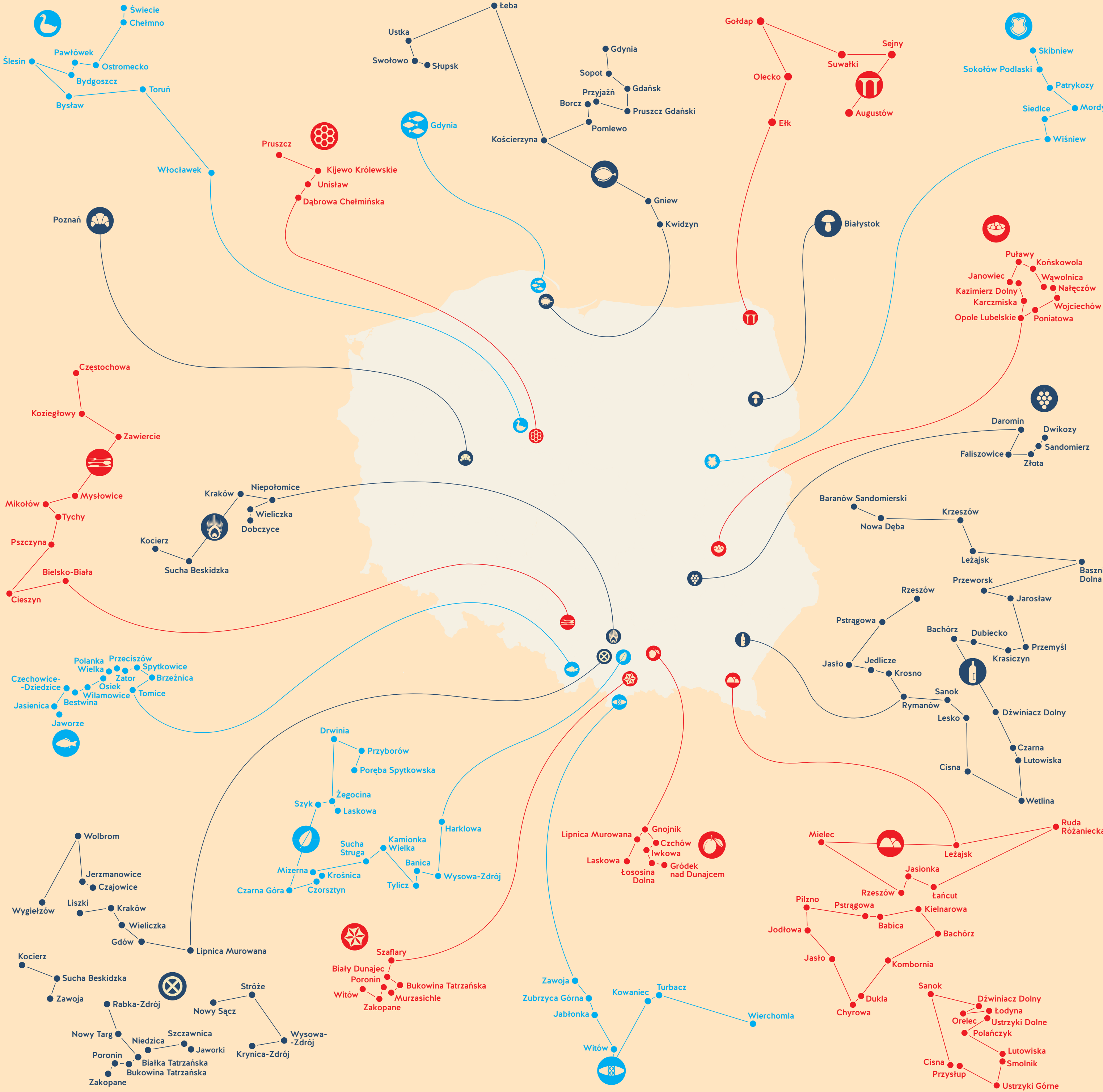




KULINARNE SZLAKI POLSKI

-  Szlak Kulinarny Centrum Gdyni
-  Gdańsk – Pomorskie Culinary Prestige
-  Przystanki Kulinarne Suwalszczyzny i Mazur
-  Białostocki Szlak Kulinaryny
-  Gęsinowy Szlak Kulinaryny
-  Szlak Tradycji i Smaku
-  Kulinarny Poznań
-  Mazowiecka Micha Szlachecka
-  Szlak Smaków Krainy Lessowych Wąwozów
-  Sandomierski Szlak Winiarski
-  Szlak Kulinaryny Śląskie Smaki
-  Szlak Karpia
-  Karnawał Smaków
-  Smaki Podhala
-  Małopolska Wieś Pachnąca Ziołami
-  Śliwkowy Szlak
-  Małopolska Trasa Smakoszy
-  Szlak Oscypkowy
-  Szlak Podkarpackiego Jadła i Wina
-  Podkarpackie Smaki



