



**Turystyka
kulinarna**
na lubuskiej wsi



LUBUSKA
REGIONALNA
ORGANIZACJA
TURYSTYCZNA



Lubuskie
Warte zachodu

Szanowni Państwo

Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom współczesnego turysty, który oprócz ciekawych atrakcji turystycznych zainteresowany jest zdrową regionalną kuchnią oraz mając na względzie iż rośnie ranga turystyki kulinarnej jako produktu turystycznego Lubuska Regionalna Organizacja Turystyczna „LOTUR” przekazuje w Państwa ręce doskonałe narzędzie w postaci wydawnictwa prezentującego atrakcje turystyczne w województwie lubuskim, które można zobaczyć i gdzie można spędzić ciekawie czas, dobrze i zdrowo zjeść o każdej porze roku. Pragniemy zaprezentować województwo lubuskie szerokiej rzeszy odbiorców jako miejsca przyjaznego, gościnnego, ciekawego, nieodkrytego i wyjątkowego dla wszystkich turystów. Naszą podróż w ciekawe miejsca kulinarne i turystyczne rozpoczynamy od trzech powiatów: krośnieńskiego, zielonogórskiego oraz zagańskiego. Nasze wydawnictwo traktujemy jak serię wydawnictw tego typu. Zaczynamy od bliższego poznania trzech powiatów – I seria.

Wydawnictwo **Turystyka kulinarna na lubuskiej wsi** adresujemy do turystów indywidualnych i grup zorganizowanych, mediów oraz branży turystycznej. W związku ze swoją różnorodną ofertą z informatora korzystać mogą turyści z każdej grupy wiekowej. Produkty turystyczne są dobrze dostępne komunikacyjnie, posiadają infrastrukturę niezbędną do obsługi turystów oraz doświadczoną kadrę. Produkty kulinarne, przepisy jakie prezentujemy są smaczne i warte skosztowania. Przedstawione propozycje ułatwiają turystom łatwe poruszanie się po rozległej tematyce kulinarnej połączonej z atrakcjami turystycznymi, umożliwiają przyjęcie i zapewnienie komfortu zarówno rodzinom z małymi dziećmi, jak również osobom starszym. Sprzyja to integracji różnych pokoleń i powoduje, że osoby z różnych grup wiekowych mogą wspólnie spędzić czas i wspólnie korzystać z zaprezentowanych atrakcji. Muzea i zabytki, produkty turystyczne i szlaki tematyczne oraz inne walory kulturowe i przyrodnicze poprzez swoją atrakcyjną ofertę pełnią również funkcje edukacyjne, pokazujące historię regionu, życie jego dawnych i obecnych mieszkańców – co jest bardzo interesujące dla każdego turysty.

Turystyka kulinarna na lubuskiej wsi – to publikacja, która ma na celu promocję i wspieranie rozwoju produktów regionalnych, rozwój turystyki i rekreacji, podnoszenie świadomości społeczności lokalnej poprzez prezentację oferty kulinarnej oraz walorów przyrodniczych i kulturowych lubuskiej wsi. Zaprezentujemy ofertę kulinarną w połą-



Jadwiga BŁOCH

Prezes Lubuskiej Regionalnej Organizacji Turystycznej „LOTUR”

czeniu z atrakcjami turystycznymi w powiecie krośnieńskim, zielonogórskim i zagańskim. Publikacja ta ma wpłynąć na pozytywny wizerunek województwa lubuskiego, lubuskiej wsi, produktów regionalnych, lokalnych, na zachowanie lokalnego dziedzictwa kulturowego i historycznego.

Prezentujemy wybrane przykłady produktów regionalnych, bardzo ciekawych przepisów kulinarnych, imprez w gminach wiejskich odbywających się wokół smaków lubuskiej wsi. Przedstawimy turystom odwiedzającym Ziemię Lubuską walory w wybranych trzech powiatach lubuskiego, które dzięki doskonałej lokalizacji i komunikacji stanowią atrakcyjną ofertę w zakresie turystyki kulinarnej na lubuskiej wsi oraz promocji produktów regionalnych i lokalnych kulinariów. Pragniemy w sposób uszeregowany przedstawić turystom krajowym i mieszkańcom ziemi lubuskiej i innym zainteresowanym, jakie atrakcje turystyczne w połączeniu z turystyką kulinarną można zobaczyć i gdzie można spędzić ciekawie czas na lubuskiej wsi. Dodatkowa prezentacja walorów obszarów wiejskich z terenów tych powiatów wzbogaci publikację, która stanie się swoistym przewodnikiem po smakach lubuskiej wsi dla każdego potencjalnego turysty.

W naszym wydawnictwie znajdują się najpopularniejsze wydarzenia kulinarne odbywające się w każdym powiecie oraz przepisy umożliwiające samodzielne przygotowanie najbardziej tradycyjnych potraw regionalnych. Publikacja skierowana jest zarówno do turystów, którzy chcą odkrywać lubuskie smaki poszczegól-

nych powiatów naszego regionu jak i do polskiej branży turystycznej oraz restauracyjnej. Należy nadmienić, że dotychczas dostępne były publikacje prezentujące tylko produkty i przepisy z naszego regionu. My zaś pragniemy połączyć przygodę kulinarną z zachętą do poznawania licznych walorów lubuskiej wsi, atrakcje turystyczne i związane z nimi szlaki.

Turystyka kulinarna na lubuskiej wsi – to wydawnictwo, które ma na celu promocję i wspieranie rozwoju produktów turystycznych i kulinarnych dostępnych dla turystów i mieszkańców regionu lubuskiego. Ma wpłynąć na pozytywny wizerunek województwa lubuskiego jako regionu w zakresie wspierania kultury, sztuki, ochrony dóbr kultury i dziedzictwa narodowego, produktów kulinarnych i regionalnych oraz udostępniania szerokiej grupie turystów polskich oraz zagranicznych informacji na temat produktów turystycznych, ich ciekawych ofert. Lubuska Regionalna Organizacja Turystyczna „LOTUR” pragnie pokazać turystom odwiedzającym Ziemię Lubuską walory zachodnich ziem Polski, które dzięki doskonałej lokalizacji i komunikacji stanowią atrakcyjną ofertę w zakresie turystyki kulinarnej. Dzięki naszemu wydawnictwu turysta będzie miał możliwość spędzenia czasu na kilka różnych sposobów.

Miłych i pysznych wrażeń
z pobytu na pięknej **ZIEMI LUBUSKIEJ**

Wydawca: Lubuska Regionalna Organizacja Turystyczna „LOTUR”
ul. Podgórna 7
65-057 Zielona Góra
www.lotur.eu; www.lubuskie.travel.pl;
www.kochajlubuskie.pl

Koordynator projektu: Jadwiga Błoch

Druk i skład: Carbo Media Sp. z o.o.

Zdjęcia

J. Błoch, P. Błoch, A. Chinalska, T. Daiksler, D. Grzeškowiak, H. Hajduj, B. A. Kieć, B. Kasperski, M. Kobel, Z. i M. Motyka, A. Nowak, P. Zieliński, A. Żyworonek, Perfect View Photo&MUA, Ellie Sadj Photography, archiwum Lubuskiej Regionalnej Organizacji Turystycznej „LOTUR”, archiwum Członków „LOTUR”

Zdjęcie okładki: Ellie Sadj

Turystyka kulinarna na lubuskiej wsi ma na celu rozpropagowanie tego wyjątkowego i jedyne w skali Polski oraz interesującego w skali Europy regionu lubuskiego posiadającego wyjątkowe produkty turystyczne i kulinarne dla turystów.

Każdy ma swoje własne sprawdzone sposoby na udany wypoczynek. Jedni wolą słodkie lenistwo, inni aktywny wypoczynek. Lubuskie to idealna kraina dla każdej grupy turystów. Tu wypocznieś w ciszy, spokoju, dobrze zjesz i zobaczysz piękną Ziemię Lubuską. Piękne lasy usiane licznymi jeziorami i łagodny klimat sprzyjają spacerom, wyprawom, kąpielom oraz uprawianiu żeglarsstwa i kajakarstwa.

W obecnych czasach ciągłego pośpiechu, braku czasu na dłuższy wypoczynek, przy jednoczesnej tendencji zwiększonego zainteresowania poznawczego – turystyka kulinarna połączona z wypoczynkiem staje się bardzo popularną formą spędzania wolnego czasu, a region lubuski posiada bardzo bogatą ofertę umożliwiającą uprawianie turystyki w takiej właśnie formie. Dobrze zdrowo zjeść i wypocząć.

Ziemia Lubuska jest niewątpliwie regionem zasługującym na promocję i jak najszybsze odwiedziny ludzi chcących dobrze, zdrowo i spokojnie odpocząć wśród malowniczych krajobrazów i życzliwych mieszkańców.

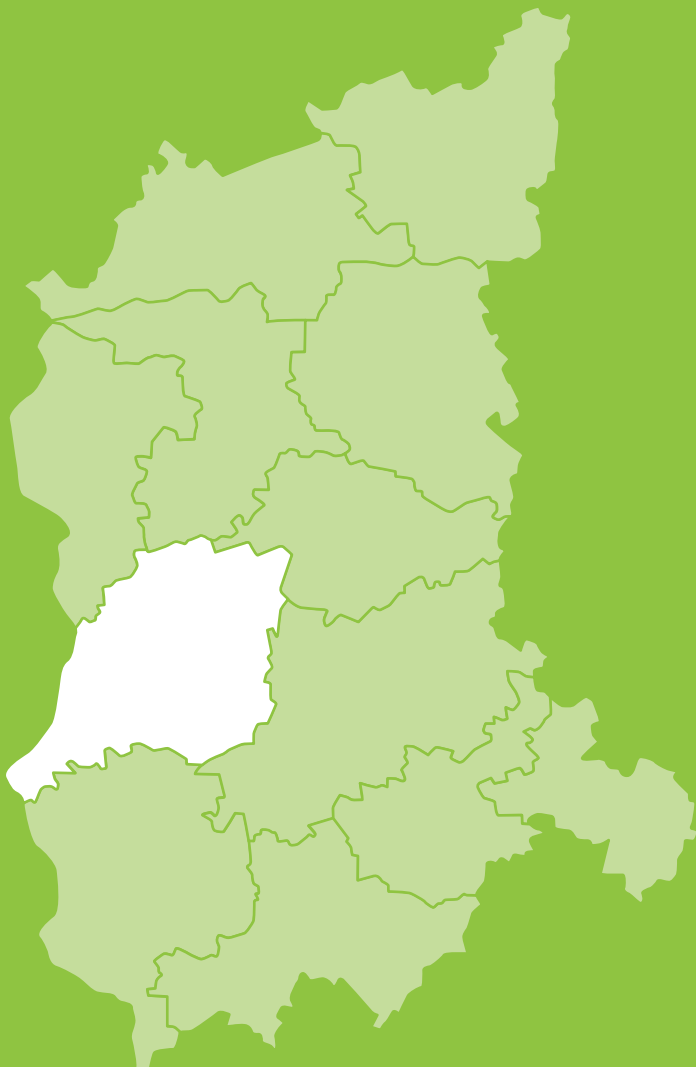
Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część niniejszej publikacji nie może być reprodukowana bez pisemnej zgody Wydawcy.



Zadanie publiczne jest współfinansowane ze środków otrzymanych z Województwa Lubuskiego – Urzędu Marszałkowskiego.

ISBN: 978-83-949128-4-0

Powiat krośnieński



Powiat krośnieński leży w dorzeczu środkowego biegu Odry. Położony w środkowo-zachodniej części województwa lubuskiego, graniczy od strony zachodniej z Republiką Federalną Niemiec, od północy z powiatami: słubickim i sulęcińskim, od strony wschodniej z powiatem świebodzińskim i zielonogórskim, a od południa z powiatem żarskim. W jego granicach administracyjnych usytuowane są gminy: Bobrowice, Bytnica, Dąbie, Gubin, Krosno Odrzańskie, Maszewo i miasto Gubin.

Lasy powiatu krośnieńskiego są znakomitym miejscem do rekreacji i wypoczynku oraz pracy dla wielu mieszkańców. Na terenie powiatu znajdują się dwa miasta (Gubin i Krosno Odrz.) oraz 154 wsie i osady.

Gęstość zaludnienia w powiecie krośnieńskim należy do najniższych w województwie lubuskim.

Na obszarze powiatu spotkać można dziko żyjące bobry, wydry, bociany, orła bielika, żurawie, bociana czarnego i kormorany. Nielicznie występuje żółw błotny. Ze względu na szczególne wartości przyrodnicze, na terenie powiatu utworzono dwa rezerваты leśne: w rejonie Dzikowa „Dębowiec” gdzie występuje chroniony chrząszcz jelonek rogacz oraz „Uroczysko Węglińskie” w rejonie Węgliń.

W celu popularyzacji pięknych walorów krajobrazowych i przyrody utworzono „Gryżyński Park Krajobrazowy” oraz „Krzeziński Park Krajobrazowy”.



Krzeziński Park Krajobrazowy

Krzeziński Park Krajobrazowy został utworzony w 1998 r. na terenie 3 gmin: Cybinka, Gubin i Maszewo.

Jego powierzchnia wynosi 8546 ha i obejmuje tereny pradoliny Odry oraz ujściowy fragment koryta rzeki Nysy Łużyckiej leżący naprzeciwko Połęcka. Charakterystyczną cechą Parku

jest duży udział w jego powierzchni łąk i pól. Najcenniejszym obszarem Krzezińskiego Parku Krajobrazowego jest zalewany okresowo polder przeciwpowodziowy Krzesin-Bytomiec. Duże obszary okresowo zalewanych lub podmokłych łąk stwarzają odpowiednie warunki bytowania dla wielu gatunków zwierząt.

