



ODPOCZYWAJ NA WSI  
kulinarnie



Hity  
TURYSTYKI  
WIEJSKIEJ



Europejski Fundusz Rolny na rzecz  
Rozwoju Obszarów Wiejskich



Krajowa Sieć  
Obszarów Wiejskich



Program  
Rozwoju  
Obszarów  
Wiejskich  
na lata 2007-2013

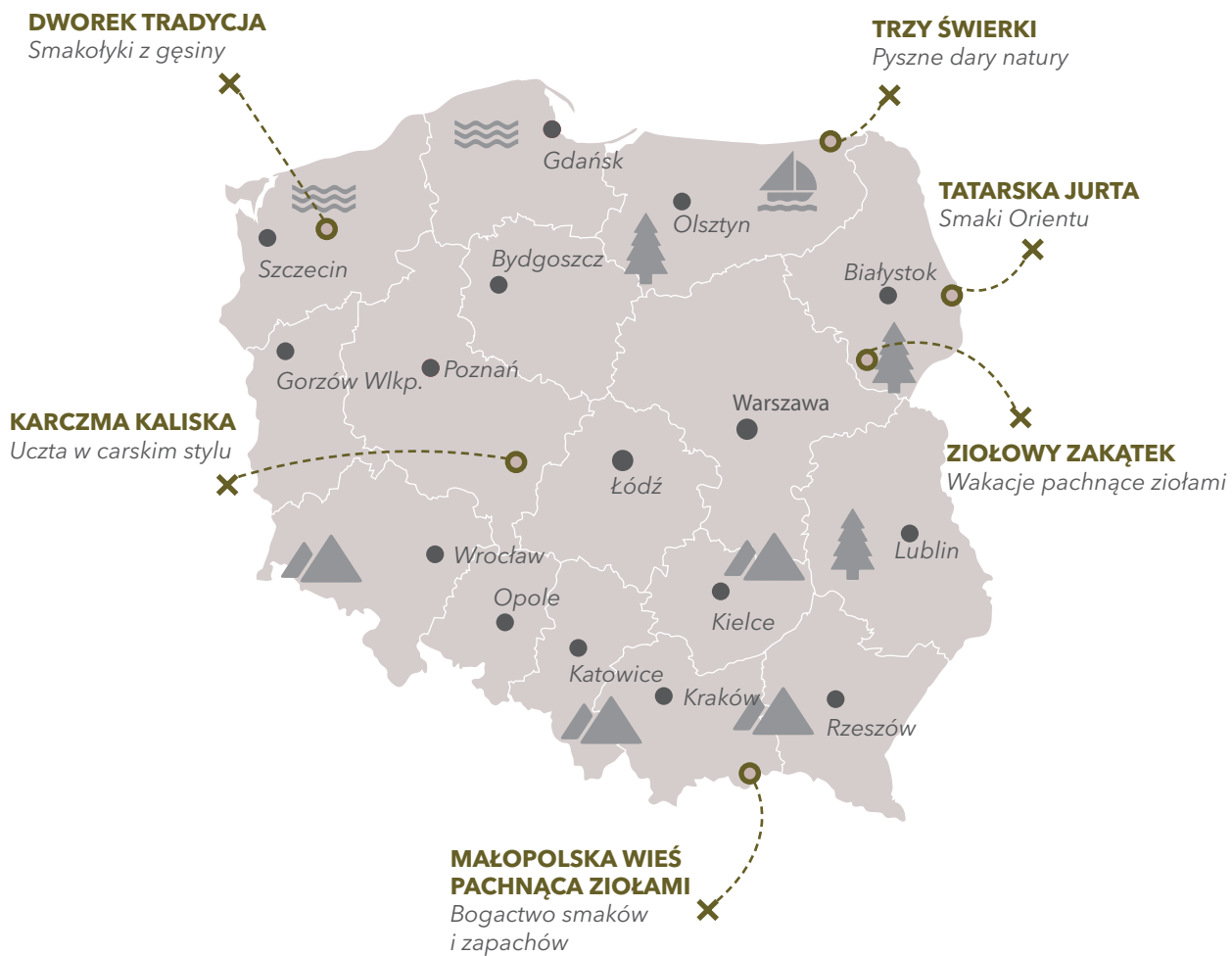
„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”. Projekt opracowany przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi  
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Pomocy Technicznej Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007–2013  
Instytucja Zarządzająca Programem Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007–2013 – Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi





**ODPOCZYWAJ NA WSI**  
kulinarnie

WRZESIEŃ 2014 R.



