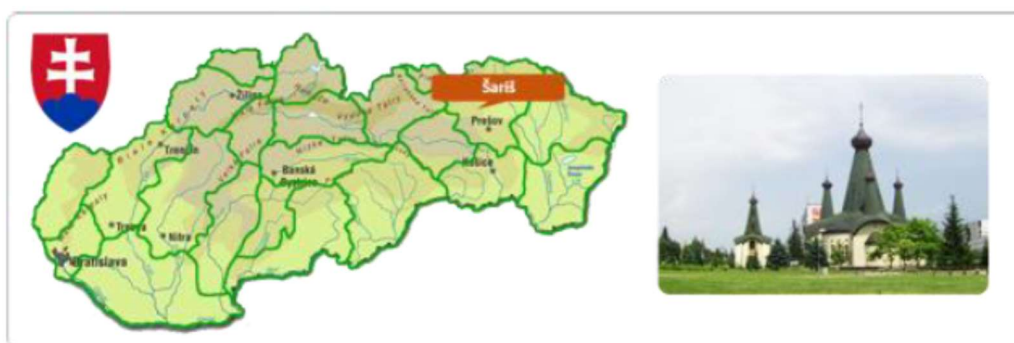


Šarišský región



Zdroj: <http://www.slovakregion.sk/regiony-slovenska>

Obsah

1. História, pamiatky a kultúra
2. Priemysel
3. Poľnohospodárstvo
4. Stručná charakteristika okresov Šarišského regiónu
5. Tradičné jedlá Šarišského regiónu
6. Zoznam vybraných podujatí Šarišského regiónu propagujúcich potraviny

1. HISTÓRIA, PAMIATKY A KULTÚRA

ŠARIŠSKÝ REGIÓN tvoria okresy **Bardejov, Prešov, Sabinov, Stropkov a Svidník**. Zo západnej a juhozápadnej strany hraničí región so Spišom na východe siaha po severný Zemplín, na juhovýchode susedí s Abovom. Región Šariša je mierne hornatý, pričom nížinné oblasti sa pravidelne striedajú s pohoriami. Južnou časťou Šariša - Košickou kotlinou - viedla kedysi obchodná cesta **Via regale (kráľovská cesta)**, ktorá spájala Čierne more a Baltské more. Región Šariš je tvorený povodiami riek **Torysa, Topľa a Ondava**. Preteká ním i rieka **Poprad a Hornád**. Na juhozápade sa rozprestiera **Šarišská vrchovina**. Najvyšším vrchom regiónu je **Minčol (1 157 m n.m.)** v Čergovskom pohorí.

Historickým centrom Šariša bol **Šarišský hrad**, od roku 1647 Prešov. K najnavštevovanejším mestám oblasti patrí **Bardejov**, ktorý je zapísaný v **Zozname svetového kultúrneho dedičstva UNESCO** a centrum regiónu – Prešov. Prešov je tretie najväčšie mesto Slovenska. Historické pamiatky Prešova sa rozprestierajú sa okolo Hlavnej ulice, ktorej radovú zástavbu poznačil v roku 1887 požiar. Ústrednou dominantou je **Kostol sv. Mikuláša**

s vysokou regotizovanou vežou. Medzi ďalšie pamiatky Prešova patrí **Klobušického palác**, **mestská reduta**, **súbor budov Čierny orol**, **Rákocziho palác** (vlastivedné múzeum s expozíciou hasičstva na Slovensku), **Neptúnová fontána**, **radnica a súkromné múzeum vín**, **Katedrála sv. Jána Krstiteľa z 18.storočia**, **Námestie legionárov a Divadlo Jonáša Záborského**, **Bosáková banka**, **Caraffov dom - bývalá mestská väznica**, **vodná bašta**, **mestské hradby**, **budova Župného domu**, **právoslávnny chrám Alexandra Nevského s typickými cibul'ovými kopulami**, **židovská synagóga a palác Pulských (divadlo Alexandra Duchnoviča)**. Do parčíka v centre mesta pribudla busta cisárovnjej Alžbety, ktorú poznajú ľudia pod menom Sissi. V meste sídli najstarší futbalový klub na Slovensku - Tatran Prešov. V **Bardejovských kúpeľoch** sa liečia choroby tráviaceho ústrojenstva, nešpecifické choroby dýchacích ciest a choroby z povolania.