Gryżyński Park Krajobrazowy

Pomiędzy Gryżyną a wsią Grabin rozciąga się Gryżyński Park Krajobrazowy. Kto przybył tu pierwszy raz, nie jest przygotowany na takie widoki. Zaskoczenie wywołuje wątpliwości – jak to możliwe, żeby w tym z pozoru jednostajnym krajobrazie znajdował się świat pełen wody, wąwozów, kolorów, liści buków, olch i dębów.

Najpiękniejszy jest „Gryżyński Wąwóz”, który powstał w wyniku działalności wód płynących głównie w okresie po ustąpieniu lodowca a przed pojawieniem się szaty roślinnej na tym terenie. Innym ciekawym obiektem ekologicznym są „Gryżyńskie Szuwary” położony w rynn timerowcowej w pobliżu źródeł Gryżyńskiego Potoku. Przeważają tu zabagnione łąki oraz luźne zakrzaczenia olchowe i wierzbowe. Podmokły i niedostępny teren stanowi ostoję zwierzyny, a przede wszystkim bobra, wydry i żurawia.



W Parku Krajobrazowym znajduje się także piękny zespół pałacowy usytuowany we wschodniej części wsi. Pałac, został zbudowany ok. 1820 r., z wykorzystaniem murów starszej budowli z XVII lub XVIII wieku, z tego okresu pochodzą piwnice obecnego pałacu. Jest to parterowa budowla z łamanym dachem. W ówczesnych czasach ozdobą elewacji były poroża jeleni, które podkreślały myśliwski charakter pałacu. Pogłoski mówią, że przebywał w nim faszystowski dyktator Włoch Benito Mussolini, po uwolnieniu go z rąk partyzantów. Obecny kształt uzyskał w wyniku przebudowy przeprowadzonej na przełomie XIX-XX wieku. Po 1945 roku mieściło się tu Nadleśnictwo, które opuściło obiekt w 1971 r. Od 1980 r. zdewastowany pałac przejął prywatny nabywca i zaadaptował na pensjonat. Obecnie użytkowany przez kolejnego właściciela jako „Pałac Myśliwski”.

W Parku Krajobrazowym lasy, wśród których dominują bory sosnowe, tworzą lokalny mikroklimat oraz pełnią niezwykle cenną rolę jako siedlisko życia wielu gatunków roślin i zwierząt. Świat zwierzęcy reprezentowany jest przez

zwierzęcą łowną jak jelenie, dziki, sarny, lisy, tchórze, kuny, borsuki, norki amerykańskie.

Objęte ochroną i uznane za pomniki przyrody, cztery aleje dębów szypułkowych, swoją długoletniością (około 150-200 lat) i okazałością (wysoka 20-25 m przy obwodzie 180-400 cm) stanowią niewątpliwie typową osobliwość Parku.

Gryżyński Park Krajobrazowy i jego okolice to tereny o znakomitych warunkach do uprawiania turystyki pieszej i rowerowej. Dla turystów chcących poznać świat przyrody pracownicy Gryżyńskiego Parku Krajobrazowego wytyczyli ścieżkę przyrodniczo-edukacyjną. Wędrówka rozpoczyna się przy Ośrodku Wypoczynkowym w Gryżynie nad jeziorem Gryżyńskim. Rozmieszczone wzdłuż trasy tablice prezentują ciekawostki o florze i faunie Parku.

Powiat Krośnieński jest miejscem atrakcyjnym dla tych, którzy chcą ciekawie i spokojnie spędzić wolny czas wśród spokojnych i pogodnych ludzi z ofertą dobrej kuchni. Powiat charakteryzuje się ciekawą rzeźbą terenu, posiada liczne akweny wodne, jeziora, stawy oraz rzeki.



Morsko z galerią rzeźbiarską. Miejscowości typowo wypoczynkowe nad jeziorami to: Łochowice, Osiecznica i Szklarka Radnicka.



Gubin

Nadgraniczne miasto położone nad Nysą Łużycką. Na uwagę zasługuje także rosnący w **Komorowie** wiaź o wieku 450 lat, wysokości 30 m i obwodzie 710 cm.

- ▶ XVI-wieczny ratusz miejski, z charakterystyczną wysmukłą wieżą, zdecydowanie odchyloną od pionu,
- ▶ Kościół farny zniszczony w 1945 roku, w obecnej formie jest budowlą gotycką z zachowanymi fragmentami murów romańskich,
- ▶ fragment z tzw. Bramą Dziewiczą pochodząca z XIV wieku,
- ▶ wolnostojąca cylindryczna baszta Bramy Ostrowskiej, wybudowana w pierwszej połowie XVI wieku,
- ▶ Kościół Świętej Trójcy z XIX.



Warto zobaczyć:

- ▶ Bytnica – XIX-wieczny zespół zabudowy mieszkalnej starej części wsi,
- ▶ Kościół barokowy w Budachowie,
- ▶ Budynek folwarczny z połowy XIX wieku w Budachowie,
- ▶ Park z końca XVIII stulecia z bogatym drzewostanem w Budachowie,
- ▶ Kościół eklektyczny z XIX wieku w Dobroszowie,
- ▶ Kościół pw. Jana Chrzciciela zbudowany w roku 1776 w Grabinie,
- ▶ Dwór z pierwszej połowy XVIII wieku w Grabinie,
- ▶ Kościół zbudowany w stylu barokowym w Bytnicy,
- ▶ Chlebowo – gotycki kościół z XIII wieku, przebudowany w okresie XV-XVI wieku,
- ▶ Czetowice – późnogotycki kościół z XV wieku,
- ▶ Dąbie – kościół gotycki z polnego kamienia wzniesiony w XIII-XIV wieku oraz XIX-wieczny dwór,
- ▶ Gęstowice – barokowy kościół z końca XVII w.,

- ▶ Grabin – barokowy dwór z XVIII w. (obecnie pensjonat) położony nad stromym zboczem, w dole założony w XVIII wieku park i staw,
- ▶ Gębice – ruiny kościoła z XV wieku do którego prowadzi aleja z czerwonych dębów, w zabytkowym parku znajdują się także ruiny XVI-wiecznego zamku,
- ▶ Kosierz – gotycki kościół z XIII wieku.

Krosno Odrzańskie

Miasto powiatowe w województwie lubuskim, w Dolinie Śródkowej Odry, nad Odrą u ujścia Bobru.

W lewobrzeżnej części gminy leżą: Chojna – najdalej wysunięta miejscowość, malowniczo położona wśród lasów, Wężyska – największa wieś w tej części gminy, Czarnowo, Retno, Sarbia, Strumiennie, Stary Raduszec (elektrownia wodna na Bobrze wybudowana w 1935 r.), Nowy Raduszec, Brzózka i Sarnie Łęgi. W Czarnowie i Wężyskach można obejrzeć ciekawe obiekty architektury sakralnej. Prawobrzeżna część gminy to miejscowości: Chyże – położone wzdłuż brzegu Odry, terytorialnie połączone z Krosnem Odrzańskim, Gostchorze – miejsce, gdzie zlokalizowane były pierwsze grodziska w X wieku, Radnica, Kamień z atrakcyjną dla turystów farmą strusi,

Zamek Piastowski w Krośnie Odrzańskim

Wspaniałe wnętrza krośnieńskiego Zamku Piastowskiego, dobrze zachowane elementy gotyckich portali i sklepień, bogaty zbiór oryginalnych eksponatów z dawnego Crossenan der Oder, które znajdują się w komnacie średniowiecznej i renesansowej, piwnicze winiarskiej i pszczołarskiej, lapidarium i sali XIX-XX w., to tylko niektóre z atrakcji, jakie czekają na turystów.

Warto zobaczyć:

- ▶ kamieniczki,
- ▶ mury obronne,
- ▶ późnogotycki kościół z XV wieku w Czetowicach,
- ▶ Stare Miasto – historyczne plany,
- ▶ barokowy kościół parafialny, powstały w XIII wieku jako budowla romańska,
- ▶ neogotycki kościół z 1887 roku.

Punkt Informacji Turystycznej w Krośnie Odrzańskim**

Zamek Piastowski
ul. Szkolna 1
66-600 Krosno Odrzańskie
tel. +48 68 383 89 94
sekretariat@cak-zamek.pl
www.cak-zamek.pl

Anielskie Ogrody



Anielskie Ogrody to edukacyjne ekologiczne gospodarstwo rolne z pięknym ogrodem przydomowym. Prowadzi warsztaty w ogrodzie i internetowe:

- ▶ Ekologiczny ogród moją spiżarnią, apteką i drogerią.
- ▶ Od ziarenka do stołu – ekologiczny ogród smakosza.

▶ Domowa kuchnia ekologiczna. Anielskie Ogrody otrzymały liczne nagrody m.in. 1 miejsce w Polsce w konkursie „Najlepsze gospodarstwo ekologiczne” w kategorii „ekologia – środowisko”.

Pachnące latem zielone koperty z truskawkami

Jeśli jest właśnie wczesne lato, to idziemy do ogrodu po świeże truskawki i szpinak. Jeśli inna pora roku, to szpinak i truskawki wyciągamy z zamrażarki, wspominając przy okazji czerwcowe słońce. Zabieramy się za zrobie-

nie przepięknego, zdrowego i smacznego obiadu na bazie ekologicznych produktów z własnego ogrodu. Te kolory, smak i zapach na pewną wprowadzą Was w dobry nastrój.

Czego potrzebujemy:

- około 1 kg truskawek
- około 1/2 szkl. zblendowanego na papkę szpinaku
- 1/2 kg mąki pszennej

- około 1 szkl. ciepłej wody

- kilka łyżeczek brązowego cukru
- kwaśna śmietana

Jak robimy:

Umyte liście świeżego szpinaku blendujemy z odrobiną wody na gęstą papkę. Możemy też użyć szpinaku z zamrażarki. Wówczas musimy go wcześniej całkowicie rozmrozić. Mąkę wysypujemy do miski i dodajemy do niej masę szpinakową. Dolewamy po trochu mocno ciepłą wodę i ręką wyrabiamy ciasto na gładką masę. Ciasto powinno być sprężyste, plastyczne i odchodzić od ręki. Ostatecznie powinno wyglądać jak ciasto na pierogi, tylko w zielonym kolorze. Ciasto podsypujemy mąką i rozwałkowujemy na grubość około 3 mm (podobnie jak na pierogi). Nożem tnijemy placek na kwadraty o boku około 4-5 cm. Wielkość kwadratów dostosowujemy do wielkości truskawek. Na środku każdego kwadratu układamy truskawkę i posypujemy odrobiną cukru. Wszystkie boki sklejaemy „na kopertę”. Wrzucamy na gotującą się, osoloną wodę. Gotujemy około 5 minut od momentu wypłynięcia na powierzchnię wody.



Wyjmujemy delikatnie łyżką cedzakową. Podajemy na gorąco z kwaśną śmietaną i brązowym cukrem albo sosem truskawkowym i listkami mięty.

Uwaga, jeśli używacie mrożonych truskawek, to nie rozmrażamy ich, ponieważ zrobiłyby się miękkie i puściłyby sok uniemożliwiający zlepianie ciasta. Lepimy zamrożone i gotujemy tak samo jak ze świeżych. Smacznego.

Anielska zupa dyniowa

Najlepsza na zupę jest dynia odmiany Hokkaido. Jest nieduża, w sam raz na jeden garnek zupy. Ma piękny pomarańczowy kolor i intensywny, orzechowy smak. Nie trzeba jej obierać ze skórki, co znacznie przyspiesza gotowanie. Zupa krem z dyni jest sycąca, aromatyczna i rozgrzewająca. Idealna na chłodne jesienne i zimowe dni.

Czego potrzebujemy z ekologicznego ogrodu:

- 1 dynię Hokkaido
- 3 średnie marchewki
- 3 średnie korzenie pietruszki
- 3 średnie cebule
- 4 duże ząbki czosnku
- sól, pieprz
- wędzona papryka
- świeży imbir
- kurkuma

Opcjonalne dodatki:

- prażone pestki dyni lub słonecznika
- ostry żółty ser
- śmietana kwaśna
- świeżo tłoczony olej z pestek dyni

Jak gotujemy:

Dynię myjemy, przekrawamy na pół, wydrążamy pestki i kroimy na małe kawałki. Cebulę, marchew i pietruszkę obieramy i kroimy na kawałki. Do garnka wlewamy około 1-1,5 litra wody. Do wody dodajemy dynię, pietruszkę, marchewkę, cebulę i przyprawy sypkie. Gotujemy około 30 minut. Wszystkie warzywa muszą być całkiem miękkie. Na koniec wyciskamy przez praszkę czosnek i ścieramy na tarce imbir. Wszystko blendujemy na krem. Gdyby zupa była zbyt gęsta, to dolewamy troszkę przegotowanej wody. Podajemy gorącą z dodatkiem prażonych pestek dyni albo słonecznika. Możemy też dodać trochę śmietany, startego sera albo oleju z pestek dyni. Smacznego. Uwaga. Pestek z dyni nie wyrzucamy! Myjemy i suszymy. Możemy je obrać, uprzyżyć na suchej patelni i wykorzystać jako bardzo wartościowy dodatek do kolejnych dań. Wysuszone pestki możemy także przechować w suchym miejscu do wiosny i zasiać je w swoim ogrodzie. Zatoczy się ekologiczne koło. Będą nowe dynie Hokkaido na kolejną jesień.



