

Piotr Dominik, [piotrdominik@autograf.pl](mailto:piotrdominik@autograf.pl), Szkoła Główna Turystyki i Rekreacji

## Kulturowe i żywieniowe znaczenie pieczywa w agroturystyce

**Słowa kluczowe:** żywienie, agroturystyka, pieczywo, kultura, tradycja

### Streszczenie

Celem opracowania jest ukazanie znaczenia pieczywa jako produktu regionalnego obecnego w polskiej tradycji kulinarnej. W obecnych czasach obserwujemy znaczny wzrost spożycia pieczywa o niskiej jakości z dodatkiem wielu polepszaczy, pieczywa wypiekanego tuż przed sprzedażą z uprzednio zamrożonych, wstępnie podpieczonych kęsów ciasta. Ze względu na wysoką konkurencję na rynku piekarniczym, piekarze rezygnują z wysokiej jakości produktów zastępując je o wiele tańszymi, i o gorszej jakości. W sytuacji takiej właściciel gospodarstw agroturystycznych, wypiekający sami pieczywo metodami tradycyjnymi mają szansę na podniesienie walorów swojego gospodarstwa oraz przyciągnięcie wielu gości z dużych miast stęsknionych smaku prawdziwego, tradycyjnego, lokalnego pieczywa.

Jak wynika z badania przeprowadzonego dla potrzeb opracowania, osoby które na co dzień kupują pieczywo w piekarniach, czy osiedlowych sklepikach podczas wyjazdu do gospodarstwa agroturystycznego zwracają uwagę na to jakiej jakości pieczywo jest podawane w gospodarstwie, a nawet czy gospodarze wypiekają własny regionalne pieczywo.

W opracowaniu zamieszczono przykładowe opisy oferty agroturystycznej, która pochodzi ze stron internetowych gospodarstw, prowadzących wypiek tradycyjnego pieczywa, a tym samym uatrakcyjnając swoją ofertę.

### Wprowadzenie

Od pewnego czasu zauważa się w Polsce intensyfikację produkcji i spożywania wyrobów tradycyjnych, wytwarzanych lokalnie. Wśród nich ważne miejsce zajmuje pieczywo. Coraz więcej osób postrzega produkty regionalne jako atrakcję i uświadamia sobie, że wyjątkowe wyroby, związane z kulturą i tradycją poszczególnych regionów Polski trzeba chronić, oraz promować, aby stawały się elementem przyciągającym turystów do miejsc ich autentycznego występowania [Gąsiorowski 2005, s. 30-35].

Pieczywo spełnia obok żywieniowych niezwykle istotne funkcje kulturowe. W wielu społecznościach obyczajowość związana z pieczywem jest bardzo bogata, oparta na wiedzy ludowej i związana z wierzeniami. Pieczywo należy do tej grupy żywności, która w kulturze jest elementem tak samo ważny, jak: architektura, rzemiosło, obrzędy, taniec czy śpiew. Zwyczaje żywieniowe ludzi są jedną z najciekawszych form odzwierciedlenia ich dziedzictwa kulturowego. Są one jednym z ostatnich elementów ulegających zmianie w procesach globalizacyjnych. Żywność regionalna, będąca materialnym odzwierciedleniem zwyczajów żywieniowych, to nie tylko określone tradycją surowce i potrawy, ale pełen różnorodnych treści, zadziwiający bogactwem powiązań element kultury [Long 2004, s. 20-25].

Wzrost zainteresowania turystyką oraz rozwój turystyki przyjazdowej do Polski umożliwia podniesienie poziomu życia i gospodarowania w regionach i obszarach mało do tej pory poznanych.

W ostatnich latach, w Polsce zyskuje na znaczeniu potrzeba spędzania urlopu, wypoczynku na łonie przyrody, w ciszy i spokoju. W odpowiedzi na to zapotrzebowanie istotnie rozwinęła się agroturystyka.

Gospodarze oferują swym gościom odpoczynek w gospodarstwie wiejskim, zachęcając do poznawania specyfiki wsi, jest to również okazja do zaproponowania specjałów kuchni

regionalnej oraz tradycyjnych produktów wytwarzanych lokalnie oraz obrzędowości związanych z kulinariami.

Celem opracowania jest ukazanie znaczenia pieczywa jako produktu regionalnego obecnego w polskiej lokalnej tradycji kulinarnej, którego promowanie i uatrakcyjnianie ofert z nim związanych przyczynia się do wzmożonej aktywności turystycznej. Dzięki tego rodzaju produktom również turyści przyjezdni spoza granic naszej Ojczyzny, mogą poznać kulturę i tradycje odwiedzanego obszaru, a tym samym kulturę, tradycję oraz historię Polski.

Pieczywo jako produkt lokalny i regionalny stwarza szansę na uatrakcyjnienie wizerunku turystycznego polskiej wsi, czego skutkiem może być zwiększenie liczby gości poszczególnych gospodarstw agroturystycznych a co za tym idzie na rozwój całych regionów.

## Tradycja przygotowywania pieczywa i jego rodzaje

Początkowo w Europie uprawiano pszenicę, jęczmień i proso. Ziarna zbóż miażdżono na kaszę i coś w rodzaju otrąb, które gotowano w wodzie. Gdy pojawiły się pierwsze kamienne rozcieracze, a następnie coraz bardziej ulepszone żarna, rozpoczęto produkcję mąki. Mąką zagęszczano polewki, nazywane *bryjami*. W Polsce w tradycyjnej kuchni wiejskiej zachowały się znane od stuleci bryje z mąki, kaszy czy roślin strączkowych z dodatkiem słoniny, a później jarzyn i mięsa. Na przykład wzmianki na temat żuru występują w polskich kronikach z XIII w. Pieczywem podobnym do współczesnego były kiedyś placki. Prawdopodobnie powstały przez przypadek po wylaniu się na gorącą płytę paleniska zgęstniałej i może lekko sfermentowanej bryi z ziaren zbóż. Najwcześniej wytwarzano placki ze słabo potłuczonych ziaren, głównie z prosa zmieszanego z innymi ziarnami zbóż, nieoczyszczonymi z łusek. Na obszarze dzisiejszych ziem polskich chleb przyrządzany na zakwasie i pieczony w piecach kopułkowych prawdopodobnie zaczął się rozpowszechniać w tzw. okresie wpływów rzymskich (I–V wiek n.e.). W tym czasie również wzrosła uprawa żyta i pszenicy, a także jęczmienia, który służył do przyrządzania bryi, kaszy i podplomyków [Kmiołek 2013, s. 137-138].

Podobnie jak my współcześnie, tak i pierwsi Słowianie, pieczywo jadali codziennie, spożywano najczęściej płaskie, praśne (bez zakwasu) placki – podplomyki. Wraz z rozwojem rolnictwa i technik kulinarnych zaczęto wypiekać chleb na zakwasie. Ta odmiana na ziemiach polskich znana była już w okresie rzymskim, a w jej pojawieniu się na tych terenach znacząca rolę odegrali najprawdopodobniej Celtowie. Nazwa „chleb” mogła być zaś zapożyczona od Gotów. Zapewne więc Słowianie już od początku swej egzystencji nad Odrą i Wisłą znali i spożywali obie odmiany pieczywa. Najstarszy w Polsce bochenek chleba odkryto podczas wykopalisk na terenie osady towarzyszącej piastowskiemu grodowi w Gieczu. Przypuszcza się, iż funkcjonowała tam „piekarnia”, o czym świadczą pozostałości glinianego pieca oraz znaleziska żelaznych mis, które zinterpretowano jako formy do wypieku chleba [Lis 2015, s. 160-165].

Od X w. coraz częściej pieczono razowy chleb żytni a w XIII w. asortyment pieczywa obejmował już ponad 10 rodzajów pieczywa. Z biegiem czasu kształt bochenka zmieniał się i różnicował w zależności od gatunku pieczywa (okrągły, podłużny, duży i mały). Bułki przybierały kształt małych okrągłych chlebków, były podwójne, czasem wypiekane w kształcie zwierząt czy ptaszków. Coraz częściej stosowano drożdże piwne albo winne, ale również wypiekano chleby na zakwasie lub zaczynie. Do chlebków pszenicznych oraz do drobnego pszennego pieczywa dodawano mleko, czasem tłuszcz. Placki słodzono miodem; cukier był bardzo drogi i rzadko używany. W XVI w. piekarze zaczęli wprowadzać wyroby pieczone według receptur zagranicznych. Były to chleby holenderskie i szwedzkie, różnego rodzaju bułki (wiedeńskie, francuskie i tureckie), a także ciasta słodkie. Do dziś zachowała się uroczystość dożynek oraz zwyczaj witania gości chlebem w progu domu. Chleb i sól –

symbole bogactwa i obfitości – do dziś ofiarowywane są w Polsce parze nowożeńców [Kmiólek 2013, s. 137-138].

