAKOPANE ■ EIN STAND MIT SCHAFKÄSE OSCYPEK IN KRUPÓWKI-STRASSE IN ZAKOPANE



się czasowe wystawy sztuki. Drugim cennym zabytkiem Łopusznej jest piękny drewniany kościółek o konstrukcji zrębowej, z wieżą krytą gontem i kształtnym hełmem, wzniesiony na początku XVI w.

Hity turystyki wiejskiej

W województwie małopolskim, na terenie którego leży Podhale, baza agroturystyczna jest dosyć dobrze rozwinięta. Szczególnie godne polecenia są gospodarstwa agroturystyczne, które znalazły się na liście „Hitów turystyki wiejskiej”, prowadzonej przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Interesującym produktem turystycznym jest szlak „Małopolska wieś pachnąca ziołami”, który tworzy 20 atrakcyjnie położonych obiektów agroturystycznych, wyspecjalizowanych w zakresie uprawy i szerokiego wykorzystania ziół. Kilka z nich znajduje się na Podhalu. W ziołowych ogrodach spotkać można m.in. lubczyk, estragon, miętę, oregano, tymianek, rozmaryn, szalwię, majeranek, melisę i wiele, wiele innych. Gospodarze prowadzą też zdrową, regionalną kuchnię z wykorzystaniem ziół oraz wartościowej żywności z własnych gospodarstw. Wielu z nich propo-



DUŻĄ POPULARNOŚCIĄ CIESZY SIĘ SZLAK „MAŁOPOLSKA WIEŚ PACHNĄCA ZIOŁAMI” ■ THE “MAŁOPOLSKA COUNTRYSIDE FRAGRANT WITH HERBS” TRAIL ENJOYS GREAT POPULARITY ■ GROSSER BELIEBTHEIT ERFREUT SICH DER WEG „DAS LAND IN KLEINPOLEN, NACH KRÄUTERN DUFTEND”

a traditional highlander style, they date back to the 18th and 19th century. A great attraction of the region is also Ludźmierz, one of the oldest highlander villages, established in 1234 by the Cistercians. The Sanctuary in Ludźmierz is one of the most popular pilgrimage centres in the region.

A known village in Podhale is Łopuszna, of which the first references date back to the beginning of the 15th century. It preserved an old manor complex including nine buildings, among others, utility buildings and an old highlanders' cabin. In the reconstituted interiors often take place temporary art exhibitions. The second valuable monument of Łopuszna is the beautiful little wooden church with a stromal structure, with a tower covered with shingle and well-formed cupola, built in the beginning of the 16th century.

Hits of rural tourism

In Małopolska province, where Podhale lies, the agritourism base is quite well developed. Particularly worth recommending are tourism farms that have been included in the “Hits of rural tourism”, kept by the Ministry of Agriculture and Rural Development. An interesting tourist product is the route “The village of Małopolska smelling of herbs”, which is formed by 20 at-

WŁAŚCICIELE WIELU GOSPODARSTW SPECJALIZUJĄ SIĘ W UPRAWIE ZIOŁ, ZNAJĄ ICH WŁAŚCIWOŚCI I SPOSOBY SUSZENIA, A TAKŻE WYKORZYSTANIA W KUCHNI REGIONALNEJ, CZY W MEDYCYNIE NIEKONWENCjonalNEJ ■ MANY FARM OWNERS SPECIALISE IN THE CULTIVATION OF HERBS, ARE FAMILIAR WITH THEIR PROPERTIES AND METHODS OF DRYING AS WELL AS THEIR USE IN REGIONAL CUISINE OR UNCONVENTIONAL MEDICINE ■ INHABER VON VIELEN BAUERNHÖFEN SIND AUF ANBAU VON KRÄUTERN SPEZIALISIERT, SIE KENNEN IHRE EIGENSCHAFTEN UND TROCKNUNGSWEISEN SOWIE IHRE VERWENDUNG IN DER REGIONALEN KÜCHE ODER IN DER ALTERNATIVEN MEDIZIN



nuje ponadto bogatą ofertę zabiegów odnowy biologicznej, opartych na kuracjach ziołowych działających niezwykle odprężająco i energetyzująco, m.in. kąpiele ziołowe, różnorodne masaże oraz aromaterapię.

Ciekawy jest też szlak pod nazwą „Małopolska wieś dla dzieci”. Tworzy go 16 gospodarstw agroturystycznych, dysponujących infrastrukturą umożliwiającą aktywne, urozmaicone, a przede wszystkim bezpieczne spędzenie czasu dzieciom w różnym wieku. Właściciele gospodarstw hodują zwierzęta gospodarskie i domowe oraz prowadzą regionalną kuchnię z wykorzystaniem produktów z ekologicznych upraw. Dzieci poprzez zabawę poznają m.in. tradycje i obyczaje wiejskie, małopolską przyrodę, a także legendy i opowieści związane z regionem.



■ NA SZLAKU „MAŁOPOLSKA WIEŚ DLA DZIECI” ZNAJDUJĄ SIĘ GOSPODARSTWA, W KTÓRYCH PROWADZONE SĄ JAZDY KONNE DLA DZIECI ■
 ■ ALONG THE “MAŁOPOLSKA COUNTRYSIDE FOR CHILDREN” TRAIL, THERE ARE FARMS WHERE HORSE RIDING FOR CHILDREN IS ORGANISED
 ■ AUF DEM WEG „DAS LAND IN KLEINPOLEN FÜR KINDER” BEFINDEN SICH VIELE BAUERNHÖFE, WO REITUNTERRICHTE FÜR KINDER ANGEBOten WERDEN

Kuchnia i potrawy regionalne

Atutem regionu jest tradycyjna kuchnia podhalańska, która wprawdzie nie należy do wykwintnych, ale urzeka swą prostotą i wyborym smakiem. Ukształtowała się ona w regionie o niezbyt sprzyjających rolnictwu warunkach klimatyczno-geograficznych. Nie bez znaczenia była też trudna sytuacja materialna górali. Dlatego do podstawowych potraw kuchni podhalańskiej zaliczyć należy to wszystko, co ubogie górskie gospodarstwo wyprodukowało, a nie przetworzyło w celu odsprzedania. Podstawę kuchni stanowiły gotowane ziemniaki (w gwarze góralskiej zwane grulami), rzepa oraz „bryjka”, którą przyrządzano gotując mąkę w osolonej wodzie. Na co dzień w kuchni podhalańskiej używano mąki jęczmiennej

tractively located agritourist facilities, specialized in the cultivation and widespread use of herbs. Several of them are located in Podhale. In herbal gardens one can find, among others, lovage, tarragon, mint, oregano, thyme, rosemary, sage, marjoram, lemon balm and many, many other. The hosts also provide healthy, regional cuisine with the use of herbs and valuable ingredients from their own farms. Many of them offer in addition, a variety of biological regeneration treatments based on herbal therapies having an extremely relaxing and energizing effect, among others, herbal baths, various massages and aroma therapy.

The route named “The village of Małopolska for children” is interesting as well. It is formed from 16 agritourist farms, with an infrastructure enabling an active, diversified and, first of all, safe spending of time for children at various ages. The owners of households breed farm animals and pets and run a regional cuisine with the use of products from environmentally friendly crops. The children through fun will be familiarized with, among others, rural traditions and customs, the nature of Małopolska, as well as the legends and tales related to the region.