Szlak Kulinarny Centrum Gdyni

Gdynia jako pierwsze miasto w Polsce urucho-miła swój kulinarny szlak. Starannie wybrane do udziału w projekcie restauracje słyną z potraw wysokiej jakości, chętnie organizują koncerty mu-zyczne, wystawy czy animacje dla dzieci. Dzięki temu, że sąsiadują z najciekawszymi gdyniskimi atrakcjami: modernistycznymi kamienicami, malowniczym nadmorskim bulwarem, muzeami i plażą, a dzieli je od siebie odległość niespiesz-nego spaceru, można połączyć przechadzkę po centrum miasta z degustacją specjalów kulinarnych. Zarówno w wystroju, jak i w swych menu restauracje na szlaku oddają morski charakter Gdyni, a ich szefowie potrafią zacząrować nas potrawami z różnych stron świata oraz lokalnymi przysmakami kuchni kaszubskiej. Flagowym wydarzeniem szlaku jest wrześniowy Weekend Kulinarny w Gdyni.

Miejsce: Gdynia

[www.kulinarnagdynia.pl](#)



Gdańsk – Pomorskie Culinary Prestige

Szczegółne przeżycia kulinarne serwują pomorskie restauracje (m.in. słynny sopocki Bulaj, Gothic na zamku w Malborku czy gdyniska Thusta Kaczka), które na podstawie prawdziwego smaku regionu tworzą kulinarny szlak Gdańsk – Pomorskie Culinary Prestige. Szefują im wybitni kucha-rze, którzy gotują zgodnie z filozofią slow food, oferują autorskie dania bazujące na regionalnych składnikach oraz prezentują autorskie podejście do tradycji i produktów (ryby, grzyby, dziczyzna, kasze, polskie sery zagrodowe). Gdańsk – Po-morskie Culinary Prestige to nie tylko oferta restauracyjna, ale także wiele wydarzeń kulinarnych, które dopeniają ofertę kulinarną regionu pomorskiego – Noc Restauracji, Sopot od Kuchni, Slow Food Festival, Święto Szparagów, Chmie-laton, Festiwal Żurawiny, Truskawkobranie, Pomorska Gęsina na św. Marcina czy Festiwal Pomuchla. Informacje o restauracjach na szlaku oraz wydarzeniach kulinarnych znajdują się na blogu [www.pomorskie-prestige.eu](#).

Miejsce: Gdańsk, Sopot, Gdynia, Kościerzyna, Kwidzyn, Ustka, Słupsk, Gniew, Borcz, Swotowo, Przyjaźń, Pomlewo, Pruszcz Gdański [www.pomorskie-prestige.eu](#)



Przystanki Kulinarne Suwalszczyzny i Mazur

Połączenie zdrowych produktów i bogatego dziedzictwa pogranicza to podstawa wyjątkowej kuchni Suwalszczyzny oraz Mazur Garbatych. W restauracjach i gospodarstwach agroturystycz-nych przyrządza się potrawy zgodnie z wieloletnią tradycją. Wiejskie gospodynie i miejscowi kucha-rze są mistrzami w robieniu kartaczy, babki i kiszki ziemniaczanej, blinów czy kołdunów. W wielu domach wypieka się słynne słodkości – sękacze i mrowiska. Przymakiem są też ryby z suwalskich i mazurskich jezior – do najsmaczniejszych należą wędzone sielawy i sieje. Z mleka krowiego i koziego wytwarzane są znakomite sery białe i dojrzewa-jące, a domowe receptury i metody tradycyjnego przygotowania potraw przyległy często miejscowe restauracje, masarnie i piekarnie.