## POLSKA

Ludność: 38,5 mln  
Obszar: 312 tys. km<sup>2</sup>  
Stolica: Warszawa





## ODPOCZYWAJ NA WSI!

**W** trakcie podróży po Polsce i odpoczynku na wsi odkryć można bogactwo smaków i doznań, jakie oferują lokalne gospodarstwa czy tradycyjne obiekty gastronomiczne. Ile bowiem w Polsce regionów, tyle sposobów na pyszne i zdrowe jedzenie. W całym kraju znajdziemy już ponad tysiąc produktów, oficjalnie zarejestrowanych i chronionych jako produkty tradycyjne. Ich odkrywanie to fascynująca podróż nie tylko przez bogactwo smaków, ale i przez lokalną tradycję kulinarną. Jest to żywność, której jakość gwarantuje wyjątkowa, tradycyjna metoda produkcji.

W bogactwie polskiej kuchni można odnaleźć tradycje kulinarne różnych narodów zamieszkujących polskie ziemie. Na wsi slow food nie jest hasłem marketingowym, ale sposobem, w jaki potrawy przygotowuje się od pokoleń. Warto pamiętać, że wiele receptur – wskutek dziejowej zawieruchy – uległo zapomnieniu. Dziś są odkrywane i interpretowane na nowo.

Gospodynie i gospodarze do perfekcji opanowali sztukę przyrządzania smaczkowitych potraw z wykorzystaniem naturalnych produktów, które uprawiane są w gospodarstwach rolnych lub rosną w najbliższej okolicy, w pobliskich lasach i na łąkach. Swoje smaki odnajdą na wsi zarówno ci, którzy preferują dania wegetariańskie, jak i zwolennicy potraw mięsnych.

Ekologicznie czyste miody, dżemy, konfitury i nalewki przyrządzane z leśnych owoców czy ziół z ogrodów, wędzone szynki, kiełbasy i ryby, to tylko niewielki wycinek unikalnej oferty kulinarnej polskiej wsi. Warto odkryć to bogactwo smaków i dań przygotowanych według przekazywanych z pokolenia na pokolenie receptur.

Oddając w Państwa ręce niniejszy folder, zachęcamy do zapoznania się ze szczegółowym opisem wyselekcjonowanych Hitów Turystyki Wiejskiej.

**Zapraszamy do odpoczynku na wsi.**



## DWOREK TRADYCJA

### *Smakotyki z gęsiny*

*Grażyna Zaremba-Szuba  
 Bęczna 27, 73-150 Łobez  
 tel. +48 91 397 38 93  
 e-mail: polska@tradycja.net  
 www.dworektradycja.pl*

**W**śród pól i lasów, w niewielkiej wsi Bęczna, stoi dom, którego mury pamiętają XVII wiek. Niedługoś mieścił się tu przydrożny zajazd i dom pastora, który zadbał, by ogród obsadzić lipami, dającymi ludziom cień, a ptactwu schronienie. Niektóre z nich rosną po dziś dzień, zachwycając swoją wielkością i zapachem.

Dworek Tradycja jest pełen magicznych zapachów, bo kuchnia niezmiennie jest tu sercem domu. Niepowtarzalny klimat tworzą piece, w których wypieka się chleb oraz aromat pyrkającego na wolnym ogniu rosołu. Wieczorem można wygodnie rozsiąść się przed kominkiem i wpatrywać się w tańczące płomienie, popijając przy tym kieliszek nalewki przyrządzonej według starej receptury.

Domostwo otacza cudowna przyroda. Gospodarze polecają spływ Rega do Bałtyku, wędkowanie i jazdę na rowerach Trasą Doliny Rzeki Regi lub trasą po szlaku prezentującym pomniki przyrody. Odważniejsi mogą spróbować swoich sił na paralotni, zaś miłośnicy historii odkryją architektoniczne bogactwo okolicy: holenderski wiatrak z XIX w. w Poradzu czy szesnastowieczne kościółki w Wysiedlu i Dobieszewie.