POBYT W GOSPODARSTWIE AGROTURYSTYCZNYM TO WSPANIAŁA OKAZJA DO BLISKIEGO SPOTKANIA Z NATURĄ
 ■ A STAY IN AN AGRI-TOURISM FARM IS A GREAT OPPORTUNITY TO HAVE A CLOSE ENCOUNTER WITH NATURE
 ■ DER AUFENTHALT AUF EINEM FERIEBAUERNHOF IST EINE HERVORRAGENDE GELEGENHEIT ZUR BEGEGNUNG MIT DER NATUR

nej, owsianej lub kukurydzianej.

Tradycyjnym daniem polskiej kuchni góralskiej jest kwaśnica, zupa otrzymywana z kiszzonej kapusty i mięsa, spożywana zwykle z ziemniakami lub chlebem. Dobra potrawa jest bardzo kwaśna. Niedopuszczalne jest dodawanie do niej jarzyn, takich jak marchew, bo wówczas powstaje kapuśniak, który z kwaśnicą nie ma nic wspólnego, choć bywa serwowany pod tą samą nazwą.

Popularną potrawą regionalną jest prażucha. To gęsta masa z uprażonej mąki jęczmiennej i wody, której smak wzbogacano

smażonym boczkiem. Podaje się ją z kwaśnym mlekiem. Specjałem kuchni podhalańskiej są też moskole, czyli placki z utłuczonych gotowanych ziemniaków, mąki, wody, soli i jajek. Potrawa ta przywędrowała na Podhale w czasie I wojny światowej wraz z rosyjskimi jeńcami (stąd też nazwa). To oni piekli takie placki na prymitywnych paleniskach przykrytych blachą. W kuchni góralskiej moskole były pieczone na kuchennej blasze do lat 60. ubiegłego stulecia. Obecnie podawane są jako danie regionalne w podhalańskich restauracjach.

Trudno wyobrazić sobie kuchnię góralską bez wędzonego sera oscypka. Produkowany jest zazwyczaj w postaci niedużych, wrzecionowatych bloków z typowym dla regionu zdobieniem brzegów. Tradycyjnie jego wyrobem trudnili się bacowicze na hali, a sposób wyrobu tego sera jest przekazywany



NA PODHALU JEST MNÓSTWO UROKLIWYCH MAŁYCH MIASTECZEK I WSI, DO KTÓRYCH PRZYJEŹDZAJĄ NA WYPOCZYNEK TYSIĄCE OSÓB ■ IN PODHALE THERE IS A LOT OF SMALL CHARMING TOWNS AND VILLAGES WHERE THOUSANDS OF PEOPLE COME TO RELAX ■ IN PODHALE BEFINDEN SICH ZAHLREICHE, ZAUBERHAFTE KLEINE STÄDTCHEN UND DÖRFER, WO TAUSENDE VON MENSCHEN ZUR ERHOLUNG KOMMEN

Cuisine and regional dishes

An advantage of the region is the traditional highlanders' cuisine, which although it does not belong to the exquisite ones, charms with its simplicity and delicious flavour. It developed in the region of not very agriculture-friendly climate and geographical conditions. It should also be emphasized that the financial situation of highlanders was also very difficult. Therefore, the primary dishes of the highlanders' cuisine include everything that the poor highlanders' household produced, and did not process for sale. The basis of the kitchen constituted boiled potatoes (in the highlander dialect referred to as *grule*), turnip and "bryjka", which is prepared from boiling flour in salted water. Usually, in the highlanders' cuisine, the barley flour, the oat flour or the corn flour were used.

A traditional dish of the Polish highlander cuisine is *kwaśnica*, a soup made from sauerkraut cabbage and meat, consumed usually with potatoes or bread. A good dish is very sour. It is unacceptable to add to it vegetables, such as carrots, because then it creates *kapuśniak*, which has nothing in common with *kwaśnica*, though happens to be served under the same name.

A popular regional dish is *prażucha*. It is a thick mass from roasted barley flour and water whose taste was enriched with roasted bacon. It is served with sour milk. The delicacy of the high-

AGROTURYSTYKA SKIEROWANA JEST DO OSÓB CENIĄCYCH SPOKÓJ I EKOLOGIĘ ■ AGRITOURISM IS ADDRESSED TO THOSE WHO APPRECIATE PEACE AND ECOLOGY ■ LANDWIRTSCHAFTSTOURISMUS IST AN DIEJENIGEN GERICHTET, DIE RUHE UND ÖKOLOGIE HOCH SCHÄTZEN





TRUDNO WYOBRAZIĆ SOBIE KUCHNIĘ GÓRALSKĄ BEZ WĘDZONEGO SERA OSCYPEKA. PRODUKOWANY JEST ZAZWYCZAJ W POSTACI NIEDUŻYCH, WRZECIONOWATYCH BLOKÓW Z TYPOWYM DLA REGIONU ZDOBIENIEM BRZEGÓW ■ IT IS DIFFICULT TO IMAGINE THE HIGHLANDERS' CUISINE WITHOUT THE SMOKED OSCYPEK CHEESE. IT IS USUALLY PRODUCED AS SMALL, SPINDLE-SHAPED FORMS WITH A TYPICAL REGIONAL FINE DECORATIONS ON THE EDGES ■ MAN KANN SICH DIE GORALEN-KÜCHE NUR SCHWER OHNE GERÄUCHERTEM KÄSE OSCYPEK VORZUSTELLEN. DER KÄSE WIRD ÜBLICHERWEISE IN FORM VON KLEINEN, SPINDELFÖRMIGEN BLÖCKEN MIT EINER FÜR DIESE REGION TYPISCHEM RÄNDERVERZIERUNG HERGESTELLT

w rodzinach z pokolenia na pokolenie. Po wydojeniu owiec do drewnianego skopka „gieleta” mleko zlewane jest przez lniane płótno (w ten sposób odciedza się, np. żdźbła trawy itp.) do drewnianej „pucieri” (rodzaj kadzi). Następnie dodaje się do niego klog, czyli sproszkowaną podpuszczkę. To ona sprawia, że z mleka powstaje masa serowa, którą następnie odciska się i formuje. Podczas odciskania ser zanurzany jest w gorącej wodzie. Po uformowaniu moczy się go przez dobę w solance. Następnie sery leżakują i są wędzone. Innym podhalańskim serem jest bundz, czyli owczy twaróg, który wkłada się do ozdobnych form, a następnie zanurza we wrzącej wodzie. Uformowany ser moczony jest w osolonej, zimnej wodzie i dopiero po tym zabiegu się go wędzi. Przy wyrabianiu oscypeków i bundzu z mleka owczego otrzymuje się popularny wśród górali karpaccich napój zwany żentycą. To obok serwatki (z którą często jest mylony) pozostałość po potraktowaniu mleka podpuszczką, która ścina większość białek.

Ważnym składnikiem góralskiej kuchni jest również owcze mięso, najczęściej w postaci baranich kotletów czy pieczonego udźca. Jeśli chodzi o desery, to na Podhalu popularne są głównie kołaczki, makowce, szarlotki, hrube baby, czyli słodkie babki ziemniaczano-drożdżowe. Lubiany przez górali i turystów jest też kremarz – placek z ciasta na miodzie przekładany kremem. Podhalańskie specjały zapija się grzańcem lub herbatką „po góralsku”, ze śliwowicą.