Pieczywo jest podstawowym produktem spożywczym, z którego człowiek niełatwo rezygnuje i niechętnie zamienia na inny produkt. Pieczywo odznacza się wieloma walorami, których zdecydowanie brak jest w innych artykułach spożywczych tj. chociażby zapewnienie sytości [Palich, Ociecek 2004].

Współcześnie terminem pieczywo określa się wszystkie wyroby piekarskie, zarówno różnego rodzaju chleby jak i pieczywo drobne (bułki). Jest to produkt spożywczy otrzymywany w wyniku wypieku ciasta spulchnionego przez fermentację, w niektórych przypadkach jedynie mechanicznie (np. chleb chrupki) bądź poprzez dodatek środków chemicznych. Poddanie ciasta obróbce termicznej przyczynia się do powstania produktu przyswajalnego przez organizm ludzki, utrwalenia kształtu i struktury porowatej [Świdorski 1999, s. 361-365].

Podstawowymi składnikami pieczywa są: mąka, woda, sól kuchenna, środki spulchniające. W nowoczesnym piekarstwie stosuje się także często dodatki smakowo-zapachowe, zabarwiające, tzw. polepszacze poprawiające wartość wypiekową mąk oraz składniki podwyższające wartość odżywczą, takie jak: cukier, tłuszcze, mleko, jaja, miód sztuczny, mak, przyprawy itp.

Nazwą chleba określa się pieczywo o masie jednostkowej powyżej 400 g, pieczywo drobne (galanteria) do 200 g, w tym bułki i wyroby o różnych kształtach, oraz grupa pieczywa zaliczana do różnego rodzaju batonów o podłużnym kształcie jak: bułka paryska, wrocławska, kielecka czy też bagietka. Występują różne rodzaje pieczywa, w zależności od rodzaju użytej mąki, i tak mamy pieczywo: żytnie, pszenne oraz mieszane. Wśród pieczywa o tradycyjnej recepturze i regionalnym pochodzeniu istnieje wiele gatunków, których skład surowcowy jest unikalny i uzależniony od warunków, w których powstaje.

## Pojęcia produktu lokalnego i regionalnego

Współczesnemu podróżnikowi obiecuje się dotarcie do miejsc, w których skosztować będzie mógł oryginalnych produktów regionalnych i poznać prawdziwy smak lokalnych potraw. Tę niepewtarzalność miałyby gwarantować autentyczność, „naturalny związek” między danym regionem i lokalnym wzorcem odżywiania. Ostatecznie jednak mała jest szansa na to, że turysta otrzyma rzeczywiście autentyczne tradycyjne potrawy, których receptury zakładają zastosowanie tradycyjnych, związanych z regionem składników [Łęńska-Bąk 2010, s. 282-285].

Przyjmuje się, iż współczesny, zabiegany człowiek, żyjący okrucami własnej i cudzych tradycji, zadowolony się pozorem, złudą tego, co obce, czy tego, co swojskie, i z pewnością nie będzie próbował dociekać korzeni kultur, z których pochodzą oferowane mu kulinaria [Łęńska-Bąk 2010, s. 282-285]. Co raz więcej jednak ludzi decyduje się na „wyprawę po autentyczność”.

Autentyczność produktu nie jest nowym zagadnieniem w problematyce towaroznawczej. Początkowo pojęcie było związane z gwarancją właściwości produktu i ochroną przed zafalszowaniem. Za produkt zafalszowany uznaje się taki, który wprowadza konsumenta w błąd przez ukrytą zmianę jakiegoś składnika wartościowego na mniej wartościowy lub bezwartościowy. Prowadzi to do zmiany właściwości produktu, który cechami zewnętrznymi przypominał produkt właściwy, jednak w istocie nim nie jest. [Łęńska-Bąk 2010, s. 282-285].

Autentyczność szerzej rozumiana to zgodność ze wzorcem. W przypadku produktu kulinarnego np. pieczywa, autentyczność pojmuje się w kontekście surowcowym, technologicznym i kulturowym. Chodzi tu więc również o miejsce i sposób jego wytwarzania.

Produkty lokalne to wyroby lub usługi, z którymi utożsamiają się mieszkańcy regionu, produkowane w sposób nie masowy i przyjazny dla środowiska, z surowców lokalnie dostępnych. Stają się one wizytówką regionu poprzez wykorzystanie ich specyficznego i niepowtarzalnego charakteru oraz zaangażowanie mieszkańców w rozwój przedsiębiorczości lokalnej. Produkt lokalny jest czymś, co mieszkańcy określonego obszaru uważają za tradycyjne i niepospolite, a mieszkańcy spoza tego terenu uważają za specyficzne.

Na polskich wsiach zachowały się liczne zwyczaje i regionalne obrzędy, z tym wiąże się również podtrzymywanie tradycji wyrobu produktów regionalnych czy tradycyjnych. Produkty te charakteryzują się szczególnymi cechami jakościowymi oraz niepowtarzalnymi sposobami przyrządzania i wytwarzania, poprzez co przyczyniają się do urozmaicenia polskiej kuchni. Ich wyjątkowość oraz niezmiennie receptury zwiększają atrakcyjność regionów i przyciągają turystów. Są one ważnym składnikiem dziedzictwa. Na tradycje kulinarne mają wpływ warunki naturalne, związane z miejscem, w którym żywność jest wytwarzana. Równie ważne są przechodzące z pokolenia na pokolenie przepisy, technologie oraz zwyczaje żywieniowe zarówno codzienne jak i świąteczne [Dębniowski, Tkaczuk 1997, s. 17-25].

Ranga produktów tradycyjnych i lokalnych jest zauważona w regulacjach Unii Europejskiej. Tak, jak w całej UE, również w Polsce obejmuje się ochroną kulinarne produkty tradycyjne i regionalne.

Wytwarzanie tych produktów ma zdecydowany wpływ na funkcjonowanie gospodarki w danym regionie i stanowi istotne źródło dochodów lokalnej społeczności. Niewątpliwie umiejętne wypromowanie kulinarnych produktów regionu jest czynnikiem mającym wpływ na rozwój turystyki kulturowej, ze szczególnym uwzględnieniem zainteresowań turystów kulinarnymi. Produkty oparte o receptury tradycyjne i naturalne surowce mają także znaczenie żywieniowe. Wzrost ich popularności, to propagowanie zdrowego stylu odżywiania zgodnego z zaleceniami żywieniowymi i dewizą *slow-food*.

## Agroturystyka a turystyka kulinarna

Głównym celem uczestnictwa w pobytach na wsi agroturystów jest przeciwstawienie wiejskiego i miejskiego środowiska, wiejskiego i miejskiego stylu życia. Agroturystyka jest formą organizacji wypoczynku na tzw. prawdziwej wsi [Gordon 2003, s. 169-170]. W związku z tym turyści oczekują, iż będą doświadczać autentyczności życia, jakie toczy się na wsi. Pojęcie turystyki na terenach wiejskich obejmuje ogół zjawisk turystycznych występujących na tychże obszarach, tzn. takich, w których obrębie jest prowadzona działalność rolnicza. Pojęciem tym są objęte pobyty zarówno w obiektach zakwaterowania zbiorowego jak i indywidualnych, zlokalizowane w obrębie wsi [Kurek 2007, s. 331].

W tym rodzaju turystyki do produktu turystycznego zalicza się przejawy miejscowej tradycji zwykle czynności mające miejsce w rodzinie gospodarzy, jak również: festyny, lokalne święta rolnicze, pokazy, wystawy. Mogą one dotyczyć określonych płodów rolnych czy też wyrobów kulinarnych, jak np. wyrobów wędliniarskich, przetworów owocowych i warzywnych, nalewek, czy też pieczywa.

Urok wiejskiego krajobrazu, jego dziedzictwo kulturowe jest obecnie nowym dobrem ekonomicznym, za który turyści płacą. Sukces jednak jest uzależniony od tego, w jaki sposób mieszkańcy wsi dostrzegą fakt, że parafialny kościół, zabytkowa gospoda, miejscowy zespół folklorystyczny, czy inne atrakcje kultury ludowej mogą być atrakcją turystyczną i mogą na siebie zarabiać [Łęczycki 2003, s. 134-156].

