Smaki Ziemi Wadowickiej

Zeszyt kulinarny

WADOWICE
tu wszystko się zaczyna

SPIS TREŚCI

3 WSTĘP
4 WADOWICKIE FLACZKI
6 PSTRĄG SMAŻONY Z GAŁĄZKĄ PIETRUSZKI
8 COMBER Z KRÓLIKA W SZYNCE DOJRZEWAJĄCEJ
10 PAPIESKA KREMÓWKA
12 ŚWIEŻE SOKI TŁOCZONE
13 CHLEB INWAŁDZKI
14 MIODY NATURALNE I SŁODYCZE Z MIODEM
16 SOK Z PIGWY Z JAROSZOWIC – ZBYWACZÓWKI
18 MAPA SMAKÓW ZIEMI WADOWICKIEJ
20 RADOCZAŃSKI JABŁECZNIK
22 KŁADZIONKI ZIEMNIACZANE WITANOWICKIE
24 PLACKI ZIEMNIACZANE Z ANDRYCHOWA
26 OGÓRKI KISZONE Z KALWARII ZEBRZYDOWSKIEJ
28 PIEROGI RUSKIE Z CZOSNKIEM NIEDŹWIEDZIM
30 SERNIK KRÓLEWSKI Z RYCZOWA
32 JARZĘBIAK IZDEBNICKI
34 NOTATKI

OBJAŚNIENIE SYMBOLI

Czas przygotowania

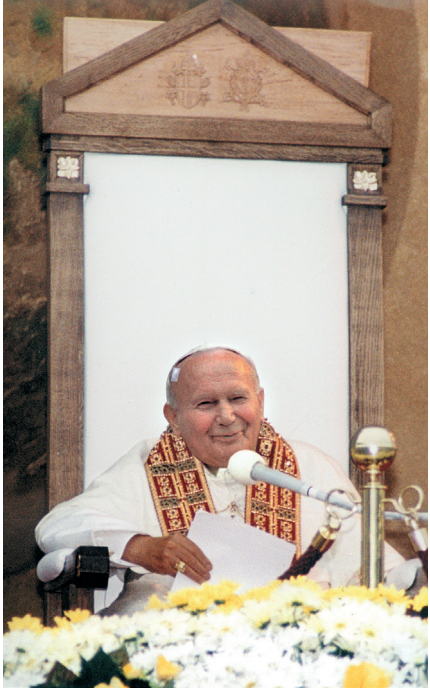
Liczba porcji

Stopień trudności

bardzo łatwe

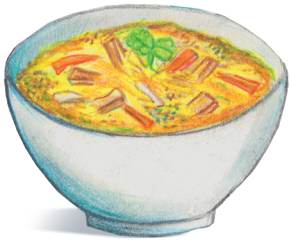
łatwe

trochę trudne



WSTĘP

JAN PAWEŁ II swoje rodzinne miasto odwiedził trzy razy (1979, 1991, 1999). Podczas ostatniej wizyty w Wadowicach w czerwcu 1999 r. Ojciec Święty wspominał lata swojego dzieciństwa i młodości spędzone nad Skawą. Mówił, że dla niego *tutaj wszystko się zaczęło*. Starał się choć na chwilę, przywrócić atmosferę tamtych Wadowic – przedwojennego garnizonowego miasteczka. Wspominał ludzi i miejsca oraz towarzyszące im wydarzenia. Szczególnie w jego pamięci zachował się okres gimnazjalny, gdzie w jednej klasie spotkali się uczniowie z całej okolicy: *Wszyscyśmy razem chodzili do gimnazjum. Z Andrychowa jedna grupa, z Zatora druga grupa, z Kalwarii trzecia grupa.* W tamtym czasie – w nawiązaniu do historii i tradycji regionu – mieszkańców poszczególnych miejscowości nazywano według charakterystycznych dla ich obszaru potraw. Jan Paweł II wspomniał o *ogórcorzach* (kalwarianach), *flacorzach* (wadowiczanach) i *szczupakach* (żywczanach). Jednakże w lokalnej pamięci przetrwali również: *plackorze* – andrychowianie oraz *królicorze* – chocznianie. Właśnie ta tradycja stała się impulsem do powstania niniejszej publikacji. Przypominamy w niej dawne smaki Ziemi Wadowickiej, które tak dobrze zapamiętał Karol Wojtyła, ale również domową kuchnię tej części Małopolski. Na kartach tego zeszytu kulinarnego przybliżamy nie tylko historię poszczególnych potraw, ale również sposób ich wykonania. Zapraszamy do zapoznania się z wyjątkową kulinarną tradycją naszego regionu.

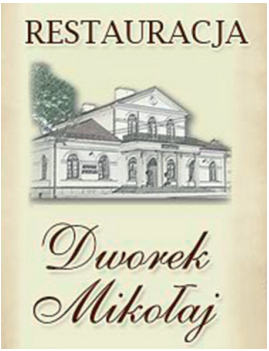


Wadowickie flaczki

W czasie pierwszej pielgrzymki Jana Pawła II do swojego rodzinnego miasta, Papież został zaproszony wraz z watykańską delegacją przez ks. Edwarda Zachera na obiad na wadowicką plebanię. Podano tradycyjne flaki. Ojciec Święty włoskim kardynałom opisał tę potrawę jako „polskie spaghetti".

TRADYCJA

WADOWICKIE święta i odpusty w Bazylice Ofiarowania NMP (21 XI Ofiarowania NMP i 27 VI MB Nieustającej Pomocy) w sposób szczególny wyznaczały rytm życia dawnych mieszkańców miasta. Również w każdy czwartek, zgodnie z wielowiekową tradycją, na miejscowym rynku odbywał się targ, podczas którego można było kupić wszelkie niezbędne rzeczy. Pośród straganów i w lokalnych karczmach serwowano właśnie flaczki, które szczególnie ceniono za dobry smak i poczucie sytości. Tradycja serwowania wadowickich flaków jest nadal żywa, a określenie *flacorze* na mieszkańców Wadowic nadal popularne. Potrawę tę można spotkać na świątecznych stołach wadowiczan oraz podczas miejskich obchodów patriotycznych uroczystości.