TEKST ■ BY ■ TEXT: ANDRZEJ RATAJCZYK/THE WARSAW VOICE
ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY ■ FOTOS: FOTOLIA, BBS, MRIRW

HRUBA BABA, CZYLI SŁODKA BAKKA ZIEMNIACZANO-DROŻDŻOWA
■ HRUBA BABA, NAMELY SWEET POTATO AND YEAST CAKE ■ HRUBA BABA ALSO SÜSSE KARTOFFEL- UND HEFEKUCHEN BELIEBT

landers' cuisine are also moskols, namely pancakes from boiled mashed potatoes, flour, water, salt and eggs. This dish came to Podhale during World War I along with the Russian prisoners (hence the name – “*moskol*” was a contemptuous nickname for Russians). They were the ones that roasted such pancakes on primitive furnaces covered by a steel sheet. In the highlanders' cuisine *moskols* have been roasted on a kitchen sheet since 1960s. Currently they are served as a regional dish in the highlanders' restaurants.

It is difficult to imagine the highlanders' cuisine without the smoked *oscypek* cheese. It is usually produced as small, spindle-shaped forms with a typical regional fine decorations on the edges. Traditionally, it was produced by the head shepherds in the hall, and the manner of producing this cheese is transferred in families from generation to generation. After milking the sheep to a wooden wether the “*gieleta*” the milk is poured through a linen cloth (in this way you can sift e.g. the grass-stalks etc.) into a wooden “*puciera*” (type of a tub). Then *klog*, i.e. a pulverised rennet, is added to it. This causes the fact that the cheese mass is created from milk which is then leached and formed. During the leaching the cheese is immersed in hot water. After forming it is soaked for a day in brine. Then the cheeses mature and are smoked. Another highlander cheese is *bundz*, namely a sheep cottage cheese that is put into decorative forms and then immersed in boiling water. The formed cheese is immersed in salted, cold water and only after this treatment it is smoked. When producing *oscypek* and *bundz* from sheep milk we obtain a beverage popular among Carpathian highlanders, known as *żentyca*. This next to the whey (with which it is often mistaken) is a residue after the treatment of milk with rennet, which curdles the majority of proteins.

An important component of the highland cuisine is also, sheep meat, most often in the form of mutton chops or grilled hinds. As regards desserts, in Podhale the most popular are *kołachs*, poppy-seed cakes, apple pies, *hrube baby*, namely sweet potato and yeast cakes. *Kremarz* is also enjoyed by highlanders and tourists – it is a pie made of pastry with honey interleaved with cream. The highlanders delicacies are washed down with mulled wine or a “highlanders” cup of tea, with *slivovitz*.





In Podhale befinden sich zahlreiche, zauberhafte kleine Städtchen und Dörfer, wo tausende von Menschen zur Erholung kommen.

Die Hauptstadt von Podhale ist Nowy Targ. Diese Stadt hat einen sehenswerten Marktplatz mit einem prächtigen Rathaus aus dem 19. Jahrhundert, in dem sich das Museum von Podhale befindet.

Zu den bekanntesten Städten in Polen gehört Zakopane. Es ist das größte städtische Zentrum in der Nähe der Tatra, aus diesem Grund wird die Stadt als Winterhauptstadt von Polen bezeichnet.

Podhale ist eine geografische Region, oder eher eine Kulturregion, die im südlichen Teil von Polen, am nördlichen Rand der Tatra, der höchsten Berge Polens, und im oberen Einzugsgebiet des Flusses Dunajec liegt. Die ersten Aufzeichnungen über Podhale stammen aus dem 13. Jahrhundert. Damals konnten sich auf Grundlage eines Privilegs des Herzogs Heinrich in diesem Raum deutsche Siedler niederlassen. Seit Jahrhunderten spielten in Podhale die Landwirtschaft und die Schäferei eine große Rolle und bildeten einen separaten Typ der Goralen- und Schäferkultur.

Im 19. Jahrhundert nahm das Interesse an Podhale zu. Wegen der einmaligen Natur- und Klimabedingungen kamen immer mehr Menschen aus anderen Regionen Polens hierher. Es kam zu einer intensiven Entwicklung des Fremdenverkehrs. Besonders dynamisch hat sich vor allem die Stadt Zakopane entwickelt, die durch ihre Kurorte und Sanatorien an Bedeutung gewann.

Podhale ist eine interessante ethnografische Region. Es wohnen hier Goralen, die ihre mehrjährige Tradition, ihren einmaligen Dialekt, Trachten sowie eigene Musik und Volksliteratur pflegen. Einmalig ist die Volkskunst dieser Region - vor allem handgeschnitzte Möbel und Haushaltsgeräte. Auch die Kunst der Glasmalerei ist hier stark entwickelt.

WIELE GOSPODARSTW PROPONUJE BOGATĄ OFERTĘ ZABIEGÓW ODNOWY BIOLOGICZNEJ, OPARTYCH NA KURACJACH ZIOŁOWYCH, DZIAŁAJĄCYCH ODPRĘŻAJĄCO I ENERGETYZUJĄCO — M.IN. KĄPIELE ZIOŁOWE, RÓŻNORODNE MASAŻE ORAZ AROMATERAPIĘ ■ MANY FARMS OFFER A WIDE RANGE OF WELLNESS TREATMENTS BASED ON HERBAL THERAPIES WHICH HAVE A RELAXING AND ENERGISING ACTION — INTER ALIA, HERBAL BATHS, VARIOUS TYPES OF MESSAGES AND AROMATHERAPY ■ VIELE BAUERNHÖFE SCHLAGEN EIN REICHHALTIGES ANGEBOT AN WELLNESS-BEHANDLUNGEN VOR, AUF KRÄUTERTHERAPIE BASIEREND, DIE EINE ENTSPANNENDE UND ENERGETISIERENDE WIRKUNG HABEN — U.A. KRÄUTERBÄDER, VERSCHIEDENE MASSAGEN UND AROMATHERAPIE

Das im Jahre 1592 gegründete Dorf Chochołów wird von den Touristen zahlreich besucht. Man kann dort schöne, historische und restaurierte Häuser der Goralen bewundern. Sie wurden aus Holzbalken im traditionellen Podhale-Stil gebaut und stammen noch aus der Zeit um die Wende vom 18. zum 19. Jahrhundert. Eine Attraktion dieser Region ist auch Ludźmierz. Ludźmierz gehört zu den ältesten Dörfern von Podhale, und es wurde im Jahr 1234 von Zisterzienser gegründet. Das Sanktuarium in Ludźmierz gehört zu den bekanntesten Pilgerstätten in der Region.

Ein bekanntes Dorf in Podhale ist Łopuszna. Erste Überlieferungen über Łopuszna stammen bereits aus dem Anfang des 15. Jahrhunderts. Es ist dort ein alter Hof erhalten, das aus neun Gebäuden besteht, u.a. aus Landwirtschaftsgebäude und einem alten Goralen-Haus. In den rekonstruierten Innenräumen finden ab und zu Kunstausstellungen statt. Eine zweite wertvolle



Sehenswürdigkeit von Łopuszna ist eine schöne Holzkirche mit Bohlenkonstruktion, mit einem Turm mit Dachschindel und einem wohlgeformten Helm, die am Anfang des 16. Jahrhunderts gebaut wurde.

