

HALINA MAKAŁA

Wyższa Szkoła Turystyki i Języków Obcych w Warszawie

ATRAKCYJNOŚĆ DZIEDZICTWA KULINARNEGO PODLASIA

ATTRACTION CULINARY HERITAGE OF PODLASIE

Wstęp

Turystyka pełni ważną rolę w procesie przekazu kultury i dziedzictwa kulturowego. Dzięki niej dochodzi do specyficznych interakcji między turystami i mieszkańcami określonego obszaru, do wzajemnego przenikania kultur, systemów wyznawanych wartości oraz postaw społecznych.

Tradycje kulinarne, a w związku z tym kuchnie regionalne, różnią się między sobą rodzajem stosowanych surowców i dodatków, a także technologią przyrządzania potraw i napojów. Znaczenie kulturowego dziedzictwa kulinarnego jest doceniane przez wiele regionalnych placówek gastronomicznych i gospodarstw agroturystycznych, serwujących tradycyjne potrawy przygotowywane według dawnych, sprawdzonych receptur.

Gastronomia stanowi jeden z podstawowych elementów obsługi ruchu turystycznego, ponieważ zapewnia możliwości wyżywienia osobom przebywającym poza domem. Produkty i potrawy tradycyjne oraz regionalne województwa podlaskiego, które odznaczają się prostotą, a zarazem różnorodnością, oryginalnością, a także bogactwem smaków, w ofercie gastronomicznej zajmują pozycję szczególną i są jedną z atrakcji turystycznych i kulinarnych tego regionu¹.

Celem niniejszej pracy jest charakterystyka oraz analiza dziedzictwa kulinarnego Podlasia. W opracowaniu podjęto próbę wskazania ważniejszych kulturowych uwarunkowań i specyfiki kuchni tego regionu, zaprezentowano regionalne potrawy i tradycyjne produkty żywnościowe jako potencjał turystyczny.

Wybrane potrawy Podlasia

Dziedzictwo kulinarne stanowi znakomite narzędzie promocji regionu, budowania satysfakcji turystów, ich doświadczeń i doznań. Chęć zasmakowania potraw kulinarnych coraz częściej staje się motywem przewodnim podejmowanych podróży turystycznych. Unikatowość dań, ich regionalna specyfika, a także bogactwo smaków i aromatów stanowi najwyższą, autentyczną i wyjątkową wartość dla niektórych turystów. Wiedza dotycząca

¹ W. Kurek, *Turystyka*, PWN, Warszawa 2008, s. 35–42.

dorobku kulinarnego pokoleń, smak tradycyjnych produktów, potraw coraz bardziej intryguje i dominuje podczas uprawiania turystyki.

Województwo podlaskie jest uznawane za region, który posiada jedną z ciekawszych kuchni regionalnych w Polsce i równocześnie należy do obszarów o dużym potencjale dla rozwoju turystyki kulinarnej. Podlaskie jest województwem najbardziej zróżnicowanym w Polsce pod względem etnicznym i kulturowym. Wynika to przede wszystkim z wielokulturowości obszaru, na którym na przestrzeni wieków funkcjonowały obok siebie i przenikały się wzajemnie różne grupy etniczne, takie jak: Białorusini, Tatarzy, Romowie, Litwini, Rosjanie, Ukraińcy, Niemcy i Żydzi. Z bogatej historii tego regionu, którą współtworzyły mniejszości narodowe i etniczne zamieszkujące te tereny, wyrosła wspaniała kultura, która stanowi atrakcję turystyczną, urozmaiconą przez różnorodność wyznaniową zamieszkującej tu ludności, tj. wyznania ewangelickie, staroobrzędowe, greckokatolickie, rzymskokatolickie, prawosławne, mojżeszowe oraz islam. Zróżnicowanie kulturowe znalazło też odzwierciedlenie w kuchni tego regionu².

Podlasie to nie tylko region Polski o wielowiekowej i wielokulturowej tradycji, przesiąkniętej szacunkiem do ciężkiej pracy, ludzi i historii. To także doskonała kuchnia, która łączy w sobie prostotę, różnorodność i bogaty smak, czym zjednała sobie popularność zarówno w Polsce, jak i poza jej granicami. Kuchnia tego regionu jest wynikiem kulinarnych doświadczeń wielu pokoleń różnych grup etnicznych, które zamieszkiwały ten region przez stulecia. To tutaj krzyżowały się bowiem kulinarne wpływy kuchni wielu narodów, dzięki którym potrawy sporządzane na Podlasiu mają tak wyjątkowy i niespotykany gdzie indziej smak. Najprzeróżniejsze zupy, mięsa, ciasta czy napoje alkoholowe potrafią rozsmakować w sobie nawet najwybredniejszych smakoszy z najbardziej odległych regionów Polski i Europy³.

