

Turystyka kulinarna inspirowana dzikimi roślinami jadalnymi

Joanna Ciechan

asia.dlugosz@gmail.com

Karolina Buczkowska-Gołąbek

buczkowska@awf.poznan.pl

Akademia Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu

Katedra Turystyki i Rekreacji

ORCID: 0000-0001-8159-4215

Abstrakt

Celem głównym artykułu jest zaprezentowanie zjawiska turystyki kulinarnej inspirowanej dzikimi roślinami jadalnymi poprzez przybliżenie tematyki od strony historyczno-kulturowej, trendów gastronomicznych i kategorii produktów turystycznych, a także poprzez prezentację wybranych jej ofert i organizatorów oraz charakterystyki turystów biorących w niej udział. Badania w wybranych miejscach prowadziłyśmy metodą obserwacji uczestniczącej oraz/lub z wykorzystaniem techniki wywiadu. Nasze badania pokazały, że oferta turystyczna oparta na dzikich roślinach jadalnych ma szansę na rozwój, o czym świadczy wzrastająca liczba turystów biorących udział w warsztatach i innych ofertach oraz sam rozwój tej oferty. Turyści – jej uczestnicy – reprezentują różne grupy społeczne i różne motywacje – poszukują przede wszystkim jednak wiedzy na temat dzikich roślin, którą będą mogli wykorzystać przy samodzielnym zbiorze oraz chcą poznać ludzi na co dzień korzystających z darów natury, których można podpatrzeć. Z kolei osoby, które tworzą oferty dla turystyki inspirowanej dzikimi roślinami jadalnymi, a następnie je w formie warsztatów i spacerów tematycznych realizują, okazują się być ludźmi ogromnej wiedzy, pasji rozwijanej już od dziecka i chęci dzielenia się nimi z turystami.

Słowa kluczowe: antropologia jedzenia, turystyka kulinaria, dzikie rośliny jadalne, trendy kulinarne, produkt turystyczny

Wprowadzenie

Dzikie rośliny jadalne towarzyszyły człowiekowi od samego początku jego istnienia. W Polsce wykorzystywano je zarówno w celach spożywczych, jak i leczniczych, miały także duży wpływ na wierzenia oraz kulturę ludową. Na przestrzeni wieków powoli odchodzono od stosowania takich roślin na szeroką skalę i powracano do nich jedynie okresowo, szczególnie w czasach wojen, głodu oraz zarazy. Natomiast od czasów II wojny światowej wiedza o ziołach i ich znaczeniu została praktycznie zapomniana i jedynie w nielicznych regionach Polski była wciąż pielęgnowana. Ostatnie wydarzenia na świecie, czyli pandemia Covid-19, coraz szybsze tempo życia oraz zmiana świadomości społeczeństw sprawiła, że w Polsce zaobserwować można powrót do natury, a co za tym idzie, na nowo odkrywanie ogromnego bogactwa kulturowego i kulinarnego dzikich roślin jadalnych. Powstaje

coraz więcej miejsc specjalizujących się w tej tematyce, a sama oferta staje się bardziej zróżnicowana. Dzięki temu może ona odpowiadać różnym potrzebom turystów, bo ta grupa właśnie jest szczególnie zainteresowana aktywnym poznawaniem i doświadczaniem natury i jej dobrodziejstw.

Inspiracją do napisania artykułu o dzikich roślinach jadalnych stało się dla nas przede wszystkim nasze uczestnictwo w różnych spacerach i warsztatach zielarskich w ostatnich latach. W trakcie tych działań wielokrotnie dostrzegaliśmy ogromny potencjał, jaki niosą ze sobą dzikie rośliny jadalne. Co więcej, wielokrotnie miałyśmy możliwość skosztowania dań i produktów sporządzonych na ich podstawie, które zawsze zachwyciły oryginalnością i bogactwem walorów smakowych. Ważnym powodem podjęcia tego tematu stała się też dla nas zmieniająca się świadomość współczesnego społeczeństwa, jego większa otwartość na nowości oraz kształtujące się trendy gastronomiczne i żywieniowe. Trendy te pokazują, że świat dzikich roślin jadalnych jest tematem bardzo ciekawym i obszernym, na podstawie którego można stworzyć atrakcyjną ofertę turystyczną. Ponadto, rolę odgrywają tu także tendencje podróżnicze. Na ich ukształtowanie niewątpliwie miały wpływ nadmierne obciążenie pracą i szybkim trybem życia, zmęczenie społeczeństwa pandemią oraz rutyna. Według badań przeprowadzonych przez portal Booking.com w 2022 roku wśród 24 tys. podróżujących z 32 krajów oraz terytoriów wybiły się trendy podróżnicze na 2023 rok skupione przede wszystkim na odkrywaniu świata przez turystów. Są one zauważalne chociażby w powrocie turystów do natury oraz korzeni – wielu podróżujących wybiera wakacje „poza siecią”, w celu odcięcia się od Internetu, na popularności zyskują też warsztaty z zakresu technik przetrwania. Co ciekawe, aż 3/4 badanych stwierdziło, że chce przekroczyć swoje granice oraz wyjść poza swoją „strefę komfortu”. Turyści chcieli poszukiwać autentyczności oraz nowych doświadczeń kulturowych. Zmianie uległy też m.in. formy podróżowania oraz cele podjęcia podróży. Do najpopularniejszych form 2023 roku zaliczono wyjazdy nostalgiczne i zorientowane na lokalną społeczność [*Trendy podróżnicze 2022*]. Z kolei na miejscu pierwszym wśród najbardziej popularnych pożądanych typów niszowych doświadczeń podczas podróży znalazły się ekscentryczne dania, wskazane przez prawie połowę badanych [*Booking.com's 2022*]. W każdą ze wspomnianych płaszczyzn dzikie rośliny jadalne wpisują się doskonale. Tym bardziej, że ich niekwestionowaną zaletą jest m.in. to, że posiadają nietypowe walory smakowe [*Angielczyk 2020*].

Celem artykułu stało się zanalizowanie i pokazanie tego, jakie miejsce

we współczesnej turystyce kulinarnej zajmują dzikie rośliny jadalne i czym jest turystyka inspirowana dzikimi roślinami jadalnymi. Cel realizowałyśmy poprzez przybliżenie tematyki związanej z tymi roślinami od strony historyczno-kulturowej, trendów gastronomicznych i kategorii produktów turystycznych, a także prezentację wybranych ofert i organizatorów turystyki inspirowanej dzikimi roślinami jadalnymi oraz charakterystyki turystów biorących w niej udział. Badania w wybranych miejscach prowadziłyśmy metodą obserwacji uczestniczącej oraz/lub z wykorzystaniem techniki wywiadu.

Dzikie rośliny jadalne dawniej

Na podstawie badań archeologicznych prowadzonych przez ostatnie dziesięciolecie wykryto, że dzikie rośliny (często nazywane niesłusznie chwastami) stanowiły bardzo ważne źródło pożywienia pierwszych ludzi, prowadzących tryb zbieracko-łowiecki. Gromadzeniem zapasów zajmowały się głównie kobiety i dzieci oraz starcy niezdolni do polowania. Z biegiem lat, gdy odkryto uprawę i rolnictwo, znaczenie dzikich roślin znacznie spadło. Zaczęły one stanowić dodatek i uzupełnienie do posiłków. Jedynie podczas klęsk żywiołowych chwilowo wracano do szerszego wykorzystania dzikich gatunków. Duży wpływ na rodzaj i części spożywanych roślin miały pory roku. W okresie wiosenno-letnim jadano głównie rośliny w formie warzyw liściastych, natomiast na przedwiośniu prawdopodobnie poszukiwano podziemnych korzonków i bulw. Co ciekawe, okazuje się, że ludy pierwotne opanowały także technikę konserwowania i przechowywania żywności. W sezonach wiosenno-letnich zbierane rośliny i zioła suszono i przechowywano w glinianych garnkach, aby przetrwały okres zimowy. Na bazie wykopanych naczyń wypełnionych nasionami, wiadomo współcześnie, jakie rośliny były najczęściej spożywane przez ludy pierwotne. Do takich należy zaliczyć: żołędzie, orzechy laskowe (znane już od czasów śródłądowych), poziomki, dziką różę, tarninę, czeremchę. Najstarszymi znanymi człowiekowi napojami były z kolei soki roślinne, spożywane na świeżo lub po sfermentowaniu. Na terenie Polski najpopularniejsza była oskoła, czyli sok brzoźowy zbierany wczesną wiosną. Co ciekawe, jeszcze w czasach międzywojennych oskołę konsumowano powszechnie [Angielczyk 2020].

Jednymi z pierwszych znanych i dostępnych w Polsce przykładów ksiąg z zakresu dzikich roślin oraz roślin leczniczych wraz z ich zastosowaniem, były herbarze Stefana Falimirza (I poł. XVI wieku), Marcina z Urzędowa (1500-1573) oraz

Szymona Syreniusza (około 1540-1611). Poza opisywaną w nich funkcją leczniczą roślin (w naszym artykule tego zagadnienia nie podejmujemy), dzieła te zawierały również rady i wskazówki wykorzystania ziół w kosmetyce, farbiarstwie, garbarstwie i gospodarstwie domowym – w tym w kuchni. Jednak dostęp do ksiąg i wiedzy na temat dzikich roślin jadalnych oraz ziół i ich zastosowania mieli nieliczni. Na taki stan rzeczy złożyły się dwa czynniki. Po pierwsze, księgi o dzikich roślinach występowały w pojedynczych egzemplarzach, co powodowało, że były bardzo trudno dostępne. Po drugie, większa część społeczeństwa w średniowieczu była niepiśmienna. Z tego powodu równolegle do zielarskiej wiedzy klasztornej rozwijała się wiedza ludowa, która była przesiąknięta magią. W tradycjach ludowych wiedzę na temat właściwości dzikich roślin przekazywano z pokolenia na pokolenie lub korzystano z usług lokalnych znachorów, wróżbitów, guślarzy i czarownic, a z czasem także zawodowych zielarek. Potrafiły one rozpoznawać gatunki roślin jadalnych i leczniczych, zbierać je, suszyć i odpowiednio przechowywać. Do swoich mikstur wykorzystywały nie tylko kwiaty, ale także kłącza, bulwy, łodygi, owoce, nasiona, kory, pąki, nasiona i soki. Na ich podstawie potrafiły sporządzać maści, syropy, herbaty, nalewki i leki, którymi leczyły chorych oraz wspomagały ich odporność, apetyt i inne żywieniowe potrzeby organizmu [*Zioła z apteki natury* 2012].

Z biegiem lat powszechne użytkowanie dzikich roślin zanikało. Głównym czynnikiem, który wpłynął na zmniejszenie w Europie zainteresowania ich użytkowaniem, było rozpowszechnienie uprawy ziemniaka i innych warzyw okopowych w wiekach nowożytnych. Do spożywania dzikich roślin na masową skalę powracano jedynie podczas wojen oraz w okresach głodów i niedoborów żywności, zwłaszcza w II połowie XIX wieku.

