



VISIT  
OPOLSKIE

## KUCHNIA REGIONALNA



**Czym byłoby odkrywanie nowych miejsc, opowieści i historii danego regionu bez poznawania jego tradycji kulinarnej? Przecież to właśnie lokalne kulinaria, obok wielu ciekawych zabytków, atrakcji i muzeów, są często jedną z istotnych kategorii wyboru celu podróży. Opolskie to idealne miejsce dla amatorów tradycyjnych smaków i osób, które chcą po prostu „dobrze zjeść”. Regionalna kuchnia Opolszczyzny jest prawdziwym hitem podróży po regionie, a jej różnorodność przyciąga wielu odkrywców nowych doznań kulinarnych.**

Współczesna kuchnia opolska kształtowała się na przestrzeni wieków. Dzięki tyglowi kulturowemu na ziemiach Śląska wiele jest w niej wpływów kuchni polskiej, niemieckiej, czeskiej, czy też kresowej. Kuchnia Śląska Opolskiego jest różnorodna, nie tylko ze względu na przenikanie się kultur, ale także z uwagi na pewne różnice, które przejawiały się w dawnej tradycji kulinarnej. Pamiętajmy, że odzwierciedleniem dzisiejszej opolskiej kuchni są zarówno dania pochodzące z dworów i pałaców, gdzie jadano produkty z reguły niedostępne na co dzień dla zwykłego śmiertelnika, oraz te rodem z wiejskich chałup, dla których podstawą było wyżywienie przed i po ciężkiej pracy fizycznej. Ta mieszanka spowodowała, że współcześnie każdy znajdzie tu coś dla siebie, od odrobiny luksusu, po

proste i syte potrawy.

## GRAFIKA

### Opolska rolada, Restauracja Antek w Żłenicach

Niewątpliwie królową opolskich stołów jest opolska rolada wołowa z kluskami śląskimi i modrą kapustą. Najlepiej smakuje ta wykonana ze składników od lokalnych producentów. To danie znajdziesz w większości dobrych opolskich restauracji, serwujących tradycyjne potrawy. Oczywiście podstawą niedzielnego śląskiego obiadu obok rolady jest pyszny rosół. Jednak powinieneś także spróbować tradycyjnego śląskiego żuru na maślanec. Koneserzy i odkrywcy historycznych smaków powinni zainteresować się „śląskim niebem” i nie chodzi tutaj o bujanie w obłokach, ale o kultowe danie kuchni śląskiej. Niezwykle ciekawie przygotowany wędzony boczek z suszonymi owocami, podany w towarzystwie, jak żeby inaczej, klusek śląskich. Innym, niezwykle prostym daniem lub ciekawym, częstym dodatkiem do mięsnej potrawy jest pańczkraut, czyli mieszanka kapusty kiszonej z ziemniakami, często podawany w towarzystwie żeberek. Skosztujesz tu także gołąbków z nadzieniem z certyfikowanym krupniokiem śląskim. Opolszczyzna bogata w smaki to także kraina karpia. Liczne stawy hodowlane w Borach Niemodlińskich, czy też w Borach Stobrawskich sprzyjają rybołówstwu. Czy wiesz, że duża część karpia, trafiająca na polskie stoły wigilijne pochodzi właśnie z opolskiego? Karp, choć jednoznacznie kojarzony z wigilią, to w opolskich restauracjach Szlaku Kulinarnego "Opolski Bifyj" główny element pysznych dań rybnych. Koniecznie musisz odkryć smak karpia po niemodlińsku, czyli marynowanej ryby duszonej i pieczonej na warzywach. Natomiast, dla poszukiwaczy wszelkich kulinarnych różności ciekawą propozycją będą faworki z karpia.

## GRAFIKA

### Śląski żur na maślanec, Restauracja Bajka w Grodźcu

Zapewne po takiej uczcie czas na deser. Idealny do kawy, czy też herbaty wydaje się pyszny kołocz śląski, czyli ciasto drożdżowe z nadzieniem serowym, makowym lub jabłkowym. Tradycja jego wypieku sięga średniowiecza, kiedy to serwowano go na specjalne okazje, przede wszystkim podczas wesel. Dziś jest ogólnodostępny, na Śląsku Opolskim sprzedaje go każda szanująca się lokalna cukiernia. Najlepszy jest ten, który chroniony jest unikalnym oznaczeniem geograficznym, wytwarzany według tradycyjnej, zastrzeżonej receptury u członków Konsorcjum Kołocza Śląskiego.

---

**Source URL:** <https://visitopolskie.pl/strona/smak-i-tradycja/709-kuchnia-regionalna>