Na tradycję przyrządzania podlaskich potraw wpływ miało połączenie rodzimej kuchni polskiej z kuchnią państw ościennych. Litwini przywieźli w polskie strony kartacze, chłodnik po litewsku, kindziuk, soczewiaki oraz sękacz. Rosjanie w kuchni Podlasia pozostawili kwas chlebowy oraz bliny, natomiast Tatarzy zadomowili w tejsze kuchni między innymi pieriekaczewnik, czeburaki i kołduny. Żydzi ubogacili kuchnię białasem, czyli drożdżówką z cebulą posypaną makiem. Najbardziej kaloryczna była kuchnia Białorusinów, czyli pierogi z przeróżnym nadzieniem, wareniki oraz potrawy, których podstawą są ziemniaki, na przykład placki ziemniaczane.

Potrawy charakterystyczne dla tego regionu mogą się wydawać dość skromne. W głównej mierze są one bowiem oparte na ziemniakach, mące, kaszach, jajach, warzywach oraz owocach lasu. Jednak pomimo pozorowanej prostoty często potrawy te wyróżnia bogactwo smaków. Na bazie ziemniaków powstają w tym regionie takie dania, jak: babka ziemniaczana, kiszka ziemniaczana, placki ziemniaczane, kartacze, rejbak czy soczewiaki.

² E. Czarnecka-Skubina, J. Grochowicz, E. Koniuch, *Wpływ różnych narodów na kuchnię podlaską i jej atrakcyjność turystyczną*, [w:] *Turystyka kulturowa a regiony turystyczne w Polsce*, red. E. Puchnarewicz, D. Orłowski, Wyd. WSTiJO, Warszawa 2010, s. 181–199.

³ K. Gajdka, Z. Widera, *Lokalne specjalty kulinarne jako element strategii promocyjnych regionów*, Śląska Organizacja Turystyczna, Katowice 2007, s. 7.

Babka ziemniaczana jest to typowa potrawa kuchni osób ubogich. Pierwotnie podstawowymi jej składnikami były tylko tarte ziemniaki i smażona słonina. Później do jej przyrządzenia zaczęto wykorzystywać mąkę, jaja, boczek, a nawet grzyby. Przy przygotowaniu babki ziemniaczanej, jako elementy wzbogacające smak, współcześnie wykorzystuje się wędliny, ser podpuszczkowy oraz cebulę⁴.

Potrawą ziemniaczaną charakterystyczną dla Podlasia jest kiszka ziemniaczana. Jej podstawowymi składnikami są: ziemniaki, słonina, sadło lub podsmażony boczek oraz przyprawy. Tak przygotowaną masą wypełnia się jelita wieprzowe, a następnie poddaje pieczeniu. Kiszka ziemniaczana można spożywać na zimno bądź na gorąco. Kiszka oraz babka ziemniaczana cieszą się tak dużym uznaniem wśród turystów, że raz do roku, na przełomie maja i czerwca, w Supraślu pod Białymstokiem organizowane są Mistrzostwa Świata w Pieczeniu Kiszki i Babki Ziemniaczanej.

Kolejną potrawą typową dla kuchni podlaskiej, do przygotowania której wykorzystuje się ziemniaki, są kartacze. Są to kluski o nieco wydłużonym kształcie. Do przygotowania ciasta na kartacze wykorzystuje się w takiej samej proporcji ziemniaki ugotowane i surowe (starte i odsączone) oraz w niewielkiej ilości mąkę ziemniaczaną, czasem jeszcze mąkę pszenną. Następnie kartacze nadziewane są farszem z mielonego mięsa baraniego lub wieprzowego i cebuli. Ugotowane kartacze podaje się najczęściej z dodatkiem podsmażonej słoniny⁵. Ziemniaki są też podstawą ciasta o nazwie rejbak. Przed wypiekiem składniki takie jak: surowe tarte ziemniaki, kasza manna (około połowa masy ziemniaków) oraz wcześniej przygotowane skwarki z cebulą wyrabia się oraz przyprawia do smaku.

Potrawą na bazie ziemniaków, wywodzącą się z ziem leżących na pograniczu polsko-litewskim, są soczewiaki. Dawniej, ze względu na pracochłonność, potrawę tę najczęściej przygotowywano zimą, właśnie wtedy bowiem gospodynie miały więcej czasu. W wersji uboższej soczewiaki to rodzaj bułeczek z ciasta ziemniaczanego, nadziewanych mielonymi nasionami soczewicy. Do farszu dodaje się podsmażoną cebulę wraz z boczkiem. Soczewiaki spożywa się na ciepło (bezpośrednio po upieczeniu) lub odgrzane na patelni. Mogą one być traktowane jako paszteciki i podawane z czerwonym barszczem. Oprócz tych tradycyjnych soczewiaków, na bazie ciasta ziemniaczanego na Suwalszczyźnie, w niektórych punktach gastronomicznych można spotkać naleśniki z farszem z soczewicy, które również określa się mianem soczewiaków.