Lebensmitteln aus eigenen Betrieben gekocht wird. Viele von diesen Einrichtungen haben auch ein umfangreiches Wellness-Angebot, in den Kräuterbehandlungen angeboten werden, die besonders entspannende und energetisierende Wirkung aufweisen, u.a. Kräuterbäder, unterschiedliche Massagen und Aromatherapie.



GOSPODARZE PROWADZĄ TAKŻE ZDROWĄ I REGIONALNĄ KUCHNIĘ, OPARTĄ NA PRODUKTACH Z WŁASNEGO GOSPODARSTWA ■ THE FARM OWNERS ALSO OFFER WHOLESOME AND REGIONAL CUISINE BASED ON PRODUCTS FROM THEIR OWN FARM ■ DIE BAUERN BIETEN AUCH EINE GESUNDE UND REGIONALE KÜCHE AN, IN DER LANDWIRTSCHAFTLICHE ERZEUGNISSE AUS EIGENEM BAUERNHOF IM MITTELPUNKT STEHEN

Hits des Land-tourismus

In der Woiwodschaft Małopolska, wo Podhale liegt, gibt es relativ zahlreiche Ferienbauernhöfe. Insbesondere sind diejenigen zu empfehlen, die sich in der Liste „Hits des Landtourismus“ befinden, die vom Ministerium für Landwirtschaft und Ländliche Entwicklung geführt wird. Ein interessantes Angebot für Touristen ist die Route „Małopolska wieś pachnąca ziołami“ - Nach Kräutern duftende Dörfer Kleinpolens - die aus 20 landwirtschaftlichen Ferienanlagen besteht. Sie zeichnen sich durch sehr attraktive Lage aus und es sind Betriebe, wo Kräuteranbau stattfindet und Kräuter sehr gern eingesetzt werden. In den Kräutergärten kann man u.a. Liebstöckel, Estragon, Minze, Oregano, Thymian, Rosmarin, Salbei, Majoran, Zitronenmelisse und viele andere Kräuter sehen. Die Landwirte bieten auch gesunde, regionale Küche an, in der mit Kräutern, sowie mit wertvollen



polnische Natur sowie Legenden und Erzählungen aus der Region kennen.

Regionale Küche und Gerichte

Zu den Attraktionen dieser Region gehört die traditionelle Küche von Podhale, die zwar keine raffinierte Küche ist, die aber durch ihre Einfachheit und ausgezeichnetem Geschmack



W WYBRANYCH GOSPODARSTWACH ORGANIZOWANE SĄ WARSZTATY RĘKODZIELNICTWA ARTYSTYCZNEGO – BIBULKARSTWA, KORNKARSTWA, TKACTWA, DECOUPAGE-U, RZĘBY LUB CERAMIKI ■ IN THE SELECTED FARMS, THE WORKSHOPS OF ARTS AND CRAFTS ARE ORGANISED – MAKING PAPER TISSUE FLOWERS, LACE MAKING, WEAVING, DECOUPAGE, SCULPTURE OR POTTERY ■ IN MANCHEN BAUERNHÖFEN WERDEN WORKSHOPS ÜBER KUNSTHANDWERK VERANSTALTET – SEIDEN- UND KREPPAPIERKUNST, SPITZENKLÖPPELEI, WEBEREI, DECOUPAGE, SKULPTUR ODER TÖPFERHANDWERK

begeistert. Sie ist in einer Region entstanden, wo eher ungünstige klimatische und geografische Bedingungen für die Landwirtschaft herrschen. Nicht ohne Bedeutung war die schwierige materielle Lage der Goralen. Aus diesem Grund finden wir in den Hauptgerichten der Küche in Podhale all das wieder, was in einem armen Goralen-Betrieb erzeugt wird, und für den Weiterverkauf nicht verarbeitet wurde. Grundlage der Küche sind gekochte Kartoffeln (die im Goralen-Dialekt als „Grule“ bezeichnet werden), Speiserübe und sog. „Bryjka“, die aus gekochtem Mehl im Salzwasser zubereitet wurde. Für den täglichen Gebrauch wurden in der Küche in Podhale Gerstenmehl, Hafermehl oder Maismehl verwendet.

Traditionelles Gericht der polnischen Goralen-Küche ist *Kwaśnica*, eine Suppe aus Sauerkraut und Fleisch, die normalerweise mit Kartoffeln oder Brot gegessen wird. Eine gute Suppe ist sauer, aus diesem Grund wird kein weiteres Gemüse wie Karotten hinzugefügt, denn dann entsteht *Kapuśniak*, eine andere Sauerkrautsuppe, die mit *Kwaśnica* nichts zu tun hat, obwohl sie auch unter diesem Namen angeboten wird.

Ein beliebtes regionales Gericht ist *Prażucha*. Es wird aus geröstetem Gerstemehl und Wasser gemacht und ihr Geschmack wird durch geräucherten Speck ergänzt. Dieses Gericht wird mit Sauermilch serviert. Eine Spezialität der Küche in Podhale sind auch *Moskole*, also Plätzchen aus gekochten Stampfkartoffeln, Mehl, Wasser, Salz und Eier. Dieses Gericht kam nach Podhale während des 1. Weltkriegs mit den russischen Gefangenen (daher der Name). Sie haben diese Plätzchen auf primitiven, mit Blech bedeckten Herden gebacken. In der Küche der Goralen wurden *Moskole* auf Küchenblech bis zu den sechziger Jahren des vergangenen Jahrhunderts gebacken. Jetzt werden *Moskole* in Restaurants in Podhale als ein regionales Gericht serviert.

Man kann sich die Goralen-Küche nur schwer ohne geräuchertem Käse *Oscypek* vorzustellen. Der Käse wird üblicherweise in Form von kleinen, spindelförmigen Blöcken mit einer für diese Region typischem Ränderverzierung hergestellt. Traditionell wur-

de *Oscypek* von den Schafhirten auf der Alm hergestellt, wobei die Herstellungsmethode innerhalb der Familien von einer Generation an die nächste übermittelt wurde. Nach dem Melken der Schafe in ein Holzbehälter (Giele-ta genannt) wird die Milch durch ein Leinentuch (auf diese Weise werden z.B. Gräser abgegossen) in ein Holzbehälter „*Puciera*“ (eine Art Bottich) zusammengegossen. Dann wird die Milch mit Lab dick gelegt. Dabei entsteht aus Milch eine Käsemasse, die anschließend ausgedrückt und geformt wird. Beim Ausdrücken wird der Käse ins heiße Wasser eingetaucht. Der *Oscypek* wird dann bis zu 24 Stunden lang in ein Salzbad getaucht, dann wird er gelagert und geräuchert. Ein anderer Käse aus Podhale ist *Bundz*, also Schafsqquark, der in eine geschmückte Formen gelegt

wird und anschließend in heißes Wasser getaucht wird. Der geformte Käse wird im kalten Salzwasser getaucht und erst anschließend geräuchert. Bei der Herstellung von *Oscypek* und *Bundz* aus Schafsmilch entsteht ein Getränk *Żentyca*, das unter den Karpaten-



Goralen sehr beliebt ist. Es ist neben der Molke (mit der dieses Getränk oft verwechselt wird) ein Nebenprodukt der Labbehandlung, denn Lab lässt die meisten Eiweiße ausfällen.

