

WARMIA MAZURY PODLASIE

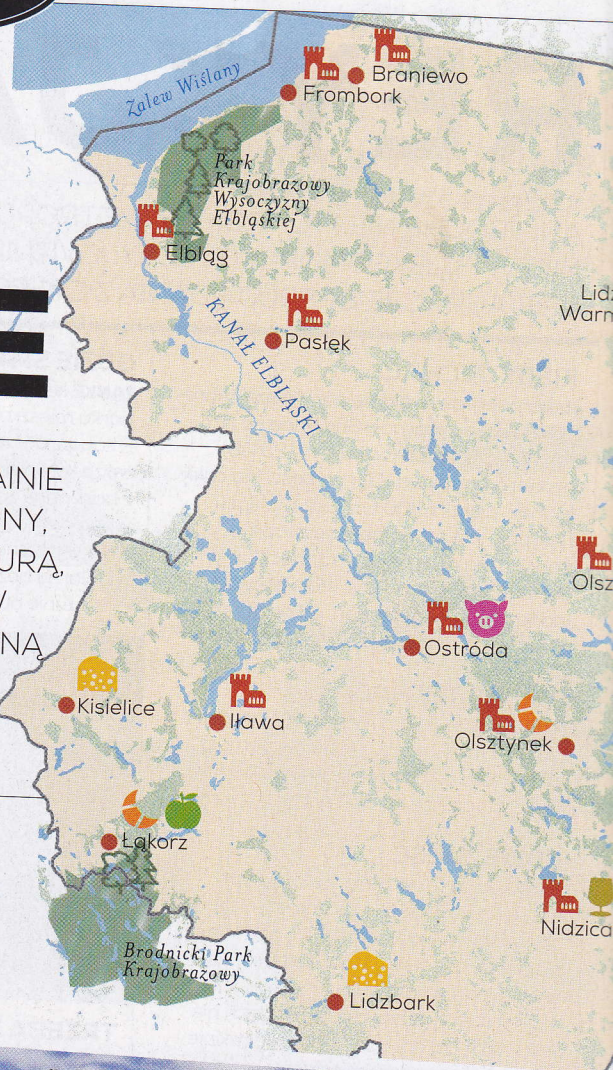
PLANUJECIE WAKACJE NA PODLASIU LUB W KRAINIE TYSIĄCA JEZIOR? TO DOBRY WYBÓR! OBA REGIONY, OPRÓCZ LICZNYCH ZABYTEKÓW, KONTAKTU Z NATURĄ, WĘDKOWANIA, ŻEGLOWANIA I INNYCH SPORTÓW WODNYCH, MAJĄ DO ZAOFEROWANIA TAKŻE PYSZNA KUCHNIĘ. ZAPRASZAMY WIĘC W KULINARNĄ PODRÓŻ PO PÓŁNOCNO-WSCHODNIEJ POLSCE

tekst: **Monika Jankowska-Kapica**

Przed II wojną światową Warmię i Mazury, czyli dawne Prusy Wschodnie, zasiedlała głównie ludność niemieckojęzyczna i Polacy (25-50 proc.), natomiast po wojnie sprowadzili się tam przesiedleńcy z Kresów Wschodnich. Dlatego tutejsza kuchnia jest zlepkiem trzech kulinarnych tradycji: polskiej, niemieckiej i kresowej. Z kuchni polskiej wywodzą się wędliny, tradycyjne zupy, takie jak flaki czy barszcz, oraz upodobanie do używania śmietany i ziół, zwłaszcza majeranku i kminku. Niemiecka spuścizna to m.in. potrawy z kapusty, kluski, skłonność do słodko-kwaśnego przyprawiania potraw oraz obfitość mięsa i jego przetworów. Tradycji kresowej natomiast kuchnia warmińsko-mazurska zawdzięcza potrawy z ziemniaków oraz pierogi z ostro doprawionym farszem. Charakterystyczne dla całego regionu są też oczywiście dania z ryb z mazurskich jezior i rzek, Zalewu Wiślanego, a także Bałtyku.

Na teren Podlasia i Suwalszczyzny w okresie przesiedleńczym sprowadziło się również wielu przybyszów zza Bugu. Zapożyczenia z litewskiej tradycji to kindziuk, kołduny i potrawy z ziemniaków, które stały się podstawą miejscowej kuchni: kartacze (na Litwie zwane cepelinami) oraz bliny. Z Białorusi pochodzą babka i kiszka ziemniaczana.