Obok ziemniaków do podstawowych produktów żywnościowych Podlasia zalicza się chleb, który niegdyś wypiekany był w każdym gospodarstwie domowym. Każda gospodyni stosowała nieco odmienny skład recepturowy, inny czas fermentacji oraz inny piec chlebowy, w którym prowadzono wypiek. Wypieki różniły się kwasowością, smakiem czy aromatem. Dawniej chleb przygotowywano tylko z mąki żytniej pochodzącej z własnego gospodarstwa. Pieczony był na liściach tataraku, dębu lub kapusty w specjalnych piecach chlebowych lub tak zwanych duchówkach. Do wypieku pieczywa stosowana jest aktu-

⁴ A. Siczko, *Kuchnia Podlasia w świetle badań Koła Naukowego Dietetyków*, Agro-Smak, Białystok 2010, s. 55.

⁵ A. Siczko, *Edukacyjny charakter polskich kuchni regionalnych*, Agro-Smak, Łomża 2010, s. 66.

alnie, obok mąki żytniej, także mąka pszenna (w proporcji pół na pół) bądź sama mąka pszenna z dodatkiem otrąb. Coraz częściej wypiek chleba na liściach tataraku prowadzi się w gospodarstwach agroturystycznych, jako wzbogacenie oferty turystycznej. Pojawiają się również próby jego wypieku w ramach gospodarstw ekologicznych⁶.

Innym produktem, często wykorzystywanym w potrawach charakterystycznych dla kuchni Podlasia, są różnego rodzaju kasze. Dawniej gościły one na stołach częściej, niż ma to miejsce obecnie. Największe zastosowanie miały kasza gryczana i jaglana oraz pęczak z pszenicy lub jęczmienia. Kasze przygotowywano na różne sposoby. Najczęściej podawano je jako samodzielne dania z dużą ilością stopionej słoniny bądź wykorzystywano do przygotowywania różnych farszów i nadzień. Tylko kasza gryczana nie straciła nadal na popularności i chętnie serwowana jest jako dodatek do drugich dań obiadowych. Kasza jaglana rzadko już gości na stołach mieszkańców Podlasia⁷.

Szczególną pozycję w kuchni podlaskiej zajmują wypieki obrzędowe, bez których nie może się odbyć chociażby podlaskie wesele. Na szczególną uwagę zasługuje sękacz, który jest typowym produktem polsko-litewskiego pogranicza. Tradycja i sztuka jego wypieku korzeniami sięga kultury Bałtów (plemion dawniej zamieszkujących te ziemie). To niezwykle ciasto zadziwia przede wszystkim swoim kształtem, który zawdzięcza metodzie pieczenia. Wypieka się go bowiem bezpośrednio nad ogniem za pomocą specjalnego wałka (wykonanego ze ściętego stożka, pustego wewnątrz). Ciasto zapiekane jest warstwami na obracającym się rożnie, dzięki czemu powstaje dwukolorowa struktura sękacza, gdyż ciasto, spływając, zastęga i tworzy charakterystyczne kształty. Proces pieczenia trwa dość długo – około dwóch godzin. Na przekroju wyglądem sękacz przypomina konar drzewa, na którym widać kolejne słoje. Podstawowym surowcem wykorzystywanym przy przygotowaniu ciasta są jaja (około 60 sztuk), do których dodawany jest cukier, mąka pszenna, masło i śmietana. Zwykle przyrządza się go okazjonalnie, na wesela. Dobrze upieczony sękacz jest nawet smaczny po upływie pół roku⁸.

Oprócz sękacza wypiekami charakterystycznymi dla Podlasia są: korowaj, mazurek moczony, mrowisko.

Korowaj, podobnie jak sękacz, jest także typowym ciastem weselnym. W smaku wypiek nie różni się od zwykłego ciasta drożdżowego. Charakterystyczny jest natomiast jego wygląd. Korowaj pieczony jest w specjalnych, wysokich i okrągłych blachach korowajowych (o średnicy około 20 cm), dzięki czemu ciasto osiąga wysokość 25–30 cm; dodatkowo ciasto jest bogato zdobione elementami symbolicznymi: warkocze, zajączki, ptaszki, białe płótno, zielona gałązka, wianek.

⁶ A. Fiedoruk, *Rozmaitości Podlasia*, Agro-Smak, Białystok 2006, s. 42–47.

⁷ A. Sieczko, *Kuchnia...*, op. cit., s. 22.

⁸ R. Zabrocki, *Kulturowe wartości żywności i żywienia regionalnego jako składowa atrakcyjności turystycznej regionu*, [w:] *Gastronomia w ofercie turystycznej regionu*, red. Z.J. Dolatowski, D. Kolożyn-Krajewska, Wyd. WSHiT, Częstochowa 2009, s. 69.

