




*Lista produktów tradycyjnych
województwa
warmińsko-mazurskiego*



Olsztyn 2020

**URZĄD MARSZAŁKOWSKI
WOJEWÓDZTWA WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO
W OLSZTYNIE**

Departament Rozwoju Obszarów Wiejskich i Rolnictwa
ul. E. Plater 1
10-562 Olsztyn
t: +48 89 52 19 250
e: dow@warmia.mazury.pl

Projekt okładki i skład komputerowy:

Magdalena Bartoszek

Druk i oprawa:

Drukarnia Biały Kruk Milewscy sp. j.
ul. Tygrysia 50, Sobolewo
15-509 Białystok
t: +48 85 74 04 704
e: drukarnia@bialykruk.com

ISBN 978-83-66465-11-4

Wydawca:

BUK
WYDAWNICTWO

Szanowni Państwo,



*Gustaw Marek Brzezin
Marszałek województwa
warmińsko-mazurskiego*

Przygotowaliśmy dla Państwa kolejną interesującą publikację, tym razem dotyczącą listy produktów tradycyjnych województwa warmińsko-mazurskiego. Żywność wysokiej jakości to bowiem jedna z trzech inteligentnych specjalizacji naszego regionu – ze względu na jego wybitnie rolniczy charakter, czyste środowisko, mnogość i różnorodność tradycji kulinarnych, pielęgnowanych przez pokolenia. Aby to dziedzictwo chronić i rozwijać, samorząd województwa podejmuje liczne działania. Mają one nie tylko charakter promocji regionu, ale także oferty zdrowej, tradycyjnej, lokalnej żywności. A nasi wytwórcy i producenci systematycznie zdobywają nagrody, wyróżnienia, certyfikaty, które potwierdzają jakość ich pracy. Tym razem proponujemy Państwu przegląd unikalnych wyrobów pochodzących z Warmii, Mazur i Powiśla. Zapraszam do zapoznania się z nimi, a następnie do ich poszukiwania, smakowania, proponowania Państwa Bliskim i Znajomym. To dobra oferta w dobie szczególnej troski o zdrowie.






*Sylwia Jaskulska
Członek zarządu
województwa warmińsko-mazurskiego*

Żywność to wielki skarb naszego regionu. Smaku tradycyjnie wytwarzanych na Warmii i Mazurach serów, wędlin, wypieków czy miodów nie da się pomylić z innymi. Ich wysoka jakość jest nie tylko gwarancją przyjemności dla podniebienia, ale również zdrowia, dlatego tak ważne jest to, żebyśmy mieli pewność, co wybieramy. Odpowiadając na rosnącą świadomość konsumentów oraz pragnąc zachować dla potomnych sprawdzone receptury stale uzupełniamy listę produktów tradycyjnych. Bardzo mnie cieszy, że tak wielu producentów żywności przykładą wagę do produktów, które nam oferują. Liczę, że będzie Was jeszcze więcej, co nam wszystkim wyjdzie na zdrowie. Zachęcam wszystkich producentów żywności tradycyjnej do zgłaszania swoich produktów, a konsumentów do wybierania sprawdzonych, regionalnych marek. To nam wszystkim wyjdzie na zdrowie, a przecież nie mamy nic cenniejszego niż ono.





Lista Produktów Tradycyjnych w pytaniach i odpowiedziach

Czym jest Lista Produktów Tradycyjnych?

Lista Produktów Tradycyjnych służy zbieraniu i rozpowszechnianiu informacji związanych z wytwarzaniem produktów tradycyjnych. Z wpisem produktu na Listę Produktów Tradycyjnych nie jest związana ochrona nazwy oraz kontrola zgodności produkcji z zadeklarowaną metodą wytwarzania. Producenci produktów wpisanych na Listę Produktów Tradycyjnych mogą ubiegać się o uzyskanie odstępstw od wymagań sanitarnych i weterynaryjnych, jeżeli konieczność taka wynika z tradycyjnej receptury.

Kto prowadzi Listę Produktów Tradycyjnych i gdzie składa się wnioski o wpis na tę listę?

Lista Produktów Tradycyjnych prowadzona jest przez Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Wniosek o wpis na Listę Produktów Tradycyjnych składa się do właściwego miejscowo marszałka województwa, który dokonuje jego oceny. Pozytywnie zweryfikowane wnioski przesyłane są do Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi dokonuje wpisu produktu na Listę Produktów Tradycyjnych.

Czy producenci produktów tradycyjnych wpisanych na Listę Produktów Tradycyjnych muszą poddawać się dobrowolnej kontroli potwierdzającej zgodność produkcji z zadeklarowaną metodą wytwarzania?

Lista Produktów Tradycyjnych ma na celu wyłącznie identyfikację tradycyjnych produktów, a nie producentów wytwarzających tradycyjną żywność. Producenci nie są zobowiązani do poddawania się dobrowolnej kontroli, która miałaby na celu potwierdzenie zgodności produkcji z metodą wytwarzania zadeklarowaną przez nich we wniosku o wpis na Listę Produktów Tradycyjnych.

Jakie produkty mogą być wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych?

Na Listę Produktów Tradycyjnych mogą zostać wpisane produkty, których jakość lub wyjątkowe cechy i właściwości wynikają ze stosowania tradycyjnych, tzn. wykorzystywanych od co najmniej 25 lat metod produkcji, stanowiące element dziedzictwa kulturowego regionu, w którym są wytwarzane oraz będące elementem tożsamości społeczności lokalnej. Na Listę Produktów Tradycyjnych mogą zostać wpisane produkty rolne i środki spożywcze wymienione w załączniku I do Traktatu o funkcjonowaniu Unii Europejskiej, w załączniku I do rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1151/2012 z dnia 21 listopada 2012 r. w sprawie systemów jakości produktów rolnych i środków spożywczych oraz napoje spirytusowe wymienione w rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 110/2008 z dnia 15 stycznia 2008 r. w sprawie definicji, opisu, prezentacji, etykietowania i ochrony oznaczeń geograficznych napojów spirytusowych oraz uchylające rozporządzenie Rady (EWG) nr 1576/89.

Produkty wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych są podzielone według następujących kategorii:

- Sery i inne produkty mleczne;
- Mięso świeże oraz produkty mięsne;
- Przetwory rybołówstwa, w tym ryby;
- Orzechy, nasiona, zboża, warzywa i owoce (przetworzone i nie);
- Wyroby piekarnicze i cukiernicze;
- Oleje i tłuszcze (masło, margaryna, olej itp.);
- Miody;
- Gotowe dania i potrawy;
- Napoje (alkoholowe i bezalkoholowe);
- Inne produkty.

Kto może ubiegać się o wpis produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju spirytusowego na Listę Produktów Tradycyjnych?

Z wnioskiem o wpis produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju spirytusowego na Listę Produktów Tradycyjnych mogą wystąpić osoby fizyczne, osoby prawne oraz jednostki organizacyjne nieposiadające osobowości prawnej, wytwarzające dany produkt rolny, środek spożywczy lub napój spirytusowy.

Kiedy produkt tradycyjny zostanie skreślony z Listy Produktów Tradycyjnych?

Produkt tradycyjny może zostać skreślony z Listy Produktów Tradycyjnych w przypadku, gdy nie ma możliwości wytworzenia produktu rolnego, środka spożywczego lub napoju spirytusowego o cechach lub właściwościach, które były podstawą do umieszczenia go na Liście Produktów Tradycyjnych.

Czy z wpisem produktu na LPT wiąże się jakaś opłata?

Nie. Z wpisem na Listę Produktów Tradycyjnych nie jest związana żadna opłata. Niemniej jednak, jeśli Minister Rolnictwa stwierdzi, że produkt nie spełnia wymagań art. 47 ustawy o rejestracji i ochronie nazw i oznaczeń produktów rolnych i środków spożywczych oraz o produktach tradycyjnych, i jest zmuszony wydać decyzję administracyjną o odmowie wpisu, wtedy wnioskodawca zgodnie z przepisami pkt. 53 załącznika do ustawy z dnia 16 listopada 2006 r. o opłacie skarbowej (Dz. U. z 2016 r. poz. 1827), jest zobowiązany uiścić opłatę skarbową w wysokości 10 zł.

Czy trzeba konsultować się z Urzędem Marszałkowskim przed złożeniem wniosku o wpis na Listę Produktów Tradycyjnych?

Zgodnie z przepisami zawartymi w ustawie, wniosek o wpis produktu na Listę Produktów Tradycyjnych jest składany do właściwego miejscowo marszałka województwa. Marszałek województwa sprawdza wniosek o wpis na Listę pod względem spełnienia wymogów formalnych oraz dokonuje oceny w zakresie spełnienia przez produkt rolny, środek spożywczy lub napój spirytusowy wymagań, których dotyczy wniosek. Co do reguły, Wnioskodawca nie ma obowiązku kontaktować się z Urzędem Marszałkowskim przed złożeniem wniosku, jednak taki kontakt znacznie ułatwia dalszą współpracę. Pracownicy Urzędów Marszałkowskich mają doświadczenie w przygotowywaniu wniosków, mogą pokierować oraz pomóc, aby wniosek spełniał niezbędne wymagania.

Dlaczego nie ma informacji, gdzie można kupić produkt wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych?

Na Listę Produktów Tradycyjnych wpisywane są produkty a nie producenci, w związku z tym ani Urząd Marszałkowski, ani Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi nie posiada bazy producentów wytwarzających produkty wpisane na Listę. Z uwagi na fakt, że na Listę Produktów Tradycyjnych są wpisywane produkty, a nie producenci, inna osoba (firma, stowarzyszenie itp.) niż Wnioskodawca, jeśli wytwarza produkt zgodnie z opisem dołączonym do wniosku, może posługiwać się informacją o wpisie produktu na Listę Produktów Tradycyjnych. Biorąc pod uwagę powyższe, trudno jest dotrzeć do wszystkich osób, które wytwarzają produkty wpisane na LPT, a tym samym, uzyskać informacje, gdzie takie produkty są sprzedawane. Niemniej jednak produktów tradycyjnych można poszukiwać na lokalnych festynach, odpustach lub konkursach związanych z danym regionem.

Czy informacja publiczną jest receptura produktu (zawarta we wniosku o wpis produktu na Listę Produktów Tradycyjnych)?

Z uwagi na fakt, że na Listę Produktów Tradycyjnych wpisywane są produkty, a nie producenci, inne osoby niż Wnioskodawca mogą wytwarzać produkt na podstawie specyfikacji (receptury) dołączonej do wniosku, dlatego receptura produktu jest informacją publiczną i może być udostępniana innym zainteresowanym.

Gdzie należy składać wnioski o wpis na Listę Produktów Tradycyjnych?

Wnioski o wpisanie produktu na Listę Produktów Tradycyjnych należy składać do właściwego miejscowo Urzędu Marszałkowskiego. W przypadku Województwa Warmińsko-Mazurskiego wnioski przyjmowane są w:

URZĄD MARSZAŁKOWSKI WOJEWÓDZTWA WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

Departament Rozwoju Obszarów Wiejskich i Rolnictwa

ul. E. Plater 1

10-562 Olsztyn

T: +48 89 52 19 250

F: +48 89 52 19 259

E: dow@warmia.mazury.pl



Produkty
mleczne





Mleko zsiadłe

Wzmianki wskazujące tradycję zsiadłego mleka można znaleźć w wielu materiałach i publikacjach. Jedną z nich jest książka pt.: „Kultura Ludowa Słowian” z 1967 r., w której Kazimierz Muszyński opisuje znaczenie produktów mleczarskich dla Słowian. W szczególności autor przedstawia proces kwaszenia mleka. „(...) prawie w całej Polsce świeżo wydojone mleko zostaje rozlane w odpowiednie naczynia i kiśnie samo przez się (dzięki znajdującym się w powietrzu bakteriom)”. Informacje o zsiadłym

mleku można też znaleźć w literaturze z 1902-1909 roku, czego przykładem jest fragment powieści Władysława Reymonta „Chłopi”. Kilkakrotnie pada tam nazwa produktu: „I wójt siadł do miski, okrytej parą świeżo utłuczonych ziemniaków i polanych obficie skwarkami, w drugiej donicy stało zsiadłe mleko”. Przepisy sporządzenia mleka zsiadłego ukazane są w książce Lucyny Ćwierczkiewicz „365 obiadów” z 1911 r. oraz w „Uniwersalnej Książce Kucharskiej” Marji Ochorowicz-Monat z 1926 r.: „Mleko





słodkie niezberane postawić w kamiennym garnku rano w kuchni, a na drugi dzień, gdy będzie zsiędlone, wynieść do piwnicy. W ziemie trzeba dłużej trzymać i to blisko kuchni, aby się prędko zsiadło, gdyż cała dobroć mleka polega na tem, żeby długo nie stało”. Mleko kwaszono głównie metodą naturalną, tj. bez ingerencji człowieka. Znano również metody przyspieszania kwaśnienia przy użyciu różnych rodzajów podpuszczki, czyli „serzyska”, uzyskiwanej z żołądków cieląt, jagniąt lub kozłat. Niekiedy z braku podpuszczki, do naczynia z mlekiem wrzucano kawałek ołowiu, krzesiwo lub monetę. Mleko zsiadłe ma wiele zastosowań, może służyć jako napój znakomicie gaszący pragnienie, jako dodatek do dania z ziemniakami, zaś po odwodnieniu jako twarożek. Zsiadłe mleko jest także podstawą popularnej w Polsce zupy – zimnego chłodnika. W naszej diecie stanowi niezastąpione i popularne źródło białka i wapnia, a także jest znakomitym regulatorem procesów trawiennych. W przemyśle spożywczym produkuje się mleko „zsiadłe” z mleka krowiego pasteryzowanego zaszczepionego czystymi kulturami paciorkowców mlecznych, przede wszystkim *L. lactis*. Produkt ten w znacznym stopniu odbiega jednak walorami smakowymi i zapachowymi od produktów uzyskiwanych metodą tradycyjną.

Dzięki swoim niepowtarzalnym walorom mleko zsiadłe znakomicie gasi pragnienie, wpływa na poprawę przyswajalności białek i wapnia oraz wpływa regulująco na

przemianę materii. Wspomaga leczenie chorób cywilizacyjnych i wpływa na obniżenie poziomu cholesterolu we krwi. Jest zalecane osobom z zaburzeniami układu pokarmowego i rekonwalescentom.

Mleko zsiadłe na Listę Produktów Tradycyjnych zostało wpisane 4 września 2008 r.



Produkt dostępny jest m.in. w:

Zajazd Tusinek Grzegorz Winiarek
ul. Kolonia 2
12-114 Rozogi
www.tusinek.com.pl
tusinek@tusinek.com.pl



Ser salami mazurski

Wyrób sera salami został zapoczątkowany w naszym kraju w 1915 roku, przez serowara rodem z Serbii, w okolicach Kańczugi w województwie podkarpackim. Po II wojnie światowej Polska przejęła tereny poniemieckie, między innymi zniszczony zakład mleczarski w Kisielicach, który po odbudowaniu w 1954 roku rozpoczął produkcję sera dojrzewającego salami. Proces technologiczny odbywał się w prymitywnych warunkach i oparty był przede wszystkim na pracach ręcznych.