W polskim piśmiennictwie etnograficznym istnieje bardzo niewiele badań oraz publikacji na temat użytkowania dzikich roślin jadalnych dawniej. Między innymi w Muzeum Ogrodu Botanicznego Uniwersytetu Jagiellońskiego znajduje się natomiast największy zbiór rękopisów zawierających odpowiedzi na ankietę dotyczącą użytkowania i nazewnictwa dzikich roślin. Ankieta została przeprowadzona w 1883 roku przez słynnego botanika Józefa Rostafińskiego (1850-1928) wśród ludności polskiej i było to największe przedsięwzięcie w dziedzinie „etnobotaniki gastronomicznej”. Badanie składało się z 70 pytań, a jego respondentami byli głównie mieszkańcy pochodzący z ziemiaństwa lub inteligencji, mający kontakt z ludem. Ciekawe jest to, że często te same rośliny jadane były

zarówno przez chłopów, jak i przez przedstawicieli wyższych sfer. Różnica polegała jedynie na sposobach przyrządzenia. I tak np. prosty lud najczęściej sporządzał polewki, zasmażał rośliny z tym, co miał, zalewał mlekiem lub zasypywał mąką. Na dworach rośliny przyrządzano zazwyczaj „jako szpinak”, konsumowano zamiast sałaty lub robiono wykwintne sosy. W badaniach Rostafińskiego najczęściej wymienianą dziką rośliną jadalną był szczaw [Łuczaj 2008].

W XX wieku, pomimo braków żywieniowych mających miejsce w trakcie obu wojen światowych, nie wykorzystywano już w Polsce dzikich roślin na szeroką skalę. Stanowiły one jedynie uzupełnienie jadłospisu w biednych gospodarstwach, szczególnie w czasie tzw. „przednówka” [Łuczaj, Köhler 2011]. W dzisiejszych czasach wiedza w Polsce na temat dzikich roślin jadalnych oraz leczniczych praktycznie zanikła, a jedynym terenem, gdzie wciąż żywe są tradycje i obrzędy związane z ziołami, jest Podlasie. Kult zbioru ziół i ich zastosowania istnieje w tym regionie od niepamiętnych czasów, a obecnie ponad połowa zbiorów ze stanu naturalnego, w skali całego kraju, pochodzi właśnie stamtąd. Ponadto, wciąż można spotkać tam zielarki sporządzające leki na bazie roślin.

Wiedza ludowa na temat dzikich roślin jadalnych przekazywana była z pokolenia na pokolenie w formie baśni oraz gawęd. „Dawniej każdemu etapowi pozyskiwania ziół, czyli ich zbiorowi, przygotowaniu i stosowaniu, towarzyszyła zawsze pewna aura tajemnicy. Brak narzędzi i metodologii dających możliwość zrozumienia niezwykłego działania ziół sprawiały, że ich skuteczność osadzano na podłożu kultu religijnego i magii” [Angielczyk 2020, s. 6]. Szczególną moc miały mieć rośliny zbierane na miedzach, granicach, wokół świętych kapliczek i krzyży.

Z biegiem lat wiele dawnych zwyczajów oraz wierzeń starosłowiańskich było włączanych do katolickich uroczystości kościelnych, tworząc tym samym nowe tradycje. Do jednych z najpopularniejszych i najstarszych można zaliczyć święcenie ziół 15 sierpnia podczas uroczystości Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny, w polskiej tradycji ludowej zwanej Matki Boskiej Zielnej. Święto zostało włączone do uroczystości kościelnych, gdyż – według legendy – trzeciego dnia po śmierci Maryi apostołowie nie znaleźli w grobie jej ciała, lecz zioła i kwiaty. Tego dnia wierni przynoszą do kościołów wiązanki ziół zwanych, zależnie od regionu, „równianki”, „ziela”, „bukiety”, „ruchle”, „prożanki”, „kwietki”. Przez całą zimę wiązanki te są następnie przechowywane za obrazem, a na wiosnę z wyluskanego z bukietu ziarna rytualnie rozpoczynana się na wsiach siew. Według tradycji w bukiecie do

poświęcenia powinno znajdować się 7 lub 77 różnych ziół i zbóż, później także kwiatów. Do owych siedmiu ziół zalicza się: rumianek, melisa, mięta, rozmaryn, nasturcja, bazylia i lubczyk. Obecnie święto również wiąże się z zakończeniem zbioru plonów [Angielczyk 2020].

Potencjał zielarski Polski

Natura jest jak supermarket, wystarczy wiedzieć, co wybrać! (...) Jadalne rośliny dziko rosnące można zbierać z różnych powodów: z ciekawości kulinarnej, chęci wypróbowania nowych surowców i aromatów, albo z pasji botaniczno-poznawczej. (...) Niektóre gatunki „chwastów” każdy zje ze smakiem i przyjemnością, inne wymagają uporu i samozaparcia badacza smaków lub survivalowej wytrwałości. (...) Zbierając dzikie rośliny jadalne trzeba [jednak] być pewnym tego, co się zrywa. [„Dziki obiad Łukasza Łuczaja”, zapowiedź programu TV, 2011]

Na terenie Polski rośnie ponad tysiąc gatunków dzikich roślin jadalnych, co stanowi około 1/3 wszystkich gatunków roślin z terenu całego kraju. Na rodzaj tej szaty roślinnej wpływ ma niewątpliwie umiejscowienie Polski w strefie klimatów umiarkowanych. Oznacza to, że występuje tu cykliczny podział na sześć termicznych pór roku, czyli zimą, przedwiośnie, wiosna, lato, jesień i przedzimie. O każdej porze roku dostępne do spożycia są inne gatunki oraz części dzikorosnących roślin jadalnych. Do takich części zaliczają się nasiona i suche owoce, części podziemne (korzenie, kłącza, cebule i bulwiki) oraz łodygi i liście. Mogłoby się wydawać, że jadalne rośliny pojawiają się jedynie wiosną, latem, jesienią oraz wczesną jesienią. Okazuje się jednak, że jadalne „chwasty” dostępne są praktycznie przez cały rok, w tym także w porze zimowej. I tak np. zimą w strumykach znaleźć można listki rzeżuchy, można parzyć herbaty z igieł sosny, jodły i świerka, pod ziemią znajdują się zeszłoroczne bulwy, korzenie, kłącza, a pod śniegiem pojawiają się pierwsze zielone rozetki liści. Marzec to z kolei miesiąc, kiedy drzewa oraz rośliny puszczają pierwsze soki. Najsmaczniejsze są te z klonów oraz brzoź, ale można zbierać sok także z lipy, buku, czereśni. Późną wiosną pojawiają się już dziesiątki jadalnych gatunków. Młode liście w tym czasie są soczyste i posiadają wyjątkowe walory smakowe. Latem natomiast owocują czereśnie, poziomki, czeremcha, zaś liście wielu gatunków tracą świeży smak i stają się gorzkie oraz łykowate. Oczywiście wciąż można poszukiwać zdalnych do spożycia młodych pędów roślin. Jesień daje za to ogromne bogactwo owoców oraz korzeni, natomiast liście stają się już niesmaczne [Łuczaj 2013].

Dzikię rośliny jadalne można wykorzystywać na wiele sposobów. Najprostszą formą jest spożywanie liści „chwastów” na surowo w formie surówek. Jedzenie surowych roślin daje pewność wykorzystania większości witamin, mikroelementów oraz walorów smakowych. Inną formą jest przyrządzanie zup warzywnych z dodatkiem ziół. Z powodzeniem zioła są też bohaterami dań głównych w postaci gotowanej, smażonej, duszonej, a nawet serwowane jako desery.

Poniżej krótko charakteryzujemy sześć wybranych dzikich roślin jadalnych Polski: gwiazdnicę pospolitą (ryc. 1, 2, 8), wykę (ryc. 3), macierzankę piaskową (ryc. 4), pięciornik gęsi (ryc. 5), rdest (ryc. 6), krwawnik pospolity (ryc. 7-8) jako przykłady mało znanego, a niezwykle bogatego i urozmaiconego potencjału, silnie osadzonego w polskiej kulturze i tradycji.



Ryc. 1. Gwiazdnica pospolita

Źródło: Własne



Ryc. 2. Zupa z dodatkiem gwiazdnicy pospolitej

Źródło: Własne



Ryc. 3. Wyka

Źródło: Własne



Ryc. 4. Macierzanka piaskowa

Źródło: Własne



Ryc. 5. Pięciornik gęsi

Źródło: Własne



Ryc. 6. Rdest ostrogorzki

Źródło: Własne



Ryc. 7. Krwawnik pospolity

Źródło: Własne



Ryc. 8. Sałatki z dodatkiem krwawnika pospolitego oraz gwiazdnicy pospolitej

Źródło: Własne

Gwiazdnica pospolita, ludowo nazywana muchotrzew, muszcz oraz musec, powszechnie występuje na polach, łąkach, skrajach zarośli oraz glebach zasobnych w azot. Można ją zbierać praktycznie przez cały rok. Roślina dobrze znosi zimę, dlatego czasami młode pędy pojawiają się jeszcze pod warstwą śniegu. Liście gwiazdnicy pospolitej można spożywać na surowo w formie surówek, sałatek, ale także można ją potraktować jako dodatek do jajecznic, zup, pizzy, tart oraz zapiekać z ziemniakami [Łuczaj 2013].

Wyka rośnie na przydrożach, polach i łąkach, a jej okres zbioru przypada latem. Wtedy to jadalne są wierzchołki młodych pędów, kwiaty oraz niedojrzałe i dojrzałe nasiona. Dawniej w Polsce gotowano nasiona i dodawano je do ciasta chlebowego. Ponadto, wyka stanowi ciekawy zamiennik dla soczewicy oraz może być dodawana do zup, curry oraz pasztetów [Łuczaj 2013].

Macierzanka w kulturze ludowej nazywana jest macierduszką lub dzięcieliną. Rośnie głównie w miejscach piaszczystych, suchych oraz dobrze nasłonecznionych. Okres zbioru przypada w porze letniej (od czerwca do sierpnia) podczas kwitnienia, wtedy to ścina się górne, dobrze ulistnione wierzchołki rośliny. Macierzanka piaskowa jest to gatunek, który świetnie nadaje się jako przyprawa do zup oraz sosów [Łuczaj 2013].

Pięciornik gęsi w gwarze ludowej znany jest pod nazwą srebrnik od pokrywających od spodu liście srebrzystych włosków. Ze względu na swój lekko słony i kwaśny smak można go dodawać do sałatek. W Polsce pięciornik gęsi znaleźć można na obszarze całego kraju, przede wszystkim w miejscach wilgotnych, czyli na pastwiskach, nad brzegiem rzek, wilgotnych łąkach oraz przydrożach [Zioła z apteki natury 2012].

Rdest to roślina, która w Polsce rośnie w formie kilkunastu odmian. Większość z nich porasta tereny wilgotne, takie jak wilgotne pastwiska oraz pola, mokre przydroża, a także brzegi wód. Od wieków różne odmiany rdestów znane były ze swoich właściwości leczniczych, natomiast w Europie wykorzystywano je głównie w formie przyprawy. Były namiastką pieprzu. Jedna z odmian, rdest szczawiolistny, używany był w celach spożywczych aż do początku XX wieku. W okolicach Łowicza smażyono go na smalcu lub maśle z dodatkiem śmietany, mąki oraz jaj [Łuczaj 2013].