Mazurek moczony to również ciasto drożdżowe, które po wyrobieniu, a przed upieczeniem, trzyma się 12 godzin w płóciennym worku w zimnej wodzie. Po upieczeniu mazurek jest bardzo puszysty.

Charakterystyczne dla Suwalszczyzny jest ciasto o nazwie mrowisko. Podstawowymi składnikami wypieku są jaja i mąka. Rozwałkowane cienko ciasto jest krojone na prostokąty i smażone na tłuszczu (olej). Powstałe placki układa się na talerzu w kopiec przypominający mrowisko, polewając na koniec miodem i posypując rodzynkami i makiem. Dawniej mrowisko przygotowywane było tylko z okazji świąt bądź ważnych uroczystości. W restauracjach pogranicza polsko-litewskiego dostępne jest cały rok. Innego rodzaju wyrobem na bazie ciasta drożdżowego są tak zwane pampuchy – kluski gotowane na parze, o wielkości około 5–8 cm; podaje się je na słodko, polane owocowym sosem⁹.

W regionie Podlasia potrawy są w znacznej mierze przygotowywane z tanich i łatwo dostępnych surowców. Ze względu na bogactwo terenów zielonych, licznych jezior, a tym samym obszarów łowieckich w menu omawianego regionu można także znaleźć potrawy z owoców leśnych, ryb oraz dziczyzny. Grzyby z lasów województwa podlaskiego są podawane głównie jako smażone z cebulą lub duszone. Dziczyznę natomiast przyrządza się z dodatkiem sosu szyszkowego. Sos ten otrzymuje się z szyszek zbieranych w listopadzie i gotowanych w ziołach.

Obszar województwa podlaskiego słynie również z produkcji napojów alkoholowych, zarówno niskoprocentowych, jak i wysokoprocentowych. Jako jeden z przykładów niskoprocentowych napojów alkoholowych można wymienić piwo kozicowe, warzone na bazie owoców jałowca. Mocniejsze nalewki są przygotowywane z wykorzystaniem różnych ziół i miodu. Inne trunki charakterystyczne dla omawianego obszaru to owocowe likiery i nalewki (na przykład: żurawinówka, jałowcówka, pigwówka). Podlasie znane jest też z wyrobu wódki żubrówki, której wyjątkowa barwa i aromat uzyskiwane są przez dodatek rosnącej jedynie w Puszczy Białowieskiej trawy żubrowej.

Działania promocyjne regionu

Tradycyjne produkty oraz oferta kuchni regionalnych są ważnymi składnikami skutecznej polityki promocyjnej miejscowości i regionów turystycznych przemawiających do wyobraźni turystów. Promocji i popularyzacji żywności regionu podlaskiego służą liczne imprezy organizowane cyklicznie, tj. targi turystyczne, festiwale, festyny, jarmarki.

W 2002 roku rozpoczęło działalność stowarzyszenie Podlasia Regionalna Organizacja Turystyczna (PROT). Organizuje ono dwie imprezy mające na celu promocję oraz popularyzację atrakcji turystycznych, w tym także kuchni regionalnej województwa podlaskiego. Są to Podlaskie Targi Turystyczne oraz Międzynarodowy Festiwal Kuchni w Białymstoku.

Województwo podlaskie jest gospodarzem licznych imprez, które promują najważniejsze regionalne produkty żywnościowe. Stanowią one doskonałą promocję nie tylko

⁹ A. Sieczko, *Kuchnia...*, op. cit., s. 22.

wybranych miejscowości, lecz również całego regionu. Województwo podlaskie promuje się poprzez:

