

TURYSTYKA GASTRONOMICZNA
NA BIAŁORUSI





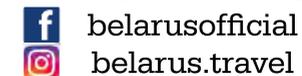
Na Białorusi istnieje stara tradycja: każdy gość musi być najpierw nakarmiony. Tu zawsze gotują z sercem i częstują jak w domu. Czekają tu na ciebie pachnące draniki, babka ziemniaczana i świeża śmietana, sok żurawinowy i nalewki miodowe, podsmażone kielbasy i wieraszcza, przysmaki rybne i mięsne...

Białoruś może zaskoczyć najbardziej kapryśnych smakoszy. Przepisy kulinarne powstawały na przestrzeni wielu stuleci, wchłaniając cały smak życia narodowego. Wypróbuj Białoruś za smak!

❖ BOCHENEK ❖

Spotkanie gości z bochenkiem chleba i solniczką wypełnioną po brzegi solą pochodzi z czasów starożytnych. Początkowo ten zwyczaj symbolizował chęć obdarowania gościa najdroższym i naprawdę cennym w domu – chlebem.

www.belarus.travel





- 4 Bon appetit!
- 6 Co na pewno trzeba wypróbować na Białorusi?
- 10 Na pewno tego nie wiedziałeś
- 12 Gdzie są najsmaczniejsze draniki?
- 16 Dobre jedzenie

JEST WAŻNE

Zalecamy przeglądanie tej publikacji w dobrym nastroju i z pełnym brzuchem!



Tutaj spróbujesz chleba upieczonego według starych przepisów, domowych przysmaków mięsnych, świeżych serów mlecznych, słodczy z miodu, jabłek, żurawiny i wielu innych.



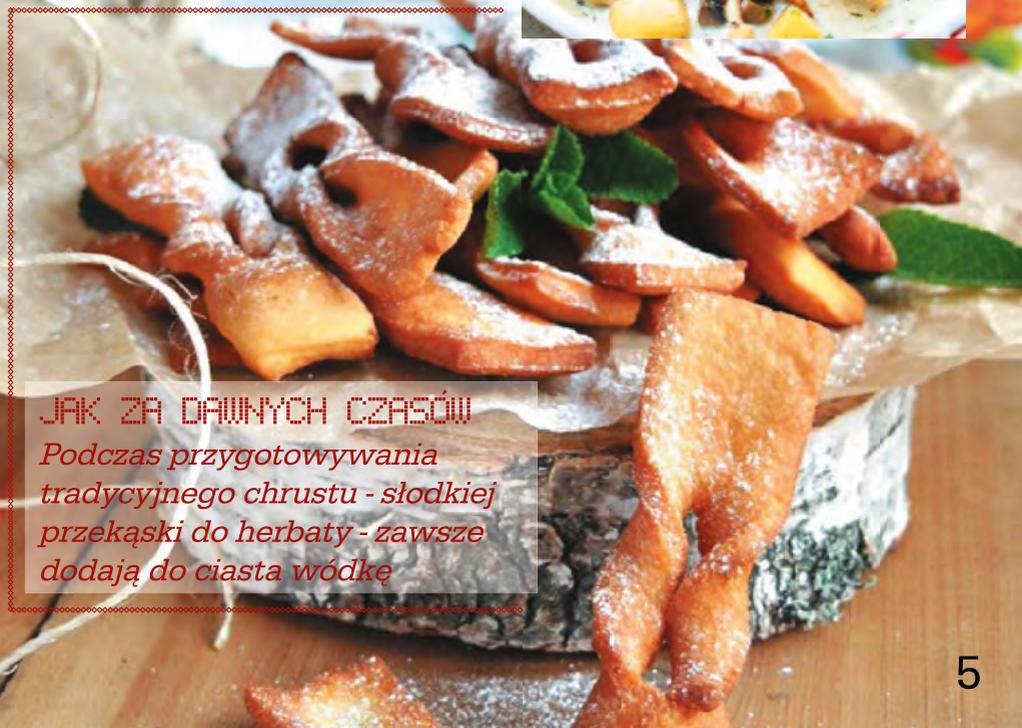
Możesz w pełni delektować się potrawami kuchni narodowej i poczuć kulturę ludzi w autentycznych miejskich kawiarniach urządzonych w duchu prawdziwej wiejskiej chaty lub w przytulnej atmosferze białoruskich gospodarstw i kompleksów etnicznych i kulturowych.

Białorusini uwielbiają smacznie jeść! Dużo wiedzą o gotowaniu prostych potraw ludowych, a także wyrafinowanych i wyszukanych. W licznych restauracjach, kawiarniach i kortach gastronomicznych na pewno znajdziesz dokładnie to, co lubisz!



