Magiczny Kraków

Historyczny Krakowski Szlak Kulinarny: Smaki Starego Kleparza

2026-02-24

Od średniowiecznych targów żywnością po dzisiejsze stoiska z owocami morza i lokalnymi delikatesami – Stary Kleparz od zawsze definiował smak Krakowa. Przez stulecia plac ewoluował, będąc świadkiem wjazdów królewskich i miejskich pożarów, by przetrwać jako najważniejszy punkt na kulinarnej mapie miasta. Dzisiaj wciąż odnajdziemy tu echa dawnych smaków, które od lat przyciągają krakowian poszukujących autentyczności.

Chleb spod krakowskich wsi

Chleb prądnicki należał do najbardziej cenionych krakowskich wypieków. Wyróżniał się imponującymi rozmiarami — pojedynczy bochen mógł ważyć nawet dwanaście kilogramów — oraz niezwykłą trwałością. Nie trafiał na stół od razu po wyjęciu z pieca: musiał odpocząć przez całą dobę, aby ustabilizować strukturę i w pełni dojrzeć. Najlepszy był dopiero następnego dnia, kiedy nabierał charakterystycznego smaku i aromatu.

Najstarsze wzmianki o tym chlebie pochodzą z XV wieku i wiążą się z podkrakowskim Prądnikiem, gdzie najprawdopodobniej funkcjonowała osada piekarzy zobowiązanych do wypieku na potrzeby dworu biskupiego. Z czasem chleb prądnicki stał się stałym elementem krakowskiego handlu — sprzedawano go na miejskich targach, a przez stulecia stanowił codzienny pokarm zarówno dla zamożnych, jak i uboższych mieszkańców miasta.

W latach 30. XX wieku zaprzestano jego wypieku i wydawało się, że tradycja bezpowrotnie zanikła. Dopiero pod koniec XX wieku udało się odtworzyć dawną recepturę, a w marcu 2011 roku chleb prądnicki został wpisany na unijną listę produktów o Chronionym Oznaczeniu Geograficznym. Dziś ponownie można go kupić w Krakowie jako jeden z symboli lokalnego dziedzictwa kulinarnego.

Głąbik krakowski

Głąbik krakowski to stara, lokalna odmiana sałaty łodygowej, która przez wiele dziesięcioleci była uprawiana w okolicach Krakowa, m.in. na terenach dzisiejszych dzielnic takich jak Czarna Wieś, Łobzów czy Krowodrza. W połowie XIX wieku opisał go krakowski botanik Florian Sawiczewski, nazywając „łoczygą krakowską” i zwracając uwagę na jego smak — lekko kwaskowy, orzeźwiający i wyjątkowo lekkostrawny. W dawnych krakowskich domach wykorzystywano zarówno liście głąbika, jak i jego grube, mięsiste łodygi, które często kiszono, zgodnie z regionalną tradycją przechowywania warzyw. Po II wojnie światowej uprawa tej odmiany zaczęła stopniowo zanikać, ale czasem można go było kupić w formie surowej bądź kiszonej na Starym Kleparzu. Dziś dzięki staraniom miłośników lokalnych tradycji kulinarnych powoli ponownie wraca do uprawy i jest przypominany jako cenny element kulinarnego dziedzictwa Krakowa.

Żurek po krakowsku

Żurek po krakowsku ma korzenie w dawnej kuchni Małopolski, gdzie zupy na zakwasie z mąki żytniej

Magiczny Kraków

były podstawą codziennego jadłospisu już od średniowiecza. W odróżnieniu od innych regionalnych odmian żuru, wersja krakowska wyróżniała się łagodniejszym smakiem i dodatkiem warzyw, często także ziemniaków, które wzbogacały ją i czyniły bardziej treściwą. Tradycyjnie podawano ją z białą kiełbasą, jajkiem lub skwarkami, a w okresie postnym — w wersji bezmięsnej, na samym zakwasie. W XIX i na początku XX wieku żurek należał do najbardziej popularnych zup w krakowskich domach i jadłodajniach, stając się jednym z symboli lokalnej kuchni, który przetrwał w niemal niezmienionej formie do dziś. W 2018 r. został wpisany na listę produktów tradycyjnych.

Niniejszy tekst stanowi element Historycznego Krakowskiego Szlaku Kulinarnego. Zapraszamy do odkrywania wielowarstwowej historii smaków Krakowa oraz sprawdzenia mapy szlaku!

O PROJEKCIE:

Historyczny Krakowski Szlak Kulinarny jest inicjatywą Gminy Miejskiej Kraków, którą opiekuje się Wydział ds. Turystyki. Realizatorem szlaku jest Fundacja Promocji Wyrobów Rzemieślniczych, która została wyłoniona w ramach otwartego konkursu ofert pn.: „Turystyka zrównoważona oraz rozwój, promocja krakowskich produktów i szlaków turystycznych zgodnie z rekomendacjami Polityki zrównoważonej turystyki w Krakowie na lata 2021-2028 oraz na podstawie ustawy o samorządzie gminnym” w zakresie turystyki i krajoznawstwa". Autorem tekstu o Historycznym Krakowskim Szlaku Kulinarnym jest **dr Marcin Gadocha** z Instytutu Historii i Archiwistyki Uniwersytetu Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie oraz przewodniczący Rady Naukowej Fundacji Promocji Wyrobów Rzemieślniczych. Autorem części poświęconej historii Cechu Rzemiosł Spożywczych jest **Hubert Stawski**, kierownik Cechu Rzemiosł Spożywczych, członek Zarządu Fundacji Promocji Wyrobów Rzemieślniczych.