Krwawnik pospolity jest jedną z najpospolitszych gatunków roślin, występującym najczęściej w różnego rodzaju miejscach otwartych, takich jak: pastwiska, trawniki, przydroża oraz łąki. Posiada ciekawe walory smakowe oraz

właściwości konserwujące znane od wieków w wielu krajach na całym świecie. W Polsce, w miejscowości Działisz, używano rośliny jako przyprawy oraz dodatku do placków z tartych ziemniaków. W Szwajcarii natomiast roślinę stosowano kiedyś jako zamiennik chmielu przy warzeniu piwa, w Ameryce Północnej spożywano go w formie naparów i herbat oraz wykorzystywano jego łodygi, liście i owoce jako środek do konserwacji ryb, a w Niemczech jego owoce do konserwacji wina w beczkach [Łuczaj 2013].

Dzikie rośliny jadalne wobec współczesnych trendów branży gastronomicznej

Na całym świecie od wieków zauważalne jest kształtowanie się pewnych trendów, czyli schematów zachowań i stylów życia. W ostatnim czasie zauważalne jest tworzenie się nurtów skupionych przede wszystkim na zdrowym stylu życia oraz byciu aktywnym fizycznie, co ma także swoje odzwierciedlenie w gastronomii. Branża gastronomiczna jest specyficzną dziedziną, w której trendy odgrywają niezwykle istotną rolę. Specyficzna jest także „branża” dzikich roślin jadalnych, tym bardziej, że skierowana do wąskiej grupy odbiorców. Obecnie panujące mody pokazują, że ma ona szansę na rozwój i zyskanie na popularności. Poniżej przedstawiamy kilka najpopularniejszych trendów obowiązujących w branży gastronomicznej w minionych dwóch latach, odwołując się przy nich do aspektu dzikich roślin jadalnych. Są wśród nich: sezonowość, *zero waste*, jakość, zdrowa żywność, zioła w restauracji, wegetarianizm i kuchnie alternatywne, nietypowość smaków.

Sezonowość w gastronomii przejawia się tworzeniem dań na bazie składników dostępnych w danej porze roku. Dzięki temu konsumenci mogą spróbować dań stworzonych zgodnie z naturalnym kalendarzem przyrodniczym, a produkty sezonowe posiadają najwięcej składników odżywczych oraz najpełniejszy smak w czasie określonym kalendarzem natury. Ponadto, tworzenie dań na bazie produktów sezonowych pozwala restauracjom ograniczyć wydatki, gdyż w czasie sezonu na nie są najtańsze, najświeższe i najsmaczniejsze [Trendbook Horeca 2022]. Dzikie rośliny jadalne również zależą od sezonowości, a wiele gatunków roślin podlega zbiorowi i spożyciu jedynie przez krótki okres w roku podczas np. kwitnienia. Trzymanie się więc sezonowości przy zbiorach i przerabianiu ma w ich przypadku szczególne znaczenie. W tym czasie dane rośliny posiadają najwięcej walorów smakowych oraz składników odżywczych. Dla przykładu, do gatunków sezonowych

zaliczają się np. pokrzywa zwyczajna, szanta zwyczajna, szałwia lekarska, a także dziewanna. W tym czasie konsumpcji podlegają wybrane elementy rośliny, takie jak liście, łodygi lub korzenie – dla przykładu liście pokrzywy zwyczajnej zbiera się przed kwitnieniem, a korzenie jesienią [Łuczaj 2013].

Obecnie coraz częściej mówi się o nadmiernym konsumpcjonizmie, zarówno w branży handlowej, jak i gastronomicznej. Ludzie bardzo często kupują więcej niż wynosi ich zapotrzebowanie. Co za tym idzie, na świecie marnuje się około 1/3 wyprodukowanej żywności. Aby temu zapobiec, coraz głośniejszy staje się trend *zero waste*. Polega on na ograniczaniu odpadów, przeciwdziałaniu marnotrawstwu i wykorzystywaniu każdej części produktu do spożycia. W gastronomii *zero waste* zauważalne jest m.in. w menu, które jest proste, a zaproponowane dania powstają przy maksymalnym wykorzystaniu produktów i ich elementów składowych [Trendbook Horeca 2022]. Ogromną zaletą gatunków dzikich roślin jadalnych jest właśnie fakt, że są one całkowicie ekologiczne (rosną dziko lub w hodowlach ekologicznych) i bardzo często podlegają obróbce w całości. Dla przykładu pokrzywa zwyczajna ma jadalne liście i korzenie, a gdy całą roślinę się ususzy, to sporządza się z niej napary oraz soki. Innym przykładem jest mniszek lekarski: jego liście zbiera się przed kwitnięciem, koszyczki kwiatowe podczas kwitnięcia, a korzenie wykopuje się wczesną wiosną lub jesienią [Łuczaj 2013].

W ostatnim czasie wyznacznikiem kulinarnych wyborów na każdym etapie stała się jakość. Konsumenci zwracają uwagę na to, aby produkty były ekologiczne. Starają się kupować sezonowe warzywa i owoce oraz certyfikowane produkty. Innym ważnym czynnikiem, na który coraz częściej zwracana jest uwaga, jest sposób produkcji żywności. Współczesnemu konsumentowi zależy na tym, aby spożywane przez niego jedzenie posiadało jak najmniej konserwantów. Dzikie rośliny jadalne doskonale wpisują się w ten trend. Ich główną zaletą jest występowanie w naturalnym środowisku przyrodniczym, w które człowiek nie ingeruje, dlatego pozbawione są szkodliwych konserwantów. Oczywiście ważne jest, aby pozyskiwać je z zaufanych miejsc, z dala od miejskiego zanieczyszczenia [Trendbook Horeca 2022]. Także dzikie rośliny jadalne pochodzące z hodowli rosną na czystych ekologicznych terenach [Andrzejewska 2023].

Dbanie o zdrowie stanowi współcześnie już coś więcej niż tylko trend. Jest to zmiana sposobu myślenia i przewartościowanie priorytetów. Współcześni konsumenci zrozumieli, że zdrowie nie jest czymś stałym i należy o nie zadbać, aby

służyło im przez długie lata. Ludzie coraz częściej poszerzają swoją wiedzę na temat składników pozytywnie wpływających na zdrowie, a szczególnie na układ odpornościowy. Niezwykle istotny wpływ na to zjawisko miała również pandemia koronawirusa, pod wpływem której ludzie zaczęli przykładać szczególną uwagę do wzmacniania naturalnej odporności [*Trendbook Horeca 2022*]. Większość gatunków dzikich roślin jadalnych znana jest od wieków ze swoich wartości antyseptycznych, ale i smakowych. Przykładem takich roślin są m.in. dzika róża czy czarny bez, zawierające dużo witamin, w tym głównie witaminę C – herbaty, konfitury i syropy sporządzone z tych roślin budują odporność, wspomagają leczenie przeziębienia, kataru i grypy oraz świetnie sprawdzają się w restauracyjnych kartach napojów przez cały rok [Łuczaj 2013].

Względnie nowym trendem jest wprowadzanie ziół oraz żywych roślin do sal restauracyjnych. Na stołach coraz częściej można spotkać doniczki z ziołami, które nie dość, że napełniają restaurację pięknym zapachem, to przywołują naturalne skojarzenia. Ponadto, wprowadzają powiew świeżości i dodają niepowtarzalnego klimatu. Co więcej, w ostatnim roku coraz większą popularnością cieszy się również trend dekorowania dań świeżymi ziołami [*Trendbook Horeca 2022*].

W przeciągu ostatnich kilku lat coraz silniej w społeczeństwie zauważalna jest popularność kuchni roślinnych. Przyczyną tego zjawiska jest zwiększenie świadomości ludzi odnośnie sposobu produkcji mięsa oraz rosnąca nietolerancja laktozy i produktów pochodzenia zwierzęcego. Jak się okazuje, jest to trend przyszłości, gdyż zapotrzebowanie konsumentów na dietę roślinną i produkty alternatywne cały czas wzrasta [*Trendbook Horeca 2022*]. Zainteresowanie ludzi na nowo dzikimi roślinami jadalnymi wpisuje się w ten trend znakomicie, gdyż są bogate w różnorodne składniki i potrafią być substytutami znanych produktów.

Rozwój mediów społecznościowych, Internetu oraz turystyki masowej spowodował większy dostęp do informacji na rozmaite tematy. Wpłynęło to na otwarcie się społeczeństw na nowości, w tym również na nowe i nietypowe smaki. Co za tym idzie, wzrosło zapotrzebowanie na bardziej wyszukane kuchnie [*Trendbook Horeca 2022*]. W branży gastronomicznej taką możliwość dają m.in. kuchnia *fusion*, molekularna, wegetariańska, wegańska, itp. Jak się okazuje, świat „chwastów” także pełen jest roślin i ziół posiadających niesamowite walory smakowe. Mogą one stanowić podstawę dania, ale także pełnić rolę jego ciekawego dodatku.

Miejsce i rola dzikich roślin jadalnych w systematyce turystyki kulinarnej

Współcześni turyści wykazują obecnie bardzo dużą aktywność w zakresie kulinariów. Zaczynają postrzegać kosztowanie regionalnych potraw jako jedno z najistotniejszych kryteriów przy wyborze destynacji wakacyjnej. Poza zwiedzaniem muzeów, zamków, galerii i miast, uzupełniają swoje podróże również o aspekt kulinarny. Odwiedzają m.in. ciekawe restauracje, bary, biorą udział w pokazach kulinarnych, eksplorują miejsca produkcji, jak np. winnice czy też muzea poświęcone jedzeniu. Wielu stara się sięgać po lokalne produkty ze sprawdzonych źródeł i kosztować regionalnych potraw w sposób charakterystyczny dla lokalnej społeczności. Wszystkie wymienione aktywności niewątpliwie wpływają na głębsze zanurzenie, doświadczenie obcej kultury przez podróżujących oraz mogą stać się pomocnym czynnikiem w nawiązaniu komunikacji międzykulturowej. Co więcej, „konsumowanie jedzenia, poznawanie specjałów gastronomii czy adaptowanie lokalnych zwyczajów żywieniowych są krokami w stronę zrozumienia i docenienia cudzych praktyk kulturowych, smaku i wszystkich dobrych rzeczy, które odwiedzony region ma do zaproponowania” [Buczowska-Gołąbek, Dominik, Kociszewski 2018, s. 15].

W ostatnich latach niezwykle intensywny rozwój przeżywa turystyka kulinarna. Rozumiana jest ona jako „zamierzone, eksploracyjne/odkrywcze uczestnictwo turysty w zwyczajach oraz tradycjach »Innego«, związanych z jedzeniem i jego przygotowywaniem” [Long 2010, s. 20-21; w oryginale: „The intentional, exploratory participation in the foodways of another”].