Anielskie Ogrody

Budachów 1
66-630 Budachów
tel. 501 256 376
www.anielskieogrody.pl
www.facebook.com/anielskieogrody
eko@anielskieogrody.pl

Festyn Ruskich Pierogów w Budachowie

Odbywa się każdego roku w trzecią sobotę czerwca. To jedna z największych imprez w regionie. W 2019 roku festyn odbył się po raz siedemnasty.

Znane w całym województwie i nie tylko „budachowskie pierogi”, przygotowane

Pierogi ruskie ze świeżymi ziołami

Składniki na ciasto:

- 0,5 kg mąki pszennej
- dwa żółtka
- około 1 szklanka rozbełtane gorącej wody
- szczypta soli

Ciasto co i jak robimy:

Wsypanujemy do miski mąkę ze szczyptą soli i zalewamy ją gorącą wodą. Na tym etapie mieszamy ciasto łyżką, ponieważ woda jest gorąca. Po chwili dodajemy rozmacone żółtka. Wyrabiamy ciasto ręką. Musi być jednolite i sprężyste. Jeśli ciasto wydaje się być zbyt twarde można dolać jeszcze trochę wody, jeśli zbyt miękkie to dodajemy mąkę. Całość podsypujemy mąką i odstawiamy na pół godziny.



Składniki na farsz:

- 0,5 kg ugotowanych ziemniaków (najlepiej mączyste)
- 0,5 kg tłusty twaróg najlepiej domowej roboty

Dodatki:

- sól i świeżo mielony pieprz
- cebula podsmażona na maśle

Nadzienie, co i jak robimy:

Ziemniaki gotujemy do miękkości w osolonej wodzie. Po lekkim przestudzeniu przeciskamy przez praskę albo rozgniatamy. Dodajemy rozgnieciony widelcem twaróg. Solimy i pieprzymy

Lepienie:

Ciasto dzielimy na dwie części, żeby łatwiej było rozwałkować placek. Wałkujemy równomiernie na około 3 mm. Wykrawamy krążki dowolnej wielkości. Można do tego użyć foremki albo zwykłej szklanki. Do każdego

Gotowanie:

Gotowe pierożki rzucamy na osoloną wodę i delikatnie mieszamy drewnianą łyżką. Po wypłynięciu pierogów na powierzchnię wody, gotujemy jeszcze około 5 minut. Wyjmujemy

są według własnej receptury przez tutejsze gospodynie, rozchodzą się co roku w ilości około 30 tysięcy sztuk.

Pierogi robione są według receptury gospodyń z Budachowa i cieszą podniebienia wielu smakoszy, także podczas innych lubuskich imprez.

- garść posiekanej drobno mięty pieprzowej lub bazylii greckiej (same listki)

- kwaśna śmietana

do smaku. Dodajemy drobno posiekaną mięętę lub bazylię. Jeśli farsz jest zbyt suchy (zależy to od sera) możemy dodać łyżkę kwaśnej śmietany.

krążka nakładamy farsz i skleamy brzegi. Aby mieć pewność, że się nie rozkleją możemy to zrobić dwukrotnie. Sklejone pierogi odkładamy w trakcie robienia na deskę wysypaną mąką.

łyżką cedzakową na półmisek. Podajemy gorące z podsmażoną na maśle cebulą i śmietaną. Możemy też po lekkim ostudzeniu podsmażyć na patelni z dodatkiem masła.

Festiwal Kultury Łowieckiej w Bytnicy

Jednodniowa impreza integrująca mieszkańców regionu oraz środowiska łowieckie i przyrodnicze z Polski i Niemiec.

Głównymi atrakcjami Festiwalu jest bogaty program artystyczny nawiązujący do tematyki łowieckiej, degustacja specjalnie przygotowanych potraw myśliwskich oraz pokazy trofeów i sprzętu myśliwskiego.

Swoją twórczość przedstawiają lokalni artyści, rękodzielnicy i muzycy. Każdy gość może spróbować specjalów kuchni myśliwskiej, przygotowanych specjalnie na tę okazję: pieczonego dzika,

kiełbas, szynki, gulaszu czy bigosu myśliwskiego.

Obejrzeć można także wystawę trofeów myśliwskich w przygotowanej do tego celu galerii oraz pokazy malarstwa o tematyce ściśle związanej z kulturą łowiecką.

Na festynie promowana jest też wiedza o lesie i jego mieszkańcach.

Tego dnia ma także miejsce międzynarodowy koncert muzyki myśliwskiej: koncerty zespołów łowieckich, pokazy gry na rogach, pokazy wabienia zwierzyny oraz pokazy sygnalistyki łowieckiej.

W 2019 roku festiwal odbył się po raz dwunasty.

Czerwona papryka faszerowana dziczyzną

Składniki:

- 8 szt. czerwonej papryki
- około 0,5 kg mielonego mięsa z dzika (np. karkówka albo łopatka)
- spora garść suszonych prawdziwków
- 2 średnie cebule
- sól i świeżo mielony pieprz
- masło

Jak wykonujemy:

Z papryki odcinamy górną część, która będzie tworzyć „pokrywkę”. Usuwamy ogonek i pestki ze środka. Myjemy. Suszone prawdziwki gotujemy w osolonej wodzie (około 40 minut). Na patelni podsmażamy na maśle drobno pokrojoną

cebulę i zmielone mięso. Do podsmażonego mięsa dodajemy ugotowany ryż oraz ugotowane i pokrojone prawdziwki. Całość mieszamy i doprawiamy pieprzem i solą. Nadziewamy papryki do pełna i przykrywamy „pokrywkami”.

Pieczenie:

Papryki układamy w formie do pieczenia (najlepiej ceramiczna albo ze szkła żaroodpornego). Na dno wlewamy trochę wody albo rosółu. Całość

zakrywamy folią aluminiową i pieczemy około 60 minut w temperaturze 180 stopni. Następnie zdejmujemy folię i pieczemy jeszcze 20-30 minut.

Sposób podania:

Podajemy na gorąco same papryki albo z sosem pomidorowym.



Święto Karpia w Osiecznicy

Rybobranie to największa impreza w gminie Krosno Odrzańskie, ale więcej z rybami do czynienia ma Święto Karpia w Osiecznicy.

Nic zresztą dziwnego, ponieważ we wsi od lat działa duże gospodarstwo rybackie „KARP” Osiecznica, które również przyczyniło się do tego, że niewielka miejscowość zasłynęła z tej ryby. Tradycyjnie odbywają się zawody wędkarskie na łowisku komercyjnym w Czeczowicach. Od tego zdarzenia każdego roku rozpoczyna się Święto Karpia. Jest konkurs na najsmaczniejszą potrawę z ryb. Organizatorzy gwarantują możliwość zakupu świeżej, żywej ryby. Tutejsze gospodarstwo rybackie co roku wystawia akwarium z rybą, do której ustawiają się długie kolejki. Najważniejsze dla odwiedzających jest to, że można



skosztować karpia, przyrządzanego na różne sposoby: wędzony, smażony, z rusztu, itp. Nie zabraknie też tzw. zupy po osiecznicku.

Chipsy z karpia

Składniki:

- filet z karpia
- cebula
- czosnek
- cytryna
- sól i pieprz

- mąka kukurydziana
- olej

Sposób wykonania:

Filet z karpia pokroić na kawałki, wymieszać z pokrojoną cebulą i czosnkiem, dodać soli i pieprzu, skropić sokiem z cytryny.

Trzymać 2 dni w lodówce. Smażyć w głębokim oleju chipsy otoczone mąką kukurydzianą.

przepis Anna Chinalska



Rolada szpinakowa z nadzieniem z karpia



Karp faszerowany pieczarkami



Chipsy z karpia

Święto Pieczonego Ziemniaka w Dobrosułowie

Festyn odbywa się każdego roku we wrześniu. Organizowany jest przez mieszkańców wsi Dobrosułów. Impreza gromadzi sporą liczbę gości. Duża w tym zasługa bardzo bogatego i atrakcyjnego programu imprezy. W ramach festynu przeprowadzany jest konkurs na oryginalną i smaczną potrawę z ziemniaka. Na stoiskach gastronomicznych serwowane są wszelkiego rodzaju potrawy ziemniaczane i nie tylko: słynne pierogi dobrośułowskie, pierogi z dziczyzną, bigos myśliwski. Obowiązkowym elementem imprezy jest pieczenie ziemniaków w ognisku. Organizowane konkursy sportowo-rekreacyjne tematycznie także wiążą się z ziemniakami. Festyn obfituje w występy artystyczne, które



kończy zabawa taneczna do samego rana. Podczas Festynu można nie tylko dobrze się bawić, ale również dobrze zjeść. W 2019 roku festyn odbył się po raz dwudziesty piąty.

Zapiekane warzywa prosto z ogrodu

To uniwersalna zapiekanka, w której możemy używać różne warzywa sezonowe. Podajemy je, które naszym zdaniem, są najlepsze.

Składniki:

- ziemniaki
- buraczki
- marchew
- czosnek
- cebula

Dodatki:

- oliwa z oliwek
- świeże zioła: tymianek
- świeżo mielony pieprz
- cytrynowy, rozmaryn,
- sól
- bazylię grecką

Jak wykonujemy:

Wszystkie warzywa myjemy i obieramy. Ziemniaki i buraki kroimy w plasterki, marchewki i cebulę w ćwiartki. Czosnek dzielimy na ząbki. Warzywa rozkładamy równomiernie na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia. Jeżeli chcemy zrobić większą ilość, to rozkładamy wszystko na dwie

Pieczenie:

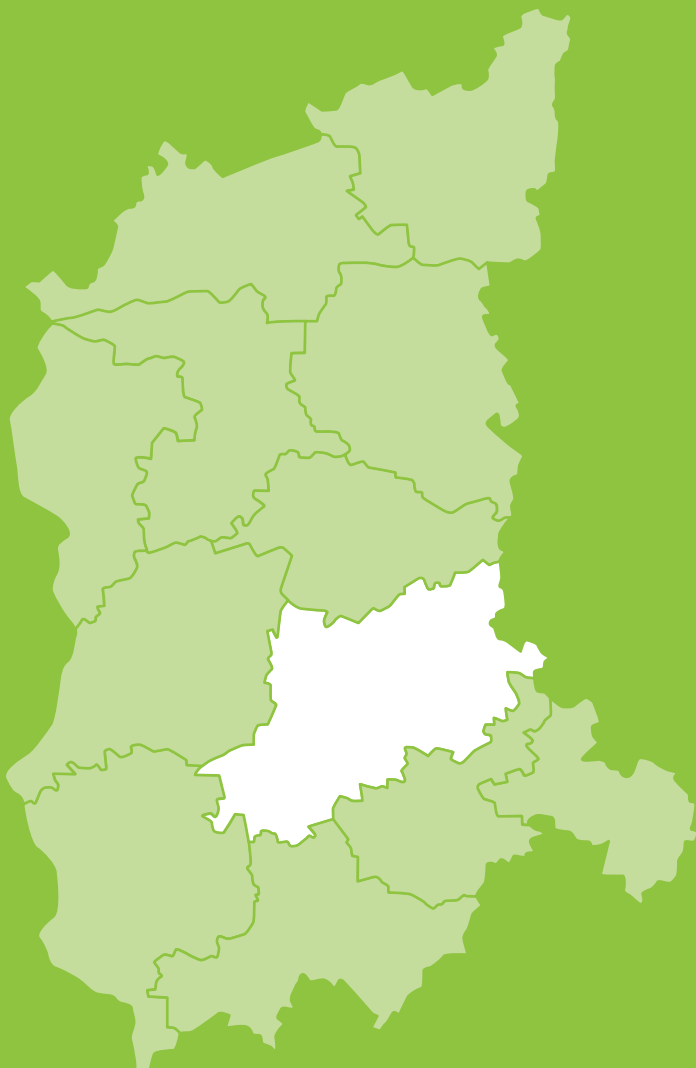
Warzywa pieczemy w temperaturze 180 stopni przez 60 minut. Jeżeli pieczemy na dwóch blachach, to w połowie pieczenia blaszki zamieniamy miejscami. Po upływie tego czasu można jeszcze zostawić warzywa w wyłączonym piekar-



blaszki. Smarujemy po wierzchu oliwą (najlepiej pędzelkiem). Posypujemy solą i pieprzem. Dodajemy dowolną ilość ziół według uznania.

niku na 10-15 minut. Podajemy na ciepło. Opcjonalnie możemy podawać ze świeżym koperkiem, kiszonym ogórkiem albo z sosem czosnkowym.

Powiat zielonogórski



Powiat zielonogórski jest położony w środkowo-wschodniej części województwa lubuskiego. Na powiat składa się 9 gmin: **Babimost, Bojadła, Czerwieńsk, Kargowa, Nowogród Bobrzański, Sulechów, Świdnica, Trzebiechów, Zabór**. Jego obszar jest dość wyraźnie

Zielona Góra

Największe miasto województwa lubuskiego, stolica samorządowa, siedziba starosty powiatu zielonogórskiego. Zielona Góra jest położona w zachodniej Polsce, na zboczu doliny rzeki Odry w miejscu, gdzie przecina ona pasmo wzgórz znane jako Wał Zielonogórski. Od północno-zachodu miasto graniczy z Niecką Płotowską, a od północno-wschodu z Niecką Chynowską.

W zbiorach **Muzeum Ziemi Lubuskiej** znajduje się obecnie ponad 17 tysięcy obiektów.

Na szczególną uwagę zasługuje Kolekcja Działu Winiarskiego (jedynego w Polsce) zawierająca narzędzia i naczynia związane z produkcją wina, naczynia kamionkowe, naczynia cynowe, szkło artystyczne i użytkowe, ekslibrisy o tematyce winiarskiej oraz dzieła sztuki związane z produkcją i kulturą picia wina.