Potwierdzają to zdjęcia wykonane w 1958 roku w Kisielicach, przedstawiające wybrane etapy produkcji sera salami. Dokumenty handlowe oraz korespondencja z lat 1983-1986 potwierdzają, iż zakład także w tym okresie prowadził produkcję i sprzedaż sera salami.

Produkcja sera salami w Kisielicach prowadzona była z zachowaniem ponad 50-letniej tradycji wytwarzania. Małe kociołki serowarskie wykorzystywane przy produkcji zastąpiły wanny lub kotły serowarskie o większej





pojemności, lecz nie wpłynęło to na sposób wyrobu i cechy sera. Większość operacji technologicznych wykonywana była ręcznie na specjalistycznych urządzeniach. Stosowana tradycyjna technologia z wykorzystaniem nowocześniejszych urządzeń w pełni zabezpieczała wyjątkowe, klasyczne cechy i właściwości sera salami. Dobra jakość mleka, tradycyjny sposób wytwarzania, solenie i leżakowanie powodowały dojrzewanie na tzw. suchą skórkę. W ten sposób powierzchnia sera pokrywała się odpowiednimi bakteriami wpływającymi na cechy tego produktu. Właściwa pielęgnacja sera wpływała pozytywnie na cechy i dojrzewanie sera, zaś stosowanie parafinowania zabezpieczało produkt i wpływało na ogólną estetykę zewnętrzną.

Ser miał kształt walca o średnicy ok. 10 cm, wysokości ok. 32 cm i wadze świeżego sera ok. 2,5 kg. Oczka w mięszu okrągłe lub owalne o wielkości ziarna ryżu do małego grochu. Dopuszczało się oczka międzyziarnowe. Barwa sera żółta, jednolita w całej masie, skórka gładka, dopuszcza się lekkie odciski form. Ser pokryty parafiną. Konsystencja: mięsz elastyczny, jednolity, lekko twardy lub pastowaty. Ser miał smak łagodny, aromatyczny, lekko kwaśny, lekko pikantny.

Ser salami mazurski na Listę Produktów Tradycyjnych został wpisany 25 września 2006 r.





Ser welski

Historia produkcji sera welskiego sięga 1906 roku, kiedy to w dorzeczu rzeki Wel powstała mała mleczarnia. Teren otaczający rzekę Wel to głównie łąki, na których od czasów przedwojennych liczni właściciele ziemscy wypasali swoje krowy, a z otrzymanego mleka w tej małej mleczarni produkowano ser o charakterystycznych i niepowtarzalnych walorach smakowych, które wynikały z położenia pastwisk. To właśnie nazwie rzeki Wel ser zawdzięcza swoją nazwę. Regularną produkcję sera welskiego rozpoczęto w spółdzielni mleczarskiej w Lidzbarku Welskim na początku lat osiemdziesiątych XX wieku.

Wygląd sera to płaski prostopadłościan lub cylinder o elastycznej, lekko plastycznej konsystencji. W przekroju bez oczek lub z widocznymi drobnymi oczkami, dopuszcza się szczeliny międzyziarnowe. Ser powinien być pokryty elastyczną skórką – parafiną. Barwa sera – jednolita, żółta w serach barwionych, w serach niebarwionych jaśniejsza. Ser ma charakterystyczny, lekko pikantny, lekko ostry, lekko kwaśny smak.

Minimalny okres dojrzewania sera wynosi 5 tygodni.

Ser welski został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych 4 maja 2007 r.

Produkt dostępny jest m.in. w:

Spółdzielnia Mleczarska
ul. Chopina 4
13-230 Lidzbark
mleczwel@poczta.onet.pl



Produkty
mięsne







Wyroby z mazurskiej masarni

Po II wojnie światowej i transformacji ustrojowej doszło do upaństwowienia przemysłu, w tym również przemysłu mięsnego. Na terenie Olecka pierwsza tzw. państwowa masarnia funkcjonowała od lat 50. Wędliny peklowano metodą zalewową lub na sucho, w beczkach drewnianych oraz basenach kamionkowych. Do wędzenia używano drewna pochodzącego z drzew liściastych – olszyny, dębu, jesionu. Mięso pochodziło od producentów hodujących zwierzęta w sposób tradycyjny. Trzoda chlewna karmiona była gotowanymi ziemniakami, otrębami, plewami, zieloną koniczyną, trawą, kapustą, kukurydzą i brukwią. W produkcji wędlin wykorzystywano metody tradycyjne. W kolejnych latach Centrala Przemysłu Mięsnego zaczęła wprowadzać przepisami wewnętrznymi normy regulujące (ujednolicające) opisy technologiczne na wędliny i wyroby wędliniarskie.

Wędliny powinny charakteryzować przede wszystkim wyczuwalny smak wędzonki, z nutą naturalnych przypraw. Konsystencja powinna być ścisła i elastyczna.

W celu ochrony od zapomnienia produktów wędliniarskich 6 maja 2008 r. na Listę Produktów Tradycyjnych wpisano:

- **Baleron wędzony z mazurskiej masarni**
- **Boczek wędzony z mazurskiej masarni**
- **Kiełbasę jałowcową z mazurskiej masarni**
- **Kiełbasę wiejską pieczoną z mazurskiej masarni**
- **Połędwicę wędzoną z mazurskiej masarni**
- **Szynkę z mazurskiej masarni**





Mazurska karkówka wędzona



Mazurska kielbasa wędzona



Mazurska połędwica wędzona



Mazurska słonina wędzona



Mazurska szynka wędzona



Mazurski boczek wędzony



Mazurskie wędzonki

Kulinarna tradycja Prus Wschodnich, czyli m.in. dzisiejszych Mazur, powiązana jest ściśle z kuchniami dwóch narodów: Niemców i Polaków. Jak zauważa Rafał Wolski we wstępie do książki „Smak Mazur. Kuchnia dawnych Prus Wschodnich”, do niemieckiej spuścizny należą tu m.in. skłonność do słodko-kwaśnego przyprawiania potraw oraz obfitość mięsa i jego przetworów, z kuchni polskiej zaś wywodzi się częste stosowanie śmietany i ziół, a przede wszystkim znakomite wędliny. To właśnie polscy i litewscy Prusacy nauczyli swoich współziomków przyrządzać wędliny. Konieczne trzeba wymienić wśród nich wędzoną szynkę, boczek, karkówkę, połówkę, słoninę, parówki, przyprawiane majerankiem (mazurskie: meiran) i jałowcem kielbasy (*Smak Mazur. Kuchnia dawnych Prus Wschodnich*, wstęp R. Wolski, tłumaczenia przepisów T. Ostojki, Oficyna Wydawnicza Retman, Baobab, Dąbrówno-Warszawa 2006). Kuchnia regionu opierała się zawsze na wysokiej jakości składnikach, w jakie obfitowała ta kraina. Należały do nich, prócz ziemiopłodów, produkty hodowli: mięso wieprzowe, wołowe, rzadziej cielęce i baranie oraz wszelkiego rodzaju drób. Świnie hodowano od dawna, powszechnie stosując przez wieki tradycyjne metody tuczu. Tylko takie mięso dawało i daje gwarancję niezapomnianych wrażeń smakowych. Tradycje wyrobu wędlin, szynki i wędzonek sięgają czasów, gdy zaczęto prowadzić chów zwierząt gospodarskich.

W jeszcze wcale nie tak dawnych czasach świniobicie było dniem niezwykle uroczystym. Jedną z metod konserwacji zapeklowanego uprzednio mięsa, było i jest wędzenie. Aby dobrze uwędzić m.in. wieprzowe mięso, (...) trzeba naprzód bardzo wolno, a potem dopiero coraz mocniej pod niemi dymić, a to dymem, ile można chłodem. Do wędzenia brano twarde gatunki drewna, najchętniej świeże, (...) bo mocniej dymiły (*Kuchnia i stół w polskim dworze*, W. Baraniewski, Prószyński i S-ka, Warszawa 2004). W naszej części Europy aż do połowy XX wieku wędzonki, choćby nawet i zwykłe kielbasy, nie pojawiały się na stołach codziennie. Na Mazurach chłopskie rodziny sprawiły sobie świniobicie raz, góra dwa razy do roku, najczęściej w związku ze zbliżającymi się świętami Bożego Narodzenia i Wielkiej Nocy. Wędliny, cudnie pachnące wędzonki, pojawiały się na stołach także z powodu ważnych uroczystości.

Idąc w ślad za tradycją 29 lutego 2008 r. na Listę Produktów Tradycyjnych zostały wpisane:

- **Mazurska karkówka wędzona**
- **Mazurska kielbasa wędzona**
- **Mazurska połówka wędzona**
- **Mazurska słonina wędzona**
- **Mazurska szynka wędzona**
- **Mazurski boczek wędzony**



Kielbasa polska wędzona z Mazur

Miłomłyn to niewielkie miasteczko w województwie warmińsko-mazurskim, którego nie ominęły tragiczne losy związane z II wojną światową. Zniszczenia wojenne oraz przesiedlenia ludności wpłynęły na kształt dziedzictwa kulinarnego, w tym również na produkcję wędlin w miejscowości oraz regionie. Powszechnie wiadomo, że wędliny wytwarzano na ziemiach zamieszkałych przez Słowian od dawnych czasów. Na ówczesnych ziemiach polskich hodowano trzodę na mięso, które następnie utrwalano poprzez konserwowanie, solenie lub wędzenie. Mięso na mazurskich stołach pojawiało się niezbyt często, głównie w czasie świąt rocznych, uroczystości rodzinnych oraz wzmożonych prac polowych. Było ono znane w postaci gotowanej, kaszanek, czeminy, a także kielbas, które wędzono tak długo, aż stawały się twarde. Kielbasy na Mazurach były wykonywane według własnej receptury, czyli swojskim, domowym sposobem. Najdoskonalsze były krojone i wędzone na surowo. Można je było wówczas przechowywać kilka miesięcy. Ich przygotowywaniem zajmował się najczęściej rzeźnik, masarz lub wykwalifikowany w tej dziedzinie pracownik. Samo wędzenie było sztuką. Pomimo, że własne wędzarnie miała każda zagroda, to nie każdy gospodarz potrafił w należyty sposób uwędzić mięso. Stosowano wędzenie na dwa sposoby: na ciepło i zimno. Mięso wędzone na zimno nie było parzone,





posiadało specyficzny ciemny kolor i intensywny smak, zawdzięczany m.in. wędzeniu dymem z drzewa olchowego. Kielbasa polska wędzona z Mazur jest od ponad 50 lat wizytówką Miłomłyna i jednocześnie żywym dziedzictwem kulinarnym przemian ludnościowych na Mazurach.

Kielbasa polska wędzona z Mazur wytwarzana jest w naturalnych osłonkach. Na przekroju widoczne są ciemnoczerwone kawałki mięsa oraz białego tłuszczu z ziarnami gorczycy. Kielbasa posiada charakterystyczny dla surowej kielbasy wędzonej smak i zapach.

Kielbasa polska wędzona z Mazur została wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych 30 listopada 2017 r.

Produkt dostępny jest m.in. w:

Zakład wędliniarski Flis-Pol
ul. Topolowa 12
14-140 Miłomłyn
www.flispol.pl
jarekflis21@wp.pl



Szynka dylewska dojrzewająca

Tradycja produkcji szynki dojrzewającej utrwaliła się na ziemiach odzyskanych wraz z napływem repatriantów znad Niemna (z dawnych ziem Wielkiego Księstwa Litewskiego) po zakończeniu drugiej wojny światowej. Jak wynika z wywiadów etnograficznych, przeprowadzonych z osobami, które przybyły do Polski z Wileńszczyzny i Białorusi, we wschodniej części Polski peklowano wędliny na sucho, a następnie poddawano procesowi dojrzewania. Wytwarzanie tych wyrobów odbywało się przede wszystkim w okresie jesienno-zimowym. Najczęściej w ciągu roku przygotowywano od dwóch do czterech sztuk szynek dojrzewających, przeważnie na Wielkanoc oraz Święta Bożego Narodzenia. Szynkę dojrzewającą wytwarza się z mięsa wieprzowego, gdyż najlepiej nadaje się ono do peklowania. Jak pisze W. Poszepczyński w książce „Domowe przetwory z mięsa” z 1983 roku: „Do peklowania nadaje się każdy rodzaj mięsa, najlepiej jednak wieprzowina, na którą peklowanie wpływa uszlachetniająco, nadając jej specyficzną barwę, smak i aromat”. Proces produkcji szynek dojrzewających wymaga dużo czasu, pracy i cierpliwości. Ważne jest przy tym dokładne przestrzeganie receptury. Lucyna Ćwierczakiewiczowa w publikacji „Jedynie praktyczne przepisy...” podaje następujący przepis na szynkę doj-





rzewającą: „Szynki od czterech do sześciu tygodni mogą leżeć w soli stosownie do ich wielkości, wyjąć je wtedy z soli, osuszyć na powietrzu przez 24 godzin, a potem powiesić w wędzarni na tydzień. Uwędzone szynki powiesić w miejscu suchym, przewiewnym, w cieniu” oraz: „Soląc same szynki, na każde dwa funty soli wsypać ćwierć funta mialkiego cukru, przez co nadzwyczaj kruszeją szynki. Ułożone szczelnie mięso, przykrywa się denkiem, przyciska kamieniami i stawia na jeden lub dwa dni w niezbyt chłodnym miejscu tak, aby się sól rozpuścić mogła; następnie wynosi do piwnicy lub w lecie do lodowni, jeżeli kto ją posiada; co tydzień najmniej raz należy zajrzeć, przewrócić i przekonać się, czy sos słony

dostatecznie pod mięso podchodzi, w przeciwnym razie należy sztuki z wierzchu włożyć na spód, a ze spodu na wierzch i tak często zmieniać”. Szynka dylewska ma charakterystyczny smak i zapach, gdyż jest to produkt surowy, dojrzewający. Jej wyjątkowy aromat uzyskiwany jest poprzez dowędzanie zimnym dymem z drewna drzew owocowych.

Szynka dylewska dojrzewająca została wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych 7 czerwca 2010 r.



Produkt dostępny jest m.in. w:

Kalinówka – Wzgórza Dylewskie
Pietrzwałd 96
14-100 Ostróda
www.wzgorza-dylewskie.pl
brunery@poczta.onet.pl



Warmińska szynka wołowa wędzona

Nazwa krainy zwanej Warmią wywodzi się od pruskiego plemienia Warmów, zamieszkującego obszar położony w dolnym biegu Pasłęki. Jej obszar terytorialny stanowi jedną z części krainy historycznej Prus. Burzliwe dzieje tych ziem na przestrzeni wieków, kształtowały rozwój gospodarczy i kulturalny, a także różnorodność struktury etnicznej i kulturowej. Cechą charakterystyczną kuchni dawnych Prus Wschodnich były składniki wysokiej jakości, mające swe źródło w zasobach naturalnych, wśród nich: płody ziemi oraz wieprzowina, wołowina, cielęcina, rzadziej baranina, a także drób. Gospodarstwa wiejskie były samowystarczalne. Pożywienie ludności zamieszkującej tereny Warmii charakteryzowała obfitość w tłuszcze, które dawały energię i siłę niezbędną do pracy. Powszechne na stołach warmińskich było wędzone mięso, wędliny, słonina. Decydowały o tym dobre warunki do przechowywania na strychu, wysoko pod dachem, co zapobiegało psuciu się i wysychaniu. Ze względu na niski status społeczny ówczesnej ludności, spożywanie mięsa było oznaką dobrobytu i wysokiego sytuowania. Nieliczni jedli dobrze i tłusto, głównie ludność miejska i pańska, na stołach której częstym pożywieniem była

pod różnymi postaciami wołowina. Znaczna część społeczeństwa zamieszkująca wsie hodowała zwierzęta wyłącznie na sprzedaż. Część mięsa była przeznaczana na spożycie, część odsprzedawano sąsiadom. Sposobem wydłużenia trwałości mięsa wołowego





było wędzenie. Tradycje wędzenia mięsa na zimno są obecnie kultywowane przez kilka zakładów mięsnych położonych na Warmii.