Dążenie do wyjątkowych i niezapomnianych wrażeń związanych z jedzeniem i pićciem, w powiązaniu z wypoczynkiem to domena ruchu *slow-food*, który to jest zbieżny z turystyką, związaną z żywnością [Petrini 2007, s. 60- 65].

Turystyka kulinarna powstała w wyniku poszukiwań autentycznego, miejscowego jedzenia, tam, dokąd przybyli. Zjawisko tego typu turystyki rozpowszechniło się jako specjalny segment większego rynku. Dopiero potem zrodziła się bardziej świadoma postawa ludzi pragnących, aby ich szczególne potrawy i style kulinarne uznano za wyjątkowe dla kraju, regionu i kultury [Higman 2012, s. 262-263].

Popularność turystyki kulinarnej wśród turystów w naszym kraju została zdiagnozowana w badaniach przeprowadzonych w 2013 r. Wśród osób aktywnych turystycznie aż 85% zadeklarowało, że w podróżach turystycznych interesuje ich możliwość próbowania wyjątkowych dań kuchni regionalnej. Szczególnie wrażenie robi zestawienie tej wartości z wynoszącym 78% odsetkiem osób, których podczas wyjazdu szczególnie interesują poznawanie wyjątkowej historii miejsca, w którym się znajdują. Okazuje się, że próbowanie lokalnych potraw jest bardziej interesujące dla turystów niż poznawanie lokalnej kultury. Tylko 69% deklaruje zainteresowanie zwiedzaniem muzeów i skansenów, a jedynie 51% wskazało zainteresowanie zwiedzaniem muzeów i skansenów. Podobny odsetek bo 46% zadeklarowało zainteresowanie uczestnictwem w warsztatach. Z przytoczonych badań wynika, że aż  $\frac{3}{4}$  polskich turystów bierze pod uwagę smaczne jedzenie przy wyborze celu podróży. 60% przy wyborze miejsca spędzenia wakacji uwzględnia możliwość próbowania kuchni regionalnej. Przy zakupie pamiątki z podróży goście bardzo często sięgają po smakowite souveniry. 67% przebadanych deklaruje, że przywozi z podróży pamiątki kulinarne [Gonera 2014, s. 5-15].

Przedmiotem zainteresowani turystów są nie tylko miejsca, w których można dobrze zjeść i skosztować lokalnych specjalów, ale również zapoznać się z historią i tradycyjnymi procesami wytwarzania. Smaczna kuchnia, wytwory kulinarne a w tym pyszny, naturalny, aromatyczny chleb jest magnesem przyciągającym do gospodarstw agroturystycznych i często decyduje o wyborze miejsca pobytu turystów. Rolnicy prowadzący działalność agroturystyczną coraz chętniej sięgają do starych przepisów i w oparciu o nie, oferują swoim gościom wyroby wytwarzane na bazie własnych naturalnych surowców odzwierzęcych i roślinnych [Grotkowski 2013]. Nawet jeśli rynek nie jest jeszcze tak wyrobiony jak we Włoszech czy we Francji, goście coraz częściej oczekują produktów wyselekcjonowanych, a nie masowych. Odrębność kulinarna jest tym, co wyróżnia nas wśród innych, co stanowi o naszej atrakcyjności zarówno w skali regionu, kraju, czy też kontynentu. A to jest możliwe tylko wtedy, gdy używamy produktów lokalnych, sezonowych i wytworzonych tradycyjnymi metodami [Kreśllicka 2013, s. 176-177].

## Potencjał tradycji i obrzędów związanych z pieczywem

Rola pieczywa w gospodarstwach agroturystycznych na przestrzeni ostatnich kilku lat diametralnie się zwiększyła. Jeszcze kilkanaście lat temu chleb oraz inne gatunki pieczywa pełniły w agroturystyce jedynie rolę codziennego pożywienia. Odchodzono nawet od domowego wypiekania chleba, co wcześniej było tradycją, na rzecz nabywanego w sklepach gminnych. Obecnie pieczywo w gospodarstwach agroturystycznych odgrywa całkiem inną rolę zarówno dla gospodarza jak i dla gościa. Pieczywo jest jednym z elementów uatrakcyjniających pobyt gościa w gospodarstwie, zaś dla gospodarza jest to jeden z wielu elementów promocyjnych działalności.

Usługi żywieniowe mogą być świadczone turystom na wsi przez restauratorów, karczmy, gospody, bary, lub przez samych właścicieli gospodarstw agroturystycznych. Obecnie coraz częstszą formą żywienia agroturystów jest sporządzanie posiłków dla gości przez gospodarzy [Panasiuk 2007, s. 227].

Goście nie mają obowiązku żywienia się na miejscu, jednak wspólny posiłek przy rodzinnym stole jest sposobem konfrontacji z inną kulturą, lokalną obyczajowością, jak

również promocją własnych umiejętności. Towarzyski poczęstunek przy kawie i domowych wypiekach stosowany jest powszechnie przez właścicieli, także śniadania odgrywają szalenie ważny dla agroturystów początek dnia. Ten właśnie pierwszy posiłek dnia decyduje o kondycji człowieka na dalsze godziny aktywności. Śniadania podczas pobytu w gospodarstwie z dala od pośpiechu, codziennych obowiązków i braku czasu na coś więcej niż w biegu wypitej kawy, to okazja na delektowanie się specjałami kulinarnymi wyrabianymi przez gospodarzy. Wśród tych specjałów nie do przecenienia jest pieczywo [Ditrich 2012, s. 55-56].

W tradycji polskiej chleb był symbolem pożywienia, a także dostatku i pomyślności. Niestety nie zawsze, dla wszystkich był on pożywieniem codziennym i podstawowym. W biedniejszych częściach kraju, jeszcze w I poł. XX w. pojawiał się w domu jedynie w większe święta.

Wykorzystanie chleba w agroturystyce może mieć związek z pracami wykonywanymi w gospodarstwie na co dzień lub od święta. Biorąc pod uwagę fakt zainteresowania gości pracami gospodarskimi i zaangażowaniem się w życie codzienne rodziny gospodarzy, warto ukazać agroturystom potencjał tradycji i obrzędów związanych z pieczywem.

W polskiej tradycji w wielkim poszanowaniu był nie tylko chleb, ale również wszystko, co służyło do jego wyrobu: dzieża, łopata, piec chlebowy, ożóg do przegarniania popiołu itd., które dobra gospodyni utrzymywała zawsze w nienagannym porządku. Pieczenie chleba było jednym z najważniejszych kobiecych prac domowych, towarzyszyły mu liczne, lokalne zwyczaje. Do najczęściej stosowanych należało: odciskanie dłonią krzyża na wyrobionym, gotowym cieście; znak krzyża wykonywano także nad piecem chlebowym i pierwszym wkładanym do niego bochenkiem i po zamknięciu pieca. W trakcie pieczenia gospodyni nigdy nie siadała, aby chleb nie opadł i nie powstał w nim zakalec, stukwała w sufit trzonkiem chlebowej łopaty, aby bochenek dobrze i równo rósł itp. [Ogrodowska 2001, s. 30-31].

Upieczony, świeży chleb lub jego cząstkę kładziono na ołtarzyku domowym, aby Bóg błogosławił domostwu i obdarzał jego mieszkańców chlebem i wszelkim pokarmem. Chleb (w różnych postaciach) towarzyszył wielu obrzędom dorocznym i rodzinnym, m.in.:

- obchodom – wigilii Bożego Narodzenia (cały bochen chleba leży zwykle na wigilijnym stole, a opłatkiem dzielimy się przed rozpoczęciem wieczerzy wigilijnej),
- obchodom kolędowania, zwyczajom i obrzędom wegetacyjnych,
- obchodom rolniczym, żniwiarskich (np. podlaskim obrzędem przywoływania wiosny, z którymi związane są charakterystyczne wypieki, tzw. busłowe łapy, skowronki i miniaturowe narzędzia rolnicze z ciasta),
- obchodom św. Jerzego (Jura) połączonym z toczeniem korowajczyka po wschodzącym zbożu,
- obchodom przepiórki i dożynek, w których chleb jest symbolem plonu, niektórych obrzędów zadusznych.
- obrzędem narodzin (jako kukielka – nowe latko),
- uroczystościom weselnym (jako kołacz, korowaj, gąski i szyszki weselne występujące w obrzędzie tulania chleba),
- uroczystości oczepin (sadzano pannę młodą na dzierży – chlebowym tronie),
- obrzędach pogrzebowych [Ogrodowska 2001, s. 30-31].

