

JARMARKOWE SŁODKOŚCI Z FIRMY „PELLOWSKI”

Po raz 758 odbywa się w grodzie nad Motławą słynny Jarmark Świętego Dominika. Ta tradycyjna impreza handlowa i zarazem kulturalna, a także - kulinarna, rozpoczęła się 27 lipca i zakończy 19 sierpnia. W tym roku na jarmarku rozstawiono około 1 tys. kramów i stoisk handlowych oraz gastronomicznych.

Na jarmarku różne przysmaki oferują pomorscy rzemieślnicy - piekarze i cukiernicy. W sklepach, kawiarniach i na stoiskach Piekarni - Cukierni „Pellowski” Grzegorz Pellowski w Gdańsku dostępne są jej tradycyjne wyroby cukiernicze: gdańskie brukowce, aromatyczne kostki piernikowe o niepowtarzalnym smaku i aromacie oraz zwiebacki, starogdańskie sucharki.

Nowość w ofercie firmy „Pellowski” stanowią piernikowe koguty św. Dominika. Przygotowano je specjalnie na tegoroczny jarmark dominikański. Koguty wypieczone z ciasta piernikowego są ozdobione specjalnymi, wielobarwnymi kremami, nanoszonymi na nich ręcznie przez wprawionych do tego cukierników. Kremy te muszą wysychać i twardnieć przynajmniej jeden dzień. Następnie pakuje się je do przezroczystych woreczków celofanowych zawiązanych żółtymi kokardkami. Piernikowe koguty mogą być atrakcyjnymi, jarmarkowymi pamiątkami, ale także - smaczными ciastkami do degustowania przy czarnej kawie.

Gdańskie brukowce mają swoją legendę, przekazaną przez prof. Jerzego Sampa, wybitnego znawcę dziejów i kultury Gdańska oraz pisarza, który opowiada: „Zdarzyło się jednak, że pewien stary dominikanin, potknąwszy się nieopodal ulicznego rynsztoku, tak boleśnie skreślił kostkę, że nie mógł ruszyć się z miejsca. Widząc to, któryś z roślących brukarzy przerwał swe niewdzięczne zajęcie i ruszył za-



Piernikowy kogut św. Dominika z firmy „Pellowski”

konnikowi z pomocą. Na własnych plecach zaniósł mnicha do jego klasztoru przy kościele św. Mikołaja. A gdy już obaj znaleźli się w krążgankach, dominikanin o twarzy przypominającej samego świętego Jacka rzekł mu z wdzięcznością:

- Za to, co dla mnie zrobiłeś, będziesz odtąd zadowalał ludzi zupełnie innymi niż do tej pory brukowcami.

Następnie zdradził mu sekret wypieku aromatycznych piernikowych kostek, powstających w wielkim piecu chlebowym ze świeżej mąki żytniej i pszennej, mleka, jajek, miodu i rozmaitych korzeni zamorskich, tudzież ziół. Wszystko to dodatkowo miało być powleczone warstwą cukru skarmelizowanego i lekko zaprawionego sokiem cytryny oraz bakaliami”.

Gdańskie brukowce, jak nazywano pierniczki, stały się sławnymi smakołykami cukierniczymi na kolejnych jarmarkach dominikańskich. Wszyscy, którzy na nie przy-

bywali do Gdańska w okresach sierpniowych odpustów, nie opuszczali go bez pierniczek. Zwłaszcza że mogły być długo przechowywane w glinianych albo kamionkowych garnkach czy puszkach, nie tracąc wybornego smaku. Goszcząc w grodzie nad Motławą w czasie jarmarku, nie można z niego wyjechać bez paczki gdańskich brukowców.

