



# Шлях має тривати

The Way must go on

---

Каталог гастрономічної спадщини  
культурного маршруту Camino Podolico

Gastronomic heritage catalog of the cultural route Camino Podolico





# Шлях має тривати

The Way must go on

---

Каталог гастрономічної спадщини  
культурного маршруту Camino Podolico

Gastronomic heritage catalog of the cultural route Camino Podolico



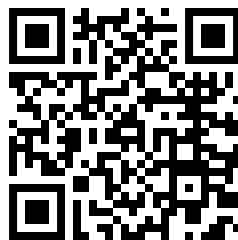
**Автори текстів:** Віктор Косаківський,  
Володимир Захар'єв, Тетяна Кароєва,  
Олена Павлова, Валентина Гребеньова,  
Наталка Жмуд, Анатолій Войнаровський,  
В'ячеслав Літинський

**Автори світлин:** Андрій Сулима,  
Олексій Циганков, Вадим Постернак

---

**Authors of the texts:** Viktor Kosakivskiy,  
Volodymyr Zakhariiev, Tetiana Karoieva,  
Olena Pavlova, Valentyna Hrebenova,  
Natalka Zhmud, Anatolii Voinarovskiy,  
Viacheslav Litynskyi

**Authors of the photos:** Andriy Sulyma,  
Oleksiy Tsyhankov, Vadym Posternak



Відеорепортажі про проєкт  
Video reports about the project

[caminopodolico.net](http://caminopodolico.net)



Camino  
Podolico



Гастрономічний каталог культурної спадщини, створений в рамках проєкту «Шлях має тривати» за підтримки Ради Європи та Європейського Союзу, має на меті дослідити гастрономічну спадщину 11 громад, які є частиною культурного маршруту Camino Podolico (Подільського шляху святого Якова). Це видання спонукає досліджувати маршрут навіть в непростих умовах російської агресії в Україні, адже місцеві громади мають бажання розвивати свої культурні та туристичні ініціативи.

Під час експедицій було зібрано більше 20 різноманітних страв з Вінниччини та Хмельниччини, де кожна громада має свій неповторний смак і традиції приготування, демонструючи унікальність та багатство подільської кухні. Цей каталог дає змогу кожному приготувати самостійно або скуштувати в мандрівках цікаві страви.

Запрошуємо вас поринути в багатий світ автентичної спадщини, що супроводжує пілігримів і всіх, хто пізнає Поділля пішки чи велосипедом.

---

The gastronomic heritage catalog, created as a part of the project «The Way must go on» with the support of the Council of Europe and the European Union, aims to explore the gastronomic heritage of 11 communities that are part of the Camino Podolico cultural route (St. James Way of Podillya). This publication motivates people to explore the route even in the difficult conditions of Russian aggression in Ukraine, because local communities have a desire to develop their cultural and tourist initiatives.

During the expeditions, more than 20 different dishes from Vinnytsia and Khmelnytskyi regions were collected, where each community has its own unique taste and cooking traditions, demonstrating how original and vast Podillya cuisine is.

We invite you to immerse yourself in the rich world of authentic heritage that accompanies pilgrims and everyone who gets to know Podillya on foot or by bike.

# Гастрокультура подолян

## Gastronomy of Podolyans

Поділля – територія стародавньої аграрної культури, що разом з багатонаціональним населенням вплинула на формування регіональної кухні. Родючі ґрунти, клімат з м'якою зимою і теплим літом сприяли становленню Поділля як одного із європейських центрів землеробства. Про це засвідчують археологічні знахідки неолітичної доби (VI – V тис. до н. е.), коли тут проживали племена Буго-Дністровської культури. Наші предки висівали щонайменше три сорти пшениці, два сорти ячменю, горох посівний, просо звичайне, коноплі та вику ервілію.

Кожен українець, крім поля, біля хати мав ділянку землі для висаджування городніх культур. Найдавніші відомості про них належать до скіфського часу – тоді тут вирощували цибулю й часник, капусту й ріпу, мак та огірки. Про вирощування на Брацлавщині в середині XVI ст. овочевих культур свідчать описи «пасік», біля яких були «...сади і городи овочеві розкішні». В XVII ст. для споживання введено квасоллю та кукурудзу.

Розквіт городніх культур припадає на другу половину XVIII ст., коли на городах вирощували моркву, цибулю, петрушку, пастернак, ріпу, хрін, капусту, огірки, квасоллю, часник, мак. З початку XIX ст. на Україні почали вирощувати цукровий буряк, багато городини, овочів та квітів.

Садівництво на Поділлі також має давню традицію. Починаючи з кінця XVIII – початку XIX ст. багатьма поміщиками на Поділлі було закладено значну кількість садів, в яких акліматизовано 500 сортів груш і яблук. Місцеві назви яблук: «мордочки», «таролька», «тарахкавка», «солодка». Зі старих сортів груш і сьогодні вирощують «глеки», «панни», «сомпляки», «лимонки». Сорти слив також традиційні – «угорка», «черкуша», «кульки», «малайки», «кобильохи». Для споживання використовувалися свіжі й сушені фрукти. Сливи («угорку» й «черкушу») та груші («глеки» і «лимонку») сушили на сушарках, а яблука – на сонці. З дрібних диких груш виготовляли смачний квас.

На початку XIX ст. в подільських садах росли ще дулі, бергамоти, вишні, черешні, агрус, малина, барбарис та смородина. У південній частині Поділля вирощували виноград, горіхи, персики. Культивували також різні сорти вишень, черешень, шовковиці, обліпиху, айву та дерен (кизил).

Від найдавніших часів тваринництво разом із землеробством відігравало значну роль у житті подолян. Розводили велику рогату худобу, коней, овець, свиней, зрідка – кіз. Серед дрібної худоби держали кролів, а з птахів – курей, гусей, качок, рідше – індиків. Традиційними допоміжними видами господарської діяльності українців були і залишаються донині рибальство, бджільництво, полювання та збиральництво.

Господарські заняття українців Поділля та основні продукти рільництва й тваринництва моделювали великою мірою й основу харчування. За основними складниками їжу українців Поділля можна розділити на виготовлену з

рослинних продуктів (харчі і страви із зернових чи овочів) і продуктів тваринного походження (м'ясні, молочні й рибні), а також напої.

Майже двісті днів посту давали можливість активно використовувати рослинні білки, яким були багаті коноплі, боби, горох, квасоля.

Хліби та багатоваріантність випічки на Поділлі мали значне поширення, користувались та користуються нині найбільшою повагою. Дослідниця подільської обрядової випічки Світлана Творун зазначає, що жоден родинний обряд на Поділлі не обходиться без хліба чи калачів: з хлібом зустрічають появу немовляти, виряджають дитя до школи, йдуть на хрестини, свататись, благословляють на подружнє життя молодих, входять у нову хату, проводжають в останню дорогу.

Особливого поширення набула випічка до календарних свят. Напередодні Святого вечора на Поділлі випікають різноманітні обрядові хліби: паляниці, пироги і калачі, які відрізняються за формою і функціями.

Всі ці багатства зберегли і донесли подоляни до наших днів: традиційні й локальні страви сьогодні зберігаються у родинях, відроджуються на фестивалях і стають гастрономічними візитівками Подільського краю, заради яких варто відправлятися у дорогу.

Podillya is a territory of ancient agrarian culture, which, together with the multinational population, influenced the formation of regional culture. Fertile soils, a climate with mild winters and warm summers contributed to the establishment of Podillya as one of the European centers of agriculture. This is evidenced by archaeological findings of the Neolithic era (6th - 5th millennia BC), when tribes of the Buho-Dniester culture lived here. Our ancestors sowed at least three varieties of wheat, two varieties of barley, field peas, common millet, hemp and ervilium vetch.

Every Ukrainian, apart from the field, had a plot of land near the house for planting garden crops. The oldest information about them belongs to the Scythian times – at that time onions and garlic, cabbage and turnips, poppies and cucumbers were grown here. The cultivation of vegetable crops in the Bratslav region in the middle of the 16th century is evidenced by descriptions of «beehives» near which there were «...luxurious vegetable and fruit gardens.» In the 17th century beans and corn were introduced for consumption.

Garden crops flourished in the second half of the 18th century, when people grew carrots, onions, parsley, parsnips, turnips, horseradish, cabbage, cucumbers, beans, garlic, and poppies in their gardens. From the beginning of the 19th century, sugar beet, many vegetables and flowers were grown in Ukraine.

Gardening in Podillya also has a long tradition. Starting from the end of the 18th and the beginning of the 19th centuries, many landowners planted a significant number of orchards in Podillya, in which 500 varieties of pears and apples were acclimatized. Local

names of apples: «mordochky», «tarolka», «tarakhkavka», «solodka». The old varieties of pears, such as «hleky», «panny», «sompliaky», «lymonky» are still grown today. Also, traditional varieties of plums are – «uhorka», «cherkusha», «kulky», «malaiky», «kobyliokhy». People also consumed fresh and dried fruits. Plums («uhorka» and «cherkusha») and pears («hleky» and «lymonka») were dried in dryers, apples were dried in the sun. Delicious kvass was made from small wild pears.