Pomorze Zachodnie to piękna, nadmorska kraina otwarta na świat, co znajduje odbicie w tutejszej kuchni. Dużo w niej mięsa, szczególnie wołowiny i dziczyzny. Chętnie wykorzystywane są warzywa korzeniowe i ziemniaki, a także imponujące wielkością dynie i krągłe kapusty. Tutejsza kuchnia słynie z delikatnej gęsiny podawanej na chyba każdy możliwy sposób: peklowanej, wędzonej, nadziewanej warzywami.







Gospodyni, Grażyna Zaremba-Szuba, to prawdziwa czarodziejka kuchni i zarazem autorka „Pomorskiej książki kucharskiej”. Uwielbia proste i zarazem wyszukane w smaku potrawy, a klasyczne przepisy interpretuje zgodnie z nowymi trendami – nie przypadkiem jej gospodarstwo znalazło się na szlaku Dziedzictwa Kulinarne. Z wędzonej akacją dymem gęsiny potrafi wyczarować zwiewne carpaccio, czarninę gotuje na gęsich podrobach, a smak pasztetu z gęsi podkreśla kwaskowatą galaretką agrestową. Pieczona gęś nadziewana jest jabłkami, a znany z kuchni żydowskiej gęsi pipek podaje się na grzance z pietruszkowym masłem. Rarytasem jest „pomorski kawior” – smalec z gęsiego tłuszczu podawany na ciepło z domowym chlebem.

Dobrze znany w świecie jest smak pierników z Torunia, ale i Pomorze Zachodnie ma tu własne tradycje. Gospodyni zachęca, by skosztować pierników

szczecińskich z morskim akcentem. Piecze się je w ręcznie dłubanych, drewnianych formach o kształcie żaglowca lub mewy. Tradycja ich wypiekania sięga co najmniej XIX w. Niegdyś, w czasie adwentu wieszano je w domach pod sufitem, z czasem jednak odeszły w zapomnienie. Dziś pani Grażyna stara się przywrócić te piękne zwyczaje do życia. Wierzy bowiem gorąco, że kuchnia to ważna część kultury każdej społeczności.

Gospodyni chętnie dzieli się swoją wiedzą i kuchennym kunsztem, organizując dla gości zajęcia z gotowania, wzbogacane opowieściami o lokalnej historii. Jedną z ciekawszych jest ta o pastorze, który o swoich parafian dbał jak o ojciec. Gospodyni uczył kisenia kapusty, a gospodarzy – wyrabiania mocniejszych trunków. Podobno nieskorych do nauki zamykał za karę w piwnicy. Ci zaś chętnie do niej wchodziłi, z uwagi na zgromadzone tam napitki...





## KARCZMA KALISKA

### *Uczta w carskim stylu*

*Janusz Nowak*

*Szadek 44, 62-834 Ceków*

*tel. +48 62 763 12 55*

*e-mail: novim@interia.pl*

*www.agroturystyka.kalisz.pl*

**K**arczma Kaliska to miejsce wyjątkowe. Dziś położone jest w samym środku Polski, ale niegdyś znajdowało się na styku dwóch imperiów. Gdy w XIX w. Polski nie było na mapie Europy, nieopodal przebiegała granica Rosji i Prus. W dawnych czasach zatrzymywali się tu strudzeni wędrownicy przez bezkresne połacie Europy Środkowej.

Gospodarz Jan Nowak wraz z rodziną z troską zrekonstruował kuźnię, zagrodę ziemiańską i spichlerz. Odbudował nawet przejście graniczne, a także postawił klasyczną, ruską banię, czyli saunę parową. Rytuał korzystania z niej przewiduje wypicie soku brzoźowego, herbaty z samowara lub niewielkiej ilości mocnego trunku dla poprawienia krążenia, a następnie biczowanie witkami brzoźowymi.

Najważniejsza jednak jest drewniana karczma, w której posilić się mogą spragnieni tradycyjnych smaków. W gospodarstwie pieczołowicie odtworzono piece chlebowe i ziemianki do przechowywania żywności.