Ein wichtiger Teil der Goralen-Küche ist auch das Lammfleisch, das meistens in Form von Lammkoteletts oder als gebratene Keule serviert wird. Was die Nachspeisen angeht, so sind in Podhale vor allem Klatschen, Mohnkuchen, Äpfelkuchen, „hrube baby“ also süße Kartoffel- und Hefekuchen beliebt. Goralen und Touristen essen auch Kremarz gern - es ist ein Kuchen auf Honigbasis mit Cremefüllung. Zu den Spezialitäten aus Podhale trinkt man Glühwein oder Goralen-Tee mit Sliwowitz getrunken.

TEKST ■ BY ■ TEXT: ANDRZEJ RATAJCZYK/THE WARSAW VOICE
ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY ■ FOTOS: FOTOLIA, BBS, MRIRW



Witaminy zakute w lodzie

Vitamins crammed into ice

W POLSKIEJ PRODUKCJI I EKSPORCIE PRZETWORÓW WYTWARZANYCH Z PRODUKTÓW OGRODNICZYCH OK. 50 PROC. STANOWIĄ MROŻONKI OWOCOWE I WARZYWNE ■ FROZEN FRUIT AND VEGETABLE FOOD WITH SHARE OF CA. 50 PERCENT DOMINATE IN THE POLISH PRODUCTION AND EXPORT OF PREPARATIONS PRODUCED FROM HORTICULTURAL PRODUCTS

Udział eksportu w zagospodarowaniu mrożonych owoców oscyluje wokół 75-80 proc., a mrożonych warzyw 65-70 proc.

Mrożone owoce

Polska jest największym w świecie eksporterem mrożonych owoców. Średnio w latach 2012-2014 udział naszego kraju w światowym eksporcie wyniósł ok. 15 proc. Udział Chin, drugiego w świecie eksportera tych produktów, wyniósł ok. 9 proc. Polska jest drugim w świecie eksporterem mrożonych truskawek (po Chinach) i mrożonych malin (po Serbii) i największym w świecie eksporterem mrożonych wiśni, porzeczek i agrestu.

Systematycznie zwiększa się udział Polski w światowym eksporcie mrożonych malin. Spowodowane jest to nie tylko relatywnie niskimi cenami w polskiej ofercie, ale też wprowadzeniem do uprawy nowych odmian przemysłowych, z których przetwory zostały zaakceptowane przez odbiorców zagranicznych. Ponadto na rynku mrożonych malin i innych przetworów z tych owoców nie pojawili się nowi, liczący się dostawcy, oferujący produkty równie dobre jakościowo i tańsze od wytwarzanych nad Wisłą. Zmniejsza się natomiast polski eksport i znaczenie w światowym eksporcie mrożonych truskawek. Wynika to ze wzrostu podaży eksportowej w krajach dysponujących tańszą ofertą – obok Chin są to przede wszystkim: Maroko, Meksyk i w coraz większym stopniu Egipt. Zapotrzebowanie na mrożone maliny i truskawki na światowym rynku systematycznie się zwiększa. Tendencji wzrostowych nie wykazuje natomiast zapotrzebowanie odbiorców na pozostałe gatunki mrozonek, wytwarzanych z owoców strefy umiarkowanej, w tym także mrożonych wiśni czy porzeczek czarnych.

The share of export in management of frozen fruits oscillates around 75-80 percent, and of frozen vegetables around 65-70 percent

Frozen fruits

Poland is the largest exporter of frozen fruits in the world. On average, in the period 2012-2014 the share of our country in the world export amounted to ca. 15 percent. The share of China, the second exporter of these products, amounted to ca. 9 percent. Poland is the second exporter of frozen strawberries (after China) and frozen raspberries (after Serbia) and the largest exporter of frozen cherries, currants and gooseberry.

Systematically the share of Poland increases in the world export of frozen raspberries. It is caused not only by relatively low prices in the Polish offer, but also due to the introduction to the cultivation of new industrial varieties, of which products had been accepted by foreign recipients. In addition, on the market of frozen raspberries and other products from these fruits, there were no new significant suppliers offering products as qualitatively good and cheaper than those manufactured along the Vistula river. On the other hand, the Polish export and the importance in the worlds' export of frozen strawberries decreases. This results from the growth of export supply in countries having a cheaper offer – next to China these are, above all: Morocco, Mexico and more and more Egypt. The demand for frozen raspberries and strawberries systematically increases on the global market. The tendency





POLSKA JEST NAJWIĘKSZYM W ŚWIECIE EKSPORTEREM MROŻONYCH OWOCÓW ■ POLAND IS THE LARGEST EXPORTER OF FROZEN FRUITS IN THE WORLD ■ POLEN IST DER WELTWEIT GRÖSSTER EXPORTEUR VON GEFRIEROBST

of growth does not demonstrate on the other hand, the demand of recipients for the remaining types of frozen food products produced from fruits from the temperate zone, including frozen cherries or black currants.

The domination of deliveries from Poland in the world export of frozen fruit products is, first of all, a result of relatively low prices in the Polish export offer (resulting from large workforce resources) and remarkable flavour values of Polish fruits and their products. The growth of importance of deliveries from Poland on the world market requires promotional activities

Dominacja dostaw z Polski w światowym eksporcie mrożonek owocowych to przede wszystkim rezultat relatywnie niskich cen w polskiej ofercie eksportowej (będących rezultatem dużych zasobów siły roboczej) oraz dużych walorów smakowych polskich owoców i ich przetworów. Wzrost znaczenia dostaw z Polski na rynku światowym wymaga działań promocyjnych w kierunku zwiększenia zapotrzebowania na mrożonki wytwarzane z porzeczki, wiśni oraz obniżenie kosztów produkcji i poprawa jakości kierowanych do przetwórstwa truskawek. Z uwagi na relatywnie niewielkie tempo wzrostu eksportu owoców deserowych i ich spożycia, na rynku wewnętrznym nie zmniejszą się, w perspektywie średniookresowej, dostawy owoców jagodowych i wiśni do przetwórstwa, w tym przeznaczone do produkcji mrożonek.

towards the increase in demand for frozen food made of currants, cherries and the reduction in production costs and the improvement in quality directed to processing strawberries. Owing to a relatively small growth rate of export of dessert fruits and their consumption on the internal market will not be reduced in the medium-term perspective of delivery of blueberry fruit and cherries for processing, including those intended for the production of frozen food products.