- Międzynarodowy Festiwal Kuchni w Białymstoku – jego idea jest nawiązanie do dziedzictwa kulturowego Białegostoku oraz wielokulturowości Polski Północno-Wschodniej, znajdującej odzwierciedlenie w kuchni regionu Podlasia. W czasie corocznego festiwalu odbywa się Jarmark Wyrobów Regionalnych, podczas którego wytwórcy przysmaków regionalnych oraz twórcy ludowi oferują turystom swoje produkty i promują lokalną tradycję.
- Jarmark Wielkanocny – jest miejscem promocji nie tylko sztuki ludowej Podlasia, ale także produktów spożywczych tradycyjnie wytwarzanych przez miejscowych producentów. Prezentują oni chleby wypiekane według tradycyjnych receptur, miody z podlaskich pasiek oraz odpustowe obwarzanki, sery korycińskie, ogórki narwiańskie, piwo kozicowe, kwas chlebowy, tradycyjne wędliny z Podlasia i Litwy.
- Targ Dożynkowy, który odbywa się w ostatnią niedzielę września w Białymstoku, na którym promowana i oferowana jest także kuchnia regionalna.
- Podlaska Biesiada Miodowa w Tykocinie – zawiera w programie konkurs na Najsmaczniejszy Miód Podlasia, Turniej Nalewek Miodowych, prezentację i sprzedaż miódów z najlepszych pasiek. Odwiedzana jest przez około 20 tys. turystów. Zdobyła ona główną nagrodę w I edycji konkursu Urzędu Marszałkowskiego – Podlaska Marka Roku, w kategorii Pomysł Roku. W czasie Biesiady promowane są nie tylko miody, lecz także inne produkty tradycyjne.
- Biesiada Miodowa w Kurowie – impreza cykliczna, na której bartnicy z całego Podlasia oferują najlepsze miody o różnorodnym przeznaczeniu. Impreza jest uzupełniona o konkursy, wystawy fotograficzne, pokazy, występy zespołów ludowych, orkiestr i innych grup muzycznych oraz produkty kuchni regionalnej.
- Podlaskie Święto Chleba – odbywa się ono w Muzeum Rolnictwa im. ks. K. Kluka w Ciechanowcu. W czasie tego święta piekarze, cukiernicy, młynarze i rolnicy promują swoje tradycyjne wyroby, a turyści mają możliwość ich degustacji i nabycia. Przedsięwzięcie zrzessa piekarzy, cukierników, młynarzy, rolników, handlowców i przyciąga konsumentów. W ramach programu odbywają się ceremonie dożynkowe oraz występy kapel podlaskich zespołów muzycznych.
- Ogólnopolski Dzień Ogórka w Kruszewie – impreza cykliczna, odbywająca się od 2000 roku. Podczas festynu można spróbować nowych smaków ogórka, dowiedzieć się co nieco na temat jego rodzajów i uprawy. Imprezie towarzyszą stoiska z wyrobami ludowymi i produktami regionalnymi, konkursy, na przykład: na największy, najdłuższy, czy też najdziwniejszy ogórek, i inne.
- Święto Sera – impreza plenerowa w Korycinie. Jest ona zaproszeniem do prezentacji i degustacji produktów ekologicznych wytwarzanych według tradycyjnej receptury, w tym sera korycińskiego swojskiego, który jest wizytówką gminy i regionu.
- Święto Ziemniaka – Jarmark Kresowy w Mońkach (przyjęto formułę Kresowego Jarmarku Produktów).

- Ogólnopolskie Dni Truskawki w Korycinie w powiecie sokólskim – impreza cykliczna, obejmująca liczne konkursy, koncerty muzyczne, kramy z regionalnymi przysmakami, prezentacje dorobku twórców ludowych.

Różne imprezy, takie jak targi, festiwale oraz jarmarki, są dobrą formą popularyzacji oraz promocji produktów tradycyjnych i kuchni regionalnej. Turyści i inni goście mogą także otrzymać interesujące ich informacje dzięki rozdawanym materiałom reklamowym, nawiązać bezpośrednie kontakty z wytwórcami żywności tradycyjnej, a także osobiście ocenić jej walory w czasie degustacji¹⁰.

Niezwykle ważnym cyklicznym wydarzeniem, będącym istotną formą promocji produktów tradycyjnych i kuchni regionalnych w skali krajowej, jest krajowy konkurs „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów”. W 2014 roku odbyła się już XIV edycja tego konkursu. Każda kolejna edycja jest okazją do promocji tradycyjnych potraw i przetworów w powiązaniu z określonym obszarem geograficznym. Cechują się one szczególnymi walorami i wartościami, wynikającymi często ze specyficznych warunków klimatyczno-glebowych regionu, z którego pochodzą. Dzięki konkursowi „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów” wypromowano wiele produktów i potraw regionalnych, a ich producenci zostali zachęcani do wytwarzania ich na większą skalę. Z inspiracji organizatorów tego konkursu powstały również grupy producenckie, których celem jest wykreowanie własnego produktu lokalnego. Powołano również Polską Izbę Produktu Regionalnego i Lokalnego (PIPRiL), między innymi dla bardziej profesjonalnej promocji analizowanych produktów i potraw.

Popularyzacja produktów i potraw regionalnych

W wielu gospodarstwach agroturystycznych, jak też lokalach gastronomicznych na terenie województwa podlaskiego konsumenci mogą zobaczyć, jak przygotowuje się tradycyjne potrawy. Niektóre gospodarstwa wiejskie, by zachować tradycję regionu, prowadzą skierowane do dzieci szkolnych lekcje pieczenia chleba, a dla dorosłych naukę sporządzania potraw regionalnych oraz ciast, wędlin i przetworów. Na przykład w Zagrodzie Kuwasy odbywają się pokazy pieczenia regionalnego sękacza. Uczestnicy mogą sami spróbować tej niełatwej sztuki – kręcenia korbką i polewania na wałek ciasta, tak aby utworzyły się charakterystyczne „sęki”¹¹.