W literaturze podaje się kilka przyczyn, które wywierają wpływ na dynamiczny rozwój turystyki kulinarnej w ostatnich latach [patrz: Durydiwka 2014]. Można je zdecydowanie przełożyć także na turystykę inspirowaną ziołami i dzikimi roślinami jadalnymi i w tym upatrywać jej wzrastającej popularności. Czynniki te są następujące:

- jedzenie stanowi ulubioną formę rozrywki turystów – jak kilkakrotnie dowodzimy w tej pracy, także jedzenie dzikich roślin jadalnych do owej rozrywki się obecnie zalicza;
- regionalna kuchnia coraz częściej staje się głównym powodem wyboru danej destynacji – kuchnia oparta o dzikie rośliny jest zdecydowanie specyfiką poszczególnych regionów;

- turystykę kulinarną można uprawiać przez cały rok, w każdym wieku, płci oraz narodowości – nie inaczej jest z turystyką inspirowaną dzikimi roślinami jadalnymi;
- kuchnia wpływa na wszystkie zmysły, przez co pozwala na lepsze zrozumienie innej kultury – szukanie ziół na łonie natury, zbieranie ich i przygotowywanie na różne sposoby jest takich doznań pełne.

Turystami, którzy szczególnie zainteresują się atrakcjami związanymi z dzikimi roślinami jadalnymi, są *foodies*. To osoby, które czerpią przyjemność z jedzenia i wyznają zasadę „żyję, aby jeść”. Jedzenie w ich życiu i podczas podróży zajmuje bardzo ważne miejsce, dlatego zwracają szczególną uwagę na wysoką jakość spożywanego posiłku, jego oprawę i sposób konsumpcji. Co więcej, wyróżniają się szeroką wiedzą na temat samego jedzenia, jak i żywienia, otwartością na nowe smaki, bardzo często sięgają do tradycyjnych produktów i potraw, ale także są zwolennikami produktów naturalnych oraz mało przetworzonych [Zabrocki 2015; badacz używa określenia: hedoniści]. Dzikie rośliny jadalne są właśnie takimi produktami. *Foodies* to osoby, „które są smakoszami i znawcami kulinariów oraz interesują się ich przygotowywaniem i znaczeniem w poszczególnych kulturach, dlatego też podróżują, by próbować potraw i poznawać tajniki ich przygotowywania” [Buczkowska-Gołabek 2015, s. 185]. Są to osoby, które kochają gotować, wyszukując ciekawe i nietypowe przepisy oraz wykorzystując składniki, co do których mają pewność, że są zdrowe. Doceniają oni lokalne przysmaki, dawne przepisy, tradycyjne dania, produkty, ale także lubią kuchnię *fusion*. Wyróżnia ich otwartość na nowe smaki oraz zapachy. Nie boją się wychodzić poza swoją strefę komfortu i nieustannie poszukują nowych doznań [Buczkowska-Gołabek 2015]. Gdy wyruszają w podróż stają się turystami kulinarnymi, którzy przez kuchnię poszukują autentyczności odwiedzanych miejsc, i dla których znaczenie ma pochodzenie produktów [UNWTO 2012].

Dynamiczny rozwój turystyki kulinarnej w ostatnich latach sprawił, że można w jej obrębie wymienić szereg form, które wiążą się z zainteresowaniem turystów wybranymi aspektami świata kulinariów. I tak wyróżnia się m.in. turystykę winiarską (enoturystykę), turystykę piwną (biroturystykę), turystykę szlakami whisky, kawy, herbaty, wybranych owoców, sera i wielu innych. Z powodzeniem zatem można do niej dołączyć turystykę inspirowaną dzikimi roślinami jadalnymi.

Atrakcje turystyki kulinarnej inspirowane dzikimi roślinami jadalnymi stanowią

będą w niniejszym opracowaniu kulinarne kategorie produktu turystycznego (tab. 1, na bazie opracowania Buczkowska-Gołąbek, Dominik, Kociszewski 2018) wskazujące, jak szeroko to zagadnienie może być turystom przedstawiane.

Tab. 1. Przykłady produktów turystyki inspirowanej dzikimi roślinami jadalnymi

Kategoria produktu turystycznego wg Kaczmarka i in. 2010		Przykłady produktów turystyki inspirowanej dzikimi roślinami jadalnymi
Produkty turystyczne proste	Usługa	– degustacje potraw, produktów lokalnych – zwiedzanie z przewodnikiem – warsztaty kulinarne – kursy gotowania – posiłek/danie na zamówienie – zorganizowany zbiór ziół i dzikich roślin – tematyczna gra terenowa – porady dietetyków – warsztaty fotografii i stylizacji kulinarnej – pobyt na targu i zakupy produktów z doradcą – wykonanie zielnika
	Rzecz	– przewodniki książkowe – książki z przepisami – produkty certyfikowane – zielniki – gadzety tematyczne z logo miejsca – produkty lokalne (opakowanie, etykieta, logo) – dania z menu restauracyjnych
	Obiekt	– muzea, skanseny, izby pamięci – czynne miejsca produkcji, skupy ziół – miejsca uprawy dzikich roślin – restauracje i inne typowe lokale gastronomiczne – sklepy z żywnością tradycyjną, ekologiczną; sklepy zielarskie – gospodarstwa agroturystyczne – targowiska miejskie i wiejskie, hale żywności
	Wydarzenie	– pokazy i prezentacje produkcji żywności – festiwale i konkursy gastronomiczne – spotkania z ekspertami z zakresu dzikich roślin – jarmarki regionalne, festyny – targi i kiermasze żywności
Produkty turystyczne złożone	Impreza	– wycieczki inspirowane dzikimi roślinami – 1-dniowe pakiety tematyczne w wybranych obiektach – weekendy/wczasy tematyczne – pobyty świąteczne
	Szlak	Szlaki kulinarne odnoszące się do: – określonej przestrzeni (regionalne itp.) – wybranego tematu/produktu kulinarnego
	Miejsce/obszar	Kontynent / kraj / region / województwo / miejscowość / jednostki partnerskie (projekty)

Źródło: opracowanie własne na podstawie kategorii produktu turystyki kulinarnej według: Buczkowskiej-Gołąbek, Dominika i Kociszewskiego [2018, s. 90-91]

Dzikie rośliny jadalne w ofertach turystycznych – założenia, oblicza, treści

Tematyka dzikich roślin jadalnych w turystyce przez długi czas skierowana była do istniejącej wąskiej grupy odbiorców. Obecnie jednak coraz więcej osób powraca do tematów związanych z naturą, zielarstwem czy zastosowaniem dzikich roślin jadalnych w kuchni i poszukuje ich podczas swoich podróży. Jest to o tyle łatwiejsze, że obecnie ziołami w Polsce zajmuje się 7 tys. gospodarstw [Andrzejewska 2023] i zauważalne jest powstawanie coraz większej liczby miejsc, które w sposób kompleksowy dostarczają turyście wiedzy na temat dzikich roślin. Odwiedzając takie miejsca turysta może samodzielnie uczestniczyć w warsztatach gotowania dań na bazie dzikich roślin, ma możliwość osobistego skosztowania ich, a także niekiedy zakupu konkretnych produktów. Ponadto, w niektórych obiektach dostępne są zajęcia edukacyjne także dla dzieci.

Oferta turystyczna promująca tematykę dzikich roślin jadalnych powstaje przede wszystkim na terenach wiejskich oraz podmiejskich. Przyczyną tego jest potrzeba dostępu do terenów zielonych oraz leśnych, z których prowadzący czerpią materiał na zajęcia. Ponadto, ma to także ogromny wpływ na turystów. Dzięki pobytowi na łonie przyrody, z dala od miejskiego zgiełku, mają oni możliwość ucieczki od problemów życia codziennego i regeneracji sił, co także wpływa na jakość odbioru prezentowanej wiedzy. Obecnie na polskim rynku przeważają oferty turystyczne związane z tematyką dzikich roślin jadalnych głównie w formie warsztatów, lekcji tematycznych, kilkudniowych warsztatów połączonych ze sztuką przetrwania, ofert sklepów, a także restauracji serwujących dania z dodatkiem ziół.

Poniżej prezentujemy sześć przykładów miejsc z terenu Polski, zlokalizowanych: na Ziemi Łódzkiej, w Małopolsce, na Podkarpaciu, Podlasiu, Ziemi Lubuskiej i Dolnym Śląsku. Miejsca te różnią się od siebie pod wieloma względami, co chcemy w prezentacji każdego z nich wskazać. W czterech z nich byliśmy lub bywałyśmy w latach 2018-2022 osobiście, prowadząc tam nasze badania z wykorzystaniem metody obserwacji uczestniczącej oraz wywiadów – formalnych, ustrukturyzowanych i nieformalnych; w dwóch obiektach przeprowadziłyśmy wywiad ustrukturyzowany, metodą zdalną, w czasie trwania pandemii Covid-19.

„W Miejskiej Kniei” – Maków

Gospodarstwo znajduje się w miejscowości Maków w województwie łódzkim i prowadzone jest przez zielarkę oraz „kobietę lasu”, Katarzynę Mikulską. W gospodarstwie „W Miejskiej Kniei” odbywają się liczne kursy, szkolenia i warsztaty z zakresu zielarstwa, dzikich roślin jadalnych, historycznej kuchni, medycyny domowej, zdrowego trybu życia oraz ekologii.

Na sielski charakter miejsca ma wpływ jego umiejscowienie z dala od miasta oraz wystrój pomieszczeń gospodarstwa. Na potrzeby turystów właścicielka przekształciła starą stodołę w miejsce, gdzie odbywają się zajęcia, warsztaty, szkolenia i wykłady. Istnieje tam również możliwość noclegu na sianie. Klimatu dodają także takie elementy jak suszone zioła powieszone pod sufitem, zabytkowy piec na drewno oraz stare naczynia ludowe, w których uczestnicy spożywają posiłki. Podczas spotkań istnieje możliwość degustacji herbat ziołowych sporządzanych przez właścicielkę. Ponadto, w obiekcie istnieje również możliwość zakupu przetworów domowych z dzikich roślin i nie tylko, sporządzonych przez mamę Katarzyny, Irenę Mikulską. Wszystkie wymienione powyżej elementy wpływają na dokładniejsze zgłębienie tematu i przyswojenie wiedzy przez turystów oraz na lepszy wypoczynek.

Jedną z ciekawszych ofert obiektu jest cykl 12 tematycznych spotkań o nazwie „Dzikie rośliny jadalne kulinarnie i leczniczo”. Nasze badania objęły cykl edycji 2022 roku. Zajęcia te trwały przez cały rok, odbywały się raz w miesiącu i każdorazowo zajmowały kilka godzin. Udział w nich pozwalał turystom w sposób wielozmysłowy zagłębić się w tematykę dzikich roślin jadalnych. Zajęcia w gospodarstwie „W Miejskiej Kniei” nie posiadają ograniczeń wiekowych, dlatego uczestniczyły w nich zarówno dzieci, jak i dorośli. Każde spotkanie rozpoczynało się od powitania gości przez gospodynię, zapoznania się członków grupy i wprowadzenia w tematykę zajęć i dzikich roślin. Następnie grupa wyruszała na około dwugodzinny spacer botaniczny, podczas którego uczestnicy uczyli się rozpoznawania roślin oraz zbierali składniki potrzebne na obiad (ryc. 9). Po powrocie do gospodarstwa każdy turysta uczestniczył w przygotowaniu dań (ryc. 10), a następnie wspólnie je spożywano.