Wadowickie flaczki ma w swoim menu
Restauracja Dworek Mikołaj
ul. Błonie 1, 34-100 Wadowice
tel. +48 33 873 35 80
e-mail: biuro@dworek-mikolaj.com.pl

Restauracja istnieje od 1978 r. i mieści się w zabytkowym XIX-wiecznym dworku. Specjalnością lokalu jest również *Kociołek Mikołaja* (żurek staropolski).

5 godz. ponad 10 porcji

PRZEPIS

SKŁADNIKI:

- 2 kg flaków wołowych
- 250 g selera
- 100 g pietruszki
- 50 g pora
- 200 g cebuli
- 1 kg kości wołowych (na wywar)
- 100 g tłuszczu
- 50 g mąki pszennej
- 1 g majeranku
- 1 g liścia laurowego
- 1 g pieprzu czarnego
- 7 g papryki mielonej
- 2 g imbiru, może być świeży
- 30 g maggi
- 40 g soli
- 50 g masła
- kilka ziaren ziela angielskiego
- świeża natka pietruszki do posypania

PRZYGOTOWANIE:

Kości wołowe opłukać, podzielić na części, zalać niedużą ilością wody, dodać przyprawy, ugotować esencjonalny wywar, przecedzić.
Flaki umyć kilkakrotnie pod ciepłą bieżącą wodą. Następnie zalać czystą wodą, gotować szumując jak rosół. Po wyszumowaniu odlać wodę, przepłukać flaki, zalać powtórnie zimną wodą i gotować 1 godzinę. Odcedzić flaki jeszcze raz wypłukać w zimnej wodzie i włożyć do wcześniej przygotowanego wywaru. Gotować do miękkości ok. 4-5 godzin.
Warzywa umyć, oczyścić, opłukać, pokroić w paski i zalać małą ilością wody, poddusić. Miękkie flaki wyjąć z wywaru, pokroić w cienkie paski. Na tłuszczu lekko zrumienić mąkę, rozprowadzić wywarem z flaków do uzyskania sosu. Następnie dodać uduszone warzywa i pokrojone flaki. Wszystko razem wymieszać, przyprawić i zagotować.
Każdą porcję posypać posiekaną zieloną natką pietruszki.

Pstrąg smażony z gałązką pietruszki

W czasach kiedy posty były znacznie surowsze niż dzisiaj, ryby stanowiły ważny składnik pożywienia. Dostarczała ich Skawa i liczne stawy pod miastem, należące do mieszczan.

Honorat Czesław Gil, Karmelita Bosy, wadowicki historyk

TRADYCJA

W WADOWICKIEJ tradycji kulinarnej ryby obecne są od średniowiecza, kiedy to miejscowi książęta z Oświęcimia i Zatora, zakładali nad Skawą pierwsze stawy. W ślad za nimi swoje budowali mieszczanie Wadowic, którzy w ten sposób uzupełniali swój codzienny jadłospis. Świeże ryby były również dostępne na cotygodniowym, czwartkowym wadowickim targu. Wśród oferowanych przez sprzedawców ryb znajdowały się m.in. liny, karpie, pstrągi i szczupaki. Zachowane do dziś zbiorniki wodne to żywe dziedzictwo przeszłości Doliny Skawy. W pewnym stopniu ten klucz stawów jest odpowiednikiem tych, które istniały już w XVI stuleciu. Rozwój gospodarki rybackiej w okolicy nastąpił w 2 poł. XIX w. wraz z dynamicznym rozwojem gospodarczym Galicji – prowincji Austro-Węgier. Obecnie kompleks stawów rybnych nad Skawą ma różnych właścicieli, ale nadal prowadzona jest w nich hodowla pstrąga oraz innych gatunków ryb. Istnieje możliwość łowienia ryb również w Skawie.

RESTAURACJA Cud Malina

Dla tych co niekoniecznie chcą łowić ryby, ale lubią je w codziennej diecie i cenią sobie domową kuchnię zachęcamy do skosztowania smażonego pstrąga w stylowym wnętrzu Restauracji *Cud Malina* mieszczącej się w zabytkowej kamienicy w centrum miasta,
pl. Kościuszki 22 (I piętro), 34-100 Wadowice
tel. +48 504 186 310
e-mail: restauracja@cudmalina.com

ok. 30 min. 1 porcja

PRZEPIS

SKŁADNIKI:

- 150 g pstrąga tęczowego
- 300 g warzyw (brokuł, marchew)
- 1 łyżeczka posiekanej natki pietruszki
- sól

MARYNATA:

- 1 łyżka soku z cytryny
- 1 łyżka oleju
- 1 ząbek czosnku
- 1 łyżeczka słodkiej papryki
- sól, pieprz, zioła
- ¼ kostki masła
- ½ cytryny

PRZYGOTOWANIE:

Pstrąga umyć, osuszyć. Olej wymieszać z sokiem z cytryny, solą, pieprzem, ziołami, papryką i przeciśniętym przez praskę czosnkiem. Rybę natrzeć marynatą, odstawić na 30 min. Następnie pstrąga należy zawinąć w folię aluminiową lub ułożyć w naczyniu żaroodpornym i piec 25-30 min. w temp. 180˚C. Warzywa (brokuły, marchew) ugotować w osolonej wodzie lub na parze, odcedzić. Upieczonego pstrąga posypać natką pietruszki i podawać z warzywami polanymi złocistym masełkiem.

8

Comber z królika w szynce dojrzewającej

TRADYCJA

CHOCZNIA to wieś pod Wadowicami, której początki sięgają średniowiecza. Z tym okresem dziejów wiążą się legendy o lokalnych zbójnikach. Mieszkańcy do dziś pamiętają Wawrzyka (Wawrzyńca), który napadał na kupieckie karawany wędrujące przez Chocznię w stronę Śląska. Z Chocznią związana jest również lokalna tradycja określająca mieszkańców tej wioski mianem *królicorzy*, bowiem z okazji tutejszego odpustu przypadającego na 24 czerwca (Narodzenie św. Jana Chrzciciela) sporządzano odświętny posiłek składający się z potrawki bądź rosołu z królika. Rodzina wspólnie zasiadała do posiłku, dzieliła przygotowane mięso, a najlepszą jego część serwowano gospodarzowi. Z pozostałych porcji mięsa pieczono pasztet i częstowano nim przybyłych gości.