CIEKAWE

Cechą białoruskich placków jest stosowanie różnych rodzajów mąki. Spróbuj gryczane lub grochowe! Na pewno ci się spodoba!!



JAK ZA DAWNYCH CZASÓW
Podczas przygotowywania tradycyjnego chrustu - słodkiej przekąski do herbaty - zawsze dodają do ciasta wódkę

Co na pewno trzeba wypróbować na Białorusi?

Draniki

Tak, Białorusini bardzo lubią potrawy z ziemniaków tartych. Draniki to podstawa tradycyjnej kuchni białoruskiej. Są przygotowywane według różnych przepisów i niezmiennie podawane ze świeżą śmietaną lub masłem. Spróbuj przygotować!*



Wieraszczaka

Kultowa potrawa książąt białoruskich, przygotowana na bazie domowej kielbasy i kwasu chlebowego. Podawana jest z naleśnikami lub przystawkami. Chcesz zjeść lunch jak w szlacheckich domach? Proszę bardzo!

Wieraszczaka to bardzo obfite danie, dosyć ciężkie dla żołądka. Dlatego zalecamy spożywać go z gorącym napojem. Na przykład świeża herbata ziołowa.

Dania z ryb

Zdecydowanie tego nie próbowałeś! Świeżo złowione ryby, pieczone według starych przepisów, nie pozostawią nikogo obojętnym.



**zobacz wyjątkowy przepis na białoruskie draniki na okładce*

Uważa się, że zimny barszcz lepiej ratuje od gorąca niż jakiegokolwiek lody. ❄️❄️



Chłodnik

Duma kuchni narodowej. Zimna zupa z gotowanych i schłodzonych buraków, która chroni przed upałem i energetyzuje witaminami.

Tradycyjne dania mięsne i przysmaki,

które słyną z niezrównanego smaku. Na Białorusi zdecydowanie musisz spróbować pečysto.



Krambambula

Fani «gorącego» z pewnością docenią mocną nalewkę alkoholową, dojrzewającą na miodzie i naturalnych przyprawach.



TRADYCYJNIE

Najpopularniejsze nalewki białoruskie przygotowywane są na żurawinach, chrzanie lub jarzębinie.



CIEKAWIE

Głównymi składnikami tradycyjnych białoruskich napojów są naturalne jagody, zioła i miod.



Sbiteń

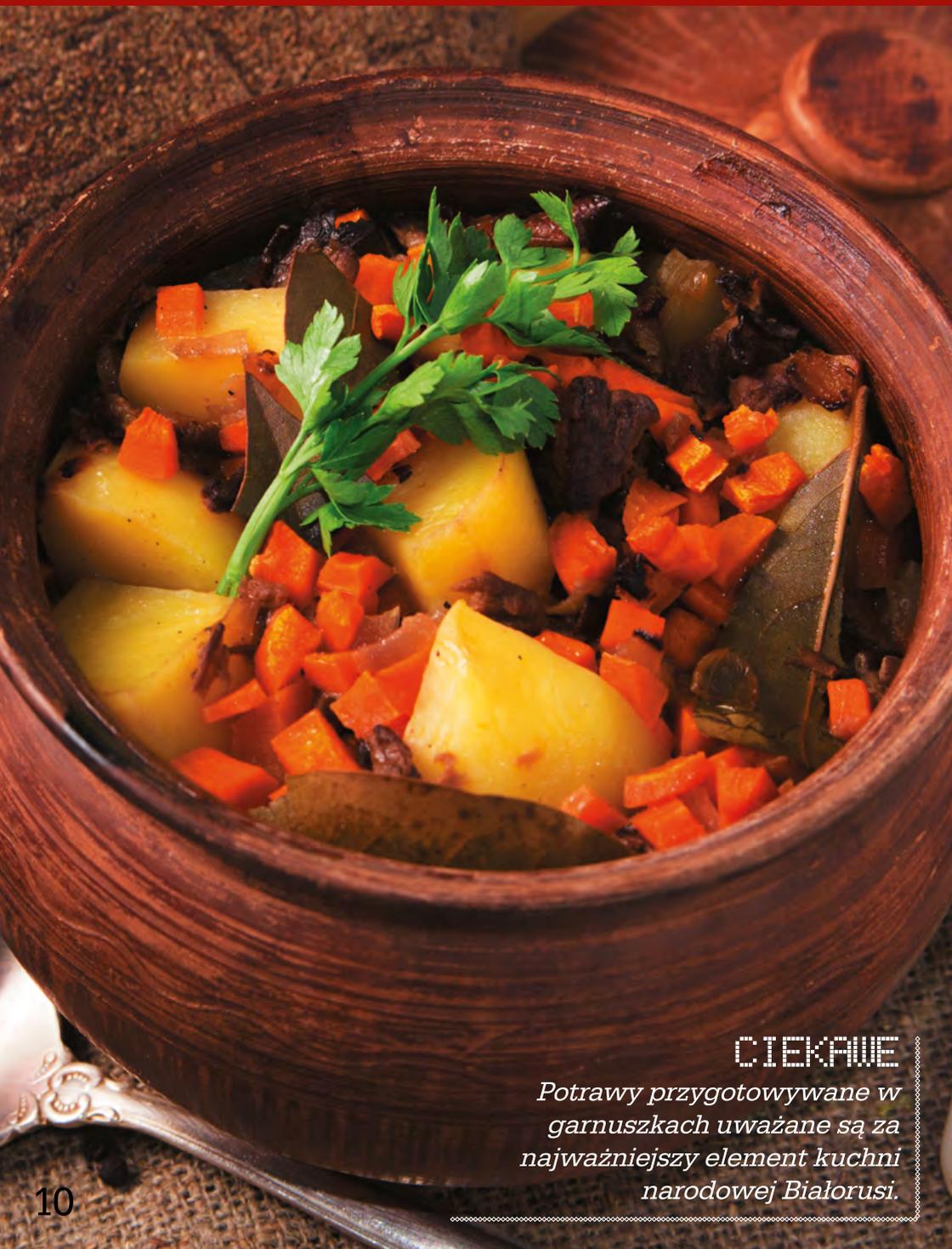
Napój miodowy o niezwykłym aromacie, który z pewnością otrzymasz po wizycie w tradycyjnej białoruskiej łaźni. Jest nie tylko smaczny, ale także zdrowy! W dawnych czasach sbiteń był stosowany jako lek na przeziębienie.