Warmińska szynka wołowa wędzona powstaje z części zrazowo-wołowej ćwierćtuszy tylnej. Barwa produktu jest typowa dla wołowiny: czerwono-brązowa z widocznymi na zewnątrz przyprawami. Jest to wyrób na wpół surowy, lekko ciągnący, a jego smak jest charakterystyczny dla wołowiny z wyczuwalnym bukietem naturalnych ziół.

Warmińska szynka wołowa wędzona została wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych 17 marca 2017 r.

Produkt dostępny jest m.in. w:

Zakład Przetwórstwa Mięsnego Gologóra
Gologóra 19B
11-008 Świątki
www.zakladgologora.pl
mjedrychowski1@o2.pl





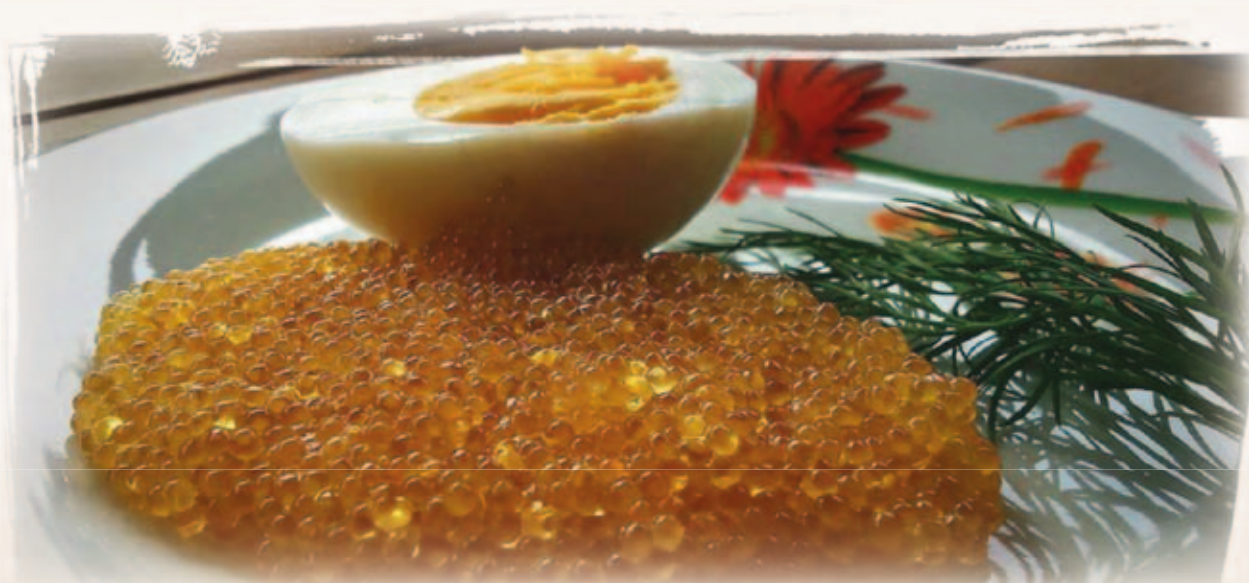
Produkty
rybołóstwa



Kawior ze szczupaka

Kawior jest od dawna jednym z najbardziej wykwinnych i pożądaných produktów na świecie, atrybutem wyjątkowych przyjęć oraz symbolem luksusu i prestiżu. Gdy mowa o kawiorze, pierwszym skojarzeniem jest Rosja i jesiotr. W Rosji tajemnicę sporządzania kawioru rybacy znali od XII wieku, a car Iwan IV na stałe wprowadził kawior do kremlowskiego jadłospisu. Mało osób wie, że już w wiekach średnich, w Rosji „kawior szczupakowy” był bardziej

ceniony niż jesiotrowy i gościł on na stołach carów i bojarów. W czasach przedwojennych szczupak był liczny w polskich zasobach wodnych. W ostatnich latach kawior ze szczupaka odzyskuje dawną utraconą sławę. Mazury – kraina „tysiąca jezior” od pradawnych dziejów słynęła z wielkiej ilości ryb słodkowodnych o bardzo dobrej jakości i wyjątkowych walorach smakowych. „Owoce jezior” pochodzące z Mazur były sprzedawane w całych Niemczech, jak również eks-





portowane do krajów ościennych, w tym do dawnego zaboru rosyjskiego, a nawet do krajów tak odległych jak Francja. Początki rybołówstwa we wsi Głodow, dzisiaj Głodowo, są nierozdzielnie związane z burzliwymi dziejami tych ziem. Niewielka wieś w czasach przedwojennych słynęła głównie z rybołówstwa. Po drugiej wojnie światowej rybacka brygada w Głodowie, w zmienionych warunkach politycznych i ustrojowych, również się nim trudniła. W ówczesnych czasach w brygadach rybackich pracowali głównie tutejsi mężczyźni. Choć zatrudnienie związane z połowami ryb znajdowały również kobiety – szyły sieci pod okiem doświadczonego rybaka. W okresie powojennym wielu rdzennych Mazurów wyjechało. Pozostali na tych terenach autochtoni przekazywali w formie ustnej informacje dotyczące gospodarki rybackiej oraz sposobów przyrządzania potraw z ryb, w tym kawioru ze szczupaka. Kawior z ikry szczupaka przyrządzany był nie tylko na „pańskie” stoły. Miejscowa ludność z racji mnogości i dostępności ryb również go robiła. Tradycje związane z przetwórstwem, w tym sposoby przyrządzania kawioru zostały spisane w publikacji dotyczącej kuchni mazurskiej pt. „Zasmakuj w Mazurach”, gdzie znajduje się szczegółowy opis przyrządzania i podawania kawioru ze szczupaka: „Ikry opłukać i delikatnie usunąć błonę łączącą ziarenka. Przełożyć je na gęste sito i płukać aż woda straci

mleczny kolor. Następnie ikry posolić (płaska łyżka soli na 1 kg ikry), przełożyć do wyparzonych słoiczek. Można przechowywać w lodówce do miesiąca. (...) Ikra jest doskonałym dodatkiem do wielu potraw” (*Zasmakuj w Mazurach*, M. Gworek, W. Mierzwa, Retman, Dąbrówno 2014). Przygotowany kawior ze szczupaka można podawać z jajkiem na twardo, do kanapek lub jako przekąska do wódek, koniaków lub szampana.

Kawior ze szczupaka został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych 18 lipca 2016 r.



Produkt dostępny jest m.in. w:

Firma Handlowo – Usługowa „Gościniec”
Miroslaw Gworek
Głodowo 10
12-220 Ruciane Nida
www.gworek.pl
ryby.ryby10@wp.pl





Zboża
i warzywa
przetworzone



Mąka żytnia z Rynku

Miejscowość Rynek znajduje się w południowo-zachodniej części województwa warmińsko-mazurskiego. Jednym z najważniejszych dla społeczności lokalnej obiektów regionu, jest zachowany do dnia dzisiejszego młyn posiadający kilkusetletnią historię. Do roku 1900 młyn napędzany był kołem wodnym, a rozdrabnianie ziarna żyta odbywało się na kamieniach młyńskich. Od roku 1900 napęd generowany był przez turbinę wodną wraz z pomocą silnika. Mimo że od lat 60-tych XX w. młyn napędzany jest elektrycznie, to dla zachowania tradycji nadal używana jest też siła płynącej wody.

Po wojnie, kiedy na wsi chleb był praktycznie nie do zdobycia, dzięki mące dostępnej wyłącznie w młynie z Rynku, okoliczni rolnicy byli w stanie produkować swoje własne pieczywo. Również otręby można było pozyskać tylko w młynie, gdyż brak prądu uniemożliwiał rolnikom ich własną produkcję.

Produkcja mąki, do dnia dzisiejszego odbywa się według instrukcji z podręczników „Poradnik Młynarza” z 1960 roku i „Przetwórstwo Zbóż” z 1994 roku, a także magazynu „Przegląd Zbożowo-Młynarski” (Poradnik Młynarza, praca zbiorowa pod redakcją prof. dr hab. K. Bogaczyńskiego, Warszawa





1960, *Przetwórstwo Zbóż cz. I i II.*, R. Jurga, Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1994). Mąka żytnia produkowana dla rolników i piekarzy w Rynku, nazywana była potocznie „żytnią z Rynku”.

Wyjątkowe właściwości i cechy związane z pochodzeniem surowców wykorzystywanych do wyprodukowania mąki żytniej z Rynku, doceniają mieszkańcy regionu. Tradycyjną mąkę żytnią z Rynku wykorzystują do wytwarzania doskonałych produktów takich jak: chleb żytni na naturalnym zakwasie czy szare kluski idealne do rosolu lub czerniny.

Mąka żytnia z rynku została wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych 21 stycznia 2020 r.

Produkt dostępny jest m.in. w:

Młyn Produkcyjno-Handlowy
„Młyn w Rynku”
Rynek 1
13-324 Grodziczno
www.mlynwryнку.com
mlynwryнку@onet.eu



Syrop buraczany

Syrop buraczany był wytwarzany i używany powszechnie przez gospodynie. Jeszcze niedawno niektórzy wyrabiali syrop buraczany na własny użytek i stosowali go w kuchni. W Kronice zdrowia znajdziemy zapisy świadczące o długoletniej tradycji wytwarzania syropu: „Po wojnie zamiast cukru sprzedawano zwykłą melasę lub syrop buraczany, nikt wówczas nie wiedział o nadmiarze cholesterolu czy niedoborze magnezu. Dopiero gdy cukier krystaliczny,

w przeogromnych ilościach, dostał się na nasze stoły, stał się przyczyną wielu chorób”.

Syrop buraczany można było kupić w sklepach jeszcze do lat 60. Tradycyjna, ekologiczna metoda jego wytwarzania pozwala na uzyskanie produktu o wysokiej jakości zdrowotnej i smakowej, którego spożywanie nie podnosi poziomu cholesterolu. Stosowanie syropu buraczanego – szczególnie wieczorem – zwalcza kaszel i wzmacnia organizm. Produkt





może być używany do wyrobu syropów cukierniczych oraz jako baza do nalewek. Wyrób poleca się ze względu na jego wartości odżywcze i niedrogą linię produkcyjną. Syrop buraczany nie zawiera konserwantów. Może mieć wielorakie zastosowania. Mogą go spożywać różne grupy wiekowe z różnym przeznaczeniem – kulinarnym, leczniczym.

Po otwarciu słoika konsystencja syropu powinna być gęsta, przypominać miód, jego barwa natomiast ciemnobrązowa, smak słodki z nutką karmelu.



Syrop buraczany został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych 4 kwietnia 2006 r.



Produkt dostępny jest m.in. w:

Producent rolny Jan Ostrowski
Łąkorz 2
13-334 Łąkorz
muzeumlokalne@op.pl





Wyroby
piekarnicze
i cukiernicze



Anielskie ruchańce

Aniołowo – niewielka wieś położona na terenie dawnych ziem pruskich. Zamieszkująca tutaj ludność jest odzwierciedleniem przemian ludnościowych po II wojnie światowej. Burzliwe dzieje oraz różnorodność etniczna mieszkańców wpłynęły na zachowanie tradycji kulinarnych. Kuchnia dawnych Prus bazowała przede wszystkim na wykorzystaniu składników prostych i łatwo dostępnych w tym klimacie. Wśród nich głównie produkty zbożowe, mleczne, mięsne oraz tłuszcze. „Na początku XXI wieku, ponad sześć dziesięcioleci od wielkiej wojny, która doszczętnie spustoszyła Mazury, Warmię i inne ziemie dawnych Prus, doprowadzając do niemal całkowitej wymiany jej mieszkańców, bardzo trudno jest odnaleźć wiarygodne ślady tutejszej tradycji, także kulinarnych. (...) Zmienne dzieje i skomplikowana struktura etniczna ziem pruskich znalazły swoje odbicie w kuchennej tradycji ich mieszkańców. Jej kształt zdefiniowały także proste, a łatwo dostępne w klimacie północno-wschodniej Europy składniki: mięso (w tym dziczyzna), ryby z jezior i nadmorskich zalewów, grzyby, warzywa i owoce, zboża i wreszcie wyśmienity nabiał. (...) Dawni Prusowie (...) stworzyli solidną bazę dla tworzącej się kuchennej specyfiki ich ojczystych ziem: w jej skład weszły produkty zbożowe i mleczne, rozmaite mięso

i dziczyzna (...) upodobanie do tłuszczu – wysokoenergetyczne składniki gwarantowały przeżycie surowych zim i wydajność w ciężkiej fizycznej pracy”. (*Smak Mazur. Kuchnia dawnych Prus Wschodnich*, wstęp R. Wolski, tłumaczenia przepisów T. Ostojki, Oficyna Wydawnicza Retman, Baobab, Dąbrówno-Warszawa 2006).

Tradycja wypieku tego rodzaju specjalów była już znana na tych terenach w latach wcześniejszych. Receptura prawdopodobnie wywodzi się ze starych warmińskich zwyczajów i została rozpropagowana wśród mieszkańców. Wspomina o tym Maria Zientara-Malewska – słynna poetka i działaczka warmińska w swoim dziele z roku 1959 „Warmio moja miła”. Opis dotyczy wypieku przez gospodynie w okresie zapustów pewnego rodzaju pączków poprzez kładzenie ciasta łyżką na gorący tłuszcz, którym był smalec, lój bądź powszechnie stosowany wśród najuboższych mieszkańców – olej. „Gospodynie w niedzielę zapustną zaczynały w dużych misach ciasto drożdżowe, które po wyrośnięciu kładziono łyżkami na gorący tłuszcz skwierczący w rondelku czy na patelni. Jedni smażyli pączki na smalcu, drudzy na łoju, a najubożsi na oleju”. (*Warmio moja miła*, Zientara-Malewska M., Instytut Wydawniczy Pax, 1959).