Pestka RESTAURANT

Obecnie roladki z królika można spróbować w klimatycznej restauracji o nowoczesnym wnętrzu *Restauracji Pestka*
ul. Zatorska 17, 34-100 Wadowice
tel. +48 530 066 943
e-mail: info@pestkarestaurant.pl

30 min. 1 porcja

PRZEPIS

SKŁADNIKI:

- 200 g combru z królika
- 50 g szynki dojrzewającej
- 140 g selera
- 120 g brukselki
- 50 g masła
- 50 ml białego wina
- 50 ml śmietanki
- świeży tymianek
- sól, pieprz, cukier

COMBER:

Mięso oddzielić od kości, a następnie zamarynować w tymianku, świeżo mielonym czarnym pieprzu i z odrobiną dobrego oleju. Odstawić na kilka godzin do lodówki, po tym czasie wyciągnąć, zawinąć w plasterki szynki i smażyć na wolnym ogniu.

PUREE:

Seler obrać, pokroić w kostkę, pokropić olejem i piec w 180˚C do miękkości. Wyciągnąć, następnie dodać śmietankę, zblendować, a na koniec przyprawić solą i pieprzem.

SOS:

Kości przepalić w 280˚C przez kilka minut, przełożyć do garnka, zalać wodą, dodać tymianek i wino – całość zagotować. Przecedzić przez drobne sitko, zredukować, doprawić solą, pieprzem i zagęścić zimnym masłem.

BRUKSELKA:

Lekko obgotować brukselkę i przesmażyć na maśle z odrobiną soli i cukru.

10

Papieska kremówka

A tam była cukiernia. Po maturze chodziliśmy na kremówki. Że myśmy to wszystko wytrzymali, te kremówki po maturze.

Jan Paweł II, Wadowice, 1999 r.

TRADYCJA

POCZĄTKI tradycji produkcji kremówek **w Wadowicach** sięgają lat 30-tych XX wieku. Wtedy to, przybyły z Brzeska, wiedeński cukiernik Karol Hagenhuber przywiózł nad Skawę sekret jej produkcji. Wynajął pomieszczenie w budynku przy wadowickim rynku i założył w nim własną cukiernię. W pamięci mieszkańców było to miejsce dystyngowane i eleganckie. Nowy deser stał się ulubioną przekąską wadowiczan, a gimnazjaliści po maturze świętowali przy kremówkach zakończenie szkoły. Wadowicka koleżanka Karola Wojtyły – pani Halina Królikiewicz-Kwiatkowska zapamiętała, że ciastko pomiędzy dwoma kawałkami ciasta francuskiego miało krem maślano-śmietanowy o smaku lekko waniliowym. Renesans wadowickiej kremówki nastąpił wraz ze wspomnieniami Jana Pawła II wygłoszonymi podczas spotkania z wadowiczanami na tutejszym rynku. W ślad za tym miejscowi piekarze i właściciele cukierni postanowili serwować własne wersje tego popularnego ciastka. Obecnie w każdej wadowickiej cukierni można spróbować papieskiego przysmaku, a z okazji rocznicy urodzin Karola Wojtyły (18 maja) organizuje się konkurs na najlepszą papieską kremówkę.

60 min. **6 porcji**

PRZEPIS

SKŁADNIKI:

Ciasto francuskie:

- 250 g masła
- 250 g mąki
- 1 żółtko
- szczypta soli
- ½ szklanki wody

Bita śmietana:

- ½ litra śmietanki 36%
- 2 łyżki cukru pudru
- 1 opakowanie cukru waniliowego

Krem waniliowy:

- 2 szklanki mleka
- ¾ szklanki cukru
- 3 jajka
- 3 żółtka
- ½ szklanki mąki pszennej
- 2 łyżki masła
- 1 opakowanie cukru waniliowego

PRZYGOTOWANIE:

Wykonanie kremu waniliowego:

Mleko zagotować z cukrem waniliowym. Do pszennej mąki dodać cukier, całe jajka i żółtka, dokładnie wymieszać, wlewać gotujące mleko, ciągle mieszając i zagotować. Po całkowitym ostudzeniu dodać masło i mieszać do chwili uzyskania jednolitej masy.

Wykonanie bitej śmietany:

Schłodzoną śmietankę ubić z cukrem i cukrem waniliowym na puszystą masę.

Wykonanie ciasta francuskiego i składanie:

Masło zagnieść z 1/5 mąki, uformować kostkę i ochłodzić. Z pozostałej mąki, żółtka, wody i szczypty soli zagnieść ciasto i schłodzić je ok. 20 minut. Zimne ciasto rozwałkować. Na środku położyć kostkę z masła i mąki, przykryć przeciwległymi bokami i rozwałkować do ok. 2 cm. Ponownie złożyć przeciwległe boki do środka, a później na połowę i rozwałkować. Składanie kopertowe powtórzyć czterokrotnie po każdym złożeniu ciasto wstawić na 15-20 min. do lodówki. Następnie rozwałkować na grubość ok. 0,5 cm i ułożyć na blaszce i piec w temp. 200˚C na kolor jasnobrązowy. Upieczone ciasto francuskie przekroić na dwie równe części, jedną połowę posmarować kremem waniliowym, następnie warstwą bitej śmietany. Całość przykryć drugą połową ciasta, posypać cukrem pudrem.

Świeże soki tłoczone

U nas nie ma żadnej ściemy, zero dodatków, wody, środków konserwujących. Tak musi zostać.