W tradycji wiejskiej chleb towarzyszył rozpoczynaniu najważniejszych prac gospodarskich. Ich początek miał charakter obrzędowy. „Na przykład górale beskidzcy przygotowując się do pierwszej w roku orki wynosili pług poza obejście, wracali do zagrody i założywszy na woły jarzmo dawali im chleb i miód, aby były silne” [Kubiak, Kubiak 1981, s. 17-30].

Chleba nie mogło zabraknąć również przy rozpoczynaniu zbiorów. „Czynność ta, zwana popularnie zażynkami. Żniwo rozpoczynała kobieta, a więc osoba, która piecze chleb.

Żniwiarka przynosiła na pole chleb, który pozostawał na polu jako ofiara” [Kubiak, Kubiak 1981, s. 17-30].

Obecność chleba i związanych z nim obyczajów towarzyszył w tradycji od początku pojawienia się nowego członka rodziny na świecie. Narodziny dziecka związane są z tradycją, w której występuje chleb. Jednym z obyczajów związanych z chlebem jest obdarowywanie się nawzajem chlebem po narodzinach dziecka. Odbywało się to w ten sposób, że położnica przesyłała przez męża potkę kolędę składającą się z kołacza, chleba lub babki. W zamian potka przychodząc na uroczyste odwiedziny położnicy przynosi kołacz i wódkę. Przyjęcie chleba przez potkę było symboliczną akceptacją propozycji zostania matką chrzestną, z wszelkimi konsekwencjami tego faktu.

W niektórych regionach Polski, po spowiciu dziecka matka „*aby złe oczy mu nie szkodziły*” zatykała dziecięciu za pasek kawałeczek chleba, który miał chronić przed ewentualnymi czarami. Chleb, według wierzeń, chronił położnicę i dziecko przed wpływem złych mocy, zabezpieczał osoby postronne przed nieczystością kobiety w położu. Obdarowywanie pieczywem położnicy, akuszerki i dziecka stanowiło akt obrzędowego powitania nowego członka rodziny. Chleb wykorzystywano także do wróżb na temat przyszłości, pomyślności i zdrowia domowników.

Pieczywo ściśle związane jest z tradycją chrześcijańską. Chleb będący najbardziej podstawowym i powszechnym rodzajem pożywienia był każdego dnia rodzajem komunii. Nie wolno było go spożywać nie będąc „właściwie przygotowanym”, za grzech uważano dotknięcie chleba nieumytą ręką, a tym bardziej jedzenie go bez umycia się. Obowiązywał również zakaz spożywania wszelkich darów bożych w czapce na głowie. Uważano też, że wzajemne obdarowywanie się pieczywem jest warunkiem istnienia świata, a proces składający się na wyprodukowanie bochenka chleba porównywalny jest jedynie z męczeństwem Chrystusa. W tradycji ludowej powszechny był zakaz stąpania po okruszynach chleba. Nie wolno było chleba upuścić na ziemię, gdyż takie zachowanie taktowano, jako wielkie przestępstwo moralne. Nie wolno było bawić się chlebem, bębnić po bochenku palcami lub nożem, gdyż traktowano to jako znęcanie się nad chlebem. Co do samego wypieku chleba, to podczas wykonywania tej pracy obowiązywał zakaz przebywania w izbie kogokolwiek poza kobietą. Niedobrze jest również, gdy w tym czasie zjawi się w domu ktoś obcy. Lecz jedno z wierzeń mówi, że gdy przy mieszaniu chleba ktoś obcy przyjdzie, wypiek wtedy udać się musi. Obydwa wierzenia różnią się klasyfikacją przybysza. W pierwszych traktowano go jako przedstawiciela złej strony „obcego świata”, a w drugich jest on reprezentantem pozytywnych aspektów „obcego świata” boskiego. Wierzenie to stanowi dodatkowy dowód ukazujący chleb, jako symboliczny pośrednik czasoprzestrzenny [Kubiak, Kubiak 1981, s. 17-30]. Od najdawniejszych czasów dzielenie się chlebem i wspólne spożywanie go było znakiem przyjaźni, miłości, dobroci, wspólnoty. Tradycyjny, polski obyczaj obdarzania, witania „chlebem i solą” (np. państwa młodych na progu domu, po powrocie z kościoła i ślubu, znacznego gościa, gospodarza) był wyrazem szczególnego szacunku, przyjaznych uczuć, szczerych życzeń powodzenia i wszelkich dostatków [Ogrodowska 2001, s. 30-31]. Współcześnie wykorzystanie tych tradycji, zdecydowanie powinno bazować na idei, iż chleb łączy a nie dzieli. Dzielenie się chlebem, częstowanie nim i działania wokół chleba powinny łączyć gospodarzy i gości. W tradycji wiejskiej istniało przekonanie, że to chleb jest kreatorem przestrzeni świętej, jaka stanowi dom wiejski. Ścisły związek chleba z religią chrześcijańską i misja chleba jaką zarówno na kartach Starego Testamentu jak i Nowego pełnił chleb powodowały, iż chleb był otoczony ogromną czcią i szacunkiem.

Przed postawieniem chałupy, w jej węglach układano kawałki chleba; pierwszą wnoszoną do izby rzeczą podczas przeprowadzki był bochen chleba. Również na co dzień w izbie wiejskiej chleb zajmował miejsce poczesne. Cały dzień leżał na stole przykryty białym

lnianym obrusem, będąc w gotowości służenia domownikom i podróżnym [Kubiak, Kubiak 1981, s. 17-30].

Przykłady znaczenia pieczywa, a zwłaszcza chleba w tradycji i wierzeniach ludowych, pozwalają wnioskować o wszechstronności traktowania chleba. Już sam proces przygotowania pieczywa był procesem niezwykłym, obwarowanym licznymi przepisami, zakłębiami i zwyczajami. Tak też powinno zostać współcześnie, co zapewni autentyczność wytwarzania pieczywa w gospodarstwie [Szymańska, [www.teatrnn.pl](http://www.teatrnn.pl) 15.11.15].

Regionalne specjały kulinarne są coraz częściej elementami przyciągającymi turystów na wieś. Coraz liczniejsza grupa gospodarzy sprzedaje swoje produkty pochodzące z gospodarstwa, aby goście mogli sobie sami również przygotowywać posiłki. Ponadto dla urozmaicenia swojej oferty żywieniowej organizowane są obecnie swoistego rodzaju warsztaty np. wypieku chleba, wyrobu masła połączone z degustacją oraz sprzedają owych produktów. Dawne tradycje i obrzędy kultywowane, czy też ożywiane dla turystów pozwalają uchronić od zapomnienia wiele cennych zwyczajów i wierzeń, chroniąc jednocześnie autentyczność pieczywa. Turyści uczą się od gospodarzy, aby móc ich naśladować, także gdy powrócą do domów.

## Rola żywieniowa pieczywa

Już od początków dziejów ludzkości zdawano sobie sprawę z tego że prawidłowe odżywianie ma wpływ na cały organizm człowieka. Wyprodukowanie dobrej jakości potraw zależy od bardzo wielu czynników między innymi od jakości użytego surowca, jak i od sposobu postępowania z tym surowcem w trakcie produkcji, przechowywania, przetwarzania oraz dystrybucji danej potrawy [Grzebińska 2004, s. 12-15].

Obecnie racjonalne żywienie definiuje się jako „sposób żywienia zgodny z zaleceniami nauki o żywieniu, polegającym na planowaniu posiłków na podstawie norm żywienia i wyżywienia oraz tabel wartości odżywczej produktów spożywczych” [Gawęcki 2006, s. 20-27].

Chleb i produkty zbożowe od zarania traktowane są jako najważniejszy pokarm dla człowieka. Dawniej wiedza ta brała się z wierzeń, obserwacji i doświadczeń, dzisiaj mądrość tę czerpiemy również z badań naukowych [Rakiel-Czarniecka 2010, s. 50-52].

Pieczywo jest spożywane zarówno przez ludzi zdrowych, pracujących w różnych zawodach, jak i przez chorych, dzieci i osoby starsze. Taki szeroki krąg odbiorców wymaga dostarczenia konsumentom pieczywa o zróżnicowanym składzie recepturowym oraz pieczywa specjalnego i dietetycznego. W Polsce 60% spożywanego pieczywa stanowi pieczywo mieszane, 30% pieczywo jasne, 10% pieczywo ciemne.