At the beginning of the 19th century, you could still find pears, bergamot, cherries, gooseberries, raspberries, barberries and currants in the gardens of Podillya. Grapes, nuts, and peaches were grown in the southern part of Podillya. Different varieties of cherries, mulberries, sea buckthorn, quince and sod (dogwood) were also cultivated.

From the earliest times, animal husbandry, together with agriculture, played a significant role in the life of the Podolyans. Cattle, horses, sheep, pigs, and occasionally goats were bred. Rabbits were kept among the small livestock, and chickens, geese, ducks, and less often turkeys were kept among the poultry. Fishing, beekeeping, hunting and gathering were and still are the traditional auxiliary economic activities of Ukrainians.

The economic activities of Ukrainians of Podillya and the main products of agriculture and animal husbandry largely modeled the basis of nutrition. According to the main components, the food of the Ukrainians of Podillya can be divided into those made from plant products (food and dishes made from grains or vegetables) and products of animal origin (meat, dairy and fish), as well as drinks.



Almost two hundred days of fasting gave an opportunity to actively use vegetable proteins, which you could find in hemp, beans and peas.

Breads and a variety of pastries in Podillya were widely distributed, they were and still are of the greatest respect. Svitlana Tvorun, a researcher of Podillya ritual baking, notes that no family ceremony in Podillya is complete without bread or kalach: bread is used to welcome the arrival of a baby, send a child to school, go to christenings, propose, bless young couples for a married life, enter a new house, pay the last respects.

Baking pastry for calendar holidays has become especially popular. On Christmas Eve a variety of ceremonial breads are baked in Podillya: palianytsi, pies and kalachi, which differ in shape and function.

All these riches have been preserved and brought to the present days by the Podolyans: today, traditional and local dishes are preserved in families, revived at festivals and become gastronomic hallmarks of the Podillya region, for which it is worth going on the road.





**Вінниця**

Vinnytsia



Перша згадка про Вінницю як фортецю датується 1360-ми роками. Одностайного тлумачення походження назви міста не існує. Основна версія зосереджена навколо назви річки Вінничка («та, що в'ється»). Вдале географічне розташування міста (віддаленість від основних маршрутів татарських набігів) допомогло йому стати центром Брацлавського воєводства у 1598 р. Згодом, у 1640 році, воно отримало магдебурзьке право. У складі Речі Посполитої Вінниця залишалася королівським містом, і її громада постійно вела активну боротьбу зі старостами за свої економічні та соціальні права. Упродовж 1653–1667 років Вінниця була полковим містом гетьманської держави.

У складі Російської імперії вона знову претендувала на високий адміністративний статус – губернський центр, але з 1796 року тривалий час залишалася лише повітовим центром. Соціоекономічний розвиток міста другої половини XIX – початку XX ст. та зміна геополітичного значення розташування губернії знову підвищили його адміністративну вагомість. Відтоді Вінниця постійно виконувала управлінські функції в регіоні, навіть упродовж листопаду 1918 – травня 1920 років тричі тимчасово ставала столицею УНР.

Бурхлива історія міста негативно позначилася на його історико-культурній спадщині, утім і досі увагу туристів притягують колишні єзуїтський, домініканський та капуцинський кляштори, Миколаївська церква, меморіальні музеї-садиби Миколи Пирогова та Михайла Коцюбинського, скелясті місця на берегах річки Південний Буг (Бог).

The first mention of Vinnytsia as a fortress dates back to the 1360s. There is no unanimous interpretation of the origin of the city's name. The main version is centered around the name of the river Vinnychka («the one that weaves»). The good geographical location of the city (distance from the main routes of Tatar raids) helped it become the center of the Bratslav Voivodeship in 1598. Later, in 1640, it received Magdeburg rights. As part of the Polish-Lithuanian Commonwealth, Vinnytsia remained a royal city, and its community constantly waged an active struggle with the elders for their economic and social rights. During the years 1653–1667, Vinnytsia was a regimental city of the Cossack Hetmanate.

As part of the Russian Empire, it once again was considered to have a high administrative status - a provincial center, but since 1796 it remained only a district center for a long time. The socio-economic development of the city in the second half of the 19th and early 20th centuries and the change in the geopolitical significance of the location of the province increased its administrative importance once again. Since then, Vinnytsia constantly performed administrative functions in the region and during November 1918 - May 1920, it even temporarily became the capital of the Ukrainian People's Republic three times.

The city's turbulent history had a negative impact on its historical and cultural heritage. However, the former Jesuit, Dominican and Capuchin monasteries, Mykolaiv Church, memorial estate museums of Nikolai Pirogov and Mykhailo Kotsiubynsky, and rocky places on the banks of the Pivdennyi Buh (Boh) river still attract the attention of tourists.

# Борщ на вишні

## Cherry borscht

Вишуканий за кольором і дуже цікавий за смаком борщ на вишні - саме те, що потрібно у сезон молодих коренеплодів і городини. Традиційно вишню на Поділлі застосовували для посилення інтенсивності смаку, зокрема до появи томатів на європейському континенті.

Можна скуштувати: МегаВарі (вул. Кропивницького, 1)

### Інгредієнти:

- 2 невеликих молоді бурячки
- 2 морквини
- 4 картоплини
- 1 цибуля
- 1 зубчик часнику
- 200 г вишні
- 200 г квасолі
- 0,5 качана молодої капусти
- сіль

- перець
- зелень
- соняшникова олія для смаження

### Приготування:

Наливаємо в каструлю воду та доводимо до кипіння. У цей час нарізаємо соломкою буряки, половину з яких відправляємо в окріп. Потім нарізаємо моркву дрібним кубиком або соломкою і також половину моркви відправляємо у воду. Картоплю нарізаємо кубиком і кладемо в каструлю до інших овочів. Накриваємо кришкою та варимо 5-10 хвилин.

Дрібно рубаємо капусту, відправляємо в окріп. Квасолі краще відварити заздалегідь, і разом з юшкою, в якій вона варилася, тоді можна додати її до борщу.

Готуємо засмажку. Цибулю нарізаємо дрібним кубиком і відправляємо на розігріту сковороду з олією. До засмажки можна додати молоду цибулю та дрібно нарізаний часник. Далі на пательню викладаємо буряк і моркву, цукор, сіль, і вишні разом із вишневим соком. Додаємо приправи і тушкуємо ще кілька хвилин. Потім додаємо засмажку. Варимо до готовності картоплі та інших овочів. Солимо і перчимо на смак. Подається зі сметаною і чорним хлібом.

Sophisticated in color and very interesting in taste, cherry borscht is exactly what you need in the vegetable season. Traditionally, cherries in Podillya were used to increase the intensity



of taste, in particular before tomatoes appeared on the European continent.

Taste the dish here: MegoBari  
(1 Kropyvnytskoho Street)

### Ingredients:

- 2 small beetroots
- 2 carrots
- 4 potatoes
- 1 onion
- 1 garlic clove
- 200 g of cherries
- 200 g of beans

- 1/2 of young cabbage head
- salt
- pepper
- herbs
- sunflower oil for frying

### Preparation:

Pour water into the pan and boil it. Cut the beets into strips, put half of them into the boiling water. Cut into strips or dice carrots and also put half of it into the water. Dice potatoes and put them into the pan, to the rest of the vegetables. Cover with a lid and cook for 5-10 minutes.

Chop the cabbage finely, put it into the boiling water. It is better to boil the beans in advance, and together with the broth in which they were cooked, you can add them to the borscht.

Now make vegetable roast. Dice the onions and put them on a heated pan with oil. You can add leek and finely chopped garlic to the roast. Next, put beets and carrots, sugar, salt, and cherries together with cherry juice on the pan. Add seasonings and simmer for a few more minutes. Then add roast. Cook until potatoes and other vegetables are ready. Add salt and pepper to taste. Served with sour cream and brown bread.

## Фаршировані курячі шиї

### Stuffed chicken necks

Гефілте гелзеле - одна з головних страв єврейської кухні. Чим довше готується, тим швидше з'їдається. Навіть жувати не треба – самі в роті тануть!

Вища майстерність – зняти з цілої курки шкіру, вирізавши всі кісточки. Чим менше отворів та надрізів, тим швидше та легше зашити шкіру чорними нитками (їх потім легше виявити та витягнути). Наповнивши шкіру через кондитерський мішок готовим фаршем, потрібно зашити останній отвір.

Скуштувати можна: ресторан Затишок  
(вул. Валентина Отамановського, 12).