V regióne sa nachádza niekoľko hradných komplexov ako **Kamenický hrad**, **Kapušanský hrad**, **Hrad Plaveč**, **Hrad Šebeš**, **Zbojnícky hrad**, **Šarišský hrad**, **Bodoň**, **Hanigovský hrad**, **Zborovský hrad a hrad Lipovce**. Poväčšine ide o zrúcaniny. K charakteristickým pamätihodnostiam Šariša patria drevené kostolíky. V letných mesiacoch je najnavštevovanejším miestom dovolenkárov **vodná nádrž Domaša**. Nádherné prírodné scenérie, kultúrne pamiatky, špecifický folklór s rusínskymi prvkami, ako aj stále sa zvyšujúca úroveň služieb v oblasti cestovného ruchu sú príslubom príjemne strávených chvíľ. Za zmienku stoja aj pamiatky technického charakteru ako **sol'né bane** v Prešove Solivare alebo **Opáľové bane pod Dubníkom**. Boje počas 2. svetovej vojny pripomína viacero vojenských pamiatok v okolí Duklianskeho priesmyku. Obyvatelia Šariša hovoria írečitým šarišským nárečím, ktoré ostatní Slováci rozpoznajú na prvé počutie, a dotvárajú nevšedný kolorit tohto územia.

2. PRIEMYSEL

Stredovekú tradíciu tu mala ťažba soli v Solivare. Remeselná výroba sa najviac vyvíjala v Bardejove a Prešove. Bardejov mal monopolné postavenie vo výrobe ľanového plátna. Významné bolo aj kovolejárstvo. Prešov sa stal v 17. Storočí najvýznamnejším remeselníckym strediskom najmä vďaka zámočníctvu, stolárstvu a mečiarstvu. Prešov a Bardejov boli aj významné obchodné mestá na tzv. Poľskej ceste.

3. POĽNOHOSPODÁRSTVO

V minulosti bolo hlavným zamestnaním vidieckeho obyvateľstva Šariša roľníctvo a v severných častiach regiónu aj chov dobytky a ovčiarstvo. Pri salašníckom chove oviec sa ľudia venovali aj spracovaniu ovčích kožušín. V Nižnom Slavkove, Oľšove a v Lačnove sa špecializovali na chov volov a mladého dobytky, v Lipovciach zas na chov ošípaných. V tomto regióne sa vo veľkom množstve pestovali najmä zemiaky a pohánka. Aj produkcii ľanu a konôp bol Šariš a poprednom mieste na Slovensku. Rozvinuté bolo ovocinárstvo, v mnohých dedinách sa v sušiarňach vo veľkom sušilo ovocie na predaj. Povest' ražnianskych čerešní a sabinovských marhúľ presiahla aj hranice regiónu.

4. STRUČNÁ CHARAKTERISTIKA OKRESOV ŠARIŠSKÉHO REGIÓNU

Okres Bardejov



Druhým slovenským mestom zaradeným do Zoznamu svetového dedičstva **UNESCO** je starobylý **Bardejov**, jedno z najstarších slovenských miest. Východoslovenský Bardejov (33 700 obyvateľov) už v roku 1986 ocenili prestížnou Európskou cenou – zlatou medailou nadácie ICOMOS pri UNESCO a v roku 2000 zaradili do Zoznamu svetového dedičstva UNESCO. Príťažlivosť Bardejova sa znásobuje tým, že je súčasťou peknej krajiny s množstvom turistických atraktivít. Na juhovýchodnom úpätí flyšového masívu Busova ležia v pokojnej doline Bardejovského potoka **Bardejovské kúpele**. Sú administratívnou súčasťou Bardejova. Na okraji kúpeľov stojí **Múzeum ľudovej architektúry**, v ktorom sa sústredilo 28 ľudových stavieb z horného Šariša a zo severného Zemplína.

Pamiatky v historickom centre mesta sú súčasťou mestskej pamiatkovej rezervácie. O Bardejove sa hovorí, že je najgotickejším mestom na Slovensku. Jeho centrum tvorí ucelený súbor historických budov, ktorý ohraničuje takmer súvislý pás mestského opevnenia. Ústrednou plochou historického jadra je obdĺžnikové námestie obostavané radom starobylých meštianskych domov s typickými štítovými priečeliami s podlomenicami.

Uprostred námestia stojí budova bývalej radnice zo 16. storočia. V hodnotných interiéroch radnice sú vystavené najcennejšie exponáty vlastivedného múzea. Ďalšiu expozíciu tohto múzea umiestnili do pôvodne gotického meštianskeho domu Gantzughof s renesančnou arkádou, ktorý stojí v juhozápadnom rohu námestia. Najvýznamnejšou pamiatkou námestia je rímskokatolícky farský Kostol sv. Egídia stojaci v jeho severnej časti. Začali ho stavať začiatkom 15. storočia a postupne dostal podobu veľkolepej gotickej baziliky s tromi loďami. V interiéri zaujme súbor 11 neskorogotických krídlových oltárov z 15. storočia, z ktorých niektoré plastiky sa považujú za vrcholné európske rezbárske práce. Jedinečný pohľad na Bardejov z vtácej perspektívy poskytuje ochodza mohutnej novogotickej kostolnej veže. Ozdobou mesta je aj františkánsky kláštor s kostolom. Kláštor stojí blízko hradieb mestského opevnenia, ktoré sú najzachovanejším stredovekým obranným systémom na Slovensku. Okrem kamenných hradieb sa zachovali 3 brány a 10 bášť.