Mrożone warzywa

Polska, z udziałem ok. 6 proc., zajmowała w latach 2012-2014 szóste miejsce na liście największych światowych eksporterów mrożonych warzyw. Większy był jedynie udział: Chin, Hiszpanii, Belgii, Meksyku i Holandii. Spośród tych krajów spadek udziału w eksporcie światowym dotyczył jedynie Belgii, największego w UE producenta tych przetworów. Wyraźny spadek eksportu z Belgii spowodowany jest zmniejszaniem się produkcji w tym kraju, w dużym stopniu w wyniku rosnącej konkurencyjności na rynku unijnym produktów pochodzących z Polski. Biorąc pod uwa-



Frozen vegetables

Poland, with the share of ca. 6 percent occupied in the period 2012-2014 the sixth place on the list of the world's largest exporters of frozen vegetables. Larger share was presented only by: China, Spain, Belgium, Mexico and the Netherlands. Among those countries the decrease in share in the worlds' export concerned only Belgium, the largest manufacturer of these products in the EU. The clear decrease in export from Belgium is caused by a smaller production in this country, largely resulting from the growing competitiveness on the EU market of products from Poland. Considering the pace of growth of gross and net export, China and Spain should be considered currently as the largest competitors of Poland. In the period 2012-2014 as compared to 2001-2003 the gross export from China increased almost six times, and in Spain 2.4-times.

gę dynamikę wzrostu eksportu brutto i netto za największych konkurentów Polski uznać należy obecnie Chiny i Hiszpanię. W latach 2012-2014, w porównaniu z latami 2001-2003, eksport brutto z Chin zwiększył się niemal sześciokrotnie, a z Hiszpanii 2,4-krotnie.

W łącznym eksporcie mrożonych warzyw, stanowiących podstawę produkcji i sprzedaży zagranicznej w naszym kraju (mrożone warzywa strączkowe, cebula, marchew, kalafior, brokuły), Polska zajmuje drugie miejsce w świecie po Belgii, której udział w eksporcie wszystkich tych gatunków mrozonek systematycznie się obniża. Udział dostaw z naszego kraju zwiększa się w eksporcie niemal wszystkich gatunków, w tym także mniej liczących się w produkcji i w eksporcie, tj. mrożonego szpinaku, papryki i kukuzydzy. Chiny oferują na rynek światowy głównie warzywa strączkowe i mrożonki o małym znaczeniu w produkcji i w podaży w Europie.

Na światowym rynku mrożonych warzyw nie pojawiają się również „nowi”, liczący się w świecie producenci i eksporterzy, którzy mogliby stanowić zagrożenie dla dynamicznie rozwijającego się w Polsce eksportu tych produktów.

Silna i rosnąca pozycja, wytwarzanych w Polsce warzyw mrożonych, na rynku światowym to przede wszystkim wyznik relatywnie niskich, zwłaszcza w porównaniu z producentami UE, cen w polskiej ofercie eksportowej, ale też dużej i rosnącej produkcji w naszym kraju. Wzrost produkcji, która przeznaczona jest głównie na eksport, świadczy o dobrym rozpoznaniu możliwości zbytu produktów przez producentów i działających w ich otoczeniu zrzeszeń.

Wzrostowi produkcji sprzyja bardzo duża i zróżnicowana baza surowcowa do produkcji tych artykułów. Przetwórstwo, w sytuacji obniżającego się w kraju spożycia i niewielkiego tempa wzrostu eksportu warzyw

In total the export of frozen vegetables being the basis for the production and foreign sale in our country (frozen leguminous vegetables, onions, carrots, cauliflower, broccoli) Poland holds the second place in the world after Belgium whose share in the export all those species of frozen food products systematically reduces. The share of deliveries from our country

increases in the export of almost all species, including those less significant in the production and export, i.e. frozen spinach, bell pepper and corn. China offers to the global market mainly leguminous vegetables and frozen food with small importance in the production and supply in Europe.

On the world market of frozen vegetables there are also no significant “new” manufacturers in the world and the exporters who could constitute a hazard for the dynamically developing export of these products in Poland.

The strong and growing position of produced frozen vegetables in Poland on the global market is, first of all, the result of a relatively low, especially in comparison with the producers of the EU, prices in the Polish export offer, but also a large and growing production in our country. The growth of pro-



POLSKA W LATACH 2012-2014 ZAJMOWAŁA SZÓSTE MIEJSCE NA LIŚCIE NAJWIĘKSZYCH EKSPORTERÓW MROŻONYCH WARZYW ■ IN THE YEARS 2012-2014, POLAND WAS RANKED SIXTH IN THE LIST OF THE LARGEST EXPORTERS OF FROZEN VEGETABLES ■ IN DEN JAHREN 2012-2014 WAR POLEN DER SECHSGRÖSSTE AUSFÜHRER GEFRORENES GEMÜSE



świeżych, stanowi dla producentów możliwość i gwarancję utrzymania przynajmniej na dotychczasowym poziomie powierzchni upraw warzyw. Wzrostowi eksportu mrożonych warzyw i dostosowaniu podaży do wielkości i struktury zapotrzebowania rynków zbytu sprzyja rozbudowany system pionowych powiązań zakładów przetwórczych i dostawców surowca. Surowiec do przetwórstwa dostarczany jest w ok. 80 proc. w ramach umów kontraktacyjnych. Nie byłoby to możliwe w warunkach niedoboru surowca i konkurencji o warzywa różnych podmiotów rynku. Silne powiązania przetwórców i producentów warzyw pozwolić mogą na utrzymanie lub zwiększenie dostaw surowca również w warunkach wzrostu eksportu warzyw świeżych i ich konsumpcji na rynku wewnętrznym.

Relatywnie niskie ceny w polskiej ofercie eksportowej, w powiązaniu z akceptacją przez odbiorców walorów smakowych polskich produktów, decydując będą o utrzymaniu

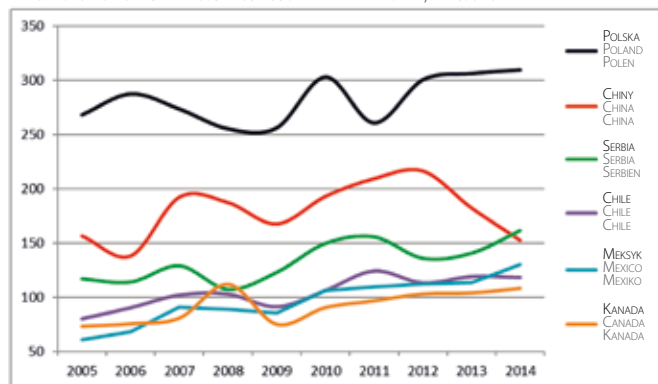
duction, which is designed mainly for export, proves a good recognition by manufacturers and the organizations operating in their environment conditions of sale of these products.

The increase in production is fostered by a very high and diversified raw material base for the production of these articles. The processing in the case of the reduction in consumption in the country and a small growth rate of export of fresh vegetables constitutes for the producers a possibility and a guarantee of maintenance at least at the current level of the vegetables cultivation area. The increase of export of frozen vegetables and the adjustment of supply to the demand quantities and structures of the target markets is favourable for an expanded system of vertical relations of processing plants and the suppliers of raw material. The raw material for the processing is supplied in ca. 80 percent under the agricultural procurement contracts. This wouldn't be possible under conditions of deficiency of raw material and competition for vegetables of various entities of the market. The strong connections of processors and producers of vegetables may enable the maintenance or increasing of deliveries of raw material also in the conditions of increase in export of fresh vegetables and their consumption on the internal market.