Pyszne smakołyki przyciągają do Karczmy Kaliskiej jak magnes. Receptą na sukces okazały się stare, sprawdzone receptury rodem z Wielkopolski. Kuchnia serwowana w Karczmie opiera się na tym co tradycyjne, proste, lokalne i od serca. Skosztujemy tu pysznego, pieczonego na miejscu chleba, świeżego smalcu i przeróżnych mięs. Pamiętajmy jednak przy tym, że Karczma Kaliska nie jest typową restauracją, jakich wiele. To gospodarstwo rodzinne, dlatego warto wcześniej uprzedzić o swoim przyjeździe i określić, czy gospodarze mają przyrządzić obiad



# Smakiec kaliski

100% naturalne  
Smakiec Kaliszka

miód, jabłka  
sól, zinnaci od wielkości zestawu, masło, piżmo, o  
sól, zinnaci od wielkości zestawu, masło, piżmo, o  
sól, zinnaci od wielkości zestawu, masło, piżmo, o  
sól, zinnaci od wielkości zestawu, masło, piżmo, o

www.agroturystyka.kalisz.pl

KWAS  
chlebowy  
jęczmień





dla trzyosobowej rodziny, czy może przygotować biesiadę dla większej grupy. Poprośmy, by na stole pojawiły się znane w Wielkopolsce przuchy z kapustą – jedyne w swoim rodzaju kluski mączno-ziemniaczane. Prosty, ale i bardzo smacznym daniem będzie też gzik, czyli twaróg ze śmietaną, wymieszany ze szczypiorkiem i rzodkiewką, podawany z ziemniakami w mundurkach. Dumą Karczmy są pyszne ciasta bogato ozdobione owocami z własnego sadu. Obłędny zapach drożdżowego ciasta z jabłkami, śliwkami czy z musem owocowym z pewnością przypomni zapachy, jakie znamy z domów naszych babć.

Niezwykłym rarytasem, a zarazem pamiątką pobytu będzie „Gościńiec Kaliski”. To kosz przetworów domowych i tradycyjnych produktów, nawiązujący do wielkopolskiej tradycji gościnności. Ten z Karczmy Kaliskiej składa się głównie z sezonowych produktów wytworzonych na miejscu, w gospodarstwie. W koszyku znajdziemy więc powidła, konfitury i miód. Na życzenie kosz może być wzbogacony o produkty gospodarstw, z którymi

Karczma współpracuje w ramach Sieci Dziedzictwa Kulinarne Wielkopolska, na przykład o wędliny czy pieczywo. „Gościńiec Kaliski” to doskonały pomysł na oryginalny prezent z Polski – tu warto dodać, że trafił już na europejskie stoły w Brukseli.

Ale Karczma Kaliska to nie tylko wyśmienita kuchnia. Gospodarze chętnie zaprezentują rekonstrukcję historyczną związaną z obecnym tu niegdyś przejściem granicznym, zorganizują konkursy historyczne, biesiadę regionalną lub też ucztę w duchu dawnych, carskich czasów. We współpracy z innymi gospodarstwami agroturystycznymi organizowane są także warsztaty kulinarne dla dzieci. Mali goście z zapałem wyciskają wtedy sok z owoców i przyrządzają własne wypieki w chlebowym piecu. Z kolei w trakcie warsztatów dawnych rzemiosł można nauczyć się podstaw kowalstwa.





## MAŁOPOLSKA WIEŚ PACHNĄCA ZIOŁAMI

### *Bogactwo smaków i zapachów*

*Bożena Srebro (Sądecka Organizacja Turystyczna)  
ul. Nadbrzeżna 40, 33-300 Nowy Sącz  
tel. +48 602 409 670  
e-mail: srebrob@wp.pl  
www.sot.org.pl*

**S**wieża zioła pachną tak obłędnie, że zapach tych suszonych, zamkniętych w hipermarketowych torebkach nawet nie może się z nimi równać. Małe, zielone listki dodają smaku potrawom, leczą, sprawdzają się w relaksujących kąpielach i pięknie ozdabiają kuchnie.

Lubczyk, estragon, mięta, oregano – to tylko kilka z gatunków, które świetnie udają się w Małopolsce. Rosną tu tak dobrze, że właściciele gospodarstw postanowili stworzyć cały szlak turystyczny poświęcony tym pachnącym roślinom.

Dwadzieścia dwa starannie wyselekcjonowane gospodarstwa specjalizują się w uprawie i wykorzystaniu ziół. Gospodarze nieustannie poszerzają swoją wiedzę o roślinach i rozwijają

swoje przydomowe uprawy. Suszą je, układają w bukiety, proponują gościom kąpiele ziołowe i masaże oraz wzbogacają nimi smak oferowanych potraw (warto szczególnie zwrócić uwagę na często spotykanego w menu górskiego pstrąga pieczonego z ziołami). Wędrówka po pachnących małopolskich wsiach to idealna propozycja dla wszystkich, którzy cenią relaks na łonie przyrody, zdrową i ekologiczną kuchnię oraz kontakt z regionalnymi tradycjami.