Nikodem Karelus, Tłocznia Chocznia

TRADYCJA

CHOCZNIA nieopodal Wadowic znana jest na kulinarnym szlaku Ziemi Wadowickiej nie tylko z potraw z królika. Coraz częściej kojarzy się ją ze świeżymi sokami tłoczonymi na zimno. Wyciskanie soków jest znane już od najdawniejszych czasów. Wierzono, że ukryta w nich życiodajna moc daje ogromną siłę i witalność. Tak jak dawniej soki wytwarza się najpierw przerabiając owoce i warzywa na pulpę, a następnie wyciska. W rodzinnej firmie *Tłocznia Chocznia* oferuje się soki z tradycyjnych produktów, których bazą są owoce i warzywa pochodzące z Ziemi Wadowickiej. W niepasteryzowanych, przygotowanych bezpośrednio do konsumpcji sokach można spotkać tradycyjne smaki jak i egzotyczne kombinacje m.in. z pomarańczą, grejpfrutem czy cytryną. Ponadto wytwarza się niespotykane nigdzie soki ziołowe zwane „przyprawami w płynie", dla których surowcami są często imbir, czosnek czy mięta. Tak przygotowane świeże soki można kupić bezpośrednio na miejscu w *Tłocznia Chocznia*, ale również w hotelach, cukierniach czy sklepach ze zdrową żywnością na terenie Wadowic i okolicy.

Dla tych, którzy chcieliby przygotować własny sok, a nie dysponują technologicznym zapleczem, Tłocznia daje możliwość wytłoczenia soku z dostarczonych owoców.

Tłocznia Chocznia
os. Patria 16, 34-123 Chocznia
tel. +48 519 418 577
e-mail: tlocznia.chocznia@gmail.com

Chleb inwałdzki

Ma dobry smak i długą żywotność. Jest dobrze wypieczony, (...) przez co długo trzyma świeżość. Jak się go lekko uderzy od spodu, to wydaje taki charakterystyczny dźwięk: coś w rodzaju pukania.

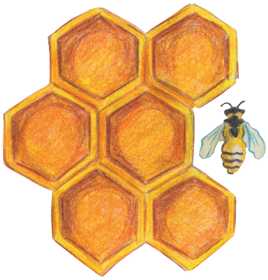
Helena Fryś

TRADYCJA

INWAŁD to średniowieczna miejscowość położona pomiędzy Wadowicami a Andrychowem, a jej dawni mieszkańcy trudnili się tkactwem. Pod koniec XVIII wieku przez wieś poprowadzono tzw. „cesarski gościniec" czyli pierwszą galicyjską szosę handlowo-pocztową. Jej lokalny odcinek wykonano z wapiennego tłucznia, który wydobywano z inwałdzkich wapienników. Do lokalnej tradycji kulinarnej należy wypiek chleba, który kultywuje się w Inwałdzie od ponad 50 lat. Pierwotnie przed II wojną światową pieczono go w Andrychowie, a następnie jego produkcję przeniesiono do Inwałdu. Wytwarzanie chleba inwałdzkiego oparte jest na starej recepturze. Używa się do jego wypieku dwóch rodzajów mąki, w odpowiednich proporcjach: pszennej i żytniej.

MAŁOPOLSKA SPÓŁDZIELNIA HANDLOWA W ANDRYCHOWIE
WIZAN

Obecnie chleb można nabyć w Piekarni „Wizan", która zajmuje się również jego dystrybucją w okolicznych sklepach. W 2017 r. LGD *Wadoviana* wraz z Piekarnią „Wizan" otrzymały dla chleba inwałdzkiego certyfikat tradycyjnego produktu regionalnego Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi.



Miody naturalne i słodycze z miodem

TRADYCJA

KLECZA DOLNA to niewielka wieś leżąca na wschód od Wadowic (ok. 4 km), której początki sięgają już XV wieku. Wówczas była ona częścią dużego klucza dóbr należących do lokalnej rodziny szlacheckiej. Do dzisiaj można podziwiać okazały budynek XIX-wiecznego dworu oraz XX-wieczny kościół pw. św. Wawrzyńca według projektu wybitnego architekta J. Sas-Zubrzyckiego. Obecnie Klecza Dolna znana jest z produkcji miodów i wyrobów miodowych, które w polskiej kuchni znane są od stuleci. Pierwotnie produkcja miodu ograniczała się do zaspokajania potrzeb własnego stołu, z czasem lokalnego rynku, a następnie miód stał się polskim produktem eksportowym. Ceniono go ze względu na walory smakowe i zdrowotne. Staropolską tradycję pszczelarstwa kontynuują właściciele firmy *Łysoń*, którzy już od trzech pokoleń zajmują się pszczelarstwem. Wśród ich wyrobów możemy znaleźć tradycyjne miody, słodycze oraz kosmetyki.

Łysoń since 1995

Przedsiębiorstwo Pszczelarskie
Tomasz Łysoń Spółka z o.o. Sp. K.
Klecza Dolna 148, 34-124 Klecza Górna
tel. +48 33 875 88 07, 33 875 12 36
e-mail: poczta@oryginalneprezenty.pl

Produkty na bazie naturalnego miodu
można również kupić w restauracji *Miodowa 8*
w Wadowicach, pl. Jana Pawła II 8
tel. +48 33 877 59 45

30 min. 4 porcje

PRZEPIS

Batoniki miodowe z orzechami i czekoladą

SKŁADNIKI:

- 100 g wyłuskanych migdałów
- 100 g niesolonych orzeszków ziemnych
- 100 g orzechów włoskich
- 100 g płatków owsianych
- 100 g ciemnej gorzkiej czekolady (70% kakao)
- 250 g miodu, np. wielokwiatowego

PRZYGOTOWANIE:

Migdały, orzeszki ziemne i orzechy włoskie grubo posiekać. Wymieszać z płatkami owsianymi i podprażyć razem przez chwilę na patelni. Odstawić do wystudzenia. Schłodzoną czekoladę posiekać do uzyskania niewielkich kawałków. Miód rozgrzać w rondelku na małym ogniu, aż stanie się płynny. Dodać mieszankę płatków, orzechów oraz czekolady. Dokładnie wymieszać. Gotową masę przełożyć na blachę wyłożoną papierem do pieczenia i wyrównać. Wstawić do piekarnika nagrzanego do temp. 150˚C, podpiekać 10 minut. Po wystudzeniu pokroić na podłużne batoniki.