Produkty żywnościowe oferowane gościom gospodarstw agroturystycznych na Podlasiu pochodzą z własnej hodowli, upraw i produkcji gospodarzy. Żywność jest zdrowa i w najlepszym gatunku. Sady posiadają certyfikaty żywności ekologicznej. Gospodynie serwują gościom posiłki domowe z własnych przetworów mlecznych, mięsnych, warzywnych i owocowych. Przygotowane z naturalnych, pochodzących z własnych gospodarstw produktów dania i potrawy mogą zaskarbić sobie podniebienie niejednej osoby. Atrakcyjność tych potraw i produktów można zwiększyć poprzez odpowiednie ich zaserwowanie.

¹⁰ R. Zabrocki, op. cit., s. 253–263.

¹¹ R. Zabrocki, op. cit., s. 57–65.

Podawanie tego typu potraw w miłej, rodzinnej atmosferze sprawia gościom radość, poprawia ich samopoczucie¹².

Obok agroturystyki ważnym sposobem popularyzacji żywności regionalnej są zakłady gastronomiczne. Turyści szczególnie chętnie korzystają z tych lokali, które odzwierciedlają kulinarny obraz odwiedzanych regionów. Zakłady gastronomiczne, by mogły się stać wizytówką regionu, powinny posiadać określony styl architektoniczny oraz umożliwiać poznawanie elementów lokalnej kultury. Jeśli potrawy regionalne są serwowane w lokalu gastronomicznym, w którym wszystkie elementy wnętrza (dekoracje, meble, bielizna stołowa, zastawa stołowa) tworzą folklorystyczny klimat lokalu, jest to niewątpliwie atutem przyciągającym turystów. Przykładem takiego lokalu może być Karczma Polska, zlokalizowana w centrum Suwałk. Restauracja ta jest zaaranżowana w starym stylu, dominują drewniane elementy architektoniczne, można również obejrzeć zabytkowe przedmioty, które były używane na suwalskiej wsi.

Kuchnia i doznania kulinarne od zawsze były ważnym elementem doświadczenia turystów. Od kilku lat stały się również jednym z czynników, które motywują ludzi do odbycia podróży, w tym również do turystyki kulinarnej, gdzie jedzenie i podróżowanie spletają się ze sobą nierozdzielnie. Turysta poznaje kulisy odwiedzanego kraju, odkrywa go poprzez niepowtarzalny smak i zapach.

Szlaki kulinarne tworzone są również na Podlasiu, gdzie wykorzystywane są tradycje kulinarne wynikające z wpływów kuchni innych narodów na kuchnię podlaską. Przykładem takiego szlaku jest Podlaski Szlak Tatarski¹³.

Podlaski Szlak Tatarski wytyczony jest na trasie kulturowo-przyrodniczej i przebiega przez Białystok, Sokółkę, Malownicze, Krynki, Białogorce, Kruszyniany, Nietupę oraz Supraśl. Jest to szlak związany głównie z historią polskich Tatarów. Turyści mogą zatrzymać się w tatarskich gospodarstwach agroturystycznych, zapoznać się z technikami wytwarzania na przykład staropolskiego chleba żarnowego. Mają też możliwość zamieszkania w jurcie tatarskiej. Jednym z ważniejszych gospodarstw agroturystycznych na tym szlaku jest Tatarska Jurta w Kruszynianach, prowadzona przez tatarską rodzinę Bogdanowiczów. Turyści mogą tam spróbować specjałów typowych dla kuchni tatarskiej, takich jak: kołduny, pieremiacze (smażone mięso indyka z cebulą), pierekaczewniki (wielowarstwowe ciasto z mięsem, grzybami i serem), czeburek (placki z nadziewanym mięsem mielonym z cebulą), cebulniki (pieczone mięso z indyka z cebulą), pieczone kibiny (składające się z kapusty, mięsa z indyka i cebuli), bielusz (ciasto drożdżowe z mięsem z indyka, dynia i cebulą), trybuszok (tatarska kiszka ziemniaczana) czy herbata z miętą. W celu przybliżenia kultury, religii i obyczajów Tatarów co roku w sierpniu w Kruszynianach organizowany jest Festyn Kultury i Tradycji Tatarów Polskich, podczas którego odbywają się między

¹² B. Mikuta, D. Orłowski, *Kuchnie regionalne jako element polskiego markowego produktu turystycznego*, Wyd. WSE, Warszawa 2005.

¹³ E. Czarniecka-Skubina, *Szlaki kulinarne. Turystyka kulinarna w Polsce*, „Przegląd Gastronomiczny” 2009, R. LXIII, nr 2, s. 10–11.

innymi warsztaty kulinarne, taneczne, kaletnicze, pokazy jazdy konnej i strzelania z łuku mongolskiego oraz ognisko połączone z pieczeniem jagniąt.

