



## **Gdzie kupić produkty regionalne w Krakowie**

2020-12-19

**Kraków i Małopolska mogą się pochwalić najbardziej obszerną listą zarejestrowanych produktów regionalnych i tradycyjnych w całej Polsce. Produkty z Małopolski cieszą się uznaniem szefów kuchni z całego kraju. Ich wyjątkowość tkwi w tym, że nie są wytwarzane na skalę masową, ale przez to pojawia się pytanie: gdzie je kupić?**

### **Obwarzanek Krakowski**

Obwarzanek Krakowski dziesięć lat temu uzyskał oznaczenie "Chronione Oznaczenie Geograficzne". By zająć się jego wypiekiem, należy uzyskać stosowny certyfikat. W Krakowie posiada go obecnie 8 piekarni, które zaopatrują liczne budki, które napotkać można na terenie Starego Miasta i w okolicach krakowskiego dworca. Jak rozpoznać, czy kupujemy prawdziwy obwarzanek? Możemy zrobić dwie rzeczy: zerknąć na spód obwarzanka i sprawdzić, czy są na nim charakterystyczne, podłużne ślady po ruszcie i szukać budek oznaczonych niebieską naklejką ze znakiem "Chronione Oznaczenie Geograficzne".

Przeczytaj też: [Okrągły jubileusz krakowskiego obwarzanka](#)

### **Chleb Prądnicki**

Charakterystyczny, wielki bochen chleba prądnickiego, powstaje z mąki żytniej i pszennej, gotowanych ziemniaków, otrębów żytnich i świeżych drożdży. Tradycyjnie powinien ważyć aż 4,5 kilograma, musi być posypany cienką warstwą otrębów żytnich. Chleb prądnicki jest pieczony na zakwasie, dlatego długo zachowuje świeżość - jego smakiem można się cieszyć nawet do 2 tygodni. Wypiekiem certyfikowanego chleba prądnickiego zajmuje się piekarnia Krakowskie Wypieki, której punkty znaleźć można w galeriach handlowych na terenie całego Krakowa.

### **Kiełbasa Piaszczańska**

Jeszcze dość znana, choć z pewnością nie mniej smaczna niż jej kuzynka z Liszek. Jej historia jest niezwykle ciekawa, choć owiana legendą. O kiełbasie piaszczańskiej pisaliśmy więcej w osobnym artykule. (link [Obecnie wyrobem certyfikowanej kiełbasy piaszczańskiej zajmuje się jeden producent. Jest to firma Gawor Wędliny, której wyroby zakupić można na Targu Pietruszkowym, na Targu Ekosfera Mateczny oraz w rozlicznych sklepach mięsnych i supermarketach na terenie Krakowa. Pełna lista dostępna jest na stronie internetowej producenta \(link <https://www.gaworwedliny.pl/en/gdzie-kupisz>\) W 2013 roku kiełbasa piaszczańska została wpisana na Krajową listę produktów tradycyjnych Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi, a w 2017 roku trafiła na listę produktów chronionych Unii Europejskiej \(Chronione Oznaczenie Geograficzne\).](#)



## **Pstrąg Ojcowski**

Pstrąg Ojcowski jest produktem tradycyjnym z Małopolski wpisanym na Listę Produktów Tradycyjnych prowadzoną przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Za przywrócenie hodowli pstrąga w Ojcowie odpowiadają matka i córka: Magdalena Węgiel i Agnieszka Sendor. W ojcowskich stawach hodowany jest nie tylko popularny i łatwiejszy w hodowli pstrąg tęczowy, ale i prawdziwy skarb – pstrąg potokowy, kochany i doceniany przez szefów kuchni z całej Polski. W Krakowie Pstrąga Ojcowskiego zakupić można wyłącznie na Targu Pietruszkowym albo w miejscu hodowli: w pstrągarni przy stawach w Ojcowie. Przy zakupie z innych źródeł warto zwrócić uwagę na certyfikat. Pstrąg Ojcowski był jednym z produktów-gwiazd projektu Slow Food-CE. Przeczytajcie o nim więcej w przewodniku [“Smakuj Kraków w rytmie slow”](#).

## **Głębik Krakowski**

Być może rozczarujemy poszukiwaczy zapomnianych smaków, ale głębika krakowskiego... nie da się kupić. Przynajmniej na razie! Można oczywiście próbować jego samodzielnej uprawy, wówczas należy w sklepie z nasionami pytać o “sałatę Karola”, bo pod taką nazwą czasami ukrywa się głębik. W Krakowie od 2019 roku trwają działania mające na celu przypomnienie tego dawnego warzywa. Zapomniany na kilkadziesiąt lat, głębik wrócił do łask i lokalnej gastronomii dzięki projektowi Slow Food-CE i staraniom miasta Krakowa.