Sok z pigwy z Jaroszowic – Zbywaczówki

TRADYCJA

JAROSZOWICE jest to wieś położona niedaleko Wadowic nad brzegami rzeki Skawy, u podnóża Jaroszowickiej Góry (Beskid Mały). Historia jej powstania sięga XIV wieku, a archeologiczne ślady osadnictwa na tym terenie wskazują już na epokę neolityczną. Skawa dzieli miejscowość na dwa oddzielne sołectwa: prawobrzeżne z XIX-wiecznym kościołem św. Izydora i lewobrzeżne Zbywaczówka. I właśnie w przysiółku Jaroszowice – Zbywaczówka ma swoją siedzibę Stowarzyszenie na rzecz Rozwoju Sołectwa Jaroszowice – Zbywaczówka, które wytwarza sok z pigwy. Owoce pigwy są bogate w witaminy, a przetwory z nich stosuje się pomocniczo w leczeniu grypy i przeziębienia. Pigwa ma dodatkowo działanie uspokajające, obniża cholesterol oraz poprawia apetyt. W wielu przydomowych jaroszowickich ogrodach od dziesięcioleci można było spotkać niewielkie drzewa pigwowe z charakterystycznymi żółtymi owocami kształtem przypominające gruszki. Ta powszechność ich występowania dała impuls do wykorzystania obfitości owoców przez Stowarzyszenie, gdzie pod okiem jaroszowickich gospodyń powstaje najlepszy sok z pigwy.

MŁYN JACKA HOTEL & SPA ★ ★ ★ ★

Tego wyjątkowego specjału można spróbować
m.in. w restauracji *Spichlerz Smaków*
MŁYN JACKA Hotel & Spa****
Jaroszowice 234, 34-100 Wadowice
tel. + 48 33 873 40 80, + 48 660 525 221
e-mail: recepcja@hotelmj.pl

ok. 40 min. ponad 10 porcji

PRZEPIS

SKŁADNIKI:

według przepisu p. Marii Potocznej, Stowarzyszenie na rzecz Rozwoju Sołectwa Jaroszowice – Zbywaczówka

- owoce pigwy ok. 1 kg
- cukier ok. 1 kg

PRZYGOTOWANIE:

Owoce umyć i pokroić na cztery części. Następnie usunąć pestki ze środka owoców oraz pokroić je w cienkie plastry. Owoce nie obierać ze skórki. Wziąć duży słoik (tak, aby zmieściły się w nim wszystkie owoce) i na jego dno wsypać cukier. Z owoców ułożyć swego rodzaju przekładaniec (jedna warstwa owoców i jedna cukru) do momentu zapełniania się słoika, lub aż skończą się nam owoce. Ostatnią, wierzchnią warstwą tej przeplatanki musi być cukier. Zakręcony słój odłożyć na kilka dni by owoce puściły sok. Zawartość słoja raz dziennie należy przemieszać obserwując jednocześnie czy soku przybywa. W dniu, w którym soku już przybywa, jest on gotowy by przelać go do mniejszych słoików lub butelek i poddać pasteryzacji.

Mapa Smaków
Ziemi Wadowickiej

Ryczów
sernik królewski
Witanowice
kładzionki ziemniaczane witanowickie
Roków
pstrąg
WICE
kremówka papieska
Klecza Dolna
miody
Kalwaria Zebrzydowska
ogórki kiszone
Izdebnik
jarzębiak izdebnicki
iornik
a Poręba
Mucharz
pierogi z czosnkiem niedźwiedzim

20

Radoczański jabłecznik

TRADYCJA

HISTORIA przygotowywania jabłecznika we wsi **Radocza** (ok. 5 km od Wadowic), w sąsiedniej gminie Tomice, sięga kilku pokoleń wstecz. Według starych lokalnych podań pomysł narodził się w XIX wieku, kiedy to miejscowa gospodyni będąc kucharką we dworze piekła tradycyjny strudel z jabłkami z dodatkiem różanej konfitury. Udoskonalone nadzienie zastosowała we własnym wypieku na kruchym cieście. Jej jabłecznik zyskał na popularności wśród okolicznej ludności. Niestety w wyniku wojennej zawieruchy na początku XX w. i trudnych warunków życia przepis został prawie zupełnie zapomniany. Na szczęście jego zarys przetrwał w rodzinnych opowiadaniach. Od ponad trzydziestu lat tradycyjny radoczański jabłecznik jest wypiekany z miejscowych składników. Do przygotowania ciasta używa się mąki z lokalnego młyna, a jaja kurze, jabłka oraz konfiturę z płatków róż pozyskuje się od okolicznych rolników. Przygotowanie deseru jest pracochłonne, ale chętnie pieką go mieszkańcy i serwują podczas ważnych lokalnych uroczystości oraz prezentacji lokalnych specjałów. W 2016 r. Zespół Szkół Centrum Kształcenia Ustawicznego im. św. Jana Pawła II w Radoczy uzyskał dla radoczańskiego jabłecznika certyfikat tradycyjnego produktu regionalnego Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

Radocza PARK HOTEL ACTIVE & SPA

Obecnie to wyjątkowe ciasto można skosztować
w *Hotelu Radocza Park*
ul. Parkowa 1, 34 -100 Radocza
tel. +48 33 873 49 10, 33 873 49 25
e-mail: recepcja@radoczapark.pl

90 min. 25-30 porcji

PRZEPIS

SKŁADNIKI:

- 500 g mąki krupczatki
- 100-150 g masła
- 150 g margaryny
- 100 g cukru pudru
- 10 g otartej skórki z cytryny
- 4-5 szt. żółtek (gotowane lub surowe)
- 200 g konfitury z róży
- 1,5 kg kwaskowych jabłek
- 100 g rodzynki
- 30 g smażonej skórki pomarańczowej
- cukier do smaku
- cynamon do smaku
- 1 opakowanie cukru waniliowego
- 30 g cukru pudru do posypania lub lukier
- 250 g cukru pudru
- 2 szt. białka
- olejek różany kilka kropli