Zbiory Działu Sztuki Dawnej tworzą muzealia z zakresu rzeźby, malarstwa, grafiki oraz rzemiosła. Na ekspozycjach stałych prezentowane jest ceramika, zegary, wyroby złotnicze, konwisarskie. Do grupy szczególnie cennych obiektów należy rzeźba sakralna, od XIV do początku XX wieku związana z terenem Dolnego Śląska.

Wielowiekowa historia Zielonej Góry przedstawiona jest na ekspozycji zawierającej takie muzealia jak: pocztówki, pieczęcie, afisze wyborcze, sztandary, mapy i plany. Obraz rozwoju przestrzennego miasta dopełniają trzy makiety przedstawiające Zieloną Górę w XV i XVIII wieku oraz w roku 2000.

Zabór

Wieś położona w województwie lubuskim, w powiecie zielonogórskim, w gminie Zabór, której jest siedzibą. Miejscowość leży w Niece Zaborskiej, w pobliżu jeziora Liwno, ok. 5 km od rzeki Odry, wśród kompleksów leśnych.

W Zaborze znajduje się zespół pałacowy zbudowany w stylu wczesnobarokowym. Jest jedynym zachowanym tego rodzaju przykładem w XVII-wiecznej architektury Śląska. Zbudowany jest jako trzyskrzydłowa siedziba zamknięta z czwartego boku arkadową galerią z tarasem oraz dziedzińcem, otoczonym sześcioma oficynami.

podzielony na dwie części. Sprawczynią podziału jest rzeka Odra. Powiat sąsiaduje z miastem Zielona Góra (działającym na prawach powiatu grodzkiego), które 1 stycznia 2015 r. połączyło się z gminą Zielona Góra, tworząc jedną z większych aglomeracji w Polsce.



Warto zobaczyć:

- ▶ Konkatedra – kościół rzymskokatolicki parafialny pod wezwaniem św. Jadwigi Śląskiej,
- ▶ Kościół ewangelicki, obecnie rzymskokatolicki parafialny pod wezwaniem MB Częstochowskiej,
- ▶ Kościół ewangelicki, obecnie rzymskokatolicki parafialny pod wezwaniem Najświętszego Zbawiciela,
- ▶ Wieża Łaziebna – Głódowa, z XV wieku,
- ▶ Ratusz,
- ▶ Teatr Lubuski,
- ▶ Palmiarnia,
- ▶ Ogród botaniczny,
- ▶ Bachusiki – to małe figurki przedstawiające dzieci Bachusa, które są ustawiane w różnych częściach miasta. Są jednym z głównych produktów turystycznych Zielonej Góry. Mają propagować jej tradycje winiarskie. Podróż szlakiem bachusików jest także dobrym sposobem na zwiedzenie miasta.



Także w Zaborze znajduje się stary cmentarz z klonowymi i lipowymi alejami dorodnych okazów drzew, bujnie oplecionych pnąciami bluszczem. Po II wojnie światowej cmentarz uległ zniszczeniu i rozszabrowaniu. Do chwili obecnej pozostało siedem nagrobków Schoenaichów. Są to głazy narzutowe z tekstami psalmów i krótką notatką biograficzną zmarłego.

W centrum wsi znajduje się kościół neogotycki z 1905-1908 roku. Ceglany, jednonawowy z wieloboczną absydą prezbiterialną od wschodu i wieżą od zachodu. Na uwagę zasługują organy, w które wyposażony jest kościół (1 menuet, 6 głosów), wykonane w Górze Śląskiej w 1907 roku.

Wzgórze między Łazem a Zaborem, położone

na wysokości od 67 do 105 m n.p.m., to miejsce, gdzie powstała w 2013 r. największa samorządowa winnica w Polsce. Oddalona jest od Zielonej Góry o około 12 km. U jego podnóża wybudowano **Lubuskie Centrum Winiarstwa**, które przystosowano do obsługi ruchu turystycznego i promocji tradycji winiarskich województwa.

Lubuskie Centrum Winiarstwa jako centralny punkt na Lubuskim Szlaku Wina i Miodu, będzie predysponowane do prezentacji poszczególnych winnic, pasiek oraz innych interesujących zabytków dziedzictwa kulturowego i przyrodniczego regionu, a także produktów tradycyjnych wytwarzanych tutaj od lat.

Warto zobaczyć:

Inne winnice www.szlakwinaimiodu.pl

Ochla

To była wieś położona w województwie lubuskim, w powiecie zielonogórskim. Od 01.01.2015 r. znajduje się na terenie miasta Zielona Góra, w dzielnicy Nowe Miasto.

Muzeum Etnograficzne w Zielonej Górze

To pierwsza placówka naukowo-badawcza i oświatowa tego rodzaju w środkowej części pogranicza polsko-niemieckiego.

Zajmuje łącznie teren 13 ha, na których prezentowane są zabytki kultury ludowej. Ochroną objętych jest tu blisko 8 tysięcy zabytków i eksponatów. Na szczególną uwagę zasługuje wieża winiarska z Budachowa (XVIII w.) oraz najstarszy (1675 r.) zachowany do dziś obiekt mieszkalny z Potrzebowa.

Muzeum Etnograficzne oferuje program edukacyjny, podczas którego dowiedzieć można się jak wykonywano codzienne zajęcia w gospodarstwach z odległych dla nas czasów. Ponadto poznać można tajniki tradycyjnego wiejskiego rzemiosła i sztuki.



Sulechów i okolice

Dawny Zbór Kalwiński – położony w sąsiedztwie Zamku, wzniesiony w latach 1752-65, prezentuje późnobarokową formę architektoniczną. Gmina kalwińska powstała w Sulechowie w 1683 r.

Zamek – obecna bryła Zamku nosi charakter późnoklasykistyczny, z widocznymi na elewacji fragmentami XVIII-wiecznych dekoracji pilastrowych. W jego pokojach w roku 1701, z polecenia króla Prus Fryderyka I, otwarto kaplicę

kalwińską nazywaną Kościołem Zamkowym.

Jezioro Wojnowskie – swoim wyglądem przypomina literę Y, składa się z dwóch odnóg, każda długości ok. 3 km i szerokości ok. 0,4 km, zbiegających się ku południu w trzecią odnogę długości ok. 1 km. Prawe ramię przecina most. Na jednym końcu części zachodniej znajduje się śluza, która reguluje przepływ wody. Dzięki niej nie ma między innymi gwałtownych spływów. Maksymalna głębokość jeziora wynosi 9,7 m.

Jego powierzchnia natomiast – 229 ha. W większości brzegi są dość wysokie, piaszczyste, porośnięte lasem sosnowym.

Pałac w Wojnowie Z pałacem nad jeziorem związana jest Juliana, matka obecnej królowej Holandii, Beatrix. Juliana wyszła bowiem za mąż za wojnowskiego księcia Bernarda. Na początku XX w. majątek Wojnowo należał do niemieckiej księżęcej rodziny Lippe-Biesterfeld. Młode małżeństwo odwiedziło dobra rodzinne wraz z roczną córką Beatrix. Po latach, w 1974 r., już 63-letni książę po raz pierwszy po wojnie znów przyjechał w rodzinne strony. Każdego roku chętnie bywają tu holenderscy turyści. Po 1945 r. w pałacu ulokowano sanatorium dla dzieci i mimo rozmaitych przekształceń formalnych, obiekt wciąż spełnia podobną rolę.

Jezioro Liny Liny to kolejna perełka okolicy. Niewielkie jezioro, niektórzy mówią o nim – oczko. Jego głębokość sięga dziesięciu metrów w centralnej części. Jezioro jest zarybione, więc często korzystają z niego wędkarze. W pobliżu znajduje się ośrodek wypoczynkowy ze sporą liczbą domków.



Port Lotniczy Zielona Góra - Babimost

Port lotniczy był po II wojnie światowej wojskowym lotniskiem. Pierwszy lot pasażerski do Warszawy odbył się 24 czerwca 1977 roku. Port lotniczy posiada terminal lotniczy o przepustowości ok. 500 tys. pasażerów rocznie. Teren portu zajmuje 450 ha. Zabudowa portu zawiera m.in. terminal pasażerski, terminal cargo, budynki technicznego zabezpieczenia, siedzibę lotniskowej straży pożarnej oraz 16 hangarów.

Kościółek w Kłępsku

Stanowi perłę architektury sakralnej na terenie Gminy Sulechów. Położony w odległości 9 km na wschód od Sulechowa w kierunku Babimostu, zaliczany jest przez historyków sztuki do czołowych zabytków materialnej kultury sakralnej w Europie Środkowej. Obiekt o konstrukcji szachulcowej, z aranżacją przestrzeni zgodną z duchem ortodoksyjnego luteranizmu przełomu XVI i XVII wieku. Największym bogactwem kościoła jest jego urzekająca polichromia. W świątyni znajduje się aż 117 biblijnych malowideł. Ciekawe architektonicznie obiekty budowlane znajdują się również w innych podsulechowskich wsiach:

Łęgowo – pomnik pamięci I wojny światowej, postawiony w 1922 r.; kościół parafialny z 1930 r.; zespół dworski, który dawniej składał się z pałacu, zabudowy folwarcznej i parku;
Buków – kościół filialny z II połowy XIX w.; pałac zbudowany ok. 1870 r.; park podworski o powierzchni 4,14 ha z licznymi pomnikami przyrody; zabudowa folwarczna z końca XIX w.;
Kruszyna – pałac klasycystyczny z przełomu XVIII i XIX w.; dworek klasycystyczny z 1816 r.;

Kalsk – kościół filialny pw. Matki Boskiej Częstochowskiej późnogotycki, zbudowany w połowie XVI w.; kaplica nagrobna z pierwszej połowy XIX w.; pałac rodziny von Sydow z drugiej połowy XIX w.; obecnie znajduje się tu Filia Uniwersytetu Zielonogórskiego w Sulechowie; park podworski; **Kije** – młyn wodny tzw. Wielki Młyn; neogotycki kościół parafialny z drugiej połowy XIX w.; park podworski; **Mozów** – kościół filialny z końca XIX w.;

Trzebiechów i okolice

Kościół parafialny pod wezwaniem Wniebowzięcia Najświętszej Marii Panny, zbudowany w 1840 roku według projektu powstałego w pracowni Schinkla, na miejscu wcześniejszego, XIV-wiecznego, przebudowanego w 1654 roku. Zespół pałacowy wielokrotnie przebudowywany, ostatni raz w 1902 roku. Jego obecny kształt wpisuje się w nurt francuskiej architektury rezydencjalnej XVIII w. Obiekt ten został wzniesiony przez ówczesnego właściciela Trzebiechowa księcia Henryka Reussa. Projekt przebudowy wykonał Viktor Rumpelmajer. Dom Pomocy Społecznej w Trzebiechowie – dawne sanatorium powstałe w latach 1902-1905 w nurcie neorenesansu północnoniemieckiego. Wystrój wnętrz oraz wyposażenie zaprojektował Henry van de Velde.



Świdnica

Kościół Matki Bożej Królowej Polski zbudowany został w latach 1794-1796 jako barokowy zbór ewangelicki. Neogotycka wieża o strzelistym hełmie została dobudowana w 1876 roku. Z wyposażenia ciekawą jest otwierany barokowy ołtarz główny oraz neobarokowy prospekt organowy z 1795 roku. Organy te są najstarszymi na Ziemi Lubuskiej. Wnętrze kościoła zdobą sceny ze stropu znajdującego się pierwotnie w kościele ewangelickim w Kożuchowie. Sceny przedstawiają wydarzenia z Pisma Świętego. **Kościół św. Marcina Biskupa** – najstarszą budowlą w Świdnicy. Został wybudowany w XIV w. i łączy elementy trzech epok: gotyku, renesansu i baroku. Warto obejrzeć ołtarz barokowy z XVIII w., a także bardzo ciekawe renesansowe epitafium Kietliczów z XVI i XVII stulecia wykonane z alabastru i piaskowca. Kościół otacza częściowo zachowany kamienny mur z barokową bramą. W 2007 roku w podziemiach odkryto kryptę z sarkofagami mającymi ponad 500 lat. Kolejne badania geologiczne pokazały, że krypta jest

oficyna podworska, dawniej wchodziła w kompleks pałacowy (nie zachowany), z przełomu XVIII – XIX w.; park podworski; **Cigalice** – kościół parafialny pw. Św. Michała Archanioła powstał w 1900 r.; most żelazny z 1925 r.; zabytki architektury obronnej m.in. kopuła zaszypanego schronu obserwacyjnego nr 712, schrony bojowe nr 702, 708, 711; **Pomorsko** – kościół filialny z 1858 r.; pałac z XVIII w.; oficyna obok pałacu, z końca XVIII w.; park podworski.

o wiele więcej. Podobno kościół jest położony podziemnym przejściem ze stojącym po drugiej stronie ulicy renesansowym dworem Kietliczów, w którym siedzibę ma Muzeum Archeologiczne Środkowego Nadodrza. **Krzystkowice** – była fabryka amunicji Ruiny poniemieckiej fabryki amunicji. Dynamit AG – Fabrik Christianstadt powstała i funkcjonowała w okresie II wojny światowej. Na fabrykę składało się kilkaset budynków rozlokowanych na ok. 35 km² powierzchni.

Visit Zielona Góra***

Stary Rynek 1 (Ratusz)
65-067 Zielona Góra
tel. +48 68 323 22 22
info@visitzielonagora.pl
www.visitzielonagora.pl

BIOOIL

BIOOIL
LABORATORIUM



Zielonogórska firma Laboratorium BIOOIL jest producentem i dostawcą najwyższej jakości olejów tłoczonych na zimno. W swojej ofercie posiada szeroką gamę produktów BIO, do produkcji których wykorzystuje się starannie wyselekcjonowane i przebadane surowce, pochodzące wyłącznie z certyfikowanych upraw.