Innym szlakiem kulinarnym na Podlasiu jest szlak „Suwalszczyzna dla aktywnych”. Jest on zlokalizowany w północno-wschodniej części Polski. Obejmuje wiele gospodarstw agroturystycznych, w których turyści mogą się nauczyć od gospodarzy przyrządzania regionalnych specyfików, takich jak masło czy sękacz¹⁴.

Białostocki Szlak Kulinarny to drugi, po Gdyni, miejski szlaki turystyki kulinarnej. Szlak, zainaugurowany w październiku 2010 roku, tworzy 30 restauracji, które w większości zlokalizowane są w centrum miasta. Restauracje tworzące szlak są różnorodne. Są wśród nich zarówno te serwujące kuchnię regionalną i polską, jak i te z Europy i całego świata. Wszystkie lokale są autorskimi pomysłami na świetną kuchnię i niepowtarzalny wystrój, a ich właściciele łączy jedna idea – fascynacja kulinariami. W ramach Białostockiego Szlaku Kulinarnego odbywają się warsztaty kulinarne w restauracjach oraz konkursy gastronomiczne, natomiast członkowie Klubu Białostockiego Smakosza mogą liczyć na zniżki i gratisy w szlakowych restauracjach.

Barierą rozwoju turystyki kulinarnej jest relatywnie słabo rozwinięta w stosunku do potrzeb baza gastronomiczna, a także niewystarczająca liczba restauracji, karczm i innych obiektów gastronomicznych, które oferują dania kuchni regionalnej. Niewielkie jest zainteresowanie certyfikacją restauracji, chociaż podejmowane są liczne działania związane z wdrażaniem standardów jakości produktów żywnościowych. Dla poprawy jakości oferowanych usług gastronomicznych, wzorem województwa małopolskiego, niezbędna jest certyfikacja podmiotów świadczących usługi gastronomiczne, gwarantująca turystom wysoką jakość. Kolejnym etapem w procesie rozwoju turystyki kulinarnej w województwie jest konieczność zaangażowania się w tworzenie usług turystycznych wokół gastronomii. Oferta mogłaby obejmować na przykład muzea żywności, wizyty w gospodarstwie, edukacyjne wycieczki do gospodarstw rolnych i zakładów produkcyjnych, szlaki kulinarne na obszarach wiejskich. Wymaga to bardziej strategicznego podejścia i określenia wizji rozwoju turystyki kulinarnej z udziałem społeczności lokalnych, producentów i organizacji odpowiedzialnych za promocję turystyki, w tym zwłaszcza restauracji i dostawców żywności.

Podsumowanie

Potrawy regionalne są odzwierciedleniem sposobów żywienia się ludności. Odrębność regionalna pożywienia zależy zawsze przede wszystkim od położenia geograficznego regionu, gospodarki rolniczej oraz zasobów naturalnych środowiska. Produkty regionalne zawdzięczają swój szczególny charakter przede wszystkim metodom ich wytworzenia, z których słynie dany region, i składnikom użytym do produkcji oraz tym czynnikom środowiska naturalnego, które mają niejednokrotnie zasadniczy wpływ na jakość miejscowych wyrobów. Największy tradycjonalizm, przekazywany z pokolenia na pokolenie, obserwuje

¹⁴ Ibidem.

się podczas świąt i uroczystości rodzinnych, kiedy to przyrządza się potrawy wystawne, pracochłonne, spożywane w większym gronie¹⁵.

Tradycyjne metody wytwarzania produktów kulinarnych są wykorzystywane jako atrakcje turystyczne Podlasia. Organizowane imprezy folklorystyczne i święta kulinarne związane z promocją kuchni regionalnej oraz tworzone szlaki kulinarne doskonale promują region, kształtując jego pozytywny wizerunek i wpływając na podniesienie jego atrakcyjności turystycznej. Kuchnia może więc być dobrym sposobem promocji turystycznej walorów przyrodniczych, kulturowych i architektonicznych Podlasia.

Województwo podlaskie ma silną pozycję w tworzeniu marki produktów regionalnych. Ser koryciński, sękacz, babka ziemniaczana są jednoznacznie utożsamiane z regionem i kształtują jego wizerunek turystyczny. Rozwojowi turystyki kulinarnej sprzyja też duże zainteresowanie producentów produktów regionalnych standardami jakości wytwarzanych produktów. Województwo podlaskie postrzegane jest przez mieszkańców Podlasia oraz turystów z innych województw jako region atrakcyjny turystycznie oraz kulinarnie.