Relatively low prices in the Polish export offer in connection with the acceptance by the recipients of the flavour qualities of Polish products shall prevail the maintenance at least at the current level of a high position of Polish frozen fruit and vegetables on the global market. On the global market, there are no new, significant suppliers offering frozen food cheaper than that produced in Poland. It is not only applicable to frozen strawberries, with regard to which, as a result of a cheaper offer of non-European countries, the position of Poland systematically reduces. On the domestic market the import substantially increases only in the supply of frozen strawberries. With regard to other species the import has only a complementary character. Frozen fruits and vegetables will remain the largest product in the Polish export of not only fruits and vegetables products, but all products from the garden sector.

The introduction by Russia, since August 2014, of an embargo on the import from within the EU of fresh, frozen and dried fruits and vegetables expressly indicates the necessity of the growth of diversification of target markets. A large dependence from the Russian market (ca. 20 percent of the Polish export) resulted in the reduction of export of frozen vegetables in the season 2014/2015 in relation to the previous season despite the increase of their production.

EKSPORT BRUTTO MROŻONYCH OWOCÓW Z WYBRANYCH KRAJÓW W TYS. TON
EXPORT GROSS OF FROZEN FRUITS FROM THE SELECTED COUNTRIES IN THOUSANDS OF TONS
EXPORT BRUTTO VON GEFRIEROBST AUS AUSGEWÄHLTEN LÄNDERN, IN TSD. TONNEN



ŹRÓDŁO: DANE COMTRADE ■ SOURCE: COMTRADE DATA ■ QUELLE: ANGABEN COMTRADE

przynajmniej na dotychczasowym poziomie wysokiej pozycji polskich mrożonych owoców i warzyw na rynku światowym. Na rynku światowym nie pojawiają się nowi, liczący się dostawcy, oferujący mrożonki tańsze od produkowanych w Polsce. Nie dotyczy to jedynie mrożonych truskawek, w odniesieniu do których, w wyniku tańszej oferty krajów pozaeuropejskich, pozycja Polski systematycznie się obniża. Na krajowym rynku import istotnie zwiększa się tylko w podaży mrożonych truskawek. W odniesieniu do pozostałych gatunków przywóz ma wyłącznie charakter komplementarny. Mrożone owoce i warzywa pozostaną najbardziej liczącym się produktem w polskim eksporcie nie tylko przetworów owocowych i warzywnych, ale wszystkich produktów sektora ogrodniczego.

Wprowadzenie przez Rosję od sierpnia 2014 r. embarga na przywóz z krajów UE owoców i warzyw świeżych oraz mrożonych i suszonych, wyraźnie wskazuje na konieczność wzrostu dywersyfikacji rynków zbytu. Duże uzależnienie od rosyjskiego rynku (ok. 20 proc. polskiego eksportu) spowodowało zmniejszenie eksportu mrożonych warzyw w sezonie 2014/2015 w relacji do sezonu poprzedniego, mimo zwiększenia ich produkcji.

Vitaminen im Eis eingefroren

GEFRIEROBST UND -GEMÜSE MIT EINEM ANTEIL VON CA. 50 PROZENT SIND FEDERFÜHREND UNTER DER POLNISCHEN HERSTELLUNG UND DEM EXPORT VON GARTENBAUPRODUKTEN.

Der Exportanteil bei Gefrierobst liegt bei ca. 75-80 Prozent und bei Gefriergemüse bei 65-70 Prozent.

Gefrierobst

Polen ist der weltweit größter Exporteur von Gefrierobst. Durchschnittlich betrug in den Jahren 2012-2014 der Anteil unseres Landes an dem Weltexport ca. 15 Prozent. Der Anteil Chinas, des zweitgrößten Exportlandes für diese Produkte, lag bei ca. 9 Prozent. Polen ist der zweitgrößte Exporteur von tiefgekühlten Erdbeeren (nach China) und tiefgekühlten Himbeeren (nach Serbien) und der weltweit größter Exporteur von tiefgekühlten Sauerkirschen, Johannisbeeren und Stachelbeeren.

Systematisch steigt der Anteil Polens am weltweiten Export von tiefgekühlten Himbeeren. Der Grund dafür sind nicht nur relativ niedrige Preise des polnischen Angebots, sondern auch angebaute neue Industriesorten, aus denen hergestellte Produkte von ausländischen Abnehmern akzeptiert wurden. Außerdem sind auf dem Markt der tiefgekühlten Himbeeren und anderen Himbeerprodukten keine anderen wichtigen Lieferanten aufgetaucht, die qualitativ genauso gute Ware anbieten würden, die billiger wäre, als die, die an der Weichsel hergestellt wird. Der polnische Export von tiefgekühlten Erdbeeren und unsere Bedeutung auf diesem Gebiet gehen zurück. Das resultiert aus dem gestiegenen Exportangebot in Ländern, die ein billigeres Angebot haben und zwar sind das außer China vor allem: Marokko, Mexiko und immer mehr Ägypten. Die weltweite Nachfrage nach tiefgekühlten Himbeeren und Erdbeeren nimmt ständig zu. Aber bei den restlichen Sorten von Gefrierobst aus der gemäßigten Zone, darunter nach tiefgekühlten Sauerkirschen oder schwarzen Johannisbeeren sind keine wachsenden Tendenzen bei der Nachfrage zu verzeichnen.

Die Vorherrschaft der Lieferungen aus Polen beim weltweiten Export von Gefrierobst ist das Ergebnis der relativ niedrigen Preise des polnischen Angebots (die das Ergebnis der großen Arbeitskraftressourcen sind), sowie der großen geschmacklichen Vorzüge des Obstes und der Obstprodukte. Die weltweite steigende Bedeutung der Lieferungen aus Polen erfordert Werbemaßnahmen, die auf Steigerung der Nachfrage nach tiefgekühlten Johannisbeeren und Sauerkirschen ausgerichtet sind, sowie eine Senkung der Produktionskosten und eine Verbesserung der Qualität der Erdbeeren, die der Verarbeitung zugeführt werden. Wegen der relativ niedrigen Wachstumsgeschwindigkeit beim Export von Tafelobst und beim Verbrauch dieser Obstsorten auf dem Binnenmarkt gehen mittelfristig betrachtet Lieferungen von Beeren und Sauerkirschen für die Weiterverarbeitung nicht zurück, auch nicht die, die zur Herstellung von Gefrierobst bestimmt sind.