Przystanki położone są na terenie sześciu powiatów: suwalskiego, sejneńskiego, augustowskiego, oleckiego, ełckiego, gołdapskiego [www.krainajacwingow.pl](#)



Białostocki Szlak Kulinarny

Podróż po smakach Podlasia. W tutejszej kuchni spotykają się wpływy białoruskie, litewskie, tatarskie i polskie. Regionalne przysmaki to m.in. białysy, buza, kartacze, sękacze, kiszka i babka ziemniaczana, bliny czy kindziuk. Szlak tworzy ponad 30 restauracji. Są wśród nich te serwujące kuchnię regionalną i polską oraz europejską i z dalszych części świata. Wszystkie prezentują autorskie pomysły na dania, niepo-wtarzalny wystrój, a ich właściciele łączy jedna idea – fascynacja kulinariami. Poruszanie się po szlaku ułatwia mapka-informator, którą można otrzymać w restauracjach szlaku oraz pobrać w wersji PDF ze strony internetowej. Można też skorzystać z karty Klubu Białostockiego Smako-sza. Aktywność kulinarna klubowiczów zostanie nagrodzona smacznymi gratisami serwowanymi w restauracjach szlakowych.

Miejsce: Białystok

[www.bialostockiszlakkulinarny.pl](#)



Kujawsko-Pomorski Gęsinowy Szlak Kulinarny

W karczmach Chelmna, Pawłówka, Ślesina i Bysławia, gotyckich kamienicach Torunia i secesyjnych Bydgoszczy, w dawnym młynie i wytwornym Pałacu Bursztynowym we Włocławku, w stylowych browarach z kunsztem odtwarza się tajemnice staropolskich receptur. Biała gęś kołodzka, bohaterka jednej z tutejszych kulinarnych opowieści, stanowi dla szefów kuchni niezwykłą inspirację, dzięki czemu wciąż powstają nowe, pełne finezji dania kuchni fusion. Trasa wiedzie przez Kujawy, ziemię dobrzyńską, Pałuk, Krajny, Kociewie i ziemię chełmińską. Można tu nie tylko delektować się smakiem najlepszej gęsiny, ale też przekonać się, jak doskonale komponuje się ona z innymi lokal-nymi przysmakami – miodami i jabłkami z Doliny Dolnej Wisły, grzybami i owocami lasu z Borów Tucholskich czy z bydgoskimi i toruńskimi piwem.

Główne miejsca trasy: [Chełmno](#), [Pawłówek](#), [Ślesin](#), [Bysław](#), [Toruń](#), [Bydgoszcz](#), [Włocławek](#) [www.szlakgesinowy.pl](#)



Szlak Tradycji i Smaku

Zakole Dolnej Wisły to malownicze tereny, istnie-jące od ponad wieku sady, gospodarstwa agro-turystyczne, średniowieczne prozdziska, pałace, parki dworskie, zabytki kultury menoniczkiej. Szlak Tradycji i Smaku skupia rękodzielników, którzy oferują unikatowe produkty (malarstwo na szkle, kowalstwo artystyczne, rzeźby kamienne), produ-centów jedzenia (tradycyjne chleby, powidła, miod-y, gęsina, mydło z koziego mleka, wina owocowe, dżemy malinowe, syrop z mniszka lekarskiego) oraz karczmy. Miejscowi pasjonaci chętnie dzielą się wiedzą i produktami tworzonymi na małą ska-łę. Pełne spektrum tutejszych smakołyków można poznać na regionalnych festynach, jarmarkach i festiwalach.

Główne miejsca trasy: [Dąbrowa Chełmińska](#), [Kijewo Królewskie](#), [Pruszcz](#), [Unisław](#) [www.szlaktradycji.pl](#)



Kulinarny Poznań

Skupia kilkanaście autorskich restauracji reprezen-tujących różne style i kuchnie. Łączy je sięganie po najwyższej jakości składniki, ze szczególnym uwzględnieniem produktów regionalnych, a gotują w nich szefowie kuchni, osoby rozpoznawalne w środowisku i mające mistrzowskie umiejętności w przygotowywaniu dań. Restauracje (pod koniec maja). Menu zmienia się zależnie od pór roku. Maj to sezon na szparagi, wrzesień – czas owoców lasu i dziczyzny, a październik – okres serwowania jakościowego drobiu, w tym gęsiny i tradycyjnej dla Wielkopolski kaczki.