Tłoczone na zimno, nieocyszczone i nierafinowane oleje zachowują najcenniejsze właściwości biologiczne nasion, z których zostały wytoczone, mają wspaniałą, naturalny aromat i smak.

Naszym flagowym produktem jest bez wątpienia najwyższej jakości wysokolinolowy olej lniany. Dzięki zawartości kwasów Omega 3 (NNKT) na poziomie powyżej 50% jest doskonałym produktem do diety dr Budwig. Olej lniany, wprowadzony do codziennej diety, znacząco urozmaici jadłospis, a przy tym

dostarczy niezwykle cennych dla naszego organizmu kwasów Omega 3. Olej lniany można wykorzystać m.in. do przygotowania past kanapkowych na bazie chudego twarogu i odrobiny jogurtu. Potem pastę można dowolnie komponować, nadając jej ulubiony smak.

Przepis na pastę budwigową (do kanapek, naleśników itp.)

Składniki:

- 250 g chudego twarogu
- 4-8 łyżek oleju lnianego
- jogurt naturalny 2-4 łyżek (aby otrzymać pożądaną konsystencję)
- dodatki według kulinarnych upodobań (np. na słodko z miodem i owocami, wytrawnie z czosnkiem i bazylią, ostro z papryką)



Proponujemy także oleje lniane w wersjach smakowych, które doskonale nadają się do sałatek, koktajli czy owsianek. Ciekawostką jest fakt, że tłoczony na zimno olej kokosowy, który oferujemy naszym Klientom w wersji konwencjonalnej i BIO, jest przez nas produkowany na miejscu. Konsumenci doceniają jego piękny zapach i walory smakowe, stosując go z powodzeniem jako zamiennik tradycyjnych tłuszczów (idealnie nadaje się do gotowania, pieczenia i smażenia). Czerpiemy z natury, dostarczając naszym Klientom produkty, które wzbogacają prawidłową dietę, korzystnie wpływając na zdrowie i samopoczucie. Chcąc w pełni korzystać z ich dobrodziejstw, należy spożywać je wyłącznie na zimno (wyjątek stanowi olej kokosowy). Oleje i produkty sypkie Laboratorium BIOOIL od ponad 10 lat goszczą w polskich kuchniach, są doceniane i nagradzane (Dobra Marka, Super Marka, nagrody targowe oraz wyróżnienia w plebiscytach konsumentów). Cieszymy się Państwa zaufaniem i każdego dnia dokładamy wszelkich starań, aby na Państwa stoły trafiły wyłącznie produkty najwyższej jakości, przebadane, pełnowartościowe, a przy tym o pięknym naturalnym smaku i aromacie.

Laboratorium
BIOOIL

ul. Dekoracyjna 3
65-155 Zielona Góra
biooil@biooil.com.pl
www.biooil.com.pl
tel. +48 68 41 11 338

Dwór Kolesin

Dwór Kolesin to hotel położony w pięknym otoczeniu przyrody. Naszą ambicją jest, by nasi goście czuli się tutaj sobą i u siebie. Znajdujemy się w Kolesinie, na uboczu spokojnej wsi na Babimojszczyźnie, w sercu Ziemi Lubuskiej. Łatwo do nas dotrzeć samochodem i samolotem, ze względu na bliskość autostrady i lotniska.

Baza noclegowa

Oferujemy ponad 100 miejsc noclegowych w komfortowo wyposażonych pokojach. Nasze wnętrza zaprojektowaliśmy i urządziliśmy w nowoczesnym stylu, dbając zarówno o ich estetykę, jak i maksymalną wygodę. Nasze pokoje posiadają pełen węzeł sanitarny, klimatyzację, TV, Telefon, Internet.

Idealne miejsca na przyjęcia okolicznościowe i towarzyskie

Dwór Kolesin to idealne miejsce na przyjęcie okolicznościowe i towarzyskie. Nasze wesela są inspirowane naturą i historią Dworu Kolesin. W organizacji i aranżacji uroczystości w plenerze, wystroju wnętrz, dekoracji stołów weselnych, sesji zdjęciowych wykorzystujemy naturalne i historyczne bogactwo terenu. Ekskluzywna restauracyjno-taneczna sala weselna pomieści ponad 100 osób. Jej układ i wystrój dostosowujemy do oczekiwań najbardziej wymagających Klientów.

Centrum konferencyjne

Dwór Kolesin to także profesjonalnie i kom-



fortowo urządzone centrum konferencyjne. W naszych pomieszczeniach odbywają się konferencje, szkolenia, spotkania biznesowe. Oferujemy 3 przestronne sale konferencyjne wyposażone w nowoczesny sprzęt, które mogą pomieścić ponad 100 osób. Oferujemy sale szkoleniowe, które doskonale nadają się do spotkań edukacyjnych i biznesowych.

Sport i rekreacja

Amatorom aktywnego wypoczynku oferujemy kajaki, żeglarstwo, windsurfing, nurkowanie i rowery wodne. Sąsiedztwo Dworu obfituje w atrakcje turystyczne, szlaki biegowe lub rowerowe. W naszej sali lustrzanej regularnie odbywają się zajęcia fitness. Co roku organizujemy piknik sportowy dla całych rodzin – „Aktywnie na Dworze”.

Jedynie w regionie EKO

SPA nad jeziorem

Nasze SPA nad jeziorem jest jedynym w regionie EKO SPA nad jeziorem – kompleksem saun, bali i jacuzzi na świeżym powietrzu! W naszym EKO SPA pod chmurką Goście nie tylko wspaniale wypoczną, ale i poprawią swoją kondycję zdrowotną. Odnowę ciała i duszy wspomogą także masaże i inne zabiegi na ciało, będące stałą ofertą naszych pakietów pobytowych.

Pakiety pobytowe

Pakiety pobytowe nad Jeziorem Wojnowskim stworzyliśmy

z myślą o osobach chcących zrelaksować się, spędzić aktywnie czas z dala od zgiełku miast, nad Jeziorem Wojnowskim. W ofercie naszych pakietów pobytowych każdy znajdzie coś dla siebie i swoich najbliższych. Wykorzystując wszystkie zalety okolicy, czer-

piąc jak najwięcej z natury łatwo jest się nam kierować zasadami **Slow Life**. W **Dworze Kolesin** każdy może zwolnić, delektować się chwilą, złapać oddech... **Po prostu otrzymać zastrzyk pozytywnej energii!**

Tatar z dyni odymiony lipą z naszego dworu

Składniki:

Tatar	Grzanka ziołowa
• dynia Nelson	• 2 małe grzanki
• tabasco	• zioła polskie
• miód lipowy	• masło
	• sól
Dressing	Dodatki:
• marynowane grzybki	• jajo przepiórcze
• musztarda dijon	• ogórek konserwowy
• sól	• cebulka
• pieprz	• kapary

Aromatyczny dym:

- suszone kwiaty Lipy i kora z Lipy

Sposób przygotowania:

Pokrojoną dynię pieczemy przez 50 minut w temperaturze 150 stopni. Po upływie czasu zostawiamy do wystudzenia. Grzybki marynowane miksujemy z miodem, musztardą dijon oraz odrobiną soli i pieprzu. Ogórka, kapary i cebulkę kroimy w drobną kosteczkę. Grzankę posmarowaną masłem i posypaną ziołami polskimi i solą smażymy na patelni grillowej, aż się zarumieni. Ostudzoną dynię obieramy ze skórki i miksujemy z tabasco, odrobiną miodu lipowego i solą (dodajemy według uznania). Smażymy jajo przepiórcze. Na talerzu formujemy, za pomocą ringu, piramidkę z dyniowego tataru. Układamy artystycznie dodatki: grzankę, dressing, pokrojonego ogórka, cebulkę i kapary oraz usmażone jajko przepiórcze. Dekorujemy pięknymi kwiatkami. Tatar z dyni odymiamy aromatycznym dymem z kwiatów i kory Lipy. Podajemy i rozkoszujemy się niepowtarzalnym smakiem. Nie zdradzamy dokładnych proporcji, bo to nasza tajemnica kulinarna. Aby ją poznać najlepiej odwiedzić nas i skosztować, jedyny taki w regionie, Tatar z dyni odymiony Lipą z naszego Dworu.



Dwór Kolesin

Kolesin 14
66-110 Babimost
tel. +48 571 245 145
repcja@dworkolesin.pl
www.dworkolesin.pl
www.facebook.com/dworkolesin/

Karczma Taberska

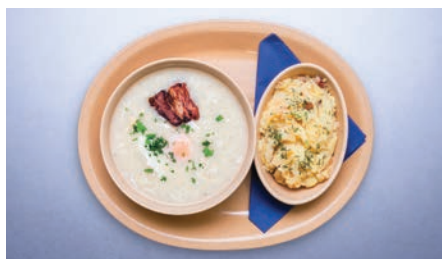
Karczma zachwyca swoim wyglądem, kafłowymi piecami, zgromadzonym starym sprzętem związanym z gospodarką. Są też przyjazne zwierzęta... I łopaty piekarnicze, na których wyryto nazwiska Krumskich Osobowości. Wymyślono tę nagrodę, by docenić tych wielkich ludzi, którzy o sławę nie zabiegają, a dla lokalnej społeczności są prawdziwymi autorytetami.

Dlaczego właśnie takie narzędzie? – Bo mój ojciec, Alfons Reimann, był piekarzem i to ma symbolizować szacunek dla wszystkich ludzi żyjących z pracy własnych rąk – tłumaczy pani Jolanta. Dużo pracy ona, jej mąż, jak i dalsza rodzina, musieli włożyć, by Karczma Taberska tak pięknie dziś wyglądała. Ale to jeszcze nie wszystko. Także Kolesin uratowali od ruiny i zapomnienia. Choć nie znamy dokładnie daty wzniesienia dworu, to założenie budowy wskazuje na XVI – XVII wiek. Można sądzić, że drzewa w parku mają 250 i więcej lat. W latach 50. XX wieku utworzono z dóbr kolesińskich Państwowe Gospodarstwo Rolne (PGR). W 1995 roku dwór wszedł do zasobu Agencji Własności Skarbu Państwa, natomiast od 1998 roku stanowi własność prywatną. Dziś to magiczne miejsce, m.in. dzięki Markowi Taborskiemu, który jest złotą rączką i wszystko potrafi zrobić. I odkryć to, co zakryte m.in. piwniczkę, która była całkowicie zakopana. Wiedział, że gdzieś tu musi być. – Teraz mówię naszym gościom, zwłaszcza tym małym, że to lodówka bez prądu – pokazuje piwniczkę Jolanta Taberska. I dodaje, że to edukacyjna ścieżka „10 kroków w głąb ziemi. I ekologiczne spa. Tam, gdzie kiedyś było



Ellie Sadj Photography

wysypisko śmieci. Nikt tu nie wszedł suchą stopą. Obecnie są zimne źródła. Obok wielkie drewniane jacuzzi. – Całą zimę chodzimy dwa razy w tygodniu do źródeł. A potem do ciepłego jacuzzi – mówią gospodarze. Zewsząd roznoszą się zapachy ziół, których tu bez liku. W sam raz do regionalnych trunków i potraw. Można godzinami siedzieć na ławce czy pomoście, przyglądając się jezioru Wojnowskiemu, delektować ciszą i wonią tutejszych roślin. A jak się ktoś znudzi, popływać na kajaku, rowerku, zatańczyć w sali balowej albo zajrzeć do restauracji lub do spichlerza, gdzie mistrz świata w tańcach latynoamerykańskich (znany też jako juror programu „Taniec z gwiazdami”) Michał Malitowski sam trenuje i udziela lekcji tancerzom z całego świata. Bo jak mówi, tu czuje się najlepiej. Wśród rodziny i swojej małej ojczyzny.



4 jaja – roztrzepać. Zagotować. Na koniec wbić 4 jaja i zostawić, aby się ścięły, dodać śmietaną. Podawać z purée ziemniaczanym. Ziemniaki okrasić usmażonym boczkiem z cebulką.

Placek na „ruchadłach” (drożdżach) ze śtrojzlami (z kruszonką)

Składniki:

- 0,5 kg mąki
- 10 dkg cukru
- 10 dkg masła lub margaryny
- 2 jaja
- 5 dkg drożdży
- 1 szklanka mleka
- szczypta soli

Mąka, cukier, jaja i sól – wymieszać. Dodać rozrobione w mleku drożdże, masło lub margarynę, dolewać pozostałe mleko i wyrobić. Włożyć na blachę, poczekać aż trochę wyrośnie, dodać owoce (jabłka, śliwki, powidła) i posypać śtrojzlami (okruszkami). Piec w 180° stopniach 30 minut. Śtrojzle – masło, cukier i mąkę połączyć, formować małe okruszki. Smacznego!



Karczma Taberska

Janowiec 1
66-111 Nowe Kramsko
info@karczmataberska.pl
tel: +48 68 351 11 30, +48 505 213 677

Pasieka „ALEK”

Przepis na miodówkę

Składniki:

- 0,5 l spirytusu
- 1 kg cytryn
- 2 szt. limonki
- 200 gram miód

Cytryny obrać dokładnie z białego mięszu (aby nie było w smaku gorzkiego), natomiast limonki sparzyć i pokroić w ćwiartki i ze skórką wrzucić do garnka. Wlać miód i pół litra wody. Gotować 20 minut, ostudzić, przelać przez sitko i wlać spirytusu. Wstawić na kilka dni do lodówki. Pić lekko schłodzone.



