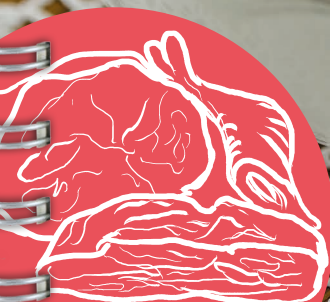


WOJEWÓDZTWO ŚWIĘTOKRZYSKIE



ŚWIĘTOKRZYSKIE SMAKI

PRZEWODNIK KULINARNO-TURYSTYCZNY





WOJEWÓDZTWO ŚWIĘTOKRZYSKIE



ŚWIĘTOKRZYSKIE SMAKI

PRZEWODNIK KULINARNO-TURYSTYCZNY

Spis treści

1 Świętokrzyskie czaruje... kuchnią 3

2 Turystyka kulinarna w regionie 5

3 Tradycje kuchni świętokrzyskiej 9

4 Wędrówki kulinarne 17

Kielce	18
Wokół Kielc	24
Góry Świętokrzyskie	34
Ziemia Sandomiersko-Opatowska	44
Nad rzeką Kamienną	61
Ponidzie	74
Ziemia Konecko-Włoszczowska	90

1 Świętokrzyskie czaruje... kuchnią

Magia kuchni świętokrzyskiej. Dlaczego magia? Nie od dziś wiadomo, że Świętokrzyskie czarami stoi. W dawnych czasach to tu – na Łysej Górze, wśród kamieni gołoborza – czarownice urządzały swoje tajemnicze sabaty. Co warzyły wówczas w kociołkach? Tego nie wiemy. Wiemy za to, co przyrządzały niegdyś w swoich domach gospodynie z regionu świętokrzyskiego. Źródła historyczne i opowieści najstarszych mieszkańców pozwalają nam odtworzyć dawne receptury, które urzekają dzisiejszych miłośników dobrego smaku.



fot. K. Pęczalski

Zainteresowanie tradycyjną kuchnią wzrasta. Nie brakuje smakoszy, którzy w poszukiwaniu lokalnych produktów czy wyjątkowych potraw są gotowi przemierzyć nieraz setki i tysiące kilometrów. W tym kontekście oferta kulinarna województwa świętokrzyskiego jest na tyle atrakcyjna, że potrafi skusić niejednego przybysza.

Lokalnych przysmaków i kulinarnych „miejsz mocy” będziemy szukać na szlaku Świętokrzyska Kuźnia Smaków i wśród członków grupy Nasze Kulinarne Dziedzictwo. Spróbujemy dotrzeć do potraw nagrodzonych w konkursach i podczas festiwali kulinarnych. Przyjrzymy się produktom tradycyjnym i regionalnym, które znalazły się na listach Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi oraz Unii Europejskiej.

Przekazywane z pokolenia na pokolenie przepisy, kompozycje składników i tajniki przyrządzania potraw, które decydują o wyjątkowości smaków, są wykorzystywane do tworzenia kulinarnego aspektu marki województwa świętokrzyskiego. A że marka ta związana jest z czarami i latającymi na miotłach, choć przy tym całkiem sympatycznymi wiedźmami, możemy przyjąć, że część tej magii udziela się świętokrzyskim gospodyniom i współczesnym szefom kuchni, czerpiącym inspirację z dziedzictwa kulinarnego.

Czy to magia sprawia, że tyle ciekawych i smakowitych potraw można wyczarować z lokalnych produktów? Że plony z często nieurodzajnej ziemi, rodzącej głównie ziemniaki, kapustę i zboża, mogą być podstawą do stworzenia niezwykłej kuchni regionalnej?

Że po wielu latach odrodziły się tradycje winiarskie i że do regionalnych potraw możemy dopasować wyśmienite lokalne wina? Trudno zweryfikować magiczny wymiar tych zjawisk,

natomiast z pewnością można stwierdzić, że bogactwo i różnorodność tutejszej kuchni, w zestawieniu z licznymi atrakcjami turystycznymi, to najlepsza wizytówka regionu świętokrzyskiego.



Widok z wieży klasztoru na Świętym Krzyżu (Łysej Górze), fot. arch. UMWS

2 Turystyka kulinarna w regionie

Bogactwo kulinarne województwa świętokrzyskiego sprzyja rozwojowi związanej z nim gałęzi turystyki. Różne szlaki, którymi podążają turyści, by nacieszyć się tutejszymi walorami kulturowymi i przyrodniczymi, jakich nie znajdują w innych regionach, są pomocne także w wyszukiwaniu „kulinarnych perełek”. Wśród szlaków są również te stricte kulinarne: Świętokrzyska Kuźnia Smaków – trasa obejmująca miejsca, w których można zjeść regionalne potrawy i gdzie lokalni producenci żywności oferują swoje unikalne wyroby; Sandomierski Szlak Winiarski i szlak Świętokrzyskie Winnice – prowadzące przez zielone wzgórza, pokryte równymi rzędami winorośli, do winnic z chłodnymi piwniczkami, pełnymi butelek z doskonałym trunkiem, a także Sandomierski Szlak Jabłkowy, na którym znajdują się gospodarstwa sadownicze o kilkupokoleniowych tradycjach.



fot. K. Pęczalski



Każdy region ma swoją specyfikę – coś, co go określa i wyróżnia spośród innych; coś, co daje nam impuls i sprawia, że pragniemy wybrać go jako cel podróży.

Mówiąc o „smakowaniu miejsc”, mamy na myśli nie tylko ich walory kulinarne, choć są one niezwykle ważne, ale też całą sferę kultury skupionej wokół atrakcji turystycznych. Wszystko, co porusza naszą wyobraźnię – historia, której sekrety pozostawiają ślady na każdym kroku, legendy wprowadzające w nastrój tajemniczości i fantazji, a także ciekawostki i opowieści – ubarwia nasze podróże i czyni je niezwykłymi.

Biorąc udział w prezentacjach produktów, warsztatach i wydarzeniach odbywających się na szlakach kulinarnych, można poznać tutejszą kuchnię nie tylko z pozycji widza lub

smakosza, ale także wziąć aktywny udział w procesie tworzenia wymyślnych lokalnych przysmaków. Próbowaniu swoich sił i szkoleniu umiejętności służą warsztaty prowadzone przez pasjonatów i ekspertów kulinarnych. Podróż kulinarna zaczyna się bowiem tam, gdzie turysta jest nie tylko konsumentem degustującym wybrane danie, ale przede wszystkim poznaje związek potrawy z miejscem, w którym ją spożywa, jest świadomy jej pochodzenia i sposobu przyrządzania oraz wpływu, jaki miały na jej kształt lokalne tradycje społeczne, historyczne i kulturowe.

Podążając trasami dla smakoszy, można zajrzeć do wielu ciekawych miejsc, zwiedzić muzea, skanseny i zabytkowe budowle, zachwycić się pomnikami przyrody. Najlepszą „przyprawą” do smakowitych

potraw jest bowiem apetyt wzbudzony aktywnym wypoczynkiem, do którego w województwie świętokrzyskim nie brakuje okazji. Piękno regionu można podziwiać nie tylko z perspektywy wędrowca, ale także z siodełka roweru, z końskiego grzbieta, pokładu łódki czy kajaka, ze skałki wspinaczkowej czy z wyciągu narciarskiego.

Do wielu ciekawych miejsc prowadzą liczne szlaki piesze i rowerowe, m.in. Wschodni Szlak Rowerowy Green Velo, a także trasy tematyczne: Świętokrzyski Szlak Archeo-Geologiczny, Świętokrzyski Szlak Architektury Drewnianej czy Świętokrzyski Szlak Literacki, które zostały stworzone, by ułatwić turystom poruszanie się wśród różnorodnych atrakcji regionu i zdobyć wyczerpujących informacji z określonej dziedziny.



Majówka na Zamku Królewskim w Chęcinach, fot. arch. UMWS

Szlaki dla smakoszy

Aby zakosztować lokalnych produktów i tradycyjnych dań, turyści i mieszkańcy regionu mogą wybrać się w podróż specjalnie wyznaczonymi szlakami kulinarnymi. Jednym z nich jest Świętokrzyska Kuźnia Smaków, trasa należąca do największych w Polsce, licząca 89 obiektów. Znajdują się na niej miejsca oferujące wyroby tradycyjne, których jakość oraz wyjątkowe cechy i właściwości wynikają ze stosowania tradycyjnych metod produkcji. Są wśród nich produkty docenione w konkursach wojewódzkich i krajowych, takich jak np. Nasze Kulinarne Dziedzictwo. Na szlaku znajdują się też gospodarstwa agroturystyczne i restauracje, które serwują tradycyjne lokalne potrawy, stanowią-

ce element dziedzictwa kulinarnego regionu świętokrzyskiego. Wiele z oferowanych na szlaku wyrobów i potraw znajduje się na liście produktów tradycyjnych Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi, jak choćby sztandarowa zupa regionu, zwana królową zup zalewajka świętokrzyska, a także prazoki, banioczek oraz popularne na Sandomierszczyźnie szczodroki czy krówka opatowska z Opatowa. Podróżując szlakiem Świętokrzyska Kuźnia Smaków, można kupić bezpośrednio od producentów wyroby, których próżno szukać w innych regionach Polski, oraz skosztować dań kuchni tradycyjnej, opartej na produktach charakterystycznych dla naszego regionu.

Kolejną wartą polecenia trasą jest Sandomierski Szlak Jabłkowy, który prowadzi przez najciekawsze, atrakcyjne turystycznie

miejsca powiatu sandomierskiego. Szlak wiedzie przez krainę sadów, wśród drzew rodzących pyszne owoce, malowniczych krajobrazów, a także bogatej historii i kultury regionu. Sandomierszczyzna to jeden z najbardziej interesujących krajoznawczo, a przy tym typowo ogrodniczych obszarów w naszym kraju. Specyficzny mikroklimat sprawia, że tutejsze owoce mają unikalny smak i zapach oraz duże wartości odżywcze. Sandomierski Szlak Jabłkowy skupia gospodarstwa sadownicze, agroturystyczne i winiarskie, które oferują odpoczynek w ciekawym zakątku Polski. W jego ramach wytyczono także atrakcyjne trasy tematyczne: szlak agroturystyczny, szlak winiarski, szlak apetyczny, szlak artystyczny oraz szlak aktywny. Z racji dużych odległości dzielących poszczególne obiekty, szlak jest przeznaczony głównie dla turystów zmotoryzowanych, można jednak wybrać niewielkie fragmenty trasy i przemierzać je rowerem lub pieszo. Gospodarze z sadów położonych na szlaku oferują przede wszystkim degustację oraz zakup świeżych owoców i domowych przetworów wykonanych tradycyjnymi metodami. W gospodarstwach agroturystycznych znajdziemy przysmaki tradycyjnej kuchni, pyszne dania oraz specyficzne dla tego obszaru lokalne produkty.

Enoturystyka

W Polsce nastała moda na enoturystykę, czyli podróże w regiony wi-



Świętokrzyskie smaki – szarlotka sandomierska, fot. K. Pęczalski

niarskie, w trakcie których można odwiedzić miejsca związane z produkcją wina. Taki sposób spędzania urlopu, z winem jako motywem przewodnim, jest tym ciekawszy, że zazwyczaj winorośl uprawiana jest w miejscach atrakcyjnych pod względem kulturowym. Winiarze z regionu świętokrzyskiego wyszli na przeciw zainteresowaniu turystów, wytyczając Sandomierski Szlak Winiarski. Liczy on ok. 60 km i prowadzi przez 11 winnic położonych na wzniesieniach i w dolinach Wyżyny Kielecko-Sandomierskiej. Widoki rozpościerające się ze wzgórz porośniętych winnicami są wyjątkowe, dlatego podczas zwiedzania warto wejść z właścicielami na ich szczyty. Wszystkie winnice są dostępne dla turystów, oferują odwiedzającym możliwość zapoznania się z tajnikami uprawy winorośli i winiarstwa oraz degustację wina w chłodnych piwniczkach. Niektóre proponują

też noclegi i posiłki. Na trasie Sandomierskiego Szlaku Winiarskiego leżą winnice: Świętego Jakuba, Nad Jarem, Nobilis, Malucha, Carolus, Płochockich, Kędrow, Król, Modła, Rytwiany i Na Rozdrożu. Goście przyjeżdżają tu, aby odpocząć w cieniu winorośli, podpatrzeć, jak się ją uprawia i jak wygląda zbiór owoców, i wreszcie, by napić się dobrego wina. Są i tacy, którzy marzą o ślubie lub imprezie rodzinnej czy firmowej zorganizowanej właśnie w winnicy.

Trzy winnice zrzeszone w Fundacji Winnice Świętokrzyskie – Sandomierska, Terra i Avra – przygotowały własną propozycję dla turystów. W listopadzie zapraszają przez trzy weekendy kolejno do każdej z nich na Dożynki Winiarskie. Winiarze świętokrzyscy organizują także wiele innych imprez, pokazów, dni otwartych i lokalnych kiermaszów. W maju odbywa się w Sandomierzu festiwal Czas Dobrego Sera i Wina, a w lipcu

piknik historyczno-winiarski Tajemnice Jakubowego Wzgórza. Ciekawym wydarzeniem w ciągu lata jest Świętokrzyski Festiwal Wina, organizowany w ogrodach Hotelu Bristol Art & Medical SPA w Busku-Zdroju, przy którym powstaje strefa dla miłośników produktów regionalnych. Jesienią, w listopadzie, winiarze zapraszają do swoich winnic na Święto Młodego Wina.

Nasze rodzime wina, choć dopiero niedawno wkroczyły na rynek, nie ustępują miejsca trunkom pochodzącym z krajów tradycyjnie uznawanych za liderów winiarstwa. Są często nagradzane na międzynarodowych targach i pokazach, a także doceniane przez smakoszy. Mają całkiem liczne grono wiernych konsumentów, którzy są gotowi zapłacić wyższą cenę za dobrą jakość. Coraz częściej polskie wina pojawiają się też w regionalnych sklepach i restauracjach.



W Winnicy Płochockich, fot. arch. SODR w Modliszewicach

3 Tradycja kuchni świętokrzyskiej

Kuchnia świętokrzyska wywodzi się z tradycji wiejskiej. Zapracowane gospodynie nie miały niegdyś zbyt wiele czasu na wymyślanie oryginalnych potraw, a i dostępność produktów była ograniczona. Tradycyjne receptury kuchni świętokrzyskiej powstały zatem dzięki talentom kucharskim naszych babć i prababć, na bazie tego, co było „pod ręką”. Jąłowia w większości ziemia kielecczyzny rodziła ziemniaki, kapustę i rośliny strączkowe oraz zboża na mąkę i kasze, a rozległe lasy dostarczały w obfitości grzybów i owoców leśnych. W niektórych częściach regionu ukształtowała się tradycja hodowli ryb, drobiu, trzody chlewnej czy kóz, były też miejsca specjalizujące się w uprawie gryki i roślin oleistych. Ziemia sandomierska, dolina Wisły i słoneczne Ponidzie obfitowały w sady owocowe. Z tej różnorodności wyrosło bogactwo produktów tradycyjnych regionu.



fot. K. Peczański

Nasze kulinarne dziedzictwo

Dziś wracamy do czasów, gdy w życiu rodziny przygotowywanie i wspólne spożywanie posiłków – choć było czynnością codzienną – podlegało pewnym rytuałom i zwyczajom. Szczególną uwagę na potrawy, na sposób, a nawet na pory podawania posiłków zwracano w czasie świąt i okresów wyznaczanych kalendarzem liturgicznym. Gdy rodzina gromadziła się przy stole, ojciec wprawdzie błogosławił jadło, a dopiero potem podnosił pierwszą łyżkę stawy do ust. Po ojcu do jedzenia zabierali się matka i dziadkowie, a na końcu dzieci. Pamiętajmy, że w owych czasach szanowano jedzenie, całowano kromkę chleba, która dotknęła ziemi, a z resztek potraw przyrządzano kolejne dania. Głównym celem pożywienia miało być dostarczenie sił

do pracy w zagrodzie i w polu, a łakocie pojawiały się jedynie od wielkiego święta.

Ziemniaczane wariacje

Ziemniak, uważany za podstawowy składnik kuchni świętokrzyskiej – obok kaszy, kapusty, fasoli i mleka – pojawił się na tutejszych stołach dopiero w XIX w. Wcześniej warzywo to było uznawane za niejadalne i początkowo służyło głównie do celów gorzelniczych. Z pozornie zwyczajnego ziemniaka gospodynie świętokrzyskie potrafiły wyzierać całe bogactwo przepisów na urozmaicone potrawy, zestawiając go z dostępnymi składnikami. Dania te, podobnie przyrządzane, nosiły różne nazwy w zależności od miejscowych tradycji. Potrawy z tartych

ziemniaków, gotowane i zapiekane, funkcjonowały jako gałki, goły, golorz, pyzy, tryndle (kryndle), pigoly czy targańce. Był też zmiocarz, czyli paszтет ziemniaczany. Ziemniaczanym farszem nadziewano pierogi i kluski, a na głębokim oleju smażyono pączki ziemniaczane. Tradycyjne przepisy ulegają dziś modyfikacjom. Na przykład golorz, taki jak robiły babcie i prababce – z tartych ziemniaków z dodatkiem cebuli, obecnie często przyrządza się z dodatkiem mięsa i polewa sosem grzybowym.

Kugiel ponad wszystko

Przepisy na ziemniaczane przysmaki, przekazywane z pokolenia na pokolenie, przybierały wciąż nowe warianty, ale królem tych potraw od zawsze był kugiel – kultowa świętokrzyska zapiekanka ziemniaczana z mięsem. Jej nazwa pochodzi od słowa *kugel*, w języku jidysz oznaczającego kulę. Rodowód tej potrawy wywodzi się z kuchni i tradycji żydowskiej, która nie pozwala pracować w szabas, od piątkowego do sobotniego wieczoru. Żydowski kugiel, czyli zapiekankę ziemniaczaną z dużą ilością jajek i z różnymi dodatkami, wkładało się zatem w piątek do ciepłego pieca, który do następnego dnia utrzymywał temperaturę potrawy. W kuchni żydowskiej kugiel był często przyrządzany z mięsem gęsim. W Świętokrzyskiem najczęściej występował w wersji z żeberkami wieprzowymi, choć wykorzy-

stywano też inne rodzaje mięsa. Ze względu na czasochłonność przygotowania, potrawa ta pojawiała się na stołach głównie z okazji ważniejszych świąt, dla specjalnych gości czy na dożynki.

Położone w powiecie koneckim Czeremno słynie z praktykowanej niegdyś tradycji pieczenia kugli w miejscowej piekarni. Wieczorem w przeddzień ważnych świąt mieszkańcy przynosili tu przygotowaną wcześniej w domu potrawę i wkładali do wygaszanego pieca do wypieku chleba. Wszystkie kugle były w nim pieczone razem aż do rana, a świątecznego poranka po mszy właściciele udawali się do piekarni po swój kugiel. Robili tak również ci, którzy mieli własne piece chlebowe. Jeszcze ciepły kugiel przenoszono do domu i zjadano na świąteczne śniadanie. Kugiel podjadano także po powrocie z pasterki, na rozgrzewkę i dla smaku.

Bogactwo kasz

Obok dań ziemniaczanych regionalna kuchnia świętokrzyska zna setki przepisów na potrawy z różnych gatunków kasz: jęczmiennej, gryczanej czy jaglanej. Kaszę przyrządzano na różne sposoby: gotowano na gęsto, zapiekano w piecu chlebowym, gotowano ze śliwkami, grochem lub mlekiem. Kasza świetnie nadaje się na kotlety, ciasto, farsz do pierogów i gołąbków, można ją jeść po prostu z zsiadłym mlekiem lub polaną omastą. Tradycyjny farsz z kaszy gryczanej, zwanej tatarką, był wykorzystywany do przygoto-

wania wielu potraw, szczególnie do popularnego dania wigilijnego, jakim były grycoki – pierogi z kaszą. Od wieków w jadłospisie mieszkańców ziemi kieleckiej znajdowały się też zryniczki, czyli potrawy z kaszy sporządzonej z niedojrzałego zboża. Natomiast kwintesencją dań z kaszy dojrzałej był kaszok – tajona, czyli gotowana „na sypko” kasza, parzona przez kilka godzin w piecu chlebowym lub owinięta kocem. W skromnej wersji kasza była gotowana z lebiodą, zwłaszcza na przednówku. Do ciekawych dań tradycyjnej kuchni świętokrzyskiej należą kasioki – rodzaj gołąbków pokrojonych w plastry i podawanych na zimno – przyrządzane z kaszy jęczmiennej lub kaszy manny. Stosunkowo drogą i pracochłonną potrawą jest słupiański siekaniec dworski, czyli rodzaj klopsa z mięsa i kaszy. Według relacji mieszkanki Słupia Jędrzejowskiej przepis na tę potrawę

wydostał się z miejscowego dworu do chłopstwa, które zaadaptowało ją do wiejskich warunków. Tradycyjnymi produktami regionalnymi są kasze wyrabiane z prosa gierczyckiego: jaglana i gryczana. Ta druga jest chętnie używana przez masarzy do wyrobu kaszanek.

Sto smaków kapusty

Kapusta od wieków była uważana za warzywo wchodzące w skład diety ludzi ubogich. Nie zmienia to faktu, że stanowi ona bazę do przyrządzania najróżniejszych wymyślnych potraw. Kapusta jest uniwersalna i – jak mówią gospodynie – „przyjmie” wszystko: mięso, wędliny, grzyby, groch lub fasolę, owoce, warzywa, zioła i przyprawy. Tylko z ziemniakami trzeba uważać i najlepiej gotować je w od-



Smaki regionu – Dzień Świętokrzyskiej Truskawki w Bielinach, fot. arch. UG Bieliń



Kasza jaglana gierczycka – produkt tradycyjny, fot. S. Skuta

dzielny garnku. Granice „impro wizacji kapuścianych” wyznaczają inwencja i talent kucharza oraz zasobność jego portfela.

Dla wzmocnienia energetycznego tradycyjne dania z kapusty były podbijane mąką lub zagęszczone kluskami. Kapustę chętnie łączono z lędźwianem – podobną do ciecierzycy, najstarszą odmianą grochu, prawie całkiem zapomnianą, która wraca obecnie do łask. Nazwy potraw z kapusty oddają ich różnorodność. Są wśród nich: kapusta biduła, powijoki z kapusty kiszzonej, sucha kapusta z grochem, kapusta płono, dziadajka z zacirko, parzybroda i ciaparacha, czyli kapusta z grochem. Kapusta była używana przez cały rok, poza sezonem w formie kiszonki, którą można było długo przetrzymywać, a samo kiszenie kapusty wiązało się ze zwyczajami integrującymi społeczność wiejskie.



Chleb z Piekarni Boddentyńska w Kielcach, fot. M. Warelis

W świecie klusek i wypieków

Z mąki powstawało wiele potraw, m.in. kluski, zacierki, pierogi i ciasta, ale najbardziej charakterystyczną, choć dziś już w zasadzie nieprzyrządzaną, były prazoki, znane też jako prożuchy, prażaki lub prażuchy. Ich przygotowanie polegało na zaparzeniu ziemniaków z mąką i gorącym tłuszczem. Wbrew pozorom nie było to proste i wymagało sporych umiejętności, by nie przypalić mąki. Podobnie, bo z mleka i mąki, powstawało danie zwane psiochą, którego nazwa pochodzi od dźwięku, jaki wydaje ono podczas odparowywania – kiedy potrawa „oddycha”, spod przykrywki rozlega się cichy odgłos „psiii”.

Z mąki wyrabiano również ciasto na chleb, ten tradycyjny, na zakwasie, który przed ukrojeniem

pierwszej kromki gospodyni znaczyła znakiem krzyża. Obecnie wraca do łask orkisz, czyli dawna, prymitywna odmiana pszenicy, znana w średniowieczu, rodząca na słabej ziemi, nazywanej często przez miejscowych „rupeciem”. W regionie świętokrzyskim jest wiele gatunków tradycyjnego chleba. Wśród nich największą sławą cieszą się: chleb bodzentyński, chleb wiejski konecki, chleb iwański, chleb skarbczak, chleb mieszany koprzywnicki, chleb na masłance z Lipnika, chleb żytni kielecki. Do innych znanych wypieków należą: bułka gryska z Bliżyna, wólecka chałka pleciona i burocorz bogoryjski.

Polewki pradziada

Jak kugiel królował wśród ziemniaków, tak „pierwszą damą” świętokrzyskich zup była zalewajka. To najbardziej znana zupa w regionie, która doczekała się tylu odmian, że praktycznie każda gospodyni ma na nią swój przepis. Klasyczną zalewajkę gotuje się na bazie kwaśnego żuru, z ziemniakami i kielbasą lub boczkami, czasami także z dodatkiem grzybów. Najoryginalniejsza z zalewajek, ozdobiona jajkiem sadzonym, podawana jest w karczmie Izba Dobrego Smaku przy Osadzie Średniowiecznej w Hucie Szklanej. Na Poniżniu zalewajka była nazywana lurą; jej odmianą jest też szewczucha, której rodowód sięga czasów potopu szwedzkiego. Podobnie przyrządzana jest zarzucajka, natomiast zupa bardziej sycącą jest fitka kazimierska, z dużą ilością mięsa i warzyw,

i z dodatkiem kaszy jęczmiennej. Istniała też jej wersja jałowa, gotowana podczas wielkiego postu i adwentu, znana w różnych częściach regionu jako: bieda, fiutka, dziadowsko spółka, dziód, pitucha. Konkurowała z nią oszczędna pokrzywianka. Należy też pamiętać o bardzo popularnej, zwłaszcza na Sandomierszczyźnie, zupie wieloowocowej o nazwie garus oraz o japconce gotowanej z jabłek.

Jak ryba w wodzie

Świętokrzyskie ryby, zdobywające nagrody w konkursach i przeglądach kulinarnych, są cennym urozmaicheniem kuchni regionalnej. Karp z Oksy, wywodzący się z rasy karpia galicyjskiego, został wyhodowany w drodze wieloletniej selekcji i krzyżowania miejscowej odmiany karpia z rybami linii węgierskiej i francuskiej. Oksańskie stawy hodowlane leżą w dolinie Białej Nidy, a zakładał je, m.in. w sąsiednich Nagłowicach, sam Mikołaj Rej, który udzielił miejscowości Oksa swojego herbu Oksza. Hodowla karpia z Rudy Maleńckiej była natomiast zlokalizowana w pobliżu Staropolskiego Okręgu Przemysłowego, którego fabryki używały licznych w okolicy cieków do napędu maszyn. Dobre warunki hydrograficzne spowodowały, że założono tu stawy hodowlane, a pionierem doświadczalnej hodowli był Franciszek Staff, brat poety Leopolda Staffa. Z kolei historia hodowli karpia z Małyszyna koło Starachowic sięga XIX w. i czasów, kiedy Franciszek Maciejowicz Gralec został wła-

ściem tej osady. Do założenia stawów wykorzystał on wody źródeł bijących w pobliskim lesie i rzeczki płynącej w okolicy. Z czasem tutejszych mieszkańców zaczęto nazywać żartobliwie karpiami małyszynskimi. Inna świętokrzyska odmiana karpia, karp rytwiański, wykształciła swoje właściwości przez lata hodowli w Rytwianach, pod okiem kamiedułów z Pustelni Złotego Lasu. W tutejszym rezerwacie leśno-wodnym Dzikie Stawy, wśród modrzewiowych lasów, znajduje się otoczone łąką potorfowe jezioro, wykorzystywane obecnie jako staw rybny. Ostatni właściciele wsi, Radziwiłłowie, założyli tu stawy hodowlane o powierzchni ok. 2 km². Dziś obszar produkcji karpia rytwiańskiego obejmuje 176 ha. Znanymi markami Poniżnia są: karp królewski z Bud, szczupak pomykowski z Bud z Gospodarstwa Rybackiego Budy oraz karp z Wójczy koło Pacanowa.

Z pieca i z komina

Przyrządzanie wędlin metodą tradycyjną, przez parzenie i wędzenie, bez szkodliwych dodatków, ma w Świętokrzyskiem długą tradycję, przekazywaną z pokolenia na pokolenie. Na liście produktów tradycyjnych znajdują się obecnie wędliny z Wąchocka, Radoszyc, Łosienia i Kunowa. Oryginalnym produktem kielecczyny są natomiast kurozwęckie wyroby z mięsa bizonów amerykańskich, których hodowla, jedyna w Polsce, prowadzona jest przy zespole pałacowym Popielów w Kurozwękach.

Szczególne miejsce wśród mięsnych rarytasów zajmują dzionie rakowskie. To rodzaj kiszki, czyli



Udany polów w Gospodarstwie Lasochów, fot. arch. Gospodarstwa Lasochów

zwierzęcych jelit nadziewanych farszem, w tym przypadku mięsnym z dodatkiem pokruszonej maci, którą smaży się na patelni. Ważną rolę w kuchni tradycyjnej regionu odgrywa też gęsiina, zapożyczona z kuchni żydowskiej. Ziemia kielecka, z racji swojego położenia w centrum Polski, nie ulegała wpływom kulinarnym krajów ościennych, wiele ciekawych elementów przejęto natomiast od społeczności żydowskiej, licznej zwłaszcza w Chmielniku, Rakowie czy Pińczowie. Wśród potraw o żydowskim rodowodzie znajdziemy m.in. cymes oraz gęsie pipki, czyli żołądki. Gęsi zabijano na jesień, po Dniu Świętego Marcina (11 listopada), gdy pierze najlepiej nadawało się na pierzyny, a mięso było najsmaczniejsze. Skubanie pierza stało się pretekstem do spotkań przy pracy, wspólnej zabawy i śpiewów.

Trochę tłuszczu na okrasę

Tłoczenie oleju było widowiskowym zajęciem. W starych olejarniach używano do niego prasy napędzanej ręcznie, rodzaju kieratu. Takie urządzenia można jeszcze zobaczyć podczas pokazów w Olejarni Zagłoby koło Buska-Zdroju. Oleje wytłaczano z roślin olejnych pochodzących z własnych upraw, m.in. z rzepaku popularnego w powiatach ostrowieckim i sandomierskim. Duże nasłonecznienie tych terenów w okresie wegetacji wpływało na niespotykany smak i aromat oleju. We wsiach powiatu sandomierskiego do dziś zachowała się tradycja maszczenia olejem

rzepakowym tradycyjnych wigilijnych potraw: grochu z kapustą, grochu z kapustą i kaszą gryczaną, zupy grzybowej czy barszczu z uszkami. Używa się go także do smażenia racuchów, karpia oraz do przyrządzania śledzi i surówek. Na pofałdowanych terenach Ponidzia, na mniej urodzajnych glebach, w okresie międzywojennym uprawiano Iniankę siewną, czyli Inicę. Było to wówczas jedyne dostępne źródło tłuszczu roślinnego. Inianka jara, wyparta przez rzepak w latach 50. XX w., powraca obecnie do łask i jest znów chętnie uprawiana ze względu na niewielkie wymagania glebowe i krótki okres wegetacji (80–110 dni). Olej z Inianki ma specyficzny smak i zapach. Ze względu na ciemnorudy kolor nasion rośliny nazywany jest on olejem rydzowym. To od niego wzięło się powiedzenie „lepszy rydz niż nic”, był bowiem powszechnie używany w okresach postu zamiast tłuszczu zwierzęcego. Kraszono nim ziemniaki, kluski, kapustę, dodawano go do śledzi z cebulą, a także używano do smażenia racuchów i pączków.

Coś na słodko

Słodycze nie odgrywają znaczącej roli w kuchni świętokrzyskiej, jest jednak kilka charakterystycznych produktów, nieznanymi w innych regionach kraju. Spośród ciast na uwagę zasługuje placek spod kamienia, znany od początku XX w. w okolicach Ostrowca Świętokrzyskiego. Jego nazwa bierze się stąd, że po ułożeniu kolejnych warstw ciemnego i jasnego ciasta, przełożonych śmietaną, placek przykładano się deską obciążoną płaskim kamieniem. Wypiekami o długiej tradycji są też pierniki na mące żytniej i tort czekoladowo-orzechowy z Ruchowa. Szczególną sławę zdobyły szczerodroki z Zawichostu – zawijane bułeczki drożdżowe. Tradycja ich wypieku wiąże się z chodzeniem po kołędzie w święto Trzech Króli, kiedy to szczodre gospodynie częstowały przybywających pod dom kołędników słodkimi rogalikami. Miało to zapewnić szczęście, urodzaj na polach oraz dostatek w nowym roku.



Oleje z Olejarni Zagłoby, fot. K. Pęczalski

W minionych czasach możliwości długotrwałego przechowywania owoców były ograniczone, dlatego często je przetwarzano. Robiono głównie konfitury, które przywędrowały do nas w XVIII w. z Francji. Wpiero przyjęły się one na dworach magnackich i szlacheckich, a później trafiły pod strzechy. Dla podniesienia walorów smakowych i zapachowych przetworów stosowano dodatki, m.in. skórki owoców południowych, orzechy, migdały, cynamon, kardamon, goździki, ziele angielskie czy gałkę muszkatołową. Oryginalną metodą, stosowaną w klasztorach i na dworach od XIX w., było sporządzanie tzw. serów jabłecznych, mających stałą konsystencję, twardych, które można było kroić w kostkę lub na plasterki. Ser jabłeczny, a także konfitury z jarzębiny, wpisane na listę produktów tradycyjnych, dostępne są wśród wielu innych produktów w sklepie Spółdzielni „Chleb Życia” w Zochcinie.

Rozpoznawalnym świętokrzyskim produktem cukierniczym jest kultowa krówka opatowska oraz

opatowskie pączki, które rozstawiają historyczne miasto Opatów i są znane łasuchom już od kilkudziesięciu lat.

To, co lubią misie

Tradycje bartnicze w regionie świętokrzyskim sięgają okresu wczesnego średniowiecza. Ówczesna ludność wybierała miód z barci, „konkurując” o ten przysmak z niedźwiedziami. W pobliżu pogańskich ośrodków kultu miód pozyskiwano również w celach obrzędowych. W 1629 r. biskup Marcin Szyszkowski wydał specjalny przywilej dla bartników kłucza kieleckiego, tworząc cech bartny. Do zakładania pasiek zachęcały liczne w regionie pozytywne miódodajne, zarówno leśne, jak i łąkowe. Zalicza się do nich wszystkie drzewa, krzewy i rośliny zielone, które kwitną i wydzielają nektar oraz dostarczają pyłków w okresie od wiosny do jesieni, w szczególności: mniszka lekarskie-

go, lipe, akację, grykę, wrzos, koniczynę, rośliny łąk i pastwisk, a także spadź liściastą i iglastą. Każdy z miódów ma swoją specyfikę i swoich amatorów, a wszystkie – oprócz walerów smakowych – mają dobroczynny wpływ na zdrowie. Wśród nagradzanych miódów na liście produktów tradycyjnych znalazły się: falkowski miód wielokwiatowy, miód akacjowy z Łążka, miód królewski z Osieka, miód nektarowo-spadziowy napękowski, miód spadziowy z Puszczy Jodłowej i świętokrzyski miód spadziowy. Na bazie pasiek prowadzonych przez miłośników pszczelarstwa, często od wielu pokoleń, powstało w regionie wiele ośrodków pszczelarskich.

„Na biało”

Produkcja nabiału to kolejna dziedzina z bogatymi tradycjami. Sery zagrodowe z mleka krowiego i koziego stanowiły cenne uzupełnienie diety. Wytwarzanie serów kozich związane było z biedą, jaka panowała na tym terenie w okresie powojennym. Krowy były wówczas drogie, nie każdego było stać na ich zakup i chów, natomiast kozy, z uwagi na niskie koszty utrzymania, często nazywane były przez lokalną społeczność „bidulami” i „żywicielkami”.

Dziś realia są zupełnie inne, a kozy sery stanowią prawdziwy rarytas. Można je kupić w sklepiku Koziej Farmy na Zagajach w Ostrowcu Świętokrzyskim, oferującej m.in. zagajnicki kozia, oraz na farmie Jaga koło Buska-Zdroju, produkującej sery



Ser kozi zakamiński z farmy Jaga w Bogucicach, fot. M. Warelis

i kefiry kozie zakamieńskie. Najśłynniejsze sery z mleka krowiego pochodzą natomiast ze Strzałkowa koło Buska-Zdroju (są wśród nich słynny buncok strzałkowski i dojrzewający Maciej), a także z serowarni Pakuły w gminie Radoszyce, specjalizującej się w serach podpuszczkowych. Sery doprawia się m.in. czosnkiem niedźwiedzim, czarnuszką, suszonymi pomidorami, kozieradką lub bazylią.

Rozpoznawalną w kraju marką jest OSM Włoszczowa, produkująca nie tylko wiele gatunków serów, ale także inne produkty mleczne.

Napitki na popitkę

Dla „uzupełnienia asortymentu” należy wspomnieć o świętokrzyskich napojach. Są wśród nich: sok z czarnej jagody z lipowskich lasów, opatkowickie wino chlebowe, kwas burakowy po wzdolsku oraz kamcia – moskorzewska nalewka miętowa, której receptura pochodzi z dworu

w Moskorzewie. Jej historia jest związana z wywodzącą się z rodziny Potockich Marią Duchowicz, nazywaną Kamcią.

Europejskie „gwiazdy kulinarne”

Wyroby i potrawy o szczególnym znaczeniu dla dziedzictwa kulinarnego zostały wpisane na listę produktów tradycyjnych prowadzoną przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi. To nie tylko forma ich wyróżnienia i promocji, ale także ochrona pochodzenia geograficznego i niezmiennych od lat sposobów wytwarzania. Według danych z lipca 2018 r. w województwie świętokrzyskim zarejestrowano 92 takie produkty (w Polsce jest ich łącznie 1872). Mogą one dostać się do grona oznaczonych certyfikatem unijnym produktów regionalnych.

Świętokrzyskie ma też swoje „gwiazdy” docenione przez Unię Europejską, podlegające ochronie prawnej. Komisja Europejska wpisała do

Rejestru Chronionych Nazw Pochodzenia i Chronionych Oznaczeń Geograficznych lub do Rejestru Gwarantowanych Tradycyjnych Specjalności 40 polskich produktów (stan na dzień 10 lipca 2018 r.). Są wśród nich trzy pochodzące z terenu województwa świętokrzyskiego: śliwka szydłowska, wiśnia nadwiślańska i fasola korczyńska. Ich niepowtarzalne walory wynikają ze szczególnych warunków naturalnych oraz z wieloletnich tradycji upraw starych odmian. Pozostałe słynne owoce regionu, mające status produktów tradycyjnych, to: truskawka z Bielin, truskawka buska faworytka, śliwka damacha z Ponidzia, jabłko sandomierskie i susz owocowy dębniacki.

Na zakończenie warto wspomnieć o Majonezie Kieleckim, znanym w wielu krajach świata, który dopełnia obrazu świętokrzyskiej kuchni i rysuje się imponująco na tle regionalnego dziedzictwa kulinarnego.

Mówi się, że wyróżnikiem tradycyjnej kuchni świętokrzyskiej jest prostota. Ta cecha z pewnością stanowi jej atut, ponieważ sięganie do tradycji polega właśnie na używaniu podstawowych składników i najprostszych metod przygotowywania potraw. Na biednej kieleckiej wsi przyrządzanie posiłków rządziło się jedną zasadą: dania miały sycić, a ich wykonanie nie mogło zabierać gospodyniom zbyt wiele czasu. W dawnych czasach na stołach wiejskich królowały kasze, zboża i ziemniaki. Mieszczanie i przedstawiciele wyższych warstw społecznych mieli stały dostęp do dziczyzny, ryb, miodu i nabiału, które na stołach wiejskich pojawiały się od święta.



Fasola korczyńska – produkt tradycyjny, fot. M. Warelis

4 Wędrowki kulinarne

Lokalne „smaczki”, zmieszane razem w odpowiednich proporcjach, doprawione szczyptą optymizmu i nutką dobrego humoru, z pikantnym posmakiem trudów, wysiłku i radości zdobywców, polane sosem zdobytej wiedzy i umiejętności, składają się na smak regionu, który można poczuć w trakcie wędrowek świętokrzyskich. Jaki to będzie smak? Z pewnością każdy rozpozna w nim inne akcenty, zgodnie z ułożonym przez siebie programem zwiedzania i własnymi pasjami, ale wiemy jedno: będzie to smak wyrazisty i niepowtarzalny, ponieważ Świętokrzyskie nie pozostawi obojętnym nikogo, kto tu trafi.



Fot. A. Drzewiecka





Kielce

Historia Kielc sięga XIV w., kiedy to ówczesna osada otrzymała prawa miejskie. W 1496 r. miastu nadano herb ze złotymi literami CK na czerwonym tle, co oznaczało po łacinie *Civitas Kielcensis*. Kielce przechodziły różne koleje losu, od rozkwitu w dobie eksploatacji rud ołowiu, miedzi i żelaza w XV w., przez upadek w czasie najazdu szwedzkiego i wojen domowych. Ostatnie dwa wieki przyniosły miastu rozwój i dziś Kielce – centralny ośrodek aglomeracji

kieleckiej – stanowią ważne centrum gospodarcze, naukowe, kulturalne oraz wystawienniczo-targowe.

W panoramie Kielc uwagę zwraca przede wszystkim mnogość zieleni. Na południowych obrzeżach miasta, wśród rozległych terenów leśnych u stóp góry Pierścienicy, zlokalizowana jest **restauracja Siedem Pokus**.

Tam skierujemy swoje pierwsze kroki w poszukiwaniu regionalnej kuchni. Restauracja jest częścią **Centrum Sportowo-Rekreacyjnego „Stadion”**, leżącego ok. 3 km od centrum miasta, pośrodku lasu, w sercu parku krajobrazowego. Mieszkańcy Kielc i okolic chętnie odwiedzają to miejsce. Od początku wiosny do późnej jesieni przyciągają ich trasy rowerowe i piesze prowadzące przez okoliczne lasy, zapewniające ciszę, spokój i pełen relaks. Zimą funkcjonuje tu minitacja narciarska z wyciągiem o długości 500 m. Przez cały rok na terenie „Stadionu” odbywają się liczne imprezy sportowe i kulturalne. Restaurację Siedem Pokus odwiedza zatem

wielu gości, którzy mają okazję spróbować m.in. tradycyjnej świętokrzyskiej zalewajki.

Na miłośników regionalnej kuchni czeka również **restauracja Kaczka Polska** w hotelu Tęczowy Młyn, zlokalizowanym tuż obok terenów targowych EXPO Kielce. Dzięki takiemu położeniu z oferty gastronomicznej lokalu korzystają goście licznych imprez wystawienniczych. Specjalnie dla przysmaków serwowanych w restauracji hotelowej przyjeżdżają tu również kielczanie. Szef kuchni Andrzej Gad przygotowuje dania tradycyjne, wykorzystując nowoczesne metody kuchni molekularnej oraz techniki takie jak *sous vide* (gotowanie w próżni, w niskich temperaturach i przez dłuższy czas), pozwalające na zachowanie naturalnych właściwości produktów. Dla przykładu, tradycyjne żołądki z Rakowa, z dodatkiem lokalnego wina z Sandomierza, przygotowuje się przez pięć godzin. Oprócz tego rarytasu w regionalnym menu restauracji znajdziemy: zupę grzybową z kaszą gryczaną, żurek świętokrzyski z pulpecikami z białej kiełbasy, stek z karkówki, pierogi nadziewane bocznikami, dragoty – pierogi z nadzieniem z bobu, danie o nazwie „pyzy mięsne wołane męcybulami”, a z deserów sernik babuni i szarlotkę z pieca.

Restauracja Siedem Pokus i Centrum Sportowo-Rekreacyjne „Stadion”

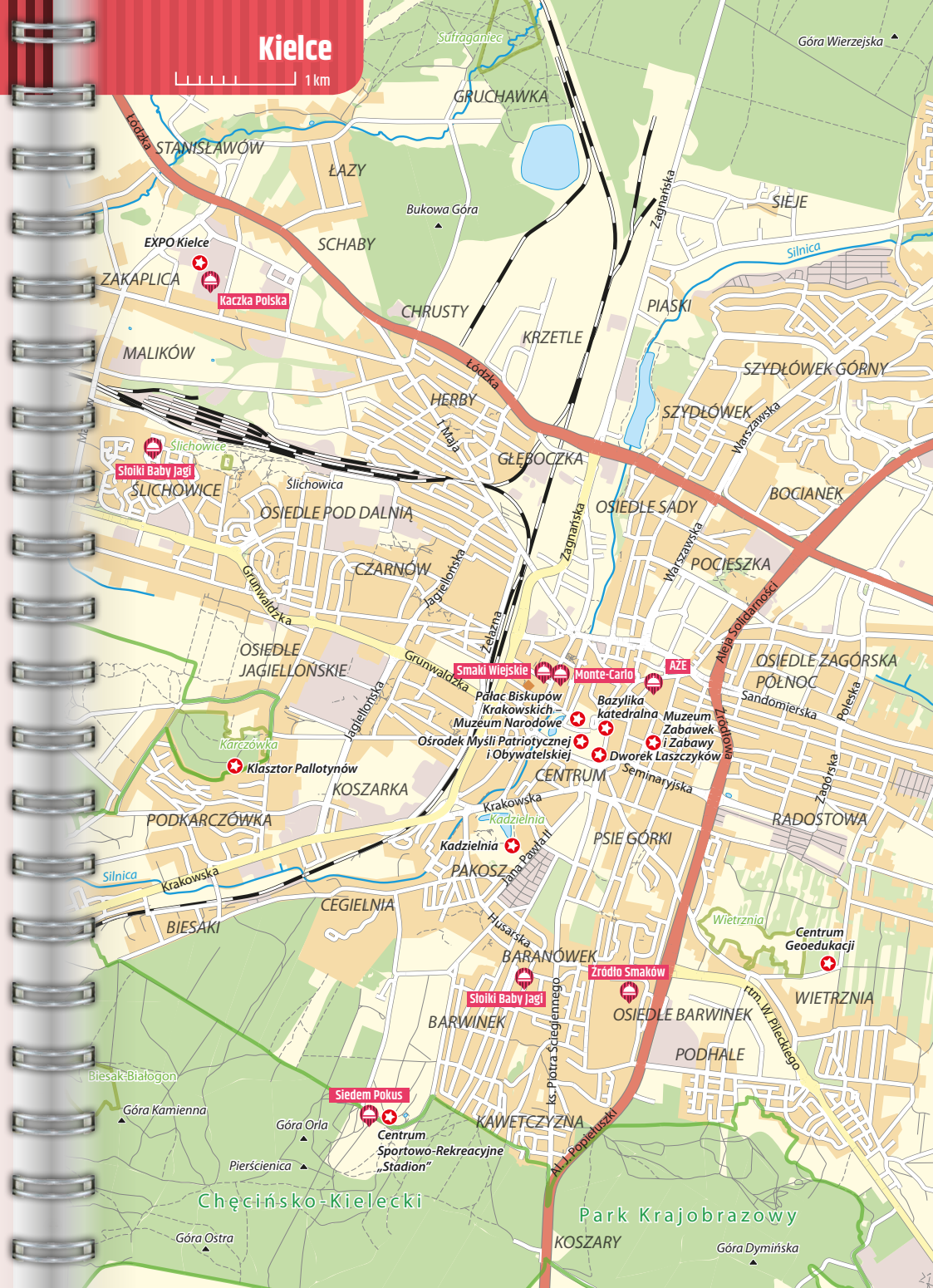
📍 al. Na Stadion 365, 25-127 Kielce
🌐 www.siedempokus.pl

Restauracja Kaczka Polska

📍 ul. Zakładowa 4, 25-670 Kielce
🌐 www.teczowy.com



Restauracja Siedem Pokus w Kielcach, fot. arch. restauracji Siedem Pokus



Oryginalną atrakcją na kulinarnej mapie regionu jest **restauracja Monte-Carlo** położona w centrum Kielc. Jej nazwa pochodzi od jednego z najslawniejszych rajdów samochodowych, rozgrywanych cyklicznie od 1911 r. Niewielu z nas pamięta, że w latach 1975 i 1976 Rajd Monte Carlo – w ramach tzw. zlotu gwiazdztęgo – miał swój start w Warszawie, a zawodnicy przejeżdżali przez Kielce ulicą Buczka (obecnie Paderewskiego), przy której znajduje się restauracja. Pan Grzegorz Romański, jej właściciel, jest kierowcą rajdowym i dziennikarzem, mistrzem rajdów samochodowych dziennikarzem. Otworzył swój lokal w miejscu, w którym jego rodzice prowadzili niegdyś pracownię krawiecką i sklep odzieżowy. W restauracji gościli najlepsi kierowcy naszego kraju: Janusz Kulig, Krzysztof Hołowczyc, Leszek Kuzaj i Maciej Stańko. Chętnie odwiedzają ją również przedstawiciele środowiska artystycznego. Do sztandarowych dań kuchni regionalnej należy filet z kaczki z gruszką flambirowaną w czerwonym winie i talarkami ziemniaczanymi, udko gęsie *sous vide* z modrą kapustą i obsmażanymi

kopytkami, zalewajka świętokrzyska, żeberko duszone w białej kapuście, comber wieprzowy z gołąbkami sandomierskimi i śledź po kielecku, nadziewany ziemniakami purée. Restauracja Monte-Carlo od czterech lat znajduje się na prestiżowej liście 100 najlepszych restauracji w Polsce (Poland 100 Best Restaurants), uwzględniono ją również w „Żółtym przewodniku Gault & Millau Polska 2016”, który jest konkurentem najsłynniejszego przewodnika Michelin. W wystroju restauracji odnajdziemy unikalne przedmioty – trofea rajdowe, plakaty z podpisami mistrzów, puchary, koszulki i czapeczki kierowców rajdowych. Wśród znakomitych win znaleźć można świętokrzyskie wino z Winnicy Avra.

Kielce to miasto, które proponuje turystom wiele atrakcji. Zaspokoimy głód i ciekawość kulinarną w regionalnych restauracjach, warto zwiedzić **Muzeum Narodowe** usytuowane we wspaniale zachowanym Pałacu Biskupów Krakowskich z epoki Wazów. Ekspozycje muzealne obejmują zabytkowe wnętrza, dawne uzbrojenie, galerie malarstwa, sanktuarium Marszałka

Józefa Piłsudskiego oraz tzw. gabinet numizmatyczny – wystawę poświęconą historii pieniądza. Nie mniej interesujące jest **Muzeum Zabawek i Zabaw** gromadzące w swoich zbiorach zabawki od końca XVIII w. Ciekawym miejscem jest również Wzgórze Zamkowe z wczesnobarokową **bazyliką katedralną** ufundowaną w początkach XII w. Mieści się tu również **Dworek Laszczyków**, ostatni drewniany obiekt tego typu na terenie miasta, pochodzący z XVIII stulecia, oraz **Ośrodek Myśli Patriotycznej i Obywatelskiej**.

Wielu wrażeń dostarczy wizyta na **Kadzielni** – jednym z rezerwatów geologicznych, położonym w pobliżu centrum miasta. W otoczeniu skalnych ścian dawnego kamieniołomu znajduje się kulturowy amfiteatr, można tu również zwiedzić

podziemną trasę turystyczną. Warto także wybrać się na Wzgórze Karczówka z zabytkowym **klasztorem Pallotynów**.

Historia i teraźniejszość ziemi kieleckiej są związane z „kamienным królestwem” Gór Świętokrzyskich i bogactwem ich zasobów mineralnych. Przekona nas o tym wizyta w **Centrum Geoedukacji** w Kielcach, gdzie w kapsule czasu łatwiej jest zrozumieć fenomen najstarszych gór w Polsce, których przeszłość sięga 600 mln. lat.

Kulinarną wizytówką Kielc jest Majonez Kielecki – dobrze znana marka najważniejszego produktu Wytwórczej Spółdzielni Pracy „Społem”, firmy o blisko 100-letniej tradycji, założonej m.in. przez Stefana Żeromskiego. Majonez Kielecki jest dostępny na rynku już od 1959 r. i od pokoleń cieszy się uznaniem rodzimych i zagranicznych konsumentów oraz ekspertów kulinarnych. Dowodem na to są liczne nagrody i wyróżnienia oraz fakt, że Kielecki to obecnie drugi najchętniej kupowany majonez w naszym kraju. Jego receptura stała się podstawą do opracowania Polskiej Normy majonezu.

Popularnością wśród mieszkańców Kielc cieszą się sklepy z regionalną żywnością. **Sklep AŻE** z atestowaną żywnością ekologiczną sprzedaje głównie warzywa i owoce od lokalnych producentów oraz od rolników z regionu, m.in. włoszczyznę, paprykę, cukinię i dynię, ale też posiada szeroki asortyment innych produktów spożywczych. Sklep powstał w 1998 r. na bazie gospodarstwa ekologicznego, które w 1993 r. otrzymało atest Ekolandu – stowarzyszenia

producentów żywności wytwarzanej metodami ekologicznymi. Można tu także kupić wodę mineralną Buskowią, przetwory i sałatki w słoikach z firm Bojek i Sad Danków oraz wiele innych produktów, w większości oznaczonych marką Kulinarne Dziedzictwo Świętokrzyskie.

Słoiki Baby Jagi w dwóch sklepach na terenie Kielc oferuje lokalne przetwory z serii „Jacentowska Piwniczka”, żywność ekologiczną i produkty bio. Są wśród nich miody z pasieki rodzinnej Prawdziwe Miody w Kazimierzu Małym oraz maki orkiszowe i kasze z firmy Ekorab i młyn w Nowym Korczynie, wytwarzane specjalnie dla tych sklepów. Sprzedawane tu masło pochodzi z Jędrzejowa i Chmielnika, wędliny z Bęczkowa, z firmy Mas-Mat, w ofercie są też piwa rzemieślnicze z regionu i wina sandomierskie. Pani Barbara Kubiec-Govender, założycielka firmy, aktywnie pracowała przy tworzeniu sieci Kulinarne Dziedzictwo Świętokrzyskie. Sklep często współorganizuje różne wydarzenia i bierze udział w imprezach regionalnych promujących świętokrzyskie dziedzictwo kulinarne.

Źródło Smaków to sklep ze zdrową i regionalną żywnością, pochodzącą od rolników i producentów, przede wszystkim tych, którzy są zrzeszeni w grupie Kulinarne Dziedzictwo Świętokrzyskie. Jego klienci doceniają przede wszystkim miody, przetwory, warzywa i owoce. Dużą popularnością cieszą się również zioła i herbaty ziołowe, w tym z firmy Natur-Vit, producenta kultowej mięty pińczowskiej. Sklep sprowadza chleb bodzentyński na zakwasie i sery od Łukasików ze

Strzałkowa. W sprzedaży stałej są wędliny, nabiał oraz warzywa i owoce przywożone bezpośrednio od rolników, ponieważ właścicielka, pani Beata Janik-Guzy, dba o to, aby wszystko było naturalne i świeże.

Sklepy Smaki Wiejskie w Kielcach i w Końskich również oferują produkty regionalne i tradycyjne. Właściciel, Daniel Ślusarczyk, prowadzi firmę od 2008 r., spełniając swoje marzenia o propagowaniu zdrowego i ekologicznego żywienia. Zwraca uwagę na to, by produkty pochodziły z małej, rzemieślniczej produkcji. Sprowadza towary, głównie sery, pieczywo i wędliny, z zaprzyjaźnionych, niewielkich, czasem nieznanych zakładów, które produkują swoje wyroby na małą skalę. Jest tu chleb z Bodzentyna i Jędrzejowa, są sery z Radoszyc i oleje ze Starachowic.

Restauracja Monte-Carlo

📍 ul. I. Paderewskiego 20, 25-004 Kielce
🌐 www.monte-carlo.com.pl

Muzeum Narodowe w Kielcach

📍 pl. Zamkowy 1, 25-010 Kielce
🌐 www.mnki.pl

Muzeum Zabawek i Zabaw

📍 pl. Wolności 2, 25-367 Kielce
🌐 www.muzeumzabawek.eu

Bazylika katedralna

📍 pl. Najświętszej Maryi Panny 3, 25-010 Kielce
🌐 www.kielcekatredra.pl

Dworek Laszczyków

📍 ul. Jana Pawła II 6, 25-025 Kielce

Ośrodek Myśli Patriotycznej i Obywatelskiej

📍 ul. Zamkowa 3, 25-009 Kielce
🌐 www.ompio.pl

Kadzielnia

📍 al. Legionów, 25-035 Kielce
🌐 www.amfiteatr-kadzielnia.pl



Pałac Biskupów Krakowskich – siedziba Muzeum Narodowego w Kielcach, fot. Anna Benicewicz-Miązga

Klasztor Pallotynów

📍 pl. Klasztor Karczówka 1, 25-755 Kielce
🌐 www.karczowka.com

Centrum Geoedukacji

📍 ul. Daleszycka 21, 25-202 Kielce
🌐 centrum-geoedukacji.pl

Sklep AŻE

📍 ul. T. Kościuszki 14, 25-310 Kielce
🌐 www.twojeaze.com

Sklepy Słoiki Baby Jagi

🌐 www.sloikibabyjagi.pl

Sklep Źródło Smaków

📍 os. Barwinek, ul. Starowapiennikowa 39, 25-112 Kielce
🌐 www.dbajosiebie.com/zdrowa-zywnosc/kielce/zydrolo-smakov

Sklepy Smaki Wiejskie

📍 ul. I. Paderewskiego 27, 25-017 Kielce oraz ul. Spółdzielcza 14, 26-200 Końskie
🌐 www.facebook.com/smakiwiejskiekielce

COMBER WIEPRZOWY Z GOŁĄBKIM SANDOMIERSKIM

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI MONTE-CARLO W KIELCACH



4 os.



gotowanie

Combry rozbić, a kiszoną kapustę podgotować. Suszone borowiki ugotować do miękkości, dodać do kiszonej kapusty i ostudzić. Posiekaną cebulkę zrumienić na maśle, dodać czosnek, grzyby i kapustę. Doprawić do smaku pieprzem, solą i majerankiem. Gotowy farsz zawinąć w ubite mięso. Liście białej kapusty obgotować do miękkości. Na gotującą się, osoloną wodę wrzucić kaszę. Po ugotowaniu kaszy dodać do niej podduszony boczek z cebulą i doprawić do smaku. Liście kapusty nafaszerować kaszą i zawinąć. Przygotowane w ten sposób gołąbki opanierować w jajku i w bułce tartej, po czym obsmażyć na patelni jak krokiety. W następnej kolejności przygotować sos z kurek. Na maśle udusić cebulę i grzyby, a pod koniec dolać śmietany 36%. Do smaku należy przyprawić solą i pieprzem, można też dodać posiekaną zieloną pietruszkę. Na talerzu ułożyć obsmażone combry, a obok nich gołąbki sandomierskie. Combry polać sosem borowikowym.

SKŁADNIKI:

- 2 combry wieprzowe
- 30 dag kapusty kiszonej
- 1 dag borowików suszonych
- kilka ząbków czosnku
- 10 dag cebuli
- 10 dag borowików
- 8 liści kapusty białej
- 10 dag kaszy gryczanej
- 15 dag boczku wędzonego
- bułka tarta
- 2 jaja
- 200 ml oleju
- 20 dag masła
- 250 ml śmietany 36%
- sól, pieprz i majeranek do smaku



Comber wieprzowy z gołąbkim sandomierskim, z restauracji Monte-Carlo w Kielcach, fot. K. Pęczalski

ŚLEDŹ PO KIELECKU

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI MONTE-CARLO W KIELCACH



2 os.



gotowanie

Gotowane ziemniaki przepuścić przez praskę do purée. Do powstałej masy dodać pokrojone w kostkę ogórki, pieczarki i cebulę, przyprawić do smaku solą i pieprzem. Gotową masę posmarować śledzie, zwinąć je w rolady i przekroić w poprzek. Śmietanę wlać do miseczki, dodać dwie łyżki stołowe octu oraz sól i pieprz do smaku. Następnie skarmelizować cukier i wlać do niego ocet balsamiczny. Śledzia ułożyć na talerzu, polać go delikatnie śmietaną z octem, a po wierzchu skropić skarmelizowanym cukrem z octem balsamicznym.

SKŁADNIKI:

- 4 filety śledziowe moczone i zamarynowane
- 2 ziemniaki gotowane
- 1 cebula czerwona
- 2 ogórki konserwowe
- 20 dag pieczarek konserwowych
- 250 ml śmietany
- 2 łyżki octu
- 1 łyżka octu balsamicznego



Śledź po kielecku z restauracji Monte-Carlo w Kielcach, fot. K. Pęczalski



Wokół Kielc

dziemy tu miejsca upamiętniające wielkich Polaków, wśród nich Mikołaja Reja i Henryka Sienkiewicza, słody arian, zwanych braćmi polskimi, zwiedzimy atrakcje geoturystyczne i te związane z XIX-wiecznym rozwojem przemysłu, odpocznemy nad załewem Chańcza.

Prawdziwą ostoją świętokrzyskiego dziedzictwa kulturowego jest

✧ **Park Etnograficzny w Tokarni** – oddział Muzeum Wsi Kieleckiej. Zgromadzono tu najcenniejsze zabytkowe obiekty drewniane z regionu, pochodzące z XVIII i XIX w., w tym: drewniany kościół z Rogowa z 1761 r., dzwonnice i plebanie, szkołę, aptekę i dom lekarza, warsztat żydowskiego krawca, sklepik małomiasteczkowy, kuźnię, wiatrak, dwór z Suchedniowa i zagrody wiejskie wyposażone w oryginalne sprzęty gospodarskie i rzemieślnicze. W skansenie odbywa się wiele ciekawych imprez, m.in. Festiwal Smaku, Świętokrzyski Jarmark Agroturystyczny i Święto Chleba, podczas których odwiedzający mogą wziąć udział w warsztatach kulinarnych, choćby z robienia

Park Etnograficzny w Tokarni

📍 Tokarnia 303, 26-060 Chęciny
www.mnw.com.pl

Restauracja Kuźnia Smaków

📍 Tokarnia 303, 26-060 Chęciny
www.karczmatokarnia.pl

Zamek Królewski w Chęcinach

📍 ul. Radkowska 4, 26-060 Chęciny
www.zamek.checiny.pl

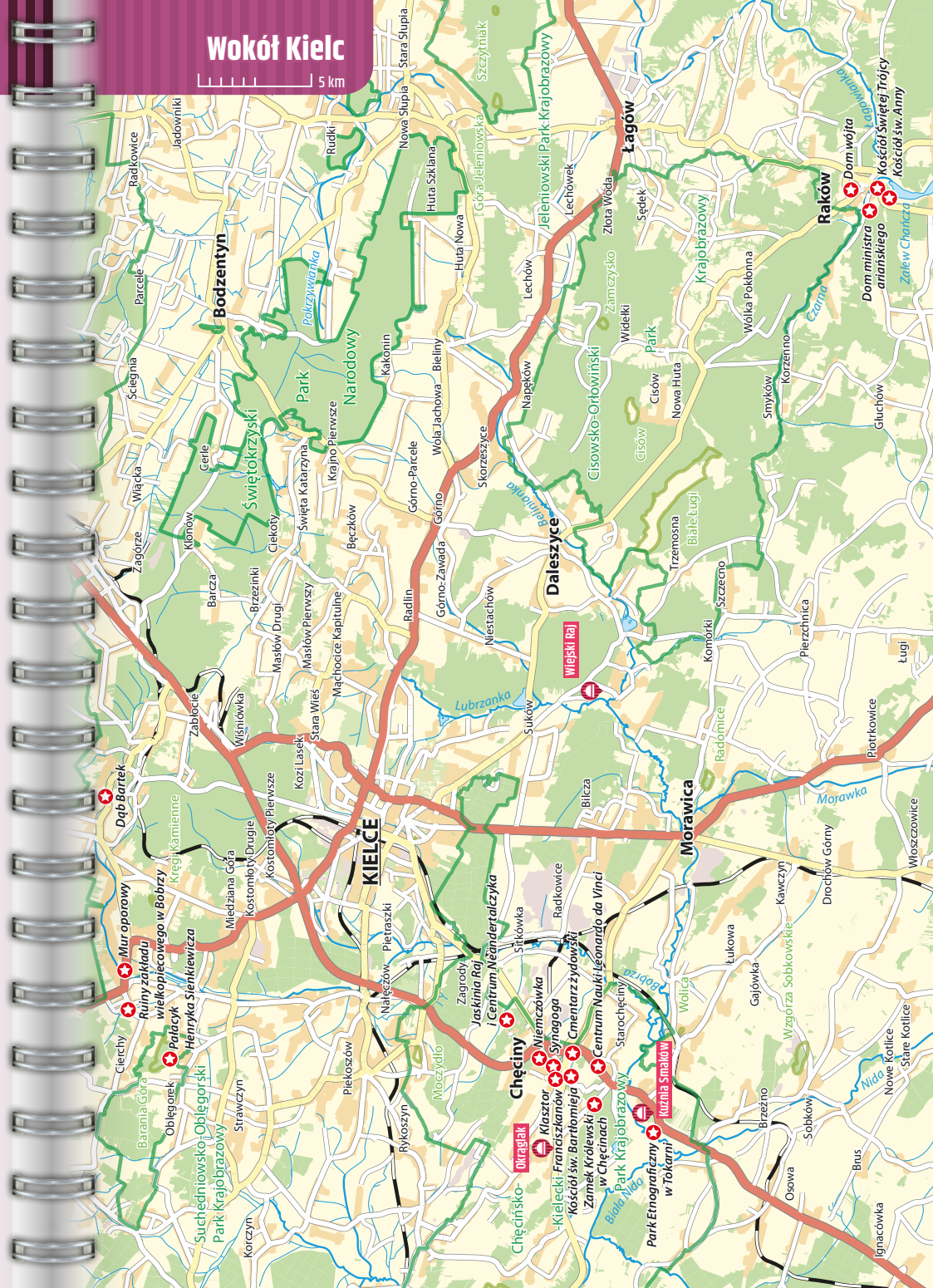
podplomyków. Co roku, podczas kolejnych edycji Festiwalu Smaków, organizowane są konkursy kulinarne na najciekawsze potrawy województwa świętokrzyskiego.

Turyści odwiedzający skansen, lokalni i przejezdni smakosze z odległych stron, chętnie zaglądają do **kuźni Smaków**, będącej częścią Parku Etnograficznego. Jej wystrój jest inspirowany wzornictwem świętokrzyskim – ściany zdobią klimatyczne fotografie i obrazy, a na powierzchniach szklanych wytrawiono wzory świętokrzyskich wycinanek. Karczma oferuje potrawy kuchni regionalnej i lokalnej, prowadzi również promocję produktów tradycyjnych, charakterystycznych dla regionu świętokrzyskiego. W sezonie letnim w niedziele odbywają się tu Eko Bazy – kiermasze lokalnych produktów. Specjalnością Kuźni Smaków jest gulasz z gęsiich żołądków, dawna potrawa odtwarzana dziś w karczmie, której właściciele mają ambicje przywracać do łask tradycyjne dania. W przyrządzaniu potraw najważniejsze jest dla nich dotarcie do lokalnych producentów i starych receptur.

Największą atrakcją tych okolic jest ✧ **Zamek Królewski w Chęcinach**, wzniesiony ok. 1295 r. przez

Wokół Kielc

5 km



Park Etnograficzny w Tokarni, fot. arch. UMWŚ

króla Władysława Łokietka. Budowla służyła jako skarbiec koronny, miejsce zjazdów wojsk i dostojników państwa oraz rezydencja królewska. Zamek podpadł w wyniku zamieszek i najazdów szwedzkich, a po rozbiorach Polski popadł w ruinę. Widoczne z drogi potężne, odrestaurowane wieże dominują nad okolicą, stanowiąc charakterystyczny element krajobrazu. Turyści mogą obejrzeć mury obronne, lochy, skarbiec i dwie baszty z punktami widokowymi, dać się zakuć w dyby oraz spróbować swych sił w strzelaniu do tarczy.

Po zwiedzeniu zamku przychodzi kolej na wizytę w miasteczku Chęciny. Miasteczko, niegdyś otoczone murami obronnymi, powstało wraz z zamkiem i było znanym miejscem targów. Król Kazimierz Wielki ufundował istniejące do dziś **kościół pw. św. Bartłomieja** oraz **klasztor Franciszkanów**.

Od XV do XVII w. w okolicy rozkwitał przemysł, powstawały kopalnie miedzi, ołowiu i srebra oraz

kamieniołomy, w których wydobywano wapienie polerowane na marmur. Z tamtych czasów pochodzą renesansowa kamieniczka Niemczówka oraz synagoga i cmentarz żydowski. Nieopodal, w Podzamczu, znajduje się **Centrum Nauki Leonardo da Vinci**, które popularyzuje nowoczesną naukę przez zabawę. Na ekspozycję składa się wiele stanowisk multimedialnych i mechatronicznych, gdzie odwiedzający mogą przeprowadzać eksperymenty naukowe i poznać tajemnice przyrody.

W miejscowości Korzecko, u stóp chęcińskiego zamku, znajdziemy położoną na szlakach kulinarnych Świętokrzyska Kuźnia Smaków i Dziedzictwo Kulinarne Świętokrzyskie **restaurację Okraglak**. Jej nazwa pochodzi od półokrągłego budynku sali restauracyjnej, stanowiącego część hotelu. Miejscowość jest spokojna i malowniczo usytuowana. Otoczenie restauracji stanowi duża zielona przestrzeń z placem zabaw, ogrodem, stajnią i pastwiskiem dla

Kościół pw. św. Bartłomieja

ul. Radkowska 4, 26-060 Chęciny
parafia.heciny.pl

Klasztor Franciszkanów

ul. Franciszkańska 10, 26-060 Chęciny
heciny.franciszkanie.pl

Centrum Nauki Leonardo da Vinci

Podzamcze 45, 26-060 Chęciny
www.cndavinci.pl

Restauracja Okraglak

Korzecko 88B, 26-060 Chęciny
www.restauracjaokraglak.pl

koni, sięgająca do skraju lasu. Lokal specjalizuje się w daniach kuchni polskiej. Wśród potraw regionalnych jego specjalnością są inkusowe byki, delikatne ziemniaczane kluski z farszem mięsnym, polane omastą. W karcie są też inne specjalności regionalne, takie jak: wiejski smalec z żurawiną, rosół z domowym makaronem, parzybroda chłopska, świętokrzyska zalewajka, kugiel, placek ziemniaczany z żeberkami i pyzcie.

Jedną z najbardziej znanych atrakcji turystycznych Gór Świętokrzyskich, a przy tym jedną z najpiękniejszych jaskiń krasowych naszego kraju, jest **Jaskinia Raj**, która zachwycą odwiedzających różnorodnością kalcytowych form naciekowych. W wyjątkowym zagęszczeniu występują tutaj skupiska stalaktytów, stalagmitów, stalagnatów i pizoidów o rozmaitych kształtach i formach. Jaskinia została uznana za rezerwat przyrody nieożywionej i stanowisko archeologiczne. Jej korytarze tworzyły się pod koniec trzeciorzędu i w czwartorzędzie, a jej początki sięgają środkowego dewonu, kiedy to – ok. 360 mln lat temu – na dnie płytkiego morza powstały

wapienie. Obok jaskini znajduje się **Centrum Neandertalczyka** – nowoczesna ekspozycja multimedialna, która w interesujący sposób wprowadza zwiedzających w świat człowieka kopalnego.

W leżącej nieopodal Kielc miejscowości Bobrza w XVII w. zbudowano pierwszy na ziemiach polskich wielki piec, służący do celów hutniczych. W 1824 r. tuż obok niego powstał nowy zakład wielkopiecowy, usytuowany u stóp wysokiej skarpy. Wzniesiono wówczas potężne, imponujące swymi rozmiarami mury oporowe. Miały one 500 m długości, 5 m szerokości, a ich wysokość dochodziła miejscami nawet do 15 m. Na terenie fabryki stały składy na rudę, węgielnice, piece do prażenia rudy,

osiedle fabryczne oraz układ hydrotechniczny. Dalszą rozbudowę zakładu przerwała powódź i wybuch powstania listopadowego. Obecnie można tu podziwiać **pozostałości zakładu wielkopiecowego**, osiedla i dobrze zachowany mur oporowy.

Świadkiem niezwyklej historii jest **pałacyk Henryka Sienkiewicza w Obłęgorku** – oddział Muzeum Narodowego w Kielcach. Pałacyk został zbudowany w latach 1900–02 specjalnie dla pisarza, jako dar na 25-lecie jego pracy twórczej. Budynek stoi na skarpie, w otoczeniu starego parku urządzonego przez znanego warszawskiego ogrodnika Franciszka Szaniora, twórcę Ogrodu Saskiego. Wiedzie do niego piękna, czterorzędowa aleja lipowa. We

wnętrzach odtworzono mieszkanie Sienkiewicza oraz zgromadzone należące do niego przedmioty. Jest tu też wystawa biograficzno-literacka oraz biblioteka licząca 3500 woluminów. Niektóre z nich są opatrzone autografem pisarza lub jego uwagami na marginesach.

Jaskinia Raj i Centrum Neandertalczyka

ul. Dobrzańska, 26-060 Chęciny
www.jaskiniaraj.pl

Ruiny zakładu wielkopiecowego w Bobrze

gmina Miedziana Góra

Pałacyk Henryka Sienkiewicza

al. Lipowa 24, Obłęgorek,
26-067 Stawczyn
www.mnki.pl/sienkiewicz



Centrum Nauki Leonardo da Vinci w Podzamczu, fot. arch. UMWS



Jaskinia Raj, fot. arch. UMWS

Duże wrażenie na turystach robi rosnący w Bartkowie koło Zagnańska **dąb Bartek**, który imponuje zarówno swoim wiekiem, jak i wielkością. To jedno z najstarszych i największych drzew w Polsce. Sędziwy dąb mierzy obecnie 30 m wysokości, obwód jego pnia na wysokości 1,3 m wynosi 9,85 m, a średnica korony to ok. 40 m. Obok dębu przebiega zielony szlak turystyczny z Bliżyna do Zagnańska.

Ciekawą propozycją dla turystów pragnących poznać okolice Kielc jest **gospodarstwo Wiejski Raj**, położone w pobliżu Daleszyc, 10 km od stolicy regionu. Jego teren jest ogrodzony i ciekawie zagospodarowany. Znajduje się tu oczko wodne, a pośród sosen ustawiono duży grill. Atrakcją jest również miniskansen.

Specjalnością gospodarzy jest kuchnia staropolska i lokalna – przede wszystkim udziec wieprzowy, mięsa marynowane oraz potrawy z warzyw i ziemniaków. Smaczne posiłki są przygotowywane z dużą ilością ziół, przypraw oraz darów okolicznych lasów. Niektóre z nich były laureatami konkursów kulinarnych. Potrawą sztandarową jest parzybroda chłopska, znana w całym województwie świętokrzyskim i przyrządzana na wiele sposobów.

Oddalony o kilkanaście kilometrów od Daleszyc Raków to z kolei miasto o bogatej i wielokulturowej historii, związanej z przypadającym na XVI w. osadnictwem braci polskich, którzy mieli tu swój zbor i renomowaną szkołę ariańską. Oprócz wyznawców arianizmu i kalwinizmu

Gospodarstwo agroturystyczne Wiejski Raj

ul. Podmarzysz 4E, 26-021 Daleszyc
www.facebook.com/WiejskiRaj

Kościół pw. Świętej Trójcy

ul. Kościelna 5, 26-035 Raków

Dom ministra ariańskiego

ul. Kościelna 3, 26-035 Raków

Dom wójta

ul. J. Sienińskiego 511, 26-035 Raków

Kościół pw. św. Anny

ul. Klasztorna 16, 26-035 Raków

miasto zamieszkiwali również katolicy, uczęszczający do kościołów w Szumsku i Drogowlach, oraz Żydzi, od 1606 r. posiadający własną bożnicę. Do najważniejszych zabytków należą **kościół pw. Świętej Trójcy, dom ministra ariańskiego, dom wójta i poreformacki kościół pw. św. Anny**.

Szczególną zachętą do odwiedzania miejscowości stanowi **zalew Chańcza** – zbiornik wodny utworzony przez spiętrzenie wód rzeki Czarnej Staszowskiej zaporą wybudowaną w latach 1974–84. Maksymalna powierzchnia lustra wody wynosi prawie 500 ha, a głębokość akwenu sięga od 3 do 11 m, co stwarza dobre warunki do uprawiania sportów wodnych. Wczasowicze i turyści mogą skorzystać z wypożyczalni sprzętu wodnego oraz dobrze rozwiniętej bazy noclegowej i gastronomicznej.

Tylko tu, w Rakowie, gospodynie przyrządzają dzionie – potrawę, którą według wielopokoleniowej tradycji rakowianki „wykradły” z żydowskich garnków. Dzionie to kiszka nadziewana macą moczona

w rosale, z dodatkiem mięsa. Wyglądem przypomina ona pasztetową, smakuje jednak zdecydowanie wyborniej! Niepowtarzalny smak dzionie tkwi w tajemnicy ich przygotowania – to cały rytuał. Kiedyś pieczone tylko „od święta”, dzisiaj stanowią obowiązkowy specjal wielu tutejszych gospodarstw agroturystycznych, a także kulinarny

przebój licznych imprez turystycznych i promocyjnych.

Drugim ambasadorem Rakowa jest ziemniak pieczony. Co roku w trzecią niedzielę września, podczas wydarzenia o nazwie „W dzień św. Tekli ziemniaki będziemy piekli”, piecze się ziemniaki w specjalnie przygotowywanych ogniskach i wspólnie się je spożywa. Zgodnie

z legendą figura św. Tekli pewnej nocy sama powędrowała z Rakowa do pobliskiego Dębna. Od tego czasu mieszkańcy Dębna zaczęli organizować odpust na cześć świętej w dniu jej wspomnienia. Ogniska płoną do późnych godzin, imprezie towarzyszy program artystyczny, a ilość przygotowywanych ziemniaków mierzy się w tonach.



Dąb Bartek, fot. K. Pęczalski



Zalew Chańcza koło Rakowa, fot. K. Pęczalski

ŻOŁĄDKI GĘSIE PO ŻYDOWSKU

WEDŁUG PRZEPISU KARCZMY KUŹNIA SMAKÓW W TOKARNI



4 os.



pieczenie

Żołądki gęsie oczyścić i przeciąć każdy na pół. Oprószyć mąką, przesmażyć na smalcu i zdjąć z patelni. Warzywa korzeniowe oczyścić, obrać i pokroić w drobną kostkę, następnie wraz z cebulą i przeciśniętym przez praskę czosnkiem przesmażyć na tej samej patelni. Wszystko połączyć w gęsiarce, dodać ziele oraz liść laurowy i podlać bulionem. Dusić w piekarniku nagrzanym do 160°C do miękkości. Doprawić do smaku.

SKŁADNIKI:

- 50 dag żołądków gęsich
- 30 dag warzyw korzeniowych (marchew, pietruszka, seler)
- 10 dag cebuli pociętej w piórka
- 2 ząbki czosnku
- 30 dag gęsięgo smalcu
- szklanka bulionu drobiowego (częściowo na gęsinie)
- łyżka mąki
- liść laurowy
- ziele angielskie
- świeżo mielony pieprz
- sól do smaku



Żołądki gęsie po żydowsku, fot. arch. Kuźni Smaków w Tokarni

INKUSIOWE BYKI

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI HOTELU OKRĄGLAK W KORZECU



8 os.



gotowanie

Mięso z łopatki podsmażyć na tłuszczu z cebulą i odrobiną masła. Następnie mięso zemieć, dodać przyprawy, pół kostki masła i dokładnie wyrobić masę rękoma. Dodać kilka łyżek wody, aby spulchnić mięso. Pokroić podgardle w kostkę i podsmażyć z cebulą. Ugotowane ziemniaki przepuścić przez maszynkę. Surowe ziemniaki zetrzeć na drobnej tarce. Partiami, w miarę ścierania, przekładać masę na sito wyłożone podwójnie złożoną gazą, mocno odcisnąć z niej sok. Po starciu ziemniaków i ich odcisnięciu dodać je do ugotowanych. Sok z ziemniaków delikatnie zlać, a skrobię, która osadzi się na dnie, dodać do ziemniaków. Wyrobić dokładnie masę. Dobrze jest zrobić jednego byczka, nawet bez nadzienia, i ugotować go, aby sprawdzić, czy się nie rozpada – jeśli tak, do masy należy dodać mąki ziemniaczanej. Umoczonymi w wodzie rękami nabierać porcje masy ziemniaczanej, rozpląszczyć je na wielkość kotletów mielonych, na środku położyć porcję mięsa. Brzegi ciasta zlepić tak, żeby nie było widać farszu. W dużym szerokim garnku zagotować osoloną wodę. Wkładać byki partiami po 4–5 sztuk, gotować na małym ogniu z odchyloną pokrywką przez ok. 15 min. Trzeba pilnować, aby woda nie gotowała się zbyt mocno, bo byki się rozpadną. Ugotowane wyłożyć łyżką cedzakową i okraszyć podsmażoną z podgardlem cebulą.

SKŁADNIKI:

- 2 kg gotowanych ziemniaków
- 4 kg ziemniaków surowych, utartych
- 2 jajka
- 2 łyżki mąki ziemniaczanej
- odrobina kwasu cytrynowego (dodać do wody, żeby ziemniaki nie ściemniały)
- 1 kg mięsa wieprzowego z łopatki
- 50 dag masła
- 2 cebule
- 50 dag podgardla
- sól i pieprz do smaku



Inkusiove byki z restauracji hotelu Okraglak w Korzecku, fot. K. Pęczalski

PARZYBRODA CHŁOPSKA

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI HOTELU OKRĄGLAK W KORZECU



4 os.



gotowanie

Kapustę pokroić w grubą kostkę, zalać wodą i gotować razem z odkrojoną skórką z boczku i przyprawami. Ziemniaki również pokroić w kostkę i gotować oddzielnie. Pokrojony w grube słupki boczek przesmażyć z cebulką. Gdy kapusta będzie prawie ugotowana, czyli lekko twardawa, dodać ugotowane ziemniaki oraz przesmażony boczek. Doprawić ziołami i chwilę pogotować razem.

SKŁADNIKI:

- 1 słodka kapusta
- 4 ziemniaki
- 20 dag boczku wędzonego
- 1 cebula
- liść laurowy
- ziele angielskie
- kminek
- sól i pieprz do smaku



Parzybroda chłopska z gospodarstwa Wiejski Raj w Podmarzyszu, fot. arch. UMWS

DZIONIE RAKOWSKIE

WEDŁUG PRZEPISU GOSPODYŃ Z GMINY RAKÓW



10 os.



gotowanie i pieczenie

Przygotować macę: z mąki, 8 całych jajek i rozpuszczonego smalcu zagnieść ciasto, dolewając tyle ciepłej wody, ile przyjmie mąka. Ciasto rozwałkować tak jak na makaron. Nakłuć je widelcem i piec ok. 15 min na złoty kolor, nie dopuścić, by zbrązowiało. Przyrządzić rosół: z podgardla ugotować wywar bez warzyw, dodać do niego 7 ziaren ziela angielskiego, 3 listki laurowe, 10 ziaren czarnego pieprzu i soli do smaku. Mięso wyciągnąć z rosółu, zmielić w maszynce (sito z oczkami jak do mięsa mielonego) i wrzucić z powrotem do rosółu. Przygotować farsz: na stolnicy rozkruszyć upieczone mace wałkiem do ciasta na drobne kawałki, przełożyć do miski i zalać gorącym rosółem. Pęczniąc masę zostawić na 2 godz. do wystygnięcia. Masa ma być na tyle zawieszista, aby nie uciekała przez palce. Jeśli będzie za gęsta, dolać wody, ale zanim doda się jaja. Następnie ubić 8 jaj i mieszać je z przyprawami (sól, pieprz, zmielone ziele angielskie). Oczyścić 10 m jelit wieprzowych (zostawiając trochę tłuszczu, aby nie pękały podczas pieczenia). Przygotowanym farszem nadziać kiszki. Należy pamiętać, aby robić to ręcznie, bo tylko wtedy uzyska się właściwą gęstość i wygląd potrawy. Wypełnić masą dość luźno 2/3 kiszki i czym nakłuć ją igłą co 15 cm. Końce kiszki spiąć drewnianą szpilą lub zawiązać wełnianą przędzą bądź dratwą. Ułożyć kiszki w brytfannie tak, aby się nie dotykały, podlać odrobiną wody i od razu włożyć do gorącego pieca (220°C). Wyjąć po ok. 1 godz., gdy skórka mocno się zrumieni.

SKŁADNIKI:

- 2 kg mąki pszennej
- 16 jajek
- 15 dag smalcu wieprzowego
- 2 podgardla wieprzowe wędzone
- jelita wieprzowe, grube, proste lub krzyżówki
- ziele angielskie
- liście laurowe
- ziarna czarnego pieprzu
- sól do smaku



Dzionie rakowskie, fot. arch. UMWS



Góry Świętokrzyskie

tam słynnymi gołoborzami, czyli rumowiskami skalnymi zbudowanymi z bloków kambryjskiego piaskowca kwarcytowego, powstałymi ponad 500 mln lat temu.

Szczególnie chętnie odwiedzany przez turystów jest **klasztór na Świętym Krzyżu**. Miejsce to nabrało znaczenia, gdy król Władysław Łokietek umieścił tu podarowane przez królewicza węgierskiego Emeryka Relikwie Drzewa Krzyża Świętego, które przywieziono z Jerozolimy. Przez wieki do sanktuarium wielokrotnie przybywali królowie Polski. W 1936 r. klasztor został przekazany Zgromadzeniu Misjonarzy Oblatów, a w 2013 r. podniesiony do rangi bazyliki mniejszej. Do klasztoru od strony Huty Szklanej prowadzi asfaltowa droga. Wożnią przyjezdnych końskie zaprzęgi, melekсы i turystyczna ciuchcia. Będąc na Świętym Krzyżu, warto zwrócić uwagę na furkę klasztorną, zwiedzić tutejsze muzeum misyjne

Klasztor na Świętym Krzyżu i kawiarnia Stara Apteka

Huta Szklana 37, 26-004 Bieliny
www.swietykrzyz.pl

i krążanki oraz kaplicę Oleśnickich ze słynnymi relikwiami. Z wieży kościoła rozciąga się widok na Góry Świętokrzyskie.

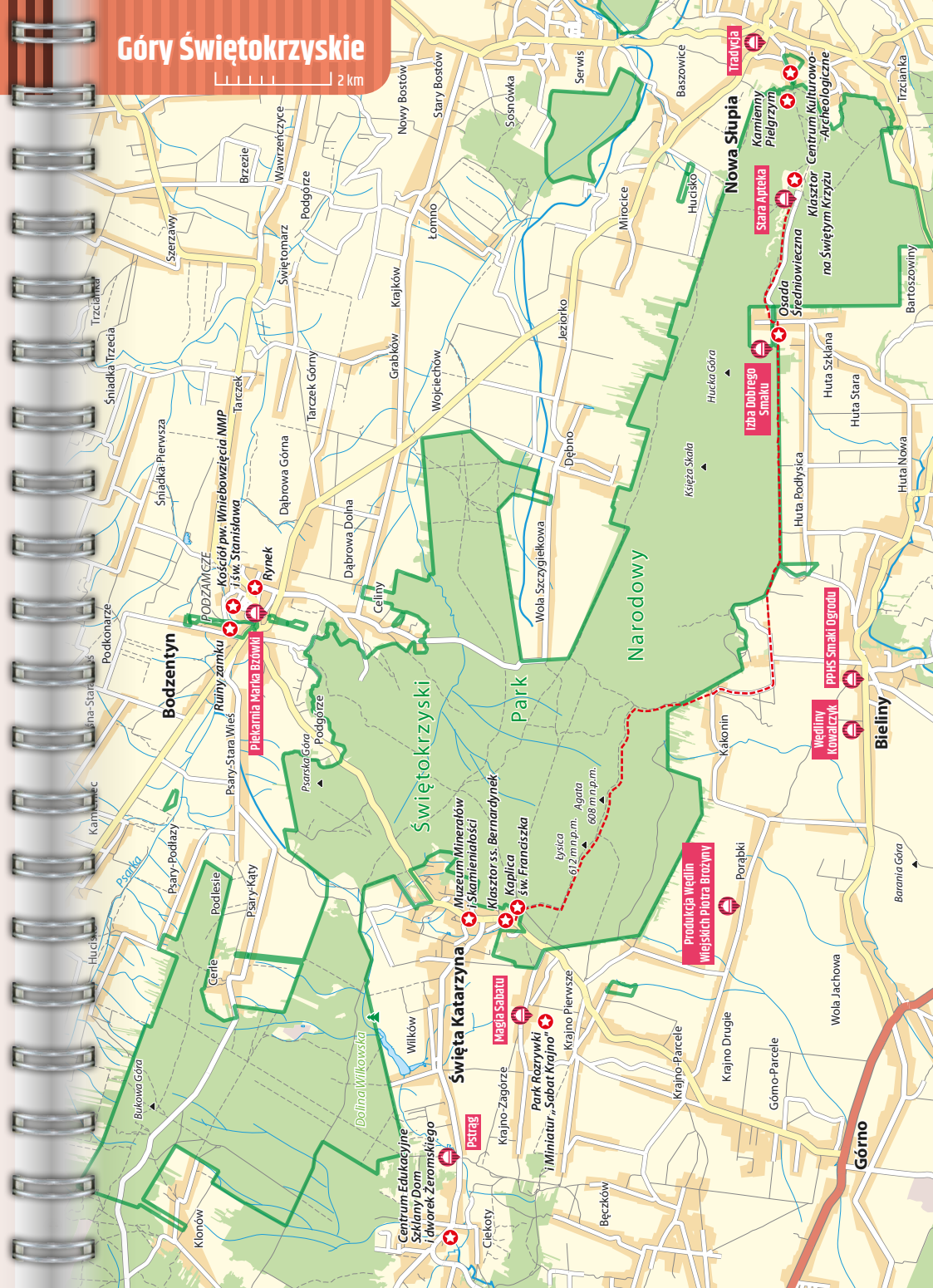
Święty Krzyż to także przystanek na mapie kulinarnej regionu. Ojcowie oblaci w wirydarzu, jadłodajni oraz **kawiarni Stara Apteka** oferują lokalne specjały. Są wśród nich ciasteczka świętokrzyskie i krówki Dąbrówki, nazwane imieniem żony Mieszka I, która upodobała sobie to miejsce. Wizytówką klasztoru jest nalewka ziołowa zwana Sekret Opata, sporządzana z dwudziestu ziół i pomocna w leczeniu wielu przypadłości. Produkt jest w pełni lokalny – bracia sami opracowali recepturę nalewki, wymyślili jej nazwę i kształt butelki, a jeden z zakonników zaprojektował wzór etykiety.



Gołoborze na Świętym Krzyżu, fot. arch. UMWS

Góry Świętokrzyskie

2 km



Za czasów benedyktyńskich, w XIV w., przy klasztorze, na południowym zboczu wzniesienia, wykarczowano kawałek puszczy, urządzając tam hortulus, czyli ogród ziołowy. Powstała przy nim znana w całej Polsce apteka. Na jej potrzeby zbudowano później w sąsiedztwie hutę szkła, która dostarczała menzurki i buteleczki do produkcji i przechowywania ziołowych preparatów i od której pochodzi nazwa miejscowości Huta Szklana. Nazwy innych pobliskich wsi, Huta Stara, Huta Nowa, Huta Podhysica czy Huta Koszary, wskazują na tutejsze tradycje wytopiania żelaza, które sięgają czasów starożytnych.

Dziś Huta Szklana znana jest przede wszystkim z niezwykle atrakcji turystycznej – **Osady Średniowiecznej**, która składa się z szeregu słomiano-glinianych domków, zwanych chłyznami, ustawionych wzdłuż wąskiej uliczki. W ich wnętrzach znajdują się warsztaty, które zapraszają odwiedzających do spróbowania swoich sił w dawnych rzemiosłach, charakterystycznych dla czasów średniowiecznych. Można tu

Osada Średniowieczna i karczma Izba Dobrego Smaku

📍 ul. Suchedniowska,
26-004, Huta Szklana
🏠 www.osadasredniowieczna.eu

przymierzyć się do kowalskiego młota, krosien tkackich czy koła garncarskiego lub odwiedzić cieślę, rymarza, słowiańską gospodynię i bartnika. Jest tu także zielarka, która objaśni nam tajemną moc roślin i poczęstuje magicznym napojem, jak przystało na gospodynię miejsca leżącego u stóp Łysogór – pasma ze słynną Łysą Górą, na której czarownice oparowały ponoć swoje sabaty.

Smakoszki przyciąga działająca przy niej stylowa drewniana **karczma Izba Dobrego Smaku**, usytuowana przy drodze na Święty Krzyż. Turyści przyjeżdżają tu specjalnie z bliższych i dalszych okolic, a nawet z różnych zakątków kraju,

zabieni znakomitą kuchnią. Zalewajek świętokrzyskich w regionie jest wiele, każda gospodyni i restauracja położona na kulinarnym szlaku ma swój przepis, ale taka jak w karczmie Izba Dobrego Smaku jest tylko jedna. Szef kuchni Bartłomiej Herbuś przygotowuje ją wg własnej receptury, z dodatkiem jajka sadzonego, które wrzuca na gorącą, kwaszkową żupę. Tego smaku nie da się zapomnieć! Wspaniale smakują tutaj również naleśniki z truskawką bielińską, która jest produktem tradycyjnym regionu świętokrzyskiego i wiozówką gminy Bieliny. Każdy z tych przysmaków doczekał się swojego święta – w czerwcu w Bielinach odbywa się Dzień Świętokrzyskiej Truskawki, a w lipcu w Hucie Szklanej – Świętokrzyskie Święto Zalewajki. Kolejna z kultowych potraw w karczmie to banoicek – regionalne ciasto spod Bodzentyna, przyrządzane z dyni z bakaliami.

Gmina Bieliny to wyjątkowy obszar, mogący poszczycić się bogatym dziedzictwem historycznym i kulturowym oraz piękną przyrodą. Tradycje terenów leżących w sercu jednych z najstarszych gór Europy

obejmują również kuchnię regionalną, która w ostatnich latach wraca do łask i staje się elementem promocji regionu. Tereny gminy stanowią ważną część szlaku kulinarnego Świętokrzyska Kuźnia Smaków.

W miejscowości Bieliny, która śmiało może ogłosić się „truskawkową stolicą Polski”, truskawki i inne owoce przetwarzane są w **🏠 tłoczni Smaki Ogrodu** państwa Edyty i Przemysława Kotów. Wszystkie powstające tu soki są naturalne, tłoczone z owoców pochodzących z własnych upraw, utrwalane jedynie przez pasteryzację, zawierają tylko naturalne witaminy. Tradycje sadownicze w rodzinie sięgają 1935 r., kiedy to dziadek obecnych właścicieli założył pierwszy na tych terenach sad jabłoniowy. Pasja do ogrodnictwa była kultywowana przez kolejne pokolenia. Dziś gospodarstwo państwa Kotów obejmuje sady owocowe o powierzchni 5 ha, z czego większość zajmują jabłonie. W 2014 r. właściciele rozszerzyli działalność o przetwórnictwo soków z nowoczesną wirówką, pasteryizatorem i nalewarką o wydajności do 2 tys. litrów na godzinę.

Niedaleko tłoczni, przy tej samej ulicy Kieleckiej w Bielinach, mieści się **🏠 zakład masarski Haliny i Dariusza Kowalczyków**. Firma działa od trzech lat, a pan Dariusz po przejściu na emeryturę realizuje w niej swoje pasje kulinarne i opracowuje własne receptury, przetwarzając półtusze wieprzowe i drób od lokalnych dostawców. Zakład oferuje wędliny wędzone, parzone, pieczone, zestawy grillowe, kaszanki i salcesony. Jego specjalnością jest szynka szlachecka, najpierw parzona, potem wędzona. Aby podkreślić związek z regionem, masarnia produkuje również kielbasę bielińską i polędwicę łysogórską.

Zakład o nazwie **🏠 Produkcja Wędlin Wiejskich Piotra Brożyny** z miejscowości Porąbki słynie z kultowego produktu, zwanego słoikiem kielbasianym. Wyroby pana Piotra Brożyny powstają w oparciu o rodzinne receptury jego dziadka, który przekazał wnukowi tajniki wiedzy masarskiej, doskonałej potem w technikum spożywczym i w zakładach mięsnych. Wędliny są produkowane z mięsa pochodzącego z lokalnej ubojni. Wśród szczególnie godnych polecenia produktów znajdują się kielbasa pieczona i paszтетowa.

PPH Smaki Ogrodu – Edyta Kot

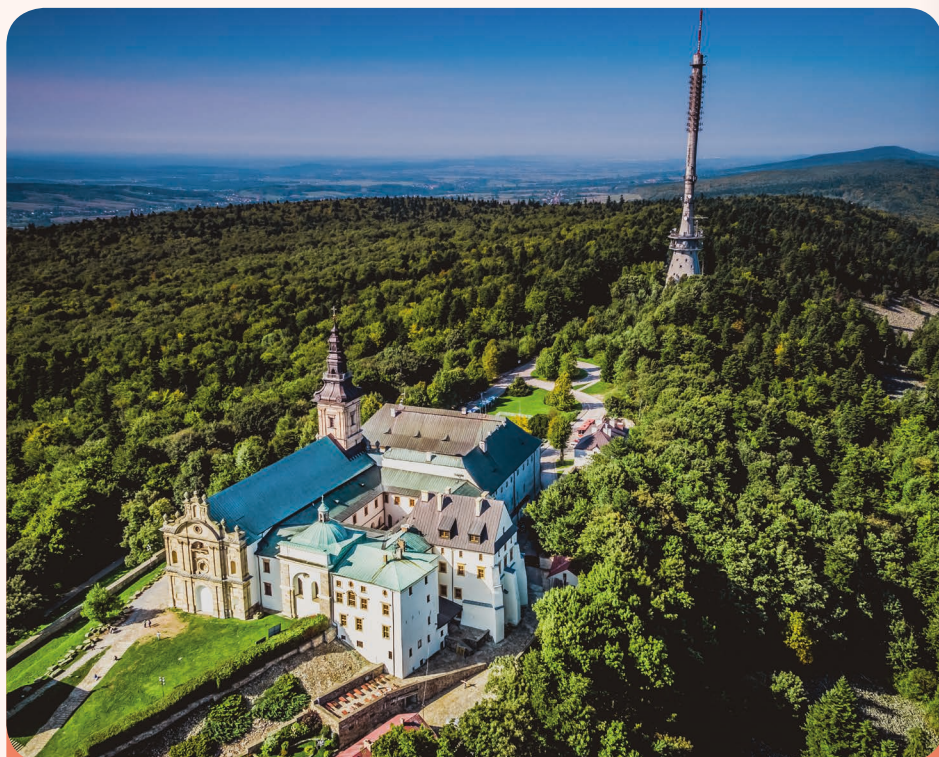
📍 ul. Kielecka 225, 26-004 Bieliny
🏠 www.smaki-ogrodu.pl

Wędliny Kowalczyk

📍 ul. Kielecka 153, 26-004 Bieliny
🏠 www.facebook.com/wedliny.kowalczyk

Produkcja Wędlin Wiejskich Piotra Brożyny

📍 Porąbki 111, 26-004 Bieliny



Klasztor na Świętym Krzyżu, fot. S. Rakowski



Karczma Izba Dobrego Smaku w Hucie Szklanej, fot. arch. UG Bieliny

Z Bielin już tylko przystawione dwa kroki do Nowej Słupi i **Centrum Kulturowo-Archeologicznego**, czyli rekonstrukcji starożytnej osady z pierwszych wieków naszej ery. Zbudowana osady, utworzonej w miejscu dawnego piecowiska (zespołu pieców hutniczych), jest wierną rekonstrukcją budownictwa mieszkającego i gospodarczego kultury

przeworskiej. Znajdziemy tu obiekty, jakie były wznoszone na pograniczu imperium rzymskiego z barbarzyńską częścią Europy. Celem działalności centrum jest prezentacja wytwórczości i życia codziennego człowieka w epoce wpływów rzymskich. Co roku w sierpniu odbywa się tu jedna z czołowych imprez regionu – Dymarki. Nawiązuje ona do czasów,



Centrum Kulturowo-Archeologiczne w Nowej Słupi, fot. A. Benicewicz-Miązga



Smakowity deser z kawiarni Tradycja, fot. K. Pęczalski

Centrum Kulturowo-Archeologiczne

📍 ul. Świętokrzyska 62
26-006 Nowa Słupia
🌐 www.dymarki.pl/cika

Kawiarnia i lodziarnia Tradycja

📍 ul. Świętokrzyska 3
26-006 Nowa Słupia
🌐 www.facebook.com/LodziarniaTradycjaNowaSlupa

gdy w okolicy działało jedno z większych centrów metalurgicznych ówczesnej Europy, a jej główną atrakcją jest eksperymentalny wytop żelaza za pomocą metod sprzed 2 tys. lat.

Obok Rynku i kościoła w Nowej Słupi znajduje się słynna **kawiarnia Tradycja**, do której jeżdżą goście z różnych stron, nawet z Warszawy, a stoliki rozstawione przy kolorowych parasolach są zapelnione o każdej porze dnia, poczynając od Poniedziałku Wielkanocnego, gdy kawiarnia otwiera się po przerwie zimowej. Historia lokalu sięga lat 70. XX w., kiedy założyła go znana wszystkim mieszkańcom „pani Trepkowa”. Obecnie tradycję rodzinną kontynuuje jej wnuczka Kinga Trepka-Kopacz z mężem Pawłem. Miejsce to nazywano z początku „małą kawiarnią” lub potocznie mówiło się „lody u Trepkowej”. Do dziś nie zmieniła się ani lokalizacja kawiarni, ani skład i sposób wytwarzania lodów. To własna receptura, oparta na naturalnych składnikach, sprawia, że są one tak wyjątkowe. Lody powstają z pełnej śmietany, z dodatkiem owoców od lokalnych rolników i z własnej ekologicznej uprawy. Cukier i inne przyprawy dobiera się w zależności od smaku, a specjalnością zakładu są lody

truskawkowo-śmietankowe. Do produkcji lodów stosuje się maszynę sprzed wielu lat, sprowadzoną z Niemiec. Nowoczesne maszyny, przystosowane do spienionego mleka, nie gwarantują takiej jakości. Zależą lodów stanowi również to, że są one „jednodniowe”, czyli codziennie świeże.

Uwagę turystów odwiedzających Nową Słupię przyciąga ciekawa figura stojąca przy drodze na Święty Krzyż (Łysą Górę) od strony wschodniej. To tzw. kamienny pielgrzym, czyli – jak mówi legenda – zaklęty w kamień książę Emeryk, syn króla węgierskiego Stefana, który przekazał klasztorowi święte relikwie. Według legendy Emeryk, szczeniacy się swoją bogobojnością, wyruszył na kolanach na pielgrzymkę do sanktuarium. Gdy na wieży kościelnej zadzwoniły dzwony, Emeryk ogłosił, że to na jego chwałę, za co został ukarany i zamieniony w kamień. Kamień podobno przesuwają się co roku o ziarno piasku, a gdy dojdzie do celu, nastanie koniec świata.

Popularną trasą turystyczną w Łysogórach jest szlak na Łysicę, czyli najwyższy szczyt Gór Świętokrzyskich, mający początek w miejscowości Święta Katarzyna. Nazwa wsi pochodzi od klasztoru sióstr Bernardynek,

Muzeum Mineralów i Skamieniałości

📍 ul. Kielecka 20, Święta Katarzyna,
26-010 Bodzentyn
🌐 www.swkatarzyna-muzeum.pl

Park Rozrywki i Miniatur „Sabat Krajno” i restauracja Magia Sabatu

📍 Krajno-Zagórze 43C, 26-008 Górnio
🌐 www.sabatkrajno.pl

usytuowanego u wejścia do Świętokrzyskiego Parku Narodowego. Zanim jednak wejdziemy na szlak, zatrzymajmy się przy **kaplicy św. Franciszka z cudownym źródłem**, którego woda ponoć uzdrowia oczy. W pobliżu warto zwrócić uwagę na pomniki i groby pochodzące z czasów II wojny światowej.

Dużą atrakcją Świętej Katarzyny jest prywatne **Muzeum Mineralów i Skamieniałości** Ewy i Dariusza Siemońskich. Zgromadzono w nim bogatą ekspozycję złożoną z ponad tysiąca okazów minerałów, kamieni szlachetnych i skamieniałości, pochodzących z wielu miejsc świata, udostępnioną w pięciu salach wystawowych. Są tu też kamienie świętokrzyskie, a wśród nich regionalny unikat – krzemień pasiasty. Opowieści przewodnika wprowadzają w fascynujący świat mineralogii oraz w tajniki obróbki minerałów. Na miejscu jest też szlifiernia krzemienia pasiastego, w której te piękne minerały przygotowuje się na wystawę lub do sprzedaży.

W pobliżu, w miejscowości Krajno-Zagórze, znajduje się **Park Rozrywki i Miniatur „Sabat Krajno”**. Jego nazwa nawiązuje do sabatów czarownic, które – jak mówi legenda – odbywały się raz do roku na Łysej Górze. Park oferuje szereg atrakcji dla całej rodziny, w tym aleję miniatur, park linowy i kino 6D. Na terenie parku działa **restauracja Magia Sabatu** – obiekt położony na szlakach kulinarnych Świętokrzyska Kuźnia Smaków i Dziedzictwo Kulinarne Świętokrzyskie. Restauracja oferuje dania kuchni polskiej, regionalnej i europejskiej, a menu zmienia się w zależności od pory roku. Wśród dań regionalnych można znaleźć zalewajkę świętokrzyską, dragofy prezydenckie i goły świętokrzyskie z okrasą z cebuli, pyzy ziemniaczane z ziemniaków gotowanych i tartych surowych, pierogi i paluchy z jagodami.

Kolejnym przystankiem kulinarnym w powiecie kieleckim jest Bodzentyn. Odwiedzając miasto, warto spróbować słynnego chle-



Park Rozrywki i Miniatur „Sabat Krajno” w Krajnie-Zagórze, fot. arch. „Sabat Krajno”

ba bodzentyńskiego, wypiekanego w **piekarni Marka Bzówki** założonej w 1937 r. przez mistrza piekarnictwa Stanisława Kiernożyckiego, który opracował własną recepturę i technologię produkcji chleba żytniego pytłowego (z jasnej mąki) na naturalnym zakwasie. Piekarnia, która zwyczajowo nazywała się piekarnią „u pani Harabinowej”, do dziś oferuje pieczywo wypiekane na naturalnym zakwasie w tradycyjnym piecu opalonym drem-

nem, a latem słynie z najlepszych jagodzianek. W latach 70. ubiegłego wieku zmodyfikowano sposób wyrobienia tego chleba i zaczęto piec chleb bodzentyński pszenno-żytni na zakwasie i z dodatkiem rozczynu. W oparciu o tę recepturę jest pieczony do dziś przez wnuka pani Harabinowej, Marka Bzówkę. Piekarnia mieści się nieopodal klasycznego **małomiasteczkowego rynku** i **pozościałości murów zamkowych**. W Bodzentynie warto również zajrzeć do dostojnego gotyckiego **kościola pw. Wniebowzięcia NMP i św. Stanisława**, wzniesionego w latach 1440–52. W jego wnętrzu znajduje się słynny ołtarz główny, pochodzący z katedry na Wawelu, oraz gotyckie malowidło, tzw. tryptyk bodzentyński.

W Wilkowie w gminie Bodzentyn znajdziemy **bar Pstrąg**, położony w malowniczej Dolinie Wilkowskiej. Roztacza się stąd piękny widok na najwyższy szczyt Gór Świętokrzyskich – Łysicę. Bar oferuje dania kuchni polskiej i regionalnej, zaś jego specjalnością jest pstrąg hodowany we

własnym stawie. Rybę podaje się na kilka sposobów – m.in. w zestawach z surówkami z masłem czosnkowym, smażoną lub wędzoną. Bar Pstrąg to oaza zieleni. Do dyspozycji gości jest duży ogród – można tu usiąść pod drzewami lub na trawniku przy brzozywej alei. Komu mało przysmaku smażonego w chrupiącej skórce, kupuje wędzonego pstrąga na wynos.

Z Wilkowa bardzo bliski dystans dzieli nas od Ciekot, gdzie znajduje się **dworek Stefana Żeromskiego**, a w nim **Centrum Edukacyjne „Szklany Dom”**.

Prezentowana wewnątrz ekspozycja nawiązuje do lat młodości pisarza, które spędzał tu u swego ojca, dzierżawcy majątku. Drewniany budynek, stanowiący rekonstrukcję drobnoszlacheckiego dworu z 2. poł. XIX w., nawiązuje do dworku rodziny Żeromskich, w którym autor *Puszczy Jodłowej*, *Szyfowych prac*, *Wiernej rzeki* czy *Przedwiośnia* spędzał dzieciństwo. Wokół dworku rozciąga się park z amfiteatrem i stawem otoczonym drzewami.

ZALEWAJKA ŚWĘTOKRZYSKA Z JAJKIEM SADZONYM

WEDŁUG PRZEPISU KARCZMY IZBA DOBREGO SMAKU W OSADZIE ŚREDNIOWIECZNEJ W HUCIE SZKLANEJ



4 os.



gotowanie

Kości włożyć do wody i ugotować wywar z dodatkiem ziela angielskiego, następnie dodać ziemniaki i gotować jeszcze przez 30 min, a na koniec zalać zakwasem. Usmażyć boczek z cebulą i dodać do zupy wraz z pokrojoną na kostkę kiełbasą. Dodać również posiekane, wcześniej namoczone i ugotowane grzyby, posiekany czosnek, sól, pieprz i majeranek do smaku. Oddzielnie usmażyć na tłuszczu jajka sadzone i wyłożyć na zupę bezpośrednio przed podaniem.

SKŁADNIKI:

- 500 ml zakwasu z mąki żytniej
- 2 l wody
- 50 dag kości wędzonych
- 20 dag kiełbasy wędzonej
- 15 dag boczku
- 50 dag ziemniaków
- 2 cebule
- 5 dag grzybów suszonych
- 4 jajka
- tłuszcz
- czosnek
- majeranek
- ziele angielskie
- sól i pieprz do smaku



Zalewajka świętokrzyska z karczmy Izba Dobrego Smaku, fot. arch. UG Bieliny

Piekarnia Marka Bzówki Tradycja i Zdrowie

ul. Straży Pożarnej 2
26-010 Bodzentyn

Kościół pw. Wniebowzięcia NMP i św. Stanisława

ul. Kościelna 3, 26-010 Bodzentyn

Bar Pstrąg

ul. Łysogórska 199, Wilków,
26-010 Bodzentyn

Centrum Edukacyjne „Szklany Dom” i dworek Stefana Żeromskiego

ul. Ciekoty 76, 26-001 Masłów
www.szklanydom.maslow.pl



Dworek Stefana Żeromskiego w Ciekotach, fot. arch. UMWS

NALEŚNIKI Z TRUSKAWKAMI BIELIŃSKIMI

WEDŁUG PRZEPISU KARCZMY IZBA DOBREGO SMAKU W OSADZIE ŚREDNIOWIECZNEJ W HUCIE SZKLANEJ



6 os.



gotowanie

Mleko połączyć z wodą, jajka roztrzepać trzepaczką. Dodawać do jajek na zmianę po trochę mąki i mleka z wodą, energicznie mieszając, na koniec dorzucić szczyptę soli. Na rozgrzanej patelni roztopić masło, dodać olej. Wylewać ciasto na patelnię i smażyć cienkie naleśniki. Odwracać, gdy ciasto się zetnie. Usmażone naleśniki układać na talerzu. Zrobić nadzienie – owoce umyć, usunąć szypułki, pokroić na połówki lub ćwiartki. Na patelni rozpuścić cukier kryształ i wrzucić na nią owoce. Smażyć do rozpadnięcia się owoców, przez cały czas mieszając. Porcję truskawek nakładać na naleśnik, zawiązać w rulon i szybko obsmażyć z obu stron na złoto. Przed podaniem posypać naleśniki z truskawkami cukrem pudrem. Można udekorować bitą śmietaną albo poleać polewą czekoladową.

SKŁADNIKI:

- 2 jajka
- 1 szklanka wody gazowanej (zapewni naleśnikom puszystość)
- 1 szklanka mleka
- 15-20 dag mąki
- sól do smaku
- masło i olej do smażenia
- 50 dag truskawek
- 7 dag cukru pudru
- 10 dag cukru kryształ



Naleśniki z truskawkami bieleńskimi z karczmy Izba Dobrego Smaku, fot. arch. UG Bieliny

PIEROGI Z BOBEM

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI MAGIA SABATU W PARKU „SABAT KRAJNO” W KRAJNIE-ZAGÓRZU



6 os.



gotowanie

Przygotować farsz: ugotować bób i przekręcić przez maszynkę. Na oleju zrumienić cebulę i czosnek, również przekręcić przez maszynkę i dodać do masy z bobu. Doprawić do smaku solą i pieprzem i dokładnie wymieszać. Przygotować ciasto: z mąki, ciepłej wody, jajka, szczypty soli i łyżki oleju wyrobić na stolnicy ciasto na pierogi. Rozwałkować, wykroić małe krążki, nałożyć na nie po łyżeczce farszu i zlepić pierogi. Potem wrzucić je na wrzącą osoloną wodę i gotować, aż ciasto zmięknie, a pierogi wypłyną. Odcedzić, wyłożyć na miskę, okrasić cebulką zeszkloną na maśle, posypać zieleniną.

SKŁADNIKI:

- 1 kg mąki
- 1 jajo
- 1 kg bobu
- 500 ml ciepłej wody
- czosnek
- 2 cebule
- pieprz i sól do smaku
- koperek



Pierogi z bobem, fot. arch. Restauracji Magia Sabatu w Krajinie-Zagórz



Ziemia Sandomiersko-Opatowska

z katedry na Wawelu. Dziś w miejscu pogańskich obrzędów 4 maja, w dzień świętego Floriana, strażacy urządzą swoje święto z pokazami sprzętu gaśniczego. Sam klasztor z kościołem, obecnie parafialnym, leży na Europejskim Szlaku Cystersów. W jego wschodnim skrzydle zachował się nienaruszony kapitułarz, a w kościele romańskie detale i układ wnętrza.

Sandomierz opisywany był przez XVII-wiecznych kronikarzy jako miasto „skąpane w ogrodach” i taki pozostał do dziś. Mieszczanie w owych czasach posiadali ogrody, w których uprawiali jabłonie. W okresie międzywojennym powstały tu liczne pionierskie szkółki sadownicze, nastawione na uprawę typowych

dla okolicy odmian jabłek, takich jak: papierówka, bukówka, synapka, grochówka, żeleźniak, szara reneta, boiken, kosztela czy koksa pomarańczówka. Tradycje sadownicze sprawiły, że owoce stanowią składnik wielu przepisów lokalnej kuchni, a tutejszą ciekawostką jest japconka, czyli zupa owocowa na bazie jabłek.

Inna zupa owocowa – garus – figuruje w menu **restauracji Pod Cizemką** w Sandomierzu, która znajduje się na szlakach Świętokrzyska Kuźnia Smaków i Dziedzictwo Kulinarne Świętokrzyskie. Do sali głównej restauracji przylega niewielka sala myśliwska z porożem jelenia i figurą Stańczyka. Karta dań regionalnych obejmuje szereg potraw, wśród których są: śledzie po sandomiersku z ogórkiem kiszonym i jabłkiem w śmietanie, maczanka sandomierska, zalewajka świętokrzyska, ciżmak (zupa z kiszzonej kapusty z pierożkiem), bulwa sandomierska serwowana z sosem pieprzowym, zakonna kasza jaglana i szarlotka z pieca z gałką lodów. Swoistą wizytówką restauracji jest sakwa gajowego

Klasztor pocysterski i kościół pw. św. Floriana w Koprzywnicy

ul. Krakowska 78, 27-660 Koprzywnica
www.diecezjasandomierska.pl/
koprzywnica-sw-floriana

Restauracja Pod Cizemką

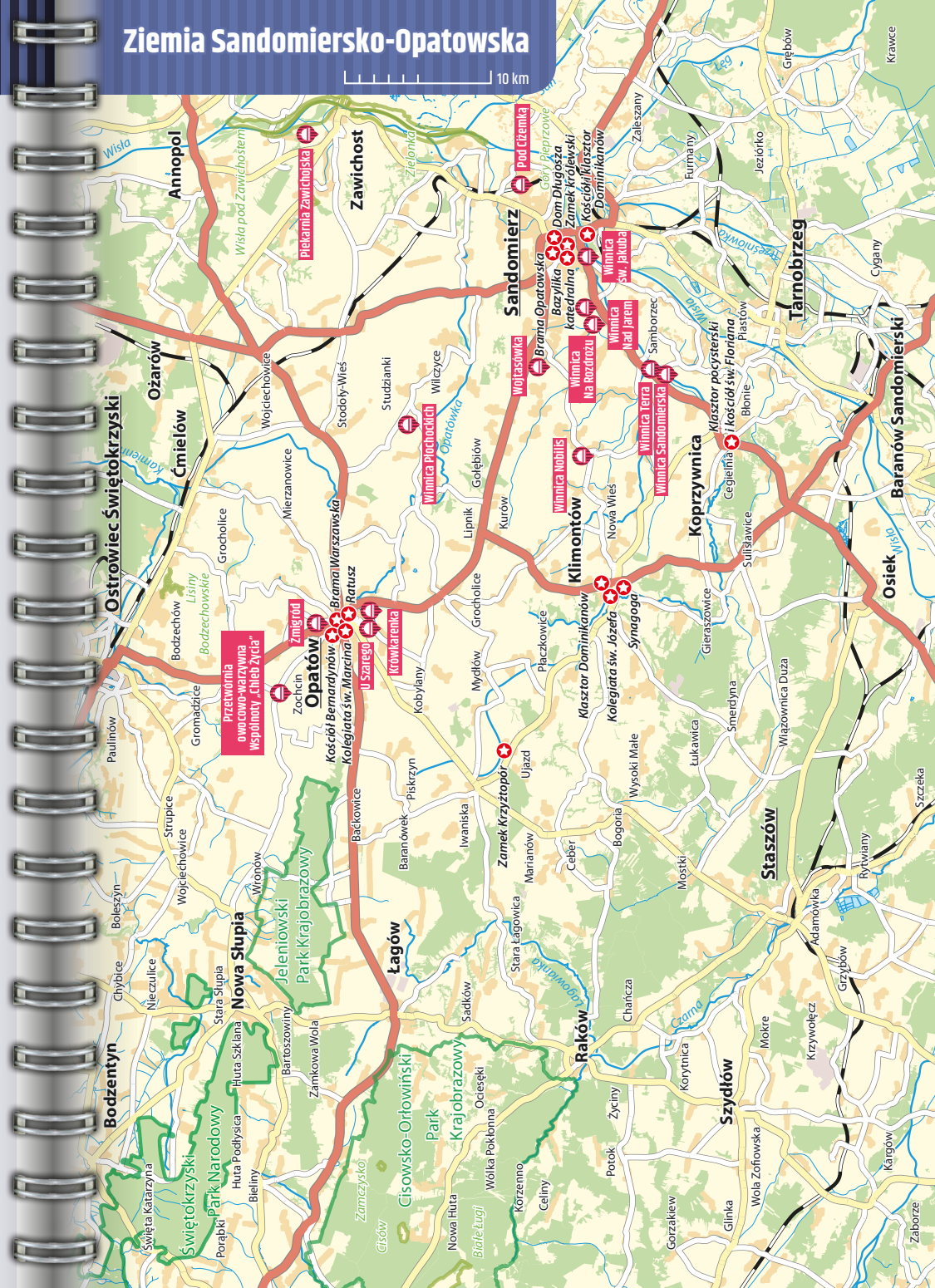
Rynek 27, 27-600 Sandomierz
www.hotelcizemka.pl



Pocysterski zespół klasztorny w Koprzywnicy, fot. arch. UMWS

Ziemia Sandomiersko-Opatowska

10 km



z kaszą pęczak i buraczkami. W winiarni i kawiarni zlokalizowanych w piwnicach budynku można natomiast posmakować uznanych sandomierskich win, znakomitego cydru oraz piw wytwarzanych przez małe świętokrzyskie browary.

Sandomierz, dobrze znany telewizjom z popularnego serialu *Ojciec Mateusz*, leży nad brzegiem Wisły, na siedmiu wzgórzach i dlatego bywa nazywany „małym Rzymem”. Jego symbolem jest gotycka **Brama Opatowska**, z której szczytu widać miasto jak na dłoni. Pośrodku Rynku stoi ratusz zwieńczony renesansową attyką, obok którego znajduje się zbudowana z inicjatywy Kazimierza Wielkiego na początku XIII w. **bazylika katedralna pw. Narodzenia NMP** ze wspaniałe zachowaną polichromią oraz średniowieczny **Dom Długosza**, w którym mieści się Muzeum Diecezjalne z ekspozycją pamiątek narodowych i religijnych, urządzoną

wg pomysłu Karola Estreichera. Na skarpie góruje **Zamek Królewski**, a w dole wiję się Wisła, po której kursują statki wycieczkowe. Połączony w ciąg tematyczny zespół dawnych miejskich piwnic i składów tworzy **podziemną trasę turystyczną**, która prowadzi pod murami miasta i pod staromiejskimi kamieniczkami. Wiele turystów przyjeżdżających do Sandomierza zwiedza otwartą w 2017 r. **wystawę „Świat Ojca Mateusza”**, na której eksponowane są plany zdjęciowe z oryginalnymi elementami scenografii popularnego serialu: pokój biskupa, plebania, posterunek policji, a nawet cela. Szlakami turystycznymi można dojść do położonych na terenie miasta, niezwykle atrakcyjnych przyrodniczo miejsc: lessowego **Wąwozu Królowej Jadwigi** i w **Góry Pieprzowej**. W Sandomierzu odbywa się też wiele ciekawych wydarzeń, w tym dwie znaczące imprezy kulinarne:

w maju Czas Dobrego Sera i Wina, firmowany przez Stowarzyszenie Slow Food Polska, a w listopadzie Święto Młodego Wina.

Z tarasów widokowych przy murach miejskich można podziwiać winnicę malowniczo położoną na przeciwległym zboczu. Tuż przy

Bazylika katedralna pw. Narodzenia NMP

ul. Katedralna 1, 27-600 Sandomierz
www.katedra.sandomierz.org

Dom Długosza

ul. Jana Długosza 9
27-600 Sandomierz
www.domdługosza.sandomierz.org

Zamek Królewski

ul. Zamkowa 12, 27-600 Sandomierz
www.zamek-sandomierz.pl

Podziemna trasa turystyczna

Rynek 10 (wejście od ul. Oleśnickiej),
27-600 Sandomierz
www.sandomierskiepodziemne.eu

Wystawa „Świat Ojca Mateusza”

Rynek 5, 27-600 Sandomierz
swiatojcamateusza.pl

prowadzącej do niej drodze, w najstarszej dzielnicy Sandomierza, w parowie Podwala Dolnego, „przycupnął” **pensjonat Dworek Ojca Mateusza**. Obiekt pochodzi z XIX w. i należy do nielicznych w okolicy, tak dobrze zachowanych dworków podmiejskich. Stoliki ustawione w ogrodzie, w otoczeniu pomnikowych drzew i alei kasztanowej, zaciszna weranda oraz staroświecki salonik stwarzają klimat z innej epoki. W okresie

letnim w tzw. ogrodzie gastronomicznym przy dworku funkcjonuje restauracja, która oferuje głównie potrawy kuchni polskiej. W menu znajdziemy także dania lokalne, oparte na sandomierskich owocach. Wśród nich króluje pierś z kurczaka w sosie morelowym i słynna szarlotka sandomierska. Dworek upodobał sobie zwłaszcza aktorzy i celebryci.

Górujące nad dworkiem Wzgórze Świętojakubskie to kolebka san-

domierskiego winiarstwa. Zlokalizowana tu **Winnica Świętego Jakuba** należy do **klasztora Dominikanów**.

Pierwsza winnica powstała w tym miejscu jeszcze w XIII w., po sprowadzeniu braci zakonnych do Sandomierza przez świętego Jaka. Jej „spadkobierczynią”, obecną winnicę, utworzono w 2012 r. Na powierzchni 10 ha rosną krzewy winorośli odmian: bianka, alden, einset seedless, seyve willard, muscat odeski, iza, konkord rosyjski, aurora i rondo. Po 500 latach dominikanie ponownie zajmują się uprawą winnej latorośli i w ten sposób nawiązują do winiarskich tradycji tego miejsca. Na szczycie Wzgórza Świętojakubskiego działa kawiarenka, w której można się posilić i napić regionalnego wina. Warto zobaczyć wnętrze dominikańskiego **kościoła pw. św. Jakuba**, z kaplicami Męczenników, Matki Bożej i św. Jacka, oraz wczesnogotycką dzwonnice. W drugiej połowie lipca w winnicy odbywa się piknik historyczno-winiarski Tajemnice Wzgórza Jakubowego.

Okolice Sandomierza to „krajina winem płynąca”. Położone na tym terenie gospodarstwa zajmujące się uprawą winorośli łączy Sandomierski Szlak Winiarski. Widoki wzgórz porośniętych sadami i krzewami



Zamek Królewski w Sandomierzu – siedziba Muzeum Okręgowego, fot. arch. UMWS



Wystawa „Świat Ojca Mateusza” w Sandomierzu, fot. arch. Wystawy SOM

Pensjonat Dworek Ojca Mateusza

ul. Staromiejska 2, 27-600 Sandomierz
www.dworekojcamateusza.pl

Klasztor Dominikanów, kościół pw. św. Jakuba i Winnica Świętego Jakuba

ul. Staromiejska 3, 27-600 Sandomierz
www.sandomierz.dominikanie.pl



Sandomierski Rynek z ratuszem, fot. arch. UM Sandomierz

winnymi są wyjątkowe. Można je podziwiać, zwiedzając obiekty położone na szlaku. Wszystkie tutejsze winnice są dostępne dla turystów. Podczas zwiedzania poznaje się tajniki uprawy winorośli i winiarstwa, jest też okazja do degustacji wina w chłodnych piwniczkach. Niektóre winnice oferują również noclegi

Winnica Nad Jarem

ul. Złota 161, 27-650 Samborzec
www.winnicnadjarem.pl

Winnica Płochockich

Daromin 2, 27-612 Pielaszów
www.winnicaplochokich.pl

i posiłki. Na Sandomierskim Szlaku Winiarskim leżą winnice: Świętego Jakuba, Nad Jarem, Nobilis, Malucha, Carolus, Płochockich, Kędrów, Król, Modła, Rytwiary i Na Rozdrożu.

Rodzime wina, choć dopiero niedawno wkroczyły na rynek, nie ustępują jakością winom pochodzącym z krajów tradycyjnie uznawanych za liderów winiarstwa i są często nagradzane na międzynarodowych pokazach oraz targach win. Coraz częściej pojawiają się również w regionalnych sklepach i restauracjach.

Każda z winnic jest nieco inna i każda ma własną specyfikę, którą

zawdzięcza właścicielom – pasjonatom winiarstwa, dla którego niejednokrotnie zmienili swoje dotychczasowe życie. Przykładem są Sylwia i Mateusz Paciurów. Niewielka rodzinną **Winnica Nad Jarem** miała być dla nich odskocznią od codzienności, a stała się sposobem na życie. Winnica jest położona na wzgórzu, w bajecznej wręcz scenerii, między sadami morelowymi, wiśniowymi i jabłoniowymi. Oferta dla odwiedzających obejmuje wycieczkę po jej terenie, urozmaiconą opowieściami o uprawie winorośli i produkcji wina. W altanie przy winnicy odbywają się degustacje win w kilku wariantach, często „w towarzystwie” deski lokalnych serów, swojskiej wędliny, grillowanego mięsa czy domowych ciast. Gospodarze prowadzą również sprzedaż własnych win – warto wiedzieć, że niektóre z nich zdobyły w ostatnich latach liczne nagrody, w tym złote medale na targach Enoexpo i Galicja Vitis.

Inną historię ma rodzinna **Winnica Płochockich**. Barbara i Marcin Płochoccy ukończyli technikum ogrodnicze, a później studia rolnicze, ale w kolejnych latach zajmowali się zawodowo dziedzinami niezwiązanymi z rolnictwem. Zachowali jednak sentyment do uprawy ziemi, w związku z czym po latach nabyli działkę na Podkarpaciu. Założona na niej winnica miała być tylko małym dodatkiem do ich działalności, ale ostatecznie stała się głównym zajęciem. Obecnie winnica państwa Płochockich, założona w 2005 r. w Darominie koło Sandomierza, zajmuje ok. 4,5 ha. Po kilku latach szkoleń i zdobywania doświadczeń

gospodarze stali się znanymi polskimi winiarzami. Winnica dysponuje kilkoma pokojami dla gości, polanką grillową, salą degustacyjną i piwnicą. Do wina podawane są długo dojrzewające sery sandomierskie od Dziedzica: Jaśniepanki, Panicze i Hrabianki, pochodzące z serowarni w Wojciechowicach, należące do rodziców właścicieli.

Winnica Terra, prowadzona przez pasjonata winiarstwa Macieja Glinkę, leży w pobliżu Opatowa, w Malicach Kościelnych nad rzeką Opatówką i zajmuje obszar ponad 4 ha. Na szczycie wzgórza porośniętego krzewami winorośli znajduje się taras widokowy, a w dole ciągną się zalesione wąwozy zachęcające do spacerów. Do dyspozycji gości jest teren rekreacyjny o powierzchni 8 ha. Można tu zrelaksować się w ogrodzie ziołowym i nad niewielkim stawem lub wypocząć w strefie relaksu z leżakami i food truckiem, a wieczorem z pięknie położonej altany podziwiać zachód słońca nad szczytami Gór Świętokrzyskich. W winnicy uprawia się osiem odmian winorośli: pięć białych i trzy czerwone. Specjalne tablice informacyjne przedstawiają „drzewa genealogiczne” poszczególnych szczepów. By mieć pełną kontrolę nad uprawą winorośli, większość prac wykonuje się ręcznie.

Historia **Winnicy Sandomierskiej** sięga 1937 r., kiedy 3-hektarową plantację winorośli prowadził Marcelec Borkowski, pradiadek obecnych właścicieli, jeden z pionierów winoogrodnictwa w regionie. Mimo że tamte nasadzenia nie przetrwały próby czasu, rodzinna

tradycja została podtrzymana. Obecna winnica, prowadzona przez Monikę i Marcelego Małkiewiczów, zajmuje ok. 1,5 ha. Poza zwiedzaniem i degustacją win goście mogą skorzystać z oferty noclegów w apartamentach oraz możliwości wędkowania w zarybionym stawie. Jest tu także miejsce do grillowania i spotkań przy ognisku. W gospodarstwie uprawia się również owoce i warzywa oraz prowadzone jest ich przetwórstwo – to prawdziwe gospodarstwo agroturystyczne. Oprócz wina Sandomirus, można tu zakupić produkty lokalne, przetwory oraz miody z własnej pasieki.

Winiarze z regionu organizują różne imprezy winiarskie, m.in. pokazy, dni otwarte i lokalne kiermasze. Nową inicjatywą w tym zakresie jest Świętokrzyski Festiwal Wina, odbywający się w ogrodach **hotelu Bristol Art & Medical SPA** w Busku-Zdroju.

Podczas wydarzenia powstaje również strefa dla miłośników regionalnych produktów. W listopadzie trzy winnice zrzeszone w Fundacji Winnice Świętokrzyskie

Winnica Terra

Malice Kościelne 22
27-540 Lipnik nad Opatówką
www.winnicaterra.pl

Winnica Sandomierska

Góry Wysokie 136, 27-620 Dwikowo
www.winnicasandomierska.pl

Hotel Bristol Art & Medical SPA

ul. 1 Maja 1, 28-100 Busko-Zdrój
www.bristolbusko.pl

– Sandomierska, Terra i Avra – zapraszają w trzy weekendy kolejno do każdej z nich na Dożynki Winiarskie.

Odpowiednia gleba i unikalny mikroklimat sprawiają, że w sadach nadwiślańskich miejscowości uprawiana jest lokalna wiśnia sokowa – nadwiślanka, ze względu na swoje szczególne właściwości smakowe wpisana do unijnego rejestru produktów tradycyjnych i regionalnych. Tutejsze wiśnie zdobyły sławę jako wyjątkowo dobre do produkcji przetworów, są też chętnie używane przez gospodynie z regionu.

Obok wiśni miejsce na liście produktów tradycyjnych zajmują oryginalne bułeczki z Zawichostu



Winnica Świętego Jakuba w Sandomierzu, fot. arch. Winnica Sw. Jakuba



Wina z Winnicy Sandomierskiej, fot. arch. SÓDR w Modliszewicach

– szczodroki. Wypieka je **Piekarnia Zawichojska**. Ich nazwa wiąże się z dawnym zwyczajem dobrych i szczodrych gospodarzy, które przygotowywały je w domach i rozdawały kolednikom. Tradycja wypiekania szczodroków przekazywana była z pokolenia na pokolenie. Choć w ostatnich latach przepis uległ zmianie, wypiek tradycyjnych bułeczek podtrzymuje do dzisiaj piekarnia Maspek Grzegorza Siwka, założona w 1993 r. W ofercie piekarni jest też szeroki wybór pieczywa, w tym razowego, oraz inne produkty cukiernicze.

Turyści przemierzający kulinarne szlaki Sandomierszczyzny mogą zatrzymać się na nocleg w pensjonacie agroturystycznym **Willa Wojtasówka** w Obrazowie.

Otoczony zielenią pensjonat, położony na Sandomierskim Szlaku

Jabłkowym, znajduje się w typowo sadowniczej miejscowości, oddalonej o 6 km od Sandomierza. Właściciele prowadzą własne gospodarstwo sadownicze, a od 2006 r. świadczą dodatkowo usługi turystyczne i gastronomiczne. Serwuje się tu tradycyjne dania, przygotowywane na bazie lokalnych produktów i przetworów. Jadalnia dla gości została urządzona w obszernym spi-chlerzu. Potrawy z Wojtasówki zdobywają nagrody na konkursach kulinarnych. Niejeden smakosz słyszał o tutejszej kwaśnicy sandomierskiej i kurzcziu pieczonym z jabłkiem. Co roku we wrześniu w Obrazowie odbywa się impreza pod nazwą Jabłkobranie – Europejskie Święto Jabłka, czyli sadownicze dożynki.

Ziemia opatowska przyciąga odwiedzających pięknymi krajobrazami, zabytkami oraz bogatą tradycją

Maspek – Piekarnia Zawichojska

ul. Ostrowiecka 16a, 27-630 Zawichost
www.maspek.eu

Willa Wojtasówka

Obrazów 66, 27-641 Obrazów
www.willawojtasowka.pl

kulinarną. Na tutejszych żyznych glebach lessowych uprawia się zboża, m.in. kukurydzę, oraz rzepak i buraki cukrowe. Tradycja uprawy buraków cukrowych sięga ponad 100 lat wstecz, kiedy wykopywano je łopatą, a liście odcinano nożem. Metody uprawy co prawda się zmieniły, ale przekazywany z pokolenia na pokolenie przepis na pierogi z burakiem cukrowym pozostaje niezmiennie unikalnym skarbem gospodyń z okolic Gojcowa.

Szczególne miejsce wśród upraw zajmuje proso gierczyckie i produkowana z niego kasza jaglana

gierczycka. Tradycja jej uprawy sięga lat 20. ubiegłego wieku, kiedy to zaczęto ją wytwarzać w Sandomierskiej Hodowli Roślin w Krukowie oraz w majątku Gierczyckim. Niewielkie ilości ziarna, przechowane podczas II wojny światowej, stały się zaczątkiem upraw proso gierczyckiego w całej okolicy. Kasza gierczycka znajduje zastosowanie jako składnik wielu potraw, dodatek do mięs, zup i sosów, a jej walory dietetyczne i smakowe są nie do przecenienia.

Opatów – stolica ziemi opatowskiej – to miejscowość z bogatą historią. Urokliwe i malownicze zaułki starego miasta oraz podziemia zabytkowych kamienic skrywają liczne atrakcje. Uwagę przyciąga przede wszystkim potężna **Brama Warszawska**, mury obronne z XVI w. oraz stojąca obok nich **kolegiata pw. św. Marcina z Tours**, jeden z najcenniejszych zabytków architektury romańskiej w Polsce. We wnętrzu świątyni znajduje się XVI-wieczny zespół nagrobków rodziny Szydłowieckich ze słynnym *Lamentem opatowskim*, płaskorzeźbą z brązu przedstawiającą żałobników oplakujących śmierć kanclerza Krzysztofa Szydłowieckiego. Niezwykły charakter jednego z najstarszych miast w Polsce dopełniają **klasztor i kościół Bernardynów** z połowy XV w. oraz **ratusz miejski** z XVI stulecia. Interesującą atrakcją jest najdłuższa w kraju podziemna trasa turystyczna **Podziemia Opatowskie**, utworzona w dawnych piwnicach kupieckich. Trasa, mierząca 400 m długości, przebiega pod rynkiem przez 46 łukowych komór położonych na trzech poziomach.

Kolegiata pw. św. Marcina z Tours

ul. S. „Grota” Roweckiego 8
27-500 Opatów
www.kolegiataopatow.sandomierz.opoka.org.pl

Klasztor i kościół Bernardynów

ul. Klasztorna, 27-500 Opatów
www.opatow.bernardyni.pl

Podziemia Opatowskie

pl. Obrońców Pokoju 18
27-500 Opatów
www.podziemia.opatow.pl

Restauracja Żmigród

pl. Obrońców Pokoju 25
27-500 Opatów
www.zmigrod.com

Na wprost wejścia do Podziemia Opatowskich, przy pełniącym funkcję rynku placu Obrońców Pokoju, znajduje się **restauracja Żmigród** prowadzona przez Grzegorza Różalskiego. Nazwa lokalu nawiązuje do wcześniejszej nazwy miejscowości. To godne polecenia miejsce swoim wystrojem oddaje historyczny klimat opatowskiej starówki. Sztandarową potrawą restauracji są pierogi z kaszą jaglaną. Z potraw regionalnych kuchnia serwuje również śledzia z borowikami suszonymi, zalewającą świętokrzyską, zraz polski zawijany i szarlotkę



Restauracja Żmigród w Opatowie, fot. arch. SODR w Modliszewicach



Kolegiata pw. św. Marcina z Tours w Opatowie, fot. arch. UMWŚ



Winnica Na Rozdrożu, fot. arch. Winncy

świętokrzyską, a w sezonie zupełną owocową o nazwie garus. Turyści chętnie zamawiają żur opatowski i kawę po opatowsku z alkoholem. Restauracja leży na szlaku kulinarnym Świętokrzyska Kuźnia Smaków.

Na gości odwiedzających Opatów czeka również spotkanie z wyjątkową krówką. W budynku Opatowskiej Spółdzielni Mleczarskiej, producenta słynnych krówek opatowskich, powstała kawiarenka o nazwie **Krówkarenka**.

Można tu nie tylko kupić słodką wizytówkę miasta, ale też zapoznać się z procesem jej produkcji. Tajemnicą tutejszych krówek jest ciagnąca „leżka” w kruchej otoczce. Krówka opatowska to sztanदारowa marka województwa świętokrzyskiego. Cukierniki produkowane od ponad 30 lat tą samą metodą są ręcznie pakowane wyłącznie przez kobiety.

Z popularną krówką konkurują opatowskie pączki z **cukierni U Szarego**. To rodzinna firma państwa Szarych, znana z wypieków cukierniczych przygotowywanych tradycyjnymi metodami, według receptur niezmiennych od lat 60. XX w. Jak mówią właściciele, Jarosław i Waldemar Szarzy, w smażonych na smalcu pączkach nie ma konserwantów, za to nie żałuje się do nich żółtek. Dzięki składnikom najlepszej jakości, sława tutejszych pączków sięga daleko poza Opatów.

Prawdziwe przysmaki powstają z lokalnych produktów w Zochcinie, w **Przetwórni Wspólnoty „Chleb Życia”**. Należą do nich: ser jabłeczny, konfitura z zielonych orzechów i konfitura z jarzębiny. Niewielka manufaktura, działająca pod nazwą Skarby Prababuni, produkuje tradycyjnymi metodami

Kawiarnia Krówkarenka

ul. M. Kopernika 15, 27-500 Opatów
www.krowkarenka.pl

Cukiernia U Szarego

ul. Lubelska 2, 27-500 Opatów

Przetwórnia owocowo-warzywna Wspólnoty „Chleb Życia”

Zochcin 51, 27-580 Sadowie
www.skarbybabuni.pl

Instytucja Kultury Zamek Krzyżtopór

Ujazd 73, 27-570 Iwaniska
www.krzyztopor.org.pl

i wg starych przepisów przetwory z owoców i warzyw pochodzących z miejscowych, przydomowych sadów. Zatrudnione w niej kobiety to mieszkanki okolicznych wsi. Na piecu opalonym drewnem wysmażają one dzemy, konfitury i sosy, kiszą ogórki, a zimą tłoczą olej. Produkty manufaktury, starannie zapakowane w stylowe słoiczki, których wieczka owinięte są lnianymi chusteczkami, nawiązują do charakteru dawnych babcinych spiżarni. Przetwory zdobyły uznanie i nagrody w konkursach tradycyjnej żywności. Można je kupić na miejscu oraz w sklepie internetowym (www.skarbyprababuni.pl). Część asortymentu dostępna jest również w sklepach w Krakowie, Warszawie i Wrocławiu.

Przemierzając okolice Opatowa, trafimy na niezwykle miejsce, jakim jest **Zamek Krzyżtopór** w Ujeździe, zbudowany w połowie XVII w. przez Krzysztofa Ossolińskiego. Zamek powstał jako obiekt typu *palaZZo in fortezza*, mający łączyć funkcje rezydencjonalne z funkcją obronną. Zabudowania pałacowe i ogród połączono osiowo, a całość została

wpisana w pięciobok bastionowej fortyfikacji. Monumentalne ruiny są dziś jedną z największych atrakcji regionu.

Innemu z Ossolińskich, Janowi Zbigniewowi herbu Topór, ówczesnemu marszałkowi Sejmu, region sandomierski zawdzięcza inne miejsce atrakcyjne dla turystów, czyli Klimontów. Ta zabytkowa wieś posiadała niegdyś prawa miejskie – miasto zostało założone na mocy przywileju

królewskiego w 1604 r. Do najciekawszych zabytków zaliczają się **Kolegiata pw. św. Józefa** – piękna barokowa świątynia, będąca jedną z ciekawszych XVII-wiecznych budowli sakralnych w Polsce, oraz **klasztor Dominikanów** z renesansowym kościołem pw. św. Jacka. Na uwagę zasługuje również zabytkowa zabudowa rynku. Pamiątką po społeczności żydowskiej, która przed I wojną światową stanowiła 70% tutejszej

ludności, jest **synagoga** i pozostałości **kirkutu**, dawnego cmentarza żydowskiego.

Kolegiata pw. św. Józefa

ul. Krakowska 4, 27-640 Klimontów
parafia.klimontow.pl

Klasztor Dominikanów

ul. dra J. Zysmana 8, 27-640 Klimontów

Synagoga

ul. Szkolna, 27-640 Klimontów



Zamek Krzyżtopór w Ujeździe, fot. arch. UMWŚ



Krówki opatowskie, fot. K. Pęczalski

ZUPA OWOCOWA JAPCONKA

WEDŁUG PRZEPISU CZŁONKIŃ ZESPOŁU ŚPIEWACZEGO ZAWICHOŚĆ



8 os.



gotowanie

Jabłka rozgotować w wodzie, przetrzeć przez sito, doprawić solą i cukrem do smaku. Powstałą masę pogotować jeszcze przez 5 min, a pod koniec wymieszać śmietaną z odrobiną mąki i dolać do zupy. Japconkę można podawać z ziemniakami okraszonymi słoniną.

SKŁADNIKI:

- 2 kg jabłek
- 3 l wody
- 250 ml śmietany 18%
- duża łyżka mąki pszennej
- sól i cukier do smaku



Japconka, fot. Patrycja Sus

SAKWA GAJOWEGO SERWOWANA Z KASZĄ PĘCZAK

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI HOTELU POD CIŻEMKĄ W SANDOMIERZU



4 os.



pieczenie

Kapustę ugotować z grzybami, wystudzić, a następnie odcisnąć z wody. Cebulę obrać, pokroić w kostkę i podsmażyć na smalcu na złoty kolor, dołożyć do kapusty z grzybami, doprawić solą i cukrem i odłożyć do ostygnięcia. Plastry schabu o wadze ok. 15 dag rozbić, na środek każdego z nich położyć farsz kapuściano-grzybowy. Brzegi schabu unieść do góry i zawinąć w kształt sakiewki, zawiązać od góry plastrem boczku i wstawić do piekarnika. Piec 30 min w temperaturze 160°C. Kaszę pęczak ugotować do miękkości w osolonej wodzie. Z buraczków i chrzanu zrobić ćwikłę. Na środek talerza wyłożyć ugotowaną kaszę pęczak z sakwą, polać sosem, obłożyć ćwikłą i udekorować zieleniną.

SKŁADNIKI:

- 60 dag schabu bez kości
- 80 dag kapusty kiszonej
- 2 dag grzybów suszonych
- 8 dag cukru
- 2 dag tartego chrzanu
- 1 kg buraczków czerwonych
- 2 dag sosu pieczeniowego
- 20 dag boczku wędzonego
- 20 dag kaszy pęczak
- 2 dag smalcu
- 15 dag cebuli
- sól do smaku



Sakwa gajowego z restauracji hotelu Pod Ciżemką w Sandomierzu, fot. J. Pęczalski

SZCZODROKI ZAWICHOJSKIE

WEDŁUG PRZEPISU PIEKARNI ZAWICHOJSKIEJ W ZAWICHOŚCIE



dwie blachy ciasta



pieczenie

Rozpuścić drożdże i łyżkę cukru w niewielkiej ilości ciepłej wody. Dodać odrobinę mąki i zrobić zaczyn. Gdy drożdże wyrosną, dodać pozostałe składniki: mąkę, kostkę tłuszczu, trzy łyżki cukru, szklankę śmietany oraz szklankę mleka. Wszystko razem wymieszać, następnie dodać jajka i wymieszać jeszcze raz. Poczekać, aż ciasto wyrośnie (podwoi swoją objętość), podzielić je na mniejsze kawałki i uformować długie waleczki, z których robi się zawijane ciasteczka o charakterystycznym kształcie półksiężyca, podkowy lub agrafki. Gotowe ciasteczka piec w temperaturze 180–200°C przez 20–30 min, aż będą miały złoty kolor.

SKŁADNIKI:

- 1 kg mąki
- 1 kostka tłuszczu
- 6 dag drożdży
- ciepła woda
- 4 łyżki cukru
- 3 jajka
- 1 szklanka śmietany
- 1 szklanka mleka



Szczodroki zawichojkie, fot. arch. SODR w Modliszewicach

KWAŚNICA PO SANDOMIERSKU

WEDŁUG PRZEPISU GOSPODARSTWA WOJTASÓWKA W OBRAZOWIE



6 os.



gotowanie

Kapustę wypłukać, pokroić i gotować przez 30 min. Następnie dołożyć do niej pokrojone żeberka, jedną cebulę, pietruszkę i marchewkę pokrojone w kostkę, dodać ziele angielskie, liść laurowy, kminek oraz sól i pieprz do smaku i gotować przez kolejne 30 min. Drugą cebulę pokrojoną w kostkę zeszklić na tłuszczu, dodając łyżkę mąki i ciągle mieszając, aż do zrumienienia. Następnie zalać cebulę szklanką zimnej wody i po zagotowaniu połączyć z całością, doprawić pieprzem, solą i ziołami. Podawać z całymi ziemniakami.

SKŁADNIKI:

- 1 kg kapusty
- 2 l wody
- 1 kg żeberka wieprzowych
- 2 cebule
- 1 marchewka
- 1 pietruszka
- 1 łyżka mąki
- ziele angielskie
- liść laurowy
- kminek
- majeranek
- rozmaryn
- sól i pieprz do smaku



Kwaśnica po sandomiersku z gospodarstwa Wojtasówka w Obrazowie, fot. K. Pęczalski

KURCZĘ PIECZONE Z JABŁKAMI

WEDŁUG PRZEPISU GOSPODARSTWA WOJTASÓWKA W OBRAZOWIE



6 os.



pieczenie

Kurczaka natrzeć solą i przyprawami dzień wcześniej i zostawić w chłodnym miejscu (co najmniej na 6 godz.). Zmleć podroby i wcześniej namoczoną bułkę, pietruszkę oraz orzechy. Całość przyprawić, wymieszać i powstałą w ten sposób masą nafaszerować kurczaka, a przez całą jego długość ułożyć ósemki jabłek. Kurczaka należy uformować, spiąć wykałaczkami i zaszyć nitką, po czym włożyć do brytfanki nasmarowanej oliwą i wstawić do piekarnika. Piec ok. 2 godz. (dotyczy kurczaka o wadze ok. 1,5 kg, czas pieczenia zależy od wagi kurczaka) w temperaturze 180°C. W tym czasie przygotować jabłka do pieczenia – umyć, wydrążyć środki, nappełnić je żurawiną. Tak przygotowane jabłka włożyć do piekarnika na 30 min przed wyjęciem kurczaka. Po upieczeniu wyłożyć kurczaka na półmisek i obłożyć go po obu stronach upieczonymi jabłkami. Najlepiej podawać go z czerwoną kapustą oraz ziemniakami upieczonymi z majerankiem i czosnkiem.

SKŁADNIKI:

- 1 kurczak wraz z podrobami
- 1 bułka zwykła
- pęczek natki pietruszki
- 10 dag orzechów włoskich
- 6 jabłek (szara reneta)
- 10 dag żurawiny
- 2 łyżki oliwy
- majeranek
- papryka słodka
- sól i pieprz do smaku



Kurczę pieczone z jabłkami z gospodarstwa Wojtasówka w Obrazowie, fot. K. Peczalski

PIEROGI Z KASZĄ JAGLANĄ

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI ŻMIGRÓD W OPATOWIE



4 os.



gotowanie

Kaszę jaglaną sparzyć wrzącą wodą i ugotować na sypko. Pokroić cebulę w drobną kostkę i zeszklić na oleju. Dodać ją do ugotowanej kaszy razem z białym serem i wymieszać, doprawić przyprawami do smaku. Zagnieść ciasto z mąki i jajka z dodatkiem wody, rozwałkować i pokroić na kwadraty lub wykroić krążki. Nałożyć na nie farsz i zlepić pierogi. Gotować w osolonej wrzącej wodzie. Wędzony boczek pokroić i stopić. Ugotowane pierogi okrasić skwarkami przed podaniem.

SKŁADNIKI:

- 35 dag mąki
- 1 jajko
- 20 dag kaszy jaglanej
- 20 dag sera białego
- 10 dag cebuli
- 10 dag boczku
- olej
- majeranek
- sól i pieprz do smaku



Pierogi z kaszy jaglanej z restauracji Żmigród w Opatowie, fot. arch. restauracji Żmigród

SZARLOTKA OPATOWSKA

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI ŻMIGRÓD W OPATOWIE



jedna blacha ciasta



pieczenie

Mąkę przesiał przez sito na stolnicę, dodać masło, cukier i proszek do pieczenia, posiekać starannie nożem, następnie dodać żółtka. Zrobić ciasto nożem, a następnie szybko zagnieść ręką. Gotowe ciasto włożyć na godzinę do lodówki. Blachę posmarować tłuszczem i posypać bułką tartą. Dwie trzecie ciasta rozwałkować i wyłożyć nim formę. Powierzchnię ciasta nakłuć widelcem, rozłożyć na nim pokrojone w plasterki jabłka, wymieszane z miodem i bułką tartą. Na wierzchu rozłożyć drugą część rozwałkowanego ciasta. Wstawić do piekarnika nagrzanego do 180°C i piec przez godzinę. Po upieczeniu i ostygnięciu polać wierzch szarlotki polewą krówkową z krówek opatowskich, przetopionych z niewielką ilością mleka.

SKŁADNIKI:

- 3,5 szklanki mąki
- 0,5 szklanki cukru pudru
- 5 żółtek
- 1 kostka masła jędrzejowskiego
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 1,5 kg jabłek sandomierskich (szara reneta)
- 3 łyżki miodu świętokrzyskiego spadziowego
- 3 łyżki bułki tartej
- 35 dag krówek opatowskich
- 3 łyżki świeżego mleka krowiego



Szarlotka świętokrzyska z restauracji Żmigród w Opatowie, fot. arch. SODR w Modliszewicach



Nad rzeką Kamienną

Północno-wschodnią część województwa świętokrzyskiego zajmują tereny tradycyjnie związane z przemysłem, położone nad rzeką Kamienną, która przepływa m.in. przez Skarżysko-Kamienną, Starachowice i Ostrowiec Świętokrzyski. *Słownik geograficzny Królestwa Polskiego* z końca XIX w. podaje, że Kamienna: „to rzeka prawdziwie fabryczna, służy bowiem za siłę poruszającą licznych górniczych zakładów”. Ze względu na występujące tu bogactwa naturalne, takie jak rudy żelaza i metali kolorowych, w okolicach działały liczne kopalnie, huty, odlewnie i kuźnie, za czasów Stanisława Staszica tworzące Staropolski Okręg Przemysłowy. Ze względu na głębie niskie

jakości rolnictwo nie miało w tych stronach warunków do rozwoju. Tradycyjna kuchnia oparta była na ziemniakach, mące i grzybach z miejscowych lasów oraz na rybach.

Wizytę w regionie warto zacząć od **Muzeum im. Orła Białego** w Skarżysku-Kamiennej, usytuowanego w ważnym w perspektywie historycznej miejscu – zabytkowym budynku Huty „Rejów” z XIX w. Można w nim obejrzeć jedną z największych w Polsce kolekcji militariów pod gołym niebem, zgromadzonych na obszarze ponad 1,5 ha. Ekspozycja obejmuje obiekty pochodzące z czasów wojny obronnej z 1939 r., wyposażenie i umundurowanie Wojska Polskiego z tego okresu oraz pamiątki związane z działalnością oddziałów partyzanckich na terenie Gór Świętokrzyskich podczas okupacji niemieckiej. Tym, którzy interesują się historią II wojny światowej, polecamy również wizytę w oddalonym o 15 km Michniowie, gdzie znajduje się **Muzeum Martyrologii Wsi Polskich**, upamiętniające pacyfikację

ludności Michniowa w 1943 r. oraz represje okupanta podczas II wojny światowej wobec polskiej ludności wiejskiej.

Ciekawostką dla smakoszy odpowiedzialnych za okolicę będzie natomiast informacja o tradycji uprawy kaszy w okolicach Suchedniowa. Nie wszyscy wiedzą, że miejscowość tę nazywano niegdyś żartobliwie Kaszanowem. Miejscowi opowiadają, że kiedy w XVIII w. zapanował wielki głód, sprzedano **figurę św. Jana Nepomucena** za beczkę kaszy. Figura do dziś stoi nad rzeką Kamionką (dopływem Kamienną). Kasze od wieków królowały na polskich stołach. Była wśród nich kasza tatarska (dziś znana jako gryczana), obok niej kasza manna, jaglana oraz jęczmienna, grubo- i drobnoziarnista. W drugiej połowie sierpnia w Suchedniowie kasze mają swój dzień – Suchedniowskie Święto Kaszy. Podczas imprezy prezentowane są tradycyjne narzędzia oraz proces technologiczny obróbki kaszy. Można również zapoznać się z dwunastoma

Muzeum im. Orła Białego

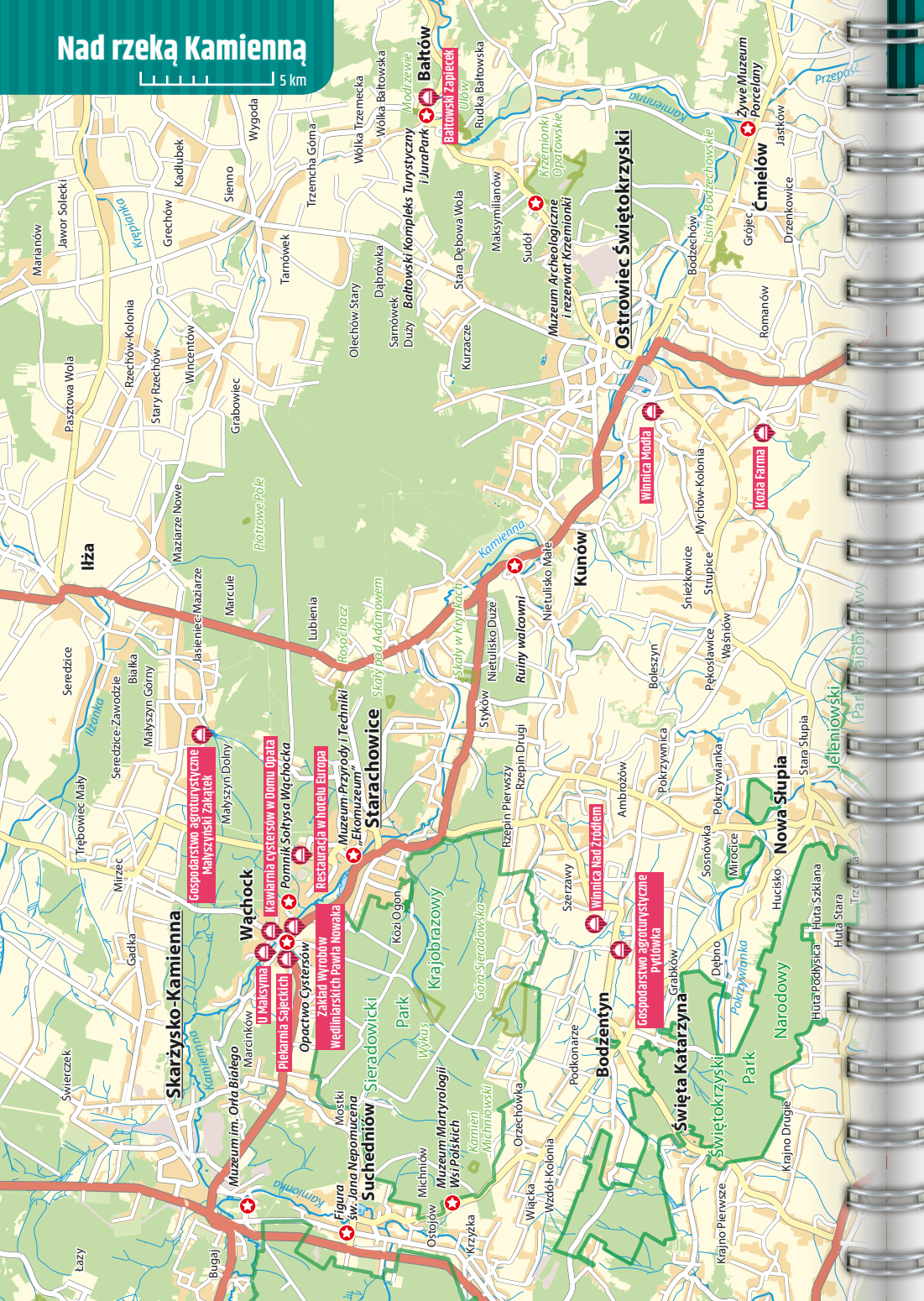
📍 ul. Słoneczna 90
26-110 Skarżysko-Kamienna
🌐 www.muzeum.skarzysko.pl

Muzeum Martyrologii Wsi Polskich

📍 Michniów 38, 26-130 Suchedniów
🌐 www.martyrologiawspolskich.pl



Muzeum Martyrologii Wsi Polskich w Michniowie, fot. arch. UMWS



rodzajami kasz używanych w dawnej i współczesnej kuchni, obejrzeć pokazy mistrzów kuchni i wziąć udział w konkursie kulinarnym „Z kaszy...”.

Kolejnym miastem na szlaku kulinarnym w regionie jest Wąchock. W miejscowości, na niewielkim rynku, rzuca się w oczy czerwona fasada **baru restauracyjnego U Maksyma**. Jego właścicielką jest pani Bożena Maksymow, kontynuująca działalność swojej teściowej, która już 50 lat temu prowadziła w części obecnego lokalu małą jadalnię. Jeszcze wcześniej nestorka rodu Stefania Kaczmarska, która dożyła 102 lat, „urzędowała” przy rynku, w kiosku z własnoręcznie robionymi lodami. Bar restauracyjny U Maksyma znany jest z potrawy przyrządzanej z kapusty, zwanej parzybrodą, oraz z pysznych pierogów z różnymi nadzieniami. Wszystko odbywa się tu zgodnie

z tradycją – nawet karta potraw wypisana jest długopisem, równiutkim pismem, jak przed wielu laty.

Obok, na sąsiedniej pierzei rynku, mieści się znana **piekarnia Sajeckich**, która zdobyła wiele nagród kulinarnych. Wypieka się w niej słynny chleb wąchocki oraz tradycyjne bułki dziabane. To jedna z najstarszych piekarni w powiecie starachowickim, prowadzona dziś przez trzecie pokolenie piekarzy. W 1924 r. założył ją Maksymilian Bzinkowski, dziadek obecnego właściciela. W 1944 r. zakład przejął jego zięć Stanisław Sajecki, a od 1980 r. prowadzi go Halina i Sławomir Sajeccy przy pomocy syna Stanisława. Tutejsze wypieki powstają w piecu z cegły szamotowej, na trzonie opalanym drewnem.

Wąchock słynie także jako centrum wędliniarstwa. Stąd pochodzą

tradycyjne wyroby uznawane za markę regionu świętokrzyskiego, w tym: szynka sznurowana z Wąchocka, salceson ozorkowy wiejski, poledwica tradycyjna z Wąchocka i kielbasa hycowana swojska, czyli cienka kielbasa wędzona gorącym dymem. **Zakład Wyrobów Wędliniarskich Pawła Nowaka** – założony przed wojną, w 1933 r. – to typowe przedsiębiorstwo rodzinne, którego właściciel odziedziczył po ojcu firmę i wiedzę o tym, jak robić smaczne wędliny. Tutejsze wyroby

Bar restauracyjny U Maksyma

pl. mjr. Ponurego 14, 27-215 Wąchock

Piekarnia Sajeckich

pl. mjr. Ponurego 9, 27-215 Wąchock

Zakład Wyrobów Wędliniarskich Pawła Nowaka

ul. Kościelna 12A, 27-215 Wąchock
www.wedlinyzwachocka.pl



Kasza gryczana – produkt tradycyjny, fot. arch. SODR w Modliszewicach



Wędliny z zakładów Pawła Nowaka w Wąchocku, fot. S. Skuta

powstają wg starych receptur, bez polepszaczy i sztucznego aromatu dymu. Są wędzone w tradycyjnej wędzarni, opalanej drzewem olchowym i dębowym.

Największą atrakcją turystyczną Wąchocka jest XII-wieczne **opactwo Cystersów** z kościołem pw. św. Franciszka. Mury majestatycznego kompleksu są świadkami bogatej historii miasta, a najcenniejszym z zabytków znajdujących się

w ich obrębie jest romański kapitułarz z XII w., zdobiony kamiennymi ornamentami roślinnymi. Zwiedzanie opactwa obejmuje, oprócz kapitułarza, także klasztorne krużganki, karcer, fraternię, wirydarz, refektarz i klasztorne ogrody oraz Muzeum Pamięci Walki o Niepodległość Narodu i grób pochowanego tu majora Jana Piwnika „Ponurego”.

Cystersi, znani ze swej gospodarności, w odnowionych wnętrzach parteru Domu Opata prowadzą **kawiarnię**. W jej ofercie znajdują się dania barowe: pierogi mnicha, kiszka cysterska i bigos. Można tu również nabyć słodycze, napoje i lody oraz różnego rodzaju przetwory wytwarzane tradycyjnymi metodami. Na półkach stoją rzędem pudełka firmowych łakoci, ciasteczek korzennych wypiekanych przez wąchockich mnichów. Ściany ozdobiono

malowidłami przedstawiającymi życie zakonne z sentencją benedyktyńską „Ora et labora” (Módl się i pracuj).

Niedaleko klasztoru stoi legendarny **pomnik Sołtysa Wąchocka**. Postać na pomniku, symbolizująca typowego polskiego sołtysa, w jednej ręce trzyma koło, a w drugiej telefon komórkowy. Koło jest nawiązaniem do dowcipu: „Jak się w Wąchocku wybiera sołtysa? Puszczą się z najwyższej góry koło od furmanki – w czyją chałupę uderzy, ten zostaje sołtysem”. Na cokole widnieje napis: „W hołdzie sołtysom polskim”. Pomnik stanowi zwieńczenie wąchockiej Alei Humoru z 33 dowcipami o sołtysie Wąchocka, które rozsławiły miasto w całym kraju.

Podążając w dół rzeki Kamiennej, docieramy do Starachowic i do **restauracji w hotelu Europa**. Hotel to nowoczesny obiekt z częścią

Muzeum Przyrody i Techniki „Ekomuzeum”

ul. Wielkopiećcowa 1
27-200 Starachowice
www.ekomuzeum.pl

Gospodarstwo agroturystyczne Małyszynski Zakątek

Małyszyn Dolny 31a, 27-220 Mirzec

spa, przeznaczony zarówno dla gości indywidualnych, jak i dla ludzi biznesu. Tutejsza kuchnia serwuje dania śródziemnomorskie i europejskie, jak również świętokrzyskie potrawy regionalne. W karcie są m.in. specjały z gęsi, kaczki, indyka i perliczki, przyrządzane na sposób tradycyjny, według receptur sprawdzonych przez lokalne gospodynie.

W Starachowicach warto odwiedzić **Muzeum Przyrody i Techniki „Ekomuzeum”**. Obiekt powstał na terenie dwóch nieczynnych już zakładów wielkopiecowych: starszego z 1841 r. oraz jego „następcy”, zbudowanego kilkaset metrów dalej w roku 1899. Zakłady, które zachowały w całości swój tarasowy układ oraz ciąg technologiczny, odzwierciedlają rozwój XIX-wiecznego hutnictwa. Na obszarze 8 ha można zapoznać się z historią wytopu żelaza, od dymarek do wielkiego pieca. Ekspozycja obejmuje również wystawę samochodów marki Star, produkowanych w Starachowicach przez byłą Fabrykę Samochodów Ciężarowych, oraz paleontologiczną wystawę gadów, zrekonstruowanych na podstawie ich tropów sprzed 200 mln lat, które zostały odnalezione w rejonie Gór Świętokrzyskich. Na terenie muzeum w lipcu odbywa się Jarmark u Starzcha, czyli Piknik przy Piecu, którego

częścią jest program „Smaki i smaczki – gminna marka w kuchni”.

Jeśli mowa o smakach i smaczkach, warto zajrzeć do **gospodarstwa agroturystycznego Małyszynski Zakątek** w Małyszynie Dolnym, na północ od Starachowic. Znajdują się tu stawy zarybione karpem małyszynskim, który jest rozpoznawalnym symbolem kulinarnym miejscowości i jej okolic. Historia tutejszej hodowli sięga XIX w. Stawy w pobliżu młyna cały czas pozostają w rękach jednej rodziny, która podtrzymuje

tradycyjne metody produkcji na bazie naturalnej paszy. Właścicielka Agnieszka Idzik-Napiórkowska przyrządza karpia wg starego rodzinnego przepisu, nadziewając nim kruche paszteciki. Bardzo ceniony jest też karp faszerowany lub pieczony z kaszą gryczaną.

Z Małyszyna Dolnego już tylko przysłowiowe dwa kroki dzielą nas do niezwyklego zabytku techniki, **ruin walcowni** profili drobnych i blach grubych w Nietulisku koło Kunowa. Założony w połowie XIX w.

Opactwo Cystersów i kawiarnia w Domu Opata

ul. Kościelna 14, 27-215 Wąchock
www.wachock.cystersi.pl

Pomnik Sołtysa Wąchocka

ul. Błonie 8, 27-215 Wąchock

Hotel i restauracja Europa

ul. Radomska 76a
27-200 Starachowice
www.europa-hotel.pl



Klasztor Cystersów w Wąchocku, fot. arch. UMWS



Muzeum Przyrody i Techniki „Ekomuzeum” w Starachowicach, fot. arch. UMWS



Ruiny walcowni w Nietulisku, fot. K. Pęczalski

zakład przemysłowy obejmował budynki walcowni, zbiornik wodny i kanał. Z zabudowaniami fabrycznymi sąsiadowało osiedle mieszkaniowe. Samą walcownię początkowo stanowiły dwa koła wodne i turbina Girarda o łącznej mocy 100 koni mechanicznych, dwie walcownie blach oraz osiem pieców. Podczas modernizacji zainstalowano lokomobilę (maszynę napędową), a od 1885 r. pracowały już trzy turbiny. Dzięki temu zakład był w stanie wytworzyć 350 tys. pudrów (ok. 5740 ton) wyrobów rocznie. Powódź z 1903 r. spowodowała upadek zakładu, który oficjalnie zamknięto w roku 1905. Walcownia wchodziła w skład tzw. kombinatu metalurgicznego rzeki Kamiennej i była końcowym ogniwem jego produkcji. Do dziś zachowały się mury budynków produkcyjnych z arkadowymi sklepieniami, kompletne urządzenia wodne z przepustami oraz most.

Dolina rzeki Kamiennej to nie tylko historia przemysłu. Dawne sprzęty codziennego użytku można zobaczyć w **gospodarstwie**

agroturystycznym Pytlówka, prowadzonym rodzinie przez Annę i Michała Sokalskich oraz Czesławę i Mariana Pytlów. Gospodarstwo ma status zagrody edukacyjnej, w której goście poznają tajniki prac gospodarskich i tradycje wsi świętokrzyskiej. W granicach obejścia stoi udostępniona dla turystów obszar na stodoła, w której znajdują się krosna, maselnice, młocarnia czy wialnia służąca do oczyszczania młóconego zboża. Ciekawie urządzone strych przystosowany jest do prowadzenia „żywych lekcji historii”. Obok stodoły mieści się obora dla zwierząt gospodarskich. Do zabudowań przylegają ogród, pole uprawne, staw rybny i zagroda dla kóz. Gospodarstwo jest zwykle pełne gości – przyjeżdżają tu rodziny i grupy szkolne. Gospodyni serwuje domowe potrawy, oparte głównie na lokalnych produktach. Mleko kupuje od zaprzyjaźnionych sąsiadów, zbiera śmietanę i robi biały ser. Mąka pochodzi z pobliskiego młyna, wędliny i mięso od małych, lokalnych,

Gospodarstwo agroturystyczne Pytlówka

📍 Tarczek 24, 27-225 Pawłów
🌐 www.pytlowka.pl

Winnica Nad Źródłem – Anna Sołtyk

📍 Szerzawy 139A, 27-225 Pawłów

sprawdzonych dostawców. Raz w tygodniu dla gości organizowane są warsztaty pieczenia bułeczek.

W sąsiedniej wiosce, Szerzawach, znajdziemy atrakcyjne uzupełnienie oferty kulinarnej – wina z **Winnicy Nad Źródłem**. Winorośl jest tu uprawiana na czystym, nieskażonym terenie, graniczącym z obszarem Natura 2000 Wzgórza Kunowskie. Rozciąga się stąd piękny widok na całe pasmo Łysogór. Położona na południowo-zachodnim zboczu winnica powstała w 2010 r. i obecnie zajmuje obszar 1,4 ha. Prowadzi ją małżeństwo – Piotr i Anna Sołtykowie. Właściciele wynajmują turystom dwa drewniane domki, z których każdy może pomieścić 4–8 osób.

Gmina Pawłów, w której leżą zarówno gospodarstwo Pytlówka, jak i Winnica Nad Źródłem, ma wyjątkowo jak na tę okolicę żyzne gleby. W innych zakątkach regionu grunty są raczej mało urodzajne. Ten niedostatek rekompensuje ziemi starachowickiej bogactwo terenów leśnych, objętych ochroną Świętokrzyskiego Parku Narodowego i Sieradowickiego Parku Krajobrazowego, tworzących zwarte kompleksy Lasów Starachowickich i Ilżeckich. Tutejsze lasy obfitują w grzyby. Występuje w nich także zwierzyzna łowna: łosie, jelenie, dziki, borsuki i zające, a z ptactwa: jaskółki, cietrzewie, słonki, dzikie kaczki

i kuropatwy. Im bliżej Ostrowca Świętokrzyskiego, tym gleby są bardziej żyzne. Na polach uprawnych pojawiają się pszenica, owies, jęczmień, kukurydza, proso, gryka i rzepak, a w gospodarstwach ogrodniczych warzywa i owoce.

Zanim jednak dotrzemy do Ostrowca, zatrzymajmy się w okolicach Bałtowa, w miejscu, gdzie odnaleziono ślady prehistorycznych gadów. Odcisk jednego z nich – allozaura, zwany Czarcią Stopką, związany jest z miejscową legendą. Mówi ona, że jest to odcisk trzech pazurów diabła, który założył się z aniołem, że przeskoczy rzekę. Odkrycia archeologów sprawiły, że utworzono tu **JuraPark** – park tematyczny poświęcony dinozaurom. JuraPark jest częścią **Bałtowskiego Kompleksu Turystycznego**, oferującego zwiedzającym przeróżne atrakcje. Jest wśród nich Muzeum Jurajskie, ścieżka z dinozaurami i prehistoryczne oceanarium, a także Zwierzyńiec Bałtowski i Kraina Koni, plenerowa ekspozycja

„Polska w miniaturze”, rollercoaster, kino 5D i park rozrywki. Do słynnych świętokrzyskich czarownic nawiązuje wioska Sabatówka, w której – uwaga – czarownice parzą napar z różowego ogona myszy i częstują karaluchami w galarecie. Bardziej tradycyjna świętokrzyska kuchnia czeka na gości w wiosce rybackiej na Źródlanej Wyspie, w której podaje się m.in. pstrągi z własnej hodowli.

Odwiedzając Bałtów, warto zajrzeć do **gościńca Bałtowski Zapieček**. Jego wnętrza urządzone w stylu nawiązującym do wystroju dworów szlacheckich z XIX w. Są tu dwie przestronne sale z kominkami i kameralną antresolą oraz atrakcje dla najmłodszych, w tym bajkowy plac zabaw. Gościniec specjalizuje się w potrawach kuchni polskiej i tradycyjnej. W menu odnajdziemy również „świętokrzyskie smaki”, a wśród nich śledziową ucztę z trzema sosami, zalewajkę bałtowską, gołąbki regionalne i racuchy drożdżowe z jabłkiem.

W poszukiwaniu kolejnych atrakcji prehistorycznych można udać się z Bałtowa do **Muzeum Archeologicznego** w Ostrowcu Świętokrzyskim i do **rezerwatu Krzemionki**, najciekawszego zabytku archeologicznego Polski i jednego z najcenniejszych śladów pradziejowego górnictwa. Jest tu kompleks neolitycznych kopalń krzemienia pasistego i podziemna trasa turystyczna o długości 500 m, która umożliwia obejrzenie świetnie zachowanych

Bałtowski Kompleks Turystyczny i JuraPark

📍 Bałtów 8a, 27-423 Bałtów
🌐 www.juraparkbaltow.pl

Bałtowski Zapieček

📍 Bałtów 169a, 27-423 Bałtów
🌐 www.baltowskizapiecek.pl

Muzeum Archeologiczne i rezerwat Krzemionki

📍 Sudół 135a
27-400 Ostrowiec Świętokrzyski
🌐 www.muzeumostrowiec.pl
www.krzemionki.pl



Bałtowski Zapieček w Bałtowie, fot. arch. Bałtowskiego Zapiečka



Prehistoryczne oceanarium w Bałtowskim Kompleksie Turystycznym, fot. arch. Jurapark Bałtów

wyrobisk i zapoznanie się z geologią regionu.

Sam Ostrowiec Świętokrzyski to ważny punkt na mapie kulinarnej regionu. W **sklepie Koziej Farmy na Zagajach** można kupić sery i inne produkty kozie. Firmowa serowarnia, połączona ze sklepikiem i dojrzewalnią, oferuje m.in.: tradycyjny ser koziański typu gouda, sery typu parmezan, korycin, feta, a ponadto smakowite serowe pasty i kremy oraz kozią serwatkę. Właściciel farmy Marcin Kuterka szuka inspiracji w serach bałkańskich, produkowanych z naturalną podpuszczką, i łączy nowoczesne techniki z tradycyjnymi składnikami i metodami produkcji.

Sery kozie doskonale komponują się z lokalnymi winami, które wzbogacają ofertę kulinarną Ostrowca Świętokrzyskiego. W granicach miasta leży **Winnica Modła**, założona przez Tomasza Stołę w 2010 r. Winnica ma ponad hektar powierzchni, krzewy winnej latorośli rosną na nasłonecznionym stoku, położonym na wysokości 180–210 m n.p.m. Uprawie sprzyja gleba lessowo-ilasta, a dobra lokalizacja winnicy skłoniła właścicieli do obsadzenia

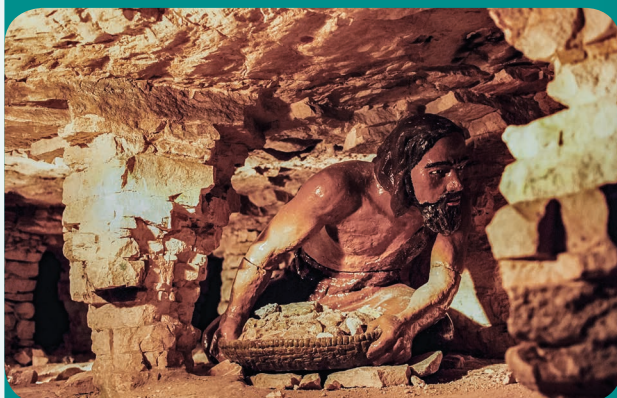
jej części szlachetnymi gatunkami vitis vinifera, chardonnay i riesling. Gospodarze stosują naturalne metody uprawy winorośli i wytwarzania wina.

O tym, że dawne sposoby wytwarzania decydują o wartości produktów, najlepiej świadczy historia i teraźniejszość zakładu AS Ćmielów, kultuwującego przedwojenne tradycje tutejszej wytwórni porcelany Świt. Początki produkcji porcelany w Ćmielowie sięgają 1804 r. Na

terenie zakładu działa **Żywe Muzeum Porcelany**, w którym odwiedzający mogą zapoznać się z procesem produkcji porcelany, od projektu po gotowy wyrób. Proces ten jest prowadzony w całości ręcznie. Wizyta w fabryce AS Ćmielów to uczta dla wielu zmysłów, nawet dla zmysłu smaku, odkąd zwiedzanie łączy się z degustacją Małpiego Likieru, produkowanego według własnej receptury fabryki i podawanego w czekoladowych kieliszkach.



Kozia Farma na Zagajach, fot. M. Warelis



Muzeum Archeologiczne i rezerwat Krzemionki w Ostrowcu Świętokrzyskim, fot. K. Pęczalski

Sklep Koziej Farmy na Zagajach

ul. Długa 44
27-400 Ostrowiec Świętokrzyski
www.facebook.com/biokozadowoza

Winnica Modła

ul. Poprzeczna
27-400 Ostrowiec Świętokrzyski
www.winnicamodla.pl

Żywe Muzeum Porcelany

ul. Sandomierska 243, 27-440 Ćmielów
www.turystyka.cmielow.com.pl

PIEROGI Z GRZYBAMI LEŚNYMI Z WĄCHOCKA

WEDŁUG PRZEPISU BARU RESTAURACYJNEGO U MAKSYMA W WĄCHOCKU



12 os.



gotowanie

Kiszoną kapustę gotować przez ok. 30 min, a następnie odcisnąć z wody. Cebulę podsmażyć na oleju. Zmleć wszystkie grzyby, kapustę i podsmażoną cebulę. Zmieszane składniki dokładnie wymieszać, doprawić solą i pieprzem. Przygotować ciasto: do mąki dodać jajka, odrobinę soli i oleju, wyrabiać z ciepłą wodą do uzyskania elastycznej konsystencji. Następnie ciasto rozwałkować i wykrawać z niego kwadraty, na każdy nałożyć po łyżeczce farszu, zlepić, wrzucić na wrzącą wodę i gotować do wypłynięcia.

SKŁADNIKI:

- 2 kg ugotowanych grzybów
- 5 dag suszonych grzybów
- 1 kg kiszzonej kapusty
- 3 duże cebule
- sól i pieprz do smaku
- 2 kg mąki
- 4 jajka
- 100 ml oleju roślinnego
- ciepła woda do zarobienia ciasta



Pierogi z grzybami leśnymi z baru restauracyjnego U Maksyma w Wąchocku, fot. K. Pęczalski

BARSZCZ BIAŁY WĄCHOCKI

WEDŁUG PRZEPISU BARU RESTAURACYJNEGO U MAKSYMA W WĄCHOCKU



12 os.



gotowanie

Przygotowany wcześniej wywar gotować z grzybami, liściem laurowym i zieleń angielskim przez ok. 15 min. Zalać zakwasem. Doprawić solą i pieprzem, posypać majerankiem i koprem, dodać czosnek i śmietanę. Podawać z kielbasą i jajkiem.

SKŁADNIKI:

- 2 l wywaru z mięsa lub warzyw
- 500 ml zakwasu
- 20 dag grzybów suszonych
- sól i pieprz do smaku
- 2-3 ząbki czosnku
- liść laurowy
- zieleń angielskie
- majeranek suszony
- świeży koper
- 200 ml śmietany 18%
- kielbasa i jajko do podania



Barszcz biały wąchocki z baru restauracyjnego U Maksyma w Wąchocku, fot. K. Pęczalski

PIERŚ Z PERLICZKI MARYNOWANA W CYDRZE, PODANA W SOSIE ŚMIETANOWYM Z BOROWIKAMI I PURÉE CEBULOWYM

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI W HOTELU EUROPA W STARACHOWICACH



10 os.



smażenie

Piersi z perliczki zamarynować w cydrze, oleju i przyprawach. Odstawić do lodówki na 12 godz., a następnie usmażyć. Przygotować sos: borowiki pokroić w paski i partiami smażyć na masle, uważając, aby nie puściły zbyt dużo wody. Po usmażeniu odłożyć grzyby na bok. Na tej samej patelni roztopić masło i podsmażyć na nim czosnek z cebulą. Wlać śmietanę oraz krem fraiche i zmiksować. Dodać usmażone wcześniej grzyby i gotować jeszcze 3 min. Na koniec doprawić solą, pieprzem i sokiem z cytryny, zagęścić mąką ziemniaczaną, dodać zioła i wino. Przygotować purée: na rozgrzanym masle podsmażyć pokrojoną w kostkę cebulę i ziemniaki. Kiedy cebula się zeszkli, podlać ją śmietaną. Powolutku dusić, aż będzie miękka. Gotową cebulę z ziemniakami zmiksować. Całość wymieszać, przyprawić i przetrzeć przez sito. Pierś wyłożyć na talerz, obłożyć purée, polać sosem z borowikami.

SKŁADNIKI:

- 10 sztuk piersi z perliczki
- **marynata:** 200 ml cytryny, 200 ml oleju roślinnego, sól i pieprz do smaku
- **sos śmietanowy z borowikami:** 50 dag borowików, 70 dag cebuli, 2 ząbki czosnku, 10 dag masła, 250 ml śmietany 18%, 2 łyżki kremu fraiche, sól i pieprz do smaku, sok z cytryny, natka pietruszki, szczypiorek, 2 łyżki mąki ziemniaczanej, 150 ml sandomierskiego wina białego (Cyberius z Winnicy Płockich)
- **purée cebulowe:** 50 dag cebuli, 80 dag ziemniaków, 20 dag masła, 200 ml śmietany



Pierś z perliczki z restauracji w hotelu Europa w Starachowicach, fot. M. Warelis

GOŁĄBKI REGIONALNE Z KASZĄ PĘCZAK

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI BAŁTOWSKI ZAPIECHK W BAŁTOWIE



6 os.



gotowanie

Zewnętrzne liście kapusty odłożyć na bok; nie zostaną użyte do robienia gołąbków, ale przydadzą się później. Pozostałe liście kapusty umyć i wrzucić do osolonego wrzątku na kilka minut. Odcedzić, wystudzić i ścinać grube żyły, które idą przez środek każdego liścia. Pęczak ugotować *al dente* w osolonym wrzątku. Cebulę z czosnkiem zeszklić na tłuszczu. Wymieszać z mięsem na jedną masę, doprawiając solą i pieprzem. Zawinąć farsz w liście kapusty. Dno garnka wyłożyć zewnętrznymi liśćmi, których nie wykorzystano podczas parzenia. Przygotowane gołąbki włożyć do garnka, zalać wodą z parzenia liści i dusić ok. 1-1,5 godz. Przygotować sos pomidorowy: czosnek i cebulę pokroić, podsmażyć na oliwie na złoty kolor i podlać białym winem. Dodać pomidory, doprawić do smaku, dusić. Uduşzony sos zblendować i przetrzeć przez sito, aby usunąć pestki z pomidorów, na koniec dodać masło. Potrawa najlepiej smakuje z dodatkiem kwaśnej śmietany.

SKŁADNIKI:

- 1 kapusta włoska
- 1 kg mielonego mięsa wołowo-wieprzowego
- 1,5 szklanki pęczaku
- 1 cebula
- 8 ząbków czosnku
- 1 łyżka masła
- 1 jajko
- 2 łyżki oliwy
- 1 puszka pomidorów
- 1 łyżeczka cukru
- 2 łyżki mąki
- 20 ml białego wina
- sól i pieprz do smaku



Gołąbek z kaszą pęczak, fot. arch. SÓDR w Modliszewicach

RACUSZKI DROŻDŻOWE Z JABŁKAMI

WEDŁUG PRZEPISU GOŚCINIA BAŁTOWSKI ZAPIECHK W BAŁTOWIE



4 os.



smażenie

Jabłka obrać, pokroić w plasterki i wymieszać z miodem. Drożdże z dodatkiem cukru rozpuścić w ciepłym mleku. Z tak powstałego zaczynu, mąki i jajek wyrobić ciasto drożdżowe i odstawić do wyrośnięcia (powinno podwoić swoją objętość). Następnie raz jeszcze wyrobić ciasto, dodając kefir. Na patelni rozgrzać olej, drewnianą łyżką wyłożyć ciasto, na wierzch każdego placka układać plasterki jabłka. Smażyć z obu stron na złoty kolor. Po usmażeniu najlepiej przełożyć na papierowy ręcznik, żeby odsączyć nadmiar tłuszczu. Podawać posypane cukrem pudrem z miodem i owocami.

SKŁADNIKI:

- 50 dag mąki pszennej
- 3 jajka
- 1 łyżka cukru
- 2 jabłka
- 8 dag drożdży
- 2 łyżki miodu
- 500 ml tłuszczu do smażenia
- 200 ml kefiru
- 2 łyżki mleka
- cukier puder do posypania
- owoce sezonowe do dekoracji



Racuchy z jabłkami z gościnnia Bałtowski Zapiecek, fot. arch. Bałtowskiego Zapiecka



Ponidzie

cze przez króla Kazimierza Wielkiego. Tereny Ponidzia mają w większości charakter rolniczy i są pozbawione dużych ośrodków przemysłowych. Bardzo cenne złoża wód mineralnych, które przyciągają tłumy kurasjuszy do Buska-Zdroju i Solca-Zdroju, bogata baza agroturystyczna, ciekawe trasy turystyczne i smaczna kuchnia czynią z tego regionu jeden z najatrakcyjniejszych zakątków województwa świętokrzyskiego.

Perłą Ponidzia jest miejscowość uzdrowska Busko-Zdrój, dobrze znana byłwalcom „kuracji u wód” już przed dwoma wiekami, która zachowała nieco staroświecki klimat. Dawny zakład kąpielowy to obecne **sanatorium Marconi** – ozdobione kolumnadą, otoczone rozległym Parkiem Zdrojowym, sąsiadujące z muszlą koncertową. Szlakiem turystycznym można stąd dojść do **kościółki pw. św. Leonarda**, perelki architektury drewnianej. Lecznictwo walory kurortu zawdzięcza wodom

siarczkowym i jodowo-bromkowym, skutecznym w leczeniu układu krążenia. Tradycje lecznictwa są dziś wzbogacane całą gamą nowoczesnych zabiegów i aparaturą medyczną oraz usługami ze sfery spa i wellness. Naturalna woda mineralna Buskowieńka nie tylko wspomaga leczenie, ale ma także doskonały smak. Produkowana od 1960 r., pochodzi z margli kredowych, z ujęcia położonego na obszarze Szanieckiego Parku Krajobrazowego i zawiera szereg makro- i mikroelementów. Jako produkt tradycyjny Buskowieńka dostępna jest w sklepach ze zdrową żywnością, placówkach handlowych, hotelach i restauracjach na terenie całego kraju

Sanatorium Marconi

📍 Park Zdrojowy, 28-100 Busko-Zdrój
🌐 www.uzdrowsko-busko-zdroj.com.pl

Kościół pw. św. Leonarda

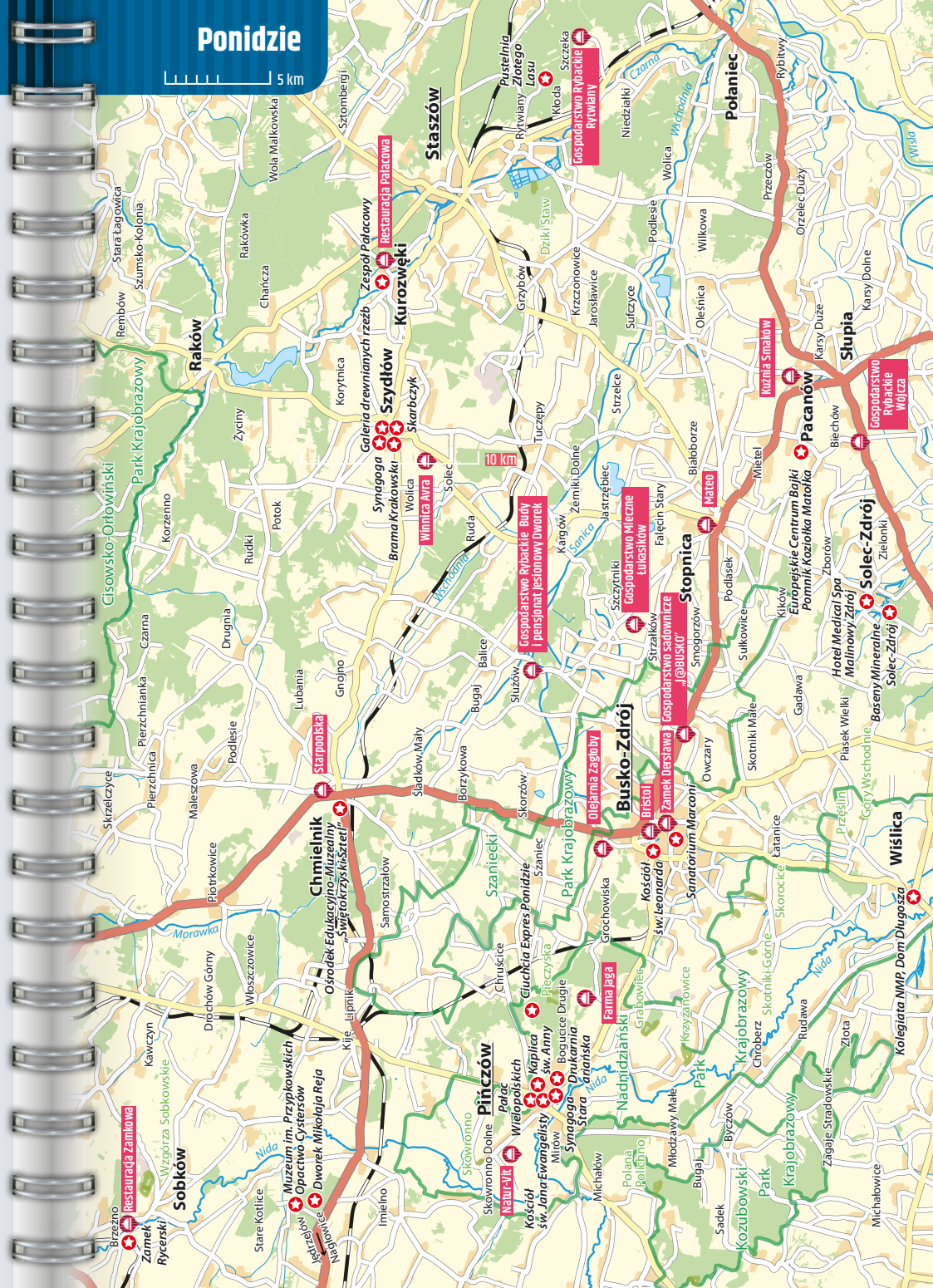
📍 ul. Bohaterów Warszawy 64
28-100 Busko-Zdrój



Park Zdrojowy i sanatorium Marconi w Busku-Zdroju, fot. S. Pawlak

Ponidzie

5 km



i stanowi prawdziwą wizytówkę regionu. Wtajemniczone gospodynie domowe wiedzą, że jej dodatek do ciasta sprawi, że naleśniki będą wyjątkowo smaczne i puszyste!

Smakosze kuchni tradycyjnej odwiedzający Busko-Zdrój swoje pierwsze kroki powinni skierować do **restauracji Zamek Derśla-wa**. Niezwykły projekt budynku został stworzony w 1911 r. przez Rosjanina Jakobsa – lekarza uzdrowiska, a zrealizowany wkrótce potem przez ziemianina Leona Sulimierskiego. Budowla w kształcie średniowiecznego zamku, ozdobiona żeliwną statua rycerza, zawdzięcza swoją nazwę założycielowi Buska – rycerzowi Derśławowi. W menu restauracji znajdują się dania regionalne, których zestaw zmienia się w zależności od sezonu. Najciekawsze z nich to potrawy z kaczki, w tym kacza pierś z jabłkiem, a także gulasz jagnięcy, pieczona szynka w sosie własnym oraz dania z fasoli korczyńskiej, będącej również produktem regionalnym.

Szczególne miejsce na kulinarnej mapie Buska-Zdroju zajmuje **restauracja hotelu Bristol**** Art & Medical SPA**. Tutejszy szef kuchni stawia na lokalne produkty,

inspirując zarówno buskowień, jak i przyjezdnych do zainteresowania się kuchnią regionalną i organizując przy promenadzie zdrojowej cykliczne kiermasze regionalnej żywności oraz pokazy kulinarne, którym towarzyszą koncerty. Restauracja hotelowa produkuje i sprzedaje oryginalne przetwory z lokalnych produktów. Wśród nich zaskakują zwłaszcza wiśnię z chili, śliwka węgierka z budyniem, galicyjskie gęsie pipki (żołądki) z gorczycą czy wędzona czekolada z truskawkami. Kuchnia – oprócz tradycyjnego żurku świętokrzyskiego na maślanie, z jajkiem i z białą kiebasą, czy zupy z ziemniaka z prażonym boczkem – serwuje dania nowoczesne i wykwintne, inspirowane prostymi wiejskimi przepisami. Do potraw, oczywiście obok wody Buskowieńskiej, podaje się sandomierskie wino i świętokrzyskie piwa.

Nieopodal Buska-Zdroju leży uzdrowisko Solec-Zdrój, znane ze swoich walorów leczniczych już w połowie XIX w., kiedy to zbudowano pierwsze, drewniane łaźienki i zaczęto przyjmować kuracjuszy. Od 2005 r. uzdrowisko przeżywa prawdziwy rozwój, związany z rozpoczęciem eksploatacji nowo odkrytego źródła wód Malina. Wody siarkowe z tego ujęcia przewyższają swym stężeniem wszystkie inne solanki na świecie i mają ośmiokrotnie większe stężenie niż dotychczas eksploatowane tu źródła. Na bazie tego źródła powstały nowoczesne **Baseny Mineralne Solec-Zdrój** oraz hotele**** Malinowy Zdrój i Malinowy Raj, łączące funkcje hotelowo-sanatoryjne.

Busko-Zdrój i jego okolice to jedno z najbardziej słonecznych miejsc w Polsce, z przyjaznym mikroklimatem, sprzyjającym bezchmurnej

pogodzie. Z tego powodu szlak kulinarny wokół Buska nazwano Szlakiem Wokół Słońca. Prowadzi on przez siedziby lokalnych producentów żywności, uznawanych w regionie i cenionych za doskonałe produkty tradycyjne.

Jednym z najbardziej utytułowanych hodowców ryb w regionie jest Grzegorz Wójcicki, właściciel **Gospodarstwa Rybackiego Budy** i położonego na jego terenie **pensjonatu Jesionowy Dworek**.

Gospodarstwo obejmuje 75 ha, w tym grunty rolne i stawy rybne o powierzchni 40 ha. Stawy są zasilane wodą z potoku, regularnie wapnowane i odmulane, a ryby karmione produktami naturalnymi, ziarnami zbóż i kukurydzą, co sprawia, że są zdrowe i smaczne. Ryby przyrządza się tu na różne sposoby – podaje się je smażone, wędzone, grillowane, w galarecie i po grecku. Najślawniejsze potrawy gospodarstwa to karp królewski z Bud oraz szczupak

Gospodarstwo Rybackie Budy i pensjonat Jesionowy Dworek

Kotki-Budy 128, 28-100 Busko-Zdrój
www.jesionowydworek.pl

Gospodarstwo Mleczne Łukasików

Strzałków 17, 28-130 Stopnica
www.facebook.com/buncokstrzalkowski

Olejarnia Zagłoby

Mikulowice 336, 28-100 Busko-Zdrój
www.facebook.com/olejarniazagloby

pomykowskiego z Bud, które zdobyły wiele nagród.

Pod względem liczby zdobytych nagród i wyróżnień nie ustępują im produkty **Gospodarstwa Mlecznego Łukasików** ze Strzałkowa. To jedno z większych gospodarstw mleczarskich w województwie świętokrzyskim i zarazem pierwsze, które zajęło się tradycyjnym przetwórstwem mleka. Pani Teresa Łukasik z mężem Pawłem mają ponad 50 ha gruntów rolnych, nowoczesną oborę dla 45 krów mlecznych i 20 opasów (zwierząt przeznaczonych na ubój) oraz halę udojową. Z pozyskanego mleka wytwarzają 20 gatunków sera, w tym sery marynowane, twarde i dojrzewające. Najślawniejszymi są buncok strzałkowski i dojrzewający ser Maciej. Gospodarze prowadzą sprzedaż swoich serów na miejscu, w sklepiku przy gospodarstwie i na targowiskach, dostarczają je również do sklepów ze zdrową żywnością i do zaprzyjaźnionych hoteli.

Kolejnym przystankiem kulinarnym jest **Olejarnia Zagłoby** w Mikulowicach, prowadzona przez Mariusza Roszkowskiego – pasjonata, który na 3,5 ha ziemi uprawia rośliny oleiste. W swojej olejarni odtwarza



Baseny mineralne w Solcu-Zdroju, fot. arch. UMWS



Sery z Gospodarstwa Mlecznego Łukasików, fot. K. Pęczalski



Buskowianka, fot. M. Warelis

Restauracja Zamek Derśla-wa

al. A. Mickiewicza 18,
28-100 Busko-Zdrój
www.derstaw.busko.com.pl

Hotel Bristol Art & Medical SPA

ul. 1 Maja 1, 28-100 Busko-Zdrój
www.bristolbusko.pl

Baseny Mineralne Solec-Zdrój

ul. Partyzantów 18, 28-131 Solec-Zdrój
www.basenymineralne.pl

on proces tłoczenia oleju, jaki stosowano na polskiej wsi 150 lat temu. Pozwala to na zachowanie właściwości zdrowotnych oleju oraz charakterystycznego dla każdej rośliny smaku i zapachu. Na co dzień oleje tłoczone są na niewielkiej linii produkcyjnej, natomiast podczas pokazów dla gości wykorzystywana jest unikalna zabytkowa maszyna złożona z trzech elementów: gniotownika, prężalnika opalanego drewnem oraz prasy klinowej wykonanej z żeliwa, poruszanej za pomocą kierału. Urządzenie to świetnie sprawdza się w promocji olejarni i jej produktów, zarówno podczas pokazów organizowanych na miejscu, jak i na kiermaszach i różnych wydarzeniach kulinarnych, w których firma często uczestniczy. Gospodarstwo ma status tzw. zagrody edukacyjnej. Oznacza to, że odwiedzając olejarnię, można spróbować swoich sił w roli czeladnika. Wizyta w tym miejscu to także okazja do degustacji różnych olejów, m.in. rydzowego, makowego, konopnego, lnianego, słonecznikowego, rzepakowego, z czarnuszki i z pestek dyni. Z inicjatywy Olejarni Zagłoby powstała oferta szlaku kulinarnego Ponidziańskim Duktem, który prowadzi stąd do wsi Pęczelice.

Tradycje sadownicze Pęczelice kultywowane są od XVI w. Obecnie rozwija je **gospodarstwo sadownicze „J@BUSKO”**. Produkowane tu soki pochodzą z 15 ha sadów owocowych. Pozyskuje się je głównie z 17 odmian jabłek, czereśni, wiśni i śliwek metodą tłoczenia na zimno, bez klarowania, filtracji i dodatków. Hitem J@BUSKA jest sok z rokitnika z dodatkiem słodkiego jabłka.

Gospodarstwo sadownicze „J@BUSKO”

📍 Pęczelice 9, 28-100 Busko-Zdrój
🏠 www.facebook.com/sokijabuskopi

Farma Jaga

📍 Bogucice Drugie, ul. Zakamień 28
28-400 Pińczów
🏠 www.facebook.com/Farmajaga

Właściciel Daniel Pytel nadaje gospodarstwu charakter turystyczno-ekologiczny, dzięki czemu stało się ono celem wycieczek szkolnych. Odwiedzając je także kuracjusze z Buska-Zdroju. W sadzie urządzono przestrzeń edukacyjną z miejscem widokowym. Można tu wziąć udział w „żywej lekcji” o uprawie owoców i produkcji soków, okraszonej opowieściami dziadka właściciela, pasjonata historii Jerzego Mischa, który chętnie opowiada o 800-letniej historii wsi, o wykopaliskach z czasów państwa wielkomorawskiego, o śladach arian, po których zachowały się ruiny XVI-wiecznego zbroju w centrum Pęczelice, oraz o ruchu

oporu w czasie II wojny światowej. Gospodarstwo otworzyło w Kielcach pijalnię soków i sklepik z własnymi wyrobami.