W dobrze skomponowanej diecie ważne miejsce zajmują przetwory zbożowe, w tym pieczywo. Pieczywo stanowi podstawowy składnik codziennej diety człowieka. Jest jednym z podstawowych produktów spożywczych dostarczających wielu cennych składników odżywczych, niezbędnych do poprawnego funkcjonowania organizmu. Ze względu na swój skład chemiczny, posiada wysoką wartość energetyczną i odżywczą [Rakiel-Czarniecka 2010, s. 50-52].

Najwłaściwszym wyborem jest spożywanie różnych gatunków pieczywa a głównie chleba mieszanego pszenno-żytniego, które zawiera dużo składników odżywczych i stosunkowo mało zanieczyszczeń.

W Instytucie Żywności i Żywienia zaproponowano następujący udział poszczególnych grup pieczywa w całodziennej racji pokarmowej zdrowego człowieka:

- 15% – ciemne (razowe) pieczywo pszenne lub żytnie,
- 20% – jasne pieczywo pszenne,
- 65% – mieszane pieczywo żytnio – pszenne lub jasne pieczywo żytnie [Gambuś, [www.tuo.agh.pl](http://www.tuo.agh.pl) 15.11.15].



Prawidłowe żywienie oznacza odżywanie sprzyjające zachowaniu dobrego zdrowia. Specjaliści odkryli bowiem związek między sposobem odżywiania się a pojawieniem się pewnych chorób, tzw. chorób cywilizacyjnych, takich jak np. choroby krążenia, cukrzyca, nadciśnienie, niektóre nowotwory i inne. Aby zmniejszyć ryzyko zachorowań, opracowali tzw. piramidę zdrowego żywienia. Piramida ta ma za zadanie ukazać w sposób graficzny udział poszczególnych produktów spożywczych w codziennej, zrównoważonej diecie.

Piramida z rysunkami produktów w sposób obrazowy i precyzyjny ilustruje, jak należy komponować zdrowe posiłki, korzystając w odpowiednich proporcjach z produktów z każdej grupy żywieniowej. Jak wynika z piramidy zdrowego żywienia, solidną podstawę codziennej diety stanowią różnorodne produkty zbożowe, których zaleca się spożywać co najmniej 5 porcji dziennie i które to powinny występować w każdym posiłku [Dominik 2015, s. 292-301].

## Wybrane gospodarstwa agroturystyczne i ich oferta piekarnicza<sup>1</sup>

Na terenie całej Polski przybywa gospodarstw agroturystycznych, które posiadają coraz bardziej urozmaiconą ofertę zarówno rekreacyjną, wypoczynkową jak i żywieniową. Chcąc ukazać jak ważnym elementem uatrakcyjniającym wizerunek polskiej wsi jest pieczywo należy przedstawić charakterystykę i ofertę gospodarstw agroturystycznych, które rzeczywiście w gospodarstwach wypiekają pieczywo i oferują je swoim gościom.

Pieczywo jest w wielu gospodarstwach, na terenie całego kraju traktowane nie tylko jako zwykły produkt spożywczy, ale również jako jeden z walorów agroturystycznych. Gospodarze zajmują się wypiekiem pieczywa i sprzedają gościom pieczywa jak również stwarzają okazję do pogłębienia wiedzy na temat historii piekarnictwa regionalnego, organizują wystawy i pokazy starych maszyn, prezentują sposoby mielenia ziaren, czy też sam wypiek, nierzadko w starych kamiennych piecach. Poniżej zaprezentowano analizę oferty zamieszczonej na stronach internetowych gospodarstw agroturystycznych. Opisano kilka wybranych dobrych praktyk.

### Gospodarstwo Chlebowa Chata

Doskonałym przykładem takiego gospodarstwa jest Chlebowa Chata, położona w Górkach Małych w województwie śląskim. Gospodarstwo dla swoich gości oferuje 40 miejsc noclegowych, w pokojach wieloosobowych. Na terenie gospodarstwa znajduje się dobra infrastruktura, zarówno dla turystów zmotoryzowanych, którzy mają gdzie zaparkować swoje pojazdy, jak i rekreacyjna. Na terenie gospodarstwa znajduje się wiata wypoczynkowa, stół do gry w tenisa stołowego oraz boisko do siatkówki.

Właściciele gospodarstwa w drewnianej chałupie, zaaranżowali tradycyjnie wyposażone wnętrza, w którym centralne miejsce zajmuje piec do wypieku chleba. Tutaj wypiekany jest chleb, przy wykorzystaniu tradycyjnego, znanego od stuleci przepisu. Zaczyn to resztki ciasta z poprzedniego pieczenia, dodaje się do niego ziemniaki po to, żeby chleb trzymał wilgoć. Takie pieczywo nadaje się do jedzenia nawet przez trzy tygodnie. W Chlebowej Chacie wypieka się też podpłomyki, do których podaje się masło i smalec.

W Chlebowej Chacie goście zapoznają się z podstawowymi zbożami i ich zastosowaniem, mają możliwość oglądania maszyn dawniej wykorzystywanych przy uprawie i obróbce ziarna. Agroturyści mają możliwość nie tylko biernego przyglądania się pracy gospodarzy, ale również uczestnictwo w mieleniu zboża na żarnach, osiewaniu mąki, formowaniu oraz wypieku bochenków a później degustacji własnych wyrobów [[www.chlebowachata.pl](http://www.chlebowachata.pl) 15.11.15].

<sup>1</sup> Na podstawie analizy ofert zaprezentowanych na stronach internetowych gospodarstw.

### **Gospodarstwo Rychertów**

Kolejnym gospodarstwem, które specjalizuje się w wypieku chleba jest gospodarstwo Rychertów, położone w miejscowości Kiełpino w województwie pomorskim. Gospodarstwo do dyspozycji gości posiada 22 pokoje. Na terenie gospodarstwa znajduje się dużo miejsca na rekreację: boisko do gry w piłkę, teren do organizacji zabaw, grilla, ognisko. Gospodarze hodują konie, krowy, kozy, pawie, gołębie, bazanty, kury. Dzięki hodowli zwierząt, goście przebywający w gospodarstwie mogą napić się codziennie świeżego mleka, zjeść świeże jajko, czy też mają okazję jeździć konno. Gospodarze zapraszają agroturystów latem na zbieranie jagód, jesienią na grzybobrania, natomiast zimą organizują kuligi. W gospodarstwie serwowana jest tradycyjna kuchnia kaszubska.

W ofercie gospodarstwo ma przygotowaną bogatą ofertę związaną z nauką wypiekania chleba. Krok po kroku goście poznają wszystkie etapy wypieku. Turyści zdobywają solidną wiedzę na temat historii Kaszub, jak również tradycyjnej receptury regionalnych wypieków. Goście mają możliwość prześledzenia jak powstaje z mąki ciasto, jak przebiega formowanie kęsów chlebowych, a następnie jak przebiega wypiek pieczywa. Chleb goście spożywają na miejscu od razu po wypieku [[www.rychter.gdan.pl](http://www.rychter.gdan.pl) 15.11.15].

### **Gospodarstwo agroturystyczne Zacisze**

Gospodarstwo agroturystyczne Zacisze położone jest w małej miejscowości Brzeziny w województwie śląskim. Gospodarstwo oferuje 20 miejsc noclegowych. Atrakcyjny pobyt rodzinom z dziećmi zapewniają atrakcje: znajdujące się na terenie huśtawki, piaskownica, w okresie letnim basen dla dzieci, miejsce na ognisko i grilla oraz parking. Gospodarze zajmują się również organizacją przyjęć okolicznościowych na terenie gospodarstwa.

Dla zainteresowanych smacznym i zdrowym jedzeniem, a także ich przygotowaniem gospodarstwo agroturystyczne Zacisze przygotowało specjalną ofertę mianowicie: warsztaty wypieku chleba tradycyjnym sposobem, w specjalnie wybudowanym do tego celu piecu chlebowym. Odtwarzany jest cały proces przygotowania i pieczenia chleba począwszy od osiewania mąki, mieszania i wyrabiania ciasta, rozpalenia ognia w piecu chlebowym po wsadzie chleba do pieca.