Suchary, ze względu na trwałość i łatwość przechowywania tego produktu piekarskiego, od starożytności stanowiły pieczywo żołnierzy i żeglarzy. Choć na drewnianych żaglowcach handlowych i wojennych, do połowy XIX wieku pływających po morzach i oceanach świata, niewłaściwie przechowywane suchary zamakały, pleśniały i zalegały się w nich robaki. Dopiero w XX stuleciu na stalowych statkach parowych i motorowych okrętowe magazyny prowiantowe zapewniały właściwe warunki gromadzonemu w nich produktowi żywnościowemu. Suchary

zaś nie były już potrzebne, bo w kambuzach, pokładowych kuchniach, zaczęto wypiekać chleb.

Starogdańskie zwiebacki są sucharami innymi niż te, którymi żywili się dawni żeglarze. Legendę o nich spisał prof. Jerzy Samp: „Otóż przed półwieczem przybył do grodu nad Motławą mistrz piekarski Gregor. Interesy szły mu niezbyt dobrze. Jednak za radą znanego mu żebraka udał się po poradę do starej wieszczki Sary mieszkającej samotnie na wydmach nadmorskich. Zgodnie z jej radą, Gregor zaczął wypiekać tanie sucharki w formie fląderek. Mogły one leżeć długi czas w glinianych naczyniach, nie tracąc walorów smakowych i odżywczych. Sucharki kupowali więc także marynarze wyruszający na morze. Pewnego dnia piekarza odwiedził przybysz, mający na imię Jan, pochodzący z pobliskiego Kolna. Wybierał się on w daleki rejs i potrzebował trwałej żywności. Poradził się on również wieszczki Sary, a ta powiedziała, aby zabrał na pokład swojego żaglowca sucharki mistrza Gregora, bo pozwoli one przetrwać żeglarzom długą wyprawę bez zawijania do portów. Przepowiedział Janowi także, że dotrze do nieznanego lądu. Tym nieznanym lądem okazała się późniejsza Ameryka”.

W trakcie którejś z wojen receptura zwiebacków zaginęła. Ostatnio, w czasie prac archeologicznych prowadzonych na historycznym Starym Mieście w Gdańsku, odnaleziono zapomniany przepis. Dzięki temu mistrz Grzegorz, kontynuujący piekarskie dzieło dawnego mistrza Gregora, miał możliwość wznowienia wypiekania starogdańskich zwiebacków.

Podobnie jak gdańskie brukowce w celofanowych opakowaniach mogą być one pamiątką z jarmarku.



Starogdańskie zwiebacki z firmy „Pellowski”

(JAS)
Fot. Firma „Pellowski”

Sklepy, stoiska i kawiarnie firmy „Pellowski”

Oferta firmy „Pellowski”: pieczywo, wyroby cukiernicze (w tym torty na zamówienie, na różne okazje), kawa firmowa Pello Caffee z ekspresu i do kupienia w opakowaniach - mielona i ziarnista, kanapki, przekąski, usługi cateringowe.

GDAŃSK

- ✓ ul. Podwale Staromiejskie 82, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6-19, sb: 6-17, nd: 8-16
- ✓ ul. Rajska 5, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6.30-19.30, sb: 6.30-19, nd: 7-19, bezpłatne WiFi
- ✓ ul. Rajska 10, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 9-21, sb: 9-21, nd: 10-20 i nd niehandlowa: 10-15, bezpłatne WiFi
- ✓ ul. Długa 40/42, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 7-20, sob: 7-20, nd: 7-20
- ✓ ul. Długie Ogrody 11, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 7-18, sb: 8-17, nd: 8-16
- ✓ ul. Nowe Ogrody 36, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6-18, sb: 7-14, nd - nieczynne
- ✓ ul. Łagiewniki 8/9, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 7-18, sb: nieczynne, nd - nieczynne
- ✓ plac Dominikański 1 (Hala Targowa), czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 9-18, sb: 9-16, nd - nieczynne
- ✓ ul. Kartuska 126, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6-18, sb: 6-14, nd: 7-14
- ✓ ul. Kartuska 26, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6-19, sb: 6-15, nd: 7-14
- ✓ al. Hallera 133, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6-19, sb: 7-15, nd: 7-15
- ✓ al. Grunwaldzka 66, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6.30-18.30, sb: 7.30-15
- ✓ ul. Dmowskiego 16, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6-19, sb: 6-15, nd: 7-14
- ✓ ul. Cieszyńskiego 1 B, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6.30-19, sb: 6.30-16, nd: 7-15
- ✓ ul. Kilińskiego i Kościuszki (róg), czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6.30-18, sb: 7-15, nd - nieczynny
- ✓ ul. Obrońców Wybrzeża 4 D, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6.30-18.30, sb: 7-15, nd: 7-14
- ✓ Tunel dworca SKM Gdańsk Żabianka, box nr 27, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6-18, sb: 7-16, niedziela - nieczynne
- ✓ ul. Krzemowa 2, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6-19, sb: 7-15, nd: 7-14
- ✓ ul. Damroki, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6.30-19, sb: 6.30-15, nd: 7-14
- ✓ ul. Czerwony Dwór 26, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6.30-18, sb: 6.30-15, nd 8-14