Prešov



Metropolou severovýchodného Slovenska, ktoré v sebe skrýva jedinečnosť a kultúrnu zmes Slovákov, Poliakov, Ukrajincov a Rusínov, je PREŠOV, mesto s bohatou minulosťou a dynamickou súčasnosťou. PREŠOV bol historicky tradičným rivalom Košíc a Bardejova a v súčasnosti spolu s Košicami dominuje mestám na východnom Slovensku. Je strediskom Východného dištriktu Evanjelickej cirkvi a. v. na Slovensku a vzdelanostným centrom severovýchodného Slovenska. Pamiatky v historickom centre mesta sú súčasťou mestskej pamiatkovej rezervácie. Pamiatky mesta Prešov sa sústreďujú v historickom centre rozprestierajúcom sa okolo Hlavnej ulice, ktorá sa rozširuje do vretenovitého námestia. Ústrednou dominantou je monumentálny rímskokatolícky farský kostol sv. Mikuláša z polovice 14. storočia s vysokou regotizovanou vežou.

Radovú zástavbu Hlavnej ulice poznamenal požiar, ktorý v roku 1887 zničil veľkú časť mesta. Pôvodne neskorogotické, renesančné a barokové meštianske domy dostali po obnove novoslohovú fasádu. Pekným príkladom je štvorkrídlový Klobušického palác v južnej časti východného radu.

Najcennejšou pamiatkou východného radu je Rákócziho palác, ktorý je v súčasnosti sídlom múzea. Oproti Neptúnovej fontáne v parku na námestí sa nachádza budova radnice - dnes vinárske múzeum. Najcennejším objektom južnej časti námestia je gréckokatolícka katedrála sv. Jána Krstiteľa z 18. storočia, ktorá tvorí jeden celok so sídelným biskupským palácom tejto cirkvi a gréckokatolíckou bohosloveckou fakultou. Historicky najvýznamnejším soľným ložiskom je Solivar na východe Slovenska s množstvom zachovalých technických pamiatok súvisiacich s ťažbou soli. Už v stredoveku tu vyvierali soľné pramene, z ktorých sa získavala soľ. V roku 1572 sa tu začalo s hlbinnou ťažbou. Zatopenie baní podzemnou vodou v roku 1752 si vyžiadalo novú technológiu. Baňa sa zmenila na podzemné soľné jazero. To si vyžiadalo uplatnenie dovtedy nepoužíwanej technológie - čerpanie soľanky v kožených mechoch pomocou gápl'a, čerpadla poháňaného koňmi alebo volmi. Jeden z gápl'ov nad šachtou Leopold z 19. storočia sa zachoval dodnes a je prístupný verejnosti. V Solivare možno okrem neho ešte vidieť bývalý soľný sklad, zásobníky soľanky tzv. čeretne, varňu František, klopačku a kaplnku sv. Rócha.

Sabinov



Mesto **SABINOV** sa rozprestiera v širokej doline rieky **Torysa**, medzi **Levočskými vrchmi** a pohorím **Čergov**. K nevšedným zážitkom návštevníkov **SABINOVA** (12 290 obyvateľov) patrí prechádzka jeho historickým jadrom - námestím i bočnými romantickými uličkami, kde sa nachádzajú bašty a múry niekdajšieho opevnenia mesta, zvyrazňujúce jeho stredovekú slávu. V súčasnosti sa v meste rozvíja školstvo, zdravotníctvo, kultúrny a spoločenský život. Pre všestranný rozvoj športu bola dobudovaná umelá **ľadová plocha** a **letné kúpalisko**, krásna športová hala a veľké futbalové ihrisko s umelou trávou. V tesnej blízkosti mesta sa nachádza rekreačné stredisko Drienica - **Lysá**, ktoré slúži aj pre vyznávačov zimnej turistiky a lyžovania. Z množstva kultúrnych programov možno spomenúť **Dni Sabinova**, súčasťou ktorých je **Sabinovský jarmok**, ktorý sa každoročne koná v mesiaci jún. **Prvá písomná zmienka** o Sabinove, v tom čase už značne rozvinutej **kráľovskej obci**, pochádza z roku **1248**. Významným medzníkom v jeho ďalšom