PRZYGOTOWANIE:

Sporządzić ciasto kruche: żółtka oddzielić od białek, razem z cedzakiem włożyć je do rondla z wrzącą wodą w takiej ilości, aby żółtka były przykryte wodą, trzymać ok. 15 minut w temp. 80˚C, wyjąć, schłodzić, przetrzeć przez sito. Mąkę przesiać na stolnicę i bardzo dokładnie posiekać z tłuszczem, dodać żółtka (mogą być surowe), przesiekać cukier puder i otartą skórkę cytrynową, szybko zagnieść rozcierając dłońmi dokładnie wszystkie składniki w gładką, jednolitą masę. Zostawić w chłodnym miejscu na 15 min. pod przykryciem. Podzielić na 2 części: jedną wywałkować na grubość 0,75 – 1 cm, włożyć do nagrzanego piekarnika i dobrze podpiec w temp. 200˚C, schłodzić. Posmarować konfiturą z róży. Jabłka umyć, obrać, poszatkować na cienkie plasterki, przyprawić do smaku cukrem, cynamonem, cukrem waniliowym, dodać skórkę pomarańczową i rodzynki, rozłożyć równo na podpieczonym placku, przykryć resztą ciasta i upiec na złoty kolor w temp. 200˚C. Placek wyjąć, oprószyć cukrem pudrem, można polukrować: białka połączyć z cukrem pudrem i ucierać do białości, na koniec dodać kilka kropel olejku różanego i rozsmarować na letnim placku. Podawać na zimno lub ciepło, można z lodami, bitą śmietaną lub adwokatem, lub udekorowane melisą, goździkiem, skórką pomarańczową.

Kładzionki ziemniaczane witanowickie

Często, gdy zostawały niezjedzone na obiad ziemniaki nasze babcie i mamy ugniatały je, dodawały mąkę, jajko, cebulę, sól i pieprz. Potem smażyły je na smalcu. Gotowe placki podawały ze zsiadłym mlekiem lub surówką.

Gospodynie z Witanowic

TRADYCJA

WITANOWICE to niewielka wieś o średniowiecznej genezie leżąca w sąsiadującej z Wadowicami Gminie Tomice. Od ponad 60 lat na jej terenie znane są kładzionki ziemniaczane – potrawa tania, a zarazem prosta w przygotowaniu. Popularność tego dania wśród mieszkańców związana jest z wielowiekową tradycją ekologicznej uprawy ziemniaka. Według tradycji do kładzionek używano najczęściej ziemniaków, które zostały z poprzedniego posiłku dbając o to, aby nic do jedzenia się nie zmarnowało. Obecnie ziemniaki do kładzionek przygotowuje się w łupinkach – tzw. mundurkach i obiera się dopiero po ugotowaniu. Zabieg ten ma na celu zminimalizować utratę składników mineralnych zawartych w ziemniakach i tym samym wydobyć ich jak najlepszy smak. Dawniej kładzionki ziemniaczane witanowickie określano jako kotlety ziemniaczane, placuszki ziemniaczane albo po prostu placuszki. Podaje się je jako dodatek do mięs, sosów lub surówek. W 2016 r. Koło Gospodyń Wiejskich z Witanowic otrzymało dla tej potrawy certyfikat tradycyjnego produktu regionalnego z Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Obecnie kładzionki ziemniaczane witanowickie można degustować podczas lokalnych uroczystości.

ok. 60 min. 4 porcje

PRZEPIS

SKŁADNIKI:

- 8 średnich ziemniaków
- 2 jajka
- 4 kopiate łyżki mąki pszennej
- 2 cebule
- smalec do smażenia
- mąka do obtaczania kładzionki
- sól i pieprz

PRZYGOTOWANIE:

Ziemniaki ugotować, wystudzić i przepuścić przez praskę. Cebulę zrumienić na smalcu. Do ziemniaków dodać mąkę, jajka, na końcu schłodzoną smażoną cebulę. Doprawić solą i pieprzem. Formować małe „kładzionki", obtoczyć w mące i smażyć na smalcu na rumiano. Podawać na zimno i na ciepło. Z kwaśnym mlekiem lub surówką.

24

Placki ziemniaczane z Andrychowa

TRADYCJA

ANDRYCHÓW to XVIII-wieczne miasteczko, położone nad rzeką Wieprzówką (ok.12 km na zachód od Wadowic). Jego dzieje nierozerwalnie wiążą się z przemysłem tkackim, który swój rozkwit przeżywał na początku XX wieku. Wówczas to w Andrychowie powstała fabryka braci Czeczowiczka, która była pierwszą galicyjską tkalnią mechaniczną wyrobów bawełnianych. Stąd mieszkańców Andrychowa zwano *drelicharzami* (od drelichu, z którego szyto ubrania robocze). Rozwój tkackiego przemysłu miał wpływ na bogacenie społeczeństwa, które było stać na codzienny zakup wyrobów piekarniczych. Dlatego w mieście zaczęły powstawać liczne piekarnie. Oferowały nie tylko chleby, bułki, ale również placki, a andrychowian zaczęto nazywać *plackorzami*. Obecnie określenia *plackorze* w miejscowej tradycji odnosi się nie tylko do pieczywa, ale również do smażonych placków ziemniaczanych. Przygotowywano je tradycyjnie z podpieczoną cebulką oraz czosnkiem na odpust ku czci św. Macieja. Na bazie tej kulinarnej tradycji corocznie organizuje się w Andrychowie Festiwal Plackorzy, podczas którego odbywa się konkurs o „Złotą andrychowską czapkę kucharską" na najbardziej tradycyjny placek.

45 min. 10 porcji

PRZEPIS

SKŁADNIKI:

- 3 kg ziemniaków
- 6 jajek
- 6 łyżek mąki
- 2 cebule
- 3 łyżki kwaśnej śmietany
- sól, pieprz
- olej do smażenia

PRZYGOTOWANIE:

Ziemniaki obrać i zetrzeć na tarce, lekko odcedzić. Cebulę obrać i zetrzeć, dodać do tartych ziemniaków. Potem dodać śmietanę, mąkę i żółtka z jaj – sól i pieprz do smaku, a na końcu ubitą pianę z białek. Piec na złoty kolor na rozgrzanym oleju.