Pasieka „ALEK” Agnieszka Dawid Grześkowiak

Radomia 1a
66-008 Świdnica
Pod tym adresem można kupić miód i produkty z pasieki. Posiadamy miody: rzepakowy, akacjowy, lipowy, wielokwiatowy, wrzosowy. Mamy też pyłek kwiatowy i propolis „kit”

Miejsce z duszą i historią

Reaktywowana dawna piekarnia, gościnny dom i ogród pełen starych śliw. Teren działań fundacji Wolne Życie – odbywają się tu warsztaty ceramiczne, kulinarne, relaksacyjne. Gospodarze polecają własne pieczywo na naturalnym zakwasie i ręcznie robione makarony. Niedaleko domu urokliwie przepływa Odra, a okolice lasy obfitują w grzyby, jagody i inne skarby natury. Cisza, spokój i czyste powietrze – to charakter tego miejsca. Tu można żyć wolniej.



Prosty Makaron Trofie

400 g ciasta, porcja dla średniogłodnych 4 osób.

Składniki:

- 320 g mąki pszennej
- sól
- woda

Przygotowanie:

Na stolnicy usypać kopiec z mąki i połączyć z letnią wodą oraz szczyptą soli. Wyrabiać ciasto do uzyskania jednolitej, gładkiej masy. Uformować z ciasta kulę, nakryć wilgotną ściereczką, pozostawić pod przykryciem na ok. 40 minut. Odrywać kawałki ciasta, nie większe niż ziarno grochu. Spłaszczyć i skrócić palcami w spiralki. Makaron zostawić na wysypanej mąką stolnicy na ok. pół godziny, by odpoczął. Ugotować we wrzącej, osolonej wodzie. Odcedzić, gdy wypłynie na wierzch. Do zrobienia makaronu można też użyć innej mąki (kasztanowej, gryczanej) lub dodać do mąki zioła, szpinak, otręby... Podawać z ulubionym sosem lub pesto genovese.

Voilà!



Przemek Zieliński

ul. Chrobrego 60
Pomorsko
tel. +48 665 765 001
e-mail: pz@idea4.pl

Winnica Pod Lipą

Winnica Pod Lipą położona jest w miejscowości Górzykowo, w województwie lubuskim, 20 km od Zielonej Góry. Założona w 2008 roku, zajmuje powierzchnię 1,5 ha. Winnica nazwę zawdzięcza ogromnej starej lipie, rosnącej na szczycie winnego wzgórza.

W sprzyjającym klimacie pradoliny Odry rośnie ponad 2,5 tysiąca krzewów, w większości odmiany winorośli szlachetnej, vitis vinifera: Riesling, Pinot Gris, Pinot Noir, Traminer oraz hybrydy Regent i Johanniter.

W Winnicy Pod Lipą z ręcznie zerwanych i starannie wyselekcjonowanych gron powstają wina białe, wytrawne Riesling, Traminer i Johanniter, Pinot Gris czerwone Pinot Noir i Regent oraz różowe z odmiany Regent. Wino czerwone dojrzewa w beczkach z polskiego dębu.

Do zwiedzania Winnicy Pod Lipą zapraszamy od kwietnia do października.

W nowoczesnej winiarni oferujemy degustację wina, omówienie procesów winifikacji, zwiedzenie przetwórni oraz piwnicy wina. Do wina proponujemy chleb, ser i owoce od okolicznych rolników. Proponujemy spacer po winnicy, poznanie szczepów winorośli uprawianych w naszym regionie.

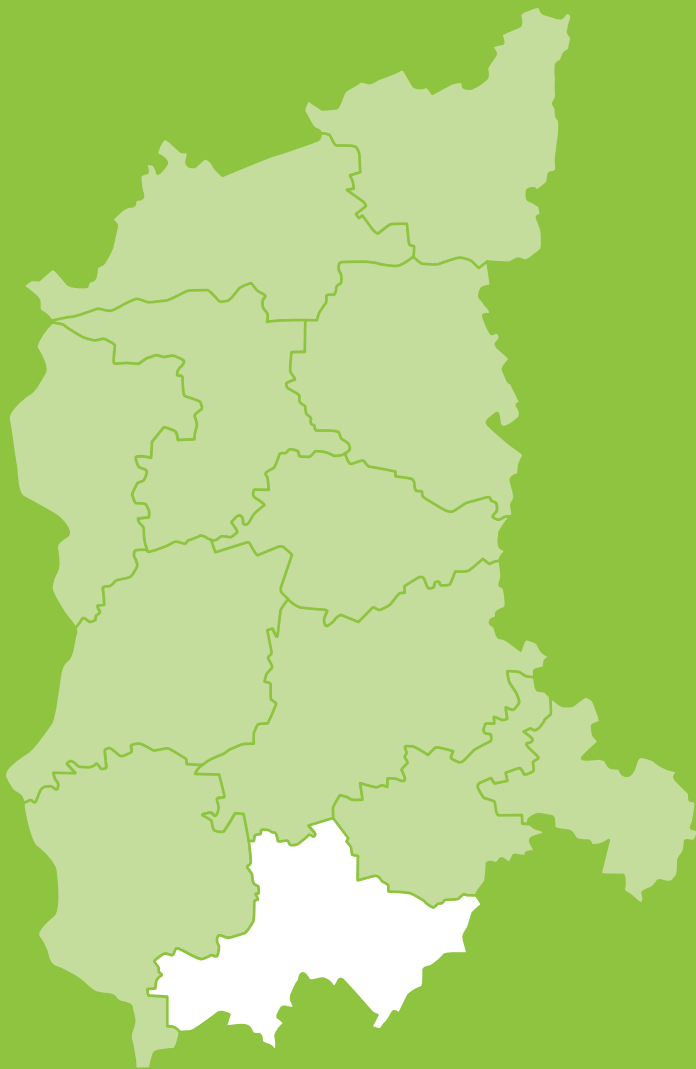
Na terenie winnicy znajduje się kort tenisowy, boisko do koszykówki oraz duża szachownica.



Winnica Pod Lipą

Górzykowo 44 A
66-131 Cigacice
GPS: N 52°2'10.734" E 15°38'8.602"
e-mail: info@winnicapodlipa.pl
www.winnicapodlipa.pl
Facebook: Winnica Pod Lipą

Powiat żagański



Powiat Żagański - położony jest w południowo-zachodniej części województwa lubuskiego, na pograniczu Niziny Śląskiej i Gór Kocich. Na terenie powiatu rozpościerają się Bory Dolnośląskie, skąd wypływają i wpadają do rzeki Bóbr jej lewostronne dopływy: Kwisa i Czerna.

Atrakcją powiatu żagańskiego, jest znaczna powierzchnia lasów obfitujących w runo leśne, liczne rejonu łowieckie, rzeki oraz zbiorniki wodne. Spotkać można wiele gatunków chronio-

nych zwierząt, jak: żurawie, cietrzewie, głuszce. Interesującym przedstawicielem flory jest m.in. wawrzynek wilczełyko, pióropusznik strusi, paprotnik kolczasty, konwalia majowa, kosmatka oraz fenomen przyrodniczy jakim dąb szypułkowy „Chrobry”, który liczy sobie około 760 lat, ma 992 cm w obwodzie, a wysokość wynosi 28 m. Jest on trzecim dębem w Środkowej Europie pod względem wymiarów. Niestety został podpalony. Jest jednak nadzieja, że będzie dalej rósł.

ŻAGAŃ

Zespół Pałacowo - Parkowy Pałac Książęcy w Żaganiu

usytuowany na miejscu średnio-wiecznego zamku. Od północy i zachodu zwrócony jest w stronę miasta, natomiast od południa i wschodu otoczony rozległym parkiem krajobrazowym, przez który przepływa rzeka Bóbr. Obecny wygląd pałacu ukształtowany został w okresie baroku i łączy w sobie cechy właściwe barokowym pałacom francuskim oraz włoskim. Okalający pałac **park miejski, dawniej książęcy**, należy do obiektów najwyższej rangi. Uznawany już przed II wojną światową za najpiękniejszy na Śląsku i jeden z najwspanialszych w Europie Środkowej, jest jednym z największych zabytkowych parków miejskich w Polsce. Jego obecna postać ukształtowana została w XIX wieku, za czasów księżnej Doroty, przez Książęcego Inspektora Ogrodów i Parków Oskara Teicherta.

Poaugustiański Zespół Klasztorny - Pomnik Historii

Zespół złożony jest z kościoła parafialnego, dawnego klasztoru i konwiktu oraz spichlerza



klasztornego. Usytuowany jest w północno-zachodniej części starego miasta. Zabytki należące do Dawnego Opactwa Augustianów w Żaganiu stanowią jedne z najwysmienitszych obiektów sakralnych w Polsce. W 2011 roku decyzją prezydenta Bronisława Komorowskiego zyskały status Pomnika Historii. W Kościele pw. Wniebowzięcia NMP uwagę zwracają stalle z 1695 r., gotycki sarkofag księcia głogowsko-żagańskiego Henryka IV oraz XVI-wieczny ołtarz Św. Trójcy. Co ciekawe,

w 1769 r. na wieży kościoła zainstalowano pierwszy na Śląsku piorunochron. Wnętrza biblioteki mieszczącej się w klasztorze zdobią dobrze zachowane do dziś freski wykonane przez G.W. Neunherza. Biblioteka słynie z doskonałej akustyki dzięki odpowiednio ukształtowanemu sklepieniu szeptanemu - szeptem można w niej porozumieć się będąc nawet w przeciwnych miejscach pomieszczenia. Żagański Komplex Obozów Jenieckich Historia Żagania jest od XIX w. nierozłącznie związana z istnieniem na jego obrzeżach obozów, przeznaczonych dla jeńców wojennych. Najwcześniejszy ich





złapana, a pięćdziesięciu dla przestrogi rozstrzelano. O historii tej ucieczki nakręcono nawet film – The Great Escape.

Zespół Szpitalny św. Doroty
XIX-wieczny kompleks szpitala św. Doroty składa się z kościoła pw. Krzyża Świętego, kapliczki Loterańskiej, właściwej siedziby szpitala z kaplicą pw. św. Doroty oraz zbudowanych później kilku budynków dodatkowych, z których wyróżnia się tzw. Dom Marii usytuowany przy ulicy Żelaznej. Autorem projektu szpitala był nadworny architekt księżnej żagańskiej Doroty, Leonard Dorst Schatzberg. Budowla utrzymana jest w stylu gotyckim.

Dom Wdowi

Pałac nazywany „Domem Wdowim” jest obecnie siedzibą Urzędu Miasta w Żaganiu. Obiekt stanowi jeden z najcenniejszych przykładów architektury klasycystycznej, jakie zachowały się na terenie województwa lubuskiego. Pałac został zbudowany w 1793 roku z polecenia księcia kurlandzkiego Piotra Birona, który przeznaczył go dla swojej małżonki, księżnej Anny Doroty. Po śmierci księcia nazwano go „Domem Wdowim”.

Mury Miejskie

Miasto otoczone zostało murami i fosą na początku XIV w. W XVIII-XIX w. mury wraz z bramami popadły w ruinę i uległy częściowej rozbiórce. Zachowane do dziś fragmenty usytuowane są wzdłuż ulic: Wałowej, Keplera, Gimnazjalnej, Sobieskiego, Rybackiej oraz w ścianach zabudowań poaugustiańskich.

rodowód – to 1813 rok. Z tego okresu zachował się zdewastowany cmentarz żołnierzy wojsk napoleońskich. W czasie II wojny światowej Urząd ds. Jeńców Wojennych uruchomił na terenie Żagania kompleks obozów jenieckich. W otwartym w 1939 r. **Stalagu VIII C** przetrzymywano ok. 49 tys. żołnierzy. Stalag VIII C był największym obozem jenieckim w VIII Okręgu Wojskowym Wehrmachtu. W 1942 r. w sąsiedztwie Stalagu VIII C powstał jeniecki obóz dla oficerów lotnictwa brytyjskich i amerykańskich sił powietrznych – Stalag Luft III. Jeńcy tego obozu wielokrotnie próbowali organizować ucieczki. Do najbardziej brawurowej z nich, zwanej Wielką Ucieczką, doszło w nocy z 24 na 25 marca 1944 r. Wówczas z terenu obozu tunelem „Harry” udało się uciec ponad 70 jeńcom. Większość z nich została później



SZPROTAWA

Posiada bardzo bogatą historię sięgającą roku tysięcznego oraz szereg interesujących zabytków świadczących o minionej świetności tego miasta. Niewątpliwą atrakcją na skalę ponadregionalną jest szprotawski ratusz, który powstał w połowie XVIII stulecia. Jego niecodzienność to dwie wieże.

IŁOWA

Miasto ogrodów

Rozwój ogrodnictwa w XVII w. i założenie parku na początku XX w. określiły charakter Iłowej. Znajdujące się u nas ogrody, zwłaszcza chiński i japoński, wyznaczyły nowy kierunek w zagospodarowywaniu przestrzeni miejskiej. Miasto i okolice urzekają również obiektami o ciekawej architekturze – pamiętkami po niemieckiej przeszłości. Przyjeżdż tutaj, a poczujesz siłę magnetyzmu Iłowej.

Park Dworski

Park jest nie tylko urokliwym miejscem rekreacji i wypoczynku. Romantyczna sceneria to znakomite tło sesji fotograficznych. W starszej części znajdują się ogrody, angielski i francuski.

Pierwszy japoński ogród w Europie

Szczególną wartość ma jednak ogród japoński z herbaciarnią, kamiennymi latarniami, mostkami – **pierwszy japoński ogród w Europie!** Został założony na początku XX w. z inicjatywy hrabiego Fryderyka von Hochberga Fürstensteina, właściciela pałacu oraz parku w latach 1902-1921, pasjonata sztuki ogrodniczej, znawcy sztuki orientu. Układ ścieżek, kanałów, sztuczne jezioro i wyspy zachowane są do dziś.