### Інгредієнти:

- 1 бройлерна курка (1,5 кг)
- 600 г курячого м'яса разом з додатковим курячим філе

- 500 г тушкованої цибулі
- 1 біла булочка
- 150 г молока
- 1 ст. л. манки
- 1 яйце

На 300 г фаршу:

- 100 г вершкового масла
- майонез
- сіль
- чорний і запашний перець
- олія для тушкування цибулі

### Приготування:

Для фаршу пропускаємо через м'ясорубку зняте з кісток куряче м'ясо, додавши додатково 200-300 г курячого філе, а також цибулю тушковану в стадії конфітюру, білу булочку, просочену молоком. Вводимо сирі яйця, манку, сіль,

мелений чорний перець, майонез, вершкове масло. Фарш обов'язково ретельно вимішати до пишного стану. Щоб не помилитися спеціями і сіллю, з готового фаршу потрібно посмажити маленьку пробну котлетку. Дозаправити.

У просторій каструлі готуємо бульйон з цибулею, морквою, пучком зелені, заправляємо овочевою приправою, сіллю, лавровим листом, горошком чорного та запашного перцю.

Не заповнюйте шию дуже щільно – при варінні фарш розбухне і може розірвати шкіру. Для страховки «заповніть» курку в чисту марлю і повністю помістіть у бульйон. Нехай вариться на повільному вогні півтори години. Потім шийку виймаємо з бульйону, охолоджуємо та акуратно видаляємо всі нитки. Перед подачею на стіл курочку обмащуємо сметаною і запікаємо в духовці до рум'яної скоринки.

---

Gefilte gelzele – is one of the main dishes of the Jewish cuisine. The longer it is cooked, the faster it is eaten. You don't even need to chew - they melt in your mouth!

Only cooks with the highest skill can remove the skin from a whole chicken, cutting out all the bones. The fewer holes and incisions, the faster and easier it is to sew the skin with black threads (they are then easier to detect and pull out). After filling the skin through a pastry bag with ready-made stuffing, you need to sew up the last hole.

Taste the dish here: Zatyshok restaurant  
(12 Valentyna Otamanovskoho Street)

### Ingredients:

- 1 chicken (1,5 kg)
- 600 g of chicken meat and chicken fillet
- 500 g of stewed onions
- 1 white bun
- 150 g of milk
- 1 tablespoon of semolina
- 1 egg

For 300 g of stuffing:

- 100 g of butter
- mayonnaise
- salt
- black pepper
- allspice
- oil to stew the onions

### Preparation:

To make stuffing, mince the chicken meat removed from the bones, adding 200-300 g of chicken fillet, as well as stewed onions (should



be like jam) and white bread soaked in milk. Add raw eggs, semolina, salt, ground black pepper, mayonnaise, butter. Stuffing must be thoroughly mixed until fluffy. In order not to make a mistake with spices and salt, you can fry a small trial cutlet from the finished stuffing.

In a large pot, prepare a broth with onions, carrots, a bunch of herbs, season with vegetable seasoning, salt, bay leaf, black pepper and allspice.

Do not fill the neck too tightly - when cooking, the stuffing will swell and may tear the skin. To be safe, put the chicken in clean cheesecloth and place completely in the broth. Let it cook on low heat for an hour and a half. Then take the neck out of the broth, cool it and carefully remove all the threads. Before serving, coat the chicken with sour cream and bake in the oven until golden brown. Spicy «beetroot» horseradish is an ideal sauce for necks.

# Старовінницький суп з телятиною в тісті

## Old Vinnytsian soup with veal in dough



Можна скуштувати: ресторан «Churchill Inn» (вул. Славетна, 1А).

### Інгредієнти (на 1 порцію):

- 70 г молода телятина
- 40 г болгарський перець
- гострий перець чилі
- 15 г морква
- 15 г цибуля
- 15 г селера
- петрушка

Для тіста:

- 500 г борошна
- 4 яйця

- 20 г кропу
- можна додати дрібку карі
- 15 г кропу

### Приготування:

Для начинки порубати телятину на шматочки та змішати з болгарським перцем та гострим перцем чилі. Далі замісити тісто, та сформувати з нього невеличкі вареники, начинити їх. Окремо зварити курячий бульйон з овочами. Перед подачею додати в бульйон підсмажену на маслі моркву, цибулю та селеру. В окремій воді варити вареники протягом 4-5 хв, змішати їх з бульйоном та додати овочі та багато петрушки.

Taste the dish here: «Churchill Inn» restaurant (1A, Slavetna Street).

### Ingredients:

- For 1 serving:
- 70 g of veal
- 40 g of bell pepper
- hot chili peppers to taste
- 15 g of carrot
- 15 g of onion
- 15 g of celery
- parsley

Dough:

- 500 g of flour
- 4 eggs
- 20 g of dill
- optionally a pinch of curry
- 15 g of dill

### Preparation:

To make the filling, chop the veal into pieces, add bell pepper and hot chili pepper. Next, knead the dough, and form small varenyky from it, put the filling inside. Separately cook chicken broth with vegetables. Before serving, add carrots, onions and celery fried in butter to the broth. Boil varenyky for 4-5 minutes, mix them with broth and add vegetables and lots of parsley.



**Гнівань**

**Hnivan**



За однією з версій назва міста Гнівань походить від українського слова «гнів». На цих теренах було чимало подій, які могли викликати гнів місцевого населення, але вірогіднішою є інша теорія. Частина мешканців сусіднього села Селище (колишній Черленків) покинула рідні місця, щоб знайти собі місце для проживання і заснували Гнівань. Невипадково у Селищі досі збереглися такі топоніми як річка Гніванка, урочище та вулиця Гнівань.

Датою першої письмової згадки про поселення Гнівань вважається 1629 рік. Сучасне місто більше асоціюється з прокладанням залізниці Київ – Одеса у 1870 році. Саме тоді збудована залізнична станція отримала назву найближчого населеного пункту – села Гнівань. Його власники Ярошинські були активними підприємцями: заснували каменоломні і цукровий

завод. У радянський час промислове виробництво розвивалося завдяки шиноремонтному заводу (1964), заводу спецзалізобетону (1969), утім нині з колишніх гігантів промисловості працює тільки гранітний кар'єр.

У 1981 році Гнівані присвоїли статус міста.

---

According to one version, the name of the city of Hnivan comes from the Ukrainian word «hniv» (“anger”). There were many events in these areas that could cause the anger of the local population, but another theory is more likely. Some residents of the nearby village of Selyshche (formerly Cherlenkiv) left their native lands to find a place to live and founded Hnivan. It is no accident that such toponyms as

the Hnivanka river, tract and Hnivan street are still preserved in Selyshche.

The year 1629 is considered the date of the first written mention of the Hnivan settlement. The modern city is more associated with the laying of the Kyiv-Odesa railway in 1870. It was then that the built railway station received the name of the nearest settlement - the village of Hnivan. Its owners, the Jarosziński, were active entrepreneurs: they founded stone quarries and a sugar factory. In Soviet times, industrial production developed thanks to the tire repair plant (1964), the special reinforced concrete plant (1969), however, today, out of all the former industrial giants, only the granite quarry is still working.

In 1981, Hnivan was granted city status.



# Ворошилівські рубчики

## Voroshylivka tripes

На території села Ворошилівка Гніванської громади з давніх-давен була дуже активна торгівля, зокрема і ярмарок, на якому різники продавали м'ясо. Найкраще м'ясо, звісно, продавалося, а все, що залишалося для родини різника - це шлунок і нутроба.

Проте гніванські кухарки такі вправні, що навіть потрухи здатні перетворити на кулінарні принади, про які будуть створювати легенди і запрошувати на них, як на святковій страві.

Можна скуштувати: ресторан «Парцелі» (с. Ворошилівка, вул. Центральна, навпроти сільського клубу, +38 096 185 15 94, +38 096 372 97 96) за попереднім замовленням.

### Інгредієнти:

- 1 шлунок молодого теляти
- 3 цибулини (400-500 г)
- 100 г вершкового масла

### Приготування:

Варити промитий і очищений шлунок протягом години. Охолоджений шлунок нарізати соломкою і варити ще протягом 40 хв. в підсоленій воді, з додаванням спецій: лавровий лист, зерна коріандру, перцю, духмяного перцю, зелені петрушки та кропу. Відкинути на друшляк, відцідити відвар.

На розпечену сковорідку викладаємо рубчики, вершкове масло, олію. Через 5-10 хв додаємо цибулю, порізану півкільцями і залишаємо

томитися на пів години. В кінці додаємо лавровий лист, сіль, перець.

There has been a very active trade on the territory of the Voroshylivka village of the Hnivan community since ancient times, in particular, a fair where butchers sold meat. The best meat, of course, was sold, and all that was left for the butcher's family were the stomachs and entrails.

However, Hnivan cooks are so skilled, that they can turn even scraps into culinary delights so tasty that there will be legends and songs written about them.

Taste the dish here: «Parceli» restaurant (Voroshylivka village, Tsentralna Street, opposite the local club, tel. +38 096 185 15 94, +38 096 372 97 96) by prior order.

### Ingredients:

- 1 stomach of a young calf
- 3 onions (400-500 g)
- 100 g of butter

### Preparation:

Boil the washed and cleaned stomach for an hour. Cut the cooled stomach into strips and cook for another 40 minutes in salted water with some spices: bay leaf, coriander seeds, pepper, allspice, green parsley and dill. Discard in a colander, strain the broth.