GDYNIA

- ✓ ul. Nowowiczińska, pawilon 22, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6.30-18.30, sb: 6.30-15.30, nd: 8-14.30

SOPOT

- ✓ ul. Dworcowa 7 (Dworzec Główny PKP), czynny: pn-pt: 6-19, sb: 6-17, nd: 8-16, bezpłatne WiFi, możliwość naładowania komórki

STRASZYN

- ✓ ul. Komandora Kraszewskiego 1, czynny w dniach i godzinach: pn-pt: 6-19, sb: 7-15, nd: 7-14

Piekarnia - Cukiernia „Pellowski” Grzegorz Pellowski, ul. Podwale Staromiejskie 82, 80-844 Gdańsk tel. 58 301 45 20. Przyjmujemy zamówienia na nasze wyroby cukiernicze we wszystkich naszych sklepach. Zamówienia można składać również telefonicznie - tel. nr 58 301 45 20 i pocztą elektroniczną (e-mail: biuro@pellowski.net).

Z teki prof. Jerzego Sampa

OD OSADY DO KURORTU



Naturalną granicę całego „wielkiego” Pomorza stanowi Bałtyk. Nic więc dziwnego, że morskość wpisana jest w pomorskość w sposób naturalny, o czym świadczy zresztą sama nazwa regionu. Nie bez powodu pas wybrzeża ciągnący się mniej więcej od Rozewia na zachód, poza rzekę Słupię i dalej poza obecne granice województwa pomorskiego określa się mianem krainy pobrzeża otwartego morza, zaś obszar Półwyspu Helskiego oraz pas od Pucka poprzez Trójmiasto aż po Mierzęję Wiślaną nazywamy krainą wybrzeża Zatoki Gdańskiej.

Co znaczy słowo „Bałtyk”. Czy brzmi ono tak samo we wszystkich językach? Zaczniemy od tego, że morza, w tym także Bałtyckie, są jakby odnogami oceanów. Każde ma nie tylko odrębny kształt, ale także właściwości oraz odmienną nazwę. Niektóre, takie jak: Białe, Czerwone, lub Czarne nawiązują do zabarwienia wody, inne - np. Śródziemne albo Północne mówią o ich geograficznym położeniu. Morze Martwe jest tak bardzo słone, że nie żyją w nim rośliny ani zwierzęta.

Z Bałtykiem zaś sprawa nie jest taka prosta. Wprawdzie żyjące nad nim ludy



Fot. 1. Dom Zdrojowy w Jelitkowie na początku XX wieku

germańskie określały to morze od niepamiętnych czasów jako Ostsee (wschodnie morze), dla Finów jest to Itämeri, jednak trzeba też pamiętać o tutejszych plemionach Bałtów. Były to ludy zamieszkujące przed wiekami południowo-wschodnie wybrzeże naszego morza. Im to właśnie zawdzięczamy nazwę Bałtyk. Nie wiadomo jednak dokładnie, czy pochodzi ona od litewskiego słowa „bałtas” (biały), czy raczej znaczyła ona niegdyś tyle co... błoto. (Za tą ostatnią hipotezą opowiadał się zresztą w swojej „Toponimii Powiatu Puckiego” prof. Jerzy Treder).