26

Ogórki kiszone z Kalwarii Zebrzydowskiej

Kiedy w domu były jakieś uroczystości lub kłopoty, wtedy szliśmy do Kalwarii i tak już mi zostało.

kard. Karol Wojtyła, Kalwaria Zebrzydowska, 1976 r.

TRADYCJA

KALWARIA ZEBRZYDOWSKA to niewielka miejscowość, ok. 15 km na wschód od Wadowic, nad którą wznosi się XVII-wieczne Sanktuarium Pasyjno-Maryjne. Najwięcej pielgrzymów do Kalwarii przyciągają Misteria Męki Pańskiej w Wielkim Tygodniu oraz Odpust Wniebowzięcia NMP (15 VIII), gdzie w procesji Zaśnięcia i Triumfu MB uczestniczą rzesze wiernych. Szczególnie podczas sierpniowych uroczystości, oprócz pielgrzymów, do Kalwarii przybywali okoliczni handlarze, którzy na rozstawionych wśród kaplic kramach zachęcali do zakupu dewocjonaliów i lokalnych smakołyków. W pamięci kalwaryjskich pątników zachował się zwyczaj sprzedawania na Dróżkach ogórków kiszonych z wielkich beczek. Kiszeniem i ich sprzedawaniem trudnili się mieszkańcy Kalwarii Zebrzydowskiej, stąd potocznie zwykło się ich nazywać *ogórcorzami*. Do dzisiaj tradycja kiszenia ogórków w Kalwarii jest nadal żywa, a beczki z ogórkami można spotkać w czasie odpustów w kalwaryjskim Sanktuarium. Każda szanująca się kalwaryjska gospodyni potrafi przyrządzić najlepsze w regionie kiszone ogórki.

40 min. **ponad 10 porcji**

PRZEPIS

SKŁADNIKI:

- ogórki korniszony (ilość dowolna)
- czosnek
- korzeń chrzanu
- koper (koszyk z nasionami)
- liść wiśni lub czarnej porzeczki
- liść dębu

Składniki na zalewę

- na 1l wody/ 1 łyżka soli
- 1 łyżka cukru

PRZYGOTOWANIE:

Ogórki namoczyć w wodzie na około 2 godziny, umyć i wysuszyć. Przygotować słoiki i do każdego nałożyć: ząbek czosnku, korzeń chrzanu, koper – koszyk z nasionami, liść wiśni lub czarnej porzeczki, liść dębu. Następnie ułożyć dość ciasno ogórki i zalać zalewą.

Zalewa

Na 1 litr wody dodać 1 łyżkę soli i 1 łyżkę cukru. Wszystko zagotować i odstawić do wystudzenia. Następnie zalać ogórki zalewą, zakręcić (ale nie do końca) i pozostawić na 2-3 dni w ciepłym miejscu. Gdy zaczną się kisić, dokręcić zakrętki i wynieść do spiżarni.

według przepisu p. Małgorzaty Pałosz – gospodyni z Kalwarii Zebrzydowskiej

Pierogi ruskie z czosnkiem niedźwiedzim

TRADYCJA

MUCHARZ to wieś położona ok. 13 km na południe od Wadowic. W okresie przedchrześcijańskim na jej terenach znajdował się ośrodek pogańskiego kultu religijnego. Obecnie Mucharz przyciąga bliskością zapory w Świnnej Porębie, usytuowanej na 26,6 km biegu rzeki Skawy. Skawa to górska rzeka, której brzegi są wyjątkowo bogate w faunę i florę. Wśród nich można znaleźć m.in. czosnek niedźwiedzi zwany dawniej czosnkiem cygańskim lub cebulą czarownic. Przewyższa on czosnek pospolity pod względem zawartości substancji, które korzystnie wpływają na układ sercowo-naczyniowy oraz pomagają zwalczać wirusy, bakterie czy grzyby. W lokalnej kuchni czosnku niedźwiedziego używa się m.in. do przygotowania farszu na ruskie pierogi. W Mucharzu corocznie organizowany jest Festiwal Pieroga, podczas którego odbywa się konkurs na najlepsze pierogi. W konkursie bierze udział również Stowarzyszenie Gościniec 4 Żywiołów, które w 2015 i 2016 roku zajęło pierwsze miejsce.

60 min. **4 porcje**

PRZEPIS

SKŁADNIKI:

Farsz:

- 500 g sera białego tłustego
- 500 g ziemniaków
- 300 g boczku wędzonego
- 300 g cebuli
- ½ kostki masła
- garść świeżego czosnku niedźwiedziego
- pieprz, sól

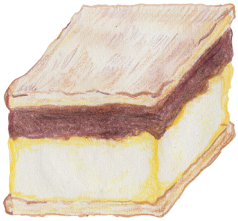
Ciasto na pierogi:

- 500 g mąki
- ½ szklanki wody
- 60 g oleju

PRZYGOTOWANIE:

Z mąki, wody i oleju zagnieść ciasto, rozwałkować cienko, szklanką wyciąć krążki. Ziemniaki ugotować, zmielić i zmieszać z serem, pokroić boczek i podsmażyć. Cebule pokroić i zeszklić na maśle, posiekać czosnek. Wszystkie składniki wymieszać i doprawić do smaku solą i pieprzem. Na każdy krążek ciasta nałożyć farsz i sklejać pierogi. Gotować w posolonej wodzie 3 minuty od wypłynięcia.