Gefriergemüse

Polen mit einem Anteil von ca. 6 Prozent belegte in den Jahren 2012-2014 den sechsten Platz unter den größten Exporteuren von Gefriergemüse. Einen größeren Anteil hatten nur: China, Spanien, Belgien, Mexiko und Holland. Un-

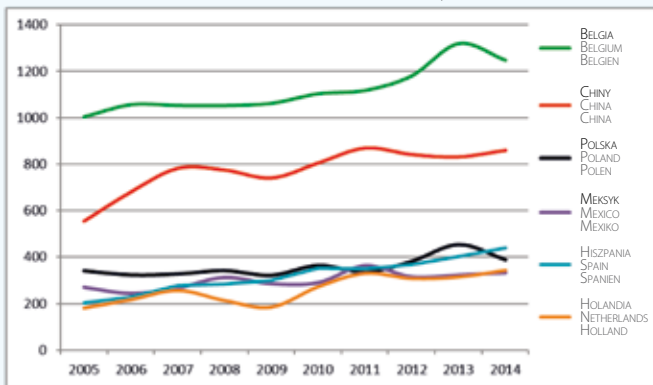
POLSKA JEST DRUGIM W ŚWIECIE EKSPORTEREM MROŻONYCH TRUSKAWEK (PO CHINACH) ■ POLAND IS THE SECOND EXPORTER OF FROZEN STRAWBERRIES (AFTER CHINA) ■ POLEN IST DER ZWEITGRÖSSTE EXPORTEUR VON TIEFGEKÜHLTEN ERDBEEREN (NACH CHINA)



ter diesen Ländern konnte einen Rückgang beim weltweiten Export nur Belgien verzeichnen. Belgien ist der größte EU-Hersteller in dieser Sparte. Ein deutlicher Rückgang des Exports aus Belgien ist auf reduzierte Produktion in diesem Land zurückzuführen, die größtenteils auf die steigende Wettbewerbsfähigkeit der aus Polen stammenden Produkten auf dem EU-Markt zurückzuführen ist. Wenn man die Dynamik des Brutto- und Nettoexportanstiegs betrachtet sind jetzt China und Spanien als größte Wettbewerber Polens anzusehen. In den Jahren 2012-2014 ist im Vergleich zu den Jahren 2001-2003 der Bruttoexport aus China fast um das Sechsfache, und aus Spanien um das 2,4-fache gestiegen.

Beim Gesamtexport von Gefriergemüsesorten, die zu den grundlegenden Produkten unserer Herstellung und unseres Verkaufs ins Ausland gehören (tiefgekühltes Hülsengemüse, Zwiebel, Karotten, Blumenkohl, Broccoli), belegt Polen weltweit den zweiten Platz nach Belgien. Der Anteil von Belgien am Export aller dieser Gefriergemüsesorten geht systematisch zurück. Der Exportanteil unseres Landes steigt bei fast allen Sorten an, darunter auch bei den Sorten, die von geringerer Bedeutung für die Produktion und den Export sind, d.h. beim tiefgekühlten Spinat, Paprika und Mais. China versorgt den Weltmarkt vor allem mit tiefgekühlten Hülsengemüse und Gemüse, außerdem liefert China Sorten, die für die Herstellung und das Angebot in Europa von geringerer Bedeutung sind.

EKSPORT BRUTTO MROŻONYCH WARZYW Z WYBRANYCH KRAJÓW W TYS. TON
GROSS EXPORT OF FROZEN VEGETABLES FROM THE SELECTED COUNTRIES IN THOUSANDS OF TONS
EXPORT BRUTTO VON GEFRIERGEMÜSE AUS AUSGEWÄHLTEN LÄNDERN, IN TSD. TONNEN



ŹRÓDŁO: DANE COMTRADE ■ SOURCE: COMTRADE DATA ■ QUELLE: ANGABEN COMTRADE

Auf dem Weltmarkt für Gefriergemüse sind keine "neuen" wichtigen Hersteller und Exporteure aufgetaucht, die eine Gefahr für die dynamische Entwicklung des Exports dieser Produkte aus Polen darstellen können.

Eine starke und wachsende weltweite Position des in Polen hergestellten Gefriergemüses ist vor allem das Ergebnis der relativ niedrigen Preise für die Exportwaren, insbesondere im europäischen Vergleich, sowie der großen und wachsenden Produktion in unserem Land. Der Anstieg der Produktion, die vor allem für den Export bestimmt ist, beweist einen guten Überblick der Hersteller und der Verbände über vorhandene Absatzmöglichkeiten für diese Produkte.

Auf den Produktionsanstieg wirkt sich eine sehr große und vielfältige Rohstoffbasis zur Herstellung dieser Artikel positiv aus. Angesichts des im Lande zurückgehenden Verbrauchs und eines geringen Wachstumstempo beim Export von Frischgemüse stellt die Verarbeitung für die Hersteller eine Möglichkeit und Garantie dar, dass sie ihre Anbauflächen mindestens auf dem bisherigen Niveau halten können. Auf den Anstieg des Exports von Gefriergemüse und die Anpassung des Angebots an das Nachfragevolumen und -struktur auf dem Absatzmarkt wirkt sich ein ausgebautes System von vertikalen Verbindungen zwischen den Verarbeitungsbetrieben und Rohstofflieferanten sehr vorteilhaft aus. 80 Prozent der Rohstoffe für die Verarbeitung werden auf Grundlage von Anbauverträgen geliefert. Das wäre nicht möglich, wenn es Rohstoffmangel gäbe und wenn einzelne Akteure auf dem Markt um das Gemüse miteinander kämpfen würden. Starke Verbindungen zwischen den Verarbeitungsbetrieben und Gemüseherstellern können einen Anstieg der Rohstofflieferungen auch bei einem Anstieg des Exports von Frischgemüse und des Verbrauchs auf dem Binnenmarkt aufrechterhalten oder erhöhen.

Relativ niedrige Preise für das polnische Exportangebot in Verbindung mit einem Geschmack der polnischen Produkte, der von den Abnehmern akzeptiert wird, werden auf dem Weltmarkt für die Aufrechterhaltung der hohen Position des polnischen Gefrierobsts und -gemüses auf mindestens dem bisherigen Niveau entscheidend sein. Auf dem Weltmarkt gibt es keine neuen, wichtigen Lieferanten, die billigere Gefrierprodukte anbieten würden, als die, die in Polen hergestellt werden. Dieses Phänomen gilt nicht für tiefgekühlte Erdbeeren, denn hierbei geht die Position Polens systematisch zurück, weil ein billigeres Angebot von Ländern außerhalb Europas unterbreitet wird. Auf dem nationalen Markt wächst der Import maßgeblich nur beim tiefgekühlten Erdbeeren-Angebot. Bei den anderen Sorten hat der Import ausschließlich ergänzenden Charakter. Tiefgekühltes Obst und -gemüse bleiben unter den wichtigsten Produkten für den polnischen Export, nicht nur bei Obst- und Gemüseprodukten, sondern bei allen Produkten des Gartenbausektors.

Das russische Embargo für den Import von frischen, tiefgekühlten und getrockneten Obst und Gemüse aus EU-Ländern, das im August 2014 eingeführt wurde, weist deutlich auf eine notwendige Diversifizierung des Absatzmarktes hin. Eine große Abhängigkeit vom russischen Markt (ca. 20 Prozent des polnischen Exports) führe zum Rückgang des Exports von Gefriergemüse in der Saison 2014/2015 im Vergleich zur letzten Saison, obwohl die Produktion angestiegen ist.

TEKST ■ BY ■ TEXT: **BOŻENA NOSECKA / IERIGŹ-PIB**
ZDJĘCIA ■ PHOTOS BY ■ FOTOS: FOTOLIA

Common Agricultural Policy of the European Union

2014-2020



Agencja Restrukturyzacji
i Modernizacji Rolnictwa

Beata Kuźmińska



POZNAJ POLSKĄ ŻYWNOSĆ

DISCOVER POLISH FOOD
LERNEN SIE POLNISCHE LEBENSMITTEL KENNEN
GRÜNE WOCHE, BERLIN 15-24.01.2016
PAW./PAV. 11.2