Należy przy tym pamiętać, iż wyraz Bałtyk (zapisany po łacinie jako Baltica albo Mare Balticum) znany był dziejopisom już blisko tysiąc lat temu. Dodajmy i to, że kilka-

naście wieków temu nad naszym morzem, między ujściami takich rzek jak Łaba i Wisła, mieszkało już bardzo wielu Słowian. Niegdyś nazywano ich Wenedami, toteż w zapiskach niektórych podróżników (np. Wulfstana) Bałtyk to Morze Wenedów.

Dziwne, że w polskim piśmiennictwie, aż do okresu dwudziestego wieku, utrzymywała się pisownia Bałtyk (Morze Bałtyckie, zamiast Bałtyckie). Tak czy inaczej dla Kaszubów był to zawsze i nadal pozostaje Bólt, tych zaś Pomorzanie, którzy zamieszkiwali wybrzeże i żyli z morza, określano po prostu jako morzanie.

Przez całe stulecia nadmorskie tereny dzisiejszego Przymorza i Jelitkowa były własnością jakże hojnie obdarowanych przez książąt Pomorza Gdańskiego - oliw-

skich cystersów. Mieszkańcy tej okolicy, jak przystało na ludzi ze strądu (lądowych), żyli głównie z morza. W rejonie ujścia pracowitego niegdyś Potoku Oliwskiego żyła więc głównie ludność rybacka.

Trudno dokładnie ustalić datę powstania osady znanej z najstarszego zapisu (1570) jako Jelatkowo. Pierwsze o nim wzmianki dotyczą roku 1480. W niemieckich dokumentach, m.in. tych z roku 1599, wieś określona została jako Glettkaw. Z czasem przyjęła się forma Gletkau. Nic dziwnego, że przedwojenni Kaszubi udawali się do Gletkowa, by odwiedzać tam swoich krewnych. Zdaniem toponomastów, mamy tu do czynienia z nazwą dzierzawczą (pochodzącą od wyrazu Jelitko), a co za tym idzie - wprowadzone urzędowo po

II wojnie światowej brzmiennie Jelitkowo jest całkowicie uzasadnione.

Na początku XVII wieku pewien przedsiębiorczy gdańszczanin Georg Hein uruchomił u ujścia wspomnianego potoku młyn służący do przemiału kości. Urządzenie nie przynosiło widocznie oczekiwanego zysku, skoro już dwa lata później przebudowano je na tartak. Nie był to zresztą jedyny w tym rejonie zakład. Źródła wspominają bowiem także o kuźnicy stali, piapierni, którą zniszczyli Rosjanie podczas oblężenia Gdańska w roku 1734, a ponadto o młynie zbożowym funkcjonującym jeszcze na początku XX wieku.

Jak ustalił Franciszek Mamuszka: „wieś rybacka Jelitkowo zamieszkiwana była zawsze w ogromnej większości przez ludność kaszubską. W 1909 roku na przykład 98 właścicieli posesji czy lokatorów nosiło nazwiska polskie. Aż 28 rybaków na trzydziestu kilku posiadało nazwiska popularne na Kaszubach, w tym także występujące już w XVII stuleciu na wybrzeżu morskim takie miana jak Pozański czy Kurowski. Najliczniejsi byli wszakże Kreftowicze”.