Miejsce: Poznań

[www.kulinarnypoznan.pl](#)



Mazowiecka Micha Szlachcka

Tradycje dworu ziemiańskiego, smak potraw poda-wanych niegdyś na polskim stole, stare przepisy. Rejon oddalony o niespełna 100 km od Warszawy, który wyznaczają dwa miasta – Siedlce i Sokółów Podlaski – zaprasza na kulinarną podróż w prze-szłość. Nakładające się tu na siebie dwie kultury – mazowiecka i podlaska – kształtowały się przez wieki, przejmując zwyczaje, wpływy i elementy kuchni białoruskiej, litewskiej, tatarskiej i żydow-skiej. Karp wędzony, paszety, dziczyzna, miody, nalewki, pierogi to tylko część rzeczy, których można tu spróbować. A co poza stołem? Możliwo-ści jest sporo: warsztaty rękodzielnicze, wędko-wanie, jazda konna, rajdy rowerowe. W Muzeum Diecezjalnym w Siedlcach jest jedyny w Polsce obraz El Greca, Pałac w Patrykoczach to przykład rzadkiego w Polsce stylu neogotyckiego, a w ka-meralnej, pięknie położonej nad stawem gorzelnii w Krzesku można zobaczyć, jak wygląda proces produkcji wódek od dostawy surowca, przez jego mycie, miżdżenie, zacieranie, po fermentację, destylację i rektyfikację.

Główne miejsca trasy: [Skibniew](#), [Patrzykozy](#), [Siedlce](#), [Mościbrody](#), [Krzesk](#) [www.szlak-kulinarny.pl](#)



Szlak Smaków Krainy Lessowych Wąwozów

Kraina Lessowych Wąwozów to jeden z najatrak-cyjniejszych regionów turystycznych Lubelszczy-zny. Swoją nazwę zawdzięcza największej w skali europejskiej, silnie rozgałęzionej sieci wąwozów lessowych. Szlak wiedzie przez malownicze miej-scowości, takie jak zabytkowy Kazimierz Dolny nad Wisłą, Janowiec z ruinami olbrzymiego rene-sansowego zamku czy uzdrowskiy Nałęczów. Restauracje funkcjonujące w ramach szlaku oferują tradycyjne potrawy wywodzące się z kuchni zie-miańskiej, szlacheckiej oraz mieszczańskiej. Dania oparte są na bogatych zasobach produktów regio-nalnych wytwarzanych niejednokrotnie metodami ekologicznymi. Zdrowie jest hasłem przewodnim Krainy Lessowych Wąwozów. Stąd też w menu każdej restauracji znajdują się posiłki dietetyczne. Oprócz smacznej kuchni uczestnicy szlaku oferują możliwość organizacji warsztatów kulinarnych oraz degustacji lokalnych produktów.

Główne miejsca trasy: [Nałęczów](#), [Kazimierz Dolny](#), [Janowiec](#), [Opole Lubelskie](#), [Poniatowa](#), [Puławy](#), [Wąvolnica](#), [Wojciechów](#), [Karczmiska](#), [Końskowola](#) [www.kraina.org.pl](#)



Sandomierski Szlak Winiarski

Na Sandomierszczyźnie od XIII wieku uprawiano winorośl oraz prowadzono sprzedaż wina gronowe-go eksportowanego do wielu krajów europejskich. Szlak prezentuje pięć winnic w tym regionie. Winnica św. Jakuba w sandomierskich ogrodach dominikańskich założona w 1226 roku, wznowio-na w 2012, dziś jest miejscem spotkań i szkoleń dla przyszłych winiarzy. Faliszowice prowadzą sprzedaż owoców oraz sadzonek, oferują doradz-two w zakresie uprawy winorośli i wyrobu wina, ale nie prowadzą jego sprzedaży i degustacji. Winnicę Płochockich można zwiedzać, podobnie jak poło-żoną na jej terenie winiarnię. Organizowane są tu degustacje (wymagane wcześniejsze umówienie). W winnicy jest kilka pokoi do wynajęcia. Położona w dolinie rzeki Opatówki Winnica Sandomierska kontynuuje rodzinne tradycje winiarskie, prowadzi sprzedaż autorskich win i degustacje połączone ze zwiedzaniem winnicy i winiarni. Goście mają do dyspozycji trzy kameralne apartamenty. Winnica nad Jarem to rodzinna winnica Sylwii i Mateusza Paciura, która od 2013 roku wprowadza na rynek swoje wina cieszące się dużym zainteresowaniem turystów. Właściciele oferują zwiedzanie winnicy i winiarni, sprzedaż i degustację win z przekąską w altanie.

