

TRADYCJA W SŁOIKU

Mobilny Warsztat Kulinaryny

FUNDACJA
kulturalna
turystyka



TRADYCJA W SŁOIKU

Mobilny Warsztat Kulinaryny

To cykl warsztatów kuchni regionalnej (z terenu woj. mazowieckiego) połączonych z prelekcjami o tradycji różnorodności kuchni regionalnej.

Celem warsztatów jest promowanie dziedzictwa kulturowego regionu oraz zachowanie lokalnych zwyczajów kulinarnych dla przyszłych pokoleń. Warsztaty są mobilną formą edukacji, dotrzemy do dzieci i młodzieży mieszkających na terenie województwa mazowieckiego.

Chcemy edukować młode pokolenie, pokazywać bogactwo kuchni regionu z którego pochodzą. Poprzez prelekcję, praktyczne warsztaty, degustację i możliwość zabrania „słoika z tradycją” do domu chcemy dotrzeć do osób o różnych możliwościach poznawczych.

Poprzez praktyczne zajęcia kulinarne i opowieści o lokalnych obyczajach uczestnicy będą mogli lepiej zrozumieć swoje korzenie i rozpoznać swoją tożsamość, co wzmocni ich więź z miejscem zamieszkania oraz otworzy ich na wartości płynące z tradycji.

OPIS PROJEKTU

Czym jest mobilny warsztat kulinarny?

To interaktywna forma poznawania kuchni regionalnej. „Echo” to specjalny wózek, który pozwoli nam na lepszą interakcję z uczestnikami warsztatów i przyciągnięcie uwagi najmłodszych.

„Echo” to:

- tablica z ciekawostkami – przedstawi fakty, przykłady kuchni regionalnej
- szuflady ze słoikami – w nich przywieziemy słoiki z przetworami i wyroby kuchni regionalnej
- blat do degustacji – tutaj odbędzie się spotkanie ze smakami naszego regionu, podczas spotkania uczestnicy będą mogli spróbować zawartości słoików



Mobilny Warsztat Kulinaryny

Każde spotkanie warsztatowe składa się z:

- prelekcji,
- degustacji,
- praktycznych warsztatów kulinarnych prowadzonych przez ekspertów.

Prelekcja – opowieści o historii kuchni, zwyczajach związanych z kuchnią Mazowska i pogranicza Mazowiecko-Podlaskiego, świętach i obrzędach, potrawach charakterystycznych dla regionu. Podczas prelekcji wykorzystane zostaną aktywizujących metod pracy (wózek z ciekawostkami).

Degustacja – to możliwość zaprezentowania ciekawostek kulinarnych, przetwory, dania, przyprawy wykorzystywane w lokalnej kuchni oraz produkty spożywcze produkowane w najbliższej okolicy. W trakcie prelekcji każdy będzie mógł spróbować różnych tradycyjnych potraw

Warsztaty kulinarne – wspólne przygotowywanie potraw mazowieckich, takich jak: **pierogi z ziemniakami, racuchy z jabłkami, sodaki, zupy warzywne, kiszonki, masło, chleb, powidła**. Każdy uczestnik otrzyma fartuch i notes na przepisy, a także materiały edukacyjne i przepisy na dania.

Czas trwania spotkania: prelekcja i warsztaty łącznie to ok. 4 godzin

Maksymalna liczba uczestników: 25 osób

Na granicy Mazowsza i Podlasia. Smaki pól i łąk

1

Tematy poruszane podczas prelekcji:

- Kuchnia pogranicza – wpływy różnych kultur
- Wykorzystanie dzikich ziół, grzybów, ziół i darów natury
- Produkty lokalne: kasze, sery, miód, dziczyzna, ryby
- Rola przyrody w kształtowaniu regionalnej tożsamości kulinarnej

Podczas warsztatów możemy przygotować jedno z poniższych dań:

- domowy ser podpuszczkowy
- chleb na zakwasie
- domowa konfitura
- korowajczyki – wyrób i wypiek
- surówki z marchwi lub dyni
- makaron z dyni z zielonym pesto z natki pietruszki
- rolada ziemniaczana
- placuszki z dyni

Od polewek i podpłomyków do pieczeni, od chłopskiej chaty po królewski dwór

2

Tematy poruszane podczas prelekcji:

- Kuchnia chłopska i dworska
- Różnice w sposobach gotowania i dostępnych produktach między chłopstwem a szlachtą
- Ewolucja potraw – od prostych polewek do wykwintnych pieczeni
- Techniki kulinarne na przestrzeni wieków
- Sezonowość w kuchni

Podczas warsztatów możemy przygotować jedno z poniższych dań:

- domowy ser podpuszczkowy
- masło – ubijanie i degustacja
- chleb na zakwasie
- domowa konfitura
- sodziaki smażenie i degustacja z konfiturami lub miodem
- kiszonki z kapusty, buraków, dyni z tymiankiem
- staropolska marchwianka z ziemniakami

Kuchnia Warszawy. Od czwartkowych obiadów po streetfood

3

Tematy poruszane podczas prelekcji:

- Rodowód kuchni warszawskiej
- obiady czwartkowe u króla Stanisława Augusta
- Kuchnia międzywojennej Warszawy
- Kawiarnie, restauracje, bary mleczne
- Współczesna scena kulinarna stolicy – food trucki, kuchnie świata, fusion

Podczas warsztatów możemy przygotować jedno z poniższych dań:

- pańska skórka
- pyzy warszawskie (wersja z mięsa i wegetariańska)
- zapiekanki – warszawski fast food
- warszawskie słodkości – torcik wedlowski

Smak polskich biesiad świątecznych

4

Tematy poruszane podczas prelekcji:

- Symbolika i historia potraw wigilijnych i serwowanych na „Wszystkich świętych” – Wieczera Wigilijna jako niematerialne dziedzictwo, tradycje kulinarne związane z Dziadami – Tradycja pieczenia pierników
- Gęšina na stole

Podczas warsztatów możemy przygotować jedno z poniższych dań:

- wypiek opłatka
- lepienie pierogów z grzybami i kapustą
- groch z kapustą
- smaŹenie racuchów z jabłkami
- siała baba mak – wypieki z makiem

Kontakt

Organizator:

Fundacja Kulturalna Turystyka

e-mail: kulturalnaturystyka.kontakt@gmail.com

kulturalnaturystyka.com.pl

facebook Kulturalna Turystyka Sokołów Podlaski

Wszystkie prawa zastrzeżone

Projekt dofinansowany ze środków budżetu państwa,
przyznanych przez Ministra Edukacji w ramach programu Nasze tradycje



Ministerstwo
Edukacji Narodowej