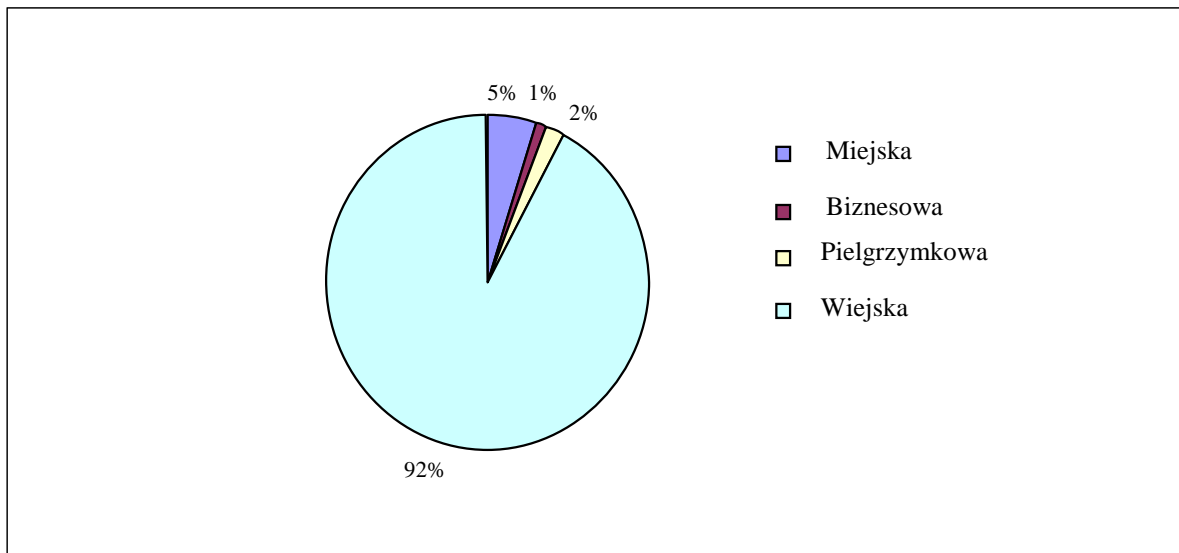
W omawianym gospodarstwie program pobytu składa się z powitania i poczęstunku potrawami z regionalnej kuchni, podczas którego następują gawędy o chlebie w czasie przygotowania ciasta i rozpalenia ognia w piecu. Goście mają możliwość własnoręcznie formować bochenki chleba, obserwować jego pieczenie, by następnie zająć się jego degustacją. Każdemu klientowi gospodarstwa zostaje wręczony dyplom „Małego Piekarza” [[www.jura.turist.pl](http://www.jura.turist.pl) 15.11.15].

## **Omówienie wyników badania ankietowego**

Dla potrzeb opracowania tematu zostało przeprowadzone badanie ankietowe na próbie 100 osób. Badanie przeprowadzono w Warszawie, gdyż uznano, że można tu spotkać najbardziej różnorodną populację respondentów. Osoby ankietowane odpowiedziały na 27 pytań. Celem badań było sprawdzenie w jakim stopniu agroturyści zwracają uwagę na wyroby regionalne, w szczególności na pieczywo regionalne.

Wśród ankietowanych wzięło udział 22% mężczyzn i 78% kobiet. Najwięcej (tj. 39 osób) ankietowanych było w wieku od 25 do 40 lat. Na pytanie dotyczące miejsca zamieszkania na 100 osób ankietowanych ani jedna osoba nie mieszka na wsi, z miejscowości do 30 tys. mieszkańców pochodzi jedynie 8 osób, z miejscowości od 30 tys. do 200 tys. mieszkańców było już 19 osób, w miejscowości od 200 do 500 tys. mieszkańców pochodzi 24 osoby, najwięcej ankietowanych było z miejscowości od 500 tys. do 1 mln mieszkańców, zaś z miasta powyżej 1 mln mieszkańców pochodzi 12 ankietowanych.

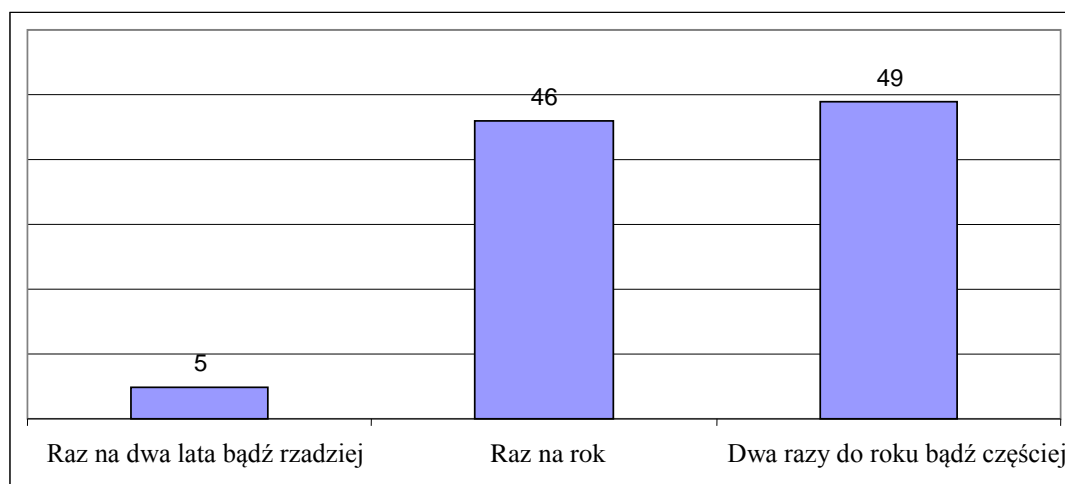
Jak pokazuje ryc. 1, aż 92% osób ankietowanych wybiera turystykę wiejską. Wśród pytaných znalazły się więc osoby, które w większości korzystają z usług agroturystycznych. W związku z tym dalsze pytania na temat ich preferencji w stosunku do oferty agroturystycznej były jak najbardziej uzasadnione.



**Ryc. 1.** Formy najczęściej uprawianej turystyki

Źródło: opracowanie własne.

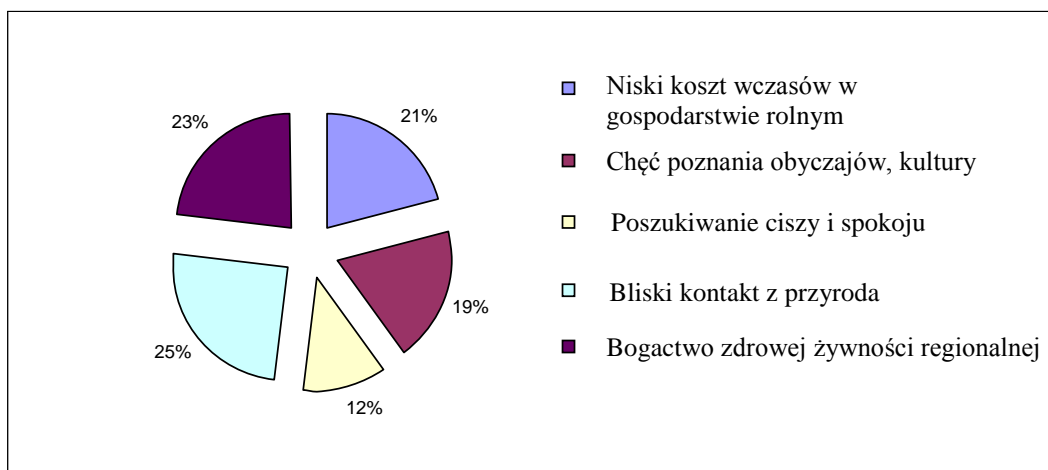
Badania wykazały, że ankietowani korzystają z gospodarstw agroturystycznych najczęściej dwa razy do roku bądź częściej (ryc. 2).



**Ryc. 2.** Częstotliwość odwiedzania gospodarstw agroturystycznych

Źródło: opracowanie własne.

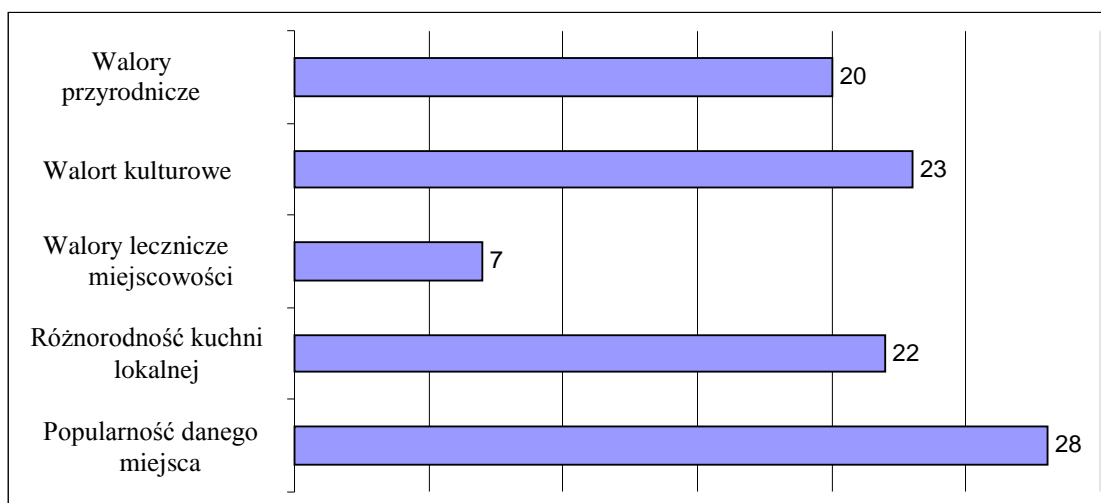
Czynniki, które mają wpływ na wybór agroturystyki jako formy odpoczynku są równomiernie zróżnicowane, gdyż ważny jest bliski kontakt z przyrodą, ale również ważne jest bogactwo zdrowej żywności oraz chęć poznania obyczajów, kultury (ryc. 3).