vývoji bol 28. január 1299, kedy mu uhorský kráľ Ondrej III. udelil spolu s Prešovom a Veľkým Šarišom **spišské práva** - právo voliť richtára a farára, právo súdu, lovu a rybolovu, oslobodenie od daní, mýta, cla a vojenskej služby. Od toho dňa sa mení právne postavenie Sabinova, ktorý sa stáva mestom. V roku 1405 bol Sabinov povýšený na **slobodné kráľovské mesto**. Koncom 15. storočia sa stal Sabinov členom **Pentapolitany** - združenia piatich východoslovenských miest, ku ktorému patrili ešte Košice, Prešov, Bardejov a Levoča. Pamiatky Sabinova sú sústredené v historickom jadre mesta, ktoré tvorí Námestie slobody s prilahlými bočnými uličkami. Hlavnou dominantou mesta je **gotický, rímsko-katolícky kostol zasvätený sv. Jánovi Krstiteľovi**. Najcennejší v chráme je **hlavný oltár**, ktorého originál sa nachádza v národnom múzeu v Budapešti a pochádza z dielne Majstra Pavla z Levoče. Historicko-stavebnú panorámu mesta Sabinov dopĺňajú aj **grécko-katolícky, dva evanjelické kostoly a pravoslávny chrám**, postavené na okrajoch historického jadra. V meste je taktiež možné obdivovať **Piaristické gymnázium, Sabinovskú radnicu a renesančnú zvonicu**. Na námestí sú viaceré pôvodne renesančné a barokové meštianske domy.

Miniskanzlen drevených chrámov v areáli pútnického miesta Baziliky minor v Ľutíne prezentuje na jednom mieste všetkých 41 drevených chrámov prešovského regiónu doplnených o niekoľko chrámov z poľského pohraničia. Dodnes sa na východnom Slovensku zachovalo viac ako 40 drevených prevažne gréckokatolíckych chrámov, ktorých vznik siaha väčšinou do 18. a 19. storočia. Každý z týchto chrámov je originálny a výnimočný. Ich celosvetovú hodnotu potvrdzuje aj zaradenie ôsmich drevených chrámov slovenskej časti Karpatského oblúka do Zoznamu UNESCO. V Ľutíne si môžete prezrieť presné repliky originálov v mierke 1:10. Navyše, pri každom chráme nájdete informačné tabule s popisom a stručnou históriou.

Krásne opály zo Slovenských opálových baní, ktoré sa nachádzajú na východnom Slovensku obdivuje celý svet a dnes sú banské diela vychytenou turistickou lokalitou a technickou pamiatkou. Na území Slanských vrchov medzi obcami Zlatá Baňa a Červenica sa rozprestierajú slávne Slovenské opálové bane. Slovenské opály sú na svetových trhoch vysoko cenené pre svoje jedinečné vlastnosti. Vynikajú tzv. opalescenciou, čiže dokonalou hrou farieb.

Opálové bane boli známe po celom svete už od konca 16. storočia. Drahý opál, ktorý sa v nich ťažil si zvlášť obľúbili členovia rodiny cisára Napoleona. Cisárovná Jozefína nosila najslávnejší opál Oheň trójsky. Najväčší opál menom Harlekýn našli v roku 1775 na dne potoka v obci Červenica. Vážil 594 g a ohodnotili ho na 700 tisíc holandských guldenov.

Dnes je uložený v prírodovednom múzeu vo Viedni. Je možné, že sa tu opál ťažil už počas rímskej doby. Z dôvodu povojnových rokov a zlej ekonomickej situácie ukončili ťažbu v roku 1922 v lokalite Libanka a v ostatných banských poliach. Zlatý vek opálových baní pri obci Červenica dnes pripomína zrekonštruovaný vchod štôlne Jozef. V centre Prešova je slovenský drahý opál uložený v Caraffovej väznici - stála výstava s názvom "Prešov mesto Opálu". Spoločnosť Opálové bane Libanka, s.r.o. obnovila ťažbu opálu 21. mája 2012 a sprístupnila banské diela pre turistov. Slovenský opál, ako aj šperky z neho vyrábané je možné si zakúpiť v Prešove, v zlatníctve Libanka.

Stropkov



Mesto **STROPKOV** sa nachádza v severnej časti Prešovského kraja v **Ondavskej vrchovine**, pod **Nízkymi Beskydami**. Toto okresné mesto leží na križovatke ciest do Medzilaboriec a k hraničnému prechodu Vyšný Komárnik. STROPKOV (10 874 obyvateľov) a jeho okolie sa v listinách po prvýkrát spomína v roku 1404, kedy je už označovaný ako oppidum – mestečko. Archeológovia však datujú najstaršie stopy po osídlení dávno pred tým.

V povojnových rokoch sa tu vybudoval závod na výrobu telekomunikačnej techniky, ktorý reprezentuje priemysel mesta aj v súčasnosti. Prioritou je rozvoj cestovného ruchu vzhľadom na atraktívne prírodné prostredie s minerálnymi prameňmi, bohatú flóru a faunu, množstvo zaujímavých historických a kultúrnych pamiatok a športovo rekreačných služieb v Stropkove a okolí. Tento kraj poskytuje viaceré možnosti pre rybolov a je aj známou hubárskou lokalitou. V meste sa nachádza letné kúpalisko, krytá plaváreň, jazdecký areál, športová hala, tenisové dvorce a ZOO Park. Bohatú ponuku kultúrnych podujatí zastupuje Stropkovský jarmok a zo športových akcií sú to jazdecké preteky Stropkovská zlatá podkova. Tieto podujatia sa konajú každoročne, v rámci letnej sezóny.