Ten region obfituje także w zarybione jeziora pełne siei, sielawy, stynki, a także szczupaka. Najbardziej niezwykłą atrakcją kulinarną jest jednak kuchnia tatarska – do wypróbowania w Kruszynianach.

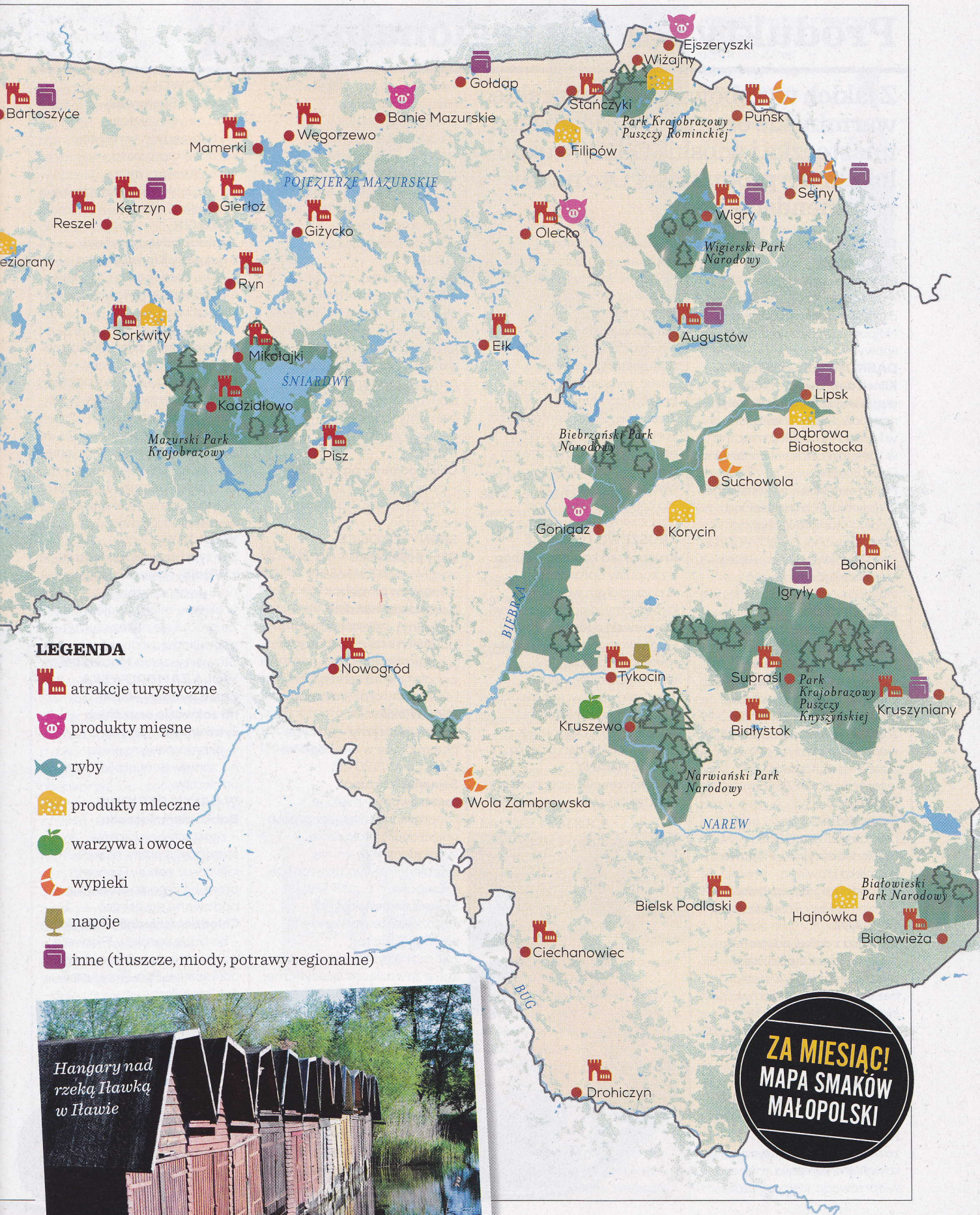


*Statek „Kormoran”
na pochylni
Kanału Elbląskiego*



Ostróda





Hangary nad rzeką Iławką w Iławie