**Ryc. 3.** Czynniki mające wpływ na wybór agroturystyki jako formy odpoczynku

Źródło: opracowanie własne.

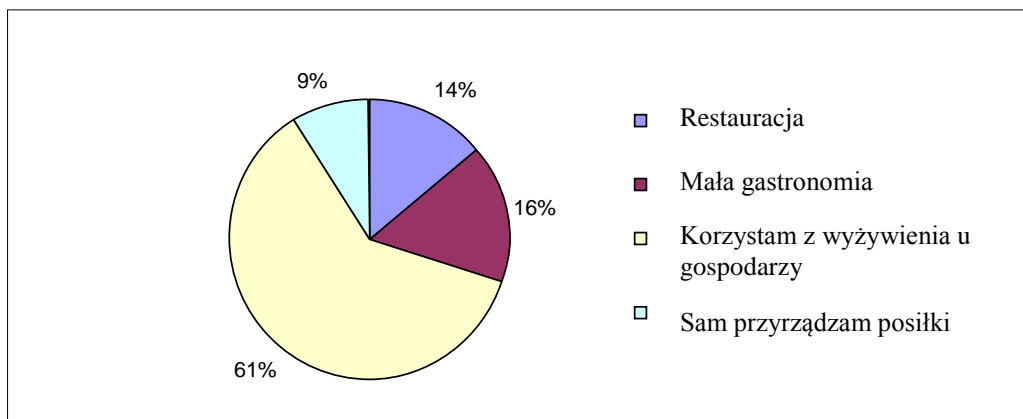
Wielu ankietowanych wybiera miejsce swojego pobytu ze względu na popularność danego miejsca, ze względu na walory kulturowe, a także ze względu na różnorodność kuchni regionalnych (ryc. 4).



**Ryc. 4.** Kryteria doboru miejsca pobytu

Źródło: opracowanie własne.

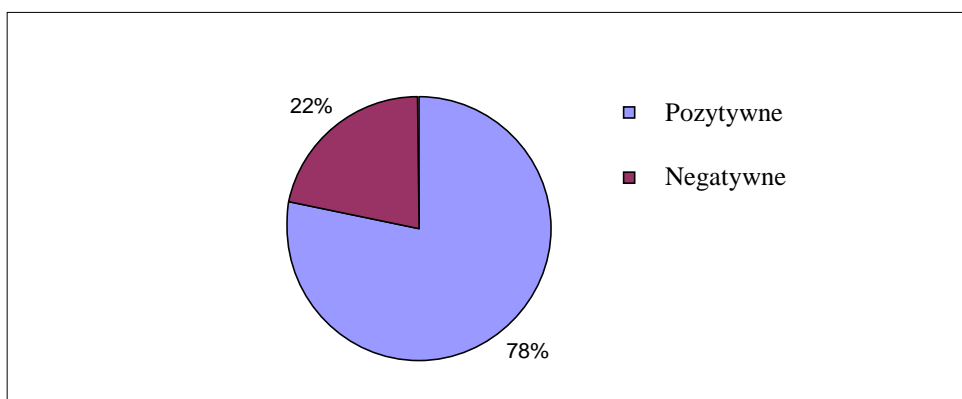
Okazuje się, że aż 61% ankietowanych osób korzysta z wyżywienia u gospodarzy a jedynie 9% osób ankietowanych przyrządza sobie posiłki we własnym zakresie (ryc. 5).



**Ryc. 5.** Formy gastronomii wybierane podczas wyjazdów agroturystycznych

Źródło: opracowanie własne.

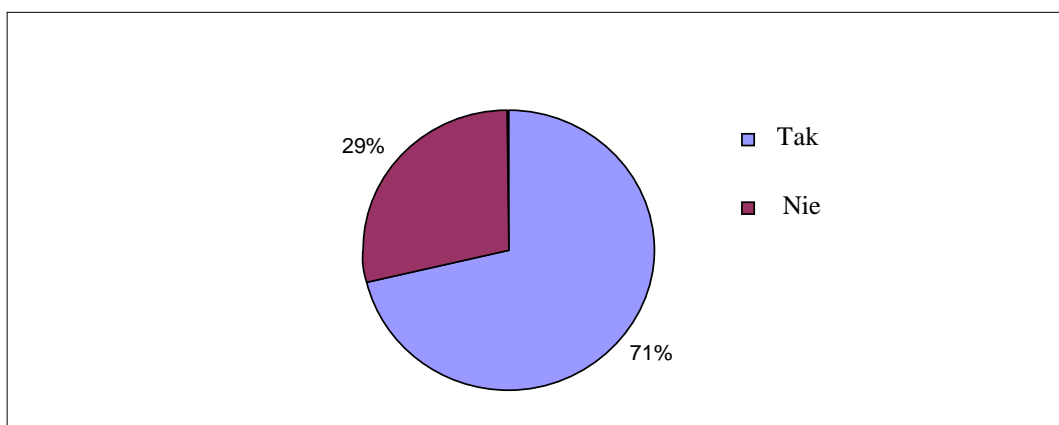
Zdecydowanie większa liczba osób ankietowanych ma pozytywne doświadczenia związane z żywieniem w agroturystyce (ryc. 6).



**Ryc. 6.** Doświadczenia związane z żywieniem w agroturystyce

Źródło: opracowanie własne.

Jak wynika z ryc. 7., 71% ankietowanych osób spotkało się z własnym wypiekami pieczywa przez gospodarzy w gospodarstwie agroturystycznym.



**Ryc. 7.** Czy kiedykolwiek spotkał się Pan/ Pani z własnym wypiekami chleba w gospodarstwie agroturystycznym?

Źródło: opracowanie własne.

Z przeprowadzone badania wynika również, iż prawie wszyscy ankietowani spożywają pieczywo, najczęściej podczas śniadania. Ankietowani najczęściej spożywają pieczywo

mieszane czyli pszenno-żytnie. Jeśli spożywają pieczywo pszenne to wybierają najczęściej chleb, bułki grahamki, a jeśli spożywają pieczywo żytnie to najczęściej wybierają chleb razowy z dodatkami takim jak: śliwki, rodzynki, słonecznik, sezam. Na co dzień pieczywo kupują w piekarniach oraz osiedlowych sklepikach, dokonują zakupu pieczywa raz dziennie. Przy zakupie pieczywa kierują się kalorycznością ale także zwracają uwagę na jego jakość. Ankietowani, którzy wybierają agroturystykę jako formę spędzania czasu wolnego, najczęściej korzystają z wyżywienia u gospodarza, często spotykają się z własnym wypiekiem pieczywa w gospodarstwie agroturystycznym, lecz uważają że pieczywo regionalne, tradycyjnej nie jest wystarczająco promowane.

Dzięki przeprowadzonemu badaniu, można zauważyć, iż osoby które na co dzień kupują pieczywo w piekarniach, czy osiedlowych sklepikach podczas wyjazdu do gospodarstwa agroturystycznego zwracają uwagę na to jakiej jakości pieczywo jest podawane w gospodarstwie, a nawet czy gospodarze wypiekają własny regionalny chleb, pieczywo. Z wyników badania można dowiedzieć się, iż gospodarstwa agroturystyczne powinny zwrócić większą uwagę na promowanie swoich produktów agroturystycznych.