Gospodarstwa rozrzucone są po całym województwie – od położonych nieopodal Zakopanego Czarnej Góry, Harlowej i Mizernej, po leżące nieopodal Krynicy-Zdroju Tylicz, Suchą Strugę, Wysową Zdrój i Banicę. W północnej części województwa, niedaleko Brzeska i Tarnowa zapach ziół zaprowadzi nas do wsi Drwinia i Przyborów.







W gospodarstwie „Łopusze” we wsi Żegocina znajdziemy całe wzgórze pełne dzikich ziół. Na łąkach rośnie wyrazisty w smaku tymianek, lebiodka dodająca smaku pizzy jako oregano, wzmacniający paznokcie i włosy skrzyp oraz wiele innych roślin. Gospodyni Anna Julia Gas zaprasza szczególnie do skosztowania syropów i nalewek na bazie ziół. Obłędnie pachną i wzmacniają zdrowie te z mniszka lekarskiego i kwiatów czarnego bzu. Ziołami wzbogacona jest też tradycyjna surówka z młodej kapusty i ciasto o wiele mówiącej nazwie Słodycz Listków Rozmarynu. Gospodarstwo to także dobry punkt wypadowy dla wycieczek do średniowiecznych kopalni soli w Wieliczce i Bochni.

Z kolei położona w Harklowej willa Akiko harmonijnie łączy polskie i japońskie tradycje. Rosną tu typowe dla Kraju Kwitnącej Wiśni warzywa i zioła o tajemniczych nazwach: shun-giku, czingesai, shiso czy nira, zaś w pobliskich lasach gospodarze i goście zbierają naręcza skrzypu i soczystych owoców leśnych.

Podróż przez Małopolską Wieś Pachnącą Ziołami będzie doświadczeniem angażującym wszystkie zmysły. Na węch i smak oddziałują świeże zioła, oczy delektują się górską przyrodą, słuch zaś syci się śpiewem ptaków i szumem górskich potoków.





## TATARSKA JURTA

### *Smaki Orientu*

*Dżenneta Bogdanowicz  
Kruszyniany 58,16-120 Krynki  
tel. +48 85 749 40 52  
www.kruszyniany.pl*

**W** poszukiwaniu orientalnych smaków nie trzeba od razu wyruszać do Azji. Wystarczy wyprawa na wschód Polski – do podlaskiej wsi Kruszyniany. Znacznie bliżej, a wcale nie mniej interesująco i egzotycznie, zwłaszcza pod względem kulinarnym.

Niewielkie Kruszyniany w sercu Puszczy Knyszyńskiej są prawdziwą stolicą Polskiego Orientu. Zabytkowy meczet i miejscowy mizar (cmentarz muzułmański) to namacalne ślady historii tych ziem. Tatarzy otrzymali je w XVII w. jako dar od króla Polski Jana III Sobieskiego i tutaj przez wiele wieków tworzyli swoją „małą ojczyznę”. Dziś w Kruszynianach tatarskich domów jest niewiele, ale przynajmniej jeden z nich koniecznie trzeba odwiedzić. To Tatarska Jurta – gospodarstwo agroturystyczne rodziny

Bogdanowiczów. Od ponad 10 lat gości wszystkich, którzy są spragnieni spotkania z autentyczną kulturą Orientu. Ważną część tej kultury stanowi kuchnia.

Gospodyni, Dżenneta Bogdanowicz, jest spadkobierczynią tatarskich tradycji kulinarnych – gotuje tak dobrze, że każdy, kto zasiada przy jej stole, chce pozostać przy nim jak najdłużej. Bo jak tu oderwać się od pieriekaczewnika? Zachwyca warstwami zapiekanego makaronowego ciasta, przetykanymi kruchą wołowiną lub – w lżejszej wersji – serem czy jabłkami. Pieriekaczewnik to zresztą popisowe danie gospodyni Tatarskiej Jurty. Drugiego takiego nie ma w całej Europie, o czym świadczy unijny certyfikat „Gwarantowanej Tradycyjnej Specjalności”. Pieriekaczewnik robiony przez Dżennetę Bogdanowicz jest dla Kruszynian tym, czym precle dla Krakowa, pieczone kaszty dla Paryża, ser gouda dla Amsterdamu





czy fish and chips dla Londynu – kulinarnym symbolem i wizytówką.