Tradycja wypieku anielskich ruchańców sięga lat



40-tych, czyli czasów dzieciństwa najstarszych mieszkańców Aniołowa. Wykonywanie anielskich ruchańców związane było z okresem ostateków dawniej hucznie obchodzonych na tych terenach. Wypiekano je również w Tusty Czwartek zamiast pączków. Stosunkowo łatwy przepis oraz dostępność produktów pochodzenia lokalnego „swojskiego” wzmogła popularność tego produktu. W pamięci najstarszych mieszkańców Aniołowa pozostał specyficzny smak i zapach anielskich ruchańców wypiekanych przez babcie i mamy. Z czasem ich receptura została rozpropagowana wśród turystów i grup szkolnych odwiedzających miejscowość. Wśród mieszkańców Aniołowa istnieje silne przekonanie, że anielskie ruchańce wychodzą najsmaczniejsze wtedy, gdy doda się do nich „anielskiej duszy” (wywiad etnograficzny z mieszkańcami Aniołowa). Nazwa produktu pochodzi od nazwy miejscowości Aniołowo – anielskie oraz ruszania się ciasta w czasie wypieku – czyli ruchańce. Wypiekanie oraz konsumpcja tego wyrobu cukierniczego od dawien dawna integrowała lokalną społeczność. Była i nadal jest okazją do wspólnego spędzania czasu. Receptura anielskich ruchańców przetrwała do czasów współczesnych w formie niezmienionej.

Do wykonania ciasta potrzeba 1 kg mąki, 10 dag drożdży, 6 jajek i około 1 litra ciepłego mleka. Najważniejsza jest dobra konsystencja ciasta, które „nie może być ani za rzadkie ani za gęste”. Ruchańce po wypieku

zawsze posypywane są cukrem pudrem. Najlepiej smakują „popijane mlekiem” i jedzone w „dobrym towarzystwie”.

Anielskie ruchańce zostały wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych 30 maja 2018 r.





Chleb żytnio-orkiszowy z kminkiem

Chleb jako podstawa pożywienia towarzyszy człowiekowi od wieków. Nie inaczej było na terenach dawnych Prus Wschodnich, gdzie podstawą żywienia były produkty roślinne, w tym wszelkie przetwory i produkty ze zbóż chlebowych: orkisz, żyta i pszenicy. Pieczenie chleba miało miejsce nie częściej niż raz w tygodniu. Do ciasta z żytniej mąki na zakwasie przechowywanym od poprzedniego wypieku dodawano często ziemniaki. We wspomnieniach z procesu wypieku chleba dawnych mieszkańców Prus

jest też „(..) kminek napełniający swym aromatem całą izbę, ale są też i tłuczone ziemniaki, które dodawano do ciasta, by zaoszczędzić cennej mąki. Ziemniaki sprawiały przy okazji, że chleb był pulchniejszy, wilgotny i dłużej pozostawał świeży”. Dodatek kminku i ziemniaków do chleba na terenie dawnych Prus Wschodnich potwierdza także znany warmiński działacz regionalny Edward Cyfus: „(..) pieczywo nie zmieniało swojej konsystencji prawie przez tydzień, gdyż dodawano do ciasta trochę gotowa-





nych i zmielonych kartofli, co zapewniało mu wilgotność. W miesiącach letnich żytnią mąkę mieszano z pszenną, by chleb był nieco lżejszy. Czasem dodawano do ciasta również kminek, jeśli w rodzinie byli smakosze tej przyprawy”. Po II wojnie światowej na terenach dzisiejszej Warmii i Mazur wypiekiem chleba zajęły się głównie gminne spółdzielnie, w których produkcja piekarnicza oparta była na tradycji i surowcach pochodzących z regionu. To w popularnych GS-ach opracowane zostały własne receptury, na podstawie informacji od mieszkańców zamieszkujących te tereny. Jedną z takich receptur jest receptura na chleb żytnio-orkiszowy z kminkiem, opracowana i wprowadzona do produkcji



w Gminnej Spółdzielni „SCh” w Dźwierzutach. Jej pisemna wersja z 1989 r. znajduje się w zakładowych archiwach. Chleb ten – jak wskazuje nazwa - produkuje się na kwasie, z mąki żytniej, orkiszowej oraz z dodatkiem kminku i płatków ziemniaczanych. Od pół wieku do jego wypieku używa się tradycyjnego ceramicznego pieca. Chleb żytnio-orkiszowy z kminkiem bardzo dobrze smakuje, co potwierdzają liczne nagrody, które zdobywa w konkursach kulinarnych.

Chleb żytnio-orkiszowy został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych 8 października 2018 r.

Produkt dostępny jest m.in. w:

Gminna Spółdzielnia
„Samopomoc Chłopska”
Piekarnia Dźwierzuty
ul. Szczycieńska 49 B
12-120 Dźwierzuty
www.gs-dzwierzuty.pl
jurek-gs@tlen.pl



Brukowiec mazurski

Piernik należy do najstarszych ciast. Wywodzi się z tzw. miodowników wielkich – wielkich bochnów chleba robionych na miodzie. Pochodzi z XII-wiecznej Bazylei i NoryMBERGII, głównych ośrodków pierniarskich średniowiecznej Europy. Charakteryzuje się ciemną barwą i specyficznym smakiem i aromatem korzennym, niespotykanym w innych ciastach. Brukowiec różnił się od zwykłych pierników przede wszystkim fakturą zewnętrzną, co było efektem robienia piernika z kuleczek – przypominał bruk (stąd nazwa). Sposób wykonywania brukowca ulegał zmianom, co do wielkości i składników. Gospodynie prześcigały się nawzajem, by oprócz subtelnego i wyważonego smaku przypraw, uzyskać fakturę wyglądającą jak bruk. W niektórych rejonach miód zastępowano słodkim syropem buraczanym. Brukowiec mazurski był popularny jeszcze przed drugą wojną światową, gdy przeważały na wsiach rodziny trójpokoleniowe i było dużo osób, które zajmowały się wypiekami. Brukowiec w postaci prostokątnego placka pieczono na Boże Narodzenie i Wielkanoc. Małe, okrągłe brukowce pieczono bez specjalnej okazji i przechowywano w zamkniętym szczelnie naczyniu lub pudełku. Podawano je gościom, obdarowywano nimi dzieci lub były używane jako ozdoba na choinkę. Brukowiec jest ciastem charakterystycznym dla Ziemi Lubawskiej, tak ze względu na recepturę, jak

i formę wypieku. Przygotowywany był, z wyjątkiem środka spulchniającego i przypraw, z produktów własnego gospodarstwa. Dodatkowymi walorami tego wypieku jest ciekawa ozdoba i forma oraz możliwość długiego przechowywania, bez zmiany walorów smakowych i zapachowych.

Produkt ten ma ciemnobrązową barwę i korzenno-miodowy smak i aromat.

Brukowiec mazurski został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych 18 stycznia 2010 r.





Produkt dostępny jest m.in. w:

Kawiarnia „Moja”
ul. Stare Miasto 17/21, lok. 32,
10-026 Olsztyn
www.kawiarniamoja.pl
ala@kawiarniamoja.pl

Produkt dostępny jest m.in. w:

Producent rolny Jan Ostrowski
Łąkorz 2
13-334 Łąkorz
muzeumlokalne@op.pl





Fefernuszki

Tradycja przygotowywania fefernuszków w okolicach Łąkorza pojawiła się pod koniec XIX wieku i związana była z istniejącymi na tych terenach cukrowniami. Jednym z głównych składników fefernuszków jest słodki syrop buraczany, używany zamiast miodu czy cukru oraz mąka. Produkty te były popularne zwłaszcza wśród biedniejszej grupy mieszkańców, gdyż nie wymagały dużego wkładu finansowego, a surowce użyte do ich przygotowania były dostępne w każdym gospodarstwie. Dawniej mieszkańcy pobliskich cukrowni kupowali tzw. „melasę”, czyli produkt uboczny produkcji cukru, bardzo podobny do słodkiego syropu buraczanego, lecz zawierający mniej cukru i składników mineralnych. Natomiast mieszkańcy dalszych terenów wyrabiali na potrzeby domowe syrop w kuchni. Fefernuszki pieczone były zawsze w adwencie Bożego Narodzenia, natomiast w Wigilię każdy z domowników dostawał całą garść na talerzyku. Wypiekano je również podczas spotkań towarzyskich lub częstowano nimi dzieci zamiast cukierków. „Znacznie większą część ich produkcji [piekarzy] stanowiła galanteria piekarnicza, jak kuchy, fafernuchy i inne ciasta przeznaczone na większe i mniejsze uroczystości” (*Kultura Ludowa Mazurów i Warmiaków*, red. nauk. Józef Burszta,

Zakład Narodowy Imienia Ossolińskich, Wrocław, Warszawa, Kraków, Gdańsk 1976).

Fefernuszki – małe ciasteczka tzw. talarki, płaskie, mało wyrosnięte o jasno lub ciemnobrązowej barwie i delikatnym, piernikowym smaku z nutką korzennych przypraw.

Produkt wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych 6 marca 2012 r.

Produkt dostępny jest m.in. w:

Producent rolny Jan Ostrowski
Łąkorz 2
13-334 Łąkorz
muzeumlokalne@op.pl





Gofry pruskie

Nazwa krainy zwanej Warmią wywodzi się od pruskiego plemienia Warmów i stanowi jedną z części krainy historycznej Prus. Burzliwe dzieje historyczne na przestrzeni wieków miały odzwierciedlenie w strukturze etnicznej ludności na terenie Polski, którą tworzyli Bałdowie, Polacy i Niemcy. Sytuacja ta kreowała nie tylko warunki polityczne i gospodarcze, ale także charakter kulturowy ludności zamieszkującej ziemię pruskie. Wszakże kulinarna tradycja jest zlepkiem tradycji kulinarnych dwóch narodów: Niemców i Polaków. Jedną z tradycji kulinarnych podtrzymywanych w domostwach w czasach powojennych był wypiek pewnego rodzaju wafli, zwanych goframi. Powszechnie było posiadanie przez każdą gospodynię specjalnej żeliwnej gofrownicy, nazywanej niegdyś żelazkiem. Przy jej użyciu wypiekano dzieciom charakterystyczne dla formy kraciaste serduszka z ciasta podobnego do naleśnikowego. Gospodynie wypiekały je zgodnie z recepturą wytłoczoną na wieczku urządzenia, wykorzystując do sporządzania ciasta odpowiednie proporcje mąki, mleka, jaj, masła i drożdży. Gofrownica była żeliwnym urządzeniem, składającym się z dwóch płaskich, okrągłych form

złączonych zawiasami, z wypustkami w fajerce, którą można umieścić bezpośrednio nad ogniem. Gofrownicę nagrzewano do odpowiedniej temperatury, natomiast formy zasmarowywano kawałkiem świeżej wieprzowej słoniny, skórką bądź gęsim olejem, po czym nalewano ciasto, rozprowadzając je po całej płaszczyźnie. Czas wypieku na jednej stronie był odliczany od momentu zamknięcia urządzenia, zgodnie z modlitwą Zdrowaś Mario, do słów „błogosławiony owoc żywota Twojego Jezus”. Następnie przewracano formę na drugą stronę. Z końcem modlitwy wafle były upieczone. Obecnie już w niewielu domach dawne gofrownice są używane do wypieku pruskich gofrów. Zastąpiły je bardziej nowoczesne, ale receptura została bez zmian. Zgodnie z nią, by przygotować właściwej konsystencji ciasto, należy je sporządzić z: 1 kg mąki, 2 1/4 l mleka, 6-8 jaj, 375 g masła, 1 łyżki drożdży. Można podawać posypane cukrem pudrem z dodatkiem konfitur, syropu, bitej śmietany.

Gofry pruskie zostały wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych 17.03.2017 r.





Olsztyneckie jagodzianki

Jagodzianki to bułeczki z ciasta drożdżowego z kruszonką na wierzchu i jagodowym nadzieniem w środku.

Od dawien dawna ludność zamieszkująca obecne Mazury Zachodnie (dawne Prusy) pozyskiwała bogactwa z wód i lasów. Las, oprócz kryjących się w jego zasobach grzybów jadalnych, ziół lub miodu, dostarczał również aromatycznych owoców leśnych, przede wszystkim czarnych jagód. Miejscowa ludność od zawsze uznawała ich walory smakowe i często wykorzystywała w kuchni na wiele sposobów, m.in. do wypieku jagodzianek. Fenomen olsztyneckich jagodzianek wywodzi się z prostoty, tradycyjnego przepisu na ciasto drożdżowe, a przede wszystkim znacznej ilości jagód włożonych do ich środka. Sezon jagodowy trwa od końca czerwca do końca sierpnia. Największy wysyp runa leśnego w postaci jagód do produkcji najlepszych jagodzianek przypada na lipiec. Jagody w tym czasie są najbardziej słodkie i soczyste. Z uwagi na swoją popularność, olsztyneckie jagodzianki stały się chlubą miasta i wpisały się w jego lokalną tradycję. Mieszkańcy oraz olsztyneckie władze uznały jagodzianki za swój lokalny przysmak, którego nie może zabraknąć na żadnym organizowanym w Olsztynku wydarzeniu. Jagodzianki olsztyneckie są nieodzownym elementem kojarzonym z gminą Olsztynek.

Swą popularność zyskały bardzo szybko, również poza społecznością lokalną.

Olsztyneckie jagodzianki zostały wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych 8 listopada 2017 r.

Produkt dostępny jest m.in. w:

Jagodzianka Cukiernia
ul. K. Mrongowiusza 4
11-015 Olsztynek



Produkt dostępny jest m.in. w:

Zakład Produkcyjno-Handlowy
„MARK” Marzanna Kiezik
ul. Słowiańska 32a
11-500 Giżycko
www.mark.pl
mark@mark.pl





Sękacz mazurski

Sękacz jest rodzajem specjalnego ciasta, które nie traci walorów smakowych i zapachowych nawet po kilkunastu dniach. Jest słodki i delikatny. Jego zapach jest zbliżony do świeżo upieczonego biszkoptu z wyraźną nutą wanilii i skórki pomarańczowej. Ciasto biszkoptowo-tłuszczowe, na którego powierzchni bocznej widoczne są zgrubienia na całym obwodzie wyrobu lub zgrubienie nierównomiernie rozłożone tzw. sęki. Barwa zewnętrzna i na przekroju – złocista; warstwa zewnętrzna może być pokryta masą czekoladową lub polewą mleczną albo posypana posypką orzechową. Konsystencja zwarta, ale nie zbita, drobnoporowata.

Tradycja wypieku sękacza sięga prastarych czasów. Istnieje dużo legend, opowieści i historii związanych z tym specyficznym ciastem. Jedną z wielu historii głosi, że pieczenie ciast w ogniu wywodzi się od prastarych plemion Bałtów – Jaćwingów, Żmudów, Litwinów i Prusów. Ludy te czcąc swe bóstwa, składały im ofiary z mięsa, miodu i ciast. Inna, późniejsza legenda mówi, że pierwszy sękacz został podany na dworze w Bereźnikach koło Sejna, Królowej Bonie, która zachwyciła się tym wyjątkowo smacznym i efektownym ciastem z sękami, które odtąd często zdobiło królewski stół na Wawelu. Jeszcze inna historia związana z tym ciastem przypomi-

na małżonkę cara Mikołaja II Aleksandrę Fiodorownę, która była niemiecką księżniczką i miała oprócz wielu słabostek także tę, że uwielbiała baumkuchen (słowo to w języku niemieckim oznacza sękacz). Po ślubie księżniczka przybyła do Petersburga, a wraz z nią niemieccy cukiernicy, specjaliści od wypieku tego ciasta. Istnieje również legenda, że ciasto to pochodzi z czasów najazdów krzyżackich na nasze państwo. Zakon Krzyżacki, który zamieszkiwał zamek w Malborku, sprowadził ten specjal oraz przepis jego produkcji z Prus. Mury Zamku Krzyżackiego ukrywają do dziś piec, w którym wypiekano sękacze. O wypieku tego ciasta wspomina się również w historii Rodu Hertzbergów – właścicieli Lotynia, którzy w kuchni swojego zamku posiadali otwarty piec ceglany, służący do wypiekania sękaczy. W przedwojennej Polsce pojawienie się w witrynach stołecznych cukierni ustrojonego cukrowymi kwiatkami sękacza było zwiastunem zbliżającej się Wielkanocy.