## **Czosnek Galicyjski**

Czosnek galicyjski ma wyjątkowo wysoka zawartość alliny, czyli związku odpowiadającego za charakterystyczny dla czosnku posmak. Ma fioletowe lub fioletowo-różowe zabarwienie, dużą główkę o średnicy min. 50 mm i duże ząbki, których musi być 6-9 w każdej główce. Znajac te szczegóły, łatwiej będzie go znaleźć w lokalnych warzywniakach i odróżnić od czosnku z Hiszpanii czy Chin. Czosnek Galicyjski uprawia się na obszarze Wysoczyzny Proszowickiej (gminy Słomniki, Radziemice i kilka sołectw gminy Niegardów. Jest to prawdziwe zagłębie czosnkowe. Liczba producentów czosnku jest tu prawdopodobnie największa w Polsce. Czosnek galicyjski wskutek starań Stowarzyszenia Czosnek Galicyjski uzyskał w sierpniu 2018 roku europejski znak jakości Chronione Oznaczenie Geograficzne (ChOG).

## **Oscypek**

Gdzie kupić prawdziwego oscypka? Należy zapytać nie tylko gdzie, ale i kiedy. Oscypek to jeden z najbardziej rozpoznawalnych polskich serów. Ten prawdziwy, certyfikowany, powstaje tylko od maja do września. Kupić go można oczywiście w licznych baczniach na Podhalu, lecz trafia również do Krakowa. Pewnym adresem dla miłośników oscypka jest Targ Pietruszkowy w krakowskim Starym Podgórzu.



### **Jagnięcina podhalańska**

Nazwą „jagnięcina podhalańska” może być używana tylko w stosunku do mięsa i podrobów jagniąt ras: polska owca górska, polska owca górska odmiany barwnej lub cakiel podhalański, których wiek nie przekroczył 60 dni. Są to tzw. tuszki mleczne. Jagnięcinę podhalańską sprowadza do Krakowa sklep Małopolski Wagon Smaków, który mieści się przy ulicy Długiej 72.

### **Karp zatorski**

Karpia Zatorskiego hoduje się na terenie trzech sąsiadujących ze sobą gmin położonych w zachodniej części województwa małopolskiego. Są to: Gmina Zator, Gmina Przeciszów położone w powiecie oświęcimskim oraz Gmina Spytkowice położona w powiecie wadowickim. Gminy te od 2003 roku wspólnie realizują projekt „Dolina Karpia”. Karp z Doliny Karpia to ceniona ryba, a tradycja jej hodowli w tamtych okolicach sięga XII wieku. W poszukiwaniu karpia zatorskiego można oczywiście wybrać się na wycieczkę do Doliny Karpia, ale przed Świętami Bożego Narodzenia rybę można także z powodzeniem zakupić w Krakowie na placach targowych i w licznych punktach sprzedaży. Duże sieci handlowe są świadome zainteresowania konsumentów karpem z Zatora, dlatego przed Świętami sprowadzają go do swoich sklepów. Kupując karpia, warto jednak upewnić się, czy sprzedawca posiada certyfikat.

### **Kiełbasa lisiecka**

Ulubiona kiełbasa wielu krakowian powstaje w dwóch gminach niedaleko Krakowa: Liszkach i Czernichowie. Jest powszechnie dostępna w dobrze zaopatrzonych supermarketach i sklepach mięsnych na terenie całego Krakowa. Ta oryginalna i certyfikowana wytwarzana jest z mięsa wieprzowego. Kiełbasa jest pieczona, następnie dowędzona, cechuje ją duża kruchość i soczystość. W roku 2005 została wpisana na Listę Produktów Tradycyjnych Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi. By mieć pewność, że kupujemy oryginalny wyrób, należy na etykiecie szukać informacji "Kiełbasa lisiecka. Konsorcjum Producentów Kiełbasy Lisieckiej" oraz niebiesko-żółtego znaczka "Chronione Oznaczenie Geograficzne".

### **Suska sechłońska**

Suska sechłońska jest doskonałym przykładem produktu regionalnego, który zyskał zasłużoną ogólnopolską sławę! Najślawniejszą małopolską śliwkę kupić można na Targu Pietruszkowym od Państwa Pawłowskich. Suska sechłońska to podsuszona i podwędzona śliwka (może być drylowana lub z pestką). Słowo „suska” oznacza suszona, a określenie „sechłońska” pochodzi od nazwy miejscowości Sechna w gminie Laskowa, z której wywodzi się tradycja suszenia śliwek. Obszar geograficzny, na którym jest wytwarzana suska sechłońska ChOG jest szczegółowo określony i obejmuje teren czterech gmin: Laskowa, Iwkowa, Łososina Dolna i Żegocina.



**Magiczny  
Kraków**

W maju 2020 roku zakończył się pilotażowy program Slow Food-CE, którego elementem było promowanie produktów regionalnych: Chleba Prądnickiego, Obwarzanka Krakowskiego, Kiełbasy Piaszczańskiej, Pstrąga Ojcowskiego, Głębika Krakowskiego i Czosnku Galicyjskiego. Więcej o produktach regionalnych na łamach [Kulinarnego Krakowa](#).