Put the strips, butter and oil on a hot pan. After 5-10 minutes, add onion cut into half rings and leave to languish for half an hour. At the end, add a bay leaf, salt, and pepper.





## Картопляні оладки

### Potato pancakes

Також традиційними гніванськими стравами на шляху можна посмакувати прямо на місцевому базарі. Це - гарячі і запашні пиріжки, смажені в олії, з картоплею, горохом, капустою.

Обов'язково варто ще спробувати деруни, або, по-місцевому, "картопляні оладки" з різними начинками - з м'ясом або грибами.

Можна скуштувати: ресторан «Parceli» (с. Ворошилівка, вул. Центральна, навпроти сільського клубу, +38 096 185 15 94, +38 096 372 97 96).

#### Інгредієнти (на одну порцію):

- 3-4 картоплі
- 1 цибуля
- 1 яйце
- 2 ложки борошна
- 2 ложки сметани
- Можна робити з різною начинкою (м'ясо, гриби)

#### Приготування:

Натираємо картоплю, додаємо натерту на дрібній терці цибулю, яйце, борошно та сметану. Солимо, перчимо за смаком. Обсмажуємо на сковорідці з обох сторін. Смакують гарячими зі сметанкою.

You can also taste traditional Hnivan dishes right at the local market. They are hot and mouth-watering pies with potatoes, peas or cabbage, fried in oil.

It is also worth trying deruny, or, as locals say, «potato pancakes» with different fillings – meat or mushrooms.

Taste the dish here: «Parceli» restaurant (Voroshylivka village, Tsentralna Street, opposite the local club, tel. +38 096 185 15 94, +38 096 372 97 96).

#### Ingredients (for 1 serving):

- 3-4 potatoes
- 1 onion
- 1 egg
- 2 tablespoons of flour
- 2 tablespoons of sour cream
- Can be made with different fillings (meat, mushrooms).

#### Preparation:

Grate the potatoes, add finely grated onion, egg, flour and sour cream. Add salt and pepper to taste. Fry in a pan on both sides. Enjoy them hot with sour cream.



# Браїлів

Brailiv



Браїлів вперше згадується в документах XV ст. як укріплене поселення на мисі біля злиття річок Браги та Рову. За Хмельниччини воно перетворюється на сотенне містечко Брацлавського полку, з дерев'яним замком за зразком вінницького. Залишки валів цього замку простежуються і дотепер в центрі селища; сюди ж змійками сповзають вулиці. У XVIII ст. з відновленням влади Речі Посполитої поселення перейшло у власність магнатів Потоцьких, які заснували тут тринітарський монастир. Згодом у XIX ст. в його приміщення з Вінниці перейшов православний жіночий монастир.

1868 року містечком зацікавився відомий залізничний підприємець Карл фон Мекк, дружина якого захоплювалася музичним мистецтвом.

На її запрошення у маєтку бували композитори Петро Чайковський та Клод Дебюссі. Сам палац особливими архітектурними принадами не вирізнявся, хоча й розташований досить ефектно – на підвищенні, неподалік від берега Рову. Добре зберігся парк навколо палацу.

---

Brailiv is first mentioned in documents of the 15th century as a fortified settlement on a cape near the confluence of the Braha and Riv rivers. During Khmelnytskyi times it turned into the centesimal town of the Bratslav regiment, with a wooden castle modeled after Vinnytsia castle. The remains of the castle's ramparts can still be seen in the center of the village. In the 18th

century, with the restoration of the power of the Polish-Lithuanian Commonwealth, the settlement became the property of the Potocki magnates, who founded a Trinitarian monastery here. Later, in the 19th century, an Orthodox nunnery moved to its premises from Vinnytsia.

In 1868, the famous railway entrepreneur Carl von Meck, whose wife was fond of music, became interested in the town. Composers Pyotr Tchaikovsky and Claude Debussy visited the estate at her invitation. The palace itself was not distinguished by special architectural charms, although it is located quite spectacularly - on a rise, not far from the bank of the Riv river. The park around the palace is also well preserved.

За давніми рецептами у Браїлові виготовляють для шанованих гостей короваї, а також оспівані і закарбовані у віршах і віках “кислі гоїрки” (огірки).

Готуються ці страви на велику кількість гостей, на свята. Збережені рецепти передаються з покоління в покоління.

## Коровай

### Korovay

#### Інгредієнти:

- 4 кг борошна
- 20 яєць
- 1 кг цукру
- 400 г масла
- 8 г чистого ваніліну
- 600 мл молока
- 200 г дріжджів
- 200 г олії
- 1 ст. ложка солі

#### Приготування:

Беремо яйця, відокремлюємо жовтки від білків, збиваємо окремо в міксері. Кип'ятимо молоко, додаємо в нього масло, цукор з ваніллю, олію. Розводимо дріжджі теплим молоком, додаємо трішки цукру та борошна, чекаємо, поки вони підійдуть. Виливаємо все в розчину. Вимішуємо тісто від 30 хв до 1 години. Залишаємо на 3-4 години підійти. Розкладаємо тісто у форми, залишаємо стояти на 2 години. Викладаємо по краях булочки. Залишаємо на 1-1,5 години. Запалюємо піч на годину. Поки піч нагрівається, викладаємо на короваї квіточки та мастимо яйцем. Ставимо у піч. Випікаємо 1,5 години.

Коровай приготувала Олена Іванівна Основа, рагу – Галина Миколаївна Кутепова.

According to ancient recipes in Brailiv, cooks make korovay for honored guests, as well as «kysli hoirky» (“sour cucumbers”), which are present in lots of poems and songs. These

dishes are prepared for a large number of guests, especially for holidays. Preserved recipes are passed down from generation to generation.

Korovay was baked by Olena Ivanivna Osnova, pickled cucumber stew was cooked by Halyna Mykolaivna Kutepova.

#### Ingredients:

- 4 kg of flour
- 20 eggs
- 1 kg of sugar
- 400 g of butter
- 8 g of pure vanilla
- 600 ml of milk
- 200 g of yeast
- 200 g of oil
- 1 tablespoon of salt

#### Preparation:

Take eggs, separate the yolks from the whites, beat them separately in a mixer. Boil milk, add butter, sugar with vanilla, and oil. Dilute the yeast with warm milk, add a little sugar and flour, and wait until it rises. Pour everything together. Knead the dough for 30 minutes to 1 hour.

Leave it to rise for 3-4 hours. Spread the dough into molds, leave it for 2 hours. Put buns on the edges. Leave it for 1-1,5 hours. Turn on the oven

for an hour. While the oven is heating up, put flowers on korovay and brush it with egg. Put it in the oven. Bake for 1.5 hours.



# Рагу з кислими огірками

Pickled cucumber stew

## Інгредієнти:

- 600 г свинини (ребра)
- 1 склянка квасолі
- 300 г картоплі
- 200 г цибулі
- 200 г моркви
- 200 г квашених огірків
- 250 г свіжої капусти
- 80 мл олії
- 50 г сала
- 20 г кореня пастернаку
- 20 г кореня селери

## Приготування:

Замочити і потім відварити квасолю з цибулиною, морквиною, селерою і пастернаком. В кінці цибулю і коренеплоди викинути, відвар трошки підсолити.

Квашені огірки порізати на кубики, проварити.

Окремо зварити свіжу посічену капусту. Сало порізати кубиком, додати олію, обсмажити до скоринки, додати цибулю кубиком та натерту моркву, обсмажити, викласти до капусти, картоплю крупним кубиком, додати сіль, перець, перемішати інгредієнти і в піч на 1,5-2 години.

Подавати у великій мисці.