Nie mniejsze wrażenie robi belysz i listkowiec. Ten pierwszy skrywa farsz indyczy, jajka, grzyby i ryż. Ten drugi to ciasto drożdżowe wzbogacone serem, makiem lub jabłkami. Koniecznie trzeba też wspomnieć o pierogach, które w kuchni tatarskiej – podobnie jak w polskiej – są wszechobecne. Tatarskie pierogi to feeria nie tylko smaków, ale i kształtów. Posiłek najlepiej popijać sytą, czyli czystą wodą z dodatkiem miodu oraz soku z cytryny.

Lokalne przysmaki z Kruszynian zyskały już międzynarodową sławę. Kosztował ich książę Karol podczas wizyty w Polsce w 2010 roku. Jak wieść niesie, książę zabral ze sobą nie tylko wspomnienia, ale i sporą „wałówkę” smakołyków. Tak, w Kruszynianach każdy gość jest mile widziany i otrzymuje to, co w tatarskiej kuchni i tradycji najlepsze.

W gospodarstwie Dżennety Bogdanowicz, zgodnie z tym co obiecuje jego nazwa, turyści znajdą prawdziwą jurte, czyli tradycyjny dom dawnych Tatarów. Dość spory namiot jest tak skonstruowany, by można było go szybko złożyć, załadować na wielbłąda i ruszyć w dalszą drogę. Koczowniczy tryb życia wymagał takich mobilnych domów.

Turyści mogą w Kruszynianach poznać także historię i tradycje Tatarów, bowiem każdego roku ta niewielka podlaska wieś zamienia się w centrum kultury tatarskiej. Na zakończenie wiosny odbywa się tradycyjne Święto Pługa, czyli Sabantuj, a późnym latem, zwykle w sierpniu, licznych gości przyciąga Festiwal Kultury i Tradycji Tatarów Polskich. Oba wydarzenia to rzadka okazja do bezpośredniego obcowania z liczącymi ponad tysiąc lat obrzędami i rytuałami. Sygnałem do rozpoczęcia tej magicznej podróży w czasie jest tradycyjny muzułmański Azan – nawoływanie muezina do wspólnej modlitwy. Tatarzy, dawni i współcześni, pozostają bowiem wierni swojej religii. Podczas Święta Pługa i Festiwalu nie brakuje tańców, obrzędowych korowodów, wystaw rękodziela, muzyki.

Kruszyniany, razem z pobliską wsią Bohoniki, tworzą główne punkty liczącego 150 km podlaskiego Szlaku Tatarskiego. Każdego, kto się na nim znajdzie, czeka wędrówka śladami tatarskich osadników. Po drodze odwiedza się zabytkowe, ale ciągle użytkowane tatarską meczety i mizary. Gościna w Tatarskiej Jurcie będzie dobrym zwieńczeniem tej wędrówki. Pierekaczewnik przywróci siły, a kawa „po turecku” z kardamonem, podana z ciasteczkami czak-czak będzie miłym, słodkim wspomnieniem wyprawy w ten niezwykle świat.





## TRZY ŚWIERKI

### *Pyszne dary natury*

*Sława Tarasiewicz*

*Galwecie 48, 19-500 Gołdap*

*tel.: +48 87 562 55 02*

*e-mail: trzyswierki@poczta.onet.pl*

*www.trzyswierki.dt.pl*

**C**o można wyczarować w trzy godziny ze stu jaj? Na Suwalszczyźnie każdy zna prawidłową odpowiedź: można przygotować sękacz, niezwykle ciasto pieczone na obrotowym rożnie nad otwartym ogniem. Jajeczna masa, obracając się, powoli ścieka i zastyga, tworząc formy przypominające stalaktyty lub sękate gałęzie.

Sękacz to jednak tylko jeden z kulinarnych cudów, z jakim zetkniemy się pod Gołdapią. Gospodarstwo pani Sławy Tarasiewicz nie przypadkiem bowiem należy do Europejskiej Sieci Dziedzictwa Kulinarne. Tutejsze menu to kwintesencja domowego jadła najwyższej jakości: wędzone dymem wędliny, krokiety nadziewane jabłkiem, ekologiczne konfitury, gęste puszczańskie miody, wreszcie zebra-

ne w okolicznych lasach grzyby oraz złowione w pobliskim jeziorze ryby... Korowód pyszności zdaje się nie mieć końca. Serwowanym przysmakom trudno się oprzeć, ale można się nimi cieszyć bez wyrzutów sumienia. W Trzech Świerkach i najbliższej okolicy jest mnóstwo atrakcji, które pozwolą spalić nadmiar kalorii.