Sękacz mazurski został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych 1 czerwca 2006 r.





Miody



Miód lipowy z Puszczy Boreckiej

Puszcza Borecka to zwarty kompleks leśny porastający obszar wschodniej części Pojezierza Mazurskiego. Na terenie tym na olbrzymią skalę wycinano lasy, szczególnie drzewostany liściaste rosnące na żyznych glebach, wskutek czego już w XVII wieku wyraźnie wyodrębniły się granice Puszczy Boreckiej, które do dnia dzisiejszego nie uległy przekształceniom.

Puszcza Borecka należy do najcenniejszych obszarów leśnych Pojezierza Mazurskiego. Prawie 92% jej powierzchni porastają lasy, w których dominują m.in.: dąb szypułkowy, grab zwyczajny, lipa drobnolistna, jesion wyniosły, klon zwyczajny czy brzoza. Na terenie puszczy znajdują się cztery rezerваты: Mazury, Borki, Lipowy Jar i wyspa lipowa na

Jeziorze Szwałk Wielki oraz liczne, malownicze jeziora. Teren Puszczy Boreckiej podzielony jest na trzy obręby leśne: Przerwanki, Borki oraz Czerwony Dwór. Obszar Puszczy jest falisty, pokryty morenowymi wzgórzami. Na terenie Puszczy rośnie prawie trzysta gatunków roślin, w tym 38 to gatunki chronione.

Ze względu na wyjątkowe ukształtowanie terenu oraz różnorodność roślinną Puszcza Borecka stanowi ogromną bazę pożytkową dla pszczół. Tradycja wytwarzania miodu na tym terenie sięga czasów średniowiecza, kiedy dzisiejsze tereny Puszczy zajmowane były przez jedno z plemion pruskich – Jaćwingów. Jednym z zajęć, którym zajmowali się Prusowie było bartnictwo: „Pszczoły hodowano początkowo w stanie dzikim, tzn. odnaleziona w puszczy barć stawała się własnością tego, kto ją znalazł i opatrzona przez niego pozostawała na swoim miejscu. Dopiero potem, prawdopodobnie w wiekach średnich opanowano umiejętność dziania barci, czyli wykonywania w drzewach dziupli do osadzania w nich nowych rojów pszczół” (*Dziedzictwo ziem pruskich*, Praca zbiorowa, Olsztyn 2011/2012). W wyniku postępu w bartnictwie rozwinęło się pasiecznictwo, które uchroniło lipę drobnolistną przed całkowitym wystąpieniem z terenów Pojezierza Mazurskiego. Lipa była szczególnie cenna na terenach bezwzrosowych, bagiennych oraz moczarach,





stanowiąc jedyny pożytek dla pszczół (*Lipa – drzewo tysiąca pożytków i ozdoba krajobrazu warmińsko-mazurskiego*, P. Stypiński, Pszczelarstwo – organ Polskiego Związku Pszczelarskiego, nr 10, 1973). Względy religijne również przyczyniły się do ochrony lipy. W okresie średniowiecza wierzono, że lipa była drzewem prawdy i szczęścia.

Na obszarze Puszczy Boreckiej miód lipowy pozyskiwany jest do dnia dzisiejszego. Jest to produkt o ponadprzeciętnej zawartości pyłku lipy drobnolistnej. O wyjątkowości tego miodu decyduje przede wszystkim umiejscowienie pożytków w zwartych kompleksach leśnych, dzięki czemu pszczoły są odizolowane od terenów rolniczych.

Lipa stanowi główną bazę pożytkową, a dodatek innych pyłków, pochodzących głównie z runa leśnego, z ziół i kwiatów takich jak: koniczna biała, trybula czy wyka, sprawia, że miód lipowy z Puszczy Boreckiej jest produktem unikatowym o niespotykanym smaku i aromacie.

Konsystencja miodu jest płynna z tendencją do krystalizowania i wtedy przyjmuje postać drobnoziarnistą, gruboziarnistą, niejednorodną. W stanie płynnym ma barwę od jasno-żółtej przez jasno-zieloną do jasno-bursztynowej, po skryształowaniu zmienia barwę na złocisto-żółtą. Smak dość ostry, lekko gorzki z wyczuwalnym intensywnym zapachem kwiatu lipy.

Miód lipowy z Puszczy Boreckiej został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych 28 kwietnia 2020 r.

Produkt dostępny jest m.in. w:

Gospodarstwo Pasieczne
„Mazurska Pasieka” Szymon Kalejta
ul. Zielona 3a
19-400 Olecko
mazurskapasieka@op.pl
www.facebook.com/
MazurskaPasiekaKalejta

Gospodarstwo Pasieczne
„Pasieka Jurewicz” Waldemar Jurewicz
Sedranki 62
19-400 Olecko
waldek0826@wp.pl
https://www.facebook.com/
waldemar.jurewicz.39



Miód lipowy z Barcji

Barcja to jedna z historycznych krain dawnych Prus, zamieszkiwana przez plemię Bartów (obecne tereny m.in. powiatu kętrzyńskiego). Olbrzymie obszary leśne były dużym naturalnym bogactwem tych terenów. Różnorodność gatunków roślin w poszczególnych okresach wegetacyjnych i średnich temperatur wiosny i lata oraz żyznych ziem tego regionu dawała mieszkańcom znakomite sposoby gospodarowania w naturalnym środowisku, w tym m.in. zajmowania się pszczelarstwem. Prusowie już w dawnych czasach słynęli jako mistrzowie sztuki bartniczej. Pozyskany przez nich miód

miał wiele zastosowań, m.in. pomagał przy chorobach układu oddechowego, przeziębieniach i podawano go dla wzmocnienia serca. Powszechnie wykorzystywany był воск, który używano do wyrobu świec i do odciskania pieczęci na dokumentach. Dawniej wartość miodu była tak duża, że często używano go jako środka płatniczego. „W piwnicach zakonu krzyżackiego (który w XIII w. podbił tereny Prus) zawsze przechowywano tysiące kilogramów miodu i dziesiątki garnców z woskiem. Transporty tego skarbu rycerze krzyżowi wysyłali do Niemiec i Anglii” (*Niezapomniana*





kuchnia Warmii i Mazur, M. K. Jankowska-Buttitta, Wyd. Jaworowy Dwór 2007). Tereny dawnej Barcji to obszary tzw. Zielonych Płuc Polski oraz obszary Natura 2000, wolne od wielkich aglomeracji miejskich i ruchliwych szlaków komunikacyjnych. Dzięki tym czynnikom środowiskowym, pozyskiwany z tego terenu od lat 60-tych XX wieku miód lipowy jest wyjątkowy. Teren ten charakteryzuje się żyznymi siedliskami lasowymi i olsowymi. Dlatego głównymi gatunkami drzew panującymi na tym terenie są gatunki liściaste, w tym lipy. Szczególnie duże obszary starodrzewu lipowego umożliwiają pozyskanie miodów lipowych o wyjątkowym i niepowtarzalnym smaku. Ponadto zachowany został po dzień dzisiejszy tradycyjny sposób jego pozyskiwania, np. miód odwirowuje się ręcznie na zimno przy pomocy miodarki. Miód lipowy jest to miód, który może być zbierany wyłącznie w okresie od lipca do sierpnia.

Konsystencja miodu zaraz po miodobraniu jest gęsta, lepka, a po odwirowaniu płynna. Z czasem miód przybiera formę stałą, tzw. „kрупca”. Barwa od jasno-żółtej wpadającej w odcień jasno-zielonkawy do koloru jasno herbacianego, po skrzystalizowaniu złocisto-żółta. Smak miodu jest słodki, aromatyczny, intensywnie wyczuwalny jest w nim zapach lipy oraz lekkiej goryczki.

Miód lipowy z Barcji został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych 9 listopada 2012 r.



Produkt dostępny jest m.in. w:

Gospodarstwo Pasieczne
Bartnik Mazurski
Gnatowo 4a
11-400 Kętrzyn
www.bartnikmazurski.pl
bartnikmazurski@wp.pl



Miód Mazur Garbatych

Mazury Garbate w okresie od III w. p.n.e. do XIII w. n.e. zamieszkiwane były przez plemiona Sudowian (inaczej Jaćwingów). W polskich źródłach historycznych wspominają o nich dokumenty księcia Konrada Mazowieckiego, Jana Długosza i Wincentego Kadłubka. Podstawę egzystencji materialnej Jaćwingów, liczących w okresie swej świetności około 60 tysięcy mieszkańców, stanowiło prymitywne rolnictwo, hodowla bydła oraz rybołówstwo, łowiectwo i bartnictwo.

W wyniku rozbiorów Polski w 1772 r. na terenie Mazur Garbatych powstała prowincja Prusy Wschodnie. Zwyczaje kulinarne ówczesnych mieszkańców tych terenów opisał Rafał Wolski w książce „Smak Mazur. Kuchnia dawnych Prus Wschodnich”. Możemy w niej znaleźć wiele przepisów, w których jednym ze składników jest miód, m.in. na twaróg z sokiem owocowym, orzechami i miodem, mleko cytrynowe z dodatkiem miodu, a także na alkohol na bazie miodu zwany





niedźwiedziówką. Rola miodu w kuchni wschodniopruskiej została opisana również w pracy Stanisława Satemusa pt. „O kuchni wschodniopruskiej, czyli o tym, co jest a co nie jest regionalną kuchnią mazurską”: „Największym skarbem jaki człowiek wydarł lasom jest miód. Prusowie już w dawnych czasach znani byli jako mistrzowie sztuki bartniczej. Pozyskiwali więc ten cenny towar, który nie tylko osładzał życie, gdy nie było jeszcze cukru. Zastosowanie miodu było daleko szersze. Miód wzmacniał, leczył gardło, koił rany”. Pod koniec XIX w. barcie zamieniono na kłody przeniesione z lasu w pobliże gospodarstw domowych, a z czasem kłody zastąpiono ulami. Po II wojnie światowej pszczelarze z terenu Mazur Garbatych zrzeszyli się w Wojewódzki Związek Pszczelarzy w Suwałkach. Miód Mazur Garbatych pozyskiwany jest na terenie powiatu gołdapskiego. Powstaje w oparciu o nektar roślin kwitnących na przełomie maja i czerwca: kruszyny pospolitej, maliny właściwej, głogu pięcioszyjkowego, śnieguliczki białej, szatwii lekarskiej, macierzanki piaskowej, ruty zwyczajnej, hyzopu lekarskiego, rezedy żółtej, koniczyny białej, trędownika bulwiastego, bobiku, czyścica prostego, żmijowca zwyczajnego, koniczyny biało-czerwonej, dzięgielu leśnego, dziurawca zwyczajnego, serdecznika pospolitego, wyki ptasiej, krwawnicy pospolitej, nostryku żółtego. Wyjątkowe walory smakowe i zapachowe tego miodu wynikają również ze stosowania rośliny o nazwie wrotycz do podkurzania podczas przeglądów uli oraz odkażania pomieszczeń służących do wirowania miodu. Do dziś w rejonie Mazur

Garbatych utrzymuje się tendencja do ustawiania swoich pasiek w enklawach pośród puszczańskich lasów lub w ich pobliżu tak, by czerpać z bogactwa dzikiej natury. Dzięki temu skład miodu pozostaje niezmienny od początków historii bartnictwa w tym regionie.

Konsystencja miodu tuż po pozyskaniu jest płynna, lepka i gęstnieje w miarę upływu czasu. W zależności od warunków przechowywania po 2-8 tygodniach krystalizując przechodzi w stan stały o konsystencji od kremowej do drobnoziarnistej. Barwa - ciemnosłomkowa, po skryształowaniu jaśniejsza. Smak łagodny, lekko słodki, bardzo aromatyczny.

Miód Mazur Garbatych został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych 21 lipca 2010 r.

Produkt dostępny jest m.in. w:

Gołdapskie Stowarzyszenie Pszczelarzy
ul. Szkolna 2A
19-500 Gołdap
gspapis@gmail.com



Produkt dostępny jest m.in. w:

Gospodarstwo Pasieczne
Bartnik Mazurski
Gnatowo 4a
11-400 Kętrzyn
www.bartnikmazurski.pl
bartnikmazurski@wp.pl





Miód wielokwiatowy z Barcji

Miód pozyskiwany jest od czasów prehistorycznych, z różnorodnych pożytków, w różnych zakątkach świata. Historia pszczelarstwa na terenach zajmowanych przez Prusów sięga co najmniej czasów średniowiecznych. Pszczoły hodowano początkowo w stanie dzikim, tzn. odnaleziona w puszczy barć stawała się własnością tego, kto ją znalazł i opatrzona przez niego pozostawała na swoim miejscu. Dopiero z czasem opanowano umiejętność dziania barci, czyli wykonywania w drzewach dziupli do osadzania w nich nowych rojów pszczół. Wynikiem dalszego rozwoju bartnictwa było pasiecznictwo, czyli hodowla pszczół w pasiece, w gromadzie uli, skupionych na niewielkiej przestrzeni. Jedną z pruskich krain, umiejscowioną między jeziorem Mamry, a dolnym i środkowym biegiem Łyny, była Barcja. Obecnie teren ten (po stronie polskiej) leży w granicach powiatu bartoszyckiego i kętrzyńskiego. Prusy w najdawniejszych czasach pokryte były lasami i borami, przedzielonymi jeziorami, rzekami oraz ogromnymi połaciami niezasiedlonej przez nikogo ziemi. To dawało duże możliwości korzystania z naturalnych bogactw tej ziemi. Nietknięte

puszcze o bogatym poszyciu krzewów miododajnych i obfitym runie leśnym stwarzały doskonałe warunki dla bartnictwa. Obecnie tradycje pszczelarskie na terenach dawnej Barcji są kontynuowane przez wielopokoleniowe pasieki rodzinne. Miód wielokwiatowy z Barcji pozyskiwany jest m.in. z terenów Zielonych Płuc Polski oraz obszaru Natura 2000, wolnego od wielkich aglomeracji miejskich i ruchliwych szlaków komunikacyjnych. O wyjątkowości tego miodu, w dużej mierze stanowi wyjątkowo bogata charakterystyka terenu i roślinności. Miód ten jest unikalną kompozycją nektarów kwiatów leśnych i polnych, w tym występujących na tym terenie roślin naczyniowych objętych ścisłą ochroną.

