



„Tradycja to piękno, które chronimy, a nie więzy, które nas krępują” -  
(Ezra Pond)

## LUBELSKIE WĘDRÓWKI KULINARNO - KRAJOZNAWCZE :

Wędrówki promują dziedzictwo kulinarne, naturalną żywność, turystykę kulinarną, turystykę kulturową, krajoznawstwo. Zapraszamy do wspólnego wędrowania, smakowania, poznawania. Fotorelacje na stronie :

[www.facebook.com/lubelskie.warsztaty.kulinarno.krajoznawcze](http://www.facebook.com/lubelskie.warsztaty.kulinarno.krajoznawcze)

Zapisy, informacje : e-mail : [fundacja.wczoraj.dzis.jutro@poczta.onet.pl](mailto:fundacja.wczoraj.dzis.jutro@poczta.onet.pl) ; tel. 604 200 733

W poniższym programie ceny (oprócz Warszawy ) nie zawierają kosztów transportu. W zależności od uzgodnień i ilości osób jest możliwe zarezerwowanie busa lub przejazd prywatnymi samochodami uczestników warsztatów (koszt transportu -wewnętrzne rozliczenie z kierowcą ).

**15.09.2015**

### „W kuchni, na salonach i w ogrodach Jana III Sobieskiego ”

Muzeum Pałacu Króla Jana III w Wilanowie zaprasza na warsztaty historyczne rekonstrukcji kulinarnej. Nauczymy się przygotowywać szczupaka po polsku. Oprócz poznania tajników kuchni staropolskiej zwiedzimy z przewodnikiem **Muzeum Pałac Króla Jana III w Wilanowie, Ogrody oraz Świątynię Opatrzności Bożej**. Koszt - 135 zł/osoba. Cena zawiera warsztaty, bilety wstępu, opłatę przewodnika, transport busem, ubezpieczenie NNW. Zapisy e-mail : [fundacja.wczoraj.dzis.jutro@poczta.onet.pl](mailto:fundacja.wczoraj.dzis.jutro@poczta.onet.pl) do 09.09. i przedpłata 60 zł/osoby – Fundacja „Wczoraj i dziś dla jutra ” BGŻ BNP PARIBAS 55160014461841971100000001, w tytule wpłaty - cele statutowe.

**19. IX.2015**

### „Spotkania z historią – od Gotów do Słowian”

godz. 8.00 wyjazd z Lublina z Placu Zamkowego

**Hrubieszów** – zwiedzanie Browaru Sulewski ([www.browarsulewski.pl](http://www.browarsulewski.pl))

**Masłomęcz** – pobyt w „Wiosce Gotów” ,zwiedzanie i degustacja pęczaku i gockiego gulaszu z paleniska , w KGW w Masłomęczu degustacja chleba ze smalcem hrubieszowskim i czerwonego barszczu hrubieszowskiego + kawa, herbata, bułeczki drożdżowe z dżemem.

**Wólka Bielecka „Słowiański Gród ”** - Słowiańskie Dożynki – godz. 17:30 - 20.30

zapoznanie z życiem obozowym, stanowiska rzemieślnicze, uczta słowiańska (soczewica ze skwarkami, kaszanka i boczek z pieca ), widowisko plenerowe „Słowiańskie Dożynki” i spektakl ogniowy , [www.horodyszczelbn.pl](http://www.horodyszczelbn.pl)  
godz.21.30 – 21.45 powrót do Lublina

Cena 70 zł/osoba (bez kosztu transportu), z transportem 100 -110 zł .Cena zawiera bilety wstępu, opłatę przewodnika w Gotanii, udział w Słowiańskich Dożynkach, degustacje (oprócz degustacji piwa w Browarze ), ubezpieczenie NNW