Szlaromny szagień

Unikalny białoruski napój chmielowy, znany jako pierwszy koktajl alkoholowy na terytorium Wielkiego Księstwa Litewskiego i Rzeczy Pospolitej. To dobre połączenie miodu pitnego i świeżego piwa w specjalnych proporcjach.



Na pewno tego nie wiedziałeś



CIEKAWIE

Potrawy przygotowywane w garnuszkach uważane są za najważniejszy element kuchni narodowej Białorusi.

- Białorusini to ludzie cierpliwi, a niektóre potrawy narodowe przygotowywane są według klasycznych przepisów przez niezwykle długi czas. Na przykład przygotowanie starego białoruskiego bigosu zajmuje więcej niż jeden dzień.
- Ziemniaki, które tak lubią Białorusini, przybyły do kraju w 1670 roku, a wcześniej je zastępowały rzepa lub brukiew.
- Pomimo faktu, że Białoruś słynie z produktów mlecznych, wykorzystanie mleka w kuchni etnicznej jest praktycznie wykluczone.
- Szczególną uwagę na białoruskiej ziemi zawsze zwracano na ciemny chleb. Bogactwo w rodzinie oceniano według obecności chleba w rodzinie. Nic dziwnego, że Białorusini mówią: „Chleb jest głową wszystkiego».



Gdzie są najsmaczniejsze draniki?