W ofercie gospodyni znaleźć można też 6-godzinne zajęcia pt. „Leśna kuchnia. Warsztaty botaniczno-kulinarne”, które obecnie kosztują 200 zł./os. i prowadzone są także w okresie jesienno-zimowym. Ponadto także wydarzenie „Dzień w lesie”, które będzie miało miejsce wiosną w Makowie k. Skierniewic, w cenie 250 zł i które obejmie

następujące aktywności: wędrowkę, zbieranie leśnego jedzenia, wspólne gotowanie oraz wspólne go jedzenie [więcej: Warsztaty 2023a].



Ryc. 9. Warsztaty z dzikich roślin jadalnych w gospodarstwie „W Miejskiej Kniei” – zbieranie roślin

Źródło: Własne



Ryc. 10. Warsztaty z dzikich roślin jadalnych w gospodarstwie „W Miejskiej Kniei” – wspólne gotowanie

Źródło: Własne

Gospodarstwo agroturystyczne „Łopusze” – Żegocina

Gospodarstwo „Łopusze” leży na stoku góry Łopusze w malowniczej miejscowości Żegocina, w województwie małopolskim. Zapewnia 13 miejsc noclegowych. Posiada ogródek zielony, a wokół obiektu przebiega Dzikie Trakty, czyli szlak, który przecina łąki i pola oraz las brzozowy. Gospodarstwo jest członkiem szlaku turystycznego Małopolska Wieś Pachnąca Ziołami oraz zdobyło certyfikat Instytutu na Rzecz Ekorozwoju Agroturystyka przyjazna naturze „Blisko Natury” i obecnie zajmuje się promocją tematyki dzikorosnących roślin jadalnych. Właścicielką obiektu jest Anna Julia Gas, która od najmłodszych lat fascynowała się tematyką dzikorosnących roślin jadalnych oraz możliwościami ich wykorzystania w życiu codziennym. Obecnie w obiekcie prowadzi warsztaty przyrodniczo-zielarskie dla dorosłych pt. „100 cudów Natury w 1000 kroków”, dla dzieci pt. „Skarby Zielonego Wzgórza” oraz dla młodzieży pt. „Polskie zioła dla smaku i zdrowia”, podczas których uczestnicy uczą się rozpoznawania gatunków dzikich roślin jadalnych oraz możliwości ich wykorzystania. Dodatkowo, po zakończeniu warsztatów mają możliwość skosztowania oraz zakupu domowych wyrobów właścicielki w „Zielnej Manufakturze”, znajdującej się także na terenie gospodarstwa.

Warsztaty z prof. Łukaszem Łuczajem

Łukasz Łuczaj, profesor nauk biologicznych, od blisko 25 lat mieszka w kilkunastohektarowym gospodarstwie w niewielkiej i malowniczej wsi Pietruszowa Wola w województwie podkarpackim, na terenie którego znajduje się dziki ogród,

w którym prowadzi liczne eksperymenty ekologiczne. Z powodzeniem próbuje odtwarzać naturalne runo leśne oraz utrzymuje łąki kośne z ginącymi gatunkami dzikich roślin jadalnych. Poza tym, na niewielką skalę produkuje również mieszanki nasion do zakładania łąk kwietnych.

Kilka razy w roku w Rzepniku koło Krosna oraz Pietruszowej Woli Łukasz Łuczaj prowadzi dwudniowe kulinarne warsztaty dzikiego gotowania. Swą ofertę opisuje w następujący sposób: „Moje warsztaty zwykle odbywają się w kwietniu, maju, lipcu i wrześniu. Każdy z terminów bardzo różni się doбором roślin i jest zupełnie innym przeżyciem. Około połowa pokazywanych roślin jest ta sama na każdych warsztatach, a druga połowa zmienia się zależnie od pory roku. Wiosną jest okazja zebrać wiele soczystych dzikich warzyw i kilka gatunków podziemnych kłączy i bulw. Lato to idealny moment na naukę rozpoznawania roślin (wiele ziół łąkowych kwitnie a drzewa mają liście) – zbieramy wtedy trochę zielonych dzikich warzyw, a także dzikie owoce, przyprawy, i o ile pada deszcz – grzyby. Jest to też okazja na odbycie warsztatów pod namiotem, na pełne zbratanie się z przyrodą. W jesieni jest wszystkiego po trochu – są jeszcze niektóre zielone warzywa, pojawiają się jadalne korzenie i kłącza, mnóstwo dzikich owoców, no i gdy pada ciekawych grzybów jest w bród” [Łuczaj 2023]. Uczestnicy tych warsztatów mogą skorzystać z noclegu w drewnianej chacie na terenie gospodarstwa. Podczas warsztatów gospodarz prezentuje około 100 gatunków dzikorosnących roślin jadalnych wraz z możliwościami wykorzystania ich w życiu codziennym i kuchni. W 2023 roku warsztaty zaplanowane były na wrzesień pod hasłem: „Dzika kuchnia”, a ich koszt wynosił 1 600 zł. od osoby. Łukasz Łuczaj czasem organizuje również kilkugodzinne spotkania w innych częściach Polski, o czym informuje w mediach społecznościowych i poprzez newslettery. Ponadto, organizuje obozy, podczas których uczestnicy odżywiają się głównie dzikimi roślinami.

„Ziołowy Zakątek” – Koryciny

Znanym miejscem na mapie Polski jest agroturystyka „Ziołowy Zakątek”, zlokalizowana w miejscowości Koryciny na Podlasiu, gdzie tradycje zielarskie są wciąż żywe, a sami mieszkańcy od pokoleń aż po dziś dzień zbierają i wykorzystują rośliny w celach leczniczych oraz kulinarnych. Jej właścicielem jest dr Mirosław Angielczyk. Obiekt położony jest na powierzchni prawie 20 ha i zajmuje się promocją kultury, rękodzieła, tradycyjnej zabudowy regionu, a przede wszystkim historią zielarstwa.

Jest obecnie olbrzymim kompleksem wypoczynkowo-gastronomiczno-edukacyjnym, utrzymanym w sielskim, wiejskim stylu Podlasia i tradycyjnego budownictwa ludowego (ryc. 11), oferującym szeroką ofertę turystyczną prezentującą historię zielarstwa i ziołolecznictwa, sposobu zbioru roślin ze stanu naturalnego oraz procesu ich przetworstwa. Sercem „Ziołowego Zakątka” jest Podlaski Ogród Ziołowy, który w 2011 roku uzyskał status Ogrodu Botanicznego. Ogród liczy ponad 1 500 gatunków najróżniejszych ziół i roślin jadalnych przedstawionych w ujęciu historycznym z uwzględnieniem wykorzystania ich w dzisiejszych czasach. Na jego terenie prowadzony jest również ekologiczny warzywnik, w którym warzywa uprawiane są w sposób organiczny, w oparciu o tradycyjne metody stosowane na terenie Podlasia od wieków. Ponadto, stworzono również niewielkie muzeum prezentujące treści dotyczące ochrony roślin i dzikorosnących gatunków jadalnych, jak również roślin trujących i przyprawowych. W zielarni prowadzone są liczne zajęcia edukacyjne dla grup zorganizowanych, dzieci oraz dorosłych. Odbywają się tam także warsztaty, podczas których uczestnicy samodzielnie wykonują mieszanki ziołowe, czasami organizowane są też warsztaty nalewek ziołowych. Na terenie „Ziołowego Zakątka” turyści mogą również skorzystać z ciekawej oraz bardzo szerokiej oferty gastronomicznej. Spacerując po Podlaskim Ogrodzie Botanicznym, można zajrzeć do drewnianego Domku Różanego, gdzie w otoczeniu pięknych widoków istnieje możliwość skosztowania naparu z dzikiej róży, naturalnej lemoniady różanej, pączków z różą oraz różanych lodów. Turyści mają także możliwość zakupu ekologicznych produktów z dzikiej róży, m.in. herbat, olejków eterycznych oraz przetworów z owoców i płatków. Po wyjściu z ogrodu czeka na gości restauracja serwująca dania przygotowane w oparciu o wyhodowane na terenie agroturystyki warzywa i zioła. Karczma czynna jest przez cały rok, a prezentowane w niej menu przygotowywane jest zgodnie z sezonowością i specyfiką miejsca oraz oparte o staropolskie receptury (ryc. 12). Trzecim punktem gastronomicznym na terenie „Ziołowego Zakątka” jest utworzona w dawnej stodole i dostępna w weekendy w okresie wiosenno-letnim, restauracja. Jak się okazuje, stanowi ona jedno z najchętniej odwiedzanych i najbardziej oryginalnych miejsc na mapie agroturystyki. Miejsce przyciąga nietypowym wystrojem oraz sielankową atmosferą wsi. W otoczeniu suszonych ziół, zwierząt, dawnych narzędzi uprawnych, siedząc na snopkach siana i drewnianych wozach, turyści mają możliwość skosztowania prostych dań, przywracających wspomnienia z dzieciństwa. „Ziołowy Zakątek” ma na swym

terenie również sklep, w których goście mogą zaopatrzyć się w artykuły rękodzielnicze oraz w produkty stworzone całkowicie na bazie dzikich roślin jadalnych i ziół, takich jak np. herbaty ziołowe, suszone przyprawy, ręcznie wytwarzane pieczywo czy syropy. Każdy etap produkcji ziołowych produktów, od uprawy, przez zbiór, suszenie i przetwarzanie, aż po pakowanie, odbywa się w Korycinach. Na terenie kompleksu znajduje się również Podlaskie Gospodarstwo Naturalne, Ośrodek Edukacji Przyrodniczej, pijalnia ziół, punkt widokowy oraz ziołowe spa [więcej Ziołowy Zakątek 2023 oraz Podlaski Ogród, 2023]. Właściciele „Ziołowego Zakątka” prowadzą tutaj także, już od ponad 30 lat, znaną w Polsce zielarską firmę „Dary Natury”, która posiada certyfikat rolnictwa ekologicznego na zbiór dziko rosnących ziół ze stanu naturalnego.

Myślą przewodnią obiektu jest: „Zajmujemy się propagowaniem wiedzy zielarskiej, staramy się zachować wiedzę o tradycji i zwyczajach tej dziedziny oraz prowadzimy prace wdrożeniowe. W naszej pracy cenimy tradycję i powrót do korzeni. Zioła są bardzo bliskie człowiekowi, a dla ludzi mieszkających na wsi po prostu ‘swojskie’”; misją z kolei „propagowanie wiedzy zielarskiej, dbałości o zachowanie wiedzy o tradycjach i zwyczajach tej dziedziny” [OEP 2023]. Dla właściciela kompleksu, dra Angielczyka ogromne znaczenie ma edukacja i przekazywanie wiedzy o cudownych właściwościach dzikich roślin kolejnym pokoleniom.