Wyrazny przełom w długich dziejach Jelitkowa stanowią lata siedemdziesiąte dziewiętnastego stulecia. Coraz chętniej i liczniej zaczęli tu przybywać turyści. Niektórzy znudzeni Sopotem bądź Brzeźnem szukają wytchnienia w znacznie spokojniejszym i mniej ludnym Jelitkowie. Stare rybackie checze w zupełności niektórych zadowalały i dziś jeszcze jako relikty czasów minionych stanowią swego rodzaju atrakcję. Ale proces przemiany rybackiej osady w kolejny modny kurort okazał się już nieodwracalny i wieś coraz szybciej zaczęła zmieniać swój charakter.

Tam, gdzie do niedawna cumowały jeszcze drewniane łodzie tutejszych rybaków, nowi właściciele gruntów urządzili jeszcze jeden okazały Herrenbad (kąpielisko dla panów) ze starannie utrzymaną plażą. Przedłużeniem zaś łazienek stało się kolejne molo drewniane, do którego przybijać mogły bez trudu parowe bocznokołowce o niezbyt głębokim zanur-

zeniu, żaglówki oraz łodzie wiosłowe.

Niejaki W. Lukas zapraszał już przed I wojną światową letnich gości do eleganckiego Kurhausu. Jako właściciel kuracyjnego domu, który od początku istnienia cieszył się wielkim powodzeniem, zadbał nie tylko o odpowiednią ilość plecionych koszy wiklinowych, tudzież innych urządzeń umiających wypoczynek na plaży, lecz także o widokówki (w tym i kolorowe). Widać na nich wspomniany dom w całej jego okazałości, tzw. lepsze towarzystwo: eleganckie damy przechadzające się nad morzem, dżentelmenów w słomkowych kapeluszach ze wstążkami, szczęśliwe dzieci pozujące do zdjęć, wreszcie to wszystko, co zawiera się w niemieckim słowie Strandleben.

Gdy ponad sto lat temu Jelitkowo wraz z Przymorzem włączone zostało do oliwskiej gminy, modne kąpielisko posiadało już własny park z promenadą, liczne hotele, restauracje i kafejki. Wprawdzie straszliwy sztorm, jaki przeszedł nad popularnym kąpieliskiem w roku 1914, zniszczył bądź uszkodził większość z wymienionych obiektów, w tym także dom zdrojowy, jednakże zamożni ich właściciele wkrótce wszystko to zdołali odbudować.

Pomimo wspomnianych zmian Jelitkowo (oczywiście, to sprzed I wojny światowej) nie przestało być osadą rybacką. Wiele tutejszych rodzin nie porzuciło zawodu przechodzącego z ojca na syna. Jak przed wiekami łodzie z napisem GLE wypływały na połów, by zaspokoić zapotrzebowanie letników na świeżą, smaczną rybę złowioną w czystych jeszcze wówczas wodach Zatoki Gdańskiej. Ślad tamtej dawno już, niestety, minionej rzeczywistości, a także coś z atmosfery tego miejsca możemy znaleźć na starych widokówkach sprzedawanych na pchlim targu Jarmarku św. Dominika.



Herrenbad - kąpielisko dla mężczyzn w Jelitkowie

Jerzy Samp
Fot. arch.

GDAŃSKIE ZABYTKI POZA GDAŃSKIEM (3)



Jak już pisałem, na wieży północnej kościoła Mariackiego w Lubece wiszą trzy dzwony, które przez wieki (aż do oddania w 1942 roku na przetopienie) służyły mieszkańcom Gdańska. Pochodzący z naszego kościoła Mariackiego dzwon Dominicalis, czyli Niedzielny, omówiliśmy już w poprzednim numerze „Kuryera”. Dzisiaj zajmujemy się dwoma pozostałymi, pochodzącymi z gdańskiego kościoła św. Jana. Kościół zaczęto budować w połowie XIV w. Do 1415 roku powstał korpus zachodni, prawdopodobnie halowy, jednonawowe prezbiterium i transept. W latach 1450-1463 halę podwyższono, a prezbiterium rozbudowano do trzech naw. Podwyższeniu wieży sprzeciwili się w 1453 roku Krzyżacy, więc pełną wysokość uzyskiwała po wyzwoleniu miasta spod ich władzy. Jej ściany zdobią ceramiczne i tynkowane pasy