Po odwirowaniu miód jest lejący, płynny, po skryształizowaniu przybiera formę stałą. Barwa w stanie płynnym od jasnożółtej po ciemne odcienie żółci. Po skryształizowaniu barwa jest jaśniejsza o jeden ton (zazwyczaj złocistożółty). Smak miodu jest delikatny, słodki, bez dominującego aromatu.

Miód wielokwiatowy z Barcji został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych 9 listopada 2012 r.



Miody Ziemi Oleckiej

Ziemia olecka to jeden z najpiękniejszych zakątków Mazur, obejmująca teren czterech gmin: Olecko, Kowale Oleckie, Świętajno, Wieliczki. Region ten należy do tych nielicznych zakątków kraju, które łączą w sobie niezwykle piękno krajobrazu ze świeżością terenów niezniszczonych przez człowieka. Atuty Ziemi Oleckiej to wspaniałe mikroklimat, duże obszary wodne i leśne, bogactwo zwierzyny i ptactwa, różnorodność szaty roślinnej. Występuje tu wiele gatunków i zbiorowisk roślinnych uznawanych za rzadkie lub zagrożonych wyginięciem, stanowiące bazę



pożytkową dla hodowanych na tym terenie pszczół. Tradycja wytwarzania miodów na ziemi oleckiej sięga co najmniej średniowiecza. Wtedy tereny te zajmowało pruskie plemię Jaćwiegów. Jednym z zajęć, którymi zajmowali się Prusowie było bartnictwo. „Pszczoły hodowano początkowo w stanie dzikim, tzn. odnaleziona w puszczy barć stawała się własnością tego, kto ją znalazł i opatrzona przez niego pozostawała na swoim miejscu. Dopiero potem, prawdopodobnie już w wiekach średnich, opanowano umiejętność dziania barci, czyli wykonywania w drzewach dziupli do osadzania w nich nowych rojów pszczół”. (*Dziedzictwo ziem pruskich*, Praca zbiorowa, Olsztyn, 2011/2012). W wyniku jego rozwoju pojawiło się pasiecznictwo - hodowla pszczół w pasiece. W latach 60-tych ubiegłego wieku pasiecznictwo rozwijało się m.in. w Rejonie Leśnej Produkcji Nierdzewnej „Las” Olecko. Z upływem czasu, zaczęto wykorzystywać gospodarke wędrowną. Na tym obszarze umiejscowione są pasieki pozyskujące wiele rodzajów miodów, zgodnie z porami roku, wiosną miód rzepakowy, później lipowy, gryczany, leśny i wielokwiatowy. Część z nich to wielopokoleniowe pasieki rodzinne, dzięki czemu kontynuowane są rodzinne tradycje i podtrzymywany niezwykle zawód.



Miody Ziemi Oleckiej to różne miody o konsystencji płynnej do gęstej lub skrzystalizowanej. Barwa w zależności od rodzaju miodu jest różna. I tak np. miód lipowy - w stanie płynnym barwa od zielonkawej do jasnobursztynowej, po skrzystalizowaniu zmienia się na złocistożółtą; rzepakowy - w stanie płynnym lekko słomkowy, po skrzystalizowaniu biały lub szaro-kremowy; wielokwiatowy - w zależności od gatunku od barwy jasnożółtej do ciemno-herbacianej po kremowo-jasnożółtą; leśny - od jasnobrązowej do brunatno brązowej; gryczany - w stanie płynnym barwa ciemnobrązowa prawie czarna; spadziowy - w stanie płynnym barwa ciemna najczęściej od szarawozielonej do brązowej. Smak i zapach Miodów Ziemi Oleckiej również zależny jest od rodzaju. I tak np. miód lipowy – smak dość ostry, często lekko gorzkawy, z wyczuwalną nutką kwiatu lipy; rzepakowy - słodki, o zapachu kwitnącego rzepaku; wielokwiatowy - silny zapach przypominający zapach wosku, smak bardzo zróżnicowany w zależności od składu nektaru, na ogół łagodny i słodki; leśny - charakterystyczny smak i aromat przeważnie mieszanki nektaru z kwiatów drzew, krzewów oraz runa leśnego; gryczany - bardzo intensywny zapach kwiatów gryki oraz charakterystyczny ostry, słodki i lekko piekący smak; spadziowy - zapach przypominający igliwie lub żywicę, smak łagodny, lekko korzenny, mało słodki.

Produkt wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych 29 czerwca 2016 r.

Produkt dostępny jest m.in. w:

Gospodarstwo Pasieczne
„Mazurska Pasieka” Szymon Kalejta
ul. Zielona 3a
19-400 Olecko
mazurskapasieka@op.pl
www.facebook.com/MazurskaPasiekaKalejta

Gospodarstwo Pasieczne
„Pasieka Jurewicz” Waldemar Jurewicz
Sedranki 62
19-400 Olecko
waldek0826@wp.pl
<https://www.facebook.com/waldemar.jurewicz.39>





Gotowe dania
i potrawy

Ślimaki nadziewane

Podstawą diety mieszkańców Prus Wschodnich, zamieszkujących obecnie region Warmii i Mazur, były przede wszystkim „dary natury”. Potrawy przygotowywane były z miejscowych produktów, pochodzących z czystych lasów, pól, rzek i jezior. Kuchnia województwa warmińsko-mazurskiego charakteryzuje się różnorodnością smaków, a tradycja kulinarna odzwierciedla historię ziem, na których mieszały się wpływy wielu grup etnicznych i kulturowych, których łączyła kuchnia – smaczna i prosta.

Jednym z tradycyjnych przysmaków regionu są nadziewane ślimaki. Liczne informacje dotyczące sporządzania potraw z wykorzystaniem ślimaków odnaleźć można w wielu pozycjach. Siostry Doening, autorki książki z przepisami kuchni wschodniopruskiej wspominają, że do przygotowania potrawy wykorzystywano różne rodzaje ślimaków, m.in. winniczki (*Kochbuch*, Królewiec, 1931 r.).

W innym opracowaniu, pochodząca z Litwy autorka Maria Marciszewska, zawarła porady na temat prowadzenia domu i przygotowania spiżarni, przywołując sprawdzone receptury na proste dania, m.in.





ślimaki nadziewane: „Wziąć dużych ślimaków tylko takich, które się jeszcze nie pootwierają, wplukać je i zagotować w wodzie, potem odcedzić i zalać zimną wodą, wówczas powyciągać końcem noża ślimaki ze skoruppek, poodcinać im czarne, tylne końce (ogonki), wziąć kawałek masła, nakrajać trochę marchwi w plasterki, selerów, pietruszki, cebuli, parę suchych grzybów i wszystko razem ułożyć w to masło razem ze ślimakami, podlać trochę rosółu lub wody i tak dusić przez godzinę (...) wyłożyć to wszystko na stół, posiekać wszystko drobno, dodać tartej bułki, parę łyżek śmietany kwaśnej, soli, kilka żółtek, trochę pieprzu i muszkatolowej gałki tłuczonej, wymieszać dobrze i nakładać tym farszem czysto wymyte skorupki (...)” (*Kuchnia Szlachecka – podarek dla młodych gospodyń*, wydanie IV, Kijów i Odessa 1893). Podobny przepis na przygotowanie ślimaków nadziewanych przytoczyła autorka polskiej książki kucharskiej pt. „Uniwersalna Książka Kucharska”, Warszawa-Lwów, 1910 r., Marya Ochorowicz-Monatowa „(...) napełnić tym farszem muszelki ze ślimaków, połać każdą masłem i przyrumienioną bułeczką, ułożyć na półmisku wstawić na 10 minut do pieca (...)”.

Smakiem ślimaków zachwycali się także dworscy biskupi warmińscy. W XVII wieku biskup warmiński – Jan Stanisław Zbąski założył własną hodowlę ślimaków.

Do dnia dzisiejszego w regionie Warmii i Mazur, według tradycyjnej receptury przygotowywane są nadziewane ślimaki. Smak ślimaków można poznać przy okazji różnych imprez plenerowych czy degustacyjnych np. podczas „Dnia ślimaka”, który organizowany jest we wsi Krasin koło Pasłęka. Wieś słynie z hodowli ślimaków, a także z wyrobów z gliny. Gлина, jako podłoże dla ślimaków, nadal występująca naturalnie w okolicy wsi Krasin, ma ogromne znaczenie dla parametrów jakościowych mięsa ślimaków, których chów odbywa się tylko i wyłącznie na wolnym wybiegu. Chwasty jadalne, głównie mniszek lekarski, służy im za pokarm, a poranna rosa uzupełnia wodę.

Ślimaki nadziewane zostały wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych 31 stycznia 2020 r.



Kiełbasa w piwie

Piwo jako jeden z najstarszych trunków na świecie, było składnikiem wielu dań tradycyjnej kuchni niemieckiej. Jadano między innymi zupę piwną czy ziemniaki w piwie. Najpopularniejsze były jednak dania duszone w piwie. W ten sposób przyrządzano cielęcinę, wieprzowinę oraz karpie. Jednym z największych przysmaków dawnej kuchni wschodniopruskiej, czyli dzisiejszej warmińsko-mazurskiej, była kiełbasa w piwie.

W domach mieszczkańskich, karczmach i restauracjach potrawy przygotowywane na bazie piwa jadano dość powszechnie, a przepisy do ich sporządzenia można było znaleźć w większości przedwojennych książek ze wschodniopruskimi recepturami.

Do sporządzenia warmińsko-mazurskiego przysmaku używano kiełbasy białej, charakteryzującej się specyficznym, jasnym kolorem. Biała kiełbasa wykorzystywana w mazurskiej kuchni była ściśle związana z dorocznym cyklem w gospodarstwach. Cechowała ją sezonowość. Przepisana była do pory uboju zwierząt, niezwykle ważnego wydarzenia mieszkańców wsi. Mieszkańcy Warmii i Mazur żyli głównie z tego, czym owocowały gospodarstwa: „Mojego ojca prosili do bicia świników i cielaków. Dzień wcześniej od rana ostrzył noże, chyba z dziesięć. Nie brał pieniędzy, tylko mięso i dlatego dużo u nas jedzono skwarek (...)” (*Niezapomniana*

kuchnia Warmii i Mazur, M. K. Jankowska-Buttitta, Wyd. Jaworowy Dwór 2007).

Zanim wszystkie gatunki kiełbas rozpowszechniły się w polskiej kuchni, ich wyrób i spożycie były głównie domeną kuchni niemieckiej. Szybko jednak w całej Europie środkowo-wschodniej, a także wśród polskiej ludności, wędzone i gotowane kiełbasy, stały się jednym z podstawowych produktów żywnościowych. Kiełbasy spożywano o każdej porze roku pod wieloma postaciami.

Przepis na kiełbasę w piwie pojawił się w zbiorze dawnych wschodniopruskich receptur „Von Beetenbartsch bis Schmandschinken”. Jego polską wersję przytoczyła Małgorzata Buttitta w książce „Niezapomniana kuchnia Warmii i Mazur”, Wyd. Jaworowy Dwór, 2007.

Do sporządzenia tradycyjnego, warmińsko-mazurskiego przysmaku potrzeba około 8 małych kiełbasek cielęcych, szklanki bulionu albo wody, pół szklanki ciemnego piwa, cebuli, włoszczyzny, 2 goździków, ziela angielskiego, liścia laurowego, soku z cytryny, mąki ziemniaczanej, masła, cukru, soli oraz pieprzu. Do przygotowania tej potrawy potrzeba również około 50 gram piearnika.

Białe kiełbaski podsmaża się na rumiany kolor, najlepiej na smalcu lub maśle. Następnie gotuje się je w wywarze z piwa, wody i warzyw przez 15 minut na wolnym ogniu. Kiełbaski



należy wyjąć, a wywar przecedzić, dodać utarty i wcześniej namoczony piernik, a całość zagęścić mąką ziemniaczaną. Sos do smaku należy przyprawić cukrem, solą oraz sokiem z cytryny. Należy dodać 1 łyżkę masła. Kielbaski z powrotem zanurza się w gorącym sosie i zagotowuje. Kielbasę w piwie tradycyjnie podaje się z ziemniakami z wody oraz jarzynką z buraczków.

Kielbasa w piwie została wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych 16 października 2019 r.





Skrzydła indycze po pańsku

Biskup Krasicki jest uznawany za jednego z prekursorów spożywania mięsa indyczego na terenie Warmii i Mazur. W 1791 roku podczas organizowanego przez siebie przyjęcia kazał podać (...) indyki, sarny, zające, dzika, pstrągi, bażanty, gęś stargardzką, kawior (...) (*Kuchnia na dworze biskupów warmińskich w XVII i XVIII wieku, Życie codzienne na dawnych ziemiach pruskich – Dziedzictwo kulinarne*, praca zbiorowa pod red. S. Achremczyka, Tow. Naukowe i Ośrodek Badań Naukowych im. W. Kętrzyńskiego w Olsztynie oraz Muzeum Budownictwa Ludowego Parku Etnograficznego w Olsztynku, Olsztyn 2007).

Na obszarze dawnych Prus Wschodnich, czyli obecnie terenu województwa warmińsko-mazurskiego, ceniono sobie dania przyrządzane z różnego rodzaju drobiu.

Skrzydła indycze po pańsku były potrawą należąca do kuchni ziemiańskiej. Sporządzali ją przede wszystkim nadworni kucharze, którzy niejednokrotnie pogłębiali swój kunszt kucharski we Francji.

Najstłynniejszym kucharzem dawnych Prus Wschodnich był Meinhardt z Królewca. Pracował na wielu królewskich dworach. Sporządził odręcznie napisaną książkę kucharską, w której odnaleźć można kilka przepisów na potrawy z mięsem indyczym. Jednym z nich jest receptura

spisana około 1880 roku w majątku Kalgen (obecnie obwód kaliningradzki) na skrzydła indycze po pańsku (*Familienrezepte aus Ostpreussen*, H. Saul, Lipsk 2001). Przepis ten przetłumaczyła na język polski Małgorzata K. Jankowska-Buttitta w książce „Niezapomniana kuchnia Warmii i Mazur”, Wyd. Jaworowy Dwór 2007.

Do przygotowania tradycyjnych skrzydeł indyczych po pańsku potrzeba 8 skrzydeł indyka, 1 litr wody, 10 dag świeżych pieczarek, 5 dag panierki, łagodnej musztardy, masła, świeżej natki pietruszki, cytryny, soli i pieprzu. Umyte skrzydła należy oczyścić, ugotować w osolonej wodzie i osuszyć. Drobnoposiekane pieczarki miesza się z panierką. Ostudzone skrzydełka należy posolić, posmarować musztardą i otoczyć w pieczarkowej panierce mocno dociskając palcami. Pokropione masłem skrzydełka piecze się w 180°C kilka razy odwracając. Upieczone skrzydła indycze dekoruje się świeżą natką pietruszki oraz plasterkami cytryny.

Skrzydła indycze po pańsku zostały wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych 9 sierpnia 2019 r.





Klopsy królewieckie

Klopsy królewieckie swą nazwę zawdzięczają miejscowości Królewiec, znajdującej się na terytorium dawnych Prus Wschodnich. Obecnie Królewiec znajduje się na obszarze Rosji i jest stolicą obwodu kaliningradzkiego.