Właściciele agroturystyki „Ziołowy Zakątek” wychodzą także poza mury własnego gospodarstwa, chcąc docierać również do turystów, którzy na Podlasie przyjechać nie mogą. Dzieje się to m.in. dzięki utworzeniu chociażby „Pijalni Ziół Dary Natury” w Fabryce Norblina w Warszawie, gdzie można skosztować herbat i ciast na bazie dzikich roślin jadalnych z Korycin (ryc. 13-14).



Ryc. 11. Agroturystyka „Ziołowy Zakątek”

Źródło: Własne



Ryc. 12. Zupa z pokrzywy serwowana w restauracji w „Ziołowym Zakątku”

Źródło: Własne



Ryc. 13. Herbata z Korycin w „Pijalni Ziół Dary Natury” w Fabryce Norblina w Warszawie

Źródło: Własne



Ryc. 14. Ciasto z Korycin w „Pijalni Ziół Dary Natury” w Fabryce Norblina w Warszawie

Źródło: Własne

Przystanek „Czarna Koza” – Gospodarstwo Rolne „Ogrody Smaków” w Mosinie

W miejscowości Mosina, obok Witnicy na Ziemi Lubuskiej, warsztaty dzikiej kuchni prowadzi Aleksandra Bogdańska. Nazywa je nauką „intuicyjnego gotowania z natury”. Gospodyni posiada zarówno ofertę dla grup, jak i gości indywidualnych, regularnie ogłaszając na Facebooku [Ogrody Smaków 2023]. Nie są to sztywno skrojone zajęcia, każdorazowo bowiem dopasowywane są do potrzeb, wieku, czasu wolnego i zainteresowań uczestników. Najczęściej trwają 4 godziny (we wrześniu 2022 roku dla gości indywidualnych zajęcia kosztowały 150 zł. od osoby). Gospodyni tak opisuje swoją ofertę: „W trakcie naszego spotkania poznacie dzikie rośliny jadalne, pobudzicie zmysły łąkową grą sensoryczną, a także przygotujecie dziką sałatkę i ugotujecie sosnowy rosół albo przyrządzicie pokrzywową kaszę. Może uda nam się upiec chleb na żarze w liściach klonu i lipy? Chyba, że wyobraźnia zaniesie Was gdzie indziej. W trakcie warsztatów korzystamy ze składników pochodzących z małych, lokalnych gospodarstw. Będzie możliwość zakupu ich na miejscu [są to miody, oleje, sery kozie]” [Warsztaty dzikiej kuchni 2023]. Warsztaty rozpoczynają się od spaceru w celu zebrania odpowiednich roślin, wzbogaconego dawką wiedzy o zbieranych roślinach i ich wzajemnych współzależnościach, gdy już znajdą się na talerzu (ryc. 15). Następnie grupa wspólnie przygotowuje posiłek w leśnej przestrzeni (ryc. 16) – ta część ma charakter bardzo integrujący i angażujący wszystkich turystów

w działanie i jest zdecydowanie największą wartością warsztatów, większą nawet niż zdobyta na temat dzikich roślin wiedza (ryc. 17-18). Dzieje się tak za sprawą prowadzącej, która dużo uwagi poświęca swoim gościom i temu, by jak najpełniej i najbardziej intuicyjnie poczuili naturę i jej wytwory.

Działania grupy, która zgodziła się wziąć udział w naszych badaniach (sierpień 2022 roku) tak zostały podsumowane przez ich prowadzącą: „Była sałatka z dzikich roślin i kwiatów z kozim twarożkiem oraz sosnowy rosół. I jak widać chceć to móc. Grupa, mimo prawie zerowej znajomości dzikiej zieleniny, okazała się szybko ucząca i bardzo kreatywna. Wystarczyło pokazać im, co można zjeść prosto z łąki, by sami, intuicyjnie, wyczarowali takie pyszności, że hej! A jaka obfitość gościła na naszych talerzach! Mniszek, krwawnik, lebioda, babka, bylica, jasnota purpurowa, podgorycznik, chabry, pokrzywa, bluszczyk kurdybanek, przytulia, wyka ptasia, koniczyzna czerwona, wywar z sosnowych igieł, jabłka... pyszne warzywa prosto od sąsiada, kozi twarożek od Marzeny, oleje i octy od Malwy... nawet wodę zapewniło nam źródło z jeziora Wielkiego. Było lokalnie, przesympatycznie i pysznie!”.



Ryc. 15. Nauka zbierania i rozpoznawania dzikich roślin jadalnych w „Ogrodach Smaków”

Źródło: Własne.



Ryc. 16. Zupa z dzikich roślin jadalnych gotowana na żywym ogniu podczas warsztatów w „Ogrodach Smaków”

Źródło: Własne.



Ryc. 17. Przygotowanie stołu podczas warsztatów z dzikich roślin jadalnych w „Ogrodach Smaków”

Źródło: Własne



Ryc. 18. Integracja uczestników podczas warsztatów z dzikich roślin jadalnych w „Ogrodach Smaków”

Źródło: Własne

„Zielony Wulkan” – Rzeszów

Gospodarstwo „Zielony Wulkan”, prowadzone jest przez Martę i Macieja Zawieruchów, liczy 2,5 ha. Znajduje się Rzeszówku na Dolnym Śląsku, w regionie zwanym „Krajiną Wygasłych Wulkanów” (obszar obejmujący część Gór Kaczawskich i Pogórza Kaczawskiego). Nazwa obiektu nie jest więc przypadkowa, odwołuje się do natury (zieleni), związanej ze zbiorem ziół ze stanu naturalnego, przetwarzaniem i uczeniem ludzi, jak mogą z darów natury korzystać oraz z wulkanicznej przeszłości geologicznej regionu. „Zielony Wulkan” jest członkiem Sieci Zagród Edukacyjnych. Podczas warsztatów i spotkań, które organizują pp. Zawierucha, uczestnicy mają możliwość poznania od 100 do 150 gatunków dzikich roślin jadalnych.

Miejsce cieszy się dużą popularnością, w zajęciach na przestrzeni ostatnich czterech lat udział wzięło ponad 8 000 osób – dzieci, młodzieży i dorosłych [Andrzejewska 2023]. Najwięcej turystów przybywa latem, nie brakuje jednak warsztatów także w innych porach roku (ryc. 19). W ofercie dostępne są kreatywne warsztaty indywidualne, rodzinne i grupowe, a także warsztaty cykliczne podczas wakacji oraz ferii zimowych. O ofercie warsztatowej gospodarze piszą na stronie internetowej swego obiektu tak: „O naturze można czytać książki, poznawać atlasy roślin i oglądać filmy. Wiedza jest ważna, jednak nic nie zastąpi prawdziwej praktyki. Kiedy dotkniesz, powąchasz czy posmakujesz, poznajesz świat roślin wszystkimi zmysłami! Zyskujesz pełne doświadczenie, które pozwala poznać i zapamiętać o wiele

więcej! Nasze warsztaty przygotowane są tak, aby dać pełne doświadczenie, wiedzę i umiejętności, które z łatwością mogą zostać przyswojone przez najmłodszych oraz dorosłych. Dostosowujemy metody nauczania do odpowiedniej grupy wiekowej. Wiedza poparta emocjami zostaje na długo a warsztaty są czystą, naturalną przygodą!” [Zielony Wulkan 2023]. Jeden z warsztów uczy gotowania z roślin i ziół pospolitych (ryc. 20). Bazą wyjścia do zajęć jest dewiza, że „te warsztaty lubią zaskakiwać. [...] Wystarczy odrobina ciekawości, wiedzy, odwagi, kreatywności i chęci poznania pospolitych roślin w nowej formie. Pospolite rośliny dostarczają ciekawych doznań kulinarnych” [Warsztaty 2023b]. Każde warsztaty kulinarne u pp. Zawieruchów opierają się o dyskusję o roślinach na co dzień uważanych za chwasty, o tym, jak je ze sobą łączyć, jaką formę obróbki najtrafniej zastosować, jakie wartości odżywcze ze sobą niosą. Jako że edukacja turysty jest tu stawiana w czołówce celów gospodarzy, podczas wspólnego gotowania nie brakuje opowieści o historii polskiej kuchni i daniach opartych niegdyś o dzikie rośliny jadalne dostępne wokół domów.



Ryc. 19. Listopadowe warsztaty z dzikich roślin jadalnych w gospodarstwie „Zielony Wulkan” – zbieranie roślin

Źródło: Własne



Ryc. 20. Gotowanie podczas warsztatów kulinarnych z dzikich roślin jadalnych w gospodarstwie „Zielony Wulkan”

Źródło: Własne

Charakterystyka twórców i uczestników turystyki inspirowanej dzikimi roślinami jadalnymi

Z antropologicznego punktu widzenia niezwykle ważną częścią naszych badań było ustalenie, kim są bohaterowie turystyki inspirowanej dzikimi roślinami jadalnymi – zarówno gospodarze miejsc: pomysłodawcy conceptów, twórcy ofert i eksperci prowadzący warsztaty, jak i turyści zainteresowani tą tematyką. Jednych i drugich poznałyśmy osobiście lub z opowieści podczas pobytów w poszczególnych miejscach – charakterystykę prezentujemy na podstawie informacji pozyskanych

w wywiadach formalnych ustrukturyzowanych od: Katarzyny Mikulskiej (KM) („W Miejskiej Kniei” – Maków), Anny Julii Gas (AJG) (Gospodarstwo agroturystyczne „Łopusze” – Żegocina), Łukasza Łuczaja (ŁŁ) oraz wywiadu nieformalnego z Maciejem Zawieruchą (MZm) („Zielony Wulkan” – Rzeszów). Ponadto na bazie wywiadu A. Andrzejewskiej [2023] z Martą Zawieruchą (MZk) i Maciejem Zawieruchą („Zielony Wulkan” – Rzeszów) oraz wywiadu M. M. Młodzianowskiej [2018] z Mirosławem Angielczykiem (MA) („Ziołowy Zakątek” – Koryciny).