i wnęki. Zwieńczenie jest rekonstrukcją poprzedniego z roku 1737. Sygnaturkę na dachu korpusu, zniszczoną w wojnach napoleońskich, odtworzono w 2012 roku. Sklepienia ukończono w roku 1465. Grzebanie zwłok pod posadzką osłabiło ułożone na bagnistym gruncie fundamenty. W 1679 roku, gdy ściana wschodnia wychyliła się na ponad 1 m, uratowały ją potężne przypory i zdjęcie szczytów.

Do 1945 roku wnętrze kościoła stanowiło wspaniały zespół dzieł sztuki, z których większość ocalała. W wieży było 6 dzwonów, z których w Gdańsku przetrwał tylko jeden - Zegarowy - odlany w 1543 roku przez Andrzeja Langego. Nosi niezwykle staroniemiecką inskrypcję: „gades wort bleft eviglych, ven ander lude slapen so moyck vaken” (Słowo Boże trwa wiecznie, gdy inni ludzie śpią, ja muszę czuwać). Z pozostałych dzwonów dwa, których nie zdążono przetopić, odnalazły się w podhamburskiej hucie. Są to Tuba Domini Gerta Benninga z roku 1564 (przelany w 1740 roku) o masie 2400 kg i tzw. Mały Dzwon z Maskami Jana Gotfryda Anthony'ego z 1735 roku o masie 760 kg, zwany też

Małym Dzwonem Ziemiem. Napis na pierwszym dzwonie głosi: „LOBET DEN HERRN IN DEN VERSAMLUNGEN - PSALM LXVII - VERS XXVII” (w cudownym przekładzie Jana Kochanowskiego znaczy to: „Błogosławcie po zbiorzech swego Zbawiciela”). Pod nim, na płaszczu dzwonu czytamy „VORSTHERN(!) SELBIGER ZEIT WAREN (przełożonymi w tym samym czasie byli), po czym następują nazwiska: MICHAEL SCHWEDE, BALTHASAR ELLERT BAVVERWALTER (zarządca budowy), MICHAEL LANGWALD, SEL. (śp.) BENIAMIN DACHAV. Mistrz, który go ulewał na nowo w XVIII wieku, powtórzył dokładnie jego kształt, wielkość, profil, inskrypcje, dodając tylko tabliczkę z napisem: „MIT GOTTES HVLF BIN ICH IM JAHR 1740 DVRCHS FEVER GEFLOSSEN, ALS MICH JOHANN GOTTFRIED ANTHONY HAT VMGEGOSSEN” (w swobodnym przekładzie: „Z pomocą Bożą w roku 1740 przebyłem kąpiel ogniową, gdy Jan Gotfryd Anthony ulewał mnie na nowo”). Napis na drugim dzwonie głosi: „GOTT WIRDT GELOBET MIT GESANG MIT HAR-



Mały Dzwon z Maskami z XVI w. (przelany w roku 1735) - w Lubece

PEN CIMBELEN GLOCKENKLANG” (Wysławia Boga piękny śpiew, harfy, cymbały, dzwonów zew). Także i tu na płaszczu wypisano (tzw. kapitalikami) aktualnych przełożonych gminy: VORSTHERE SELBIGER ZEIT WAREN (jw.) ·Michael Schwedenbaver. ·Gottlieb Hagdorn. ·Balthaser(!) Elert. ·Hieronymvs Moring. Każde nazwisko jest ujęte po bokach w ozdobne rozetki. Z pałaków korony dzwonu patrzą na nas odlane z brązu groteskowe twarzyczki, czyli maski - stąd nazwa dzwonu. Podobnie ozdobione są pałaki dzwonu Tuba Dei, stąd jego oboczna nazwa Wielki Dzwon z Maskami. Powtarzające się nazwiska przełożonych gminy świadczą, że Jan Gotfryd An-

