



Głębik krakowski

2021-09-14

To ulubione warzywo krakowian. Taką informację przekazują XIX-wieczne źródła. Podobno jego pierwszy opis sporządził żyjący na przełomie XVIII i XIX wieku hrabia Stanisław Wodzicki, wielki miłośnik botaniki. Natomiast 170 lat temu inny krakowski botanik, profesor i rektor Uniwersytetu Jagiellońskiego, Florian Sawiczewski zajął się wnikliwą obserwacją głębaka (po staropolsku zwanego łoczygą).

„Lud krakowski używać zwykł kwaszonych, czyli kiszonych głębaków, które zwłaszcza w czasie upałów, są wybornym, przyjemnie kwaskowatym, orzeźwiającym, chłodzącym i łatwym do strawienia pokarmem; dlatego też tak w domach możniejszych, jak w lepiankach wiejskich, codziennym prawie są posiłkiem, zwłaszcza że i ciecz kwaśna, w której są kiszone, przyjemny i orzeźwiający nastęrcza napój” – tak pisał o głębiku Florian Sawiczewski, w pozycji „Wiadomości o łoczydze w ogólności, a w szczególności o łoczydze krakowskiej” (Kraków 1840).

Głębik do uprawy wymaga żyznej gleby, w którą bogate okazały się podkrakowskie wsie. Na początku XX wieku wzmożona uprawa głębaka opanowała tereny dzisiejszej Krowodrzy. Tradycyjnie jadano go na surowo – skropionego octem i oliwą lub kiszzonego dokładnie tak jak ogórki. Tak przetworzony głębik był bazą dla lubianej zupy. Niegdyś istotny element krakowskiej kuchni, popularność stracił w latach 60. ubiegłego wieku.

Zapomniany na kilkadziesiąt lat, wraca do łask i lokalnej gastronomii dzięki projektowi Slow Food-CE i staraniom miasta Krakowa. Za nami pierwsze zbiory głębaka, w których udział brali cenieni krakowscy szefowie kuchni – roślina trafiła do ich pracowni, a sami szefowie rozpoczęli poszukiwania sposobu na przyrządzenie głębaka, który zadowoliłby współczesne podniebienia. Trwają starania, aby głębik ponownie stał się kulinarnym symbolem Krakowa.

Starsi mieszkańcy naszego miasta jeszcze pamiętają to ciekawe warzywo, a Ty?

Wszystko, co musisz wiedzieć o głębiku krakowskim

Nietypowa i obecnie mało znana odmiana sałaty łodygowej, zwanej także sałatą Karola. Soczysta i chrupiąca. Zarówno liście, jak i łodygi, przekształcające się w pędy kwiatowe, są jadalne na surowo i po obróbce termicznej. Z badań wynika, że głębik krakowski zawiera aż cztery razy więcej witaminy C niż „zwykła” sałata! Niesprawiający problemów w uprawie głębik najlepiej zasiać wiosną lub jesienią. Ważne, aby ściąć go przed rozpoczęciem kwitnienia. Przed jedzeniem konieczne obierz pędy z lekko gorzkiej skórki!