Zielarki, laboranci, fitotrapeuci, szeptuchy – twórcy i prowadzący

Osoby podejmujące się prezentowania tematyki dzikich roślin jadalnych zazwyczaj od najmłodszych lat wychowywały się w bezpośredniej bliskości natury oraz osób, które na co dzień wykorzystywały „chwasty” w kuchni. Zazwyczaj byli to dziadkowie, rodzice oraz inni członkowie rodzin. We wspomnieniach osób badanych okres dziecięcych wypraw na łąki i pola po zioła traktowany jest jako miłe wspomnienie i początek obecnych zainteresowań zawodowych. Mirosław Angielczyk tak odnosi się do tego okresu: „Są ludzie, którzy są obdarzeni różnymi talentami – do muzyki, do matematyki, do tańca, a ja zostałem obdarzony talentem do ziół. Talent do ziół mam w genach. Pierwszy kontakt z ziołami zawdzięczam mojej babci Józefie urodzonej w 1900 roku. Ona zbierała zioła, a także stosowała je na co dzień. Miała dużą wiedzę na temat ziół, to była mądra kobieta. Moją babcię Józefę ziołami zafascynowała z kolei jej matka, czyli moja prababcia. [...] Wyjście na łąkę czy do lasu było dla mnie wielkim wydarzeniem. Interesowało mnie dosłownie wszystko na temat ziół. Byłem głodny wiedzy o nich, nienasycony”. Łukasz Łuczaj wspomnienia ma podbudowane opowieściami wojennymi: „jak u większości osób, które zajmują się tematyką wykorzystania dzikich roślin jadalnych, od najmłodszych lat zbierałem z dziadkami m.in. pokrzywę na zupę oraz dzikie jeżyny. Co więcej, babcia i dziadek często opowiadali o tym jak w trakcie wojny nie było jedzenia, dlatego aby przeżyć zbierali dzikie rośliny, w tym m.in. lebiodę”. W bardzo podobny sposób wypowiedziały się Anna Julia Gas oraz Katarzyna Mikulska, które także ze względu na panujący w rodzinie w dawnych czasach głód, uczyły się zastosowania dzikich roślin od dzieciństwa. A.J. Gas zwraca uwagę na fakt, że w jej rodzinie babcia zbieranie i wykorzystywanie ziół wręcz kultywowała. Marta i Maciej Zawieruchowie także nawiązują do roli babć, mówiąc: „Postanowiliśmy wskrzesić nasze tradycje rodzinne,

gdzie nasze babcie uprawiały, sprzedawały zioła do Herbapolu na terenie Dolnego Śląska i tę tradycję postanowiliśmy wykorzystać w swoim gospodarstwie. W początkowej fazie zbieraliśmy rośliny, później szkoliliśmy się przez wiele lat”. W swoich działaniach kontynuują oni zatem tradycje rodzinne, rozwijają pasję do roślin, a swoimi działaniami nawiązują również do dawnych zawodów m.in. karkonoskich laborantów. Podobną ścieżkę przyjęli pozostali badani: „Wiele roślin, które nazywamy dzisiaj dzikimi roślinami jadalnymi goszczą u mnie od dziecka w codziennym jadłospisie: szczaw, pokrzywa, lebioda i owoce: jeżyny, maliny, poziomki... grzyby... A że jestem dociekliwą osobką, im byłam starsza tym więcej uczyłam się o ziołach i dzikich warzywach” (KM). Mikulska praktyki pobierała w tym celu m.in. u ojców bonifratrów, czytała fachową literaturę i eksperymentowała we własnym domu. Angielczyk także wspomina fakt zarobkowania rodzin na ziołach i nauki o nich: „wielu ludzi żyjących na wsi w czasach mojego dzieciństwa zarobkowo zajmowało się zbieraniem ziół. Większość moich kolegów robiła to z przymusu rodziców, a ja o niczym innym nie marzyłem. Wyjście na łąkę czy do lasu było dla mnie wielkim wydarzeniem. Interesowało mnie dosłownie wszystko na temat ziół. Byłem głodny wiedzy o nich, nienasycony”. Po dalszą wiedzę udał się więc do technikum, a następnie na studia rolnicze oraz nieformalnie też na ogrodnictwo (zielarstwo).

Wszyscy nasi badani są obecnie ekspertami w swojej dziedzinie. Posiadają różnorodne kwalifikacje zawodowe do podejmowania tych działań, takie jak: dyplomowany fitoterapeuta-zielarz (MZm), dyplomowana zielarka-fitoterapeutka (MZk), zielarka-praktyk i animatorka kultury (KM), towaroznawca zielarstwa (MZk, MZm), zielarka-praktyk i pedagog (AJG), doktor rolnictwa (MA), profesor nauk ścisłych i przyrodniczych, etnobotanik (ŁŁ).

Pierwsze kroki w zakresie edukowania innych na temat dzikich roślin nasi badani rozpoczynali nierzadko jeszcze na studiach. K. Mikulska prowadziła wtedy warsztaty zielarskie dla różnych instytucji, a „potem jakoś elastycznie zaczęłam uczyć gotować z dzikich roślin” (KM). Na założenie profesjonalnej firmy zdecydowała się jednak dopiero dekadę później. Z kolei Ł. Łuczaj na studiach robił projekt tematyczny, a następnie po przeprowadzce na wieś (25 lat temu) zaczął organizować eksperymentalne wyjścia i spotkania wśród znajomych. „Rok później wystawiłem ogłoszenie i tak to się zaczęło” (ŁŁ). A .J. Gas potrzebowała przełomowego momentu do nakreślenia kierunku swego działania, jakim stało się powstanie szlaku

turystycznego Małopolska Wieś Pachnąca Ziołami w 2009 r. (AJG). M. Angielczyk, w odpowiedzi na duże braki produktów zielarskich na polskim rynku, stworzył na rodzinnym Podlasiu w 1990 roku firmę „Dary Natury”, która potem stała się bazą wyjścia do utworzenia kompleksu „Ziołowy Zakątek” w Korycinach.

Staż profesjonalnej działalności twórcy turystyki inspirowanej dzikimi roślinami jadalnymi mają dziś różny, lecz już imponujący: trzydzieści lat (AJG, MA), dwadzieścia (Ł.Ł. – od 2002-2004 roku, KM – od 2005 roku) kilkanaście lat (MZk i MZm – od 2010 roku).

Niektórzy z badanych są autorami książek z zakresu dzikich roślin jadalnych. Mikulska jest autorką oraz współautorką kilku książek: *Kuchnia survivalowa bez ekwipunku. Gotowanie w terenie* [2017], *Kawy i Herbaty z łąk i lasów* [2019] czy *Leśna kuchnia* [2021]. Ł. Łuczaj wydał m.in. *Dziką Kuchnię* [2013] i *Rośliny w wierzeniach i zwyczajach ludowych – Słownik Adama Fischera* [2016], a także liczne artykuły naukowe. Habilitował się z tematyki: *Dziko rosnące rośliny jadalne użytkowane w Polsce od połowy XIX w. do czasów współczesnych*. Ł. Łuczaj ma już za sobą także występ w telewizji (Canal+ Kuchnia) z cyklem filmów pt. *Dziki obiad Łukasza Łuczaja*. Z kolei M. Angielczyk napisał *Obrzędy i tradycje zielarskie Regionu Nadbużańskiego* [2020], a doktoryzował się w zakresie wykorzystywania roślin w lecznictwie.

Osoby, które tworzą oferty dla turystyki inspirowanej dzikimi roślinami jadalnymi, a następnie je w formie warsztatów i spacerów tematycznych realizują, okazują się być ludźmi ogromnej wiedzy, pasji rozwijanej już od dziecka i wspieranej przez najbliższych członków rodziny, najczęściej dziadków. Z wszystkich rozmów wybija się konsekwencja w działaniu, wiara w powodzenie podjętego przedsięwzięcia – mimo faktu, że dzikie zioła to temat dalece niszowy, a nade wszystko chęć dzielenia się tą wiedzą i pasją z turystami. Każda z badanych osób jest nieco inna, w inny sposób prowadzi swoją zawodową karierę, stworzyła inne miejsce do swych działań, inaczej je prowadzi i inaczej wycenia. Wszyscy jednak przyczyniają się do tego, że turystyka inspirowana dzikimi roślinami jadalnymi ma szansę coraz intensywniej się rozwinąć i skutecznie przyciągać tak nowych, jak i starych uczestników.

Turystki-zielarki i turyści-zielarze – uczestnicy turystyki inspirowanej dzikimi roślinami jadalnymi

Turyści inspirowani i zainteresowani dzikimi roślinami jadalnymi najczęściej biorą udział w zorganizowanych spacerach tematycznych oraz warsztatach prowadzonych przez ekspertów tematu. Na przestrzeni ostatnich kilku lat zainteresowanie tematyką dzikich roślin znacznie wzrosło (AJG). „To jest niesamowite, bo my obserwujemy ten rynek tak naprawdę od 15 lat i jest ogromny popyt. Ludzie szukają też wyjątkowych roślin, nie tylko takich podstawowych, jak nagietek czy rumianek od dziesięcioleci uprawianych w Polsce, ale szukają takich roślin, które rosną w lasach, na terenach podmokłych i też takie zamawiają” (MZm). Wzmoczone zainteresowanie turystów wynika m.in. z tego, że ludzie coraz mocniej interesują się własnym zdrowiem i naturalnymi sposobami dbania o nie, co nasiliło się podczas pandemii (KM), silniejsze znaczenie zaczęły też mieć dla nich aspekty tradycji i historii z czasów dzieciństwa. Zainteresowanie to ma też swoje fale sezonowości: zazwyczaj „od wiosny do wczesnej jesieni urwanie głowy, a zimą troszkę spokoju” (KM). Turyści przede wszystkim poszukują wiedzy na temat dzikich roślin, którą będą mogli wykorzystać przy samodzielnym zbiorze i czerpaniu z ziół w swoich regionach zamieszkania (MZm). „To, czego przede wszystkim oczekują, to spokój, sielska atmosfera, odpoczynek oraz autentyczność. Turyści poszukują ludzi na co dzień korzystających z darów natury, których można podpatrzeć” (AJG). Po zakończeniu warsztatów część turystów bardzo chętnie wprowadza wybrane elementy dzikiej kuchni do swojego życia, najczęściej jako dodatki do codziennej kuchni (ŁŁ).

W warsztatach poświęconych tematyce dzikich roślin jadalnych najliczniejszą grupę stanowią osoby w wieku 30-55 lat. „Osoby, które się interesują, to raczej osoby wykształcone, które wiedzą, że nauka roślin to proces. Nie są to ignoranci” (AJG). Reprezentują różne grupy społeczne, a tym samym różne potrzeby i motywacje. Są wśród nich grupy seniorów, koła gospodyń wiejskich (szukające powrotów do korzeni), młode matki, które nie pracują, rodziny z dziećmi (AJG). „Na początku uczestnikami byli głównie harcerze, survivalowcy, hippisi. Teraz, gdy warsztaty znacznie podrożały, ten klient się zmienił. Obecnie przyjeżdża każdy, biznesmeni, nauczyciele, lekarze” (ŁŁ). „I ten, co lubi spać w schroniskach i ten, co pod pałatką biwakową. I ten, co podróżuje z dziećmi i ten, co wyrusza sam. Każdy chce odchudzić ekwipunek o kilka gram jedzenia (KM). Często są wśród nich osoby zmęczone natłokiem obowiązków, hałasem miasta, przebudzowanie (AJG). Zasadniczo oferty

są skierowane do każdego odbiorcy i „każdy może wziąć udział w warsztatach, jednak największymi chwastozercami są głównie dorośli” (MZk, MZm). W zależności od miejsca, przeważają bardziej indywidualni turyści (ŁŁ) lub grupy zorganizowane, warsztatowe (AJG). U niektórych organizatorów pandemia spowodowała, że w latach 2020-2021 było więcej indywidualnych gości, ale już z powrotem wracają grupy zorganizowane (KM).