## Ingredients:

- 600 g of pork (ribs)
- 1 glass of beans

- 300 g of potatoes
- 200 g of onion
- 200 g of carrot
- 200 g of pickles
- 250 g of fresh cabbage
- 80 ml of oil
- 50 g of lard
- 20 g of parsnip root
- 20 g of celery root

## Preparation:

Soak and then boil the beans with onions, carrots, celery and parsnips. At the end

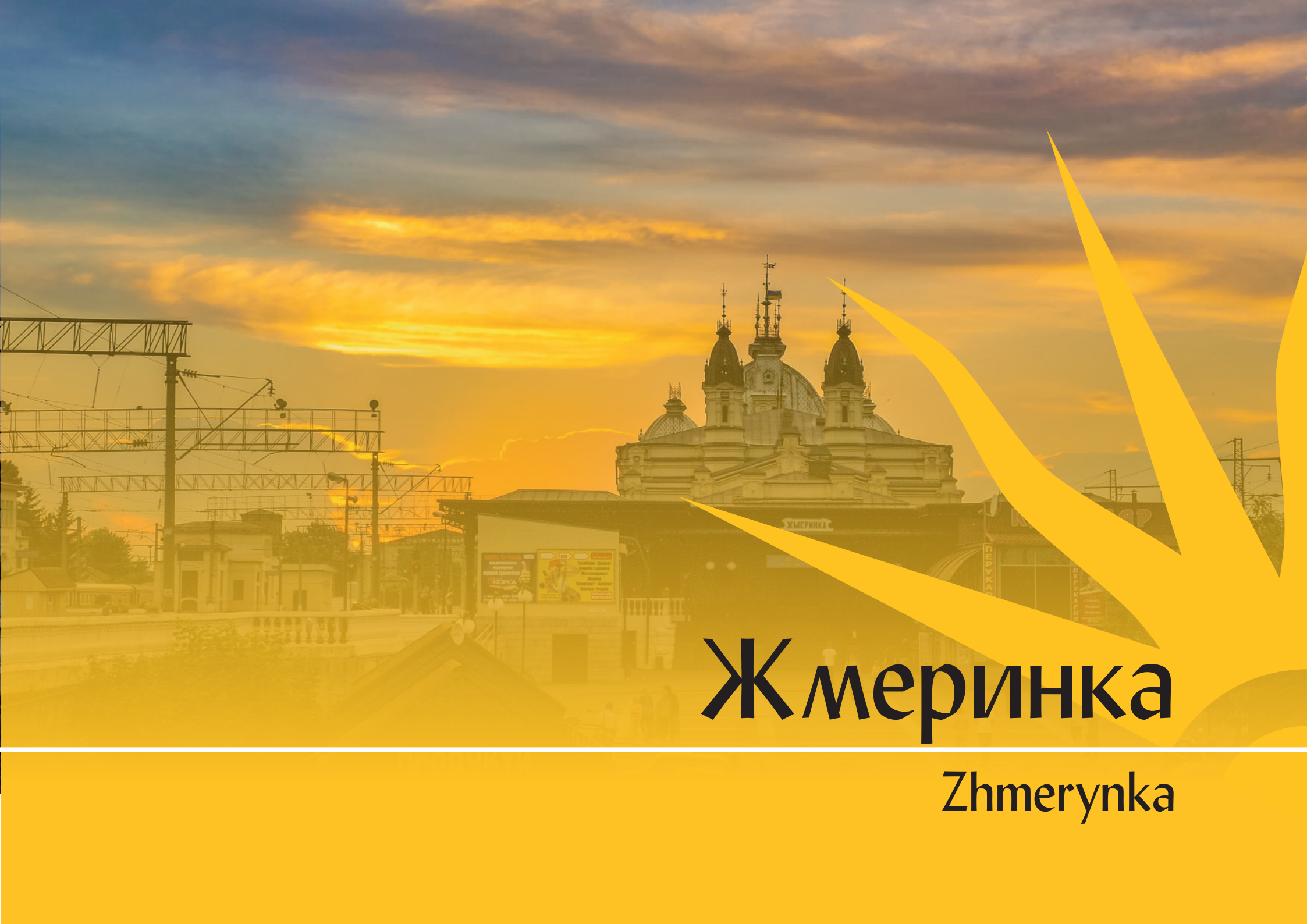
of boiling, throw away the onion and root vegetables, add a little salt to the broth.

Dice pickled cucumbers, boil them.

Separately cook fresh chopped cabbage. Dice lard, add oil, fry until crusty, add diced onions and grated carrots, fry, add to cabbage. Dice potatoes, add salt, pepper, mix the ingredients and put in the oven for 1.5-2 hours.

Serve in a big bowl.





**Жмеринка**

Zhmerynka



Серед численних версій походження назви найчастіше дослідники апелюють до особливостей фонетики слов'янських мов, де звук «ж» чергується зі звуком «г». Можливе коріння назви варто шукати також в збережених назвах подільських поселень Чемеринці, Чемер, Чемериси, у назві трави чемериці, одягу – чемерки, а згодом і назві поселення – Жмеринка.

У 1865 році під час будівництва залізниці було створено велику вузлову станцію між селами Велика і Мала Жмеринка. В історичних матеріалах поселення Жмеринка згадується на початку XVIII ст. Станція швидко розвинулася і у 1903 році отримала статус міста. Знайомство з містом традиційно починалося з вокзалу. Ця

цікава споруда була відкрита у 1904 році і стала видатним пам'ятником історії та архітектури. Будівля в стилі модерну досі вражає своїм архітектурним рішенням.

Стратегічна значущість станції зумовила те, що упродовж 1919–1920 років тут кілька разів перебували уряд Директорії УНР та ставка Дієвої Армії УНР.

Надалі історія міста була значною мірою пов'язана із залізницею. Її напрям на південь, в Одесу, навіть породив численні фольклорні твори, поширені на радянських просторах, про «Жмеринку – не Одесу».

---

Among the numerous versions of the origin of the name, researchers most often appeal to the peculiarities of the phonetics of Slavic languages, where the sound «zh» alternates with the sound «g». The possible roots of the name can likely be found in the preserved names of Podillya settlements Chemeryntsi, Chemer, Chemerysy, in the name of the grass chemerytsia, clothes – chemerky, and later on in the name of the settlement – Zhmerynka.

In 1865, during the construction of the railway, a large junction station was created between the villages of Velyka and Mala Zhmerynka. In historical materials, the settlement of Zhmerynka is mentioned at the beginning of the 18th century. The station developed rapidly and in 1903 Zhmerynka was granted city status. Acquaintance with the city traditionally began at the railway station. This interesting building was opened in 1904 and became an outstanding monument of history and architecture. The building in the Art Nouveau style still impresses with its architectural solutions.

The strategic importance of the station led to the fact that during 1919–1920, the Government of the Directorate of the Ukrainian People's Republic of Ukraine and a battalion of the Active Army of the Ukrainian People's Republic were stationed here several times.

Later, the history of the city was largely connected with the railway. Its direction to the south, to Odesa, even gave rise to numerous folk pieces, widespread in Soviet time, like «Zhmerynka is not Odesa».



# Вареники з вишнями в киселі

Varenyky with cherries in jelly



Як кажуть самі жмеринчани, «нам не треба за чимось їхати світ за очі, все необхідне приїздить до нас саме». І це таки правда, чого тільки не зустрінеш на місцевому жмеринському привозі. Мультикультурність міста дала світу цікаві гастрономічні поєднання.

Можна скуштувати: кафе «Стумарі», (м. Жмеринка, вул. Центральна, 20).

## Інгредієнти:

Для вареників:

- 500 г борошна
- 200 мл води
- 1 яйце
- 400 г вишні

- 400 г цукру
- сіль на кінчику ножа

Для киселю:

- 500 мл соку з вишень
- 2 столових ложки цукру
- 2 столових ложки крохмалю картопляного

## Приготування:

Борошно просіяти, змішати із сіллю, теплою водою та яйцем. Замісити м'яке тісто, накрити його рушником і залишити на 10 хвилин.

З тіста розкатати тонкий корж, видавити склянкою невеликі кружечки, на кожен викласти по 2-3 вишні та 1 ч.л. цукру, а потім щільно заліпити. Всипати вареники в киплячу воду, проварити 4 хвилини і відкинути на друшляк.

Для киселю взяти 500 мл соку. У 300 мл соку додати 2 ст. л. цукру. Закип'ятити сік. У 1 склянці холодного соку розвести 2 ст. л. картопляного крохмалю. У киплячий сироп обережно додають крохмальну суміш і доводять до кипіння. Охолодити.

As the residents of Zhmerynka themselves say, «we don't need to travel the world for something, everything we need comes to us». And this is true, you can find whatever you want at the local Zhmerynka market. The multiculturalism of the city gave the world interesting gastronomic combinations.

Taste the dish here: «Stumari» cafe, (Zhmerynka, 20 Tsentralna Street).

## Ingredients:

For varenyky:

- 500 g of flour
- 200 ml of water
- 1 egg
- 400 g of cherries
- 400 g of sugar
- Pinch of salt

For jelly:

- 500 ml of cherry juice
- 2 tablespoons of sugar
- 2 tablespoons of potato starch

## Preparation:

Sift flour, mix with salt, warm water and egg. Knead the soft dough, cover it with a towel and leave for 10 minutes.

Roll out a thin cake from the dough, squeeze out small circles with a glass, put 2-3 cherries and 1 teaspoon of sugar, and then stick tightly. Put varenyky into boiling water, boil for 4 minutes and discard in a colander.

For jelly take 500 ml of juice. In 300 ml of juice, add 2 tablespoons of sugar. Boil juice. Dilute 2 tablespoons of potato starch in 1 glass of cold juice. Carefully add the starch mixture to the boiling syrup and boil it once again. Cool down.

# Фарширована щука

## Stuffed pike



А ще у Жмеринці кажуть, що раніше дівку не брали заміж у порядну єврейську родину, доки вона не навчилася фарширувати рибу п'ятьма способами.

Можна скуштувати: кафе «Стумарі» (м.Жмеринка, вул. Центральна, 20).