Ogród chiński

W ogrodzie chińskim uwagę zwracają bramy księżycowe – dwa ceglane mury z owalnymi i okrągłymi otworami. Przekraczając je, dochodzi się do mostku miłości z chińską pagodą.

Pałac w Iłowej

By wejść do kompleksu parkowego, trzeba przekroczyć piękną szachulcową bramę. W parku, przez który przepływa rzeka Czarna Mała, od razu zwrócisz uwagę na dwuskrzydłowy pałac, zbudowany w epoce renesansu i baroku. Na przełomie XIX i XX w. budynek został wzbogacony m.in. o wieżę i tarasy.

Królestwo dali

Kwiat, który rozślawił miasto.

W Iłowej wyhodowano jedno z pierwszych dali w Europie. Do rozwoju lokalnego ogrodnictwa w XVII stuleciu przyczynił się hrabia Fryderyk von Promnitz. Co roku w maju odbywa się tu Święto Parku Dworskiego oraz Święto Kwitnących Azalii (w Szkółce Krzewów Ozdobnych Pudełek). Bądź naszym gościem



Informacja Turystyczna w Żaganiu***

ul. Szprotawska 4 (Pałac Książęcy)
68-100 Żagań
tel +48 68 477 10 01
it@um.zagan.pl
www.urzadmiaста.zagan.pl

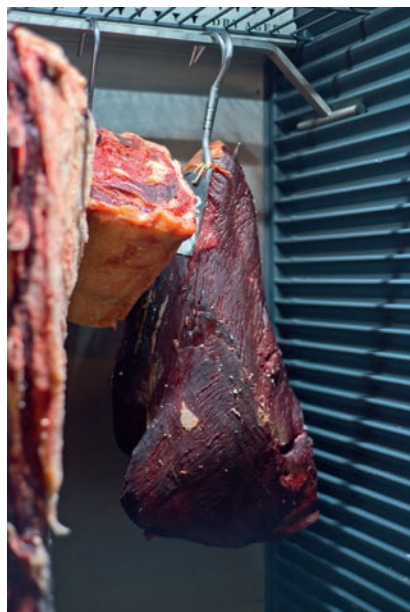
Rezydencja Janków

Hotel ulokowany jest przy trasie Wrocław-Berlin oraz w pobliżu malowniczych Borów Dolnośląskich, stynących z obfitych grzybobrań. Budowa Rezydencji została ukończona w 1892 roku. Świetność odzyskała w kwietniu 2002 roku, kiedy to została odrestaurowana oraz oddana do użytku.

W hotelu do Państwa dyspozycji znajdują się pokoje 1-osobowe, 2-osobowe i 3-osobowe. Każdy z nich cechuje się wysokim standardem, przestronnością i kunsztem aranżacji. W trosce o komfort Gości, wyposażono je w telewizor i radio, a oprócz tego na terenie całego hotelu istnieje możliwość skorzystania z bezprzewodowego Internetu.

Z myślą o tych z Państwa, którzy cenią sobie luksus, przygotowano urokliwy apartament z widokiem na nasz ponad 100-letni park.

Rezydencja Janków to nie tylko eleganckie pokoje, to także zachwycające sale restauracyjne, stanowiące doskonałe tło dla każdej z wymarzonych przez Państwa uroczystości. W zależności od potrzeb i gustu możemy zaoferować swoim gościom salę: kominkową, witrażową, bankietową bądź też oranżerię.



Stek z Rostbefu

Mięso pochodzi z hodowanych przez nas krów z rasy Limousin. Przed podaniem, każdy stek spędza około dwudziestu czterech dni w specjalnej szafie do dojrzewania mięsa, w której w odpowiednich warunkach nabiera właściwych walorów smakowych, aromatu i kruchości. Soczyste kawałki mięsa przygotowujemy na patelni grillowej, która nadaje mu wyrazisty smak i kolor. Aby mięso było miękkie przyprawiamy je dopiero po usmażeniu na drewnianej desce grubą solą oraz pieprzem młotkowanym.



Łowski pasztet cielęcy

Jest to jeden z naszych najbardziej flagowych produktów, przygotowany z cielęciny, wątróbki z gęsi, wędzonego boczku, orzechów laskowych i borowików. Zapieczony w kamionce pozostaje miękki i pełny aromatu wędzonego mięsa. Podajemy go ze słodkim musem żurawinowym pozwalającym na uzyskanie pysznego kontrastu.



Rezydencja Janków
Hotel, Restauracja

ul. Kolejowa 15 68-120 Hłowa
tel. +48 68 36 00 331
hoteljankow@wp.pl

Motyka Wędliny Tradycyjne



Tradycja

Nasza Masarnia już od 30 lat zajmuje się wyrobem wędlin tradycyjnych najwyższej jakości. Siedzibą jest wieś Wrzesiny, w województwie lubuskim. To tutaj sięgają korzenie i tradycje rodzinne, które dały początek tej wielkiej przygodzie ze sztuką masarską. W otoczeniu natury i zieleni, daleko od zgiełku miasta i wszelkich zanieczyszczeń.

Świeżość

Wiemy jak ważna jest świeżość, dlatego sami robimy półtusze wieprzowe i wołowe, stale kontrolując jakość mięsa dostarczanego do naszych sklepów.

Smak

Nasze wędliny powstają tylko ze świeżego mięsa najwyższej jakości, soli i naturalnych świeżo mielonych przypraw. Wszystko jest pracą ludzkich rąk, od rozbioru mięsa przez formowanie i przyprawianie, kończąc na wędzeniu w tradycyjnej wędzarni opalanej drewnem. Nie stosujemy wypełniaczy, sztucznych środków konserwujących i innych szkodliwych dla naszego zdrowia substancji. Naturalnie, świeżo i prosto z wędzarni!

Zaangażowanie

Od ponad 30 lat masarnia jest prowadzona przez Zbigniewa Mirosława Motykę. Jest to człowiek, który posiada ogromną pasję oraz serce do rzemiosła. Jak sam mawia „Tworzymy z pasją” – starannie i konsekwentnie prowadzi własną politykę jakości, dzięki której wypracował markę identyfikowaną z tym, co najlepsze.

Z Duchem Czasu

W ciągu kilkunastu lat nasza masarnia została rozbudowana, unowocześniona i przystoso-

wana do wymogów Unii Europejskiej. Dbałość o ekologię i tradycję, której jesteśmy wierni od samego początku i niezmiennie ją kultywujemy, pozwoliła zdobyć zaufanie klientów oraz rozpoznawalność marki w całym regionie.

Kiełbasa Motykówka

Motykówka to mozaika ręcznie krojonego mięsa wieprzowego, począwszy od schabu, kończąc na karkówce i boczku. Różnorodność mięs użytych przy jej produkcji nadaje wyjątkowe walory smakowe. Wyczuwalny aromat świeżo mielonych przypraw, w tym młotkowanego pieprzu sprawia, że staje się kiełbasą z prawdziwym charakterem. Ręcznie krojona w naturalnym jelicie wieprzowym wyselekcjonowana kompozycja ziół i przypraw sprawia, że Motykówka staje się kiełbasą jedyną w swoim rodzaju, niedostępną nigdzie indziej w Polsce 100g produktu zostało wyprodukowane z 128g mięsa wieprzowego

Szynka Tradycyjna

O wyjątkowości szynki tradycyjnej decyduje proces wędzenia oraz odpowiednie przygotowanie solanki. Ważnym etapem w procesie produkcji jest wędzenie drewnem olchowym i owocowym. Gotowy produkt przypomina szczególnie starszemu pokoleniu klientów smak z ich młodości. Certyfikowany produkt regionalny, wpisany na listę produktów tradycyjnych wędzona, parzona idealnie soczysta w środku ręcznie formowana i wiązana dostępna w wersji z tłuszczkiem



Udziec Pieczony

Aromatyczna szynka w marynacie miodowo-musztardowej. Pieczona ze skórką, dzięki czemu zachowuje swój wyjątkowy smak i soczystość. Od wielu lat stanowi nieodłączny element naszych wiejskich stołów. Istnieje możliwość zamówienia udźca z nogą lub bez.



Paszтет zapiekany z żurawiną

Możecie wierzyć lub nie, ale pasztesy to nasza specjalność. Przyrządzamy je niezmiennie według tej samej receptury. Swoją szlachetność zawdzięczają trzem rodzajom mięs i w 100% naturalnym składnikom. Połączenie mięsa z żurawiną doskonale się komponuje, zapewniając niezastąpione walory smakowe! bez dodatku mąki, jaj, bułki tartej, wypełniaczy 100% mięsa (wieprzowego, wołowego, drobiowego) z dodatkiem esencjonalnego rosolu z dodatkiem soczystej żurawiny



Wiejski Stół

Potrzebujesz zachwycić gości przy stole, ale nie masz już pomysłu jak ich zaskoczyć? Chcesz mieć pewność, że ważna uroczystość pozostanie na długo w pamięci Twojej i bliskich? Marzy Ci się wesele, na którym nie zabraknie tradycyjnego jadła? A może organizujesz spotkanie biznesowe uwieńczone poczęstunkiem? Pozostaw to w naszych rękach! Wychodząc naprzeciw współczesnym oczekiwaniom, zajmujemy się kompleksową organizacją wiejskich stołów. Taki akcent uatrakcyjni każde mniejsze lub większe wydarzenie. Jakość i smak naszych wędlin zadowolą najbardziej wymagające podniebienie.

Personalizowana Deska Wędlin

W naszej ofercie nowością są okazjonalne deski wędlin wraz z grawerunkiem. Jest to wyjątkowy prezent dla każdego smakosza! Podaruj bliskiemu coś wyjątkowego i niedostępnego nigdzie indziej!

Motyka Wędliny Tradycyjne

ul. Szkolna 18
68-113 Wrzesiny
tel. +48 68 377 13 03
tel. +48 502 231 145
e-mail: masarnia.motyka@gmail.com
masarnia-motyka.pl
Bądź na bieżąco z aktualnościami:
Facebook: Masarnia-Motyka
Instagram: Masarnia_Motyka

Wiechlice

W północno-zachodniej części polski, wśród wspaniałego krajobrazu, dwa kilometry od Szprotawy, znajduje się Pałac Wiechlice.

Czterogwiazdkowy hotel Pałac Wiechlice Resort & SPA położony jest w zielonym regionie województwa lubuskiego na skraju Borów Dolnośląskich. Jest to okazały dworek z XVIII wieku, który został w ubiegłych latach gruntownie odnowiony i zamieniony w luksusowy hotel. Cała doskonale odremontowana posiadłość z pałacem, oficynami i parkiem otacza wyjątkowa aura.

Do dyspozycji gości w Wiechlicach są między innymi stylowe sale restauracyjne, winiarnia, sala konferencyjna i basen. Bardzo dobrze wyposażone SPA&Wellness oferuje odprężenie i profesjonalną opiekę. Pałac leży w pieczołowicie zadbanym parku ze starym drzewostanem, znajdują się tu także staw rybny i winnica.

Restauracja Pałacu Wiechlice to miejsce, które uwodzi swoim niepowtarzalnym klimatem. W Pałacowej Restauracji wykorzystywane są świeże produkty pochodzące z najlepszych w regionie gospodarstw ekologicznych oraz własne wyroby. Goście mogą rozkoszować się wyśmienitymi daniami tradycyjnej kuchni polskiej.

Strefa Wellness to 1200 m, gdzie mieści się przepiękny, klimatyczny basen wyposażony w szereg atrakcji takich jak bicze wodne, gejzery i przeciwprąd, strefa saun obejmująca saunę parową, fińską oraz infrared,



kabina floatingowa oraz gabinety SPA.

Geograficznie i historycznie Pałac Wiechlice znajduje się na północnym krańcu Dolnego Śląska, administracyjnie zaś tereny te należą do województwa lubuskiego. Ziemię gminy Szprotawa to rozległy pas pomiędzy wzgórzami dalkowskimi na północy a obszernymi Borami Dolnośląskimi na południu.

Obszar okolic Szprotawy obejmuje kompleksy przyrodniczo-krajoznawcze charakterystyczne dla Kotliny Śląskiej okręgu Borów Dolnośląskich.

Tradycją regionu okolic Szprotawy – Wiechlic było wędzenie w domowych wędzarniach. Tradycja wędzenia w kominach przysłała na Ziemię Szprotawsko-Wiechlickie wraz z mieszkańcami Prus. Wielonarodowościowa ludność, zamieszkująca Szprotawę starała się kultywować tradycję rejonu, z którego pochodziła. Tak też ludzie przekazywali sobie tradycje kulinarne, w przekazach ustnych, ale i w pozostałościach architektonicznych, co przechodziło z pokolenia na pokolenie. Tak też, na obszarach okolic Szprotawy zachowało się wiele poniemieckich wędzarni, które również obecnie używane są przez dzisiejszych mieszkańców tych okolic. W takiej oto postaci zachowała się stara poniemiecka wędzarnia w Pałacu Wiechlice.

W sposób tradycyjny, przy zachowaniu tradycyjnych ziół, metod wędzenia, oraz miejsca wędzenia w starym kominie powstaje „Szynka wędzona z komina”.

Mięso wykorzystywane do produkcji szynki z komina pochodzi ze zwierząt, hodowanych w regionie żarsko-żagańskim. Hodowla tych zwierząt oparta jest na tradycyjnych metodach chowu, oraz odbywa się na terenach o bardzo małym stopniu zanieczyszczenia powietrza. Mięso

na szynkę pozyskiwane jest z tuszy wieprzowej, a dokładnie z tylnej półtuszy bez nogi i golonki.