Zdecydowanie wielu turystów regularnie powraca po kolejną dawkę wiedzy. Zdarza się, że niektórzy przyjeżdżają nawet od minimum pięciu do ponad dziesięciu razy (ŁŁ).

Zakończenie

Dzikie rośliny jadalne to temat wciąż bardzo mało znany, którym dotychczas interesowała się jedynie wąska grupa odbiorców. Zjawiska takie jak: pandemia Covid 19, coraz szybsze tempo życia, ciągły stres, zmęczenie, przetworzone jedzenie czy globalne ocieplenie pokazują, że społeczeństwa ponownie zaczynają powracać do natury i czerpać z jej dobrodziejstw. Obecnie jest to zauważalne już praktycznie w każdej dziedzinie życia. Branże, w tym również turystyczna, coraz częściej kładą nacisk na zrównoważony rozwój, który zakłada funkcjonowanie zgodne z naturą. Od czasów pandemii znaczenia nabrały takie trendy jak: *zero waste*, powrót do korzeni (i tradycji), wegetarianizm i weganizm, korzystanie z ekologicznych, sezonowych i lokalnych produktów – tak w domu, jak i w gastronomii, powrót do naturalnych produktów – jak chociażby dzikich roślin jadalnych. Co więcej, szeroki dostęp do Internetu, mediów społecznościowych, większa dostępność komunikacyjna oraz wzrost zamożności społeczeństwa sprawił, że ludzie stali się ciekawi nowych i nietypowych smaków, a co za tym idzie wzrosło ogólne zainteresowanie kulturą kulinarną, także zielarską. Turyści chętniej sięgają po nietypowe dania, zwracają uwagę na to co jedzą, poszukują innych smaków, ale także interesują się samym procesem produkcji żywności.

Te zmieniające się potrzeby ludzi oraz poziom ich świadomości pokazują, że oferta turystyczna oparta na dzikich roślinach jadalnych ma szansę na rozwój. Świadczy o tym chociażby wzrastająca liczba turystów biorących udział w warsztatach poświęconych dzikim roślinom jadalnym oraz rozwój oferty turystycznej w tym zakresie. Na ten moment nie jest ona jeszcze szeroka czy zróżnicowana, jednakże turysta może już wziąć udział w lekcjach tematycznych, spacerach, warsztatach

gotowania oraz przetwarzania dzikich roślin, czy też może odwiedzić gospodarstwa agroturystyczne, w których w sposób bezpośredni prezentowane są różne gatunki dzikich roślin. Co więcej, może już też znaleźć kawiarnie i inne lokale gastronomiczne sporządzające ziołowe napary oraz serwujące ciasta na bazie dzikich gatunków roślin. Aby odpowiedzieć na rosnące potrzeby turystów i jednocześnie zachęcić pozostałych z nich do korzystania z darów natury, należałoby solidnie rozbudować ten segment turystyki kulinarnej (kulturowej) i dostosować go do szerszej grupy odbiorców. Można tworzyć oferty całkowicie oparte o dzikie rośliny jadalne w zakresie wszystkich kategorii produktu turystycznego (tab. 1), ale wystarczy też na początek turystów z nimi oswajać i ich na nie otwierać (jak chociażby poprzez ustawianie na stołach restauracyjnych doniczek ze świeżymi ziołami, czy dodawanie wybranych z nich jako dodatki do dań).

Rozwój ciekawej, ale zrównoważonej turystyki inspirowanej dzikimi roślinami jadalnymi jest tematem niezwykle ważnym i przyszłościowym, choćby dlatego, że najnowsze – jesienne – zapowiedzi trendów gastronomicznych na 2024 rok wskazują na znaczenie takich aspektów jak: kontynuacja trendów długoterminowych jakimi są zrównoważony rozwój, *zero waste*, kuchnia roślinna (albo chociaż zmniejszanie udziału mięsa w diecie), zrównoważony rozwój, sezonowość i lokalność, czy rozwinięty silnie w pandemii segment *comfort food*, czyli jedzenia poprawiającego nastrój i często bazującego na nostalgii. By jedzenie na talerzach wyglądało pięknie wykorzystywać będziemy teraz kwiaty jadalne – w tym możemy te dziko rosnące, a do kuchni wkroczą nuty kwiatowe [Tomaszewska-Bolałek 2023]. „Prozdrowotny charakter jedzenia nie odejdzie w cień w 2024 roku, wręcz przeciwnie. Pandemia za nami, ale produkty wzmacniające odporność, wpływające pozytywnie na zdrowie oraz urodę dalej będą odgrywały ważną rolę w codziennej diecie. Popularnością będą cieszyły się zioła oraz przyprawy [...]” [Tomaszewska-Bolałek 2023].

Bibliografia

- Angielczyk M., 2020, *Obrzędy i tradycje zielarskie Regionu Nadbużańskiego, Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania – Tygiel Doliny Bugu*, Drohiczyn
- Buczkowska-Gołąbek K., 2015, *Foodie w podróży*, [w:] *Kultura i Turystyka – wokół wspólnego stołu*, pod red. B. Krakowiak, A. Stasiaka, Regionalna Organizacja Turystyczna Województwa Łódzkiego, Łódź, s. 173-190
- Buczkowska-Gołąbek K., Dominik P., Kociszewski P., 2018, *Kulinaria wizytówką regionów turystycznych*, Akademia Finansów i Biznesu Vistula, Warszawa
- Długosz J., 2023, *Dzikie rośliny jadalne. Tradycje ludowe oraz zastosowanie*

- we współczesnej turystyce*, praca magisterska, Katedra Turystyki i Rekreacji Akademii Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu, Poznań
- Durydiwka M., 2014, *Turystyka Kulinarna – nowy (?) trend w turystyce kulturowej*, „Prace i Studia Geograficzne”, t. 52, s. 9-30
- Łuczaj Ł., 2008, *Dziko rosnące rośliny jadalne w ankiecie Józefa Rostafińskiego z roku 1883*, „Wiadomości Botaniczne”, nr 52 (1/2), s. 39-50
- Łuczaj Ł., 2013, *Dzika Kuchnia*, Nasza Księgarnia, Warszawa
- Łuczaj Ł., Köhler P., 2011, *Liście i inne zielone części dziko rosnących roślin w pożywieniu mieszkańców ziem polskich na podstawie ankiet Józefa Rostafińskiego (XIX w.) i Józefa Gajka (XX w.)*, „Przegląd Historyczny”, nr 102/4, s. 733-770
- UNWTO, 2012, *Global Report on Food Tourism*, vol. 4, Madryt
- Zabrocki R., 2015, *Zachowania żywieniowe turystów*, [w:] *Kultura i Turystyka – wokół wspólnego stołu*, red. B. Krakowiak, A. Stasiak, Regionalna Organizacja Turystyczna Województwa Łódzkiego, Łódź, s. 7-24
- Zioła z apteki natury*, 2012, opracowanie zbiorowe, Wydawnictwo Publicat, Poznań

Źródła internetowe

- Andrzejewska D., 2023, *Zielony Wulkan. Produkcja i zbiór ziół połączone z edukacją*, „Zdrowa Żywność”, 27.05, [on-line:] <https://wiescirolnicze.pl/zdrowa-zywnosc/zielony-wulkan-produkcja-i-zbior-ziol-polaczone-z-edukacja/>, dostęp: 18.12.2022
- Booking.com's 2023 Travel Predictions, 2023, [on-line:] <https://www.booking.com/articles/travelpredictions2023.en-us.html>, dostęp: 15.04.2023
- Dziki obiad Łukasza Łuczaja, 2011, zapowiedź programu na „Canal+ Kuchnia”, [on-line:] <https://www.canalpluskuchnia.pl/dziki-obiad-lukasza-luczaja>, dostęp: 30.10.2023
- Łuczaj Ł., 2023, *Warsztaty*, [on-line:] <https://www.luczaj.com/warsztaty.htm>, dostęp: 23.04.2023
- Młodzianowska M. M., 2018, *Doktor Mirosław Angielczyk – mężczyzna obdarzony talentem do ziół*, „Flandria Po Polsku”, 18.11, [on-line:] <https://antwerpia.be/miroslaw-angielczyk/>, dostęp: 18.12.2023
- OEP, 2023, Ośrodek Edukacji Przyrodniczej, [on-line:] <https://podlaskiograd.pl/Podstrony/Osrodek-Edukacji-Przyrodniczej,6>, dostęp: 18.12.2023
- Ogrody Smaków, 2023, [on-line:] <https://www.facebook.com/OgrodySmakow>, dostęp: 18.12.2023
- Podlaski Ogród, 2023, [on-line:] <https://podlaskiograd.pl>, dostęp: 18.12.2023
- Tomaszewska-Bolałek M., 2023, *Trendy kulinarne na 2024 rok*, 24.10, [on-line:] <https://kuchniokracja.hanami.pl/index.php/trendy-kulinarne-na-2024-rok/>, dostęp: 18.12.2023
- Trendbook Horeca 2022*, Bidfood Farutex, pdf.
- Trendy podróżnicze na 2023 r. od Booking.com – najważniejsze wnioski*, 2022, [on-line:] <https://partner.booking.com/pl/click-magazine/trends-insights/key-takeaways-bookingcoms-2023-travel-predictions>, dostęp: 3.11.2022
- Warsztaty dzikiej kuchni*, 2023, [w:] Facebook.com, [on-line:] <https://www.facebook.com/events/1346677059072260>, dostęp: 18.12.2023
- Warsztaty*, 2023a, [w:] W Miejskiej Kniei, [on-line:] <https://www.wmiejskiejkniei.com/terminarz>, dostęp: 23.10.2023
- Warsztaty*, 2023b, [w:] Zielony Wulkan, [on-line:] www.zielonywulkan.pl/warsztaty-zielarskie/, dostęp: 18.12.2023
- Zielony Wulkan, 2023, [on-line:] www.zielonywulkan.pl, dostęp: 30.10.2023

Ziołowy Zakątek, 2023, [on-line:] <https://ziolowyzakatek.pl/>, dostęp: 18.12.2023

Culinary tourism inspired by wild edible plants

Abstract

The main aim of the publication is to bring closer the phenomenon of tourism inspired by wild edible plants by presenting its historical and cultural issues, gastronomic trends and categories of tourist products, as well as by presenting selected offers and organizers as well as the characteristics of the tourists participating in it. We conducted research in selected places using the method of participant observation and/or using the interview technique. Our research has shown that the tourist offer based on wild edible plants has a chance to develop, as evidenced by the increasing number of tourists taking part in workshops and other offers and by the development of this offer itself.

Tourists – its participants - represent various social groups and different motivations – but above all, they are looking for knowledge about wild edible plants that they can use when harvesting them themselves, and they want to meet people who use the gifts of nature on a daily basis, whom they can observe. In turn, people who create offers for tourism inspired by wild edible plants and then implement them in the form of workshops and thematic walks turn out to be people of great knowledge, passion developed since childhood and the willingness to share them with tourists.

Keywords: anthropology of food, culinary tourism, wild edible plants, culinary trends, tourist product