Główne miejsca trasy: [Sandomierz](#), [Faliszowice](#), [Daromin](#), [Złota](#), [Dwikozy](#) [www.winiarze.dlasandomierza.pl](#)



Szlak Kulinarny Śląskie Smaki

Szlak tworzą restauracje i lokale serwujące tradi-cyjną kuchnię beskidzką, jurajską, zagłębiowską i śląską. W menu znajdziemy nie tylko roladę z modrą kapustą, ale również kawior żydowski, zalewajkę, gauszki czy kwaśnicę. Trasa ciągnie się od Częstochowy aż po Jeleśnię. Na stronie internetowej opisano wszystkie lokale znajdujące się na szlaku, serwowane przez nie certyfikowane

potrawy, jest tam też duża gama przepisów. Corocznym świętem jest festiwal Śląskie Sma-ki, który odbywa się w czerwcu – za każdym razem w innej części województwa. Korzystając z informacji na stronie w zakładce Polecane Serwisy, można tak zaplanować podróż, żeby przy okazji kolekcjonowania smaków poznać też inne turystyczne atrakcje tej części Polski, np. Szlak Zabytków Techniki czy Szlak Orlich Gniazd.

Główne miejsca trasy: [Częstochowa](#), [Zawiercie](#), [Koziegłowy](#), [Mysłowice](#), [Mikołów](#), [Tychy](#), [Pszczyna](#), [Bielsko-Biala](#), [Cieszyn](#) [www.slaskiesmaki.pl](#)



Szlak Karpia

Hodowla karpia w Polsce ma długą tradycję. To ryba, która cieszy się wyjątkową popularnością. Przed wiekami trafiała na stoły królów i możnych, delektowano się nią w klasztorach, a dziś jest głównym daniem wigilijnym w większości polskich domów. Szlak powstał z inicjatywy 12 lokalnych grup rybackich z terenu południowej Polski, zrze-sza gospodarstwa rybackie, w których można kupić świeżą lub przetworzoną rybę. W tutejszych resta-uracjach można spróbować karpia przyrządzanego na wiele sposobów, a w gospodarstwach rybackich poznać wszystkie etapy hodowli, w tym tradycyjne odłowy odbywające się jesienią. W przetwórniach rybnych można zobaczyć proces obróbki ryb i po-znać metody wędzenia tradycyjnymi technikami. Na szlaku znajdują się również łowiska wędkar-skie. Szlak Karpia promuje szczególnie wyjątkowe dla tych okolic gatunki karpia – zatorski, osiecki i bestwiński – wpisane na polską Listę Produktów Tradycyjnych.

Główne miejsca trasy: [Brzeźnica](#), [Osiek](#), [Przeciszów](#), [Polanka Wielka](#), [Spytkowice](#), [Tomice](#), [Zator](#), [Bestwina](#), [Czechowice-Dziedzice](#), [Jasienica](#), [Jaworze](#), [Wilamowice](#) [www.dolnakarpia.org](#) [www.bielskakraina.pl](#)



Karnawał Smaków

Od 24 stycznia do 8 lutego Małopolska zaprasza zainteresowanych tradycjami kulinarnymi, pro-duktami lokalnymi i zdrową żywnością do udziału w Karnawale Smaków. W programie liczne imprezy kulinarne, degustacje, warsztaty, pokazy, wystawy. Rekomendowane restauracje i hotele przygotowują specjalne karnawałowe menu złożone z tradycy-nych polskich potraw. W wybranych miejscach można przyrządzić własne dania według starych polskich receptur lub odkryć gotowanie z lokalnych ekologicznych produktów w nowoczesny sposób. Odbywają się tu również konkursy i plebiscyty dla gości, w których nagrodami są m.in. vouchery na kolacje. W niektórych krakowskich hotelach i skle-pach można zakupić smakową pamiątkę: produkty lokalne i regionalne.

Główne miejsca trasy: [Kraków](#), [Niepołomice](#), [Wieliczka](#), [Sieraków](#), [Sucha Beskidzka](#), [Kocierz](#) [www.karnawalsmakow.pl](#)



Smaki Podhala

30 wyjątkowych miejsc serwujących specjalę Zako-panego – zarówno dania tradycyjne, jak i nowocze-sne fuzje smaków. Na szlaku każda z restauracji

i karczmi reprezentowana jest przez flagową potrawę – prawdziwą dumę szefa kuchni, danie dopracowane w najdrobniejszych szczegółach pod-czas specjalnych warsztatów pod okiem znanych i cenionych w całej Polsce kulinarnych ekspertów – Roberta Sowy i Sylwestra Lisa. W restauracji Litworowy Staw flagowym daniem są grillowane szpadki z jagnięciny, w Karczmie u Furtoka – filet z pstrąga na rydzach z tartociokami i kapustą duszo-ną na winie, w Karczmie Widokowej „Szymkówka” – pulpeciki jagnięce w borowikach z kaszą jaglaną podawane w kosorku z oscypka. Hitem karczmy Cichy Dwór są poledwiczki z sarny marynowa-ne w polnych ziołach podane z runem leśnym, ziemniakiem pieczonym, chipsami warzywnymi i kukurydzianym purée, a restauracji Sichański Dworek – zupa borowikowa z hałuskami.