według przepisu Stowarzyszenia Gościniec 4 Żywiołów



Sernik królewski z Ryczowa

TRADYCJA

RYCZÓW to niewielka XIV-wieczna wieś (ok. 16 km na północ od Wadowic) w gminie Spytkowice. Jej powstanie wiąże się z cystersami krakowskimi, którzy tę ziemię otrzymali w darze od księcia opolskiego. Na terenie Ryczowa od ponad 25 lat przygotowywany jest sernik królewski. Dokładnie nie wiadomo skąd się wzięła jego nazwa, ale niewątpliwe ma ona związek z bogactwem składników użytych do jego wypieku. Charakterystyczną cechą tego sernika, wyróżniającego go spośród innych serników jest dodatek oleju zamiast masła, a także występowanie aż pięciu warstw. Charakterystyczny smak sera wzbogacony został lekką kwaskowością rodzynek oraz delikatnym aromatem kokosu. Sernik królewski należy do ciast, których w Ryczowie nie piecze się na co dzień, lecz na szczególne okazje, zwłaszcza na uroczystości rodzinne, ważne doroczne święta jak Boże Narodzenie, Wielkanoc czy odpusty. W 2013 r. Pani Janina Koterwas z Koła Gospodyń Wiejskich z Ryczowa otrzymała dla tej potrawy certyfikat tradycyjnego produktu regionalnego z Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

90 min. **25-30 porcji**

PRZEPIS

SKŁADNIKI:

Ciasto:

- 2 szklanki mąki
- 1 jajko
- 2 żółtka
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- ½ kostki margaryny
- ½ szklanki cukru

Masa serowa:

- 1,2 kg sera białego
- 6 jajek swojskich
- 1 szklanka cukru
- 2 budynie śmietankowe bez cukru
- ½ szklanki oleju
- 1,5 szklanki mleka
- 100 g rodzynek
- kokos do posypania
- 2 łyżki kakao

PRZYGOTOWANIE:

Ciasto:

Zagnieść wszystkie składniki na jednolitą masę, rozłożyć na blaszkę.

Masa serowa:

Szklankę cukru, 4 żółtka oraz 2 całe jajka ubić na puszystą masę. Następnie dodać ser i wymieszać wszystko razem. Do masy po kolei wlać ½ szklanki oleju, mleko a na końcu wsypać budyń cały czas mieszając. Tak przygotowaną masę wylać na blaszkę z ciastem pozostawiając około 2 szklanek masy na kolejną warstwę z kakao. Na masie wylanej do blaszki delikatnie ułożyć rodzynki, a na to nałożyć pozostałą masę serową wymieszaną z kakao. Włożyć do piekarnika rozgrzanego do temp. 180˚C i piec 40 minut. W tym czasie ubić z 4 białek i ½ szklanki cukru pianę, a następnie wylać ją na upieczony sernik i zapiekać jeszcze 20 minut. Gorący sernik posypać kokosem.

32

Jarzębiak izdebnicki

Jarzębina od najdawniejszych czasów była obecna w życiu mieszkańców Małopolski. Chroniła przed wszelkimi złymi siłami i demonami, miała też szerokie zastosowanie w medycynie ludowej: stosowano napary z kwiatów i kory, wywary z owoców, sporządzano nalewki na jej jagodach.

Urszula Janicka-Krzywda, „Czerwona jarzębina", Kwiaty 2004/4

TRADYCJA

IZDEBNIK to średniowieczna wieś w gminie Lanckorona (ok. 21 km na wschód od Wadowic). Początkowo była własnością królewską, z czasem starostwa lanckorońskiego. Wioska stała się słynna na przełomie XIX i XX wieku kiedy to arcyksiąże Rainer Habsburg, wraz ze swym głównym zarządcą Ludwikiem Seelingiem, stworzył w Izdebniku słynną w całej Galicji i Europie *Fabrykę Wódek Zdrowotnych Jego ces. i król. Wysokości Arcyksięcia Rainera*. Produkowano w niej: jarzębiak, jarzębinkę, krem jarzębinowy oraz koniferynkę. Zdobywały one wiele nagród i medali na międzynarodowych targach i wystawach, stając się poszukiwanymi trunkami w całej monarchii Austro-Węgierskiej i poza nią. Dokładnie nie wiadomo od kiedy zaczęto wytwarzać nalewki jarzębinowe w Izdebniku. Według najstarszych mieszkańców początkowo robiono proste nalewki zalewając owoce gorzałką, dopiero później spirytusem, czasami słodząc je miodem, w późniejszych latach cukrem bądź syropem cukrowym. W 2010 r. za sprawą Pani Anastazji Przywary odtworzony przepis na jarzębiak izdebnicki otrzymał certyfikat tradycyjnego produktu regionalnego w Ministerstwie Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

40 min. **ponad 10 porcji**

PRZEPIS

SKŁADNIKI:

- owoce jarzębiny
- rodzynki, figi lub daktyle
- spirytus o mocy 60-70%
- spirytus o mocy 50% lub wódka zbożowa
- woda

PRZYGOTOWANIE:

Przemrożone, a następnie podsuszone owoce jarzębiny należy zblanszować. Sparzone, osuszone owoce wsypać do naczynia, dodać rodzynki figi lub daktyle, a następnie zalać spirytusem o mocy od 60 do 70%, tak aby wszystkie owoce były zanurzone w alkoholu. Szczelnie zamknięte naczynie odstawić na 4 do 6 tygodni. Po tym okresie zlać płyn, który stanowić będzie I nalew. Pozostałe owoce zalać ponownie spirytusem o mocy 50% lub wódką zbożową i macerować przez okres 2 do 4 tygodni. W ten sposób otrzymuje się nalew II. Owoce zalać wodą, uzyskana w ten sposób ciecz stanowi III nalew. Można odcisnąć owoce w płóciennym woreczku i dodać uzyskany płyn do poprzedniego nalewu lub pozostawić do sklarowania w osobnym naczyniu jako IV nalew. Wszystkie nalewy zmieszać ze sobą, tak aby uzyskać moc jarzębiaku od 38 do 45%. Następnie pozostawić ciecz na 5-6 miesięcy w chłodnym miejscu. Po tym czasie klarowną nalewkę ściągnąć znad osadu, wlać do butelek i szczelnie zamknąć.

NOTATKI

NOTATKI

WYDAWCA:
Gmina Wadowice

REDAKCJA:
Wydział Obsługi Ruchu Turystycznego
Urząd Miejski w Wadowicach

Wadowice 2017

ISBN 978-83-948047-0-1

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY