opolskie ze smakiem

Produkty tradycyjne województwa opolskiego

Unia Europejska

SAMORZĄD Województwa Opolskiego

Krajowa Sieć Obszarów Wiejskich

„Europejski Fundusz Rolny na Rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie"

Słowo wstępne

Województwo opolskie jest najmniejszym spośród szesnastu polskich regionów. Posiada jednak swój niepowtarzalny i wyjątkowy charakter, a mieszkańcy znani są ze swojej gospodarności, otwartości i serdeczności. Mieszkają tutaj ludzie zarówno od pokoleń związani z opolską ziemią, jak i ci, którzy osiedlili się tu na stałe. Przenikają się zatem na Opolszczyźnie różne kultury: śląska, kresowa, czeska czy niemiecka. Ta mieszanka sprawia, że na stole każdy znajdzie coś dla siebie, a opolski smak odnaleźć można przede wszystkim w produktach i potrawach wpisanych na Listę Produktów Tradycyjnych.

Obserwowany od kilku lat nowy trend kulinarny daje ogromną nadzieję na coraz większy rozwój tradycyjnej żywności. Świadomość wzrasta wśród mieszkańców, restauratorów oraz producentów. Dzięki licznym konkursom kulinarnym, a zwłaszcza konkursowi „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów", systematycznie odkrywane są stare, nierzadko zaskakujące przepisy. Tęsknota za smakami z dzieciństwa sprawia, że z roku na rok konkurs przyciąga licznie miłośników tradycyjnych wyrobów, co wyjątkowo cieszy. Produkty i potrawy coraz częściej prezentują osoby młode doskonale zorientowane w rodzinnych recepturach.

Jestem przekonany, że ta publikacja przybliży Państwu nasz tradycyjny opolski stół. Zachęci kolejne osoby, stowarzyszenia czy producentów do ubiegania się o wpis produktów na ministerialną Listę Produktów Tradycyjnych. W publikacji znajdziecie Państwo opis charakterystycznych dla naszego regionu produktów, wytwarzanych metodami tradycyjnymi, gdzie często wkład pracy człowieka nie jest możliwy do zastąpienia przez najnowsze technologie.

Publikacja zawiera również przepisy na potrawy, które pamięta się z rodzinnego domu. Serdecznie zachęcam do odtworzenia ich we własnej kuchni, przekazania tradycji najmłodszym członkom rodziny i częstowania opolskimi smakołykami gości z innych regionów Polski, Europy i świata. Niech kulinarnej podróży po naszym regionie towarzyszy hasło: Opolskie ze smakiem!

Andrzej Buła
Marszałek Województwa Opolskiego

Spis treści:

Opolskie rarytasy na europejskim stole

Kołocz śląski/kołacz śląski ..... str. 5
Krupnioki śląskie ..... str. 5

Na opolskie śniadanie, kolację lub inne przekąski

Domowy ser parzony z kminkiem ..... str. 7
Ser domowy smażony z kminkiem, z czosnkiem, bez przypraw ..... str. 7
Ser twarogowy z Olesna ..... str. 7
Krupnioki z Górek ..... str. 8
Leberwurst drobno mielony z Górek/wątrobianka z Górek ..... str. 8
Leberwurst grubo mielony z Górek/pasztetowa z Górek ..... str. 8
Salceson biały z Górek/presswurst biały z Górek ..... str. 8
Salceson ozorkowy z Górek/presswurst ozorkowy z Górek ..... str. 9
Zymloki z Górek/bułczanka z Górek ..... str. 9
Żymlok opolski biały ..... str. 9
Chleb gogoliński ..... str. 9
Chleb mleczny praszkowski ..... str. 10
Masło z Olesna ..... str. 10
Masło czyszeckie ..... str. 10

Opolski stół powszedni

Oberiba na gęsto ..... str. 11
Harynki w cebulowej zołzie ..... str. 12
Wodzionka ..... str. 12
Placki kartoflane z blachy ..... str. 12
Śląski żur na maślance ..... str. 13
Polewka z maślanki ..... str. 13
Pańczkraut – kapusta kiszona z ziemniakami ..... str. 13
Ścierka opolska ..... str. 14
Pranzunki/prandzonki ..... str. 14
Germuszka (zwana też warmuszką, biermuszką) ..... str. 15
Buchty śląskie, czyli kluski drożdżowe gotowane na parze ..... str. 15
Gołąbki z kaszy gryczanej i ziemniaków ..... str. 16
Pieróg postny ze Starych Kolni ..... str. 16

Niedziela i święta przy opolskim stole

Makaron domowy z Makowic ..... str. 18
Nudle ..... str. 18
Kluski śląskie (tzw. biołe kluski) ..... str. 18
Zupa rakowa ..... str. 19
Żur żyniaty ..... str. 19
Opolska rolada wołowa ..... str. 20
Śląskie niebo ..... str. 20
Modziki ..... str. 20
Kartoffelsalat ..... str. 21
Modro kapusta (tj. kapusta czerwona) ..... str. 21

Opolskie słodkie rarytasy

Babka zista ..... str. 22
Kretowina – ciasto biszkoptowe o smaku czekoladowym ..... str. 23
Chałwy sezamowe ..... str. 23
Anyżki ..... str. 24
Krośnicka szpajza ..... str. 24
Krajanki ..... str. 25
Chrust/chrustek/chrustki/faworki ..... str. 25
Jeż – ciasto tortowe z masą kremową z czarnej porzeczki ..... str. 26
Opolskie ciasteczka ze skwarek (szpyrek) ..... str. 26

Święta przy opolskim stole

Śliszki ..... str. 28
Mołcka – potrawa wigilijna ..... str. 28
Makówka opolska ..... str. 29
Siemieniotka ..... str. 29

W opolskiej spiżarni

Kompot z kwity ..... str. 30
Ogórkowe pikle ..... str. 31
Kapusta kiszona „Gładyszówka" z Bobrowy ..... str. 31

Opolskie napoje, miody, oleje...

Piwo miodowe ..... str. 32
Tej ziołowy ..... str. 33
Nalewka orzechowa ..... str. 33
Olej głubczycki rzepakowy ..... str. 33
Miody popielowskie z Borów Stobrawskich ..... str. 34
Miody rudnickie ..... str. 34
Miody wołczyńskie ..... str. 34

Inne opolskie produkty tradycyjne

Jabłka odmiany Berlepsch, znane też pod nazwą niemiecką
Goldrenette Freiherr von Berlepsch, Roter Berlepsch ..... str. 36
Jabłka odmiany Grafsztynek prawdziwy, zwany też Grafsztynkiem
z Grafsztynu (nazwy niemieckie Gravensteiner, Haferapfel) ..... str. 36
Jabłka odmiany Wealthy ..... str. 36
Stara odmiana jabłoni Königin ..... str. 36
Stara odmiana jabłoni Książę Albrecht Pruski ..... str. 36
Karp niemodliński ..... str. 37
Kroszonka opolska ..... str. 37

Szlak kulinarny Opolski Bifyj ..... str. 38
Opolska wieś kulinariami stoi ..... str. 38

Opolskie rarytasy

na europejskim stole

W Unii Europejskiej został wypracowany system certyfikowania i znakowania produktów spożywczych najwyższej jakości, które charakteryzują się wyjątkowymi cechami wynikającymi ze specyfiki regionu, w którym są wytwarzane. Produkty sygnowane przez prawo unijne cieszą się międzynarodowym uznaniem oraz współtworzą korzystny wizerunek dla obszaru, z którego dany produkt się wywodzi. Warto zauważyć, że unijny system certyfikacji prawnie chroni wyroby i ich producentów przed nieuczciwą konkurencją.

W ramach realizowania w Unii Europejskiej polityki jakości, Komisja Europejska wprowadziła trzy typy oznaczeń graficznych. Do oznaczeń tych zaliczyć można: Chronione Nazwy Pochodzenia, Chronione Oznaczenia Geograficzne oraz Gwarantowane Tradycyjne Specjalności.

Jako region możemy poszczycić się dwoma produktami regionalnymi, które sygnowane są znakiem Chronionego Oznaczenia Geograficznego.

Kołocz śląski / kołacz śląski

Kołocz śląski jest pierwszym opolskim produktem, który otrzymał europejski certyfikat „Chronione Oznaczenie Geograficzne". Jest to ciasto obrzędowe, drożdżowe, z nadzieniem nazywane kołoczem od nadawanego mu kiedyś przy wypieku kształtu koła. Piecze się go z makiem, serem, jabłkiem lub posypką. Jest tradycyjnym ciastem weselnym – młoda para przed weselem obdarowuje nim rodzinę i znajomych. To również najważniejsze ciasto na wielkie świąteczne okazje. Nie może go też zabraknąć na uroczystościach rodzinnych i lokalnych, np. na dożynkach. Droga kołocza śląskiego do uzyskania certyfikacji unijnej nie była krótka. Proces rejestracji rozpoczął się w 2007 roku, gdy producenci kołocza śląskiego z regionu opolskiego i śląskiego postanowili założyć Stowarzyszenie **Konsorcjum Producentów Kołocza Śląskiego** i wspólnie starać się o jego ochronę. Procedury unijne, okresy przejściowe, m.in. na wnoszenie sprzeciwów do wniosku z innych krajów oraz przygotowanie rozporządzenia rejestrującego, trwały blisko 4 lata. **W dniu 22 lipca 2011 r. w Dzienniku Urzędowym Unii Europejskiej opublikowane zostało rozporządzenie wykonawcze Komisji rejestrujące kołocz śląski/kołacz śląski jako Chronione Oznaczenie Geograficzne.** Kołacz śląski został nagrodzony ogólnopolską nagrodą „Perła 2009" przez Polską Izbę Produktu Regionalnego i Lokalnego.

***Kołacz śląski** został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych 5 marca 2007 r. w kategorii Wyroby piekarnicze i cukiernicze. Wnioskodawca: Paweł Schlensag, Ciastkarnia „Paweł" z Jemielnicy.*

Krupnioki śląskie

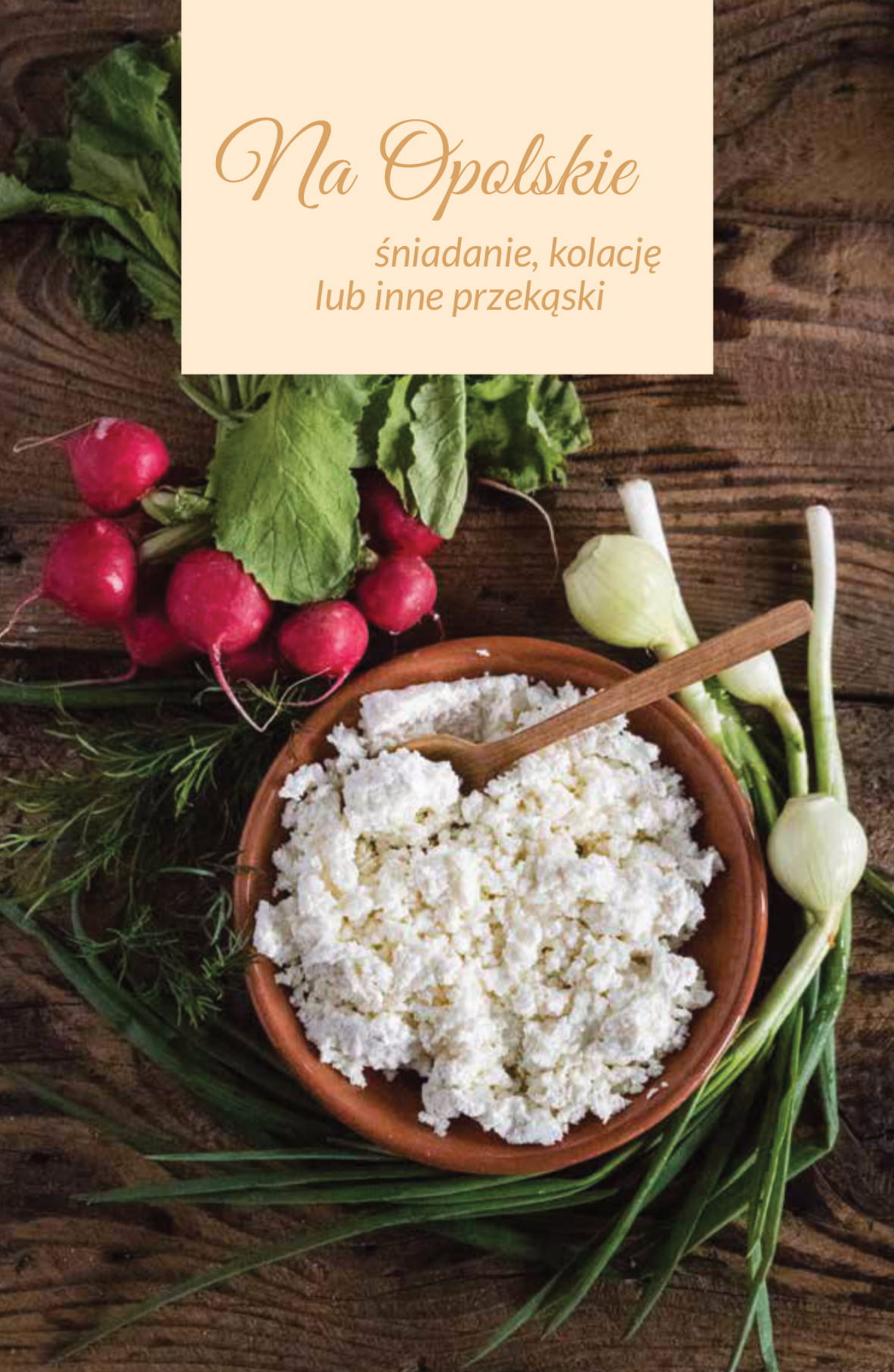
Śląski gwarowy wyraz krupniok pochodzi od wyrazu krupa, czyli kasza. Samo pojęcie krupniok jest opisane m.in. jako kiszka zrobiona z kaszy i krwi, przeznaczona do gotowania lub smażenia. Pierwsze wzmianki o krupniokach śląskich pojawiają się w literaturze i badaniach etnograficznych już w XVIII wieku, największe ich upowszechnienie przypada jednak na lata trzydzieste XX wieku. Wówczas na Opolszczyźnie i na Górnym Śląsku krupnioki zaczęły występować już nie tylko w jadłospisach weselnych, ale również codziennych. Krupnioki śląskie cieszą się od wielu lat niesłabnącą renomą nie tylko na terenie Śląska, ale również w całym kraju oraz poza jego granicami.

Krupnioki śląskie wyróżniają się wśród innych produktów należących do tej samej kategorii dużą kalorycznością, wyrazistym smakiem i zapachem oraz kruchą strukturą. Wynika to zarówno z określonych proporcji składu surowcowego, jak i umiejętności oraz doświadczenia masarza. Podstawową różnicą w składzie surowcowym, w porównaniu do np. kaszanki, jest mniejszy udział kaszy (15%, w innych wyrobach 20–25%). O objęcie krupnioków unijną ochroną przez kilka lat starali się rzeźnicy i wędliniarze z województw śląskiego i opolskiego, wspierani przez władze obu regionów. W 2012 roku powstało **Stowarzyszenie „Krupnioki Śląskie"**, które opracowało jednolitą recepturę produkcji krupnioka śląskiego. **Krupnioki śląskie posiadają znak Chronione Oznaczenie Geograficzne od 7 czerwca 2016 r. i mogą być wytwarzane tylko przez certyfikowanych producentów.**

Krupniok jest produktem wpisanym na Listę Produktów Tradycyjnych 27 października 2014 r. w kategorii Produkty mięsne. Wnioskodawca: Zakład Przetwórstwa Mięsnego Marcin Mroczek, Tarnów Opolski.

Na Opolskie

śniadanie, kolację lub inne przekąski



Domowy ser parzony z kminkiem

Ser parzony z kminkiem robiono w wielu domach sposobem gospodarczym, a jego receptura przekazywana była ustnie z pokolenia na pokolenie. Produkcję sera parzonego na Śląsku rozpoczęto w połowie lat 60. XX wieku.
W zakładzie Przetwórstwa Spożywczego Milka produkcja domowego sera parzonego z kminkiem rozpoczęła się w 1992 roku na podstawie dokładnej receptury, która udokumentowana jest w instrukcjach mleczarskich z roku 1979.

Wpis na LPT: 28 sierpnia 2006 r. w kategorii Produkty mleczne.
Wnioskodawca: Piotr Breitscheidel, Zakład Przetwórstwa Spożywczego Milka, Łaziska gm. Jemielnica.

Ser domowy smażony z kminkiem, z czosnkiem, bez przypraw

Do wytwarzania sera twarogowego, który jest głównym składnikiem sera domowego smażonego z kminkiem (z czosnkiem lub bez przypraw), używa się mleka krowiego stanowiącego od dawna jeden z podstawowych produktów żywnościowych wytwarzanych i spożywanych w śląskich gospodarstwach. Ser zwany dawniej hauskyjzą, zaraz po maśle i smalcu, stanowił główny dodatek do chleba. W czasach kiedy nie było lodówek, miał tę zaletę, że w przeciwieństwie do twarogu, który szybko ulegał zepsuciu, był on stosunkowo długo przydatny do spożycia. Ser domowy smażony jest wyrabiany zgodnie z przekazami ustnymi i przepisami pochodzącymi z początków XX wieku. W zależności od jego dalszego przeznaczenia (czy ma być bardziej zwięzły – do krojenia, czy wykorzystany do smarowania) dodaje się do niego jajka, masło i różne przyprawy z domowego ogródka (szczypiorek, cebulę, kminek, czosnek). Ser domowy smażony z kminkiem otrzymał nagrodę Polskiej Izby Produktu Regionalnego i Lokalnego „Perła 2011".

Wpis na LPT: 10 października 2005 r. w kategorii Produkty mleczne.
Wnioskodawca: Piotr Anderwald, Fan Agri s.c., Kolonowskie.

Ser twarogowy z Olesna

Powiat oleski, ze względu na zalesione tereny i zielone doliny pokryte trawami, od lat jest terenem rolniczym. Hodowla bydła oraz wiążąca się z nią produkcja mleka i wyrobów mlecznych jest priorytetowym kierunkiem gospodarki rolnej tych terenów. Twaróg był najstarszym i podstawowym, prócz mleka, produktem mleczarskim spożywanym przez ludność. Postęp techniki spowodował ułatwienie procesu wytwarzania sera twarogowego, prace ręczne zastąpiły urządzenia, jednakże metoda, choć udoskonalona, pozostała bez zmian. Surowcem do produkcji sera twarogowego jest mleko pozyskiwane z gospodarstw wiejskich usytuowanych z dala od terenów przemysłowych. Ser twarogowy z Olesna nie zawiera sztucznych dodatków smakowych ani aromatycznych. Dzięki wysokim standardom, naturalnemu składnikowi i niezmienionej od lat metodzie produkcji, ser twarogowy cieszy się uznaniem konsumentów, a także został nagrodzony m.in. Godłem Promocyjnym AGRO POLSKA.

Wpis na LPT: 30 października 2013 r. w kategorii Produkty mleczne.
Wnioskodawca: Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Oleśnie.

WYROBY Z GÓREK

Wpis na LPT: 6 lutego 2007 r. w kategorii Produkty mięsne.
Wnioskodawca: Ubój, przetwórstwo i sprzedaż wyrobów własnych, Róża i Robert Blach s.c., Górki k. Opola.

Krupnioki z Górek

Nazwa pochodzi od krup (kaszy) – krupnioki, ale zamiennie spotyka się nazwy: jelitka, kaszanka, graupenwurst. Surowcem do wyrobu krupnioków jest mięso uzyskane podczas świniobicia, czyli głowy, podgardle, pachwiny; podroby: serca, ozory; upuszczona świeża krew oraz bardzo dokładnie oczyszczone jelita. Krupniok dawniej wykonywany był z kaszy gryczanej zwanej pogańskimi krupami oraz w mniejszym stopniu z kaszy jęczmiennej. Kaszę tę zabezpieczano w odpowiedniej ilości już przed świniobiciem, a w czasie świniobicia gotowano. Wszystkie receptury na wyrób krupnioków pochodzą od pierwszego właściciela zakładu, w którym są obecnie wykonywane zgodnie ze sprawdzonymi metodami.

Leberwurst drobno mielony z Górek/ wątrobianka z Górek

Leberwurst to produkt drobno mielony – nazywany pasztetem lub wątrobianką. Bardzo dobrze rozsmarowuje się na chlebie. Przepis na leberwurst drobno mielony z Górek pochodzi od pierwszego właściciela masarni (masarnia wzmiankowana w 1930 roku), który przekazał go swoim następcom, a oni stosują go do dzisiaj.

Leberwurst grubo mielony z Górek/ pasztetowa z Górek

Z niemieckiego leberwurst, czyli pasztetowa, wątrobianka, kiszka wątrobiana. Pasztet grubo zmielony wykonuje się podobnie jak miałki, ale mięso miele się raz na sitach o większych oczkach. Ten pasztet ma bardziej zwartą konsystencję i lepiej się kroi niż rozsmarowuje. Wyrób ten jest tradycyjny, wykonywany od pokoleń na Śląsku po świniobiciu, przed wyrobem kiełbas i szynek.

Salceson biały z Górek/presswurst biały z Górek

Nazwa presswurst pochodzi od niemieckiego pressen – cisnąć, dociskać. Używa się też nazwy preszwuszt, czyli salceson. Presswurstu białego nie wykonywano samodzielnie. Wytwarzali go z reguły rzeźnicy prowadzący indywidualny ubój albo firmy i zakłady trudniące się rzeźnictwem i wyrobem wędlin. Powstanie białego salcesonu wynikło najprawdopodobniej z potrzeb klientów, którzy ze względu na światopogląd nie mogli spożywać salcesonu ciemnego (z krwią), dlatego też zaczęto pod ich kątem wykonywać presswurst biały, który obecnie cieszy się bardzo dużym zainteresowaniem. W celu dłuższego przechowywania tego wyrobu jest on poddawany procesowi wędzenia. Receptura jego wytwarzania pochodzi od pierwszego właściciela masarni, w której produkt wykonuje się według tradycyjnych metod.

Salceson ozorkowy z Górek/ presswurst ozorkowy z Górek

Nazwa salceson ozorkowy (presswurst ozorkowy) albo ciemny (z krwią) podrobowy, typowo śląski pochodzi od niemieckiego pressen – cisnąć, dociskać. Jest to produkt tradycyjnie wykonywany od pokoleń na Śląsku po świniobiciu, przed wyrobem kiełbas i szynek. Wszystkie receptury pochodzą od pierwszego właściciela, a wyroby wykonywane są zgodnie z odmierzonymi przez niego proporcjami według sprawdzonych metod. Presswurst ozorkowy ciemny jest produkowany w firmie od 70 lat.

Żymloki z Górek/ bułczanka z Górek

Zymlok (od bawarskiej nazwy – semmeln, po śląsku – zymła, czyli bułka) – nazywany też zemloukiem, zemlokiem, bułczanką, mamlokiem (od mamlania) to tradycyjny wyrób wykonywany od pokoleń na Śląsku po świniobiciu, przed wyrobem kiełbas i szynek. Świniobicie odbywało się w zakładzie w Górkach raz w tygodniu. W przyzakładowym sklepiku sprzedawano wyroby, ale okoliczna ludność była biedna, więc wyroby wywożono specjalnym wozem konnym dwa razy w tygodniu na targ do Opola (wtorek, piątek), gdzie sprzedawano je w specjalnie wynajętym kantorze.

Żymlok opolski biały

Nazwa produktu wskazuje na bardzo odległe jego pochodzenie, gdyż żymlok opolski biały pochodzi od nazwy jednego z produktów używanych do jego wytworzenia, a mianowicie od słowa żymła, czyli bułka. Obecnie słowo żymła nie jest już powszechnie używane w gwarze śląskiej, ale nazwa żymlok przetrwała do dziś. Żymlok opolski biały otrzymał ogólnopolską nagrodę „Perła 2005" przyznawaną przez Polską Izbę Produktu Regionalnego i Lokalnego.

Wpis na LPT: 8 marca 2007 r. w kategorii Produkty mięsne.
Wnioskodawca: Krystyna Linek, Dobieszowice, gm. Walce.

Chleb gogoliński

Chleb gogoliński produkuje się na zakwasie przygotowanym w procesie 5-fazowym. Jest to chleb mieszany, w którym stosunek mąki pszennej do żytniej wynosi 50 : 50. Wypiekany jest w tradycyjnym piecu ceramicznym wykonanym z cegły. Dolna skórka chleba jest ciemna i ma lekko gorzkawy smak, ponieważ jest pieczony bezpośrednio na rozgrzanej cegle. Bochenki chleba są kopulaste, a na ich powierzchni widać odciśnięte w mące gałązki wiklinowego kosza. Chleb gogoliński zachowuje świeżość do 5 dni.

Wpis na LPT: 19 listopada 2007 r. w kategorii Wyroby piekarnicze i cukiernicze.
Wnioskodawca: Piekarnia „Drost" – Krzysztof Drost, Gogolin.

Chleb mleczny praszkowski

Produkcja chleba mlecznego w Praszce rozpoczęła się w połowie lat 70. XX w. Technologia tego chleba, podobnie jak większości chlebów mieszanych, oparta jest na dobrze przygotowanym zaczynie oraz dobrze wyrobionym cieście z dodatkiem mleka świeżego lub kwaśnego oraz tzw. czasie garowania. Jednym z głównych elementów chleba mlecznego, jak sama nazwa wskazuje, było i jest mleko. Najczęściej było to mleko słodkie. Bywało też, że dodawano zsiadłe mleko ze względów ekonomicznych, jednakże chleb nie zmieniał cech smakowych ani estetycznych. Smak chleba szybko dostrzegli mieszkańcy Praszki i okolic. Do dziś jest on pieczony i z powodzeniem sprzedawany.

Wpis na LPT: 2 czerwca 2011 r. w kategorii Wyroby piekarnicze i cukiernicze.
Wnioskodawca: Gminna Spółdzielnia „Samopomoc Chłopska" w Praszce.

Masło z Olesna

Pierwsze wzmianki o przygotowywaniu masła w powiecie oleskim pochodzą z 1907 r. Dawniej masło wyrabiano ze śmietanki otrzymywanej za pomocą podstoju, następnie ukwaszano ją poprzez delikatne podgrzewanie na piecu. Tak otrzymaną śmietanę wyrabiano w maselniczkach, płukano powstałe masło, wygniatano i formułowano w drewnianych foremkach, rzeźbionych w przeróżne wzory. Obecnie, w związku z postępem technologicznym, kadzie i maselnice drewniane zastąpione zostały przez urządzenia ze stali nierdzewnej, co ułatwiło proces produkcji masła, przy jednoczesnym zachowaniu tradycyjnej technologii. Do dziś masło ze śmietanki ukwaszonej przygotowywane jest niezmienioną metodą, dzięki czemu został zachowany specyficzny smak i zapach masła, który odróżnia go od innych powszechnie dostępnych na rynku. Masło z Olesna otrzymało nagrodę Polskiej Izby Produktu Regionalnego i Lokalnego „Perła 2019".

Wpis na LPT: 27 marca 2013 r. w kategorii Oleje i tłuszcze.
Wnioskodawca: Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Oleśnie.

Masło czyszeckie

W Cisku i okolicach masło oraz inne przetwory mleczne wyrabiane były w każdym gospodarstwie od stuleci. Najistotniejszym aspektem, który potwierdza wieloletnią tradycję wyrabiania masła czyszeckiego o wyjątkowych właściwościach, jest położenie miejscowości oraz bardzo dobre warunki glebowe i środowiskowe. Współcześnie teren gminy Cisek jest jednym z nielicznych, gdzie występują gospodarstwa rolne zajmujące się chowem krów mlecznych. Masło czyszeckie do dziś wytwarzane jest w domowych gospodarstwach, dzięki możliwości pozyskiwania mleka prosto od krowy. Nazwa masło czyszeckie wywodzi się od starej nazwy miejscowości Cisek, która jest jedną z najstarszych wsi gminy (Chischi, Cisko, Czisky, Czyszki, Czissek). Od lat mieszkańcy Ciska mówią potocznie, że zamieszkują w Czyszkach.

Wpis na LPT: 2 marca 2020 r. w kategorii Oleje i tłuszcze.
Wnioskodawca: Alojzy Ketzler, Cisek.

Opolski stół powszedni

Oberiba na gęsto

Na terenach Śląska ludzie żyli bardzo skromnie i oszczędnie. Mieszkańcom musiało wystarczyć to, co zebrali z pola i przydomowego ogródka. Każda gospodyni w ogrodzie uprawiała marchew, pietruszkę, seler, fasolę, groszek, dynię, cebulę, ogórki i kalarepę zwaną oberibą. Warzywa te stanowiły podstawę witaminowego zaopatrzenia śląskiego stołu. Oberiba na gęsto to potrawa, którą można przygotowywać już wczesną wiosną, gdyż kalarepa wyrasta najwcześniej ze wszystkich warzyw. Sposób przygotowania oberiby na gęsto jest bardzo prosty i przekazywany z pokolenia na pokolenie.

Wpis na LPT: 1 grudnia 2010 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Sylwia Skoczylas, Restauracja Stara Karczma, Chocianowice, gm. Lasowice Wielkie.

SKŁADNIKI:

- *3–4 młode kalarepki,*
- *1 duża cebula,*
- *2 łyżki masła,*
- *1 czubata łyżka mąki pszennej,*
- *1 pęczek koperku,*
- *½ łyżeczki cukru,*
- *sól, pieprz.*

PRZYGOTOWANIE

Kalarepki obrać i pokroić w słupki, a młode listki zostawić i następnie drobno posiekać. Cebulę obrać i pokroić w drobną kostkę. Podsmażyć na maśle. Dodać kalarepkę i listki, podlać wodą (ok. pół szklanki) i gotować na małym ogniu ok. 15 minut. Mąkę rozprowadzić w niewielkiej ilości zimnej wody i dodać do gotującej się kalarepki. Mieszać, aby nie powstały grudki. Do potrawy dodać posiekany koperek. Doprawić do smaku cukrem, solą i pieprzem. Podawać z młodymi ziemniakami i kotletami mielonymi (lub innym mięsem).

Harynki w cebulowej zołzie

Określenie dania harynkami w cebulowej zołzie pochodzi od nazwy jednego z produktów używanych do jego wytworzenia, a mianowicie od słowa harynek, czyli śledź. Obecnie wyraz harynek nie jest już powszechnie używany w gwarze śląskiej, w przeciwieństwie do słowa zołza, oznaczającego sos, popularnego do dzisiaj. Harynki w cebulowej zołzie podaje się bardzo często na obiad do ziemniaków ze skórką nazywanych potocznie ziemniakami w mundurkach, a w gwarze śląskiej – pelkartoflami.

Wpis na LPT: 3 stycznia 2008 r. w kategorii Produkty rybołówstwa.
Wnioskodawca: Krystyna Larisch, Związek Śląskich Kobiet w Kórnicy, gm. Krapkowice.

SKŁADNIKI:

- *3 słone śledzie (matiasy),*
- *250 ml kwaśnej wiejskiej śmietany,*
- *1 średnia cebula,*
- *1 łyżeczka cukru,*
- *szczypta soli,*
- *1 łyżeczka octu winnego,*
- *ziarna pieprzu,*
- *ziele angielskie,*
- *liść laurowy,*
- *woda.*

PRZYGOTOWANIE

Śledzie dokładnie wyczyścić, opłukać i namoczyć na noc w zimnej wodzie. Rano wymienić wodę i moczyć jeszcze ok. 2 godzin. Cebulę obrać, pokroić w plastry o grubości ok. 5 mm, zalać niewielką ilością wody, dodać przyprawy: cukier, sól, całe ziarenka pieprzu, ziela angielskiego, liść laurowy i zagotować. Po kilku minutach, gdy cebula będzie lekko miękka, dodać ocet winny, zakończyć gotowanie. Ostudzić. Śledzie jeszcze raz opłukać, pokroić w kawałki i ułożyć w szklanej salaterce. Ostudzony sos cebulowy połączyć ze śmietaną, całość wymieszać i zalać nim pokrojone śledzie. Można udekorować gałązką świeżego kopru lub natką pietruszki.

Wodzionka

Wodzionka (wodzianka) to bardzo smaczna zupa z czerstwego chleba, tłuszczu i wody. Nazywana też w niektórych częściach regionu snelką/sznelką, tj. szybką zupą – z niem. schnell – szybko, prędko albo po prostu zupą z chleba. Wodzionkę zwykle jadało się na śniadanie, zwłaszcza późną jesienią i zimą, kiedy krowy dawały mniej mleka.

Wpis na LPT: 6 lutego 2007 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Sylwia Szyszko, Cisek.

SKŁADNIKI:

- *2 czerstwe kromki żytniego lub pszennego chleba,*
- *1 litr wody,*
- *1–2 ząbki czosnku,*
- *tłuszcz (1 łyżka łoju albo 1 łyżka masła)*

PRZYGOTOWANIE

Czerstwe kromki chleba pokroić w kostkę. Czosnek rozetrzeć razem z solą. Chleb i czosnek włożyć do głębokiego talerza. Dodać łyżkę stopionego łoju lub masła i zalać gorącą wodą. Doprawić do smaku solą i pieprzem. Niektórzy, zwłaszcza mężczyźni, zamiast masła albo łoju wolą dodać do wodzionki świeżo stopioną słoninę ze skwarkami.

Placki kartoflane z blachy

Placki robiono w ciągu tygodnia w okresie jesiennym i zimowym, kiedy było pod dostatkiem kartofli (ziemniaków). W smaku różnią się one od tych smażonych na tłuszczu na patelni. Do placków takich często przygotowywano mus jabłkowy z jabłek z przydomowych sadów. Placki te robiono nawet w kamienicach miejskich, ponieważ powszechne wtedy piece kuchenne posiadały płyty, na których bezpośrednio pieczono wiele różnych placków.

Wpis na LPT: 23 września 2006 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Lidia Fronia, Węgry, gm. Turawa.

SKŁADNIKI:

- *1 kg ziemniaków,*
- *2 jajka,*
- *4 łyżki mąki pszennej,*
- *sól do smaku.*

PRZYGOTOWANIE

Obrać ziemniaki z łupin, umyć i zetrzeć ręcznie na metalowej tarce. Następnie dodać jajka i mąkę pszenną, doprawić solą i wymieszać. Placki smażyć na blasze pieca opalanego węglem lub drewnem. Po rozgrzaniu kuchni i nagrzaniu blachy kuchennej, placki kłaść bezpośrednio na płytę pieca. Smażyć z dwóch stron. Przewracać za pomocą szerokiego noża. Gotowe podawać z musem jabłkowym domowego wyrobu lub z masłem i cukrem.

Śląski żur na maślance

Nazwa żur pochodzi od niemieckiego przymiotnika sauer, co znaczy kwaśny, ukiszony, zakwaszony. W okresach niedostatku na Śląsku jadło się żur dwa lub trzy razy dziennie. Był nawet w domu specjalny garnek zwany żurokiem, w którym zawsze kisił się żur. Zakwas żurowy stał się podstawą do przygotowania wielu dań tzw. jednogarnkowych.

Wpis na LPT: 14 maja 2007 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Gabriela Kania, Stare Budkowice, gm. Murów.

SKŁADNIKI:

- *1,5 l wywaru warzywnego lub rosołu,*
- *6–10 sztuk grzybów,*
- *5–7 ziemniaków,*
- *500 ml maślanki,*
- *3 łyżki mąki pszennej,*
- *sól, pieprz,*
- *liście laurowe,*
- *ziele angielskie.*

PRZYGOTOWANIE

Pokrojone plasterki grzybów i ziemniaków ugotować na wywarze warzywnym lub rosole, dodać ziele angielskie i liście laurowe. Całość zatrzepać mąką rozmieszaną z maślanką. Delikatnie wlać do zupy, zamieszać i zagotować. Doprawić do smaku solą i pieprzem. Podawać z chlebem posmarowanym smalcem lub masłem.

Polewka z maślanki

Polewka z maślanki (polywka, zupa z maślanki) jest charakterystyczną śląską potrawą, która była podstawowym daniem spożywanym głównie na śniadanie, a w zależności od zamożności rodziny podawano ją z omastą lub bez niej. W XIX i na początku XX wieku polewka z maślanki stanowiła synonim śląskiej biedy, gdyż niejednokrotnie była jednym posiłkiem spożytym przez cały dzień, w myśl zasady „co rano, to i na połednie".

Wpis na LPT: 2 marca 2020 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Stowarzyszenie Odnowy i Rozwoju Wsi Spórok, gm. Kolonowskie.

SKŁADNIKI:

- *1 l swojskiej, wiejskiej maślanki,*
- *500 ml mleka lub wody,*
- *2 łyżki mąki pszennej,*
- *sól i pieprz,*
- *7–8 ziemniaków*
- *5 łyżek masła,*
- *1 cebula.*

PRZYGOTOWANIE

Maślankę należy zagotować na małym ogniu. Do gotującej się maślanki wlać mąkę pszenną roztrzepaną z mlekiem lub wodą, uzyskując konsystencję śmietany. Podgrzewać do chwili zagotowania, cały czas mieszając. Zdjąć z ognia. Ugotowane ziemniaki ugnieść tłuczkiem i wyłożyć porcje na głębokie talerze. Cebulkę pokroić w kostkę i podsmażyć na maśle na złoty kolor. Do każdego talerza z ziemniakami nalać kilka chochel polewki i okrasić całość zrumienioną na maśle cebulką.

Pańczkraut – kapusta kiszona z ziemniakami

Pańczkrautem nazywana jest gotowana kapusta kiszona wymieszana z tłuczonymi ziemniakami. W niektórych regionach Śląska zwana też pańćkrautem, kartofelkrautem, ciapkrautem lub ciaper kapustą. Z języka niemieckiego Kartoffel..., czyli z ziemniakami, ziemniaczany, kartoflany; das Kraut – kapusta, pan(t)schen – rozcieńczać, mieszać składniki, tj. „kapusta zmieszana z kartoflami", do czego nawiązuje też polski gwarowy odpowiednik ciapkapusta.

Wpis na LPT: 3 listopada 2011 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Jadwiga Froelich, Grudynia Mała, gm. Pawłowiczki.

SKŁADNIKI:

- *1 kg ziemniaków,*
- *1 kg kapusty kiszonej,*
- *stopiona słonina świeża i boczek wędzony do okraszenia – wg uznania,*
- *sól i pieprz.*

PRZYGOTOWANIE

Ziemniaki umyć, obrać i ugotować we wrzącej, osolonej wodzie do miękkości. Kapustę kiszoną opłukać i ugotować do miękkości. Gdy kapusta jest bardzo kwaśna można zlać z niej wodę zaraz po zagotowaniu i ponownie rozpocząć gotowanie od świeżej wody. Po ugotowaniu kapusty odcedzić ją i połączyć z odcedzonymi, ugotowanymi ziemniakami. Całość razem ugnieść, dodać stopioną słoninę i boczek, dodać sól i pieprz do smaku i dobrze wymieszać.

Ścierka opolska

Ścierka (nazywana też przez niektórych zacierką, zaścierką, ścieraną, a także sulą, sziulą), czyli zupa z drobnych klusek gotowanych na mleku albo na wodzie, była i jest na Śląsku potrawą bardzo popularną. Nazwa potrawy pochodzi od czynności ścierania rękami jajka z mąką, aż do uzyskania ciasta zbliżonego konsystencją do sproszkowanych posypek lub – jeżeli ciasto jest twarde – ścierania go na tarce. Zupa ta była szczególnie lubiana przez dzieci, ludzi starszych, chorych i matki po porodzie. W biedniejszych rodzinach gotowano ją na wodzie. Ścierka otrzymała nagrodę Polskiej Izby Produktu Regionalnego i Lokalnego „Perła 2019".

Wpis na LPT: 7 lutego 2007 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Krystyna Henzel, Gospodarstwo Agroturystyczne „Ranczo w Dolinie Odry", Przewóz, gm. Cisek.

SKŁADNIKI:

- *1,5 l mleka,*
- *120 g mąki pszennej,*
- *1 jajko,*
- *1 łyżka masła,*
- *sól i cukier do smaku.*

PRZYGOTOWANIE

Mąkę przesiać i dać do miseczki. Dodać szczyptę soli, cukru, wbić jajko i ścierać rękami do uzyskania ciasta zbliżonego konsystencją do sproszkowanej posypki (w razie potrzeby dodać więcej mąki). Mleko doprowadzić do wrzenia i na gotujące się mleko wrzucić przygotowaną zacierkę. Gotować na wolnym ogniu do miękkości, mieszając od czasu do czasu, aby zupa się nie przypaliła. Przed podaniem, do zupy dodać masło, zamieszać i podawać na gorąco.

Pranzunki / prandzonki

W wielu śląskich domach pranzunki (nazywane także prandzonkami, prażonkami lub prażuchami) przygotowuje się jako danie będące wspomnieniem smaków dzieciństwa, bo choć uważane za potrawę biedną, stanowią przysmak w niejednej rodzinie. Pranzunki są potrawą sycącą i stanowią posiłek jednodaniowy, a tradycja ich przygotowywania przekazywana jest ustnie z pokolenia na pokolenie. Pranzunki to masa ziemniaczano-mączna, formowana na kształt podłużnych klusek, które często podawane są z podsmażonym boczkiem (słoniną) lub z cebulką albo najlepiej z jednym i drugim. Popija się je maślanką, kefirem lub kwaśnym mlekiem.

Wpis na LPT: 1 czerwca 2020 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Koło Gospodyń Wiejskich w Kujakowicach, gm. Kluczbork.

SKŁADNIKI:

- *7-8 dużych ziemniaków,*
- *ok. 1,5 szklanki mąki ziemniaczanej,*
- *sól,*
- *250 g wędzonego boczku,*
- *1 cebula.*

PRZYGOTOWANIE

Ziemniaki obrać, umyć, wlać więcej wody niż do zwykłego gotowania ziemniaków do obiadu. Posolić i zagotować. Kiedy ziemniaki się ugotują, wsypać mąkę, zamieszać i jeszcze na kilka minut zostawić na małym ogniu. Jeśli zostało za dużo wody, ugotowane ziemniaki odcedzić i potłuc z wytworzonym krochmalem na gęstą masę.
Masę nabierać łyżką i nakładać na talerz, ściągając ją drugą łyżką lub ocierając o kant talerza. Podawać polane tłuszczykiem z podsmażonym boczkiem i cebulką.

Germuszka (zwana też warmuszką, biermuszką)

Germuszka jako zupa z chleba znana jest w kuchni śląskiej także pod nazwami bermuszka oraz warmuszka. Jest zupą dietetyczną i lekkostrawną, podawana jest dzieciom, kobietom w połogu, osobom starszym i chorym. Sporządza się ją na maśle, chleb się rozgotowuje, czasami przeciera przez sito, zaciąga roztrzepanym jajkiem lub żółtkiem, doprawia kminkiem i solą. Można ją przyrządzać z dodatkiem suszonych lub świeżych jabłek, śliwek i gruszek, a także gotować na mleku. Serwowana jest również jako danie bardziej wykwintne, przecierając rozgotowany chleb, dodając już na talerzu łyżkę śmietany i trochę wina.

Wpis na LPT: 5 marca 2007 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Krystyna Henzel, Gospodarstwo Agroturystyczne „Ranczo w Dolinie Odry", Przewóz, gm. Cisek.

SKŁADNIKI:

- *2 l wody,*
- *6 kromek chleba pokrojonego w kostkę,*
- *2 jajka,*
- *2 łyżki masła,*
- *kminek,*
- *sól,*
- *ew. kilka łyżek śmietany.*

PRZYGOTOWANIE

Kromki chleba pokroić w kostkę, wrzucić do garnka z zimną wodą, dodać łyżeczkę kminku i szczyptę soli. Postawić na piecu i gotować tak długo, żeby chleb się rozgotował. Do gotującej się zupy wlewać cienkim strumieniem rozmącone jajka, mieszając zupę. Zdjąć z ognia i dodać masło, zamieszać i rozlewać do miseczek. Aby wzbogacić zupę, można już na talerzu dodać trochę śmietany.

Buchty śląskie, czyli kluski drożdżowe gotowane na parze

Słowo buchta jest słowem pochodzącym z gwary śląskiej i bardzo rzadko spotykanym w literaturze pisanej. Jest to odpowiednik kluski gotowanej na parze, co wynika z identycznych składników i sposobu wykonania: z mąki, drożdży, mleka, cukru, jaj i szczypty soli sporządza się ciasto, pozostawia do wyrośnięcia, formuje okrągłe buchty, układa na czystej ściereczce i gotuje na parze.

Wpis na LPT: 6 marca 2007 r. w kategorii Wyroby piekarnicze i cukiernicze.
Wnioskodawca: Gertruda Drost, Związek Śląskich Kobiet w Żużeli, gm. Krapkowice.

SKŁADNIKI:

- *400 g mąki pszennej,*
- *20 g drożdży,*
- *250 ml mleka,*
- *2 jajka,*
- *50 g cukru,*
- *sól.*

PRZYGOTOWANIE

Z drożdży, łyżki cukru, jednej łyżki mąki i ciepłego mleka zrobić zaczyn. Pozostawić do wyrośnięcia w ciepłym miejscu. Do innego naczynia wsypać mąkę, pozostały cukier, szczyptę soli oraz jajka. Wyrośnięty zaczyn wlać do naczynia z mąką, połączyć składniki mieszając i dokładnie wyrobić ciasto, aby odchodziło od miski. Następnie przykryć czystą kuchenną ściereczką i pozostawić w ciepłym miejscu do wyrośnięcia. Dwukrotnie ciasto „poklepywać", by ponownie wyrosło. Wyrośnięte ciasto delikatnie wyrobić. Brać palcami kawałki ciasta i formować niewielkie, kuliste buchty i układać na posypanej mąką stolnicy, by ponownie wyrosły.
Do dużego garnka nalać niewielką ilość wody. Garnek obwiązać białą tetrą i przykryć miską. Całość postawić na kuchence, by woda się zagotowała, a pod miską wytworzyła się para. Zdjąć miskę i ułożyć na tetrze surowe buchty. Ponownie przykryć miską. Po ok. 10 minutach buchty są gotowe do spożycia.

Gołąbki z kaszy gryczanej i ziemniaków

Tradycja przygotowywania gołąbków z kaszy gryczanej i ziemniaków pochodzi z Kresów Wschodnich, z rejonu Tarnopola. Ich historia sięga XIX wieku, stanowiły one kiedyś danie wigilijne. Z czasem gołąbki stały się daniem przede wszystkim obiadowym. Tradycja przyrządzania oraz przepis i sposób wykonania tej potrawy przekazywane były w formie ustnej z pokolenia na pokolenie, dzięki czemu przetrwały do dzisiejszych czasów.

Wpis na LPT: 9 stycznia 2006 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Maria Rogucka, Wilamowice Nyskie, gm. Głuchołazy.

SKŁADNIKI:

- *500 g kaszy gryczanej,*
- *1 l wody,*
- *1 główka białej kapusty,*
- *2 cebule,*
- *150 g słoniny,*
- *250 g ziemniaków,*
- *sól, pieprz.*

PRZYGOTOWANIE

Zagotować wodę. Główkę kapusty opłukać, wyciąć głąb u nasady. Liście ostrożnie oddzielić, wrzucać partiami na wrzącą wodę i obgotować. Wyjąć łyżką cedzakową liście kapusty na cedzak, osączyć, ostudzić. W każdym liściu pobić tłuczkiem gruby nerw liściowy, nie przecinając liścia. Kaszę gryczaną opłukać w dużej ilości zimnej wody. Zagotować dwa razy tyle wody, ile wynosi objętość kaszy, osolić, wsypać kaszę. Gotować powoli pod przykryciem na małym ogniu. Gdy płyn wsiąknie w kaszę, wyłożyć na miskę. W trakcie parzenia kaszy dodać jedną pokrojoną w drobną kostkę surową cebulę. Doprawić do smaku solą, pieprzem i starannie wymieszać. Po zaparzeniu kaszy należy ją lekko schłodzić i dodać starte surowe ziemniaki. Wszystko razem wymieszać. Na środek każdego liścia nakładać nadzienie łyżką, zagiąć dwa boki na 3–4 cm i zawinąć ciasno w rulonik. Na dno rondla dać liście obgotowanej kapusty, na nich układać gołąbki jeden obok drugiego. Ułożyć dwie lub trzy warstwy. Zalać 250 ml wrzącej osolonej wody, z wierzchu przykryć liśćmi. Wstawić do średnio nagrzanego piekarnika (ok. 170°C) i zapiekać w równej temperaturze. Gdy liście kapusty z wierzchu się mocno zarumienią, przykryć pokrywką i zmniejszyć temperaturę. W czasie pieczenia gołąbków należy pokroić słoninę w kostkę i usmażyć razem z cebulą. Gdy gołąbki są miękkie, wyjąć je, zdjąć liście z wierzchu i okrasić stopioną słoniną z cebulką. Wyłożyć na okrągły półmisek.

Pieróg postny ze Starych Kolni

Przepis na prosty, ale niezwykle smaczny pieróg postny przywieziony został do Starych Kolni po wojnie przez repatriantów z okolic Tarnopola. Uważany był kiedyś za strawę dla biedaków. Pieróg postny był i jest serwowany przede wszystkim jako potrawa postna w okresie Wielkiego Postu. Pieczono go w Wielki Czwartek, a spożywano jako danie główne w Wielki Piątek i Wielką Sobotę. Natomiast w Święta Wielkanocne często zastępował pieczywo na stole wielkanocnym i był doskonałym dodatkiem do wędlin i sałatek. W innych porach roku był też traktowany jako jednodaniowy obiad.

Wpis na LPT: 25 września 2006 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Irena Gorek, Stare Kolnie, gm. Popielów.

SKŁADNIKI:

- *1 kg ziemniaków,*
- *100 g suchej kaszy gryczanej,*
- *½ kg białej kapusty,*
- *2 średnie cebule,*
- *100 g masła lub margaryny,*
- *200 g mąki pszennej,*
- *100 ml wody,*
- *20 g świeżych drożdży,*
- *1 płaska łyżeczka soli,*

do podania: śmietana wiejska kwaśna, stopiona słonina ze skwarkami.

PRZYGOTOWANIE

Do ugotowanych i utłuczonych ziemniaków w garnku, najlepiej z grubym dnem, dodawać kolejno nie przerywając tłuczenia: ugotowaną kaszę gryczaną, poszatkowaną białą kapustę, dwie cebule pokrojone w kostkę i podsmażone na maśle. Tak przygotowaną masę „zaparzyć" w garnku pod przykryciem na wolnym ogniu. Z przesianej mąki, wody, drożdży i szczypty soli wyrobić ciasto, aby wszystkie składniki się połączyły. Nie odstawiać do wyrośnięcia, tylko od razu cienko rozwałkować. Ciasto przenieść na wysmarowaną masłem lub margaryną okrągłą formę do pieczenia (ciasto powinno wystawać poza jej brzegi). Nałożyć ciepły farsz i przykryć brzegami ciasta tak, aby w środku pozostał niewielki (o średnicy ok. 4 cm) otwór. Ten niewielki kawałek widocznego farszu posmarować olejem. Wstawić do piekarnika nagrzanego do 180°C i piec ok. 40 minut. Po wyjęciu z pieca ciasto odwrócić i wyłożyć z formy na deskę (otworem do dołu). Przykryć czystą ściereczką, a następnie kocem i odstawić do zaparzenia. Tak odstawiony może stać nawet kilka godzin. Pieróg można podawać na ciepło z dodatkiem świeżo stopionej słoniny i kwaśnej śmietany. Dobrze smakuje również na zimno.

Niedziela i święta

przy opolskim stole

Makaron domowy z Makowic

Makaron domowy z Makowic charakteryzuje się oryginalnym wyglądem i smakiem dzięki recepturze jego przygotowania wywodzącej się z wieloletniej tradycji, kiedy produkcja makaronu odbywała się ręcznie. Przygotowywany jest z mąki z okolicznego młyna oraz ze świeżych wiejskich jajek, dzięki czemu ma wyjątkowy smak, naturalny kolor i zapach. Dodatkowo produkt doskonale się przechowuje. Na specyfikę produktu wpływa nie tylko ręczne jego wytwarzanie, ale i sposób przygotowania właściwego, dobrze wywałkowanego placka, który skrojony nożem cieniutko i nierówno, gwarantuje uzyskanie największych walorów produktu.

Wpis na LPT: 15 czerwca 2009 r. w kategorii Inne produkty.
Wnioskodawca: Koło Gospodyń Wiejskich w Makowicach, gm. Skoroszyce.

Nudle

Nudle w gwarze śląskiej, podobnie jak w języku niemieckim czy czeskim, oznaczają makaron. Rosół z nudlami, nazywany potocznie nudelzupą, to obowiązkowe pierwsze danie niedzielnego śląskiego obiadu. W ciągu tygodnia spożywało się na ogół makaron kupiony, natomiast do rosołu niedzielnego i tego podawanego na różnego rodzaju uroczystości, zawsze domowej roboty. Gospodynie przygotowywały nudle kilka dni lub nawet tydzień przed uroczystością, na której miały być podawane, aby były należycie wysuszone. Śląskie gospodynie wciąż kultywują tradycję i z wielką starannością przygotowują samodzielnie wykonane nudle.

Wpis na LPT: 17 czerwca 2014 r. w kategorii Inne produkty.
Wnioskodawca: Regina Woźnica, Węgry, gm. Turawa.

SKŁADNIKI:

- *1–1,20 kg mąki pszennej,*
- *10 jaj.*

PRZYGOTOWANIE

Na stolnicę przesiać mąkę, zrobić niewielkie wgłębienie i wbić wszystkie jajka. Wyrobić ciasto o zwartej konsystencji. Ciasto rozwałkować na duże placki i zostawić do przeschnięcia. Podsuszone pociąć na wąskie paski i ułożyć jeden na drugim. Ciąć na cienkie nitki, a następnie wysuszyć.

Kluski śląskie (tzw. biołe kluski)

Przepis na kluski śląskie jest pielęgnowany i przekazywany w rodzinach z pokolenia na pokolenie. Według niego wiele gospodyń przygotowuje tę potrawę po dziś dzień – gości ona nie tylko na niedzielnym stole, ale także na przyjęciach weselnych, chrzcinach, komuniach, czyli wszystkich ważniejszych uroczystościach rodzinnych. W Polsce znanych jest wiele rodzajów klusek, ale na terenie Śląska Opolskiego do najbardziej popularnych należą kluski śląskie (nazywane też przez niektórych kluskami biołymi, guminowymi,gumionymi, gumiklyjzami lub kartofelmelklezami).

Wpis na LPT: 19 stycznia 2007 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Iwona Cebula, Restauracja Starka, Opole.

SKŁADNIKI:

- *1 kg ziemniaków,*
- *1 jajko,*
- *mąka ziemniaczana,*
- *sól.*

PRZYGOTOWANIE

Ugotowane i przestudzone ziemniaki przecisnąć przez praskę lub zmielić przez maszynkę. Masę ziemniaczaną przełożyć do miski, dłonią wyrównać jej powierzchnię, a następnie podzielić na cztery równe części. Jedną część ziemniaków wyciągnąć, a w to miejsce wsypać tyle mąki ziemniaczanej, aby wypełniała powstałą lukę (ma jej być tyle, aby powierzchnia była równa). Dokładnie wyrobić ciasto, dodając wyjęte wcześniej ziemniaki, całe jajko i sól do smaku. Z tak powstałego ciasta formować kulki, lekko je spłaszczyć i zrobić palcem małe wgłębienie w środku. Lekko posoloną wodę zagotować w garnku. Kluski wrzucić partiami do wrzątku i delikatnie zamieszać drewnianą łyżką. Gdy wypłyną, pozostawić jeszcze na ok. 3 minuty w wodzie na bardzo małym ogniu. Kluski podawać z roladami wołowymi i modrą kapustą.

Zupa rakowa

Tradycyjna receptura na zupę rakową pochodzi z Dublan (gm. Sambor, Kresy Wschodnie). Dawni mieszkańcy tej miejscowości osiedlili się w Chróścinie położonej w gminie Lewin Brzeski w województwie opolskim. Przepis ten odtwarzany jest przez mieszkańców Chróściny do dziś, jednak ze względu na trudność w dostępie do głównego surowca jakim są świeże raki, zupa rakowa serwowana jest najczęściej na specjalne okazje oraz święta. Zupa rakowa sporządzana według tradycyjnego przepisu prezentowana jest podczas licznych kulinarnych konkursów, m.in. w 2018 roku zdobyła I nagrodę oraz Grand Prix III konkursu na Potrawę Kresową, a w 2019 roku wygrała regionalny finał „Bitwa Regionów" województwa opolskiego.

Wpis na LPT: 1 czerwca 2020 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Samodzielne Koło Gospodyń Wiejskich w Chróścinie, gm. Lewin Brzeski.

SKŁADNIKI:

- *1 kg raków,*
- *jarzyny (marchew, pietruszka, seler),*
- *drób do wywaru,*
- *3 łyżki masła,*
- *świeży koper,*
- *sól,*
- *pieprz do smaku,*
- *1 szklanka śmietany,*
- *2 łyżki mąki pszennej,*
- *koperek drobno posiekany na wierzch zupy.*

PRZYGOTOWANIE

Jarzyny obrać i gotować z nich wywar z dodatkiem drobiu w ok. 1,5 l wody. Po ugotowaniu odcedzić rosół. Raki ugotować w lekko osolonej wodzie z pęczkiem kopru i solą ok. 10 minut, odstawić do wystygnięcia, a następnie obrać szyjki rakowe, aby móc odseparować samo mięso, a następnie pozostałe resztki suszymy. Resztki raków, tj. skorupki, kleszcze, odnóża utłuc w moździerzu. Utłuczone skorupki włożyć do rondla, dodać 3 łyżki masła i podgrzewć na wolnym ogniu ok. 15 minut, podlewając od czasu do czasu kilkoma łyżkami bulionu. Zebrać z wierzchu powstałe masło rakowe i czynność z podlewaniem bulionu powtórzyć ok. czterech razy, aż nie będzie co ściągać, tzn. nie będzie powstawał kolor rakowy. To, co pozostało, delikatnie zlać, aby resztki potłuczonych skorupek zostały na dnie rondelka i dolać do rosołu. Zebrane masło rakowe dodać do wcześniej ugotowanego i odcedzonego rosołu. Następnie zupę zaprawić śmietaną rozbitą z mąką. Pod koniec dodać mięso rakowe i zagotować razem. Podawać zupę posypaną posiekanym świeżym koperkiem.

Żur żyniaty / żur żeniaty

Żur żyniaty pamięta z domu rodzinnego większość mieszkańców Śląska Opolskiego. Ten przygotowany z dodatkiem ziemniaków, boczku lub swojskiej kiełbasy był bardziej odświętny, zwany właśnie żyniatym (ożenionym, bogatym). Ziemniaki do tego żuru różnie się gotowało. Niektóre gospodynie gotowały ziemniaki pokrojone osobno, niektóre razem z wywarem i później dolewały zakwas, a jeszcze inne gotowały je całe, tłukły i takie na osobnej misce podawały na stół. Każdy nakładał sobie do żuru tyle ziemniaków, ile chciał. Jest to jedna z naszych najlepszych tradycyjnych zup, którą każdy lubi i kojarzy z rodzinnym domem.

Wpis na LPT: 23 września 2020 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Koło Gospodyń Wiejskich w Kujakowicach, gm. Kluczbork.

SKŁADNIKI:

- *1-1 ½ l żytniego zakwasu na żur,*
- *½ kg boczku wędzonego,*
- *ew. 2-3 pętka dobrej kiełbasy,*
- *2 l wody,*
- *1 ząbek czosnku,*
- *1 mała cebula,*
- *1 kg ziemniaków,*
- *sól, pieprz,*
- *majeranek.*

PRZYGOTOWANIE

Boczek przekroić na pół i jedną część włożyć do garnka z wodą i zagotować, dodać pętka kiełbasy. Gotować na małym ogniu ok. 20 minut. Ziemniaki umyć i obrać. Pokroić w kostkę i dorzucić do wywaru. Ugotowany boczek i kiełbasy wyjąć z wody. Drugą część boczku pokroić w kostkę i podsmażyć, pod koniec dodać pokrojoną również w kostkę cebulę. Gdy ziemniaki będą miękkie, dodać do wywaru podsmażony boczek z cebulką i wytopionym tłuszczykiem. Do zupy wlać zakwas i zagotować. Na końcu dodać roztarty lub posiekany czosnek i przyprawić do smaku solą, pieprzem i majerankiem. Boczek i kiełbasę, które nam zostały z wywaru pokroić w plastry. Żur podawać gorący z dodatkiem plastrów boczku i kiełbasy.

Opolska rolada wołowa

Rolady wołowe z kluskami śląskimi i modrą kapustą są uznawane za tradycyjną potrawę śląską, choć w ogólnopolskich książkach kucharskich oraz czasopismach kobiecych też znajdziemy przepisy na zrazy zawijane. Jeszcze dziś w wielu domach potrawa ta jest ozdobą nie tylko niedzielnego obiadu, ale także wszystkich wielkich uroczystości rodzinnych, odpustów, kiermaszów, wesel i pogrzebów. Podaje się ją także w wielu śląskich restauracjach.

Wpis na LPT: 19 stycznia 2007 r. w kategorii Produkty mięsne.
Wnioskodawca: Iwona Cebula, Restauracja Starka, Opole.

SKŁADNIKI:

- *4 płaty wołowiny zrazowej,*
- *1 średnia cebula,*
- *100 g wędzonego boczku,*
- *3 ogórki kiszone,*
- *musztarda do posmarowania mięsa,*
- *sól, pieprz,*
- *ziele angielskie,*
- *liść laurowy,*
- *2 płaskie łyżki mąki pszennej.*

PRZYGOTOWANIE

Boczek wędzony, cebulę i ogórki kiszone pokroić w kostkę. Mięso rozbić, posolić, posypać pieprzem i posmarować musztardą. Na każdą roladę nałożyć pokrojony w kostkę boczek, ogórek i cebulę. Zwinąć w ciasną roladę. Można opleść nitką lub unieruchomić szpikulcami.
Rolady kłaść na rozgrzany tłuszcz, zrumienić z każdej strony, a następnie podlać wodą. Dusić pod przykryciem, aż będą miękkie. Gotowe rolady wyciągnąć, a sos zagęścić mąką wymieszaną z wodą. Podawać z kluskami śląskimi i modrą kapustą.

Śląskie niebo

Śląskie niebo, inaczej śląski raj, śląski przysmak (niem. Schlesisches Himmelreich), to potrawa bardzo popularna na Śląsku. Potrawa ta powstała w wyniku gotowania i odpowiedniego przyprawienia uwędzonego mięsa. Namoczone, następnie ugotowane i przyprawione, z sosem z suszonych owoców i buchtami było daniem urozmaicającym codzienną kuchnię.

Wpis na LPT: 14 maja 2007 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Urszula Trinczek, Związek Śląskich Kobiet Wiejskich, Wierzch, gm. Głogówek.

SKŁADNIKI:

- *ok. 250 g wędzonego mięsa – karczku, szynki,*
- *suszone owoce śliwek węgierek, śliwek żółtych, ew. rodzynki,*
- *1 łyżka stołowa masła,*
- *1 łyżka mąki pszennej,*
- *gruszki z kompotu domowego,*
- *3 łyżki powideł śliwkowych,*
- *1 łyżeczka cukru,*
- *2 łyżeczki soku z cytryny,*
- *buchty – drożdżowe kluski na parze.*

PRZYGOTOWANIE

Mięso wędzone namoczyć na noc w ok. pół litra wody. Owoce suszone namoczyć w wodzie również na noc. Mięso włożyć do gotującej się, osolonej wody (ok. 1 l) i trzymać na ogniu ok. 2 godzin (ma się zaparzać, a nie gotować). Następnie zrobić zasmażkę. Do rondelka włożyć masło, rozpuścić, dodać mąkę, zamieszać i uprażyć na złoty kolor. Dolać wywar z wędzonki i zrobić biały, dość gęsty sos.
Do sosu dodać powidła ze śliwek, a następnie namoczone owoce. Wszystko zagotować. Doprawić cukrem i sokiem z cytryny do smaku. Wędzonkę pokroić na plastry. Wyjąć gruszki z kompotu. Na talerz położyć 2–3 plastry wędzonki, 2–3 gruszki z kompotu oraz 2–3 buchty, które należy polać przygotowanym sosem w większej ilości.

Modziki

Na Śląsku były i są nadal bardzo popularne loty gołębi, nie wszystkie jednak do tego się nadawały. Te które zostały w gołębniku, były przeznaczone do konsumpcji. Modziki to surowe tuszki z młodych gołębi z własnej hodowli. Są to gołębie 4–5-tygodniowe, które nie odbyły ani jednego lotu. Z modzików sporządza się dietetyczne potrawy. Wygotowaną w rosole tuszkę gołębia można podzielić na pół i podsmażyć ma maśle. Mięso jest bardzo delikatne, pożywne i zdrowe. Modziki otrzymały ogólnopolską nagrodę „Perła 2012" przyznawaną przez Polską Izbę Produktu Regionalnego i Lokalnego.

Wpis na LPT: 14 stycznia 2014 r. w kategorii Produkty mięsne.
Wnioskodawca: Gospodarstwo Agroturystyczne Zacisze Antoszka, Teresa Kern, Walce.

Kartoffelsalat

Kartoffelsalat (nazywana też szałotem śląskim lub szałotem kartoflanym z boczkiem wędzonym) przygotowywany był na wszystkie uroczystości rodzinne: chrzciny, komunie, wesela, pogrzeby, kiermasze i odpusty, a także na Wielkanoc i Boże Narodzenie (np. tradycyjnie podawano go na śniadanie wielkanocne). Sałatkę można modyfikować: ogórek kiszony i boczek wędzony zastąpić ugotowanym i pokrojonym w kostkę selerem i pietruszką. Wymieszać wszystko z majonezem i łyżką musztardy. Zamiast boczku można dodać drobno pokrojone śledzie w oleju – taką sałatkę podaje się np. podczas Wigilii.

Wpis na LPT: 28 sierpnia 2006 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Maria Sobota, Popielów.

SKŁADNIKI:

- *10 średniej wielkości ziemniaków,*
- *1 cebula,*
- *2 marchewki,*
- *3 ogórki kiszone,*
- *20 dag surowego boczku wędzonego,*
- *sól, pieprz do smaku.*

PRZYGOTOWANIE

Kartofle wyszorować szczotką pod bieżącą wodą i ugotować w łupinach. Marchewki obrać i ugotować w osolonej wodzie (do sałatki można też wykorzystać marchewki z rosołu). Obrane ze skórki kartofle, marchewki, cebulę i ogórki kiszone drobno pokroić w kostkę. Posolić, popieprzyć do smaku, wymieszać i odstawić na chwilę, ale nie wkładać do lodówki. Boczek wędzony pokroić w kostkę i podsmażyć na złocisty kolor na patelni. Dodać do sałatki i delikatnie wymieszać. Sałatkę przełożyć do miseczki. Można przybrać jajkiem ugotowanym na twardo, marchewką i np. posiekaną natką pietruszki lub koperkiem. Podawać z pieczywem lub kiełbaską na ciepło.

Modro kapusta (tj. kapusta czerwona)

Modro kapusta (od gwarowego wyrazu modra – niebieska, wpadająca nawet w kolor fioletowoczerwony) podawana jest do wielu dań mięsnych, ale najczęściej do rolad wołowych i klusek śląskich. Modrą kapustę można przyrządzać na różne sposoby: z dodatkiem boczku lub słoniny, z dodatkiem goździków lub bez nich, z jabłkiem, octem winnym lub konfiturą z czarnych porzeczek, z dodatkiem czerwonego wina i różnych przypraw. Dziś trudno sobie wyobrazić śląski niedzielny obiad bez sałatki z czerwonej kapusty, czyli szałotu z modrej kapusty.

Wpis na LPT: 19 stycznia 2007 r. w kategorii Warzywa i owoce.
Wnioskodawca: Iwona Cebula, Restauracja Starka, Opole.

SKŁADNIKI:

- *1 główka czerwonej kapusty,*
- *200 g wędzonego boczku,*
- *1 cebula,*
- *1 liść laurowy,*
- *2 goździki,*
- *2 ziarna ziela angielskiego,*
- *ocet winny,*
- *sól, pieprz mielony, cukier (do smaku).*

PRZYGOTOWANIE

Kapustę umyć, obrać z zewnętrznych liści, przekroić na pół i poszatkować. Wędzony boczek i cebulę pokroić w kostkę. Boczek przysmażyć, dodać cebulę, liść laurowy, ziele angielskie i goździki. Wszystko razem dusić na małym ogniu przez ok. 10 minut. Poszatkowaną kapustę zalać dwiema szklankami gorącej wody i gotować do miękkości. Ugotowaną kapustę odcedzić i połączyć z boczkiem oraz cebulką. Dokładnie wymieszać i jeszcze przez chwilę razem dusić. Doprawić octem winnym, czarnym zmielonym pieprzem, solą i cukrem. Podawać na ciepło razem z roladami wołowymi i kluskami śląskimi.

Opolskie słodkie rarytasy

Babka zista

Babka zista to tradycyjny, śląski rodzaj wypieku, który do dziś wytwarzany jest w województwie opolskim. Powszechnie używana nazwa babki sista lub zista pochodzi z języka niemieckiego – Süste i oznacza – słodka. Dawniej do wypieku babki zisty używano margaryny lub masła, zastępując je później olejem roślinnym.

Wpis na LPT: 16 grudnia 2019 r. w kategorii Wyroby piekarnicze i cukiernicze.
Wnioskodawca: Józef Wilczek, Żyrowa, gm. Zdzieszowice.

SKŁADNIKI:

- *5 jajek,*
- *1 ½ szklanki cukru,*
- *3 szklanki mąki,*
- *1 szklanka oleju,*
- *1 szklanka wody,*
- *2 łyżki ciemnego kakao,*
- *2 łyżeczki proszku do pieczenia,*
- *ew. garść rodzynek.*

PRZYGOTOWANIE

Przygotować wszystkie produkty w ilości zgodnej z recepturą. Formę wysmarować tłuszczem i lekko wysypać bułką tartą. Mąkę przesiać. Jajka ubić z cukrem za pomocą miksera na puszystą masę. Ubijając, dodawać stopniowo olej i wodę. Do przesianej mąki dodać proszek do pieczenia, wymieszać z pozostałą masą. Ciasto podzielić na dwie części. Do jednej wsypać kakao i rozetrzeć na jednolitą masę. Do drugiej części można dodać rodzynki i wymieszać. Do natłuszczonej formy wlewać na przemian białe i ciemno ciasto, zaczynając od ciemnego. Włożyć formę z ciastem do nagrzanego piekarnika i piec w temperaturze 180°C około 45–50 minut. Babkę przestudzić, wyjąć z formy i oprószyć cukrem pudrem.

Kretowina – ciasto biszkoptowe o smaku czekoladowym

Kretowina to odmiana biszkoptowego ciasta czekoladowego z kremem. Jego odmienność polega na zastosowaniu miski w celu uzyskania kształtu półkuli wzorowanej na francuskiej Charlotte Royal. Ponieważ kształtem ciasto przypomina kopczyk, nazwano je kretowiną. Jest to ciasto typu tortowego, różni się jednak od tradycyjnych tortów nie tylko kształtem, lecz także nadzieniem. Masa, którą przełożono ciasto, uzyskuje swą lekką i puszystą konsystencję dzięki dodatkowi mleka z żelatyną. Przepis na kretowinę trafił na Opolszczyznę najprawdopodobniej z Niemiec, z którymi ludność rodzimą łączą różnorodne związki, głównie kontakty rodzinne. Nowości kulinarne, zwłaszcza wypieki i wyroby cukiernicze, są tu chętnie wypróbowywane, gdyż każda gospodyni chce przyjąć gości podając do „kafeju" oryginalne, nieznane i „miejskie" ciasto.

Wpis na LPT: 5 marca 2007 r. w kategorii Wyroby piekarnicze i cukiernicze.
Wnioskodawca: Natalia Grüner, Radoszowy, gm. Pawłowiczki.

SKŁADNIKI:

Biszkopt:
- *7 jaj,*
- *7 łyżek cukru,*
- *7 łyżek mąki,*
- *1–2 łyżki kakao,*
- *1 łyżeczka proszku do pieczenia.*

Masa czekoladowa:
- *200 g masła,*
- *4 jaja,*
- *1 szklanka cukru pudru,*
- *1 szklanka mleka,*
- *2 łyżki żelatyny,*
- *1–2 łyżki kakao,*
- *½ tabliczki startej czekolady.*

Polewa:
- *100 g masła,*
- *1 jajko,*
- *2 łyżki cukru pudru,*
- *3–4 łyżki kakao.*

PRZYGOTOWANIE

Biszkopt

Jaja z cukrem ubić na puszystą masę, dodać mąkę wymieszaną z proszkiem do pieczenia, kakao i delikatnie wymieszać drewnianą łyżką, unosząc masę. Ciasto wlać do wysmarowanej tłuszczem i oprószonej mąką tortownicy. Piec w nagrzanym piekarniku w temp. 170°C przez ok. 40 minut. Upieczony i ostudzony biszkopt przekroić na dwa placki. Górną połową ciasta wyłożyć miskę (tak, żeby ciasto przybrało kształt kopca).

Przygotowanie masy

Zagotować mleko i rozpuścić w nim żelatynę. Pozostawić do ostudzenia. W tym czasie utrzeć masło na puch ze szklanką cukru pudru i 4 żółtkami. Białka ubić na sztywną pianę i dodać do kakao. Do masy maślanej dolewać powoli letnie mleko z żelatyną i cały czas ubijać mikserem. Na końcu dodać startą na wiórki czekoladę i pianę z białek. Całość delikatnie wymieszać. Pozostawić, żeby masa wystygła i lekko stężała. Do ostudzonego biszkoptu w misce włożyć lekko stężałą masę kakaową, przykryć pozostałą połową ciasta i pozostawić na 2–3 godziny. Po tym czasie odwrócić miskę i wyjąć ciasto.

Przygotowanie polewy

Masło roztopić, dodać jajko ubite z cukrem i kakao. Jeszcze gorącą polewę wylać na ciasto.

Chałwy sezamowe

Produkcję chałwy sezamowej w Brzegu rozpoczęto w 1951 roku. Najważniejszym składnikiem chałwy jest miazga sezamowa. Wytwarza się ją metodą tradycyjną z zastosowaniem ręcznego wyrabiania i masowania składników. Ręczne wyrabianie masy sezamowej wpływa na wyśmienity smak chałwy. Jest to proces, w którym następuje połączenie miazgi sezamowej i masy karmelowej w taki sposób, by między cienkimi włóknami masy karmelowej znalazła się równomiernie rozprowadzona miazga sezamowa. Osiągnięta w ten sposób struktura chałwy sprawia, że tak wytwarzany produkt nie ma sobie równych. Ręczna praca ludzi jest w tym procesie nie do zastąpienia.

Wpis na LPT: 9 stycznia 2006 r. w kategorii Wyroby piekarnicze i cukiernicze.
Wnioskodawca: PWC Odra Brzeg S.A.

Anyżki

Dawniej przygotowanie ciastek anyżkowych zajmowało dużo więcej czasu z powodu konieczności dokładnego wymieszania jajek z cukrem drewnianą łyżką, kręcąc zawsze w jedną stronę. Trwało to zazwyczaj około godziny. Obecnie w związku z postępem technologicznym ciasteczka przygotowywane są dużo szybciej. Ciastka anyżowe pieczone są głównie na święta Bożego Narodzenia, a także uroczystości rodzinne.

Wpis na LPT: 10 stycznia 2011 r. w kategorii Wyroby piekarnicze i cukiernicze.
Wnioskodawca: Urszula Surzykiewicz, Przewóz, gm. Cisek.

SKŁADNIKI:

- *250 g cukru,*
- *300 g mąki,*
- *4 jajka,*
- *1 łyżeczka anyżu.*

PRZYGOTOWANIE

Anyż, jeśli jest w gwiazdkach, należy zemleć lub utłuc w moździerzu. Można również użyć gotowego, sproszkowanego. Do miski wbić jajka, dodać cukier i ubijać mikserem na puszystą masę. Pod koniec ubijania miskę postawić na ciepłej płycie kuchennej i nadal ubijać. Masa powinna być ciepła, ale nie gorąca. Zdjąć i dodawać partiami mąkę i anyżek, delikatnie mieszając przez unoszenie masy drewnianą łyżką „od spodu". Ma to na celu wprowadzenie do ciasta więcej powietrza.
Ciastem napełnić szprycę i wyciskać, na posmarowaną masłem i oprószoną mąką blachę, niewielkie okrągłe ciasteczka. Blachy z ciastkami ustawić w ciepłym i przewiewnym miejscu, żeby wyschły. Suszyć w zależności od pogody i temperatury od 3 do 5 godzin. Przed upieczeniem sprawdzić palcem wierzch jednego ciastka. Jeżeli nie odrywa się od całości, nie przywiera do palca, to piec ciasteczka w temperaturze do 180°C (bez termoobiegu) ok. 15 minut, na jasnozłoty kolor.
Upieczone ciastka można przechowywać w kartoniku, papierowej torebce lub metalowej puszce do trzech miesięcy.

Krośnicka szpajza

Na śląskich stołach po zakończonym obiedzie nie mogło nigdy zabraknąć deseru. Krośnicka szpajza to tradycyjny, śląski deser wytwarzany na bazie surowych białek. Tradycyjną szpajzę sporządzano głównie o smaku cytrynowym z dodatkiem żółtek. W Krośnicy najbardziej popularna jest szpajza przygotowywana na bazie kompotu i galaretek o różnych smakach.

Wpis na LPT: 16 grudnia 2019 r. w kategorii Wyroby piekarnicze i cukiernicze.
Wnioskodawca: Koło Gospodyń Wiejskich w Krośnicy, gm. Izbicko.

SKŁADNIKI:

- *1 galaretka owocowa (cytrynowa, truskawkowa lub wiśniowa),*
- *¾ szklanki soku owocowego ze swojskiego kompotu (agrestowego, truskawkowego lub wiśniowego),*
- *1 szklanka cukru (jeśli sok jest bardzo słodki, należy użyć tylko ½ szklanki cukru),*
- *2 białka ze swojskich jaj.*

Do dekoracji:

- *ubita śmietana kremówka,*
- *całe owoce lub ich kawałki,*
- *ew. pokrojona w kostkę galaretka.*

PRZYGOTOWANIE

Zagotować w garnku 1 szklankę kompotu (bez owoców). Po zagotowaniu kompotu zdjąć garnek z ognia, wsypać galaretkę i mieszać do rozpuszczenia. Odstawić do wystudzenia. Kiedy galaretka zaczyna tężeć, należy zacząć ubijać białka z cukrem. Gdy białka są już ubite, należy powoli wlewać tężejącą galaretkę i ubijać tak długo, aż masa będzie miała konsystencję pianki.
Ubitą piankę należy przelać do salaterek i pozostawić na 2–3 godziny do stężenia. Gotową piankę można przed podaniem udekorować bitą śmietaną, owocami (całymi lub pokrojonymi) i pokrojoną w kostkę galaretką (wcześniej przygotowaną).

Krajanki

Krajanki są tradycyjnym produktem kulinarnym na Śląsku Opolskim. Wypiekane są w gospodarstwach domowych z okazji uroczystości rodzinnych – wesel, chrzcin, rocznic ślubu, dożynek, odpustów. Przepis na wykonanie krajanek przechodzi z pokolenia na pokolenie od niepamiętnych czasów.

Wpis na LPT: 12 sierpnia 2010 r. w kategorii Wyroby piekarnicze i cukiernicze.
Wnioskodawca: Krystyna Linek, Dobieszowice, gm. Walce.

SKŁADNIKI:

Ciasto drożdżowe:
- *500 g mąki pszennej,*
- *250 ml ciepłego mleka,*
- *150 g masła,*
- *2 jajka,*
- *50 g świeżych drożdży,*
- *100 g cukru,*
- *starta skórka z ½ cytryny,*
- *szczypta soli.*

Nadzienie – masa serowa:
- *1 kg białego sera (tłustego lub półtłustego),*
- *250 g cukru,*
- *5 jajek,*
- *150 g masła,*
- *rodzynki,*
- *cukier wanilinowy,*
- *szczypta szafranu.*

Masa makowa:
- *500 g maku,*
- *250 ml wrzącego mleka,*
- *250 g cukru,*
- *100 g masła,*
- *2 łyżki mąki,*
- *orzechy lub migdały.*

Masa jabłkowa:
- *1 kg jabłek,*
- *3 łyżki cukru,*
- *1 ½ łyżeczki cynamonu.*
- *cukier puder do posypania ciasta.*

Kruszonka:
- *400 g mąki pszennej,*
- *200 g masła,*
- *200 g cukru,*
- *1 jajko,*
- *cukier wanilinowy.*

PRZYGOTOWANIE

Z ciepłego mleka, drożdży i jednej łyżeczki cukru przygotować rozczyn, pozostawić w ciepłym miejscu do wyrośnięcia. Do naczynia wsypać mąkę pszenną, dodać utarte z cukrem jajka, masło i wcześniej przygotowany rozczyn z drożdży. Połączyć składniki, dodać startą skórkę z cytryny i resztę cukru. Wyrabiać ciasto tak długo, aż będzie odstawało od miski. Tak przygotowane ciasto pozostawić w ciepłym miejscu do wyrośnięcia. ***Przygotowanie masy serowej:*** *Twaróg zmielić przez maszynkę, dodać cukier, roztopione masło, jajka, rodzynki, szafran, cukier wanilinowy. Dobrze wymieszać.* ***Przygotowanie masy makowej:*** *Mak zmielić, zaparzyć mlekiem, dodać cukier, masło, mąkę, orzechy lub migdały.* ***Przygotowanie masy jabłkowej:*** *Obrane jabłka zetrzeć na tarce, dodać cukier i cynamon. Ciasto ponownie przerobić i pozostawić do ponownego wyrośnięcia. Brać kawałki ciasta, formować kwadratowe placki, nakładać nadzienie, założyć rogi do środka i układać na wysmarowanej tłuszczem blaszce, pozostawiając między krajankami miejsce do wyrośnięcia. Ciasto z wierzchu posmarować rozmąconym jajkiem z mlekiem.* ***Przygotowanie kruszonki:*** *Masło, cukier, cukier wanilinowy i jajko ucieramy. Dodajemy mąkę i wyrabiamy ciasto, aż będzie jednolite. Kruszonkę układać palcami na krajankach. Piec krajanki w piekarniku nagrzanym do 180°C przez ok. 30 minut, aż będą miały złocisty kolor. Gdy przestygną, posypać cukrem pudrem.*

Chrust / chrustek / chrustki / faworki

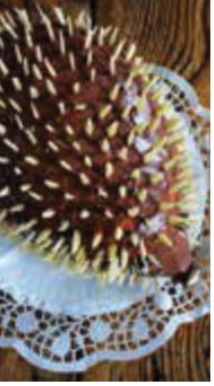
Karnawał na Śląsku nie mógł obyć się bez pieczenia chrustu, zwanego także chrustkiem lub faworkami. Wyraz polski faworki został zapożyczony z języka francuskiego faveur, a oznacza wąską wstążeczkę, tasiemkę jedwabną. Faworki to chrupkie ciastka o słodkim smaku, w kształcie pasków (wstążek) przekrojonych w środku wzdłuż i przewiniętych, smażone w głębokim tłuszczu i posypywane cukrem pudrem. Najczęściej spożywane są w czasie karnawału i Tłustego Czwartku lub na Ostatki, czyli we wtorek przed Środą Popielcową. Chrust został nagrodzony ogólnopolską nagrodą „Perła 2019" przez Polską Izbę Produktu Regionalnego i Lokalnego.

Wpis na LPT: 11 kwietnia 2014 r. w kategorii Wyroby piekarnicze i cukiernicze.
Wnioskodawca: Teresa Kamieniecka-Hreczaniuk, Gostomia, gm Biała.

SKŁADNIKI:
- *250 g mąki pszennej,*
- *3 żółtka,*
- *2 łyżki kwaśnej gęstej śmietany,*
- *1 łyżka masła,*
- *1 łyżka spirytusu,*
- *tłuszcz do smażenia (ok. ½ kg smalcu lub 1 l oleju),*
- *szczypta soli,*
- *cukier puder do posypania.*

PRZYGOTOWANIE

Mąkę przesiać na stolnicę, dodać zimne masło i sól. Posiekać nożem. Dodać żółtka i śmietanę oraz spirytus. Wyrobić gładkie i elastyczne ciasto. Wyrobione ciasto podzielić na 2–3 mniejsze części i każdą osobno rozwałkować. Pokroić w paski o szerokości 3 cm i długości ok. 15 cm. Środek każdego paska naciąć, a brzegi przewinąć przez otwór. Wrzucać na rozgrzany w szerokim rondlu tłuszcz i smażyć krótko z obu stron, obracając ostrożnie widelcem. Po usmażeniu odsączyć na ręczniku papierowym, wyłożyć na półmisek i posypać cukrem pudrem.



Jeż – ciasto tortowe z masą kremową z czarnej porzeczki

Ciasto „Jeż" pochodzi ze wsi Kazimierz położonej w powiecie prudnickim. Jego związek z tym regionem rozpoczął się w 1960 roku, kiedy to założono w Kazimierzu Koło Gospodyń Wiejskich i zorganizowano w nim kurs gotowania i pieczenia. Na kurs uczęszczało wówczas 35 kobiet, z których jedna wytwarza „Jeża" do dzisiaj. Ciasto jest przygotowywane według oryginalnego przepisu w warunkach domowych w małych ilościach. Najczęściej daje się je w prezencie podczas uroczystości rodzinnych, świąt i pokazów. Ze względu na swój nietypowy wygląd – kształt i wielkość przypominające żywego jeża – ciasto cieszy się dużym zainteresowaniem na przyjęciach i wystawach. Jeż został nagrodzony ogólnopolską nagrodą „Perła 2018" przez Polską Izbę Produktu Regionalnego i Lokalnego.

Wpis na LPT: 10 października 2005 r. w kategorii Wyroby piekarnicze i cukiernicze.
Wnioskodawca: Irena Lesiak, Józefa Horodecka, Koło Gospodyń Wiejskich w Kazimierzu, gm Głogówek.

SKŁADNIKI:

Ciasto biszkoptowe:
- *6 jaj,*
- *6 łyżek mąki pszennej,*
- *6 łyżek cukru,*
- *½ łyżeczki proszku do pieczenia.*

Masa kremowa:
- *500 g masła,*
- *4 jajka,*
- *1 szklanka cukru,*
- *kilka kropel aromatu rumowego,*
- *1 słoiczek dżemu z czarnej porzeczki własnej produkcji.*

Do nasączenia ciasta:
- *1 szklanka mocnej herbaty,*
- *sok z ½ cytryny,*
- *1 łyżka cukru.*

Do dekoracji:
- *100 g migdałów,*
- *1 łyżka kakao,*
- *3 ziarenka kawy czekoladowej.*

PRZYGOTOWANIE

Wykonanie ciasta biszkoptowego

Białka oddzielić od żółtek, ubijać na sztywną pianę, dodając po 1 łyżce cukru, potem dodać żółtka, następnie mąkę z proszkiem do pieczenia i lekko wymieszać. Ciasto wylać na płytką blachę o rozmiarach 40 x 40 cm wyłożoną pergaminem. Piec w piekarniku 30 minut w temperaturze 180°C. Wyjąć z piekarnika upieczone ciasto, zdjąć z blachy, przewrócić na stolnicę i zdjąć pergamin. Upieczony biszkopt ostudzić.

Przygotowanie nasączenia

Zaparzyć 1 szklankę mocnej herbaty, dodać 1 łyżkę cukru i sok wyciśnięty z ½ cytryny, wymieszać. Ciepłym roztworem nasączyć ostudzony biszkopt.

Przygotowanie masy kremowej

Masło utrzeć w misce drewnianym tłuczkiem. Jajka z cukrem ubić w garnku na parze, ostudzić, dodawać po 1 łyżce do utartego masła i ciągle ucierać. Z utartej masy odłożyć 4 łyżki do posmarowania jeża na zewnątrz. Do reszty masy dodawać po 1 łyżce dżemu i ucierać do uzyskania jednolitej masy. Uwaga: dżem nie może zawierać szypułek i skórek z owoców czarnej porzeczki.

Składanie jeża

Z ciasta wykroić 5 kawałków na kształt jeża, przełożyć masą kremową z czarnej porzeczki, uformować kształt jeża. Do uformowania pyszczka i kształtu jeża użyć skrawki ciasta. Do 4 łyżek odłożonej masy kremowej dodać 1 łyżkę kakao, wymieszać, lekko ucierając. Masą kakaową posmarować zewnętrzną stronę jeża.

Wykonanie kolców

Migdały sparzyć wrzącą wodą, zdjąć skórkę i wycinać kolce oraz wyciąć trzy płatki migdałowe potrzebne na uszy i ogonek jeża. Ułożyć kolce na posmarowanej powierzchni jeża w pozycji pionowej, na pyszczku ułożyć oczy i nosek z ziarenek kawy czekoladowej, uszy i ogonek z płatków migdałowych.

Opolskie ciasteczka ze skwarek (szpyrek)

Skwarki jako produkt wytapiania słoniny, zaliczane były do produktów o niskim statusie żywieniowym. Jak piszą badacze i etnografowie, ludność śląska żyła bardzo ubogo na przełomie XVIII i XIX wieku. Po przetopieniu słoniny pozostawały skwarki, które zazwyczaj odcedzano od smalca, by dłużej zachował on świeżość. Ze skwarek (były tańsze w uzyskaniu od masła i margaryny) pieczono ciasteczka, zwane właśnie ciastkami ze szpyrek.

Wpis na LPT: 21 grudnia 2007 r. w kategorii Wyroby piekarnicze i cukiernicze.
Wnioskodawca: Celina Grzesik, Dziergowice, gm. Bierawa.

SKŁADNIKI:
- *1 szklanka skwarków ze świeżej słoniny,*
- *150 g cukru,*
- *2 jajka,*
- *250 g mąki pszennej,*
- *1 łyżeczka proszku do pieczenia,*
- *ew. dodatki: orzechy i wanilia.*

PRZYGOTOWANIE

Wytopić skwarki ze słoniny i ostudzić. Następnie zemleć skwarki dwukrotnie przez maszynkę do mielenia mięsa z drobnym sitkiem. Mąkę przesiać, wbić jajka, dodać cukier i skwarki. Zagnieść ciasto. Powinno być dość twarde. Następnie rozwałkować na grubość ok. 0,5 cm. Wykrawać okrągłe ciasteczka. Można też wyciskać ciasteczka przez maszynkę ze specjalną nakładką. Piec w piekarniku w temperaturze 180°C przez 10–12 minut na złoty kolor.

Święta przy opolskim stole

Śliszki

Śliszki, które podawano także w Sylwestra i na Nowy Rok, są pozostałością starej tradycji, w której Boże Narodzenie i Nowy Rok zlewały się w jedno pasmo świąt zwane Godami. Upieczone na święta Bożego Narodzenia zawijaniec z makiem lub bułeczki z nadzieniem makowym na Sylwestra były czerstwe i często już suche, dlatego moczyło się je w mleku i podawało jako śliszki.

Wpis na LPT: 7 lutego 2007 r. w kategorii Wyroby piekarnicze i cukiernicze.
Wnioskodawca: Jolanta Siwoń, Radoszowy, gm. Pawłowiczki.

SKŁADNIKI:

Ciasto drożdżowe:

- *1 kg mąki pszennej,*
- *200 g cukru,*
- *200 g masła,*
- *500 ml mleka,*
- *100 g drożdży.*

Masa makowa:

- *250 g zmielonego maku,*
- *ok. 750 ml mleka,*
- *100 g cukru,*
- *100 g masła,*
- *olejek migdałowy,*
- *rodzynki i ew. migdały.*

PRZYGOTOWANIE

Przygotować rozczyn drożdżowy – drożdże pokruszyć, zalać kilkoma łyżkami ciepłego mleka, dodać łyżkę cukru i łyżkę mąki. Zamieszać. Odstawić w ciepłe miejsce do wyrośnięcia. Stopić masło i przestudzić. Zmielony mak sparzyć wrzącym mlekiem, dodać cukier, olejek migdałowy i ewentualnie bakalie. Odstawić. Do wyrośniętego rozczynu dodać mąkę, mleko i cukier. Wszystkie składniki dokładnie wymieszać i wyrabiać ciasto, dolewając stopniowo roztopione masło. Ciasto należy wyrabiać dość długo, aż zacznie odstawać od miski i rąk. Wyrobione ciasto przykryć i odstawić w ciepłe miejsce do wyrośnięcia. Wyrośnięte ciasto podzielić na 2–3 części. Każdą część rozwałkować, formując prostokąt. Na rozwałkowany placek nałożyć masę makową i zwinąć w rulon. Lekko spłaszczyć dłonią, kroić w plastry o grubości ok. 3 cm. Powstałe w ten sposób bułeczki układać na natłuszczonej blaszce. Odstawić na chwilę do wyrośnięcia. Przygotowane w ten sposób śliszki wkładamy do nagrzanego piekarnika i pieczemy w temperaturze ok. 200°C przez ok. 20 minut. Upieczone wyjmujemy i studzimy. Zimne śliszki, najlepiej następnego dnia, układamy warstwami w misce z ciepłym mlekiem. Obciążamy równomiernie, żeby dobrze się nasączyły, ale nie rozmoczyły. Śliszki wyciągnąć łyżką cedzakową z miski i ułożyć warstwami w salaterce. Każdą warstwę polać stopionym masłem, posypać cukrem i startym piernikiem.

Mołcka – potrawa wigilijna

Mołckę robi się powszechnie na Śląsku od pokoleń jako danie wigilijne, do którego używa się suszonych owoców, miodu i piernika. Do jej przygotowania gospodynie szykowały się już z nastaniem adwentu. Występują różne wersje mołcki w zależności od tradycji rodzinnej oraz różne jej nazwy, zależnie od regionu Śląska – moucka, mołcka, moczka. Mołcka ma swoje różne odmiany, według jednych przepisów nie używa się do jej przygotowania warzyw, tylko same owoce suszone, piernik i inne dodatki, według innych dodaje się do mołcki pokrojone warzywa takie jak: marchewka, pietruszka, seler oraz ziele angielskie i liść laurowy.

Wpis na LPT: 25 września 2007 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Gabriela Tarara, Węgry, gm. Turawa.

SKŁADNIKI:

- *owoce suszone na słońcu albo w bratrurze (piekarniku): owoce jabłek, śliwek węgierek, winogron oraz gruszek, najlepiej gruszki piecorki lub gnijołki (ulęgałki),*
- *śliwki węgierki z kompotu,*
- *orzechy włoskie (niekrojone ani niemielone),*
- *ew. figi, rodzynki, daktyle,*
- *marchewka, pietruszka, seler, ziele angielskie i liść laurowy,*
- *wcześniej upieczony piernik,*
- *sól i cukier do smaku.*

PRZYGOTOWANIE

Piernik pokroić lub połamać na kawałki i namoczyć w letniej wodzie. Warzywa obrać i pokroić w kostkę, zalać wodą i ugotować do miękkości. Orzechy obrać, ale nie kroić. Migdały sparzyć i obrać ze skórki. Owoce suszone pokroić w kostkę. Bakalie dodać do garnka z warzywami i gotować razem przez kilka minut. Po ugotowaniu dodać namoczony wcześniej piernik i krótko zagotować. Przyprawić do smaku solą i pieprzem. Przygotowaną mołckę przełożyć do salaterki. Podawać na ciepło lub na zimno.

Makówka opolska

Przepisów na śląskie makówki jest sporo. Kiedyś były to bułki moczone w słodkim mleku wymieszane z miodem i tartym makiem. Z czasem przepisy na makówki wzbogaciły się w inne smakowite dodatki. Znane są również przepisy na makówki przygotowywane na wodzie i na mleku. Makówka była i nadal pozostaje typową potrawą związaną z obrządkiem Świąt Bożego Narodzenia. Podawana jest głównie podczas kolacji wigilijnej.

Wpis na LPT: 30 grudnia 2011 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Urszula Trinczek, Związek Śląskich Kobiet Wiejskich, Wierzch, gm. Głogówek.

SKŁADNIKI:

- *250 g suchego maku,*
- *2 czerstwe bułki,*
- *1 l mleka,*
- *50 g cukru,*
- *1 cukier wanilinowy,*
- *bakalie: orzechy włoskie, rodzynki, figi, skórka z pomarańczy i cytryny.*

PRZYGOTOWANIE

Mak zmielić na sucho w maszynce. Przygotować bakalie: skórkę z cytryny i pomarańczy usmażyć w cukrze (powstanie tak zwany cytrynat). Orzechy posiekać, figi pokroić, rodzynki przepłukać. Mleko zagotować. Czerstwą bułkę pokroić na cienkie kromki.
Przygotować odpowiedni półmisek, najlepiej szklany. Na dno półmiska wyłożyć warstwę maku. Na mak nałożyć warstwę bakalii i posypać cukrem. Na bakaliach ułożyć warstwę bułki i posypać cukrem. Zalać gorącym mlekiem. Czynności powtórzyć dwa lub trzy razy. Na samym wierzchu makówki dać mak oraz ułożyć dekoracyjnie bakalie. Wszystko zalać gorącym mlekiem.
Odstawić makówkę na kilka godzin w chłodne miejsce. Makówkę przyrządza się poprzedniego dnia wieczorem, ponieważ musi nasiąknąć mlekiem i przejść wzajemnie smakami.

Siemieniotka

Do dzisiaj w śląskich domach siemieniotka jest podawana podczas wieczerzy wigilijnej, a przepis na tę potrawę jest przekazywany z pokolenia na pokolenie. Ta świąteczna zupa według wierzeń miała dawać siłę i powodzenie. Kiedyś gotowanie tej zupy trwało cały dzień, ponieważ jej sporządzenie wymagało własnoręcznego przygotowania mąki z kaszy jaglanej, następnie bardzo długo gotowano ziarna konopi w osłodzonej i posolonej wodzie.

Wpis na LPT: 14 maja 2007 r. w kategorii Gotowe dania i potrawy.
Wnioskodawca: Gabriela Kania, Stare Budkowice, gm. Murów.

SKŁADNIKI:

- *300 g nasion konopii,*
- *1 l mleka,*
- *250 ml słodkiej śmietanki,*
- *3 łyżki cukru,*
- *sól do smaku,*
- *3 łyżki mąki jaglanej lub krupczatki,*
- *2 łyżki masła,*
- *1 szklanka ugotowanej kaszy jęczmiennej lub jaglanej.*

PRZYGOTOWANIE

Konopie opłukać i sparzyć wrzącą wodą. Wodę zlać i wlać ok. 2 litrów przegotowanej ciepłej wody. Gotować ok. godziny. Kiedy ziarenka zaczną pękać i będzie widać białą zawartość nasion, wodę ponownie zlać (ale wywaru nie wylewać), a nasiona przecedzić. Odcedzone nasiona lekko rozmiażdżyć i przecisnąć przez gęste sitko, a by uzyskać zawiesiste mleczko.
Do gęstego mleczka konopnego wlać wywar, który został po gotowaniu konopii, mleko, śmietankę, masło i cukier. Na koniec zagęszczamy mąką roztrzepaną w niewielkiej ilości wywaru. Mieszamy siemieniotkę i gotujemy kilka minut. Doprawiamy do smaku solą.
Zupę można podawać z wcześniej ugotowaną kaszą jęczmienną lub jaglaną.

W opolskiej spiżarni

Kompot z kwity

Tradycja sporządzania na Opolszczyźnie kompotu z kwity (tj. pigwy) sięga daleko w przeszłość, o czym świadczy wiele zachowanych przepisów na jego sporządzenie. Należy pamiętać, że kompot z pigwy jest bardzo dobry, pod warunkiem że użyje się owoców w pełnej dojrzałości. Trzeba obrać je ze skórki, pokroić w plastry i od razu wrzucić do miski z wodą, bo bardzo szybko ciemnieją. Kompot z kwity otrzymał nagrodę Polskiej Izby Produktu Regionalnego i Lokalnego „Perła 2015".

Wpis na LPT: 6 czerwca 2014 r. w kategorii Warzywa i owoce.
Wnioskodawca: Sabina Blaut, Gospodarstwo Agroturystyczne „Stary Młyn", Obrowiec, gm. Gogolin.

SKŁADNIKI:

- *dojrzałe owoce pigwy (kwity), zbierane w drugiej połowie października,*
- *woda,*
- *cukier (3–4 łyżki na 1 l wody).*

PRZYGOTOWANIE

Pigwy obrać ostrym nożem ze skórki, podzielić na cząstki (plastry o grubości 1–2 cm lub w dużą kostkę). Po obraniu od razu wrzucić do miski z wodą, ponieważ szybko ciemnieją. Przygotować zalewę z wody i cukru. Cząstkami owoców napełnić do połowy (lub trochę więcej) słoiki i zalać do pełna wodą z cukrem. Szczelnie zamknąć i wstawić do kociołka. Gotować 40–60 minut. Im dłużej się gotują, tym kompot będzie miał ciemniejszy, bardziej czerwony kolor.
Po ostudzeniu przechowywać w chłodnym, ciemnym miejscu, najlepiej na regale w spiżarni lub piwnicy.

Ogórkowe pikle

Pikle przygotowywane są z wyrośniętych, dużych ogórków gruntowych uprawianych w przydomowych ogródkach i w ogródkach przy gospodarstwach rolnych. Ogórkowe pikle przechowywane są w piwnicach i spiżarniach aż do następnych zbiorów. Zazwyczaj podawane są do obiadu oraz jako przekąska do dań na zimno.

Wpis na LPT: 14 maja 2013 r. w kategorii Warzywa i owoce.
Wnioskodawca: Sylwia Skoczylas, Restauracja Stara Karczma w Chocianowicach, gm. Lasowice Wielkie.

SKŁADNIKI:

- *ok. 2 kg dużych wyrośniętych ogórków,*
- *100 g soli.*

Zalewa:

- *1 l wody,*
- *250 l octu (6%),*
- *10 łyżek cukru,*
- *1 łyżka soli.*

Dodatki do każdego słoika:

- *3–4 plasterki marchewki,*
- *3–4 plastry cebuli,*
- *1 gałązka kopru,*
- *kilka ziaren ziela angielskiego,*
- *kilka ziaren gorczycy,*
- *2–3 liście laurowe.*

PRZYGOTOWANIE

Wyczyścić, umyć i obrać ogórki. Obrane ogórki przekroić wzdłuż, wybrać miąższ, a pozostałą część ogórka pokroić w paski o wymiarach ok. 1 x 2 cm. Pokrojone ogórki posolić i zostawić na 12 godzin w naczyniu. Następnie ogórki odcedzić na sicie i zostawić na kolejne 5 godzin. Przygotować wyparzone słoiki, do każdego nałożyć kawałki ogórków. Do każdego słoika dodać kilka plasterków marchewki, koper, cebulę, ziele angielskie, liść laurowy i gorczycę. Przygotować zalewę składającą się z wody, octu, cukru, soli, a następnie zalać nią przygotowane ogórki w słoikach. Słoiki zakręcić i gotować przez 10 minut, a następnie wystudzić w temperaturze pokojowej.

Kapusta kiszona „Gładyszówka" z Bobrowy

Od wielu lat kiszenie kapusty było wręcz rytualnym zajęciem i okazją do towarzyskich spotkań. Wśród ludności krążyły przesądy, że kapustę należy ukisić do końca października, bowiem, jeżeli zrobi się to w listopadzie po Święcie Zmarłych, może się ona zepsuć. W tym celu mężczyźni i kobiety zbierali się wspólnie w jednym domu i razem przygotowywali kapustę do zakiszenia. Czas wypełniały im opowiadania oraz śpiew. Najpierw obierano kapustę z brudnych wierzchnich liści, usuwano tzw. głąby, rozkrawano na ćwiartki, a następnie drobno siekano dużym tasakiem na drewnianych deskach. Gdy posiekaną kapustę wsypano już do beczki i posypano obficie solą, jedna osoba – zwykle mężczyzna, przygotowywała się do jej ubijania, a raczej deptania w beczce. Jeżeli natomiast kapustę ubijała kobieta, musiała to robić w tradycyjnym wiejskim stroju z chustą na głowie. Często się zdarzało, że deptanie kapusty powierzano dzieciom. Czynność tę poprzedzało moczenie nóg w wodzie.

Wpis na LPT: 4 września 2007 r. w kategorii Warzywa i owoce.
Wnioskodawca: Edward Gładysz, Bobrowa, gm. Rudniki.

SKŁADNIKI:

- *kapusta biała – do kiszenia najlepiej nadaje się kapusta odmian późnych, zimowych, tzw. kapusta cukrowa,*
- *marchew,*
- *kminek,*
- *liście laurowe,*
- *ziele angielskie,*
- *sól kamienna.*

PRZYGOTOWANIE

Główki białej kapusty wyczyścić z wierzchnich liści i pokroić na połówki. Marchew umyć i obrać. Beczki (plastikowe i drewniane) oraz garnki kamionkowe, w których będzie kiszona kapusta, starannie umyć i wyparzyć wrzątkiem. Beczki wyłożyć folią. Kapustę poszatkować, najlepiej za pomocą szatkownicy ustawionej nad dużą metalową balią. Grubość poszatkowanej kapusty nie powinna przekraczać 2–4 mm. Marchew zetrzeć na piórka na tarce. Gdy balia jest już zapełniona w ¾, dodawać porcjami startą marchew, kilka garści soli oraz według uznania – ziele angielskie, kminek i liście laurowe. Wszystkie składniki dokładnie wymieszać, a powyższe czynności powtarzać do wyczerpania zapasów. Wymieszane surowce wsypywać porcjami do beczki i ubijać czystymi rękoma lub drewnianym ubijakiem do momentu wydzielenia się soku i usunięcia powietrza. Beczki nie należy napełniać całej, ze względu na wydzielający się sok w pierwszych dniach fermentacji. Na wierzch kiszonki ułożyć umyte liście kapusty, obciążyć je wyparzoną drewnianą deseczką, którą należy przycisnąć z wierzchu czymś cięższym. Beczki należy przenieść na okres 3–4 tygodni do pomieszczenia, gdzie temperatura wynosi ok. 18°C. Po mniej więcej 2–3 dniach, gdy kapusta zacznie podnosić się i fermentować, należy ją przebić w celu uwolnienia wytwarzających się gazów, aby kisząca się kapusta nie przeszła goryczą. Czynność powtarzać przez ok. tydzień. Po okresie kiszenia, gdy kapusta jest już gotowa do spożycia, przenosimy ją do chłodnego i zaciemnionego pomieszczenia, gdzie może stać cały rok, nie tracąc swoich walorów smakowych i zdrowotnych.

Opolskie

napoje, miody, oleje ...

Piwo miodowe

Sposoby produkcji piw są różne. Dawniej, kiedy browary nie były tak powszechne, piwa wykonywało się domowym sposobem. Bardzo popularne były np. podpiwki – napoje bezalkoholowe robione właśnie w domach. Dużo wcześniej robiono również piwa alkoholowe. Receptura piwa miodowego oparta jest na doświadczeniach śląskich pszczelarzy. Od wieków tradycje pszczelarskie na naszym terenie były bardzo dobrze rozwinięte. W większości gospodarstw znajdowały się pasieki, w których pozyskiwano miód dla celów domowych. Popłuczyny uzyskiwane z mycia urządzeń pszczelarskich i resztek wosku zawierające spore ilości miodu wykorzystywano do produkcji piw miodowych.

Wpis na LPT: 30 października 2007 r. w kategorii Napoje.
Wnioskodawca: Zygmunt i Gizela Kubina, Pasieka Kubina, Lubieszów, gm. Bierawa.

Tej ziołowy

Przepisów na domową herbatę śląskie gospodynie miały sporo i zależały one najczęściej od upodobań rodziny. Poczynając już od wiosny, zbierano listki poziomek, malin, jeżyn, później kwiaty dzikiego bzu i lipy, wreszcie owoce głogu (dzikiej róży), kwiat wrzosu, który nadawał herbacie piękny czerwony kolor. Zioła suszono, chowano do lnianych woreczków, zawieszano na strychu, a jesienią i zimą w zależności od zapotrzebowania i smaku, robiono właściwą mieszankę. Do dzisiaj chętnie pije się na Śląsku ziołową herbatę. Zimą, kiedy ktoś zachoruje, do herbaty ziołowej można dodać sok malinowy lub miód.

Wpis na LPT: 14 maja 2007 r. w kategorii: Inne produkty.

Zbieranie ziół zaczyna się wczesną wiosną od podbiału żółtego, mniszka lekarskiego, pokrzywy. Każde z ziół zbiera się osobno, najlepiej na drugi dzień po deszczu, wtedy są czyste, a ziół nie płucze się w wodzie. Suszy się osobno na rozłożonych prześcieradłach. Kolejne zioła zbiera się według wzrastania i podobnie suszy. Po ususzeniu wkłada się zioła do papierowych toreb, z szarego papieru i przenosi do suchego pomieszczenia. Ostatnimi jesiennymi ziołami są macierzanka i wrzosy. Zbiera się je w czasie kwitnienia i suszy podobnie jak inne.
Szczyptę mieszanki ziołowej (teju) wkłada się do emaliowanego garnka, zalewa wrzątkiem i zakrywa. Po zaparzeniu wlewa się do szklanek. Można lekko osłodzić miodem, a kiedyś słodzono syropem z buraków.

Nalewka orzechowa

Z produkowanych dzisiaj przez przemysł spirytusowy alkoholi ziołowych jedynie nielicznym można przypisać właściwości lecznicze. Tymczasem nalewka robiona z zielonych orzechów jest bogatym źródłem witaminy C i pomaga leczyć niestrawność. Przepis na nalewkę orzechową pochodzi z Kresów, skąd został przywieziony na Ziemie Odzyskane w 1945 roku. Zawartość alkoholu waha się od 25% do 75%. Nalewka wyróżnia się niepowtarzalnym smakiem niedojrzałych owoców, ma specyficzny zapach i smak – korzenny, ściągający, lekko gorzki z cierpką nutą. Barwa nalewki jest ciemnobrunatna. Zielone orzechy są najbogatszym, naturalnym źródłem witaminy C, co świetnie wyczuwa się podczas degustacji nalewki.

Wpis na LPT: 10 października 2005 r. w kategorii Napoje.
Wnioskodawca: Stanisław Smarduch, Grodków.

Olej głubczycki rzepakowy

Najstarsza wzmianka o wytłaczarni oleju pochodzi z 1448 roku i dotyczy Głubczyc. W tym roku książę głubczycki Jan Pobożny wykupił między innymi wytłaczarnię oleju, którą wyburzono, a na uzyskanym placu wzniesiono zabudowania klasztoru i kościoła o.o. franciszkanów. Wytłaczarnie oleju organizowane były w różny sposób. Większe stanowiły odrębne zakłady, mniejsze zorganizowane były przy istniejących młynach, jeszcze inne znajdowały się w zagrodach wiejskich. W większości przypadków zaspokajały one lokalne potrzeby. Do końca XIX wieku tłoczono głównie olej lniany. Len na terenie powiatu głubczyckiego uprawiano powszechnie, ponieważ dostarczał surowca olejarzom i tkaczom. Stąd Głubczyce i okoliczne miejscowości do XIX w. były dużymi ośrodkami tkackimi płótna lnianego, co miało duży wpływ na rozwój olejarstwa na tym terenie. Wytłaczarnie olejów różniły się wielkością, lecz łączyła je technika tłoczenia oleju na zimno. W połowie wieku XX na terenie powiatu głubczyckiego upowszechniła się uprawa nowej rośliny oleistej – rzepaku, która szybko wyparła uprawę lnu. Olej produkowany jest metodą tłoczenia na zimno, w wyniku czego zachowane zostają wszystkie witaminy i lecytyny. Jest naturalnym źródłem kwasów tłuszczowych NNKT w optymalnej proporcji kwasów omega-6, omega-3 i omega-9. Olej głubczycki rzepakowy otrzymał ogólnopolską nagrodę „Perła 2014" przyznawaną przez Polską Izbę Produktu Regionalnego i Lokalnego.

Wpis na LPT: 14 kwietnia 2011 r. w kategorii Oleje i tłuszcze.
Wnioskodawca: NAPUS-OIL s.c. Bolesław Błachowicz, Mieczysław Bednarczyk, Nasiedle, gm. Kietrz.

Miody popielowskie z Borów Stobrawskich

Okolice Popielowa od dawna są miododajnymi terenami, co potwierdza historyczny dokument pozostawiony przez Johanna Riem, mianowanego przez króla Fryderyka II nadinspektorem pszczelarstwa na Śląsku, mówiący o tym, że lasy od Popielowa, a częściowo od Brzegu aż do Opola, są na ogół korzystne dla bartnictwa i dla domowej hodowli pszczół, gdyż na polach uprawia się wiele gryki, a lasy dostarczają dużo wrzosów. Dawniej, kiedy to ks. dr Jan Dzierżon pracował na terenie gminy Popielów, miód był głównym dobrem pozyskiwanym od pszczół. Miód popielowski z Borów Stobrawskich posiada niepowtarzalny smak i aromat, który zawdzięcza roślinności wszechobecnego lasu i rozmaitości pól uprawnych, dodatkowo żywiczny aromat pochodzi od dumnych sosen rosnących na tutejszych piaskach.

Wpis na LPT: 14 listopada 2007 r. w kategorii Miody.
Wnioskodawca: Piotr Szafrański, Popielów.

Miody rudnickie

Wzmianki o pszczelarstwie na terenach położonych nad górną Prosną pochodzą z początków XX wieku. W miejscowościach wchodzących w skład gminy Rudniki, usytuowanych w odległości 10 km od koryta rzeki Prosny, już przed II wojną światową istniały drobne pasieki. Pionierami pszczelarstwa byli cenieni mieszkańcy Rudnik i okolicznych miejscowości, którzy pozostawili bogatą literaturę z dziedziny pszczelarstwa wykorzystywaną przez obecnych pszczelarzy. Dojrzały miód ze względu na wysokie stężenie cukrów oraz obecność substancji bakteriobójczych wykazuje się niezwykłą trwałością – może być przechowywany przez wiele lat nie zmieniając swoich właściwości.

Wpis na LPT: 15 września 2010 r. w kategorii Miody.
Wnioskodawca: Andrzej Krzak, Pasieka Maja, Rudniki.

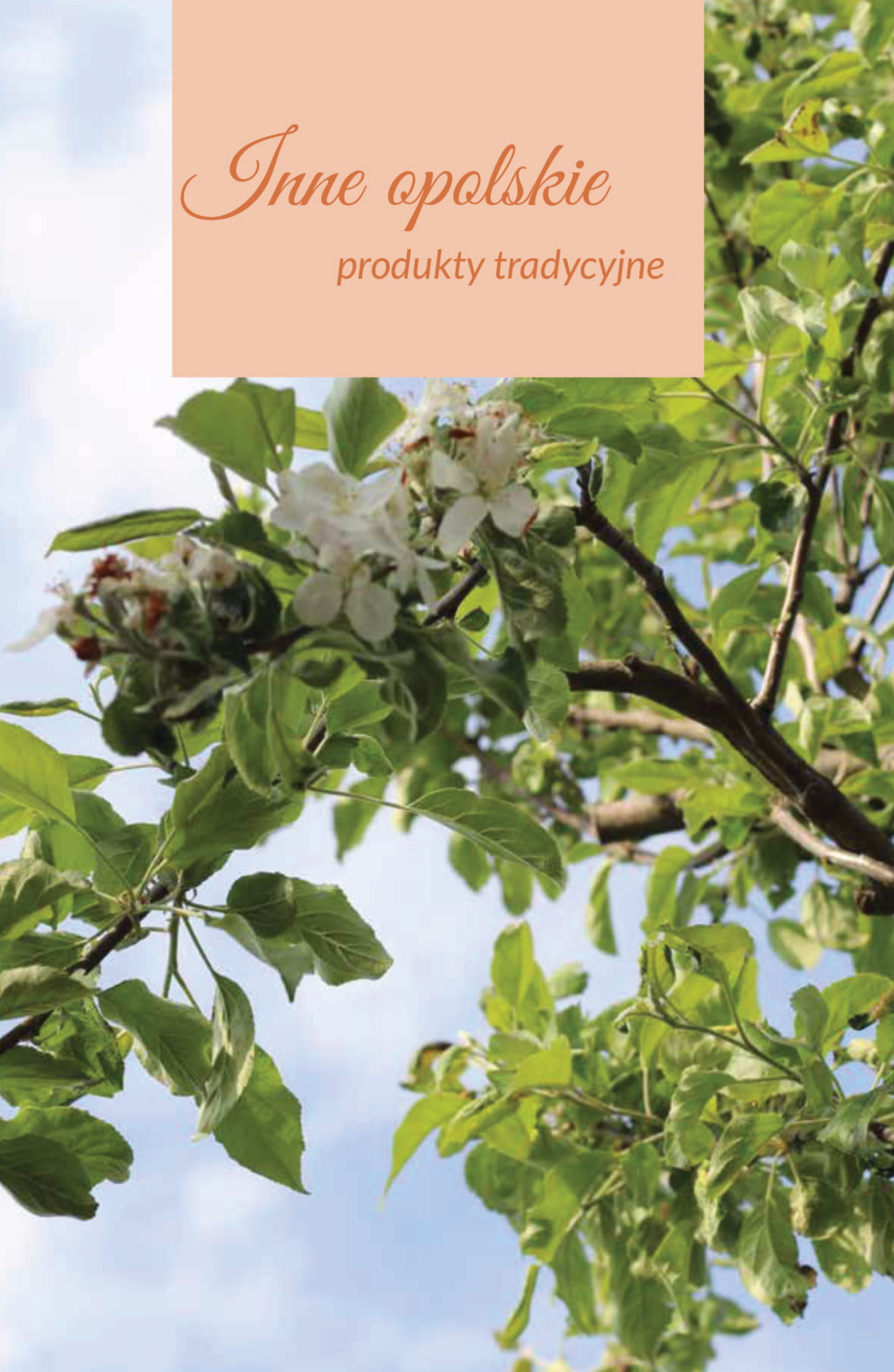
Miody wołczyńskie

Na terenie Wołczyna przez wieki rozwijała się tradycja pszczelarstwa. W pobliskich Łowkowicach, wiosce oddalonej o 20 km od Wołczyna, urodził się ks. dr Jan Dzierżon, który zastąpił hodowlę pszczół w barciach – dziuplach drzew, ulami w kształcie skrzynek z ramkami. Od 1885 roku wraz ze swym bratem Franciszkiem pszczelarzył na rozległej wokół domu w Łowkowicach pasiece i swoją działalność pszczelarską rozpropagował wśród mieszkańców powiatu kluczborskiego, w tym gminy Wołczyn. Sposób wytwarzania miodów wołczyńskich pozostaje niezmieniony od pokoleń, mimo upływu czasu i zmieniających się warunków, szczególnie przyrodniczych.

Wpis na LPT: 11 kwietnia 2014 r. w kategorii Miody.
Wnioskodawca: Pasieka wędrowna, Jadwiga i Szczepan Mały, Gierałcice, gm. Wołczyn.

Inne opolskie

produkty tradycyjne



Wpis na LPT: 28 sierpnia 2006 r. w kategorii Warzywa i owoce.

Jabłka odmiany Berlepsch, znane też pod nazwą niemiecką Goldrenette Freiherr von Berlepsch, Roter Berlepsch

Smak winny, zapach świeży, aromatyczny. Zawierają bardzo dużo witaminy C. Doskonale nadają się do wypieków. Odmiana wczesnozimowa, odporna na parch jabłoni, wrażliwa na drobną plamistość liści. Świeży sok jest zabarwiony na czerwono. Drzewo średnio rosnące.

Odmiana pochodzenia niemieckiego, wyhodowana w 1880 roku w Grevenbroich (Nadrenia) przez Diedricha Uhlhorna. Uzyskano ją ze skrzyżowania odmian Ananas Reinette i Pepiny Ribstona. Swą nazwę otrzymała na cześć ówczesnego prezydenta rejencji w Düsseldorfie, polityka Hansa Freiherr von Berlepsch (1843–1926). Ze względu na smaczne, lekko winne i soczyste owoce, regularne owocowanie, odporność na choroby i dość wczesne wchodzenie w okres owocowania, odmiana ta była chętnie uprawiana w Niemczech. Na popularyzacje nowych odmian jabłoni na Śląsku niewątpliwie wielki wpływ miało powstanie w Prószkowie pod Opolem Królewskiego Instytutu Pomologii. Odmiana ta jest opisywana w przedwojennych niemieckich wykazach odmian owoców (np. Deutschlands Obstsorten, Verlag Eckstein & Stahl 1905). Obecnie polecana do uprawy przez szkółki specjalizujące się w propagowaniu starych odmian owoców.

Jabłka odmiany Grafsztynek prawdziwy, zwany też Grafsztynkiem z Grafsztynu (nazwy niemieckie Gravensteiner, Haferapfel)

Smak słodko winny, bardzo aromatyczny. Odmiana typowo deserowa, owoce długo zachowują soczystość, nadają się na sok.

Jabłka Grafsztynek prawdziwy, zwany też Grafsztynkiem z Grafsztynu (nazwy niemieckie Gravensteiner, Haferapfel) to odmiana pochodzenia duńskiego, znana od 1665 roku. Pochodzi prawdopodobnie z miejscowości Gravenstein w północnym Holsztynie. Uprawiana głównie w Danii, Niemczech, Austrii i Szwajcarii. W Polsce na Pomorzu i w Wielkopolsce. Niezwykle ceniona ze względu na smak, soczystość i wspaniały zapach.

Jabłka odmiany Wealthy

Smak słodki z lekką winną nutą, aromatyczny. Owoce bardzo dobre na przetwory. Dają dużo soku słodkiego soku o miodowym kolorze. Drzewo o pięknym wyglądzie, średnio rosnące. Obficie i długo kwitnie. Wcześnie wchodzi w okres owocowania.

Odmiana amerykańska wyhodowana z siewek około 1860 roku. W Polsce znana od 1925 roku. Odmiana dość szybko wchodzi w okres owocowania, jest odporna na mróz i choroby, nie wymaga bardzo dobrych stanowisk ani żyznej gleby.

Stara odmiana jabłoni Königin

Jabłka winne o świeżym zapachu, aromatyczne. Owoce dojrzewają na przełomie września i października. Odmiana owocuje nieregularnie, ale obficie. Drzewa duże. Dawniej rosły przy hucie Małapanew, dziś ich miejsce zajęła hałda. Odmiana bardzo rzadka.

Odmiana pochodzenia angielskiego, znana od 1858 roku. Rozpowszechniona głównie w Anglii, Austrii, Niemczech i Szwajcarii. W Polsce występuje rzadko. Zaliczana do starych odmian polecanych do uprawy w przydomowych sadach przez szkółki specjalizujące się w zachowaniu starych zanikających odmian drzew owocowych, np. Ökologische Landwirtschaft und Obstbau aus historischen Büchern w Lemgo.

Stara odmiana jabłoni Książe Albrecht Pruski

Jabłka o kwaskowatym smaku i niezbyt silnym aromacie. Odmiana późnojesienna. Zbiór w połowie września, dojrzałość konsumpcyjną owoce osiągają w połowie października. Owoc deserowy, dobry też na przetwory. Odmiana ceniona ze względu na wczesne i obfite owocowanie. Drzewo średnio rosnące, doskonałe udaje się na terenach podgórskich.

Odmiana miejscowa, śląska wyhodowana w 1865 roku przez królewskiego ogrodnika C. Brauna zatrudnionego w pałacu w Kamieńcu Ząbkowickim. Dlatego była bardzo popularna w tym regionie. Uzyskano ją ze skrzyżowania odmian Aporta (Cesarz Aleksander) i Reneta Baumanna. Szczególnie nadaje się do uprawy na terenach podgórskich. Obecnie uprawiana w Niemczech (tam propagowana jako stara odmiana idealna do sadów przydomowych), znana także w Polsce.

Karp niemodliński

Początek chowu i hodowli karpia królewskiego w okolicach Niemodlina datowany jest na początek XIV wieku. W XV wieku za sprawą śląskich cystersów wprowadzenie nowatorskiego systemu przesadkowania karpia sprzyjało budowie nowych stawów, na terenie obecnej gminy Niemodlin, zapewniających świeże ryby w okresie bardzo licznych postów. Stawy, położone na terenie Nadleśnictwa Opole oraz Nadleśnictwa Tułowice, zasilane są wodami opadowymi ze zlewni śródleśnej i w większości znajdują się na obszarze Natura 2000. Produkcja karpia prowadzona jest w pełnym trzyletnim cyklu hodowlanym, opiera się na własnym stadzie tarlaków służących do rozrodu poprzez podchów własnego materiału zarybieniowego, aż do uzyskania ryby handlowej. Odpowiedni przyrost masy ryb wynika z pokarmu naturalnego stawów stymulowanego wapnowaniem dna stawowego, uprawą dna oraz nawożeniem organicznym – zooplankton, fitoplankton oraz bentos. Ponadto ryby dokarmiane są paszą zbożową ekologiczną. W Niemodlinie co roku organizowane jest przedsięwzięcie pod nazwą „Wojewódzkie Święto Karpia w Niemodlinie", podczas którego odbywa się konkurs na najlepsze potrawy przygotowane na bazie karpia niemodlińskiego.

Wpis na LPT: 25 maja 2015 r. w kategorii Produkty rybołówstwa.
Wnioskodawca: Państwowe Gospodarstwo Leśne Lasy Państwowe, Gospodarstwo Rybackie Niemodlin.

Kroszonka opolska

Kroszonki nierozerwalnie łączą się z tradycją Świąt Wielkanocnych, a sztuka kroszonkarska była powszechnie znana na całym Śląsku i nadal jest tu bardzo żywotna. Z badań wynika, iż odznacza się ona wysokim poziomem technicznym i nieprzeciętnymi walorami technicznymi (Pośpiech J. (1987), ***Zwyczaje i obrzędy doroczne na Śląsku***, Wydawnictwo Instytutu Śląskiego w Opolu). Ta „krołsonka" to jajo – symbol płodności, symbol utajonego i odradzającego się życia, sięga dalekiej przeszłości. Zwyczaj dzielenia się poświęconym jajkiem wielkanocnym, podobnie jak opłatkiem, a także składania sobie życzeń, praktykowano w wielu wsiach i miastach Opolszczyzny od kilku wieków. Dzieląc się wielkanocnym jajkiem (kroszonką), życzono sobie powodzenia, zdrowia i szczęścia. Magiczną moc przypisywano również skorupkom poświęconych kroszonek, a po dziś dzień istnieje zwyczaj zakopywania jaj w ziemi w dniu pierwszego wypasu bydła, aby zapewnić dużą mleczność krów (...); zatykania skorupkami kretowisk; dzielenie się jajkiem, aby zapobiec zwodzeniu przez mamonę i aby się nic złego nie przytrafiło oraz aby utrzymać więzy rodzinne (Zwyczaje i obrzędy doroczne na Śląsku, Opole 1987; O współczesnych twórcach ludowych, Kalendarz Opolski 1974 r.).

Wpis na LPT: 30 sierpnia 2007 r. w kategorii Inne produkty.
Wnioskodawca: Maria Żmija-Glombik, Związek Śląskich Kobiet Wiejskich, Walce.

Zdjęcie: Muzeum Wsi Opolskiej

Szlak kulinarny opolski Bifyj

Tradycje lokalnej kuchni to jeden z elementów decydujących o atrakcyjności regionu, na równi z zabytkami i miejscami rozrywki. Pierwsze skojarzenie z potrawami charakterystycznymi dla województwa opolskiego to kuchnia typowo śląska, a wiec kanon na „niedzielny łobiod": rolada śląska, kluski śląskie i modro kapusta. Do tego cały zestaw wędlin kuchni śląskiej: krupnioki, żymloki, różnego rodzaju wursty, a jako deser – słynny kołocz śląski, z jabłkami, makiem lub serem. Jednak kuchnia regionu opolskiego to nie tylko potrawy śląskie. W tym obszarze mieszały się wpływy kuchni niemieckiej, czeskiej i polskiej z kuchnią kresową, która przybyła tu wraz z przesiedleńcami. By zachęcić mieszkańców i przyjezdnych do poznawania smaków kuchni Opolszczyzny, w 2015 roku Opolska Regionalna Organizacja Turystyczna stworzyła Szlak Kulinarny Województwa Opolskiego „Opolski Bifyj". Skarby kuchni regionalnej zgromadzone na szlaku poznamy w licznych restauracjach rozrzuconych po całym regionie. Każda z nich ma swoją specyfikę i ciekawe propozycje dań opolskiej kuchni. Szlak Kulinarny Opolski Bifyj jest członkiem konsorcjum Polskie Szlaki Kulinarne, działającym przy Polskiej Organizacji Turystycznej w celu promocji polskiej kuchni jako ważnego elementu oferty turystycznej naszego kraju. Podążając szlakiem kulinarnym, mamy okazję poznać Opolszczyznę od strony kuchni, jednocześnie korzystając z atrakcji turystycznych, których tu nie brakuje. Szlak Kulinarny Opolski Bifyj został nagrodzony przez Marszałka Województwa Opolskiego prestiżowym tytułem Opolska Marka 2019 w kategorii Promocja Regionu.

Zapraszamy do odwiedzenia strony: http://visitopolskie.pl

Opolska wieś kulinariami stoi

Panie z KGW w Kujakowicach, gm. Kluczbork

Panie z KGW w Krośnicy, gm. Izbicko

O dziedzictwo kulinarne naszego regionu dbają mieszkańcy opolskich wsi, pielęgnując tradycje swoich przodków. Prężnie działają koła gospodyń wiejskich oraz stowarzyszenia, które od lat organizują mniejsze lub większe wydarzenia. Nadrzędnym celem jest ocalenie od zapomnienia rodzinnych receptur i smaków z dzieciństwa. Coraz częściej koła gospodyń starają się, aby stare i związane z regionem przepisy znalazły się na Liście Produktów Tradycyjnych, prowadzonej przez Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Oddolne kulinarne inicjatywy mieszkańców przyciągają wszystkie pokolenia, ale najważniejszym jest to, że do działania chętnie angażują się najmłodsi mieszkańcy, którzy z zainteresowaniem uczestniczą m.in. w warsztatach kulinarnych. Samorząd Województwa Opolskiego wspiera działania organizacji pozarządowych w tym zakresie, współfinansując wydarzenia o charakterze kulinarnym i promując ideę „Opolskie ze smakiem". Stowarzyszenia i koła gospodyń wiejskich w ubiegłych latach zorganizowały m.in. warsztaty kulinarne „Tak warzyły nasze ołmy" w Kolanowicach, Festiwal „Kluski i kluseczki" w Górkach, konkurs na potrawę kresową czy konkurs na najlepsze ciasto domowe w Unii Europejskiej. Wydawane są również publikacje, które cieszą się ogromnym zainteresowaniem: Śląski Tygiel Kulinarny (Biedrzychowice), Kulinarne ziołowe dziedzictwo (Dobrzeń Wielki) i Smaki mojego dzieciństwa (Chrząstowice). To tylko niektóre przykłady, a potencjał, który drzemie w organizacjach, daje ogromną nadzieję, że dziedzictwo kulinarne naszego regionu pielęgnowane będzie przez kolejne pokolenia.

Urząd Marszałkowski Województwa Opolskiego
Departament Rolnictwa i Rozwoju Wsi

Zespół redakcyjny:

Wiesław Kryniewski

Ewa Kotula

Anna Bodzioch

Justyna Osiecka-Sułek

Opole 2020

Egzemplarz bezpłatny

Nakład: 2 000 egz.

ISBN: 978-83-65642-12-7

Skład i druk publikacji:

Pracownia C&C Sp. z o.o.

ul. Porannej Bryzy 33

03-284 Warszawa

Wszelkie prawa zastrzeżone :

Żadna część niniejszej publikacji nie może być reprodukowana, przechowywana jako źródło danych i przekazywana w jakiejkolwiek formie zapisu bez pisemnej zgody posiadacza praw. Publikacja nie może być sprzedawana – każdy egzemplarz jest bezpłatny.