Główne miejsca trasy: [Zakopane](#), [Białka Tatrzańska](#), [Bukowina Tatrzańska](#), [Małe Ciche](#), [Murzasichle](#), [Witów](#), [Żąb](#), [Poronin](#), [Białe Dunajce](#), [Szafary](#) [www.smakipodhala.eu](#)



Małopolska Wieś Pachnąca Ziołami

Małopolska wieś z perspektywy ziołowych ogrodów. Na szlaku znajdziecie 20 gospodarstw, których właściciele mają wszechstronną wiedzę na temat uprawy ziół, ich rodzajów, zastosowania, właściwości leczniczych, a także prowadzą domo-wą kuchnię z tradycyjnymi potrawami z zastoso-waniem ziół: lemnowską, lachowską, galicyjską, góralską, pogórzańską oraz japońską. Gospodynie odtworzyły receptury tradycyjnych potraw, za-stosowały w nich zioła z własnych upraw i nadały im swoje nazwy. Gospodarze chętnie poświecąją gościom czas, zarażając ich swoimi zielarskimi i ekologicznymi pasjami. Zioła w małopolskich gospodarstwach stosuje się od pokoleń; są bazą potraw regionalnych, nalewek, syropów, używa się ich też w medycynie niekonwencjonalnej.

Główne miejsca trasy: [Drobinia](#), [Przyborów](#), [Poręba](#), [Spytkowska](#), [Żegocina](#), [Szyk](#), [Laskowa](#), [Harkłowa](#), [Czara Góra](#), [Czorstyn](#), [Mizerna](#), [Krośnica](#), [Sucha Struga](#), [Kamionka](#), [Wielka](#), [Tylcz](#), [Wysowa-Zdrój](#), [Banica](#) [www.sot.org.pl](#)



Śliwkowy Szlak

Dzięki wielowiekowej tradycji i podgórskiemu po-łożeniu na ziemiach tych rosną zdrowe i smaczne owoce wyróżniające się bogactwem aromatów. Śliwki, gruszki i jabłka są w tym rejonie przyrząd-zane na mnóstwo sposobów. Jesienią smaży się powidła i przygotowuje konfitury. Zdecydowany prym wiodą suszone śliwki, których smak zależy od sposobu suszenia oraz gatunku drzewa użytego przy tym procesie. Robi się z nich m.in. wyśmienity kompot, tzw. polywkę, nadziewa nimi pierogi, do-daje się je do mięs i bigosów. Jesienią podczas akcji „Spotkajmy się na... Śliwkowym Szlaku” w wybra-nych restauracjach, gospodarstwach agroturystycz-nych i u producentów można spróbować różnych potraw ze śliwkami. Degustacją towarzyszą konkursy kulinarne i koncerty. Śliwkowy Szlak to także mnóstwo interesujących zabytków, jak choć-by kościół pw. św. Leonarda w Lipnicy Murowanej wpisany na listę UNESCO. Na stronie szlaku można znaleźć informacje o przeprawie Dunajcem, warsz-tatach produktu lokalnego, imprezach plenerowych czy konkursie na najwyższą palmę wielkanocną.

Główne miejsca trasy: [Czchów](#), [Gnojnik](#), [Gródek nad Dunajcem](#), [Iwkowa](#), [Laskowa](#), [Lipnica Murowana](#), [Łososina Dolna](#) [www.nasliwkowymszlaku.pl](#)



Szlak Oscypkowy

Co roku od maja do końca września, do dnia św. Michała, babcie wyrabiają unikalne sery z owce-go mleka, takie jak: bundz, bryndza podhalań-ska, oscypek, redykolka. A z serwatki powstaje orzeźwiający napój o niepowtarzalnym smaku

– żętyca. Bacówki można odwiedzać, wędrując po Tatrach, Gorcach, Pieninach, Beskidach. Szlak Oscypkowy prowadzi przez 34 szalasy i pozwala turystyce poznać tradycje sześciu grup górali. Choć produkty wszędzie powstają według takich samych przepisów, ich smak różni się w zależności od miejsc, w których owce były wypasane, i interpra-tacji receptury.