Klopsy królewieckie były jednym z najpopularniejszych dań dawnego obszaru Prus Wschodnich, czyli obecnego terenu województwa warmińsko-mazurskiego. Pulpety królewieckie znane były również pod nazwą „sauerklopsów”, czyli klopsów na kwaśno. Potrawę tę charakteryzuje wyrazisty sos, sporządzany w dużej ilości, dlatego konieczne jest podawanie klopsów w głębokiej wazie.

Warunkiem przyrządzenia udanych pulpetów królewieckich jest wykorzystanie najwyższej jakości mięsa wieprzowo-wołowego. Obydwa rodzaje zmielonego mięsa, łączy się z dokładnie utartą cebulą oraz ugotowanymi i przetartymi ziemniakami. Do masy

dodaje się sztywną pianę ubitą wcześniej z dwóch białek oraz kawałek czerstwego chleba namoczonego w wodzie, a całość doprawia się solą i pieprzem. Uformowane klopsy wkłada się do wrzącego bulionu z włoszczyzny lub do osolonej i zakwaszonej octem wody z listkiem laurowym. Pulpety gotuje się około 15 minut, po czym wyławia i przechowuje w ciepłe. Do gotującego się wywaru dodaje się niewielką ilość mąki wymieszanej ze śmietaną. Całość doprawia się do smaku masłem, sokiem z cytryny i odrobiną kaparów. Powstały sos należy odstawić z ognia i delikatnie wymieszać z dwoma żółtkami. Klopsy królewieckie polane słodko-kwaśnym sosem, podawane są najczęściej z ziemniakami z wody (w kawałkach) z ogórkami lub marynowanymi buraczkami.

Klopsy królewieckie zostały wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych 9 sierpnia 2019 r.





Dzyndzałki z hreczką i skrzeczkami

Dzyndzałki, dzybdzałki czy dzybdzaliki to rodzaj pierożków przypominających tradycyjne, litewskie kołduny.

Dzięki wielokulturowej i wielowyznaniowej społeczności Warmii i Mazur, powstało bogactwo regionalnych kulinariów, które łączy w sobie smaki kuchni staropolskiej, warmińskiej, mazurskiej, ukraińskiej, litewskiej, rosyjskiej i pruskiej. Potrawa dzyndzałki przybyła na obszar Warmii i Mazur wraz z ludnością przesiedleńczą z Kresów Wschodnich. Jej nazwa najprawdopodobniej pochodzi od charakterystycznych brzegów pieroga, w postaci długich uszu, tzw. „dzyndzli” oraz od lwowskiej nazwy gryki - hreczki. Dzyndzałki chętnie jadano w domach, barach czy karczmach.

Na Warmii i Mazurach wyróżnia się dwa rodzaje dzybdzalików: dzyndzałki warmińskie, czyli małe pierożki z surowym mięsem wołowym przypominające litewskie kołduny oraz dzyndzałki z kaszą gryczaną - hreczką i ze skwarkami – skrzeczkami.

Do wyprodukowania tradycyjnych dzyndzałków z hreczką i skrzeczkami potrzebna jest kasza gryczana,

wędzony boczek, cebula, ugotowane jaja, z których przyrządzany jest wyrazisty farsz doprawiony solą i pieprzem. Natomiast ciasto na pierożki przygotowuje się z mąki pszennej, jednego żółtka, oleju, wody oraz soli. Na rozwałkowanym cieście o grubości około 2-3 cm wycina się krążki, wypełnia gryczanym farszem i na koniec zlepia się brzegi pieroga. Dzyndzałki gotuje się około 5 minut w osolonym wrzątku. Ugotowane pierożki, podawane są ze skrzeczkami sporządzonymi z pokrojonego w kostkę, podsmażonego boczku z czosnkiem, majerankiem, solą i pieprzem. Dzyndzałki warmińskie, podobnie jak litewskie kołduny, przyrządza się ze starannie oczyszczonej, zmielonej z łojem i cebulą, wołowiny. Należy delikatnie wyrobić masę, dodając jednocześnie jajko. Mięsne dzyndzałki, gotuje się we wrzątku około 5-7 minut i podaje w gorącym rosole lub czerwonym barszczu.

Dzyndzałki podawane są w wielu restauracjach województwa warmińsko – mazurskiego.

Na Listę Produktów Tradycyjnych dzyndzałki zostały wpisane 9 sierpnia 2019 r.

Farszynki

Tradycyjna kuchnia wschodniopruskiego regionu Polski, dzisiejszego obszaru Warmii i Mazur, opierała się przede wszystkim na daniach z ziemniaków. Kartoflanka, plince, babka czy szare kluski kartoflane były podstawą pożywienia mieszkańców.

Jedną z najbardziej rozpoznawalnych potraw ziemniaczanych wschodniej części Polski były farszynki. Przepis na mazurską potrawę przywiozły ze sobą gospodynie przesiedlone po II wojnie światowej z Kresów Wschodnich.

Farszynki wyglądem przypominają kartacze. To ziemniaczane ciasto nadziewane mięsem mielonym. W odróżnieniu od kartaczy farszynki smaży się, a nie gotuje. Ciasto przygotowywane jest z ugotowanych ziemniaków, które mle się w maszynce do mielenia mięsa. Do sporządzenia ciasta na farszynki potrzebny jest kilogram ugotowanych ziemniaków, mąka ziemniaczana, jaja i sól. Farsz przygotowywany jest z 30 dag gotowanego mięsa wieprzowego, jaj, cebuli oraz masła. Ciasto nadziane farszem, formowane jest na kształt niewielkich kotletów, które smaży się na smalcu, aż uzyskają złoty kolor.

Farszynki doskonałe komponują się z sosem kurkowym, sporządzanym z kurek smażonych na maśle i duszonych w śmietance. Odparowany i zgęstniały sos doprawiany jest solą, pieprzem oraz posiekaną natką pietruszki.

Farszynki dostępne są w wielu restauracjach województwa warmińsko – mazurskiego.

Na Listę Produktów Tradycyjnych zostały wpisane 12 sierpnia 2019 r.









Plince z pomoćką

Jednym z najpopularniejszych dań Warmii i Mazur były plince z pomoćką, czyli placki ziemniaczane z twarogiem doprawionym śmietaną. Charakterystyczną cechą mazurskiej potrawy jest połączenie dwóch rodzajów pożywienia, czyli placków, jako wiejskiego jadła oraz pomoćki związanej z tradycją przybyłą z przesiedleńcami zza wschodniej granicy.

Do przygotowania mazurskiego dania należy starannie oczyścić ziemniaki, dokładnie je obrać i razem z cebulą zetrzeć na tarce. Do masy dodaje się jajko, sól, kminek, majeranek oraz szczypiorek. Uformowane plince, o średnicy 10 cm, smaży się na głębokim oleju na 1cm grubości.

Pomoćka przygotowywana jest z utartego i ugniecionego widelcem twarogu ze śmietaną. Do smaku doprawiona jest startą cebulą, czosnkiem, solą i pieprzem.

Chrupiące placki podawane z okrasą z nabiału, tworzą danie wyjątkowo sycące i wyraziste w smaku. Plince jadano także na słodko z dodatkiem cukru, musu jabłkowego czy czarnych jagód, które popijano herbatą, mlekiem lub kakao.

Plince dostępne są w wielu restauracjach województwa warmińsko – mazurskiego.

Na Listę Produktów Tradycyjnych zostały wpisane 12 lipca 2019 r.



Kartoflanka po wschodnioprusku

Mazurska kartoflanka wschodniopruska, to jedna z najpopularniejszych zup Warmii i Mazur. Można rozróżnić kartoflanke jasną i ciemną, w zależności od użytych dodatków. Podstawę zupy stanowią ziemniaki oraz włoszczyzna pochodzące z okolicznych upraw. Zupa sporządzana jest na wywarze przygotowywanym z wędzonego boczku oraz chudej kielbasy, które pozyskiwane są z przydomowych wędzarni.

W celu przygotowania potrawy, pokrojoną w plasterki cebulę podsmaża się na smalcu. W tym czasie zalany wodą wędzony boczek, gotuje się przez około 30 minut na wolnym ogniu. Następnie dodaje się ziemniaki, pokrojoną włoszczyznę, podsmażoną cebulę, 5 ziarenek ziela angielskiego, mały liść laurowy oraz kielbasę. Po ugotowaniu mięso należy wyjąć i pokroić w kostkę, a wywar przecedzić przez sito. Pokrojone mięso dodać do zupy i raz jeszcze zagotować. Kartoflanka doprawiana jest śmietaną, musztardą, solą, pieprzem oraz cukrem.

Niegdyś głównym dodatkiem do kartoflanki była jedynie cebula, a pokrojoną na kawałki wędzonkę dodawano do potrawy podając ją tylko na specjalne okazje. Dawniej Mazurzy dodawali do zupy posiekaną kapustę kwaszoną, sporządzając tzw. „kwaśną kartoflanke”.

Kartoflanka po wschodnioprusku została wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych 12 lipca 2019 r.





Marchew po mazursku

Marchew po mazursku, jest potrawą silnie zakorzenioną w odwiecznej tradycji kulinarnej regionu Warmii i Mazur. Prawdopodobnie od XVI wieku za sprawą niemieckich przesiedleńców, których rzesze nadciągały w pruskie strony, pojawił się zwyczaj spożywania marchwi oraz grochu okraszonego słoniną. Tradycja ta, na stałe wpisała się, w zakres pożywienia wiejskiej ludności. „Obiad podawano o dwunastej. Pracującym w polu zanoszono go w „spójnikach” – dwojakach glinianych lub blaszanych. Na obiad była „strawa”, tj. duszona na gęsto marchew (...) okraszona skwarkami, a w dni postne masłem, albo oleje” (*Warmiacy i Mazurzy. Życie codzienne ludności wiejskiej w I połowie XIX wieku.* praca zbiorowa pod red. Bogumiła Kuźniewskiego, Towarzystwo Przyjaciół Olsztynka, Olsztynek 2002).

Mazurzy z oporem nabierali przekonania do nowo przybyłych, jadalnych roślin. W 1766 roku komisja, której zadaniem było stworzenie nowej ordynacji krajowej, czyli zbioru przepisów regulujących życie na całym terytorium warmińsko-mazurskim, opracowała dokument mówiący o znaczeniu spożywania warzyw i owoców. Wówczas zmianom uległy nawyki żywieniowe chłopów warmińskich. Nastąpiło przekonanie ludności do zastąpienia

tradycyjnych pokarmów mącznych, ziemniaczanymi oraz mlecznych, warzywami. Zgodnie z ordynacją, każde gospodarstwo musiało posiadać przydomowy ogród warzywny. Wyhodowane w warzywniakach dary natury, stały się podstawą codziennego pożywienia, urozmaicały podstawowe dania i stanowiły zapasy na długie, zimowe miesiące.

Do przygotowania potrawy marchew krojono w kostkę i gotowano na półmiękkko w mleku z wodą i solą. Pokrojone w kostkę ziemniaki, dodawano do marchwi i gotowano do miękkości. Całość tłuczono na miazgę tłuczkiem do ziemniaków i doprawiano do smaku solą oraz odrobiną cukru. Potrawę polewano tłuszczem ze skwarkami lub roztopionym masłem i posypywano natką pietruszki.

Przepis na marchew po mazursku był powszechnie znany wśród wiejskiej i miejskiej ludności. Z czasem wiejska potrawa, wzbogacona i uszlachetniona trafiła na salony, jako doskonały, kremowy i aromatyczny dodatek do przeróżnych mięsnych potraw.

Marchew po mazursku została wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych 12 lipca 2019 r.

Smarowidło z gęsi

Ze względu na wyjątkowe walory krajobrazowe Warmii i Mazur oraz występującą w tym regionie dużą ilość zbiorników wodnych, hodowla ptactwa wodnego, przede wszystkim gęsi i kaczek, była szczególnie pielęgnowana.

Od kiedy biskup Krasicki, podczas swojego przyjęcia kazał podać dziczyznę, w tym gęś stargardzką, odtąd w trakcie ludowych biesiad i uczt, nie mogło zabraknąć potraw z gęsiny.

Bicie i skubanie ptactwa było głównym zajęciem gospodyń. Pozyskane mięso wykorzystywały na różne sposoby. Piekły całe gęsi, piersi wędziły, szyjki nadziewały, a z krwi gotowały czerninę.

Najcenniejszymi elementami z gęsi były tuszki oraz tłuszcz sadelkowy (zapasowy z jamy ciała), wykorzystywany do wyrobu smalcu. Smalec ceniony był ze względu na walory smakowe, dietetyczne oraz zdrowotne. Gęsi smalec wykorzystywany był do smażenia, pieczenia oraz gotowania wszystkich rodzajów potraw. Doskonale nadawał się do odgrzania mięsa, czy zakonserwowania go. Gorące, gęsie skwarki dodawano do ziemniaków w mundurkach lub kraszono nimi ziemniaki krojone w plastry.

Smarowidło z gęsi to odpowiednio doprawiony smalec z kawałkami mięsa lub mięsną masą. Około 50 gram gęsiego tłuszczu należy optukać, wytrzeć i drobno pokroić. Tłuszcz należy stopić w rondlu na małym ogniu, wraz z pokrojonymi,

pozostałymi kawałkami gęsiny. Gdy skwarki nabiorą złocistego koloru, dodaje się pokrojoną cebulę, jabłko i doprawia majerankiem. Całość miesza się drewnianą łyżką i delikatnie dosala. Gdy skwarki ściemnieją smalec jest gotowy. Przelewa się go do kamionki lub słoików.

Smarowidło z gęsi zostało wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych 12 lipca 2019 r.





Napoje



Produkt dostępny m.in. w:

Browar Kormoran Sp. z o.o.
ul. Sikorskiego 2
10-057 Olsztyn
www.browarkormoran.pl
biuro@browarkormoran.pl



Porter warmiński

Na obszarze Prus Wschodnich, czyli dzisiejszych Warmii i Mazur, piwo porter pojawiło się wraz z rewolucją przemysłową, a swoją pozycję ugruntowało w pierwszej połowie XX wieku. Na podstawie obowiązującego wówczas prawa podatkowego, piwa warzone na tym terenie dzielono na 4 kategorie: zwykłe, wyszynkowe, pełne i mocne. Wśród tych ostatnich zgłaszane były piwa warzone w stylu koźlak i porter. Na podstawie zachowanych zgłoszeń podatkowych możemy stwierdzić, że wśród piw mocnych warzone były też portery, a w okresie międzywojennym okres bujnego rozkwitu przeżywały browary z terenu dzisiejszych Warmii i Mazur. Na Warmii i Mazurach porter warzono także po II wojnie światowej. Powstawał tu porter – piwo ciemne mocne. Było to piwo warzone na podstawie normy z roku 1960 (PN60/A – 79098) o ekstrakcie 22% i zawartości alkoholu przekraczającej

5%. Norma ta dopuszczała stosowanie w przypadku piw o wysokich ekstraktach, jak też piw lekkich opartych na wodach wysłodkowych piw mocnych, składniki pochodzenia słodowego, ale także cukier jako dozwolone sposoby na podnoszenie ekstraktu nastawnego brzezki. Piwo porter warmiński charakteryzuje się wysokim stężeniem brzezki nastawnej, czarnym kolorem oraz charakterystycznymi walorami smakowymi i aromatycznymi. Od samego początku tak mocne piwo stanowiło ukoronowanie oferty browarów. Warzenie portera wymagało mistrzowskich umiejętności piwowara oraz czasu. Jest to bowiem styl wymagający, zarówno na etapie produkcji, jak też w czasie leżakowania.