## Podsumowanie

Marka agroturystyki świadczy o unikatowości tego zjawiska, zarazem jest to zespół cech, atrybutów i właściwości, które bardzo pozytywnie wyróżniają ją i stanowią o jej odmienności. Budowanie marki Polski oraz polskich produktów tradycyjnych, lokalnych, regionalnych powinno być oparte na pozytywnych przekazach. Dotychczas, wiele skojarzeń z naszym krajem to negatywne stereotypy, które skutecznie psuły wizerunek naszego kraju. Polska ma swój duży dorobek i wkład w rozwój cywilizacyjny Europy, i mamy prawo odwoływać się do naszej tradycji oraz czerpać z niej to, co najlepsze. Podobnie jak we Francji wino, w Szwajcarii czekolada, a we Włoszech makarony, tak i u nas można znaleźć wiele niezwykłych dań, potraw i wyrobów, mogących pozytywnie kształtować zainteresowanie Polską. Mamy wiele produktów regionalnych. Pieczywo jest uniwersalne: ten sam chleb w każdym zakątku Polski ma swój własny, indywidualny smak – zawsze pozostaje jednak wspólnie i jednakowo rozumianym pieczywem. Bez względu na region, bez względu na pokolenie, nie ma niczego, co łączyłoby bardziej niż chleb. To właśnie w agroturystyce tkwi nadzieja wypromowania pieczywa jako polskiego produktu przyciągającego turystów z całego świata.

W obecnych czasach obserwujemy znaczny wzrost spożycia pieczywa o niskiej jakości z dodatkiem wielu polepszaczy, pieczywa wypiekanego tuż przed sprzedażą z uprzednio zamrożonych, wstępnie podpieczonych kęsów ciasta. Ze względu na wysoką konkurencję na rynku piekarniczym, piekarze rezygnują z wysokiej jakości produktów zastępując je o wiele tańszymi, gorszej jakości surowcami. W takiej sytuacji gospodarstwa agroturystyczne, których właściciele sami wypiekają pieczywo tradycyjnymi metodami mają szansę na podniesienie walorów swojego gospodarstwa oraz przyciągnięcie wielu gości z dużych miast stęsknionych smaku prawdziwego, tradycyjnego, lokalnego pieczywa.

Pieczywo jako produkt lokalny i regionalny może stać się elementem uatrakcyjniającym turystyczny wizerunek polskiej wsi. Pieczywo jest elementem wchodzącym w skład całego produktu turystycznego-pakietu turystycznego i stanowi w Polsce nową ofertę.

Ważne jest wytwarzanie produktów o charakterze regionalnym, rozpowszechnianie informacji o już istniejących produktach oraz dbanie o ich jakość i prawidłowe wykorzystanie. Bardzo istotne jest też kultywowanie wszelkich tradycji i zwyczajów ludowych, by to co jest naszym dziedzictwem mogło zachwycać coraz szersze grono turystów i by jednocześnie wpływało na poprawę wizerunku Polski w świecie.

Pieczywo będące atrakcją agroturystyczną może w najbliższej przyszłości stać się polskim konkurencyjnym produktem agroturystycznym.

## Bibliografia

- Dębniwski M., Tkaczuk M., 1997, *Agroturystyka, koszty, ceny, efekty*, Wyd. Poltex, Warszawa, s. 17-25.
- Ditrich B., 2012, *Goście lubią regionalne smaki*, „Smak i Tradycja” nr 11, 04/2012, s. 55-56.
- Dominik P. 2011, *Pieczyno jako produkt turystyki kulinarnej w Polsce*. [w:] Czarniecka-Skubina E., Nowak D., Mogiła-Lisowska J., *Żywność i żywienie w turystyce i rekreacji*, Wyd. WSH, GiT, Warszawa, s. 292-301.
- Gambuś H. 2015, *Żywnienie a zdrowie konsumenta, właściwości odżywcze i dietetyczne pieczywa* [www.tuo.agh.pl/zywienia-azdrowie-konsumenta](http://www.tuo.agh.pl/zywienia-azdrowie-konsumenta) [15.11.15].
- Gawęcki J., Mosso- Pietraszewska T., 2006, *Kompendium wiedzy o żywności, żywieniu i zdrowiu*, Wyd. PWN, Warszawa, s. 20-27.
- Gąsiorowski M., 2005, *O produktach regionalnych i tradycyjnych. Możliwości a polskie realia*, Fundacja Fundusz Współpracy, Warszawa, s. 30-35.
- Gonera H., 2014, *Program rozwoju i promocji turystyki gastronomicznej i szlaków kulinarnych*, Polska Organizacja Turystyczna-Landbrand, Warszawa, s. 5-20.
- Gordon A., 2003, *Turystyka w gminie i powiecie*, Polska Organizacja Turystyczna, Warszawa, s. 169-170.
- Grotkowski S., 2013, *Poznajemy smaki Mazowsza*, Mazowiecki Ośrodek Doradztwa Rolniczego, Warszawa, s. 15-17.
- Grzebińska W., 2004, *Mała gastronomia- duży kłopot*, „Przegląd Gastronomiczny”, nr 3/2004, s. 12.
- Kmiołek A., 2013, *Sporządzanie i ekspedycja potraw i napojów*, Wyd. WSiP, Warszawa 2013, s. 137-138.
- Higman B., W., 2012, *Historia żywności*, Wyd. Aletheia, Warszawa 2012, s. 262-263.
- Kowalski A., Mazurkiewicz E., 2004, *Wieś, rolnictwo i gospodarka żywnościowa po przystąpieniu Polski do Unii Europejskiej*, Wyd. WSE, IERiGŻ, Warszawa.
- Kręglińska A., 2013, *Z pola na stół, czyli doświadczenia pewnych restauratorów o slowfoodowym zacięciu* [w:] Winawer Z. (red.), *Produkty regionalne i tradycyjne w krótkich łańcuchach żywności*, Europejski Fundusz Rozwoju Wsi Polskiej, Warszawa, s. 176.
- Kubiak I., Kubiak K., 1981, *Chleb w tradycji ludowej*, Ludowa Spółdzielnia Wydawnicza, Warszawa, s. 17- 30.
- Kurek W., 2007, *Turystyka*, Wyd. PWN, Warszawa, s. 331.
- Lis H., Lis P., 2015, *Kuchnia Słowian, czyli o poszukiwaniu dawnych smaków*, Wyd. Nasza Księgarnia, Warszawa, s. 160-165.
- Long L., M., 2004, *Culinary Tourism. University Press of Kentucky*, Wyd. Lexington, s. 20-25.
- Łęczycki K., 2003, *Wybrane zasoby i produkty w gospodarstwie agroturystycznym*, Wyd. Akademii Podlaskiej, Siedlce, s. 134-156.
- Łęńska-Bąk K., 2010, *O pokarmach, smakach i utraconych znaczeniach. Historia kultury sub speciae culinaria*. Wyd. Uniwersytet Opolski, Opole 2010, s. 282-285.
- Ogrodowska B., 2001, *Zwyczaje, obrzędy i tradycje w Polsce*, Wyd. Księży Werbistów Warszawa, s. 30-31.
- Palich P., Ociecek A., 2004, *Zarys technologii żywności i towaroznawstwa*, Wyd. WSTiH, Bydgoszcz, s. 15-25.
- Panasiuk A., 2008, *Gospodarka turystyczna*, Wyd. PWN, Warszawa, s. 227.
- Petrini C., 2007, *Slow food*, Wyd. Twój Styl, Warszawa, s. 60-65.
- Rakiel-Czarnecka W. 2010, *Zdrowa żywność z polskich zbóż*, Krajowa Rada Izb Rolniczych, Warszawa, s. 50-52.
- Szymańska A., 2015, [www.teatrnn.pl](http://www.teatrnn.pl) [15.11.15].
- Świdorski F. 1999, *Towaroznawstwo żywności przetworzonej*, Wyd. SGGW, Warszawa, s. 361-369. [www.chlebowachata.pl](http://www.chlebowachata.pl) [15.11.15].
- [www.jura.turist.pl](http://www.jura.turist.pl) [15.11.15].
- [www.rychter.gdan.pl](http://www.rychter.gdan.pl) [15.11.15].

## Cultural and dietary meaning of the bread in the farm tourism

**Keywords:** feeding, farm tourism, bread, culture, tradition

**Abstract:** In order to draw up portraying the bread as the regional product is current in the Polish, local culinary tradition. If he results from examining conducted for the purposes of the study, persons which are usually buying the bread in bakeries, or community shops during the trip to farm tourism belongings are paying attention to what quality the bread is being served to in the household, and what's more whether hosts are cooking until well done own regional bread. Farm tourism households should return the greater attention for promoting their farm tourism products. The exemplary descriptions of the farm tourism offer which comes from websites of these households were placed in the study, enhancing person in charges of the baking of the traditional bread one's offer.