Główne miejsca trasy: [Rusinowa Polana](#), [Kalańtów](#), [Polana Kuźnicka](#), [Dolina Kościeliska](#), [Lejowa](#), [Chochołowska](#), [Dolina ku Dziurze](#), [Siwa Polana](#), [Gubałowska](#), [Bustryk](#), [Turbacz](#), [Łapsze Niżne](#) i [Wyżne](#), [Kowaniec](#), [Jaworki](#), [Dursztyn](#) i [Czorstzyn](#), [Jablonka](#) i [Zubrzyca Górna](#), [Zawoja](#), [Hala Konina](#), [Wierchomla](#), [Białe i Czarne Dunajce](#), [Białka Tatrzańska](#), [Gliczarów Górny](#), [Leśnica](#), [Witów](#) [www.tatry.pl](#)



Małopolska Trasa Smakoszy

Propozycja kulinarnej podróży po regionalnych karczmach, w których odtworzono klimat z cza-sów, gdy w każdej wsi i na rozstaju dróg czekało na wędrowców gościnne miejsce zabawy, wymiany myśli i uczt ze wspaniałym domowym jedzeniem. Na szlaku można się delektować smakami Krako-wa i Wieliczki, Podhala, okolic Babiej Góry, Pienin, Spiszu, poznać kuchnię Pogórzan i Łemków. Specjały Małopolski to m.in. młyńskie koło, pstrąg ognisty, kotlet chłopski z kością, placki po hajduc-ku czy gulasz huculski. Na stronie internetowej szlaku można przeczytać, na jakie menu zapra-szają takie karczmy jak Wesele, Rzym, Siwy Dym, Bartna Chata czy Dwór. Ponadto zamieszczono tu przepisy na regionalne potrawy przygotowane przez szefów kuchni oraz informacje, czy w danej restauracji potrawy podaje się na regionalnej zastawie, przez kelnerów w strojach regionalnych i przy regionalnej muzyce, czy są udogodnienia dla dzieci lub dla osób niepełnosprawnych. Trasa łączy wizyty w karczmach ze zwiedzaniem atrakcji turystycznych w okolicy.

Główne miejsca trasy:

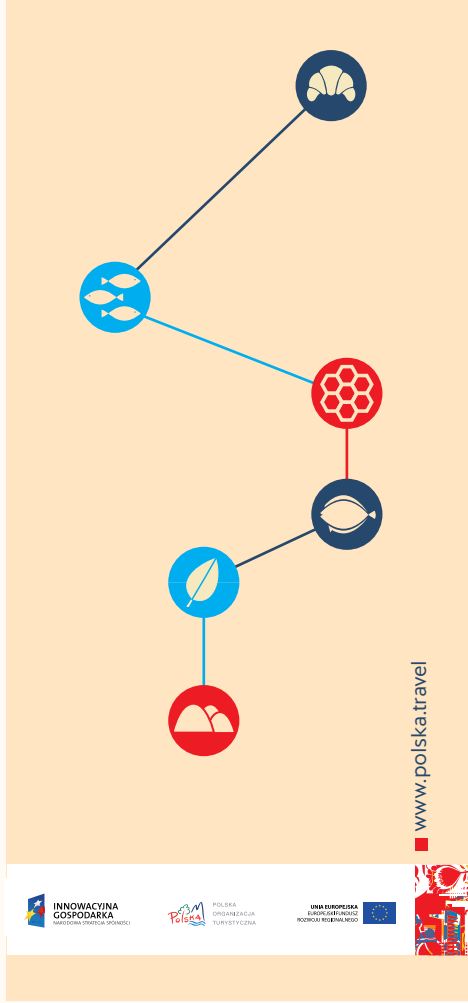
Wokół Krakowa: [Kraków](#), [Liszki](#), [Wieliczka](#), [Gdów](#), [Lipnica Murowana](#); Podhale: [Rabka](#), [Nowy Targ](#), [Białka Tatrzańska](#), [Bukowina Tatrzańska](#), [Zakopane](#), [Poronin](#); Podbabiogóra: [Zawoja](#), [Sucha Beskidzka](#), [Kocierz](#); Pieniny – Spisz: [Niedzica](#), [Szczawnica](#), [Jaworki](#); Sądecko-Gorlickie: [Stróże](#), [Nowy Sącz](#), [Krynica Zdrój](#), [Wysowa](#); Jura i Powiśle: [Czajowice](#), [Jerzmanowice](#), [Wolbrom](#), [Wygiełzów](#) [www.trasasmakoszy.pl](#)