### Інгредієнти:

- 2 кг щуки
- 2 цибулі
- 2 моркви
- 1/2 батону
- 200 мл вершків
- 1 яйце
- перець на смак
- сіль на смак

### Приготування:

З рибини відрізати голову, вилучити зябра. Тушку почистити, виймати нутроці, вимити. Щоб зняти шкіру біля голови, зробити надріз і потихеньку зняти шкіру, плавці зрізати ножицями разом зі шкірою. Залишки м'яса на шкірці обережно зішкребти ложкою.

М'ясо пропустити через мілку сітку м'ясорубки, додати цибулю, моркву, батон, вимочений у вершках, сіль, перець.

Для формування готової риби шкіру заповнити фаршем, біля голови зшити. Змастити тушку і голову олією та викласти на змащений лист, запікати у духовій шафі при 180°C, приблизно 1 годину.

Викладаємо на тарілку, дати вистигнути. Подавати з білим хроном або сметанним соусом.

And in Zhmerynka they say that previously a girl was not married into a decent Jewish family until she learned how to stuff fish in five ways.

Taste the dish here: «Stumari» cafe (Zhmerynka, 20 Tsentralna Street).

### Ingredients:

- 2 kg of pike
- 2 onions
- 2 carrots
- 1/2 of a loaf of bread
- 200 ml of cream
- 1 egg
- pepper to taste
- salt to taste

### Preparation:

Cut off the head from the fish, remove the gills. Clean the fish, remove the entrails, and wash it. To remove the skin near the head, make an incision and slowly remove the skin, cut the fins with scissors along with the skin. Carefully scrape off the remaining meat on the skin with a spoon.

Pass the meat through a fine mesh of a meat grinder, add onions, carrots, a loaf of bread soaked in cream, salt, pepper.

To form a finished fish, fill the skin with minced meat, sew it near the head. Grease the fish and head with oil and place on a greased sheet, bake in the oven at 180°C for about 1 hour.

Put it on a plate, let it cool. Serve with white horseradish or sour cream sauce.



# Северинівка

Severynivka

Северинівка заснована у 1802 році Северином Орловським, власником Межирівського ключа, який облюблював на березі р. Рів місце під будівництво палацу. Нині на території палацово-паркового ансамблю розташовані: палац, господарська зона із 17 споруд, город з північної сторони; фруктовий сад і парк за палацом; природні вапнякові скелі у південній і західній частинах парку; кам'яний мур навколо садиби, хоч й зі значними втратами; житловий будинок для управляючого і садівника з флігелем, що знаходиться за межею північної частини садиби. Палац збудований у 1802–1804 рр. Він складався з головного корпусу і двох бокових крил, що містили біля 50 кімнат і залів. У 1814 році започаткували парк. Нині тут зростає 60 видів дерев і чагарників.

В околицях села є живописне городище скіфського часу,

У сусідньому колись великому містечку Межирів сьогодні можна оглянути занедбану будівлю костелу другої половини XVIII ст., руїни єврейської синагоги та діючу православну церкву Св. Пантелеймона (1853–1869).

У с. Хатки збереглася корчма XIX ст., перебудована під житловий будинок.



Severynivka was founded in 1802 by Seweryn Orłowski, the owner of the territory Mezhyriv Kliuch, who chose a beautiful place on the banks of the Riv river for the construction of his palace. Currently, on the territory of the palace and park complex, there are: a palace, a household zone with 17 buildings, a garden on the north side; orchard and park behind the palace; natural limestone rocks in the southern and western parts of the park; the stone wall around the palace, although significantly damaged; a residential building for the manager and gardener with an outbuilding, located outside the border of the northern part of the estate. The palace was built in 1802–1804. It consisted of the main building and two side wings containing about 50 rooms and halls.

The park was founded in 1814. Today, 60 species of trees and shrubs grow here.

In the vicinity of the village there is a picturesque Scythian settlement.

In the nearby once large town of Mezhyriv, today you can see an abandoned church building from the second half of the 18th century, the ruins of a Jewish synagogue, and the active Orthodox Church of St. Pantaleon (1853–1869).

In the village of Khatky, an inn of the 19th century, rebuilt as a residential building, has been preserved.

# Урванці (вони ж затірка та щипанці)

Urvantsi (same as zatyрка and schypantsi)

Северинівка відома своїми садами, ставками і незвичними смаками. Громада вирощує малину та яблука і має унікальні рецепти приготування риби. А ще тут є страва, яка називається дуже кумедно, а смак її запам'ятається вам надовго.

Можна скуштувати: Галина Пилипівна Дякова (с. Токарівка, вул. Колгоспна, 2)

## Інгредієнти:

- 1 склянка молока
- 1 яйце
- 3 склянки борошна
- сіль

## Приготування:

Замісити туге тісто і відщипувати маленькі шматочки тіста, як невеликі галушки. Варити в киплячій підсоленій (за бажанням попередньо можна додати картоплю) воді 3-5 хв.

Подавати з підсмаженими до золотистого, хрумкими підсоленими шкварками (з юшкою, або без). Як примовляє господиня Галина Пилипівна Дякова: «за кожною ложкою - шкварка».

Severynivka is known for its gardens, ponds and unusual tastes. The community grows raspberries and apples and has unique recipes for cooking fish. And there is also a dish with an amusing name, and you will definitely remember its taste for a long time.

Taste the dish here: Halyna Pylypivna Diakova (Tokarivka village, 2 Kolhospna Street).

## Ingredients:

- 1 glass of milk
- 1 egg
- 3 glasses of flour
- salt

## Preparation:

Knead a stiff dough and pinch off small pieces of dough, like small halushky - schypantsi or urvantsi. Cook in boiling salted water (if desired, you can add potatoes beforehand) for 3-5 minutes.

Serve with fried until golden, crispy salted cracklings (with or without soup). As the hostess Halyna Pylypivna Dyakova says: «after every spoon is a crackling».



# Карасі по-северинівськи

## Severynivka crucian carps

У ставках Северинівки багато риби, в погожу днину ковзають рибацькі човники, а хазяйки потім виготовляють і оселедця з товстолоба, і юшки варять рибні, і, звичайно, готують фірмові карасі.

Можна скуштувати: Оксана Василівна Христюк (с. Северинівка, вул. Шевченка, 69)

### Інгредієнти:

- свіжі карасі
- сіль
- петрушка
- цибуля
- кукурудзяне борошно
- олія

### Приготування:

Свіжу рибу почистити, випотрошити, зробити бокові надрізи (5-7 від верхніх плавців до брюшнини з обох боків), посолити до смаку і залишити на годину, щоб пройшла сіллю. Всередину покласти нарізану півкільцями цибулю, подрібнену петрушку. Рибу обваляти у кукурудзяному борошні середнього помолу та обсмажити в олії до хрусткої скоринки.

There are a lot of fish in the ponds of Severynivka, on a fine day you can see people in fishing boats catching fish from early morning until late at night. Then the hostesses cook herring, silver carps, make fish soups, and of course prepare the signature Severynivka crucian carps.



Taste the dish here: Oksana Vasylivna Khrystiuk (Severynivka village, 69 Shevchenko Street).

### Ingredients:

- fresh crucian carps
- salt
- parsley
- onion
- corn flour
- oil

### Preparation:

Clean the fresh fish, gut it, make lateral incisions (5-7 from the upper fins to the abdomen on both sides), add salt to taste and leave for an hour to allow the salt to absorb. Put onion cut into half rings and chopped parsley inside. Roll the fish in medium-ground corn flour (you can add corn semolina to the flour) and fry in a pan in oil until crispy. Serve hot.



Бар

Bar



Уперше письмово про Бар згадали у 1401 році як про селище Рів на річці Рів. Нині на тому місці розкинулося село Чемериси Барські.

Здавня місто Рів називали «кам'яною стіною Поділля». У першій половині XV ст. воно належало дружині польського короля Боні Сфорца, за наказом якої збудували фортецю на лівому, нижчому березі річки Рів, і саме тоді місто назвали Баром (на честь її італійської батьківщини – міста Барі). Бар входив до складу Подільського воєводства. У 1540 році він отримав магдебурзьке право, через шість років став центром староства. Згодом у 1652–1653 роках тут була резиденція Богдана Хмельницького. Прославився Бар і тим, що тут проголосили 1768 року Барську конфедерацію.

З Баром пов'язані відомі постаті французького фортифікатора Гійома Левассера де Боплана, польського поета Юліуша Словацького, письменника Михайла Коцюбинського, історика та політичного діяча Михайла Грушевського.

В місті привертають увагу об'єкти культурної спадщини: барський замок, костел святої Анни, кармелітський монастир, Покровська церква, костел святого Миколая, Успенська церква, жіночий монастир на честь ікони Божої Матері Барської, будинок міського училища, в якому навчався М. Коцюбинський; будинок, в якому мешкала його родина. Підтримують у місті традиції знаменитої барської кераміки.

---

Bar was first mentioned in writing in 1401 as the village of Riv on the Riv river. Nowadays, the village of Chemerysy Barski is located on that place.