**03.10.2015**

### **Na Iniano-rzepakowym i różanym szlaku ziemi puławskiej**

**Muzeum Czartoryskich w Puławach** – zwiedzanie z przewodnikiem  
**Końskowola „ Manufaktura różana ”** - sekrety różanych specjałów, m.in. pokaz wydrążania nasion z owoców róży, degustacja różanych przetworów, możliwość zakupu produktów różanych  
**- Zabłocie „Skarby Natury ”** - pokaz tłoczenia oleju rydzowego na zimno, degustacja olejów ekologicznych: rzepakowego (oliwa północy), konopnego, Inianego, słonecznikowego, rydzowego - z prawdziwym żytnim chlebem pieczonym w piecu chlebowym. Przypomnienie - zapoznanie z roślinami : **łędźwianem, ostropestem, Inianką, pszenicą płaskurką** ( to "starsza siostra orkisz", to jedno z pierwszych udomowionych zbóż na Bliskim Wschodzie, badania archeologów wykazują, że początki polskiego rolnictwa wiążą się właśnie z uprawą płaskurki) i **samopszą** ( najstarszy gatunek pszenicy - jej wiek szacowany jest na ok. 9000 lat. Jest to odmiana dzika, uważana za roślinę leczniczą).Możliwość zakupu chleba ,olejów ekologicznych tłoczonych na zimno. Degustacja „Łędźwianu po zabłocku ”.  
Cena 60 zł/osoba ( bez kosztu transportu)

**24.10.2015**

### **.... Jabłka, maliny , śliwki – tradycyjne, naturalne ....**

**Mikołajówka** – wizyta w „FRUX SOLIS SOKI, OWOCE I WARZYWA ”poznajemy historię Mikołajówki i tradycję upraw sadowniczych, zapoznamy się ze sztuką robienia nalewek i zdegustujemy różne nalewki, trzecim omawianym tematem będzie – cydr –jabłeczniak ,degustacja cydru i pokaz cydrowni (FRUX SOLIS to siedziba Lubelskiego Stowarzyszenia Miłośników Cydru). „Pałaszowac ”będziemy domowe pierogi z kaszą, twarogiem i miętą- typowe pierogi dla tego terenu. Osoby chętne mogą zrobić zakupy przetworów owocowych, zamkniętych w słoiczkach i butelkach - pełnych słońca, aromatu i smaku. Cena 55zł /osoba ( bez kosztów transportu).

**14.11.2015**

### **„Z wizytą u Matki Boskiej Kodeńskiej**

### **oraz smaczki nadbużańskiego Kodnia „ Sapiehow”**

**Kodeń** –zwiedzanie Sanktuarium Matki Bożej Kodeńskiej

**Kodeń** – poznanie kulinarnych przysmaków ziemi Sapiehow - warsztaty u Państwa Pietrusików (zdobywców nagród w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Regionów ”)

-warsztaty i degustacja tortu z wątróbki, placków na sodzie – „sodziaków”, oraz degustacja herbatki Księcia Sapiehy, Sekretu Sapiehów i kisielu z owsa.

Cena 50 zł/osoba (bez kosztów transportu)

**21.11.2015**

### **Smaki naszych sąsiadów .....**

**Lublin** - malownicza wielokulturowość Lubelszczyzny pozostawiła ciekawą spuściznę kulinarną - kuchnię żydowską, tatarską, ormiańską, ukraińską czy też dania nawiązujące do różnych korzeni - „dania przenikania kultur”. Na warsztatach poznamy tajniki kuchni ukraińskiej. Swoje tajemnice odsłoni m.in. solianka .

Cena 50 zł/osoba

**05.12.2015**

### **Czar poleskich smaków**

**Andrzejów** - spotkanie w „Gospodarstwie agroturystycznym” Joli Kaniewskiej, specjalizującej się w daniach regionalnych . Warsztaty - wspólne przygotowywanie **gryczanki** , **suma w kapuście** , **korowaja** .Uzupełnieniem warsztatów będzie dyskusja o typowych daniach Polesia i o historii Polesia Wspólna „biesiada” po wspólnym gotowaniu przy **kieliszku nalewki bobkowej** zakończy spotkanie . Cena 50 zł/osoba (bez kosztów transportu).

**12.12.2015**

### **Piernikowy czas i czar ...**

**Hołowno - Kraina Rumianku** – wspaniały przepis na ciasto i niezliczona ilość foremek na każdą okazję, warsztaty - stworzymy piernikowe obrazki ozdobione lukrem , można je potem podarować w prezencie na gwiazdkę lub powiesić sobie na choince (upieczone pierniki i ozdobione zabieramy ze sobą do domu). Cena 50 zł/osoba (bez kosztów transportu).