thony, uleając dzwon na nowo w 1735 roku (jest podobna tabliczka z napisem: MIT GOTTES HVLF HAT MICH GEGOSSEN JOHANN GOTTFRIEDT ANTHONY IM JAHR 1735), także w tym przypadku powtórzył inskrypcje jego poprzednika z XVI stulecia. Poniżej inskrypcji na obu dzwonach widnieje charakterystyczny znak własnościowy gdańskiego kościoła św. Jana - krzyż z dodatkowymi ramionami. Jak stwierdziłem na wstępie, obie te bezcenne pamiątki kultury naszego miasta wiszą dziś (obok Dominicalis) na wieży kościoła Mariackiego w Lubece. Ma to być depozyt kościoła Unii Ewangelicznej w Berlinie, który również nie jest ich właścicielem, a jedy-

nie depozytariuszem.

Warto tu przypomnieć, że, według zarządzeń wykonawczych III Rzeszy, dzwony, których się nie zdoła przetopić, miały wrócić na dawne miejsce. Pozostałe dzwony świętojańskie: Jan Chrzciciel albo Apostolica Hermana Benninga z 1587 roku, Dzwon Ziemi albo Zuzanna Gerta Benninga z 1556 roku (przelany w roku 1735) i tzw. Dzwon Brygidy, według podania ufundowany przez Zachariasza Zappio około 1660 roku po śmierci jego córki (która zresztą miała na imię Adelgunda!), uległy przetopieniu lub innego rodzaju zniszczeniu wojennemu (chyba że się nieoczekiwanie ujawnią gdzieś w świecie).

Andrzej Januszajtis



Dzwon Zegarowy z 1543 roku



Tuba Dei z 1564 roku (przelany w roku 1740) - w Lubece

SMAKI LATA



Nie wyobrażam sobie lata bez kabaczków, cukinii, pachnących pomidorów czy ogórków małosolnych, kwaśnych jabłek, słodkich śliwek, czereśni, moreli, soczystych malin, jagód, jeżyn, chrupiącej kala-

się w całość, cukinia faszerowana pastą z sera feta, sałatka z fasolki szparagowej z pieczonymi ziemniakami, zapiekanka z ryżu i zielonego groszku, naleśniki z owocami, sosem waniliowym, musem ze świeżych malin czy puree z kalafiora, zupa marchwiowo-malinowa z nutką mięty. Bo wiem zdrowo - oznacza pysznie, kolorowo i smakowicie. Chętnie eksperymentujemy kulinarnie, gdyż mamy dostęp do całej gamy świeżych warzyw i owoców, przygotowujemy różne musy, smaczne naleśniki z kaszy jaglanej z

dojrzałym mango lub z serem dojrzewającym, chili i słodką gruszką. Warzywa i owoce, szczególnie w okresie upałów pomagają utrzymać organizm odpowiednio nawodniony, gdyż w swoim składzie zawierają bardzo dużo wody, przykładowo: ogórki, pomidory, sałaty, truskawki, melony, arbuz, winogrona, czereśnie, porzeczki... zawierają jej aż 95%. Pamiętać należy zatem, iż gdy organizm jest słabo nawodniony, jego termoregulacja szwankuje, a to może być niebezpieczne dla naszego mózgu, nerek oraz

raturę ciała, zwiększyć potliwość i przyspieszyć krążenie, warto wprowadzić zatem herbaty i napary ziołowe, zrezygnujmy jednak z ziół, które działają napotnie bądź obniżają ciśnienie tętnicze, gdyż mogą doprowadzić do osłabienia organizmu, wystrzegajmy się zatem w upalne dni dodatku syropu z kwiatów bzu czarnego, kwiatów lipy czy dodatku imbiru. Gdy rośnie temperatura zewnętrzna, wychłodzić ciało pomogą nam napary z mięty, pokrzywy, szalwii, hibiskusa lub wierzby białej. A woda po-