Gospodarstwo otoczone jest z jednej strony jeziorem Ostrówek, a z drugiej dawną Puszcą Romincką. Bywa ona nazywana polską tajgą. Znajdziemy tutaj gęste bory, bagienne i torfowe doliny, enklawy potężnych dębów i klonów, liczne strumyki, rzeczki i rzeki. Puszcza jest też ostoją licznego ptactwa. Żyją w niej niezliczone gatunki: pospolite kowaliki, sójki i kukułki, majestatyczne żurawie i sowa włochatka, rzadkie krogulce, myszołowy oraz orliki krzykliwe. Dlatego Trzy Świerki to idealny adres dla wędka-







rzy, grzybiarzy, ornitologów, obserwatorów gwiazdzonego nieba, narciarzy.

Gospodarstwo to również doskonała baza wypadową do zwiedzania Mazur Garbatych. Wystarczy pokonać kilka kilometrów, by dojechać do Gołdapi – jedynej, bogatej w borowiny, uzdrowiska na Warmii i Mazurach. Nieco dalej znajdują się monumentalne mosty w Stańczykach, pozostałość po starej linii kolejowej, która dziś służy wspinaczom. Gospodarze Trzech Świerków na bliższe i dalsze wypady zapewniają oryginalny transport – zabytkowy samochód marki GAZ lub furmankę.

Gospodarstwo tętni życiem nie tylko latem, ale i zimą, kiedy zaprasza na trasy biegowe, tory saneczkowe i lodowiska. Na gości czeka niezbędny sprzęt: narty, łyżwy i sanki. A gdy wrócimy, zziębnięci

i głodni, na stole będzie czekać spyrka, czyli tradycyjna słoninka i rozgrzewająca domowa nalewka. Dzieciom z pewnością zasmakuje ciasto w kształcie mrówczego kopca, solidnie polane miodem.

Gospodyni Trzech Świerków dba też o to, by goście mogli się zregenerować po intensywnym wysiłku. Dlatego działa tu leśne SPA – zadaszona, wielka drewniana balia o pojemności aż trzech tysięcy litrów wody. Warto obejrzeć także kolekcję samowarów – niektóre z nich pozostają w rodzinie pani Sławy nieprzerwanie od XIX w. A gdy zapadnie zmrok, skorzystajmy ze znajdującego się w gospodarstwie teleskopu. Z obrzeży Puszczy Rominczej dalekie gwiazdy widać znakomicie, bo ich blask nie musi tutaj konkurować z ulicznymi latarniami i miejskimi neonami.





## ZIOŁOWY ZAKĄTEK

### *Wakacje pachnące ziołami*

*Mirostaw Angielczyk  
Koryciny 73 B, 17-315 Grodzisk  
tel. +48 85 656 86 68  
e-mail: [biuro@ziolowyzakatek.pl](mailto:biuro@ziolowyzakatek.pl)  
[www.ziolowyzakatek.pl](http://www.ziolowyzakatek.pl)*

**Do** niektórych urokliwych miejsc Polski najlepszą drogę wskaże nie GPS, lecz... zapach.

Tak jest w przypadku gospodarstwa agroturystycznego we wsi Koryciny w Puszczy Białowieskiej. Woń lasu, powiew czystego powietrza i przede wszystkim aromat bujnej roślinności będą nieomylnym znakiem, że docieramy do celu.

Ziołowy Zakątek to rozległa kraina – 15 hektarów ziemi, a na nich ponad 900 gatunków roślin. Właścicielem i głównym ogrodnikiem jest tutaj pan Mirosław Angielczyk.

Jako dziecko pan Mirosław, zamiast po boisku, wołał biegać po łąkach i polanach. Zamiast za piłką – uganiał się za macierzanką, szalwią i łopia-

nem. Jego pierwszym „trenerem” była babcia, która o ziołach wiedziała więcej niż niejeden utytułowany botanik. Nic dziwnego, że pan Mirosław został później absolwentem studiów ogrodniczych, a następnie pomysłodawcą i właścicielem największego prywatnego ogrodu botanicznego w Polsce. To ogród wyjątkowy – tutejsze rośliny nie tylko fantastycznie wyglądają, ale też świetnie smakują, mają właściwości lecznicze i znajdują zastosowanie w kosmetologii.