Szlak Podkarpackiego Jada i Wina

Podkarpackie to bogactwo smaków i tradycji ku-linarnych oraz winiarskich. Regionalne karczmy, gościnice i restauracje oferują wiele spotykanych jedynie na tym terenie przysmaków, a podkarpac-kie wina zachwycają najbardziej wybrednych kone-serów. Będąc w Podkarpackiem, trzeba spróbować proziaków, gołąbków ziemniaczanych lub tych z kaszą perlową, aromatycznego żuru oraz innych potraw o obco brzmiących nazwach: chłipaków, hałuszek, hreczanek czy klepaków. Jednak Szlak Podkarpackiego Jada i Wina to nie tylko lokale dające możliwość degustacji regionalnych potraw i wyrobów – to także propozycje cyklicznych imprez i wydarzeń, takich jak: Festiwal Kultur i Kresowego Jada w Basznie Dolnej, Święto Chleba w Dźwiniaczu Dolnym czy Festiwal Kultur Pogra-nicza w Krośnie. Przy okazji poznawania kuchni podkarpackiej można zaopatrzyć się m.in. w prze-pyszne miody, zwiedzić zabytkowe zamki i pałace oraz muzea, zatrzymać się w stadninach koni czy zobaczyć złoty młośników starych samochodów.

Główne miejsca trasy: [Rzeszów](#), [Czarna](#), [Cisna](#), [Przeworsk](#), [Basznia Dolna](#) k. [Lubaczowa](#), [Dźwiniacz Dolny](#), [Sanok](#), [Krosno](#), [Leżajsk](#), [Krzeszów](#), [Lesko](#), [Wetlina](#), [Przemyśl](#), [Bachórz](#), [Rymanów](#), [Pstragowa](#), [Kraszczyń](#), [Dubiecko](#), [Baranów Sandomierski](#), [Lutowiska](#), [Jarosław](#), [Jedlicze](#), [Jasło](#), [Nowa Dęba](#) [www.jadlo.podkarpackie.travel](#)



Podkarpackie Smaki

Ten szlak to aż trzy trasy, łącznie 40 obiektów (gospody, karczmy, zagrody, zajazdy, gospodarstwa agroturystyczne, bary, kawiarnie, restauracje, wille i dworki). Na smakoszy czekają regionalne produkty: kozie sery, mięsa z regio-nalnych masarni, grzyby, ryby, dziczyzna, miody oraz lokale, które oferują dania tradycyjnej kuchni. Można też zwiedzić Muzeum Gorzelnic-twa w Łańcucie czy Muzeum Młynarstwa i Wsi w Ustrzykach Dolnych, wziąć udział w warsz-tatach prowadzonych w skansenach i gospodarstwach agroturystycznych (np. Skansen w Kolbuszowej czy w Sanoku) albo w imprezach regionalnych związanych z tradycyjnym jadem (np. Powidlaki w Krzeszowie czy jedyne w Polsce Święto Derenia, tzw. polskiej oliwki – Podkar-packi Festiwal Derenia w Bolestraszczykach). Dwór Kombornia zaprasza do Salonu Win Karpackich mieszczącego się w XVIII-wiecznej piwnicy, w któ-rej na enoturystów czeka aż 300 gatunków win karpackich.

Główne miejsca trasy: [Trasa Bieszczadzka](#): [Sanok](#), [Orelec](#), [Łodyna](#), [Dźwiniacz Dolny](#), [Ustrzyki Dolne](#), [Lutowiska](#), [Smolnik](#), [Ustrzyki Górne](#), [Przysłop](#), [Cisna](#), [Polańczyk](#); [Trasa Beskidzko-Pogórzańska](#): [Kielnarowa](#), [Bachórz](#), [Dubiecko](#), [Babica](#), [Pstragowa](#), [Kombornia](#), [Dukla](#), [Chyrowa](#), [Jasło](#), [Pilzno](#); [Trasa Północna](#): [Rzeszów](#), [Jasionka](#), [Łańcut](#), [Ruda Różaniecka](#), [Leżajsk](#), [Mielec](#) [www.podkarpackiesmaki.pl](#)