repki, młodego groszku, białego kalafiora czy chrupiącej marchwi. Lato to najpiękniejsza i najsmaczniejsza pora roku, a w zasięgu ręki mamy do wyboru wszelakie warzywa i owoce, które sprawiają, że przygotowanie posiłków będzie niezwykle frajdą i niesamowitym kulinarnym doświadczeniem nie tylko dla żołądka, również dla naszego podniebienia. To doskonała pora dla odżywczych i zarazem delikatnych zup, sałatek, soków, naparów i deserów, a zarazem podróż ukierunkowanych na wiele nowych smaków i walorów organoleptycznych, to również odkrywanie niezwykłych połączeń, kompozycji smakowych i aromatycznych.

Niesamowite składniki odżywcze i smakowe łączą

humusem buraczanym, robimy kiszonki z kapusty, również pekińskiej - kimchi, kisiny marchew, seler naciowy, patisony, kolorowe cebule, wyciskamy soki z jarmużu, szpinaku, młodych jabłek, limonki czy buraka, antonówki, marchwi, pomarańczy, imbiru, cytryny.

Tego lata chętnie sięgamy po świeże owoce jako dodatek do pieczywa, gdyż w połączeniu z wytrawnymi serami, rybą czy mięsem znakomicie sprawdzają się w charakterze śniadania (pierwszego lub drugiego), lunchu, podwieczorku czy kolacji. A dominują kanapki z łososiem, melonem i brzoskwinia, z jabłkiem i masłem orzechowym, na chrupko - pieczywo z tosteru podane z twarogiem, miksowanym bobem i

mięśniami, możemy odczuwać zaburzenia pracy serca, problemy oddechowe czy kurcze mięśniowe. Wypijać należy ponad dwa litry płynów dziennie, niekoniecznie samej wody, gdyż w upalne dni wraz z potem wydalamy również witaminy rozpuszczalne w wodzie i liczne minerały, warto zatem do wody wcisnąć nieco soku z cytryny, dodać świeżej mięty, owoce goja, odrobinę naturalnego miodu i szczyptę soli himalajskiej, aby nawodnić odpowiednio organizm i przygotować swój własny domowy izotonik, pozzbawiony nadmiaru cukru, syropu glukozowo-fruktozowego, kofeiny czy sztucznych dodatków, barwników i aromatów.

Nadmiar kofeiny w upalny dzień może podnieść tempe-

winna być nie tylko w butelce, którą zawsze mamy przy sobie, ale i w każdym posiłku, czyli soku, koktajlu, w deserze, zupie, sałatkach z surowych warzyw i owoców.

Starajmy się nie jadać zbyt dużo produktów, które wydzielają związki siarki, czyli enzymy, które nie ulegają rozkładowi i są wydalane wraz z potem, dając nieprzyjemny zapach. Na obiad należy wybierać lekkie dania, zrezygnujmy ze smażonych i tłustych produktów, które podnoszą ciepłość naszego ustroju i przeciążają żołądek, dając uczucie zmęczenia i ciężkości, a wybieramy chłodniki, porcję ryby ze szpinakiem, sałatki z pomidorów, bazylii i oliwy z oliwek albo młode ziemniaczki z kefirem i kurczaka w potrawce.

Chlebniczek Jujki



KURYER GDAŃSKI

WYDAWCA: Piekarnia-Cukiernia „Pelłowski”

Grzegorz Pelłowski, ul. Podwałe Staromiejskie 84, 80-844 Gdańsk

REDAKTOR NACZELNY: Jacek Siński, tel. kom. 692 005 718

DRUK: Drukarnia B3Project 80-125 Gdańsk, ul. Kartuska 377. Nakład 1500 egz.

„Kurier Gdański” w internecie na portalu trojmiasto.pl: www.trojmiasto.pl/kurier-gdanski lub wpisując w wyszukiwarce Google: kurier.gdanski