Do produkcji szynki używane są również różnego rodzaju przyprawy, w skład których jako podstawowych wchodzi sól morską i pieprz. Nie mniej ważnymi przyprawami używanymi

Opis metody produkcji

(metoda wytwarzania wskazująca na specyficzny charakter produktu)

Etap 1 – Pozyskanie mięsa wykrawanego z mięśni szynki wieprzowej. Dokładna obróbka celem pozabawienia złożeń tłuszczu i tkanki tłuszczu.

Etap 2 – Peklowanie osuszonej, oczyszczonej szynki w cukrze przez 24 godziny.

Etap 3 – Oczyszczenie z cukru po czym ponowne peklowanie tym razem w soli morskiej, przez kolejne 24 godziny.

Etap 4 – Peklowanie ostatecznej szynki w mieszance ziół przez okres 48 godzin.

Etap 5 – Umieszczanie mięsa po upływie 48 godzin w siatkach przeznaczonych do wędzenia.

Etap 6 – Wędzenie gorącym dymem

Faza 1 – Suszenie powierzchni przeprowadza się w temperaturze 40-50 stopni C, w zależności od średnicy przetworów, w ciągu 10-40 min., przy pełnym i szybkim ruchu powietrza, w rzadkim dymie lub bez dymu.

Faza 2 – właściwe wędzenie w temperaturze 40-60 stopni C. w ciągu 30-90 min., w dymie od średnio do bardzo gęstego, przy małym dopływie i powolnym ruchu powietrza. Przetwory zostają przesycone składnikami dymu.

Etap 7 – Wędzenie zimne

Prowadzi się je w temperaturze 16-22 stopnie C, przy różnej gęstości dymu, wilgotności względnej od 90 do 95% i przy szybkości przepływu powietrza od 7 do 15 m/min. Czas wędzenia waha się od kilku godzin do 14 dni. Ze względu na wymaganą niską temperaturę, wędzenie zimne powinno odby-

przy produkcji „szynki wędzonej z komina” jest mieszanka ziół i przypraw, w skład których wchodzi: czosnek, estragon, kolendra, owoc jałowca, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, tymianek, rozmaryn oraz cząber.

wać się w wędzarniach gwarantujących utrzymanie odpowiedniej temperatury (w porze letniej nawet przez oziębianie). Wymagane granice temperatury osiąga się poprzez żarzenie drewna lub trocin regulowane ilością i wielkością ogniska oraz intensywnością jego żarzenia, w zależności od dopływu powietrza. Odpowiednią gęstość dymu uzyskujemy przez:

- zwiększanie lub zamykanie dopływu powietrza,
- zwiększanie intensywności spalania drewna lub zwiększanie ilości zrębów bądź trocin. Szybkość ruchu powietrza regulujemy za pomocą zasuw regulujących dostęp powietrza do wędzarni.

Wilgotność zaś, przez zwilżanie drewna lub trocin i odpowiednią wymianę powietrza lub umieszczanie w wędzarni naczyń z wodą. Podczas wędzenia dymem zimnym przetwory wysychają równomiernie na całym przekroju, tracąc przy tym wodę w ilości od 5 do 20% ciężaru produktu przed wędzeniem, zależnie od rodzaju asortymentu i czasu wędzenia. Składniki dymu przenikają produkt całkowicie. Barwa mięsa i skóry na powierzchni waha się od jasnobrązowej do ciemnobrązowej, a tłuszczu od słomkowej do złocistej. Gotowy produkt jest twardy i odporny na psucie się.

Etap 8 – Suszenie uprzednio podwędzonych szynek w wysokim kominie.

Etap 9 – Naprzemienne etapy suszenia i wędzenia zimnego trwają przez okres nawet trzech miesięcy.

Szynka suszona lekko podwędzana

Mięso wieprzowe pozabawione warstwy słoniny i skóry. Kształt zewnętrzny – walec (ręcznie formowany), kształt w przekroju – owal o różnych średnicach w zależności od wagi całej szynki.

Waga od 0,7 kg do 3 kg o średnicy od 7 cm do 20 cm. Barwa zewnętrzna ciemnobrunatna, poprzez zastosowanie ziół i przypraw do peklowania oraz poprzez długotrwałe podwędzanie drewnem owocowym, w przekroju mięso ciemnoróżowe wpadające w bordo. Konsystencja ścisła, bardzo zwięzła, elastyczna, ale lekko twarda. Wyczuwalny smak aromatycznych ziół

i przypraw użytych przy peklowaniu. Zapach wyrazisty, charakterystyczny dla mięsa długo dojrzewających i produktów podwędzanych. Minimalna zawartości wody maksymalnie do 2%. Tłuszcz poprzez długi okres suszenia zredukowany do maksymalnie 10%, zawartość soli do 3%. Woda do 2%. Ze względu na sposób suszenia z jednoczesnym podwędzaniem 2 x w tygodniu drewnem z drzew owocowych szynka jest wyrobem bardzo trwałym i może być przechowywana w temperaturze od 0°C do 15°C.



Winnica Żagańska SAGANUM



Winnica Saganum leży w malowniczej Dolinie Bobru w podża-gańskim Bożnowie i historycznie nawiązuje do winnic z tego rejonu. Została założona w 2017 roku.

Gliniasto-piaszczyste gleby nanie-sione przez rzekę Bóbr i wyszlifowane przez ostatnie zlodowacenie sprawiają, że klimat do dojrzewania owoców jest tu wyjątkowy. Tu winnice i sady łagodnie opadają ku rzece. 40 metrów przewyższenia od lustra Bobru do wino-gradów pozwala uzyskać optymalne warunki do wegetacji winnych gron.



Żagań już pod koniec XIII wieku mógł poszczycić się uprawą winorośli. Zawdzię-czał to mnichom, którzy na przyklasztor-nych poletkach uprawiali winne krzewy.

Żagań ma bogate tradycje winiarskie. Winorośl uprawiano na przykład na stokach wzgórza Bismarcka, czy też na stoku wzgórze, na którym mieści się kościół „Na górze”. Pierwsze winnice powstawały w XIII wieku.

Wzmianki o pierwszych, świeckich już winnicach pochodzą z XVI wieku. Największa i najbardziej reprezentacyjna księżca winnica powstała w wieku XIX na stokach Weinbergu (Winnego Wzgórza). I właśnie tu, jeden kilo-metr od tego historycznego miejsca, w 2017 roku została założona Winnica SAGANUM.

Saganum to historyczna, taciń-ska nazwa Żagania.

Powierzchnia winnicy to obecnie 2,3 hektara i 14 tysięcy krzewów. Rosną tu białe odmiany: Riesling, Solaris, Hiberna, Gewurztraminer, Sauvignier gris, czerwone: Pinot noir, Dornfelder, Rondo, Regent.

Obecnie Winnica Saganum zyskała nową-starą leżakownię. W piwnicach żagań-skiego klasztoru Kanoników Regularnych, wybudowanego w XIII wieku, dojrzewają nasze czerwone wina. Ponad siedemset lat temu mnisi w identyczny sposób prze-chowywali i starzyli gronowy trunek.

Najciekawsze wino w kategorii eksperymen-tów? Z pewnością **Saganum 2017** z Winnicy Żagańskiej. Późno zebrany solaris (owoce pochodziły z innej czekającej na debiut, także



dolnośląskiej winnicy – Rodziny Mazurek), czę-ściowo zbotrytizowane grona, 48 godzin mace-racji, co przełożyło się na 142 g cukru resztko-wego, 9 g kwasowości i... 15,4% alkoholu, co zbliża je bardziej do kategorii sherry niż tokaju.

Nagrody:

- ▶ Grand Prix Winobrania 2018 Zielona Góra
- ▶ Złote medale Winobrania 2018 Zielona Góra
- ▶ Złoty medal na X Konkursie Polskich Win i Cydrów ENOEXPO 2018 w Krakowie
- ▶ Srebrny medal na Międzynarodowym Konkursie Win Krajów Zimnoklimatycznych 2019
- ▶ Złoty medal na Międzynarodowym Konkursie w Czechach PIWI Hiberna Forum 2019
- ▶ Złoty Korek na Ogólnopolskim Konkursie Win 2019 SPOT Poznań
- ▶ Wyróżnienie na III Święcie Młodego Wina
- ▶ Tytuł najpopularniejszej winnicy dla Winnicy Saganum – III Święto Młodego Wina
- ▶ Grand Prix na IV Konkursie Polskich Win w Jaśle 2019
- ▶ Złoty medal na VI Konkursie Polskich Win w Jaśle 2019
- ▶ Brązowe medale na VI Konkursie Polskich Win w Jaśle 2019
- ▶ Srebrne medale Ogólnopolski Konkurs Win Winobrania 2019
- ▶ Srebrny medal na XI Konkursie Polskich Win i Cydrów ENOEXPO 2019
- ▶ Złoty medal na XI Międzynarodowym Konkursie Winiarskim ENOEXPO 2019 w Krakowie
- ▶ Srebrny medal na XI Międzynarodowym Konkursie Winiarskim ENOEXPO 2019 w Krakowie
- ▶ SPECJALNE WYRÓŻNIENIE za SOLARISA 2017 w XI Międzynarodowym Konkursie Winiarskim ENOEXPO 2019 w Krakowie – „Za jakość i doskonały styl pozwalający stanąć w szranki z winami zagranicznymi”



Winnica Saganum

Bożnów 30a
68-100 Żagań
tel. +48 601 967 489
furtak@lapis.info.pl
facebook.com/saganumwinnica

Informacje turystyczne

Punkt Informacji Turystycznej w Babimoście

Centrum Sportu i Rekreacji Olimpia
ul. Żwirki i Wigury 10A
66-110 Babimost
tel. +48 68 351 33 14
csir@babimost.pl
www.csir.babimost.pl

Punkt Informacji Turystycznej w Lubrzy

ul. Świebodzińska 41
66-218 Lubrza
tel. +48 68 38 130 48
promocja@lubrza.pl
www.lubrza.pl

Informacja Turystyczna w Łagowie

ul. Kościuszki
66-220 Łagów
tel. +48 68 341 20 62
promocja@lagow.pl
www.lagow.pl
Informacja sezonowa, czynna VI-VIII

Punkt Informacyjny Parku Mużakowskiego w Łęknicy

Pracownia Terenowa „Park Mużakowski” w Łęknicy
ul. Wybrzeźna 25
68-208 Łęknica
tel. +48 68 362 41 82
pracownia.leknica@nid.pl
www.park-muzakowski.pl

Punkt Informacji Turystycznej Stowarzyszenia Geopark Łuk Mużakowa

ul. Wybrzeźna 25a
68-208 Łęknica
tel. +48 68 362 41 42
geopark@wp.pl
Informacja sezonowa, czynna IV-X

Pałac Wiechlice Informacja Turystyczna

Wiechlice 45B
67-300 Szprotawa
tel. +48 68 376 86 10
repcja@palacwiechlice.pl
www.palacwiechlice.pl

Transgraniczne Centrum Marketingu Euromiasta Gubin-Guben

ul. Bolesława Chrobrego 6
66-620 Gubin
tel. +48 68 359 00 89
www.info.gubin-guben.eu

Centrum Kultury „Zamek” w Koźuchowie

ul. Klasztorna 14
67-120 Koźuchów
tel. +48 68 355 35 36
www.zamekkozuchow.pl

Informacja Turystyczna – Kostrzyn nad Odrą / Muzeum Twierdzy Kostrzyn**

Brama Berlińska
66-470 Kostrzyna nad Odrą
tel. +48 95 752 23 60
biuro@muzeum.kostrzyn.pl
www.muzeum.kostrzyn.pl

Punkt Informacji Turystycznej w Krośnie Odrzańskim**

Zamek Piastowski
ul. Szkolna 1
66-600 Krosno Odrzańskie
tel. +48 68 383 89 94
sekretariat@cak-zamek.pl
www.cak-zamek.pl

Punkt Informacji Turystycznej przy Biurze Turystyki Przyrodniczej DUDEK Słońsk

Stacja Pomp 2
66-436 Słońsk
tel. +48 95 757 22 12
hoopoe@hoopoe.com.pl www.hoopoe.com.pl

Punkt Informacji Turystycznej w Strzelcach Krajeńskich**

ul. Katedralna 15 (Rynek)
66-500 Strzelce Krajeńskie
tel. +48 95 763 21 00
punkt@strzelce.pl
www.sok.strzelce.pl
Informacja Turystyczna w Gorzowie Wlkp.

Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna im. Zbigniewa Herberta

ul. Sikorskiego 107
66-400 Gorzów Wlkp.
tel. +48 95 727 80 44
faks +48 95 727 80 40
informatorium@wimbp.gorzow.pl www.gorzow.pl

Informacja Turystyczna w Żaganiu***

ul. Szprotawska 4 (Pałac Książęcy)
68-100 Żagań
tel. +48 68 477 10 01
it@um.zagan.pl
www.urzadmiasta.zagan.pl

Visit Zielona Góra***

Stary Rynek 1 (Ratusz)
65-067 Zielona Góra
tel. +48 68 323 22 22
info@visitzielonagora.pl
www.visitzielonagora.pl

Visit Zielona Góra (Palmiarnia)

ul. Wrocławska 12A
65-427 Zielona Góra
tel. +48 68 323 22 22
info@visitzielonagora.pl
www.visitzielonagora.pl



**Lubuska Regionalna
Organizacja Turystyczna „LOTUR”**

www.lotur.eu; www.lubuskie.travel.pl; www.kochajlubuskie.pl

ISBN: 978-83-949128-4-0

egz. bezpłatny