Najvýznamnejšou kultúrohistorickou pamiatkou Stropkova je gotický trojlod'ový **Kostol Najsvätejšieho Tela a Krvi Kristovej** z prelomu 13. – 14. storočia. Jeho ranobarokový oltár s bohatou figurálnou a ornamentálnou výzdobou patrí vo svojej kategórii medzi najvýznamnejšie na Slovensku. Spolu s **goticko-renesančným** objektom **kaštieľa** bol súčasťou stropkovského hradu. Zaujímavý je aj **kláštor rádu svätého Františka** zo 17. storočia s **rajskou záhradou** a **krížovou chodbou**, či barokový objekt **Slúžnovský dom** a **secesná kúria**, v južnej časti mesta. Významnou stavbou je aj novopostavený gréckokatolícky **Chrám svätého Cyrila a Metoda** postavený v roku 1947 v byzantskom štýle.

Dobрым tipom na turistiku je **Národný park Poloniny** s najrozsiahlejším jedľovo-bukovým pralesom a druhmi východokarpatskej flóry. Výborné podmienky pre rekreáciu a vodné športy ponúkajú rekreačné strediská neďaleko vodnej nádrže **Domaša**. V okrese Stropkov sa nachádza obec **Tokajík**, pamätné miesto vojnovnej tragédie z roku 1944, kde je postavený cintorín a pamätník obetiam II. svetovej vojny a obec Miková, odkiaľ pochádzajú rodičia významného zakladateľa POP ARTU **Andyho Warhola**. V dedinke Tisinec sa nachádza **židovský cintorín** so zaujímavými náhrobnými kameňmi.

Svidník



Mesto **SVIDNÍK** leží v severnej časti Šariša, v **Nízkych Beskydách**, pri sútoku riek Ondava a Lodomírka. Je centrom **podduklianského regiónu**, ktorý je úzko spätý s kultúrou a históriou Rusínov a Ukrajincov na Slovensku. **SVIDNÍK** (12 450 obyvateľov) a jeho okolie s pestrú a mnohotvárnou prírodou ponúka návštevníkom veľa možností na oddych, šport, turistiku a rekreáciu. V letnom období sú atraktívne **Slávnosti kultúry Rusínov-Ukrajincov Slovenska**, na ktorých sa prezentujú ľudové tradície a kultúra pôvodného etnika na severovýchode Slovenska. Prvá písomná správa týkajúca sa **Svidníka** pochádza z **roku 1355**. Mesto vzniklo na dôležitej obchodnej, takzvanej **jantárovej ceste**, smerom do Poľska. Postihlo ho veľa vojnových hrôz a to tak v prvej, ako aj v druhej svetovej vojne. **Karpatsko-**

duklianska operácia patrila medzi najväčšie na európskych bojových frontoch druhej svetovej vojny. Mesto sa v súčasnosti neustále rekonštruuje a zveľaďuje. Rozvíja sa tu súkromné podnikanie a cestovný ruch. Aj dnes cez Svidník vedie významná medzinárodná cesta smerujúca do Poľska. V meste sa nachádza Slovenské národné múzeum - Múzeum ukrajinskej kultúry, jedinečné, špecializované a najstaršie národnostné múzeum na Slovensku. Jeho súčasťou je skanzen ľudovej architektúry so vzácnym dreveným chrámom a Galéria Dezidera Millyho, ktorej dominantou je súbor ikon, patriacich medzi najstaršie zbierkové predmety múzea.

Autentické fotografie a nálezy z bojov, osobné pamiatky a rôzne druhy zbraní dokumentujú vo Vojenskom múzeu kapitolu vojnových dejín. Súčasťou múzea je Pamätník Sovietskej armády a cintorín vojakov, ktorí padli v bojoch o Dukliansky priesmyk. K najnavštevovanejším miestam patrí rozsiahly prírodný areál Pamätníka Československej armády na Dukle, ktorý je národnou kultúrnou pamiatkou a historické skvosty – sakrálné, murované a drevené chrámy východného obradu nachádzajúce sa v blízkosti Svidníka.