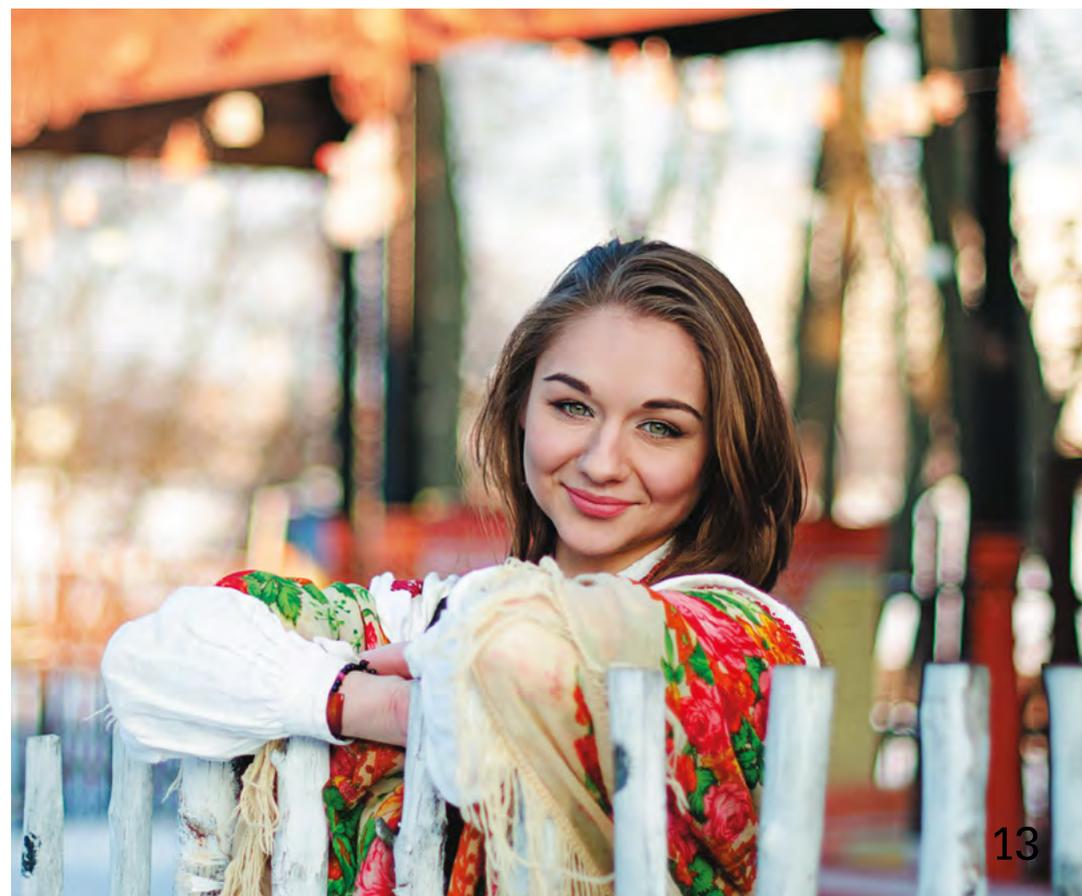
Agroturystyka i kompleksy etnokulturowe

Goście mogą zanurzyć się w autentycznej atmosferze białoruskiej wioski, stać się członkiem niesamowitego spektaklu i spróbować niesamowitych, różnorodnych, kulinarnych arcydzieł. Czy chcesz urządzić oryginalny urlop lub bankiet weselny w stylu narodowym? Odważnie, nie pożałujesz!

Dwory narodowe na Białorusi
Przytulne domki gościnne z bogatą ofertą rozrywkową dla miłośników relaksu na łonie natury z dala od zgiełku miasta. Tutaj możesz zatrzymać się na kilka dni, spróbować pysznych tradycyjnych potraw przygotowanych według starych przepisów przy użyciu naturalnych produktów i przypraw.

Restauracje i kawiarnie

Możesz spróbować dań narodowych w nowoczesnej wersji lub po prostu obficie pojeść bez opuszczając miasta. Zarówno modne restauracje, jak i kawiarnie z autentycznym wnętrzem w stylu białoruskiego folwarku oraz przytulne bary z przekąskami w strefie gastronomicznej dużych centrów handlowych są gotowe zaoferować swoim gościom ciekawe etniczne przysmaki.



❖ NAWIASEM ❖

*Tutaj możesz spróbować
zrobić ser własnymi
rękami, wziąć udział w
zbiorze miodu, zmielić
mąkę lub upiec chleb*



Kompleksy muzealne pod otwartym niebem

Chcesz dowiedzieć się dużo o rzemiośle ludowym? Wtedy pospiesz się i odwiedź jeden z kompleksów muzealnych na świeżym powietrzu! Są to unikalne muzea etnograficzne, w których można dotknąć i wypróbować wszystko, a po obejrzeniu wystawy zjeść pyszny lunch z daniami narodowymi w lokalnych restauracjach i kawiarniach.



Uważa się, że osoba najedzona nie może być zła. Być może dlatego Białorusini są uważani za jeden z najmiłszych narodów: mamy wiele smacznych dań! Przekonaj się sam!

❖ PECZYSTO ❖

Dla gotowania peczysto używane są tylko duże kawałki mięsa i, co ważne, dużo przypraw: majeranek, czosnek, cebula, papryka, kolendra. Danie należy gotować przez co najmniej cztery godziny.

Weź

Ziemniak 5 szt.



x 1/2



Cybulę



Sól



Olej



Oczyść ziemniaki i natrzyj



Pokrój cebulę

Dodaj sól



Wymieszaj wszystko



Smaż na złoty kolor

Podawaj ze śmietaną



30 min



Belarus



© Instytucja państwowa «Narodowa Agencja Turystyki», 2019 W broszurze wykorzystany materiał
Wyprodukowane ООО «Суwig», 220141, м. Мінск, ул. Ф.
Скоціны, 40, п. 204
Tel. +375 17 268 69 04, Certyfikat GRIIRPI nr 2/57 z dnia
26.06.2018 r.
Nahład 1000.

fotograficzny Wary ShaNoo, Hanny
Kolmakovej, Polya Onofusika, Alfreda Mikusa,
Albiny Zhelmenyevich, Sergeja Strizhonka,
depositphotos.com, ru.freepik.com

ISBN978-985-7216-66-6



9 789857 216666