The town of Riv has long been called the «stone wall of Podillya». In the first half of the 15th century, it belonged to the wife of the Polish king Bona Sforza, on whose orders a fortress was built on the left, lower bank of the Riv River, and it was then that the city was named Bar (in honor of her Italian homeland - the city of

Bari). Bar was a part of the Podillya Voivodeship. In 1540, it received Magdeburg rights, six years later it became the center of the eldership. Later in 1652–1653 it was the residence of Bohdan Khmelnytskyi. Bar also became famous for the fact that the Bar Confederation was proclaimed here in 1768.

The famous figures of the French fortifier Guillaume Levasseur de Beauplan, the Polish poet Juliusz Słowacki, the writer Mykhailo Kotsiubynsky, the historian and politician Mykhailo Hrushevsky are associated with Bar.

Cultural heritage sites in the city attract tourists' attention: the Bar castle, the church of St. Anna, the Carmelite monastery, the Church of the Intercession, the church of St. Nicholas, the Church of the Assumption, the women's monastery in honor of the icon of the Mother of God of Bar, the building of the city school, where M. Kotsiubynsky studied; the house where his family lived. The traditions of the famous Bar ceramics are maintained in the city.



# Голубці часів Королеви Бони

## Holubtsi (cabbage rolls) from the time of Queen Bona

Бар - місто, засноване польською королевою Боною Сфорцою на річці Рів. Нині жінки Бару відтворюють старовинні рецепти в проєкті «Кухня королеви Бони».

Можна скуштувати: Оксана Бас, зелена садиба «Подільська родина» (с. Гайове, вул. Центральна, 26, +38 067 684 84 14) за попереднім замовленням.

### Інгредієнти:

- 1,2 кг свинячих ребер
- 1 качан квашеної капусти

- 200 г пшона
- сіль та перець за смаком

### Приготування:

Беремо ребро, додаємо до нього спеції, обвалюємо у пшоні, загортаємо його у капусту, кладемо в казан чи глиняний горщик. На дно казана кладемо капусту також. Залити водою так, щоб вона майже закривала голубці. Додати сіль за смаком. Накрити фольгою та запікати в попередньо розігрітій до 180 градусів духовці протягом двох годин. Гарно смакує з сметаною.

Bar is a city founded by the Polish queen Bona Sforza on the Riv River. Nowadays, the women of Bar recreate ancient recipes in the project «Queen Bona's Kitchen».

Taste the dish here: Oksana Bas, green estate «Podilska Rodyna» (Gaiove village, 26 Tsentralna Street), +38 067 684 84 14) by prior order.

### Ingredients:

- 1.2 kg of pork ribs
- 1 pickled cabbage
- 200 h of millet
- salt and pepper to taste

### Preparation:

Take a rib, add spices to it, roll it in millet, wrap it in cabbage, put it in a cauldron or clay pot. Put cabbage at the bottom of the cauldron as well. Pour water so that it almost covers the cabbage rolls. Add salt to taste. Cover with foil and bake in an oven preheated to 180 degrees for two hours. Tastes great with sour cream.



# Молочний кисіль

## Milk jelly

Можна скуштувати: у пані Наталії (тел. +38 097 665 75 66) за попереднім замовленням.

### Інгредієнти:

1 шар. (молочний):

- 1 л домашнього молока
- 3-4 ложки крохмалю
- цукор та ванільний цукор

2 шар:

- 1 л вишневого соку
- 3 ст. л. картопляного крохмалю
- 1/2 склянки цукру

### Приготування:

Змішати молоко, крохмаль та цукор, довести все до кипіння. Залити в форми, остудити. Потім змішати інгредієнти для другого шару, довести до кипіння, остудити і залити на нижній шар.

Taste the dish here: Natalia (tel. +38 097 665 75 66) by prior order.

### Ingredients:

1 layer (milk):

- 1 liter of homemade milk
- 3-4 spoons of starch
- sugar and vanilla sugar

2 layer:

- 1 liter of cherry juice
- 3 tablespoons of potato starch
- 1/2 glass of sugar

### Preparation:

Mix milk, starch and sugar, bring everything to a boil. Pour into molds, cool. Then mix the ingredients for the second layer, bring to a boil, cool and pour on the bottom layer.





# ВІНЬКІВЦІ

Vinkivtsi



Уперше поселення Вінківці згадується у 1493 році. Тривалий час воно неодноразово переходило від одного шляхетського роду до іншого. Близько 1630 року (або 1643) Зофія Замеховська, вдова Станіслава Лянцкоронського, заснувала монастир Діви Марії Ангельської для францисканців. З реколонізацією краю у XVIII ст. село перейшло до Гумецьких, які умурували місцевий костел, що мав чудотворний образ св. Антонія Падевського. За нових власників Косельських у 1863 році був зведений палац у «волоському стилі» (італійської вілли) у кільका рівнів. Нижній поверх становила аркадова галерея з терасою нагорі. Посередині тераси знаходився ганок з чотирма колонами, поєднаних угорі аркадами. З ганку до парку вели сходи.

Тодішнє налагоджене господарювання дає взнаки й сьогодні. Селище славиться своїми сирами, які виготовляють на місцевому заводі.

The Vinkivtsi settlement was first mentioned in 1493. For a long time, it was passed from one noble family to another on several occasions. Around 1630 (or 1643) Zofia Zamiechowska, the widow of Stanisław Lanckoroński, founded the Monastery of the Virgin Mary of Angels for the Franciscans. With the recolonization of the region in the 18th century, the village passed to the Humecki family, who built a local church with a miraculous image of St. Anthony of Padua. In 1863, under the new owners of the

Koselski family, a multi-level palace was built in the «Voločian style» (Italian villa). The lower floor was an arcaded gallery with a terrace above. In the middle of the terrace was a porch with four columns connected at the top by arcades. Stairs led from the porch to the park.

The well-established management of that time can be seen even today. The village is famous for its cheeses, which are made at a local factory.

# Коровай великоолександрівський

## Korovay of Velykyi Oleksandriv

Після довгого переходу до Вінківців вам захочеться добряче підкріпитися. Тут в нагоді вам стане невеличкий базарчик в центрі міста, а також фірмова молочна продукція місцевого виробника.

Рецепт від «диких паломників» простий - взяти свіжого вінковецького хліба, на базарі купити яскравих соковитих томатів, свіжого солодкого м'ясистого перцю, місцевого сиру, все це поєднати в одному великому накладанці (так на Поділлі називали бутерброди в давнину) - і можна прямувати до господинь, що вичаковують розкішні, величні і запашні короваї.

Можна скуштувати: Галина Коржак (с. Великий Олександрів, вул. Травнева, 29; тел. +38 096 784 94 77) за попереднім замовленням

### Інгредієнти:

- 450 г дріжджів
- 10 кг борошна
- 2 кг цукру
- 40 яєць
- 750 г меду
- 1,5 л олії
- 750 г масла
- 500 г дріжджів
- 3 л молока
- 1 ст.л. солі
- ваніль
- кориця

### Приготування:

Зробити опару (200 г дріжджів, 1,5 л молока, трішки цукру). Коли опара підійде, дода-

ти вершкове масло, яйця, мед, цукор, решту дріжджів і молока, борошно, 750 г олії, ваніль та корицю. Ретельно вимісити тісто.

Викласти тісто у форму, випікати у печі протягом двох годин, перевіряючи на готовність довгою загостреною дерев'яною паличкою.

After a long journey to Vinkivtsi, you will want to refresh yourself. A small market in the city center will come in handy here, as well as branded dairy products from a local producer.

The recipe from the «wild pilgrims» is simple - take fresh Vinkivtsi bread, buy juicy tomatoes, fresh sweet pepper, local cheese at the market, combine all this in one big sandwich - and you can go to the local cooks, who make luxurious, majestic and fragrant korovay.

Taste the dish here: Halyna Korzhak (Velykyi Oleksandriv village, 29 Travnava Street; tel. +38 096 784 94 77) by prior order.

### Ingredients:

- 450 g of yeast
- 10 kg of flour
- 2 kg of sugar
- 40 eggs
- 750 g of honey
- 1,5 l of oil
- 750 g of butter
- 500 g of yeast
- 3 l of milk
- 1 tablespoon of salt



- vanilla
- cinnamon

### Preparation:

Make dough (200 g of yeast, 1.5 l of milk, a little sugar). When the dough rises, add butter, eggs, honey, sugar, remaining yeast and milk, flour, 750 g of oil, vanilla and cinnamon. Knead the dough thoroughly.

Put the dough in a mold, bake it in the oven for two hours, checking if it's done with a long pointed wooden stick.





# ЗІНЬКІВ

Zinkiv



замку, костел Святої Трійці (1708), Свято-Михайлівську (1769) та Троїцьку (1621) церкви.

Перша згадка про Зіньків датується 1404 роком. Досить швидко поселення отримує магдебурзьке право (1458). Приблизно в той самий час на вершині високого мису, оточеного річкою і глибоким яром, був побудований трикутний в плані замок. Поселення неодноразово страждало від татарських набігів, але розташування на торговому шляху з Валахії на Волинь сприяло його відродженню. За Хмельниччини та Руїни місцеві фортифікаційні споруди остаточно занепали. Лише у XVIII ст. почалося поступове відновлення замку. Останній був навіть одним із опорних пунктів Барської конфедерації (1768).

