



Historyczny Krakowski Szlak Kulinaryny: Na talerzu dawniej i dziś

2026-02-24

Restauracja [Wierzynek](#) to symbol dawnej krakowskiej gościnności i wyjątkowy przykład miejsca, które od stuleci łączy funkcję gastronomiczną z rolą strażnika pamięci kulturowej miasta. To właśnie tutaj historia spotyka się na talerzu, a tradycyjne krakowskie potrawy serwowane są w sposób przywodzący na myśl królewską ucztę.

Potrawy krakowskie, które były podawane w dawnych i współczesnych restauracjach:

Kaczka po krakowsku

Kaczka po krakowsku wywodzi się z dawnych tradycji kulinarnych Krakowa i Małopolski, gdzie pieczona kaczka była potrawą podawaną przede wszystkim podczas uroczystości i świątecznych obiadów. Na przełomie XIX i XX wieku pojawiała się w popularnych książkach kucharskich, co utrwaliło jej obecność na krakowskich stołach. Tradycyjnie kaczkę nadziewano jabłkami lub podawano z kaszą gryczaną i sosem grzybowym, dzięki czemu danie stało się jedną z charakterystycznych specjalności krakowskiej kuchni.

Zupa kminkowa

Zupa kminkowa była jedną z najpopularniejszych i najprostszych zup, a zarazem najbardziej rozpoznawalnych potraw codziennej kuchni krakowskiej. Podawano ją już w XIX wieku w tanich jadłodajniach i gospodach, bo przygotowywano ją szybko i z łatwo dostępnych składników. Jej podstawą był aromatyczny wywar z kminku, ceniony nie tylko za smak, lecz także za właściwości zdrowotne — pomagał na trawienie i przeziębienia, dlatego zupa często gościła również w domach. Najczęściej podawana z grzankami lub jajkiem, stała się jednym z klasycznych dań, które przez lata towarzyszyły mieszkańcom miasta w codziennych posiłkach.

Przepisy na zupę kminkową (A. Teslar, *Kuchnia polsko-francuska*, Kraków 1910):

- zupa kminkowa:

„Dwie łyżki masła, drobno pokrajaną marchew, selerę i pietruszkę, dwie łyżki kminku podsmażyć chwilę, wsypać 4 łyżki mąki i smażyć aż żółknie. Zalać wodą, mieszając zagotować. Pół godziny gotując posolić, zarumienić cukrem palonym, przecedzić przez serwetkę i wygrzaną dobrze wlać do wazy. Osobno podać grzanecki uszatkowane i usmażone na maśle”.

- zupka kminkowa z groszkiem z ciasta parzonego:

„Na łyżce masła zasmażyć w rondelczku łyżeczkę kminku i 2 łyżki mąki, rozprowadzić rosółkiem z cielęciny, zagotować około 10 minut, przecedzić przez sitko i posolić”.

Niniejszy tekst stanowi element [Historycznego Krakowskiego Szlaku Kulinarnego](#). Zapraszamy



Magiczny
Kraków

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 Kulinarным 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.