5 TRADIČNÉ JEDLÁ ŠARIŠSKÉHO REGIÓNU

Podstatou tradičnej šarišskej kuchyne bola ražná a jačmenná múka, zemiaky, kapusta, fazuľa, sušené ovocie a mlieko. Na prvý pohľad skromný výber, ale gazdiné z nich vedeli vykúziť množstvo jedál, ktoré ich nielen nasýtili, ale mnohé boli aj chutné. Základom tradičných múčnych jedál v regióne Šariša bola ražná – žitná, jačmenná alebo kukuričná múka. Tradičným pečivom boli *kuchny*, ktoré sa pripravovali na viacero spôsobov, pekávalo sa tiež pečivo so sušeným ovocím, s jablkami a hruškami.

V každej domácnosti bola kedysi naporúdzi kvasená kyslá kapusta a šťava z nej, ktorá mala široké uplatnenie v tradičnej kuchyni. Starým receptom bola *mačanka s paustou*, ktorá sa pripravovala v sobotu, aby bola na nedeľu. K takejto kapuste sa podávalo napríklad uvarené údené mäso.

Kedysi sa okrem kapusty nepestovala takmer nijaká zelenina. Ženy varili v polievke len *kocure vajca* – zádušník brečtanový, ošúpané zemiaky, repu alebo hlúby z kapusty- *kočany*. od začiatku 20. Storočia začali ženy skúšať siať semiačka mrkvy, petržlenu, zeleru, no úroda nebola dobrá. V regióne sa konzumovala repa – *karpel'*.

Oblasť bola bohatá na ovocie, preto takmer v každej dedine boli sušiarne. Zo sušeného ovocia sa varili omáčky, ktorými sa polievali zemiaky a cestoviny, plnili sa pirohy.

V kuchyni sa na varenie využívalo predovšetkým kravské mlieko a výrobky z neho. Zo smotany sa robilo v drevených *zbuškách* maslo. Kyslé mlieko a cmar si nosili chlapi do poľa v hlinenom hrnčeku, ktorý zakopávali do zeme. V domácnostiach sa pripravoval aj tvaroh. V Šarišskej kuchyni sa uplatnila aj bryndza z ovčieho syra. Varila sa z nej polievka *demikat*, *domikat* alebo rozriedenou bryndzou vo vode z halušiek sa táto cestovina polievala.

Najviac sa konzumovalo baranie mäso a na mastenie sa požíval baraní loj. Hydina sa chovala, ale držala sa predovšetkým na vajíčka a perie. Všetko mäso sa len varilo, baranina aj s hlavou a očami a hydina – kura alebo hus – aj so zobákom. Nedostatok mäsa si ľudia kompenzovali rým, že v rieke Torysa ručne, s pomocou zástery uviazanej na nohe, lovili ryby – pstruhy. Na nedeľné raňajky sa zvyčajne podávala dusená kapusta s ovčím lojom. Len v zámožnejších domoch sa jedla praženica z vajec s chlebom.

Zoznam jedál špecifických pre Šarišský región je uvedený nižšie.

Predjedlá

Adzimky:

Suroviny: zemiaky uvarené v šupke, soľ, hladká múka

Pankuch:

Suroviny: mlieko, vajcia, polohrubá múka, soľ, prášok do pečiva, údená slanina, masť



Beluše:

Suroviny: hladká múka, polohrubá múka, soľ, cukor, mlieko, žĺtky, bravčová masť, droždie, zemiaky, maslo, cibuľa, bielka

Bryndzovníky:

Suroviny: polohrubá múka, soľ, vajce, mlieko, droždie, bryndza a pažítka



Nalešniky:

Suroviny: zemiaky, vajcia, polohrubá múka, cesnak, soľ, petržlenová vňať, mleté čierne korenie, olej

Kapušníky zo zemiakového cesta:

Suroviny: zemiaky, soľ, hladká múka, vajcia, kyslá kapusta, údená slanina



Polievky

Pôstna polievka:

Suroviny: zemiaky, soľ, vajce, hrubá múka, kyslá kapusta, maslo, hladká múka, cesnak, mleté čierne korenie

Karpeľ'a:

Suroviny: kaleráb, soľ, rasca, bravčová masť, hladkú múka, mlieko, cukor, ocot

Varianka:

Suroviny: voda, voda s kyslej kapusty, bobkový list, cesnak, soľ, kurací bujón, zemiaky, bôb alebo fazuľa, huby (podpňovky), hladká múka

Zapražená kyslá kapusta:

Suroviny: kyslá kapusta, údená slanina, cibuľa, hladká múka, soľ, mleté čierne korenie

Šlepi guláš:

Suroviny: olej, cibuľa, údená slanina, mrkva, petržlen, kaleráb, mletá červená paprika, soľ, voda, zemiaky, petržlenová vňať alebo pažítka, na liate cesto: voda, soľ, vajce, hrubá múka

Lušta:

Suroviny: hlávková kapusta, soľ, rasca, cesnak, bobkový list, koreňová zelenina, zemiaky, olej, cibuľa, hladká múka, mletá červená paprika, mleté čierne korenie, majorán