Bibliografia

1. Berndt-Kostrzewska J., *Kuchnie różnych narodów*, Format-AB, Warszawa 2001.
2. Bilka B., *Perspektywy rozwoju produktów regionalnych i tradycyjnych*, [w:] *Z badań nad rolnictwem społecznie zrównoważonym*, red. nauk. J.S. Zegar, IERiGŻ, Warszawa 2008.
3. Czarniecka-Skubina E., *Szlaki kulinarne. Turystyka kulinarna w Polsce*, „Przegląd Gastronomiczny” 2009, R. LXIII, nr 2.
4. Czarniecka-Skubina E., Grochowicz J., Koniuch E., *Wpływ różnych narodów na kuchnię podlaską i jej atrakcyjność turystyczną*, [w:] *Turystyka kulturalna a regiony turystyczne w Polsce*, red. E. Puchnarewicz, D. Orłowski, Wyd. WSTiJO, Warszawa 2010.
5. Dolatowski Z.J., *Produkty regionalne i tradycyjne w Polsce oraz w Unii Europejskiej*, [w:] *Tradycyjne i regionalne technologie oraz produkty w żywieniu człowieka*, red. Z.J. Dolatowski, D. Kołożyn-Krajewska, Wyd. Naukowe PTTŻ, Kraków 2008.
6. Fiedoruk A., *Rozmaitości Podlasia*, Agro-Smak, Białystok 2006.
7. Gajdka K., Widera Z., *Lokalne specjały kulinarne jako element strategii promocyjnych regionów*, Śląska Organizacja Turystyczna, Katowice 2007.
8. Kurek W., *Turystyka*, PWN, Warszawa 2008.
9. Mikuta B., Orłowski D., *Kuchnie regionalne jako element polskiego markowego produktu turystycznego*, Wyd. WSE, Warszawa 2005.
10. Sieczko A., *Edukacyjny charakter polskich kuchni regionalnych*, Agro-Smak, Łomża 2010.
11. Sieczko A., *Kuchnia Podlasia w świetle badań Koła Naukowego Dietetyków*, Agro-Smak, Białystok 2010.
12. Sznajder M., Przezbórska L., *Agroturystyka*, PWE, Warszawa 2006.
13. Zabrocki R., *Kulturowe wartości żywności i żywienia regionalnego jako składowa atrakcyjności turystycznej regionu*, [w:] *Gastronomia w ofercie turystycznej regionu*, red. Z.J. Dolatowski, D. Kołożyn-Krajewska, Wyd. WSHiT, Częstochowa 2009.

¹⁵ J. Berndt-Kostrzewska, *Kuchnie różnych narodów*, Format-AB, Warszawa 2001.

Strony internetowe

1. www.atrakcjepodlasia.pl [1.10.2014].
2. www.wrotapodlasia.turystyka.pl [1.11.2014].
3. www.podlaskie.it.pl [1.10.2014].

Streszczenie

Celem opracowania była charakterystyka oraz analiza dziedzictwa kulinarnego Podlasia, kulturowych uwarunkowań i specyfiki kuchni tego regionu, zaprezentowanie regionalnych potraw i tradycyjnych produktów żywnościowych jako potencjału turystycznego. Wykazano, iż produkty i potrawy tradycyjne oraz regionalne województwa podlaskiego odznaczają się prostotą, różnorodnością, oryginalnością oraz bogactwem smaków. Stanowią jedną z atrakcji turystycznych i kulinarnych tego regionu. Tradycyjne metody wytwarzania produktów kulinarnych są wykorzystywane jako atrakcje turystyczne Podlasia. Organizowane imprezy folklorystyczne i święta kulinarne związane z promocją kuchni regionalnej oraz tworzone szlaki kulinarne promują region, kształtują jego pozytywny wizerunek i wpływają na podniesienie jego atrakcyjności.

Słowa kluczowe: Podlasie, dziedzictwo kulinarne, szlaki kulinarne, atrakcyjność

Abstract

Aim of this study was to characterize and analyze the culinary heritage of Podlasie cultural conditions and characteristics of the cuisine of the region, presenting regional dishes and traditional food products as a tourist potential. It has been shown that the products and traditional dishes and regional Podlaskie characterized by simplicity, diversity, originality and richness of flavors. Is one of the tourist and culinary attractions of this region. Traditional methods of production of culinary products are used as tourist attractions Podlasie. Organized folklore and culinary festivals associated with the promotion of regional cuisine and culinary trails created promoted the region, shape the positive image and influence to raise its attractiveness.

Keywords: Podlasie, culinary heritage, culinary trails, attractiveness

NOTKA O AUTORCE

Dr inż. Halina Makala, Wyższa Szkoła Turystyki i Języków Obcych w Warszawie; zainteresowania naukowe: kuchnie narodowe i regionalne, dziedzictwo kulinarne w Polsce i na świecie, turystyka kulinarna, trendy w gastronomii i hotelarstwie; autorka i współautorka publikacji książkowych i artykułów w czasopismach naukowych z zakresu żywności i żywienia w turystyce, gastronomii.