Niektóre z nich działają prawdziwe cuda na talerzu gościa. W Ziołowym Zakątku ryby podaje się z rutą zwyczajną, a golonkę – z bylicą piołunem. Dżemy robi się z owoców róży, a z żółodzi kawę i bezglutenową mąkę o korzennym zapachu, która świetnie pasuje do ciasteczek i chleba. Żółodziówka, czyli aromatyczna kawa, to zresztą jedna





z kulinarnych wizytówek gospodarstwa w Korycinach – delikatnie pobudza i pięknie pachnie. Mogą ją pić dzieci, bowiem nie zawiera kofeiny.

W Ziołowym Zakątku często stosowanym dodatkiem do dań mięsnych i pierogów jest czosnek niedźwiedzi. W kuchni używa się jego liści, a nie ząbków, jak w przypadku zwykłego czosnku.

Pobyt w Ziołowym Zakątku przynosi sporo korzyści. Niemal wszystko, co tutaj goście jedzą i piją, służy zdrowiu, poprawia kondycję, wzmacnia siły życiowe. Kwiaty i korzenie jeżówki purpurowej wspomagają układ odpornościowy, a kozłek lekarski o ładnych, białych kwiatach wycisza i uspokaja. Na zmęczone oczy nie ma nic lepszego od świetlika łąkowego.

O właściwościach roślin goście dowiedzą się w Ośrodku Edukacji Przyrodniczej, zaś w Izbie Tradycji Zielarskich usłyszą gawędy. W Kąciku Zielarza wyciszą się,

komponując autorską mieszankę ziołową lub przygotowując nalewkę.

W Ziołowym Zakątku wyjątkowe są nie tylko rośliny. Zabudowa to zabytkowe, historyczne obiekty. Stare podlaskie chaty i stodoły miały trafić do rozbiórki, zostały przeniesione do gospodarstwa. W jednej z chat działa świetlica, w innej pracownia zielarska, zaś w dawnej leśniczówce znajduje się stołówka. Budynek przenoszą i na nowo stawiają cieśle, którzy znają tradycyjne techniki.

Każdy, kto odwiedzi gospodarstwo w Korycinach, na pewno wyjedzie stąd z saszetką, a nawet z całym workiem ziół i sadzonek. Już po kilku dniach pobytu w Ziołowym Zakątku wiedza o uprawie domowego ogródka przestanie być dla nas tajemnicą. Jak bowiem przekonuje Mirosław Angielczyk, rośliny, jak ludzie, potrzebują dotyku i przede wszystkim serca. W Ziołowym Zakątku nigdy tego nie zabraknie.



Publikacja bezpłatna przygotowana w ramach Planu działania Sekretariatu Centralnego Krajowej Sieci Obszarów Wiejskich na lata 2014-2015.



**Odwiedź portal KSOW – [www.ksow.pl](http://www.ksow.pl)**  
Zostań Partnerem Krajowej Sieci Obszarów Wiejskich



© Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi  
[www.minrol.gov.pl](http://www.minrol.gov.pl)



© Fundacja Programów Pomocy dla Rolnictwa FAPA  
[www.fapa.com.pl](http://www.fapa.com.pl)

**Przygotowanie i opracowanie tekstów, zdjęcia, opracowanie graficzne i skład:**

Garski Multimedia  
[www.garski-multimedia.pl](http://www.garski-multimedia.pl)

**Autorzy tekstów:**

Jadwiga Bogdanowicz, Krzysztof Garski, Waldemar Wierzyński

**Projekt graficzny i skład:**

Marcin Pokoński

**Tłumaczenia:**

Jędrzej Markiewicz, O Aleksandr Marusyak, Damian Pszczel, Tłumaczenia Minejo

**Zdjęcia i opracowanie graficzne zdjęć:**

Paweł Jakubczyk, Łukasz Fus, Kasia Heller, Michał Heller,  
Andrzej Michałowski, Jacek Szymański, Marta Szymańska,  
Piotr Stańczyk, Krzysztof Ścibor, Dawid Zawadzki



**ODPOCZYWAJ NA WSI**





**Hity**  
TURYSTYKI  
WIEJSKIEJ