Porter warmiński został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych 16 listopada 2018 r.

Niedźwiedziówka mazurska nalewka

Tradycja sporządzania alkoholowego napoju, którego głównym składnikiem był miód i spirytus, sięga na ziemiach zwanych dziś Warmią i Mazurami kilku stuleci. Spożycie rozmaitych trunków wiązało się oczywiście z solidną i obfitą tutejszą kuchnią oraz surowym klimatem. Pito najczęściej okowitę i wódkę: piwo, choć obecne nie było koniecznym do nich dodatkiem (*Smak Mazur. Kuchnia dawnych Prus Wschodnich*, wstęp R. Wolski, tłumaczenia przepisów T. Ostojki, Oficyna Wydawnicza Retman, Baobab, Dąbrówno-Warszawa 2006). Sporządzano w Prusach Wschodnich niezliczone rodzaje nalewek, likierów i aromatyzowanych wódek. Najsłynniejsza w tej grupie alkoholi była na pewno niedźwiedziówka (niem. Bärenfang), trunek na miodzie, wedle tradycji używany niegdyś przez mieszkańców krainy do odurzania niedźwiedzi, aby móc je żywcem schwytać. Do dzisiaj nie rozstrzygnięto sporu o to, czy oby na pewno chodziło o schwytywanie żywcem. W wolnym przekładzie (słowo to nie ma polskiego odpowiednika) Bärenfang oznaczać może łów lub połów misia. Niedźwiedzi było sporo, ale trudno je było człowiekowi upolować. Na



pomysł jak sobie poradzić z misiami wpadły pruskie baby – niedźwiedzie lubią miód, a kiedy można nimi dyrygować? Wówczas jak są nafaszerowane sznapsem jak nasze potulne nabzdryngolone chłopcy. I tak powstała niedźwiedziówka, miodowa nalewka, która przyczyniła się do tego, że na naszych terenach nie ostał się ani jeden niedźwiedź. Ostatni miś zabity został na Mazurach w 1804 roku w nadleśnictwie Pupy (ob. Spychowo). Fakt ten oczywiście w żaden sposób nie wpłynął na produkcję niedźwiedziówki. Przy jej wyrobie bazowano na miejscowych produktach: miodzie z coraz liczniejszych zresztą pasiek i wyrabianego tu spirytusu. Pod koniec XIX wieku stała się ona narodowym trunkiem wschodniopruskim, zwanym zresztą często na Mazurach z litewska Meschkinnes lub Meschkinnis, zawierająca ok. 35%-40% alkoholu. Recepturę wykorzystania miodu do produkcji napoju alkoholowego przekazywano z pokolenia na pokolenie. Niedźwiedziówkę można podawać jako aperitif, składnik drinków i napój do deserów, ale na Mazurach przez wieki serwowano go przede wszystkim jako trunek rozwesalający. Uczciwie trzeba też jednak przyznać, że był on niezastąpiony w leczeniu przeziębień, a o te jak wiadomo na Mazurach nietrudno, stosowano ją więc także profilaktycznie. Powszechny

wówczas był pogląd, że alkohol spożywany w małych ilościach jest lekiem. Za bardzo ważny naturalny środek leczniczy uznawany był od niepamiętnych czasów miód. Niedźwiedziówkę, na którą przepisy zaczęto umieszczać we wschodniopruskich książkach kucharskich już pod koniec XIX wieku (*Ostpreussische Küche und Hauswirtschaft*, L. Lehmann, Praddau, Königsberg 1891), na początku wieku XX zaczęto produkować na skalę przemysłową, a nawet wysyłać w dużych ilościach do innych regionów Rzeszy. W każdym większym wschodniopruskim miasteczku była co najmniej jedna wytwórnia tego trunku. Oczywiście nadal wytwarzano ją także w dworach i w bogatszych domach. Rok 1945 nie przerwał tradycji sporządzania niedźwiedziówki. W jej zachowaniu pomogła początkowo dość liczna grupa rodzimej ludności – Warmiaków i Mazurów. Dzisiaj, choć dawnych mieszkańców jest coraz mniej, tradycja sporządzania tego – bywa, że zdradziecko smakowitego napoju – przekazywana jest z pokolenia na pokolenie przez polskich mieszkańców tej ziemi, a trunek może być przygotowywany z miejscowych produktów – znakomitego mazurskiego miodu i spirytusu.

Niedźwiedziówka została wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych 29 lutego 2008 r.



Produkt dostępny m.in. w:

„Mazurskie Miody”
Tomaszkowo 47
11-034 Stawiguda
www.mazurskiemiody.pl
info@mazurskiemiody.pl



Okowita miodowa warmińska

Okowita (od łacińskiego aqua vita) w dosłownym tłumaczeniu oznacza woda życia. W średniowieczu określenia tego używano do oznaczenia spirytusu. Alchemicy sporządzający ten trunek uważali go za esencję życia ludzkiego. Andrzej Fiedoruk w swojej książce „Okowita, przepalanka i nalewki” opisuje: „Okowita – czyli ówczesny spirytus – zawierała 70% alkoholu, wódka czysta ordynaryjna 30-35%, prostka zaś 15-25%. Wódki gatunkowe, jak anyżówka, kminkówka, cynamonówka, ratafia (nalewka z owoców), persico (z pestek) otrzymywano z okowity przepalanej z prostką w alembikach. Miała 30-40% alkoholu, a przechowywano ją w apteczkach i pito w małych ilościach jako przysmak lub dla zdrowia”. Okowitę pito czystą bądź w postaci grogu. „Jedną z wykwintniejszych odmian grogu był „witraz” Kirchenfenster, składający się w równych częściach z wlewanych warstwami do szklanki czerwonego wina, rumu i okowity” (*Smak Mazur. Kuchnia dawnych Prus Wschodnich*, wstęp R. Wolski, tłumaczenia przepisów T. Ostojki, Oficyna Wydawnicza Retman, Baobab, Dąbrówno-Warszawa 2006). Na wsi

warmińskiej okowita była pijana rzadko. Był to „trunek drogi, bo wielokrotny proces destylacji zacieru zbożowego pochłaniał wiele czasu. (...) Najlepsza okowita była produkowana na bazie miodu pitnego, który musiał być wielokrotnie destylowany w odpowiedniej temperaturze i przechowywany w dębowych beczkach w chłodnych piwnicach przez okres trzech lat” (*Moja Warmia*, E. Cyfus, Oficyna Wydawnicza Retman, Dąbrówno 2012). Tradycja przygotowywania tego napoju spirytusowego powstałego w wyniku fermentacji roztworu miodu pszczelego, a następnie jego destylacji, jest wciąż podtrzymywana na terenie Warmii i Mazur. Okowita miodowa warmińska wytwarzana jest z miodów pochodzących z lasów Warmii. W czasie długoletniego leżakowania nabiera szlachetnego charakteru. To wszystko sprawia, że powstaje wyjątkowy trunek o specyficznym zharmonizowanym smaku i subtelnym miodowym aromacie.

Okowita miodowa warmińska została wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych 29 lutego 2008 r.

Marcepan królewiecki

Królewiec, któremu nazwę zawdzięcza marcepan królewiecki, to polska nazwa miasta w dawnych Prusach Wschodnich, obecnie Kaliningrad. Kuchnia poszczególnych części Prus Wschodnich nie różniła się wiele od siebie. Większość dań, obecnych w Królewcu czy Elblągu, spotkać można było także na Litwie czy na Mazurach. Kuchnia ta opierała się na wysokiej jakości składnikach, w jakie obfitowała ta kraina, ale nie brakowało sklepów kolonialnych, gdzie można było nabywać produkty sprowadzane z zamorskich krain. Jednym z takich produktów były migdały, na bazie których wytwarzano marcepan. Migdały zresztą obecne były na tutejszych stołach co najmniej od czasów krzyżackich. W późniejszym okresie gościły również na stołach biskupów warmińskich.

Migdały były częstym komponentem różnych potraw i wypieków. Jednak najważniejszym specjałem, którego były głównym składnikiem był marcepan. Marcepan znany był już w średniowieczu, przywędro-

wał do Europy prawdopodobnie razem z najezdami tureckimi, chociaż Włosi i Węgrzy także przypisują sobie autorstwo receptury. Sposoby jego wytwarzania nieco się różniły w zależności od regionu. Marcepan królewiecki (Königsberger Marzipan) różnił się od innych sposobem obróbki – koniecznie zapiekano go w piecu „W stolicy prowincji – Królewcu - wytwarzano wreszcie szczególny rodzaj marcepana: migdałową masę pieczono tu w piecu. Do dziś zresztą odróżnia to marcepan na sposób królewiecki od innych” (*Smak Mazur. Kuchnia dawnych Prus Wschodnich*, wstęp R. Wolski, tłumaczenia przepisów T. Ostojki, Oficyna Wydawnicza Retman, Baobab, Dąbrówno-Warszawa 2006). Marcepan królewiecki przygotowuje się z migdałów, cukru oraz wody różanej. Wyglądem przypomina upieczone ciasteczka o średnicy ok 5 cm. Nadzienie może być: czekoladowe, pistacjowe, cytrynowe. Wykorzystuje się również owoce kandyzowane czy konfitury.

Produkt dostępny m.in. w:

Kawiarnia „Moja”
ul. Stare Miasto 17/21, lok. 32
10-026 Olsztyn
www.kawiarniamoja.pl
ala@kawiarniamoja.pl



Sękacz z Puszczy Rominckiej

Tradycja wypieku sękacza sięga prastarych czasów. Istnieje wiele legend, opowieści i historii związanych z tym specyficznym ciastem. Jedną z wielu historii głosi, że pieczenie ciasta w ogniu wywodzi się od prastarych plemion Bałtów – Jaćwingów, Żmudów, Litwinów i Prusów. Pruski rodowód sękacza podkreśla nazwa, pod którą znalazł się w książkach kucharskich „Baumkuchen” (etymologicznie niem.: baum – drzewo; kuchen – ciasto). Przepis na to ciasto można znaleźć w klasycznej książce z przepisami kuchni wschodniopruskiej sióstr Doennig (*Kochbuch*, Królewiec, 1931), ale w wielu polskich książkach kucharskich również można znaleźć przepis na to ciasto (*Uniwersalna Książka Kucharska*, Marya Ochorowicz-Monatowa, Warszawa – Lwów, 1910).

W zależności od miejsca wypieku, widoczne są różnice w wyglądzie i smaku tego popularnego ciasta, niemniej jednak główna receptura i technologia pozostała ta sama i kultywowana jest także przez mieszkańców okolicy Puszczy Rominckiej. W niektórych regionach sękacze mogą być pieczone na np. palnikach gazowych. Natomiast Sękacz z Puszczy Rominckiej może być wypiekany wyłącznie na obracającym się wałku powieszonym nad ogniem rozpalonym z drewna liściastego (brzoza, olcha, jesion), dzięki czemu jest bardziej delikatny i soczysty. Składnikiem, który wyróżnia Sękacz z Puszczy Rominckiej jest dodatek aromatu arakowego, dzięki czemu wyczuwalna jest wyraźna nuta araku.

Taki sposób wypieku potwierdzają relacje mieszkańców okolic Puszczy Rominckiej. *Sękacza wypiekano na wesela, gdzie był najważniejszym ciastem. Stawiano go przy parze młodej i umieszczano w nim wiązankę panny młodej. Na zamożniejszych weselach pojawiało się więcej sękaczy. Jednak zawsze musiały być eksponowane na stołach i umieszczano w nich kwiaty przyniesione przez gości. Do produkcji sękacza potrzebny jest specjalny piec, wałki drewniane oraz duże i wysokie pomieszczenie. To sprawia, że nie każdy w swoim domu mógł upiec to ciasto. Często sąsiadki, członkowie rodzin, spotykali się u osoby, która miała odpowiedni sprzęt i wspólnie przystępowano do pracy. Samo wypiekanie, od dawien dawna, integrowało lokalną społeczność, członków rodziny, było i nadal jest okazją do wspólnego spędzania czasu. Również jego konsumpcja zawsze sprzyjała integracji, gdyż wypiekano go na uroczystości, które gromadziły rodzinę, bliskich i przyjaciół. Wydarzeniem, które promuje sękacze Puszczy Rominckiej jest „Święto Sękacza”, które odbywa się od kilkunastu lat, w okresie letnim w Żytkiejmach - wsi leżącej przy Puszczy Rominckiej. „Święto Sękacza” propaguje wiedzę o tradycjach kulinarnych regionu, zwyczajach i obrzędach. Dzięki temu wydarzeniu „Sękacz z Puszczy Rominckiej” jest coraz bardziej rozpoznawany, a tradycja jego wypieku jest poznawana przez coraz więcej osób.*

Spis treści

Wypowiedź marszałka województwa warmińsko-mazurskiego	3
Wypowiedź członka zarządu województwa warmińsko-mazurskiego	5
Lista Produktów Tradycyjnych – pytania i odpowiedzi	7
Produkty mleczne	11
Mleko zsiadłe	12
Ser salami mazurski	14
Ser welski	16
Produkty mięsne	17
Wyroby z mazurskiej masarni	19
Mazurskie wędzonki	21
Kiełbasa polska wędzona z Mazur	22
Szynka dylewska dojrzewająca	24
Warmińska szynka wołowa wędzona	26
Produkty rybołówstwa	29
Kawior ze szczupaka	30
Zboża i warzywa przetworzone	33
Mąka żytnia z Rynku	34
Syrop buraczany	36
Wyroby piekarnicze i cukiernicze	39
Anielskie ruchańce	40
Chleb żytnio-orkiszowy z kminkiem	42
Brukowiec mazurski	44
Fefernuszki	47

Gofry pruskie	49
Olsztyneckie jagodzianki	51
Sękacz mazurski	53
Miody	55
Miód lipowy z Puszczy Boreckiej	56
Miód lipowy z Barcji	58
Miód Mazur Garbatych	60
Miód wielokwiatowy z Barcji	63
Miody Ziemi Oleckiej	64
Gotowe dania i potrawy	67
Ślimaki nadziewane	68
Kiełbasa w piwie	70
Skrzydła indycze po pańsku	73
Klopsy królewskie	75
Dzyndzałki z hreczką i skrzczkami	77
Farszynki	78
Plince z pomocą	81
Kartoflanka po wschodnioprusku	82
Marchew po mazursku	83
Smarowidło z gęsi	84
Napoje	85
Porter warmiński	87
Niedźwiedziówka mazurska nalewka	88
Okowita miodowa warmińska	91
Produkty oczekujące na wpis na Listę Produktów Tradycyjnych	92
Marcepan królewski	92
Sękacz z Puszczy Rominckiej	94