**Máčanka s hubami:**

Suroviny: sušené huby, olej, údená slanina, cibuľa, hladká múka, mlieko, soľ, mleté čierne korenie, rasca, smotana na varenie, ocot

Biela mačanka starej mamy:

Suroviny: acidofilné mlieko, soľ, cesnak, cibuľa, maslo, údená alebo anglická slanina, olej, zátrepka: mlieko a hladká múka

Hlavné jedlá**Domáce krúповé jaterničky:**

Suroviny: mäso z bravčovej hlavy a krkovičky, podhrdlina, bravčová pečeň, soľ, jačmenné krúpy, bravčová masť, cibuľa, cesnak, mleté čierne korenie

Baranina s fazuľou:

Suroviny: suchá biela fazuľa, voda, údený bôčik, baranie mäso zo stehna, údená slanina, soľ, mleté čierne korenie, olej, paradajkový pretlak, feferónka, kryštálový cukor, celozrnný chlieb

Zemiakové gule – polniny

Suroviny: zemiaky, cesnak, soľ, vajcia, škvarky alebo údená slanina, polohrubá múka výberová a múka hladká

Krúpy:

Suroviny: fazuľa, údené koleno alebo údené rebierka, mrkva, petržlen, petržlenová vňať, kaleráb, cibuľa, cesnak. Zelená paprika, čierne korenie, nové korenie, mleté nové korenie, soľ, krúpy, zeler (koreň aj vňať), zemiaky

Bačogy:

Suroviny: zemiaky, cibuľa, cesnak, soľ, vajcia, polohrubá výberová múka, bravčová masť

Vyprážaná plnka:

Suroviny: rožky, mlieko, hydinová pečeň, olej, cibuľa, vajcia, polohrubá múka, cesnak, petržlenová vňať, soľ, mleté čierne korenie



Šarišské džatky:

Suroviny: Zemiaky, soľ, hrubá múka, maslo, cibuľa, slanina

Džgance s tvarohom a slaninou:

Suroviny: zemiaky, soľ, maslo, mlieko, krupica, cibuľa, bravčová masť, tvaroh, údená slanina



Bryndzové halušky s opraženou slaninou a cibuľou:

Suroviny: zemiaky, polohrubá múka, soľ, údená slanina, cibuľa, bryndza

Pečené halušky:

Suroviny: hladká múka, soľ, voda, škvarky alebo maslo

**Gugel' so sušenými slivkami:**

Suroviny: zemiaky, hladká múka, vajcia, soľ, mleté čierne korenie, majorán, cesnak, bravčová masť, strúhanka, sušené slivky

Holúbky – plnená kapusta:

Suroviny: hlávková kapusta, bravčová masť, ryža, soľ, mleté bravčové mäso, vajce, paradajkový pretlak, mleté čierne korenie, cibuľa, mletá červená paprika

Brozovníky – sodovníky

Suroviny: Hladká múka, kyslé mlieko, sóda bikarbóna, soľ, maslo na pomastenie a cukor na posypanie

Rusínske pirohy:

Suroviny: hladká múka, voda, soľ, plnka: zemiaky, bryndza, soľ, na poliatie: maslo a údená slanina

Opal'ané pirohy:

Suroviny: cesto: hladká múka, sóda bikarbóna, soľ, kyslá smotana, plnka: tvaroh, soľ, zemiaky, hlávková kapusta

Zemiaková klobása:

Suroviny: zemiaky, soľ, mleté čierne korenie, majorán, cesnak, cibuľa, klobása, údená slanina, bravčové črevá



Straska:

Suroviny: zemiaky, kyslá kapusta, olej, hladká múka, kyslá smotana, mlieko, soľ, mleté čierne korenie

Zemiaková kaša s krúpami:

Suroviny: jačmenné krúpy, bravčová masť, zemiaky, soľ, mlieko, cesnak, majorán, cibuľa

Začurka – zatirka

Suroviny: zemiaky, kyslá kapusta, soľ, hladká múka, vajce, bravčová masť, cibuľa, voda z kyslej kapusty, mleté čierne korenie

Koláče

Vyskoč z vody:

Suroviny: hladká múka, maslo, teplá voda drożdžie, soľ, slivkový lekvár, vanilkový cukor

Šišky bez droždja:

Suroviny: tvaroh, práškový cukor, vajce, soľ, sóda bikarbóna, polohrubá múka, olej, práškový cukor

Škvarkové lekvárové buchty:

Suroviny: polohrubá múka, soľ, vajce, mlieko, kryštálový cukor, drożdžie, kvarky, slivkový lekvár, vajce



Zemiakové pagáče:

Suroviny: mlieko, droždie, cukor, hladká múka, soľ, olej, plnka: zemiaky, soľ, pažitka

Pagáče z kyslého mlieka:

Suroviny: hladká múka, sóda bikarbóna, kyslé mlieko, soľ, cukor, maslo

**Pagáče so syrom:**

Suroviny: hladká múka, sóda bikarbóna, kryštálový cukor, plnotučné mlieko, bravčová masť alebo škvarky, tvrdý syr

Priplánky:

Suroviny: kvások: droždie, mlieko, cukor, cesto: hladká múka, zemiaky, voda, soľ, maslo, plnka: nastrúhané jablká tvaroh vymiešaný s vajcom a cukrom uvarené a pomleté hrušky c cukrom

Kreple:

Suroviny: kvások: droždie, mlieko, cukor, cesto: polohrubá múka, soľ, práškový cukor, žĺtka, maslo, rum, olej na vysmážanie a práškový cukor na posypanie

**Mriežkovaný koláč z hnečeného cesta:**

Suroviny: polohrubá múka, práškový cukor, prášok do pečiva, mlieko, vajcia, maslo, rum, slivkový lekvár, kryštálový cukor, škoricica alebo škoricový cukor

Sviatočné jedlá

Bobal'ky:

Suroviny: kvások: mlieko, droždie, polohrubá múka, cukor, Cesto: polohrubá múka, soľ, cukor, bravčová masť, mlieko, maslo

Paska:

Suroviny: polohrubá múka, kryštálový cukor, mlieko, droždie, maslo, vajcia



Veľkonočná baba:

Suroviny: údené bravčové mäso, domáca klobása, údená slanina, rožky, žĺtka, soľ, mleté čierne horenie, masť, vajce



6 ZOZNAM PODUJATÍ ŠARIŠSKÉHO REGIÓNU PROPAGUJÚCICH POTRAVINY

Hornošarišský vínny festival 2016 Bardejovské Kúpele

Termín konania: September

Miesto konania: Bardejovské Kúpele

Webová stránka: www.kupele-bj.sk

Slávnosti vína Prešov

Termín konania: Október

Miesto konania: Prešov

Webová stránka: pis.sk

Bardejovský gulášmajster Bardejov

Termín konania: Jún

Miesto konania: Bardejov

Webová stránka: www.bardejov.sk

Spišskosobotský kotlík vo varení gulášu 2016 Poprad - Spišská Sobota

Termín konania: Máj

Miesto konania: Poprad

Webová stránka: www.spsobota.szm.com, www.spsobota.szm.com/gulas/pravidla.html

Literatúra

PLIKOVÁ, S. 2014. Poklady slovenskej kuchyne: Šariš, Abov. Zemplin. Bratislava : Ikar, 2014. 187 s. ISBN 978-80-551-3769-8.

STOLIČNÁ - MIKOLAJOVÁ, R. - NOVÁKOVÁ, K. 2012. Kulinárna kultúra regiónov Slovenska. Bratislava : Veda, 2012. 496 s. ISBN 978-80-224-1257-5.

EASTSLOVAKIA.SZM.COM. 2016. Šariš. [online]. [cit. 2016-11.27]. Dostupné na internete: < <http://www.eastslovakia.szm.com/saris.htm> >

ITORYSA.SK. 2016. Región hornej Torysy – história. [online]. [cit. 2016-11.27]. Dostupné na internete: < <http://www.itorysa.sk/region-hornej-torisy/historia/> >

SLOVAKIA.TRAVEL.SK. 2016. Región Šariš. [online]. [cit. 2016-11.27]. Dostupné na internete: < <http://slovakia.travel/sarissky-region-saris> >

SLOVAKIAREGION.SK. 2016. Región Šariš. [online]. [cit. 2016-11.27]. Dostupné na internete: < <http://www.slovakregion.sk/region-saris> >

<http://maslevoca.blogspot.com/2013/08/z-pripravovanej-videokucharky-mas-lev.html>

<http://varecha.pravda.sk/recepty/bryndzovniky-fotorecept/52591-recept.html>

<https://pl.pinterest.com/lucka455/slan%C3%A9-kol%C3%A1%C4%8De-a-kol%C3%A1%C4%8Diky/>

<https://dobruchut.azet.sk/recept/33000/lusta/>

<http://fooddrink.sk/dzgance-s-tvarohom-a-slaninou/>

<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.630202206990110.1073741852.114447195232283&type=3>

http://www.stockphotos.sk/image.php?img_id=8882809&img_type=1

<http://varecha.pravda.sk/recepty/zemiakove-klobasky/44939-recept.html>

<http://varecha.pravda.sk/recepty/pecene-buchty-skvarkove-s-lekvarom-fotorecep/14837-recept.html>

<http://www.mytaste.sk/b/pagace-z-kysleho-mlieka.html>

<https://dobruchut.azet.sk/recept/19705/velkonocna-paska/>

<http://varecha.pravda.sk/videorecepty/velkonocna-baba/6414-recept.html>