Zupełnie inny charakter ma **Farma Jaga** w Bogucicach Drugich koło Buska-Zdroju. Nie ma tu możliwości zwiedzania gospodarstwa ani oglądania zwierząt. Kozy żyją w dobrostanie (warunkach optymalnych dla zaspokojenia potrzeb zwierząt), biegają na wolności, są zdrowo żywione i piją wodę ze studni głębinowej. Podwyższone standardy zoohigieniczne sprawiają, że stado nie może mieć kontaktu z ludźmi. Właściciele farmy, Agnieszka Kobryń-Pietrasiewicz wraz z mężem Jackiem, poświęcają się gospodarstwu bez reszty, dla hodowli kóz zmieniły swoje życie zawodowe i prywatne. Stado liczące obecnie kilkadziesiąt sztuk daje w sezonie (od kwietnia do października) 18 tys. litrów mleka, z którego powstaje 1,8 tony sera; dziennie produkuje się ok. 250 kg. Sery sprzedawane

są głównie odbiorcom indywidualnym, w czwartki od 15.00 do 18.00, ponieważ gospodarzom zależy na osobistym kontakcie z klientem i powiązaniu produktu z miejscem jego wytworzenia. Zakamieński ser kozi i kefir kozi są uznawanymi i nagradzanymi wyrobami tradycyjnymi regionu świętokrzyskiego.

Pińczów zwany był niegdyś „sarmackimi Atenami” ze względu na istniejący tu w XVI w. ariński ośrodek reformacji i gimnazjum protestanckie – kuźnię ówczesnej elity intelektualnej. W centrum Pińczowa warto odwiedzić dwa obiekty sakralne: **kościół pw. św. Jana Ewangelisty i klasztor Reformatów** z cudownym obrazem Matki Boskiej Mirowskiej oraz renesansowy **pałac Wielopolskich**. Na Mirowie (dzielnica Pińczowa) miesi się też dawna **drukarnia arińska**, a nieopodal niej renesansowa **synagoga Stara** z dobrze zachowanymi fragmentami malowideł naściennych. Nad miastem

góruje wzgórze z **kaplicą św. Anny** zbudowaną wg projektu Santi Gucciego. Do Pińczowa dociera z Jędrzejowa **Cluchcia Expres Ponidzie** – turystyczna kolejka wąskotorowa, dzięki której w oryginalny sposób można bliżej poznać region. Z kulinarnych ciekawostek wymienić należy miętę pińczowską, pochodzącą z firmy Natur-Vit z Koperki koło Pińczowa – producenta ziół, herbatek i przypraw ziołowych,

pozyskiwanych z własnych upraw i od lokalnych dostawców.

Jednym z najstarszych miast w Polsce jest Wiślica założona przez Mieszka I, będąca niegdyś ważnym ośrodkiem historycznym. Król Kazimierz Wielki ufundował tu okazałą **kolegiatę pw. Narodzenia NMP**, tutaj też ogłosił zbiory prawne zwane „statutami wiślickimi”. W kolegiacie, obecnie bazylice mniejszej, znajduje się cudowna figura Madonny



Soki z gospodarstwa sadowniczego J@BUSKO, fot. M. Warelis

Kościół pw. św. Jana Ewangelisty i klasztor Reformatów

📍 ul. J. Piłsudskiego 4, 28-400 Pińczów

Pałac Wielopolskich

📍 ul. J. Piłsudskiego 13, 28-400 Pińczów

Drukarnia arińska

📍 ul. Batalionów Chłopskich 32, 28-400 Pińczów

Synagoga Stara

📍 ul. Klasztorna 8, 28-400 Pińczów
🏠 muzeumpinczow.pl/synagoga-stara

Cluchcia Expres Ponidzie

📍 ul. Dojazd 1, 28-300 Jędrzejów
🏠 www.cluchcia.eu

Kolegiata pw. Narodzenia NMP

📍 ul. J. Długosza 22, 28-160 Wiślica



Synagoga Stara w Pińczowie, fot. arch. UMWS

Łokietkowej z 1300 r., a w podziemiach świątyni można obejrzeć niezwyklej wartości posadzkę z XII w., zwaną płytą orantów. W sąsiedztwie kościoła stoi pochodząca z IX w. gotycka dzwonnica i **Dom Długosza**, ufundowany w XV w. przez słynnego kronikarza. W pawilonie archeologicznym na tyłach kolegiaty

eksponowane są ruiny dawnego kościoła pw. św. Mikołaja i misa chrzcielna z IX w., być może „świadek” chrztu Mieszka I.

Pustelnia Złotego Lasu w Rytwianach to XVII-wieczny erem ojców kamedułów. Wszystko tu sprzyja wyciszeniu i refleksji: wiekowe mury wokół pustelni, stary ogród i zabytkowy kościół pw. Zwiastowania NMP. Malowidła w ołtarzu głównym i w prezbiterium wyszły spod pędzla włoskich mistrzów baroku. Z dawnej pustelni pozostał jeden z szesnastu domków, zwany eremem Tęczyńskiego. Jest tu także galeria kamedulska i muzeum serialu *Czarne chmury*, który był kręcony na terenie obiektu. Dziś kompleks ma charakter turystyczny. Na

odwiedzających czekają: informacja turystyczna, apteka ziołowa, sklepik z dewocjonaliami i pamiątkami, a także pokoje hotelowe, małe spa oraz Relaksacyjno-Kontemplacyjne Centrum Terapeutyczne SPeS, organizujące turnusy rekreacyjne i reholekcyjne. Goście pustelni mogą skosztować dań tutejszej kuchni, wśród których znajduje się kociołek kamedulski, mięsny lub wegetariański.

Z Rytwianami kojarzony jest produkt tradycyjny – karp rytwiański, którego hodowlę prowadzili niegdyś zakonnicy w stawach założonych przez ostatnich właścicieli wsi – Radziwiłłów. Dziś tradycję tę kontynuuje **Gospodarstwo Rybackie Rytwiany**, składające się

z 21 stawów. Jego właściciel Wacław Szczoczarz prowadzi proekologiczną produkcję, stosując dobre praktyki rybne oraz zapewniając rybowi odpowiednie warunki, zbliżone do naturalnych.

Niedaleko Rytwian znajdziemy „kuzyna” rytwiańskiego karpia, a mianowicie karpia z Wójczy. Jego hodowla prowadzona jest na terenie dwóch miejscowości w powiecie buskim – Pacanowa i Stopnicy. Kiedy w XVII w. tereny te należały do Klucza Wójczańskiego, a tutejsze ziemie były w posiadaniu Szaniawskich, Popielów i Radziwiłłów, w Wójczy rozpoczęto hodowlę ryb stawowych. Po II wojnie światowej stawy przejęło państwo, a w 2000 r. zostały one wykupione i przekształcone w spółkę. Producentem słynnego karpia jest obecnie **Gospodarstwo Rybackie Wójcza**, prowadzone przez Kladiusza Jurzystę, zbierające laury

i mające wiernych klientów wśród smakoszy ryb. Od niedawna w ofercie gospodarstwa znajduje się karp wędzony i karp w galarecie z własnej przetwórni.

O tym, że w Pacanowie kują kozy, wie każdy wielbiciel Kociołka Małolka, bohatera pochodzących sprzed prawie wieku znanych komiksów autorstwa Kornela Makuszyńskiego i Mariana Walentynowicza. Kociołek Małolek patronuje dziś mieszczącemu się w Pacanowie **Europejskiemu Centrum Bajki**. Przekraczając jego drzwi, odwiedzający od razu dają się porwać magii świata bajek. Ekspozycja „Bajkowy świat”, łącząca techniki multimedialne z tradycyjnymi eksponatami, interaktywna wystawa „Kraina Soria Moria”, nawiązująca do skandynawskich tradycji bajarskich, pracownie i warsztaty, a także mały teatr, kino Szkatułka i Magiczna Księgarnia sprawiają, że

Gospodarstwo Rybackie Wójcza

📍 Biechów 80, 28-133 Pacanów
🌐 www.nowa.grwojca.pl

Europejskie Centrum Bajki im. Kociołka Małolka

📍 ul. K. Makuszyńskiego 1
28-133 Pacanów
🌐 www.centrumbajki.pl

Restauracja Kuznia Smaków

📍 Rynek 5, 28-133 Pacanów
🌐 www.facebook.com/RestauracjaKuzniaSmakow

dzieciaki i ich opiekunowie chętnie spędzają tu całe dnie.

Na pacanowskim Rynku, na wprost **pomnika Kociołka Małolka**, mieści się **restauracja Kuznia Smaków**. Lokal specjalizuje się w kuchni tradycyjnej, a do dyspozycji gości są sale na trzech kondygnacjach budynku. Dla dzieci przygotowano specjalne małe stołeczki oraz miejsce do rysowania i zabawy.

Dom Długosza

📍 ul. Batalionów Chłopskich 2a
28-160 Wiślica

Pustelnia Złotego Lasu

📍 ul. Klasztorna 25, 28-236 Rytwiany
🌐 www.pustelnia.com.pl

Gospodarstwo Rybackie Rytwiany

📍 ul. A. Radziwiłła 21, 28-236 Rytwiany



Pustelnia Złotego Lasu w Rytwianach, fot. arch. UMWS



Gospodarstwo Rybackie Wójcza, fot. arch. SÓDR w Modliszewicach

Specjalnością tutejszej kuchni, obok zalewajki świętokrzyskiej, są pierogi z fasoli korczyńskiej z wiejskim boczkem z Pacanowa. Kuźnia Smaków należy do rodzinnej firmy, która specjalizuje się także w wyrobach wędlinarskich. Jej standardowym produktem jest kiełbasa z Pacanowa.

Z Pacanowa tylko dwa kroki dzielą nas od Stopnicy, gdzie znajduje się hotel i **restauracja Mateo**. Kulinarne sława restauracji sięga daleko poza tereny Ponidzia. Lokal ma już ponad 20-letnią historię. Jego właścicielka, pani Barbara Kapusta, założyła się w odtwarzaniu na Ponidziu nasadzeń śliwki odmiany damacha,

typowej dla tej części regionu. W restauracji podawane są regionalne potrawy przyrządzone z użyciem suszonych śliwek. Specjalność kuchni to połówka wieprzowa „trącana”

Restauracja Mateo

ul. dra Piotrowskiego 41
28-130 Stopnica
www.hotelmateo.pl

Skarbczyk – Muzeum Regionalne

ul. Szkolna 8, 28-225 Szydłów

Synagoga

ul. Targowa 3, 28-225 Szydłów

Winnica Avra

Wola Żyzna 50A, 28-225 Szydłów
www.winnicaavra.pl

sosem z damachy. Potrawy są przyrządzane w oparciu o produkty pochodzące od sprawdzonych miejscowych dostawców, a o wyśmienitym smaku serwowanych dań świadczą wiele nagród i dyplomów, uzyskanych w licznych konkursach na potrawy regionalne. Można tu nabyć przetwory domowe przyrządzone w hotelowej restauracji, wśród nich powidła, nalewki i inne specjalności, które można z tej staropolskiej odmiany śliwki wyczarować.

Miejscowość Szydłów, nazywana „polskim Carcassonne”, niemal w całości otoczona jest murem obronnym, będącym pozostałością po zamku wzniesionym w XIV w. na polecenie Kazimierza Wielkiego. Szydłów był jednym z miast królewskich, a okres jego świetności przypada na wiek XV. Z trzech istniejących niegdyś bram miejskich pozostała **Brama Krakowska**, a na placu zamkowym ostał się zabytkowy **Skarbczyk** zagospodarowany na muzeum z salą tortur. Wizytówką miejscowości jest **galeria drewnianych rzeźb królów polskich**. W budynku **synagogi** z XVI w. mieści się muzeum judaistyczne. Smakoszom Szydłów będzie się kojarzył przede wszystkim z produktem regionalnym – śliwką szydłowską, rodzajem węgierki, którą poddaje się procesowi jednoczesnego suszenia gorącym powietrzem i wędzenia dymem tradycyjną metodą „na laskach”. Co roku w sierpniu odbywa się tu tradycyjne Święto Śliwki.

Winnica Avra usytuowana w bliskim sąsiedztwie Szydłowa i zajmująca 1,2 ha, jest winnicą nietypową, bo położoną na płaskim terenie.

Przedsiębiorstwo winiarskie Elżbiety i Tomasza Woźniaków powstało w roku 2012 jako sposób realizacji marzeń na emeryturze. Pierwsze sukcesy i nagrody zachęciły właścicieli do rozbudowy winnicy, wprowadzenia kolejnych odmian winorośli i rozbudowy domu o miejsca noclegowe dla 12–15 osób. W 2016 r. dwa tutejsze wina zdobyły złote medale: różowe wino Alpeviol na międzynarodowym konkursie win Galicja Vitis w Łancucie, a białe półśladkie wino Girassol na Międzynarodowym Konkursie PIWI na Morawach. Winom nadano nazwy kwiatów, a oryginalne, łatwo rozpoznawalne kwiatowe etykiety zostały zaprojektowane przez córkę winiarzy. Największą atrakcją tego miejsca jest możliwość zwiedzania tradycyjnej polskiej winnicy i winiarni, wzbogaconego opowieściami o uprawie winorośli i degustacji wina. Gospodarze zapraszają również do udziału w zbiorach winogron i w kolejnych etapach produkcji wina. Rekreacji w tym miejscu sprzyja także bliskość zalewu Chańcza.

Zespół Pałacowy w Kurozwękach łączy ciekawą historię z nietypowymi atrakcjami. Pałac,

oznaczony w dokumentach z 1400 r. jako *castrum Curoswank*, przez wiele lat należał do rodziny Kurozwęckich, potem Lanckorońskich, a jego ostatnimi właścicielami byli Popielowie. Ich spadkobiercy, Jan, Marcin i Michał Popielowie, odzyskali zamek w 1991 r. i udostępnili go odwiedzającym, łącząc z pokojami hotelowymi w oranżerii i oficynie. Zwiedzanie zamku obejmuje wnętrza oraz lochy piwniczne z salką muzealną. Obecnie, po wielu modernizacjach, pałac ma wygląd barokowo-klasycystycznej rezydencji, a na rozległej posesji znajduje się minizoo, kukurydziany labirynt, farma bizonów amerykańskich i stadnia na koni. Kuchnia **restauracji Pałacowej** specjalizuje się w potrawach z mięsa bizona z własnej hodowli. Są wśród nich steki, bulion, flaczki, pierogi i bizonburger. Można też kupić zapakowane w firmowe opakowania przysmaki: pasztet, bekon, smalec Apacza, kiełbasę lub kabanosy.

Specyficzny charakter i koloryt Chmielnika wiąże się z kulturą żydowską. Synagoga, której historia

sięga XVII w., wzniesiona w centrum ówczesnej „dzielnicy” żydowskiej, stanowiła wraz z kahałem i domem talmudycznym ważny ośrodek religijny w Małopolsce. Obecnie mieści się w niej nowoczesny **Ośrodek Edukacyjno-Muzealny „Świętokrzyski Sztetl”**. Wizyta w tym miejscu będzie multimedialną wyprawą w świat żydowskich tradycji, pieśni, rytuałów i opowiadań o ludziach. W trzeci weekend czerwca w Chmielniku odbywa się wielokulturowa impreza – Dni Kultur.

Tradycje żydowskie widoczne są w tutejszej kuchni, w której króluje gęsiina. Przez wiele lat kultowym lokalem była restauracja Pod Gąską, prowadzona przez Gminną Spółdzielnię na chmielnickim rynku. Tutejsza pieczona gęś cieszyła się wielką popularnością nie tylko wśród mieszkańców miasta, ale również wśród przyjezdnych. Dziś w poszukiwaniu lokalnych smaków goście udają się do **restauracji Staropolska**, gdzie serwuje się dania kuchni żydowskiej, takie jak rosół po żydowsku, szjyka



Ośrodek Edukacyjno-Muzealny „Świętokrzyski Sztetl” w Chmielniku, fot. arch. UMWS

Zespół Pałacowy w Kurozwękach i restauracja Pałacowa

ul. Zamkowa 3, Kurozwęki
28-200 Staszów
www.kurozweki.com

Ośrodek Edukacyjno-Muzealny „Świętokrzyski Sztetl”

ul. Wspólna 14, 26-020 Chmielnik
www.swietokrzyskisztetl.pl

Restauracja Staropolska

ul. 1 Maja 15, 26-020 Chmielnik
www.staropolskachmielnik.pl



Zespół Pałacowy w Kurozwękach, fot. K. Pęczalski

gęsia nadziewana, pipki (żołądki), kugiel i mejgiel, sałatka żydowska, gęś pieczona, pierogi po żydowsku i pierogi cymes.

Największą atrakcją Jędrzejowa jest **Muzeum im. Przypkowskich**, znane też jako Muzeum Zegarów. W dwóch kamienicach mieszczą się bogate zbiory oryginalnych sprzętów, starodruków, a przed wszystkim zegarów, klepsydr i przyrządów astronomicznych, w większości zgromadzonych przez rodzinę Przypkowskich. Dodatkową atrakcją tego miejsca jest otoczony murem Ogród Czasu z tzw. schodami wodnymi – ułożonymi kaskadowo basenami, przez które przepływa woda, z zabytkową altaną krytą gontem, ekspozycją poświęconą rybactwu i 11 zegarami słonecznymi. Jędrzejów to również siedziba najstarszego w Polsce **opactwa cystersów**, założonego w XII w. przez Jana Gryfitę. Miasto jest połączone

kolejką wąskotorową z historycznym Pińczowem.

W niewielkich Nagłowicach niedaleko Jędrzejowa zachował się otoczony pięknym parkiem dworek Walewskich z końca XVIII w., stojący w miejscu wcześniejszego dworu Rejów, którego dziedzicem w XVI stuleciu był Mikołaj Rej. Utworzono tutaj biograficzne **muzeum Mikołaja Reja**, poświęcone pamięci pisarza uznawanego za ojca literatury polskiej, prezentujące wystawę reprodukcji i drzeworytów związanych z jego życiem i twórczością.

O dawnych tradycjach rycerskich przypomina **Zamek Rycerski w Sobkowie**, w którym mieści się stylowa **zamkowa restauracja**. Obiekt obejmuje były zespół podworski, położony nad brzegami rzeki Nidy. Jest tu fortalicia z XVI w., zbudowana przez rycerza Stanisława Sobka, oraz ruiny klasycystycznego pałacu, pozostałości murów

obronnych i trzy baszty. Goście mogą skorzystać z oferty jazdy konnej, rejsów gondolą i spływów kajakowych oraz zobaczyć pokazy rycerskie. W karcie dań regionalnych jest tradycyjna zalewajka świętokrzyska. Do dyspozycji gości są dwie sale: Rycerska i Pod Zakutym łbem. Ich wnętrza zdobią historyczne zbroje, rycerskie proporce i inne średniowieczne artefakty.

Muzeum im. Przypkowskich

pl. T. Kościuszki 7/8, 28-300 Jędrzejów
www.muzeum.jedrzejow.pl

Opactwo Cystersów

ul. Klasztorna 20, 28-300 Jędrzejów
www.jedrzejow.cystersi.pl

Dworek Mikołaja Reja

ul. K. Walewskiego 7, 28-362 Nagłowice

Zamek Rycerski w Sobkowie i restauracja zamkowa

ul. S. Sobka 15
28-305 Sobków
www.zameksobkow.eu



Dworek Mikołaja Reja w Nagłowicach, fot. K. Pęczalski

SANDACZ SMAŻONY POLANY MUSEM CHRZANOWYM ZE ŚWIEŻĄ RUKOLĄ I CZERWONYM RYŻEM

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI ZAMEK DERŚŁAWA W BUSKU-ZDROJU



4 os.



smażenie

Filet z sandacza oprószyć solą i pieprzem i obtoczyć w mące. Następnie smażyć go na oleju z Inicy po 2 min z każdej strony. Ryż ugotować z odrobiną soli i dodatkiem buraka czerwonego. Przygotować mus chrzanowy, ucierając tarty chrzan, jogurt naturalny i świeży koper z dodatkiem pieprzu. Rukolę wyplukać pod bieżącą wodą i osuszyć na papierowym ręczniku. Osuszoną rukolę przełożyć na talerz, pokroić pomidory w ćwiartki i polać sosem winegret przygotowanym z oleju, musztardy, wody i ziół. Ułożyć na talerzu ryż i sandacza, polać mussem chrzanowym, podawać z sałatką z sosem winegret.

SKŁADNIKI:

- 1 kg sandacza (z hodowli ryb Górki)
- 25 dag rukoli
- 2-4 pomidory
- 50 dag czerwonego ryżu barwionego burakiem
- 20 dag mąki
- 25 dag tartego chrzanu
- 250 ml jogurtu naturalnego
- szklanka oleju z Inicy (z Pińczowa)
- 2 łyżki musztardy kieleckiej
- świeże zioła: tymianek, estragon, bazylię, rozmaryn
- 200 ml wody
- koper świeży
- sól, pieprz i cukier do smaku



Sandacz z restauracji Zamek Derśława w Busku-Zdroju, fot. K. Pęczalski

GĘŚ KIELECKA Z KARMELIZOWANYM BURAKIEM, JABŁKIEM SANDOMIERSKIM I GIERCZYCKĄ KASZĄ JAGLANĄ

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI HOTELU BRISTOL **** ART & MEDICAL SPA W BUSKU-ZDROJU



4 os.



pieczenie

Kaszę jaglaną zagotować w wywarze warzywnym (proporcja kaszy do bulionu to 1 do 2), doprowadzwszy do wrzenia odstawić pod przykryciem na czas pieczenia gęsi. Udko gęsie oczyścić, oddzielić delikatnie kość dolną nogi. Z wina z dodatkiem pieprzu, soli, majeranku, anyżu, cynamonu, miodu i czosnku zrobić zalewę. Natrzeć nią dokładnie gęś i odstawić na 24 godz. w chłodne miejsce. Następnie gęś przełożyć do gęsiarki, natrzeć masłem i majerankiem, położyć na mięsie pokrojone w cząstki jabłko, włożyć do piekarnika nagrzanego do 100°C i piec przez 2 godz. Po upływie tego czasu zwiększyć temperaturę do 200°C i piec jeszcze przez ok. 1,5 godz., polewając co jakiś czas wytopionym tłuszczem. Na 30 min przed wyjęciem odkryć gęś, aby jej skóra się przyrumieniła. W tym samym czasie włożyć do piekarnika buraki zawinięte w folię aluminiową i piec razem z gęsią. Gdy będą upieczone, obrać je ze skórki, pokroić w grubą kostkę i podsmażyć na patelni na maśle z miodem, przyprawiając solą i pieprzem do smaku. Upieczone udko gęsi, buraki i kaszę ułożyć na talerzu i podawać z regionalnym winem.

SKŁADNIKI:

- 1 udko gęsie
- 20 dag masła
- 1 główka czosnku
- 200 ml wina różowego wytrawnego (regionalne)
- 2 buraki
- 1 jabłko sandomierskie
- 1 szklanka kaszy jaglanej gierczyckiej
- 0,5 l wywaru warzywnego
- sól, pieprz, cukier, majeranek, cynamon, anyż i miód do smaku



Gęś kielecka z restauracji hotelu Bristol **** Art & Medical Spa w Busku-Zdroju,
fot. K. Pęczalski

SZCZUPAK POMYKOWSKI Z BUD

WEDŁUG PRZEPISU GOSPODARSTWA RYBACKIEGO BUDY



6 os.



pieczenie

Szczupaka obrać z ości i pokroić w dzwonka, a następnie posolić i opanierować w mące. Na dobrze rozgrzany olej wrzucić masło, a następnie dzwonka szczupaka. Smażyć z obu stron do uzyskania złotego koloru.

SKŁADNIKI:

- 1,5 kg szczupaka
- 20 dag mąki pszennej
- 10 dag masła
- 0,25 l oleju
- łyżka stołowa soli



Szczupak pomykowski z Bud, fot. K. Pęczalski

KACZKA STOPNICKA PIECZONA ZE ŚLIWKAMI I JABŁKAMI

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI I HOTELU MATEO W STOPNICY



6 os.



pieczenie

Kaczkę umyć, osuszyć, podzielić na części, natrzeć solą, pieprzem, zmiądzonym czosnkiem i majerankiem. Jabłka pokroić na ćwiartki. Warzywa umyć, obrać i pokroić w plastry. W brytfannie ułożyć plasterki słoniny, warstwę pokrojonej kaczki, śliwki, jabłka, cebulę pokrojoną w piórka, warzywa, natkę pietruszki, małe kawałki masła, połączyć kilkoma łyżkami wody. Na to układać kolejne warstwy składników, aż do całkowitego ich zużycia. Całość piec przez co najmniej 95 min w piekarniku rozgrzanym do 170°C. Następnie wyjąć delikatnie z naczynia i podawać. Tak przygotowana kaczka bardzo dobrze smakuje z kopytkami i z buraczkami na ciepło lub z jabłkami pieczonymi z miodem i dodatkiem czerwonej porzeczki.

SKŁADNIKI:

- 1 kaczka zagrodowa
- 3 jabłka słodko-kwaśne
- 5 śliwek suszonych
- 2 cebule
- 2 ząbki czosnku
- 1 marchewka
- pół selera
- pół korzenia pietruszki
- 4 gałązki natki pietruszki
- sól i czarny pieprz do smaku
- 1 łyżka majeranku
- 2 łyżki masła
- 8 plasterków słoniny



Kaczka stopnicka z hotelu Mateo w Stopnicy, fot. M. Warelis

CHMIELNICKA GĘŚ PIECZONA

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI STAROPOLSKA W CHMIELNIKU



10 os.



pieczenie

Sprawioną gęś włożyć na ok. 6 godz. do słabej solanki. Następnie przełożyć ją do mocnej solanki, w której powinna się moczyć jeszcze ok. 6–8 godz. Po wyjęciu optukać w zimnej wodzie z nadmiaru soli i osuszyć ręcznikiem i natrzeć majerankiem. Tak przygotowaną gęś obłożyć grubą warstwą papki czosnkowej (zmiądzony czosnek wymieszany z solą) i odstawić na ok. 8–10 godz. Po upływie tego czasu przełożyć gęś do gęsiarki i piec ok. 40 minut bez przykrycia w temperaturze 180°C. Następnie przykryć, zmniejszyć temperaturę do 160°C i dusić jeszcze ok. 1–1,5 godz.

SKŁADNIKI:

- 4–5 kg sprawionej gęsi
- 2 główki czosnku
- majeranek
- sól do smaku



Chmielnicka gęś pieczona z restauracji Staropolska w Chmielniku, fot. K. Peczański



Ziemia Konecko-Włoszczowska

✳️ **zespół parkowo-pałacowy** został wzniesiony przez Jana Małachowskiego w połowie XVIII w. na wzór niemieckiego Pillnitz. Odwiedzający podziwiają geometryczny układ parku oraz zachowane pawilony i skrzydła pałacowe, a także Oranżerię Egipską, Świątynię Grecką, glorię, altanę oraz pozostałości muru z basztami i neogotyckim Domkiem Wnucząt. Na uwagę w parku zasługują również liczne pomniki przyrody, wśród nich stare lipy, dęby, brzozy, kasztany i klony. W centrum miasta warto zwiedzić późnogotycki **kościół pw. św. Mikołaja** z przełomu XV i XVI w. z zegarem słonecznym z 1621 r.

Końskie słynie z doskonałego chleba wiejskiego koneckiego

– produktu tradycyjnego. 🏠 **Piekarnia Anny Mastalerz**, jedna z najstarszych w powiecie koneckim, wypieka chleb na bazie receptury opartej na przepisie stosowanym w chłopskich domach z Koneczyny. Receptura ta jest wykorzystywana w produkcji od 1942 r. w niewielkiej piekarni we wsi Miedziera. Wówczas pieczono zaledwie

Zespół parkowo-pałacowy

📍 ul. Partyzantów, 26-200 Końskie
🌐 www.gminakonskie.pl/atrakcje/zespół-palacowo-parkowy-w-konskich

Kościół pw. św. Mikołaja

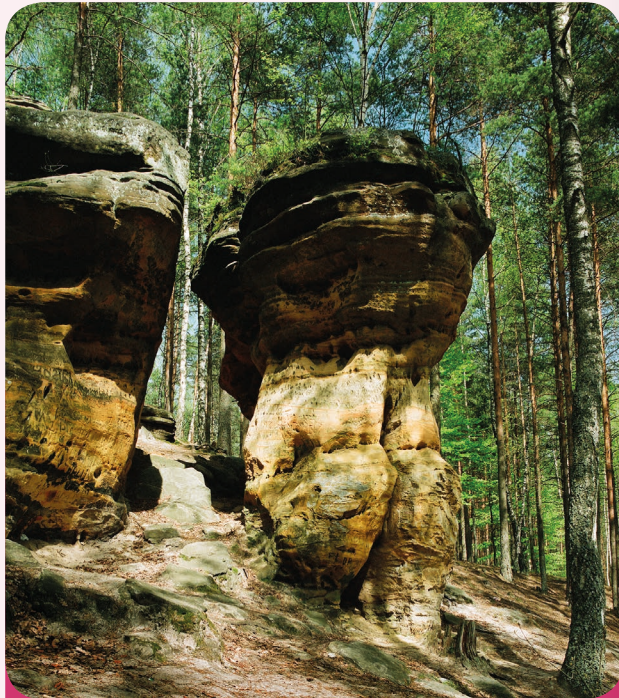
📍 ul. J. Granata 8, 26-200 Końskie

Piekarnia Anny Mastalerz

📍 ul. Warszawska 6, 26-200 Końskie

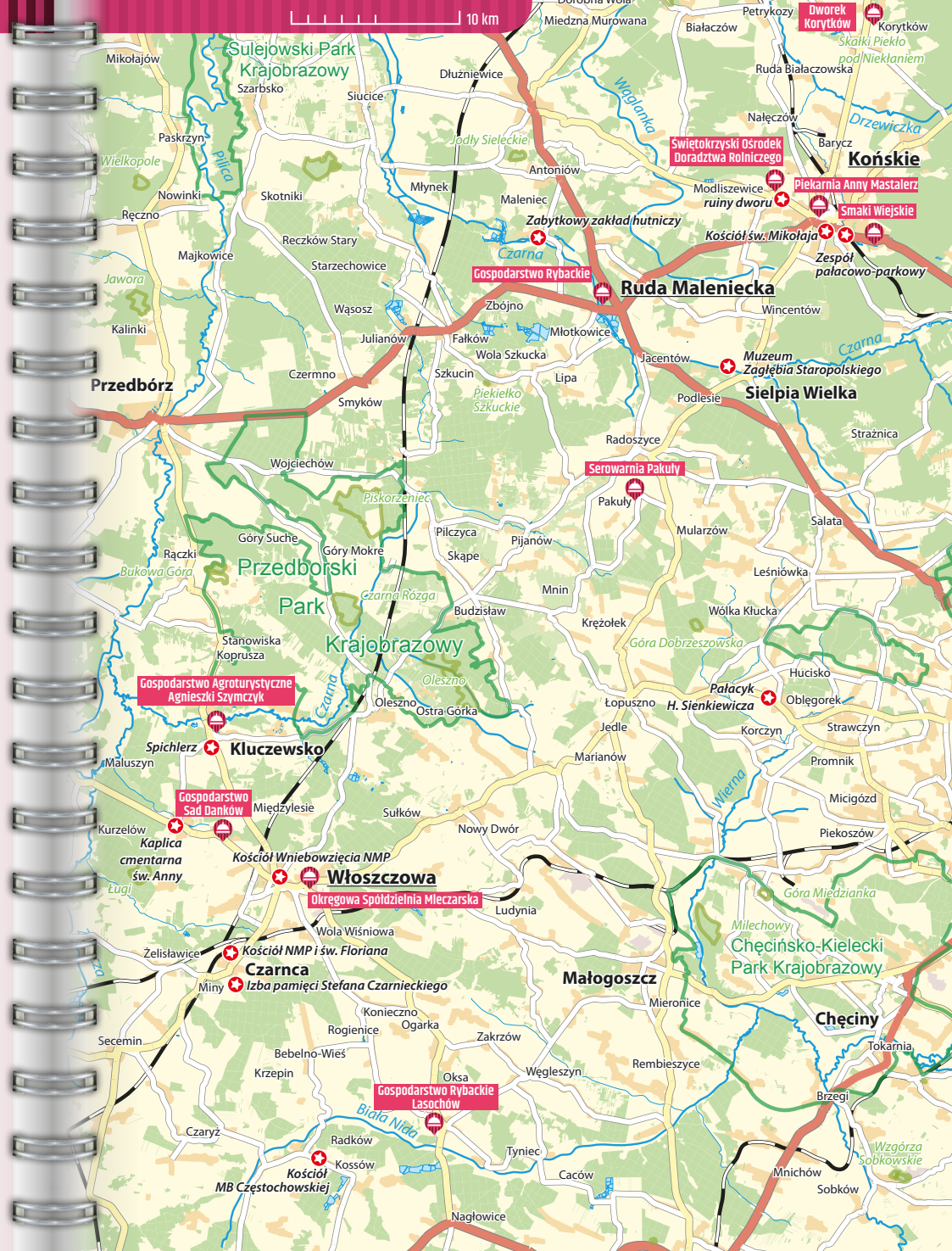
Północna część województwa świętokrzyskiego, okolice miejscowości Końskie, to z jednej strony tradycje wielkiego XIX-wiecznego przemysłu skumulowanego w Staropolskim Okręgu Przemysłowym, z drugiej zaś zielone tereny rekreacyjne wokół zalewu Sielpia. Obfitość lasów, dających surowiec opałowy, spowodowała znaczną industrializację tych terenów. Znakomicie rozwijał się tu przede wszystkim przemysł metalowy. Ziemia konecka to także miejsce występowania osłoniętych form skalnych, ukształtowanych siłami natury w wapieniach jurajskich. Znajdziemy je w rezerwach przyrody: 🏠 **Piekielko Szkuckie**, a przede wszystkim ✳️ **Skalki Pieko pod Niekłaniem**.

Miejscowość Końskie kojarzy się z dziejami rodów Odrowążów, z którym związana była od XVII w., i Małachowskich, którym zawdzięcza jedno z najciekawszych założeń pałacowych w Polsce. Klasykistyczny



Skalki Pieko pod Niekłaniem, fot. arch. UMWS

Ziemia Konecko-Włoszczowska



30 bochenków chleba, które wożono do pobliskiego miasta, by je sprzedać bądź wymienić na niezbędne produkty. Do robienia zakwasu wykorzystuje się wyłącznie mąkę żytnią, która zawiera specyficzne substancje, ułatwiające jej pieczenie.

Miłośnicy „prawdziwego jedzenia” mają okazję zaopatrzyć się w produkty regionalne i tradycyjne w **sklepie Smaki Wiejskie** w Końskich, który jest jednym z dwóch sklepów kieleckiej firmy. Asortyment jest starannie dobierany, a wędliny, nabiał, oleje i miody pochodzą z małych, sprawdzonych wytwórni lokalnych.

Leżąca kilkanaście kilometrów od Końskich Sielpia Wielka to młynnicza miejscowość leżniskowo-wypoczynkowa nad Jeziorem Sielpia i rzeką Czarną (zwaną również Czarną Maleniecką), dopływem Pilicy. Sztuczny zbiornik zbudowany na Czarnej zajmuje 57 ha i jest otoczony lasami. Ośrodki wypoczynkowe, wypożyczalnie sprzętu wodnego i możliwość aktywnego wypoczynku przyciągają tu wielu turystów. Atrakcją

Sielpi Wielkiej jest **Muzeum Zagłębia Staropolskiego** urządzone w dawnych budynkach walcowni i pudlingarni (oczyszczalni surowki hutniczej). Na ekspozycji znajdują się urządzenia mechaniczne sprzed ponad 100 lat.

Podobny charakter ma **Zabytkowy Zakład Hutniczy** w Małenicy, którego historia sięga końca XVIII w. Obiekt składa się z dwóch hal produkcyjnych – walcowni i gwoździarni oraz układu hydroenergetycznego (koła wodnego z osprzętem). W okresie rozkwitu był to wiodący zakład przemysłowy

Sklep Smaki Wiejskie

📍 ul. Spółdzielcza 14, 26-200 Końskie
🌐 www.facebook.com/smakiewiejskiekielec

Muzeum Zagłębia Staropolskiego

📍 ul. Stłeczna 19, 26-200 Sielpia

Zabytkowy Zakład Hutniczy

📍 Małeniec 54, 26-242 Ruda Małenicka
🌐 www.maleniec.pl

Gospodarstwo Rybackie

📍 Ruda Małenicka 123
26-242 Ruda Małenicka

w Królestwie Kongresowym, a produkowane w nim gwoździe i łopaty cieszyły się zbytem do lat 60. XX w.

We wsi Ruda Małenicka miejsce produkcji metalurgicznej zajęła hodowla ryb. W 1913 r. Feliks Jankowski otworzył tu doświadczalną stację rybacką, którą kierował Franciszek Staff, brat poety Leopolda Staffa, pierwszy po wojnie rektor warszawskiej SGGW. Dziś te tradycje kontuuje spółka **Gospodarstwo Rybackie**.

W roku 2002 do kalendarium jeśiennych imprez powiatu koneckiego weszło Święto Hodowców Ryb i Wędkarzy „Konecka Ryba”. Corocnym festynom towarzyszą sympozja dla środowisk naukowo-badawczych oraz spotkania dla hodowców z gminy i powiatu. Podczas Święta Hodowców Ryb i Wędkarzy „Konecka Ryba” odbywa się tradycyjna ceremonia ulaskawienia karpia. Po wcześniejszym wyłowieniu ryby całuje się ją i wypuszcza z powrotem do wody.

W pobliskich Modliszewicach znajdują się **ruiny obronnego**

dworu, wybudowanego pod koniec XVI w. przez Andrzeja Modliszewskiego herbu Łabędź według projektu słynnego włoskiego architekta Santi Gucciego. Obiekt stanął w miejscu drewnianego dworu z XV w. Budowla znajduje się na kopcu otoczonym fosą, która przechodzi w staw. To tutaj, w **Świątokrzkim Ośrodku Doradztwa Rolniczego w Modliszewicach**, powstała inicjatywa utworzenia szlaku kulinarnego Świętokrzyska Kuźnia Smaków. Dbałość o zachowanie dziedzictwa kulinarnego, opieka nad producentami produktów tradycyjnych i regionalnych, pomoc i doradztwo ze strony ŚODR pomagają stworzyć kulinarną markę regionu.

Do Korytkowa poszukiwaczy dobrych smaków zaprasza zespół dworski z XIX w. W jego skład wchodziły niegdyś: dwór, spichlerz dworski oraz park. Otoczony pięknym parkiem z sędziwymi lipami, mieści dziś elegancki hotel oraz **restaurację Dworek Korytków**, w której serwowane są potrawy kuchni regionalnej, staropolskiej i europejskiej. Na

południowy wschód od dworu ciągną się stawy rybne, między którymi przepływa rzeczka Drzewiczka. W okresie międzywojennym Korytków znany był z produkcji mocnych trunków. Działały tam gorzelnia, rafineria spirytusu i fabryka wódek Stanisława Celińskiego. Wszystkie te zakłady przeszły do historii.

Nową historię tego miejsca tworzą z pasją producenci żywności, dlatego warto przyjrzeć się tutejszej **serowni Pakuły**, specjalizującej się w serach podpuszczkowych. Aneta i Jan Królowie prowadzą gospodarstwo, kontynuując dzieło rodziców Jana. Sery w ich rodzinie były obecne od zawsze, ale nie na taką skalę. Przed dekadą gospodarze zbudowali profesjonalną oborę dla 15 krów. Do dziś stado znacznie się rozrosło, zwiększył się też asortyment serów robionych ze świeżego mleka z dodatkiem podpuszczki, naturalnego enzymu z żołądków cielęcych. Odbiorcom szczególnie smakują sery z ziołami, czosnkiem niedźwiedzim, suszonymi pomidorami, papryką, czarnuszką

Świątokrzkowski Ośrodek Doradztwa Rolniczego

📍 ul. Piotrkowska 30, Modliszewice
26-200 Końskie
🌐 www.sodr.pl

Hotel i restauracja Dworek Korytków

📍 Korytków 57, 26-225 Gowarczów
🌐 www.dworekorytkow.pl

Serownia Pakuły – Aneta i Jan Królowie

📍 Pakuły 21, 26-230 Radoszyce

Kościół pw. Wniebowzięcia NMP

📍 ul. Partyzantów 3, 29-100 Włoszczowa

i kozieradką. Miłośnicy serów z Pakuły często sięgają również po sery wędzone, które wprowadzono jako nowość i które szybko zyskały swoich amatorów.

Ziemia włoszczowska, ze względu na walory przyrodniczo-krajo-razowe, w dużej części objęta jest prawną ochroną przyrody. Występują tutaj cenne przyrodniczo kompleksy leśne i doliny rzek Pilicy, Białej Nidy i Czarnej Włoszczowskiej z naturalnymi, silnie meandrującymi korytami i towarzyszącymi im starorzeczami.

Najokazalsza budowla sakralna w powiecie to **kościół pw. Wniebowzięcia NMP** we Włoszczowie – sanktuarium maryjne z łaskami słynącym obrazem NMP ze św. św. Józefem i Joachimem z 2. poł. XVII w., znajdującym się w ołtarzu głównym. Świątynia ma charakter barokowy. Neobarokową wieżę zegarową dobudowano w połowie XIX w. We wnętrzu warto zobaczyć nagrobek kolatora świątyni Mikołaja Małachowskiego, zmarłego w 1784 r., oraz XVII-wieczny obraz przedstawiający św. Jana Kantego.



Zabytkowy Zakład Hutniczy w Małenicy, fot. A. Borys



Restauracja w Dworku Korytków, fot. arch. Dworku Korytków

Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska

ul. J. Kochanowskiego 1
29-100 Włoszczowa
www.osmwloszczowa.com.pl

Kościół pw. Wniebowzięcia NMP

ul. H. Sienkiewicza 3, 29-100 Kurzelów

Kościół pw. MB Częstochowskiej

Kossów 26, 29-135 Radków

Włoszczowa znana jest przede wszystkim z **Okręgowej Spółdzielni Mleczarskiej**, lidera sektora spożywczego w województwie świętokrzyskim, która rozpoczęła działalność w 1936 r. i od tego czasu przeszła wiele przemian. W 1975 r. oddano nowo wybudowany zakład produkcyjny, a w latach 1990–93 dokonano gruntownych zmian technologicznych. We wcześniejszych latach swojej działalności OSM we Włoszczowie znana była głównie z produkcji serów dojrzewających, z czasem asortyment został wzbogacony „galanterią mleczarską”. W roku 1994 prawdziwym hitem stał się serek Gucio, rok później rozpoczęto produkcję sera wiejskiego. Kolejne nowe produkty to sery wędzone i ser Capriccio typu włoskiego. W ofercie są też śmietana, napoje mleczne, desery, serwatka w proszku, masło i produkty cateringowe. Wydajność przerobowa obecnie zainstalowanej linii serowarskiej to 270 tys. litrów mleka na dobę. OSM we Włoszczowie może pochwalić się wieloma wyróżnieniami, nagrodami i pucharami w konkursach regionalnych i ogólnopolskich, jest też cenionym eksporterem produktów do wielu krajów świata.

Cennymi zabytkami ziemi włoszczowskiej są perełki architektury

drewnianej. Jedną z nich znajdziemy w Kurzelowie, dawnym mieście lokowanym w 1285 r., ośrodku dóbr arcybiskupich. To pokolegiacki **kościół pw. Wniebowzięcia NMP** wzniesiony ok. 1360 r., który intryguje ciekawym rozwiązaniem architektonicznym – sklepieniem wspartym na jednym filarze. Wewnątrz znajduje się gotycka chrzcielnica z 1414 r. Obok kościoła stoi drewniana dzwonnica z przełomu XVII i XVIII w. Wśród nielicznych zachowanych w regionie budowli drewnianych wyróżnia się tutaj **kaplica cmentarna pw. św. Anny** z połowy XVII w., o konstrukcji zrębowej. Kryty gontem dach z sygnaturką jest zwieńczony baniastym hełmem gontowym z latarnią. Nie mniej interesujący drewniany

kościół pw. MB Częstochowskiej można obejrzeć w Kossowie. Powstał on w połowie XVIII w. dzięki fundacji Józefa z Wielopolskich Michałowski. Budowla charakteryzuje się potężnymi belkami tworzącymi zrąb, oparty na podmurówce z cegły spajanej zaprawą wapienną. Stojąca na przykościelnym cmentarzu dzwonnica została zbudowana w latach 60. XVIII stulecia.

Na szlaku pamiętek historii leży miejscowość Kluczewsko – niegdyś siedziba dworu z XVII w., zbudowanego na planie kwadratu, z bastionami w narożach, otoczonego parkiem. Dwór, wielokrotnie przebudowywany, uległ zniszczeniu w 1956 r. Najlepiej zachowanym budynkiem podworskim jest **spichlerz**, później używany jako stajnie, zbudowany



Spichlerz w Kluczewsku, fot. arch. UMWS

w połowie XIX w. w stylu romantycznego gotyku. Obiekt – ze względu na bogate zdobienia architektoniczne – wcale nie przypomina spichrza. W Kluczewsku osoby spragnione kulinarnych wrażeń nie mogą ominąć **gospodarstwa agroturystycznego Agnieszki Szymczyk**, znanego ze smacznej regionalnej kuchni. Serwowane tu potrawy i nalewki zdobywają nagrody w konkursach kulinarnych. Dodatkową atrakcją są prowadzone przez właścicielkę warsztaty tkackie. Fani wędkarstwa w pobliżu gospodarstwa znajdą staw, nad którym będą mogli oddać się swojej pasji.

W związanej ze Stefanem Czarnieckim miejscowości Czarnca zachowały się pamiątki po słynnym, wspomnianym w polskim hymnie narodowym hetmanie, który tutaj urodził się i został pochowany. W krypcie **kościół pw. NMP i św. Floriana**, w 1. poł. XVII w. ufundowanego przez samego Stefana Czarnieckiego, spoczywa jego ciało, a w ołtarzu znajduje się obraz Matki Bożej, który Czarniecki zabierał ze sobą na wojenne wyprawy. W wyposażeniu kaplicy są dary od hetmana: naczynia liturgiczne i kapłańska szata zwana kapą, uszyta z czapra okrywającego wierzchowca szwedzkiego władcy Karola X Gustawa, stanowiącego zdobycz w zwycięskiej bitwie pod Rudnikiem. **Izba pamięci Stefana Czarnieckiego** przy Szkole Podstawowej w Czarnicy gromadzi materiały związane z życiem tego bohatera narodowego.

Gospodarstwo Rybackie Lasochów z siedzibą w Oksie istnieje od 2001 r. i znane jest z produktu

tradycyjnego – karpia z Oksy. Hodowla jest oparta na zbożach pochodzących z własnych upraw. Działalność ma charakter ekologiczny i tradycyjny, i stanowi kontynuację wielowiekowej tradycji hodowli ryb na terenie dzisiejszego powiatu jędrzejowskiego, zapoczątkowanej w XVI w. przez Mikołaja Reja z Nagłowic. Na obszarze 250 ha stawów prowadzona jest hodowla karpia, szczupaków, linów, karasi, jazi, sumów, płoci, amurów i tołpyg, dostarczająca materiał zarybieniowy z własnej wylęgarni, a na ponad 130 ha ziemi rolnej uprawiane są rośliny służące rybnym pokarmom. Przetwórnia i wędzarnia oferują szeroką gamę ryb świeżych, na lodzie oraz wędzonych.

Gospodarstwo Sad Danków zostało założone w 1911 r. przez Romualda Wendę. Powstało ono na bazie sadu jabłoniowego i pól uprawnych. Produkcja owoców to wielopokoleniowa tradycja. Dzisiaj areał upraw sadowniczych jest znacznie większy i obejmuje ok. 40 ha. Rosną tu jabłonie, czarna i czerwona porzeczka, agrest, śliwy, wiśnie i grusze.

Właściciele Agata i Dawid Piechoła postawili na wdrożenie norm ekologicznych – gospodarstwo ma certyfikat ekologiczny, podobnie jak wszystkie produkowane w nim przetwory. Produkty nie zawierają sztucznych barwników, środków zapachowych, smakowych czy konserwujących, nie mają również cukru lub są słodzone ekologicznym cukrem trzcinowym. Dżemy, smoothie, konfitury oraz dodatki do mięs i serów sprzedawane są w sklepach ekologicznych na terenie całego kraju oraz w hurtowniach ekologicznych.

Gospodarstwo agroturystyczne Agnieszki Szymczyk

ul. 1 Maja 37, 29-120 Kluczewsko

Kościół pw. NMP i św. Floriana

Czarnca 26, 29-100 Włoszczowa

Izba pamięci Stefana Czarnieckiego

ul. Szkolna 16, 29-100 Włoszczowa

Gospodarstwo Rybackie Lasochów

ul. Piwna 5, 28-363 Oksa
www.lasochow.pl

Gospodarstwo Sad Danków

Danków Duży 54, 29-100 Włoszczowa
www.saddankow.pl



Wyroby Sadu Danków, fot. M. Warels

BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI I OKRASĄ

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI DWOREK KORYTKÓW W KORYTKOWIE



4 os.

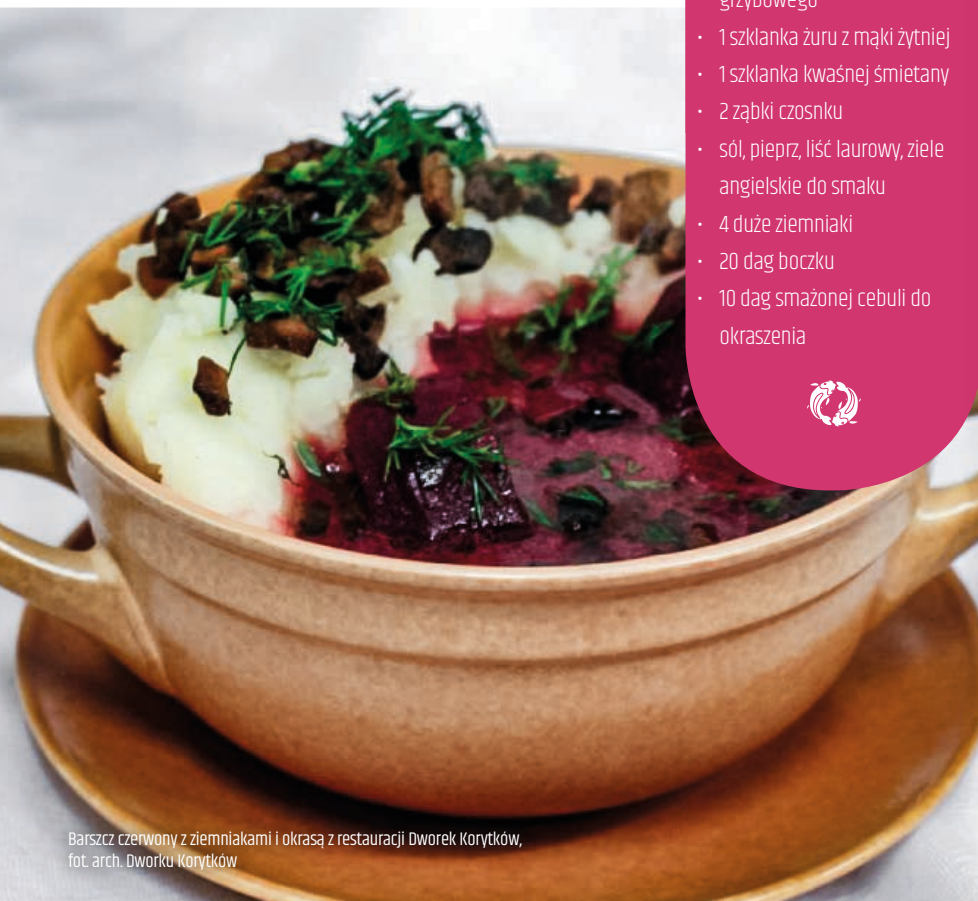


gotowanie

Buraki obrać, cienko pokroić, zalać wodą. Gotować do miękkości z dodatkiem przypraw. Uzupełnić wywarem mięsny lub grzybowy. Pod koniec gotowania zakwasić żurem do uzyskania lekko kwaśnego smaku i przyjemnego aromatu. Zaprawić śmietaną. Podawać z ziemniakami tłuczonymi z okrasą z boczku i smażonej cebulki.

SKŁADNIKI:

- 1 kg buraków ćwikłowych
- 1 l wywaru mięsny lub grzybowy
- 1 szklanka żuru z maki żytniej
- 1 szklanka kwaśnej śmietany
- 2 ząbki czosnku
- sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie do smaku
- 4 duże ziemniaki
- 20 dag boczku
- 10 dag smażonej cebuli do okraszenia



Barszcz czerwony z ziemniakami i okrasą z restauracji Dworek Korytków, fot. arch. Dworku Korytków

PRAZOKI

WEDŁUG PRZEPISU RESTAURACJI DWOREK KORYTKÓW W KORYTKOWIE



4 os.



gotowanie

Obrane ziemniaki zalać wrzącą wodą, posolić i gotować ok. 10-15 min (na półmiękką). Wsypać szklankę maki równomiernie na całą powierzchnię garnka, przykryć pokrywką i gotować dalej, aż ziemniaki będą miękkie, a mąka rozpuści się w wodzie. Po ugotowaniu ziemniaków odcedzić wodę (najlepiej do osobnego naczynia, ponieważ może się później przydać). Całość ubić drewnianą pałką lub ubijakiem (tłuczkiem) na jednolitą, pulchną masę, która będzie odchodzić od brzegów garnka – to znak, że ciasto jest wystarczająco dobrze ubite. Gdyby zdarzyło się, że będzie za suche, z widocznymi drobkami maki, należy dolać trochę wody pozostałej po odcedzeniu ziemniaków i ubijać dalej. Śloninę pokroić w kostkę, obsmażyć, następnie dodać cebulę, również pokrojoną w kostkę, i zeszklić. Zamoczyć łyżkę w tłuszczu i delikatnie, poprzez oddzielanie łyżką masy w garnku formować okrągłe kluski. Przełożyć na półmisek lub porcjować bezpośrednio na płytkie talerze. Za każdym razem przed formowaniem prazoków łyżka musi być zamoczona w tłuszczu, dzięki temu łatwiej będzie im nadać charakterystyczny wygląd. Przed podaniem potrawę okrasić obficie skwarkami z tłuszczem.

SKŁADNIKI:

- 1 kg ziemniaków
- 1 szklanka maki pszennej
- 1 płaska łyżka soli
- 25 dag słoniny
- 20 dag cebuli do okraszenia



Prazoki, fot. arch. Koła Gospodyń Wiejskich Zurawinki z Gminy Mniów

KUGIEL Z CZERMNA

WEDŁUG PRZEPISU GOSPODYN Z OKOLIC CZERMNA



10 os.



smażenie, pieczenie

Ziemniaki obrać i zetrzeć na tarce, najlepiej ręcznej. Dodać mleko, posolić i popieprzyć do smaku. Wszystko razem wymieszać. Żeberka wieprzowe pokrojone na kawałki wielkości „piąstki” (ok. 5 cm) posolić i wrzucić na rozgrzany w rondlu smalec. Można użyć także innego gatunku mięsa z kością (w przypadku golonki oddzielić mięso od kości). Smażyć krótko ze wszystkich stron na dużym ogniu, aż do ścięcia białka wierzchniej warstwy. Pod koniec smażenia wrzucić pokrojoną w kostkę cebulę i trzymać na ogniu do chwili, aż cebula uzyska złoty kolor. Następnie wyjąć mięso i odstawić do ostudzenia, a cebulę wraz z tłuszczem dodać do ziemniaczanego ciasta. Do wysmarowanego smalcem żeliwnego naczynia włożyć wcześniej przygotowaną masę ziemniaczaną, po czym powkładać w nią równomiernie kawałki ostudzonego mięsa. Naczynie przykryć najpierw aluminiową folią, a potem pokrywką. Piec w rozgrzanym piecu węglowym 6–7 godz. (w piekarniku do 2 godz.) w temperaturze najpierw 150°C, a przez ostatnie 30 min 180°C. Przed wyjęciem sprawdzić, czy kugiel jest dobrze upieczony. Jeśli ciasto opadło (jest niższe o ok. 2–3 cm), ma chrupiącą „przywarę” (skórkę), a włożony w kugiel patyczek nie okleja się ciastem, można uznać, że potrawa jest gotowa. Ciepły kugiel nakładać drewnianą łyżką drewnianą. Kugiel można odgrzewać na patelni.

SKŁADNIKI:

- 5 kg ziemniaków
- 3 cebule
- 1,5–2 kg mięsa wieprzowego (najlepiej żeberka i golonka)
- 0,75 l mleka
- 10 dag smalcu
- sól i pieprz do smaku



Kugiel z Czerma, fot. arch. UMWS

POWIAT BUSKI

Busko-Zdrój

Centrum Informacji Turystycznej w Busku-Zdroju

Buskie Samorządowe Centrum Kultury
al. A. Mickiewicza 22, 28-100 Busko-Zdrój
tel. 41 370 10 22

Nowy Korczyn

Punkt Informacji Turystycznej

ul. Rynek 16, 28-136 Nowy Korczyn
tel. 511 299 988
www.nowykorczyn.pl

Pacanów

Punkt Informacji Turystycznej

Europejskie Centrum Bajki
ul. K. Makuszyńskiego 1,
28-133 Pacanów
tel. 41 376 50 79
www.stolica-bajek.pl

Solec-Zdrój

Punkt Informacji Turystycznej

Gminna Biblioteka Publiczna
ul. Kościelna 3, 28-131 Solec-Zdrój
tel. 41 377 67 32
www.solec-zdroj.pl

POWIAT JĘDRZEJOWSKI

Jędrzejów

Centrum Informacji Turystycznej

Muzeum im. Przytkowskich
pl. T. Kościuszki 7/8, 28-300 Jędrzejów
tel. 41 386 54 89
www.jedrzejow.travel

Nagłowice

Punkt Informacji Turystycznej w Nagłowicach

Dworek Mikołaja Reja
ul. K. Walewskiego 7,
28-362 Nagłowice
tel. 41 381 45 70
www.naglowice.pl

POWIAT KAZIMIERSKI

Bejsce

Punkt Informacji Turystycznej

Bejsce 55, 28-512 Bejsce
tel. 41 351 00 28
www.bejsce.eu

Kazimierza Wielka

Centrum Informacji Turystycznej

ul. T. Kościuszki 13,
28-500 Kazimierza Wielka
tel. 41 350 10 08
www.kazimierza.travel

Miasto Kielce

Regionalne Centrum Informacji Turystycznej w Kielcach

ul. H. Sienkiewicza 29, 25-007 Kielce
tel. 41 348 00 60
www.swietokrzyskie.travel

Świętokrzyski Oddział PTTK w Kielcach

ul. H. Sienkiewicza 29, 25-007 Kielce
tel. 41 344 77 43, 668 288 684
www.pttkkielce.pl

POWIAT KIELECKI

Bieliny

Punkt Informacji Turystycznej

Centrum Tradycji i Turystyki Gór Świętokrzyskich
ul. Partyzantów 3, 26-004 Bieliny
tel. 41 260 81 52
www.bieliny.pl
www.osadasredniowieczna.eu

Bodzentyn

Punkt Informacji Turystycznej

Rynek Górny 11, 26-010 Bodzentyn
tel. 693 690 333
www.bodzentyn.pl

Chęciny

Centrum Informacji Turystycznej i Historycznej Gminy Chęciny

„Niemczówka”
ul. Małogoska 7, 26-060 Chęciny
tel. 41 315 18 29
www.checiny.pl

Chmielnik

Punkt Informacji Turystycznej

ul. Wspólna 13, 26-020 Chmielnik
tel. 41 354 24 12
www.chmielnik.infocentrum.com.pl

Ciekoty

Punkt Informacji Turystycznej

Centrum Edukacyjne Szklany Dom

Ciekoty 76, 26-001 Masłów

tel. 41 311 21 28
www.szklanydom.maslow.pl

Łagów

Punkt Informacji Turystycznej

ul. Rynek 62, 26-025 Łagów
tel. 41 343 70 54 wew. 313
www.lagowgmina.pl

Miedziana Góra

Punkt Informacji Turystycznej

Gminna Biblioteka Publiczna
ul. Urzędnicza 8,
26-085 Miedziana Góra
tel. 41 303 11 01
www.miedziana-gora.pl

Morawica

Punkt Informacji Turystycznej

Samorządowe Centrum Kultury
ul. Spacerowa 7, 26-026 Morawica
tel. 41 311 46 91 wew. 306
www.morawica.pl

Nowa Słupia

Punkt Informacji Turystycznej

ul. Świętokrzyska 53a,
26-006 Nowa Słupia
tel. 41 317 83 27
www.nowaslupia.pl
www.dymarki.pl

Tokarnia

Punkt Informacji Turystycznej przy Parku Etnograficznym

Tokarnia 303, 26-060 Chęciny
tel. 515 458 649

POWIAT KONECKI

Końskie

Centrum Informacji Turystycznej

ul. Partyzantów 1, 26-200 Końskie
tel. 41 372 90 88
www.konskie.travel

Punkt Informacji Turystycznej

Oddział PTTK w Końskich
ul. Partyzantów 1, 26-200 Końskie
tel. 41 372 31 70
www.pttkkonskie.pl

POWIAT OPATOWSKI**Opatów****Centrum Informacji Turystycznej w Opatowie**

pl. Obrońców Pokoju 34,
27-500 Opatów
tel. 15 868 13 01
www.opatow.travel

Punkt Informacji Turystycznej

Oddział PTTK w Opatowie
ul. T. Kościuszki 3, 27-500 Opatów
tel. 15 868 27 78, 694 514 942

POWIAT OSTROWIECKI**Bałtów****Punkt Informacji Turystycznej**

Bałtowski Kompleks Turystyczny
Bałtów 8a, 27-423 Bałtów
tel. 41 264 14 21
www.juraparkbaltow.pl

Krzemionki**Punkt Informacji Turystycznej w Krzemionkach**

Sudół 135a, 27-400 Ostrowiec
Świętokrzyski
tel. 41 330 45 50 wew. 21
www.krzemionki.pl

Ostrowiec Świętokrzyski**Punkt Informacji Turystycznej**

Miejskie Centrum Kultury
ul. Siennieńska 54,
27-400 Ostrowiec Świętokrzyski
tel. 41 247 65 80, 609 222 800
www.ostrowiec.travel

Oddział PTTK**im. S. Jezewskiego**

siedziba Koła Przewodników
Turystycznych
al. 3 Maja 5, 27-400
Ostrowiec Świętokrzyski
tel. 41 265 25 24
www.jezewski.ostrowiec.pttk.pl

POWIAT PIŃCZOWSKI**Chroberz****Punkt Informacji Turystycznej**

Pałac Wielopolskich

ul. Parkowa 14, 28-425 Chroberz
tel. 41 356 40 03 wew. 33
www.palac.chroberz.info

Pińczów**Centrum Informacji Turystycznej Ponidzia**

ul. J. Piłsudskiego 2a, 28-400 Pińczów
tel. 41 357 54 04
www.muzeumpinczow.pl,
www.pinczow.travel

POWIAT SANDOMIERSKI**Klimontów****Punkt Informacji Turystycznej**

ul. Krakowska 19, 27-640 Klimontów
tel. 15 865 53 90, 601 760 948
www.klimontow.pl

Sandomierz**Centrum Informacji Turystycznej**

Rynek 20, 27-600 Sandomierz
tel. 15 644 61 05
www.sandomierz.travel

Punkt Informacji Turystycznej w Sandomierzu

Oddział PTTK
Rynek 12, 27-600 Sandomierz
tel. 15 832 23 05, 15 832 26 82
www.pttk-sandomierz.pl

POWIAT SKARŻYSKI**Skarżysko-Kamienna****Centrum Informacji Turystycznej**

ul. Wileńska 34a,
26-110 Skarżysko-Kamienna
tel. 41 253 88 00
www.ostrobramska.pl

Oddział Miejski PTTK

ul. J. Słowackiego 25,
26-110 Skarżysko-Kamienna
tel. 41 253 14 82 wew. 107
biuro czynne: środa od godz. 17.30
do 19.00

POWIAT STARACHOWICKI**Starachowice****Centrum Informacji Turystycznej**

Muzeum Przyrody i Techniki

ul. J. Piłsudskiego 95,
27-200 Starachowice
tel. 693 779 899
www.starachowice.travel

POWIAT STASZOWSKI**Kurozwęki****Centrum Informacji Turystycznej**

Zespół Pałacowy w Kurozwękach
ul. Zamkowa 3, Kurozwęki,
28-200 Staszów
tel. 15 866 74 07
www.bizony.com,
www.kurozweki.com,
www.staszow.travel

Polaniec**Punkt Informacji Turystycznej**

pl. Uniwersału Połanieckiego 1,
28-230 Polaniec
tel. 15 832 32 28
portal.polaniec.eu

Staszów**Punkt Informacji Turystycznej**

ul. Parkowa 6, 28-200 Staszów
tel. 508 497 133
www.staszow.travel,
turystyka.staszow.pl

Szydłów**Punkt Informacji Turystycznej**

Gminne Centrum Kultury
ul. Targowa 3, 28-225 Szydłów
tel. 41 354 53 13
www.szydlow.pl
www.gckszydlow.pl

POWIAT WŁOSZCZOWSKI**Włoszczowa****Centrum Informacji Turystycznej we Włoszczowie**

Lokalna Grupa Działania „Region
Włoszczowski”
ul. Wiśniowa 23, 29-100 Włoszczowa
tel. 41 394 14 05
www.lgd-region-wloszczowa.pl

Autorka: Elżbieta Tomczyk-Miczka

Koordynacja projektu: Teresa Gajewska,
Małgorzata Władyszewska

Redakcja: Barbara Gąsiorowska

Korekta: Barbara Faron, Barbara Sikora

Mapy: Szymon Markowicz

Projekt graficzny: Michał Tincel

Skład: Studio S Fritz Sławomir Juliusz

Druk: Drukarnia Leyko, Kraków

Wydawca:

Urząd Marszałkowski Województwa

Świętokrzyskiego w Kielcach

al. IX Wieków Kielc 3, 25-516 Kielce

tel.: 41 3421530

www.swietokrzyskie.pro, www.swietokrzyskie.travel

Opracowanie wydawnicze:

Amistad Sp. z o.o.

pl. Na Groblach 8/2, 31-101 Kraków

tel.: 12 422 99 22

biuro@amistad.pl, www.amistad.pl



Czy to magia
sprawia, że tyle ciekawych
i smakowitych potraw można
wyczarować z lokalnych produktów?

Że płony z często nieurodzajnej ziemi, rodzącej
głównie ziemniaki, kapustę i zboża, mogą być podstawą
do stworzenia niezwykłej kuchni regionalnej? Że po wielu
latach odrodziły się tradycje winiarskie i że do regionalnych
potraw możemy dopasować wyśmienite lokalne wina?
Trudno zweryfikować magiczny wymiar tych zjawisk,
natomiast z pewnością można stwierdzić, że bogactwo
i różnorodność kuchni regionu świętokrzyskiego,
w zestawieniu z licznymi atrakcjami
turystycznymi, to doskonała
wizytówka województwa.

Urząd Marszałkowski
Województwa Świętokrzyskiego
al. IX Wieków Kielc 3, 25-516 Kielce
tel.: 41 3421530
www.swietokrzyskie.pro
www.swietokrzyskie.travel