Містечко активно розвивалося, його єврейська громада мала значні торгові зв'язки з різними регіонами колишньої Речі Посполитої. У 1825 році Зіньків став резиденцією династії хасидських цадиків. Славилася архітектурою місцева Велика синагога – висока тринефна прямокутна за планом базиліка.

У містечку розвивалися ремесла – кушнірство, чинбарство, кравецтво, гончарство. Славилася зіньківська кераміка, пиво та ковбаси.

Поряд із селом знаходиться геологічна пам'ятка природи – розріз зіньківських шарів. Серед архітектурних пам'яток варто згадати руїни

The first mention of Zinkiv dates back to 1404. The settlement received Magdeburg rights quite quickly (1458). Around the same time, a triangular castle was built on top of a high cape surrounded by a river and a deep ravine. The settlement frequently suffered from Tatar raids, but the location on the trade route from Wallachia to Volyn contributed to its revival. During Khmelnytsky and The Ruin periods the local fortifications completely deteriorated. Gradual restoration of the castle began only in the 18th century. The castle was even one of the strongholds of the Bar Confederation (1768).

The town was actively developing, its Jewish community had significant trade relations with various regions of the former Polish-Lithuanian Commonwealth. In 1825, Zinkiv became the seat of a dynasty of Hasidic tzadiks. The local Great Synagogue was famous for its architecture - a high three-nave rectangular basilica plan.

Crafts were developing in the town – fur and leather processing, tailoring, pottery. The town is also famous for its Zinkiv ceramics, beer and sausages.

Next to the village there is a geological monument of nature - a section of the Zinkiv layers. Among the architectural monuments, it is worth mentioning the ruins of the castle, the Church of the Holy Trinity (1708), the Church of St. Michael (1769) and the Trinity church (1621).



# Зіньківська ковбаса

## Zinkiv sausage

Чотириста років рецепту ковбаси, яка відома далеко за межами України. Майже в кожній господині є свої секретні складові рецепту ковбаси, які передаються з покоління в покоління.

Можна скуштувати: Валентина Василенко (с. Зіньків, вул. Центральна, 52; тел. +38 096 138 43 62) за попереднім замовленням.

### Інгредієнти:

- 50 кг свинини
- 2-3 кг сала
- 3 кг очищеного часнику
- сіль
- 7 пачок меленого перцю
- вода.

### Приготування:

Для начинки використовують натуральне м'ясо трьох видів (лопатка, задній компель, м'ясо з ребер), сало, сіль-перець та часник. Фарш вимагає довгого й ретельного замішування. Набивати свинячі кишки-ковбасянки слід помірно туго, уникаючи потрапляння повітря. Пікантної гостроти смаку зіньківській чорній ковбасі надає велика кількість ярого часнику (утричі більша, ніж у домашній (6%).

Процес безпосереднього коптіння триває 6 годин (використовуються виключно фруктові дерева). Виразний чорний колір ковбаси забезпечується багаторазовим змащуванням свинячою кров'ю під час коптіння - кожні 25-30 хв.

Коли на ковбасі «виходить роса» і з'являється характерний звук – «шепотіння» – знімають, замо-

тують в рядно, викладають на солому і «томлять» ковбасу, намагаючись не пересушити.

Класичний спосіб подачі Зіньківської ковбаси – «лупаний», коли тепле кільце розламують на кілька великих шматків.

The sausage recipe, which is known far beyond the borders of Ukraine, is four hundred years old. Almost every housewife has her own secret ingredients for the sausage recipe, which are passed down from generation to generation.

Taste the dish here: Valentyna Vasylenko (Zinkiv village, 52 Tsentralna Street; tel. +38 096 138 43 62) by prior order.

### Ingredients:

- 50 kg of pork
- 2-3 kg of lard
- 3 kg of peeled garlic
- salt
- 7 packs of ground pepper
- water

### Preparation:

For the filling, five components are used: natural meat of three types (shoulder, back shoulder, rib meat), lard, salt, pepper and garlic. Minced meat requires long and thorough mixing. Thoroughly cleaned, thin to transparent pork casings-sausages



should be stuffed moderately tightly, avoiding the air. A large amount of spring garlic gives Zinkiv black sausage a spicy taste (three times more than in classic homemade sausage (6%).

The process of smoking lasts for 6 hours (only fruit trees can be used). The distinctive black color of the sausage is provided by repeated smearing with pig blood during its smoking - every 25-30 minutes.

When you can see “the dew” on the sausage and hear a signature sound – “whispering” – it is removed, wrapped in a cover, laid out on straw and «simmer», trying not to dry it out.

The classic way of serving Zinkiv sausage is – «beaten», when the warm ring is broken into several large pieces.

# Зіньківський домашній хліб

Zinkiv homemade bread



Можна скуштувати: Валентина Василенко (с.Зіньків, вул. Центральна, 52; тел. +38 096 138 43 62) за попереднім замовленням.

## Інгредієнти:

- 3,7 кг житнього і пшеничного борошна
- вода
- закваска
- олія
- 1 пачка дріжджів

## Приготування:

Для випікання зіньківського хліба використовується два види борошна – житнє і пшеничне. Житнє (3 кг) запарюється окропом (три літри),

охладжується, далі додається вода, закваска (300 г), пшеничне борошно (скільки «візьме» розчина), сіль (150 г) і наприкінці вимішування – олія. Тісто потрібно вимішувати до такого стану, поки воно не почне «відставати» від рук. Близько 4 годин тісто сходить в теплом, захищеному від протягів місці, потім формуються буханці вагою близько п'яти кілограмів. Сформовані хлібини вдруге сходять на столі, потім викладають їх на спеціальну дерев'яну лопату, густо посипану висівками і на черинь, в піч.

Загалом, весь технологічний процес – від замішування тіста до завершення процесу випікання сягає 10 годин. Середня місткість печі – шість хлібин, тому для виготовлення однієї партії потрібно вимісити більше 30 кілограмів тіста. Вага готового буханця – 4,5 кг.

Упродовж не менше семи днів хліб залишається свіжим. Дві години випікання – і золотаво-засмаглі хлібини-квіти виймають з печі та «пробують» носом: якщо не пече – хліб готовий. Стирають попіл з низу хлібини, верх «обмивають» солодкою водою чи олією (для блиску), ставлять на ряднину, зверху накривають також – «щоб відходив» (тобто вистигав).

Taste the dish here: Valentyna Vasylenko (Zinkiv village, 52 Tsentralna Street; tel. +38 096 138 43 62) by prior order.

## Ingredients:

- 3,7 kg of rye and wheat flour

- water
- sourdough
- oil
- 1 pack of yeast

## Preparation:

Two types of flour are used for baking Zinkiv bread - rye and wheat. Steam rye flour (3 kg) with boiling water (3 liters), cool it, then add water, sourdough (300 g), wheat flour (as much as it needs), salt (150 g) and at the end of mixing – oil. The dough should be kneaded until it does not stick to your hands. The dough rises for about 4 hours in a warm place protected from drafts, then loaves weighing about five kilograms are formed. The formed loaves rise a second time on the table, then lay them out on a special wooden shovel, thickly sprinkle with bran and put them in the oven.

In general, the entire technological process - from kneading the dough to the end of the baking process, takes up to 10 hours. The average capacity of the oven is six loaves, so to make one batch you need to knead more than 30 kilograms of dough. The weight of the finished loaf is 4,5 kg.

Bread stays fresh for at least seven days. Two hours of baking - and the golden-tanned loaves are taken out of the oven and «touched» with the nose: if it does not hurt, the bread is ready. Wipe the ashes from the bottom of the bread, «wash» the top with sweet water or oil (for shine), place it on a rack, and cover on top as well - «so that it rests» (that is, cool down).



**Маліївці**

**Maliivtsi**



Найдавніша писемна згадка про село датується 1493 роком, хоча на його території знайдено поселення черняхівської культури. Вважається, що назву село отримало від прізвища його перших власників Яна і Петра Малейовських. У 1785 році його придбав Ян Онуфрій Орловський, який через кілька років побудував палацово-парковий ансамбль у стилі класицизму. Окрім палацу, нині збереглися водонапірна вежа, молочарня, кам'яний мур парку та внутрішнього саду, міст, джерело питної води з барельєфом лева та невеликим басейном, два ставки, природні джерела. Навколо палацу розбили парк з чіткою орієнтацією на існу-

ючий рельєф, який утворює глибоку балку з похилим схилом, струмок, що впадає в річку Ушку (притока Ушиці). Заслугує на увагу скеля вапняку з 18-метровим штучним водоспадом та двоповерховим гротом.

---

The oldest written mention of the village dates back to 1493, although a settlement of the Chernyakhiv culture was found on its territory. It is believed that the village got its name from the surname of its first owners, Jan and Peter Malejowski. In 1785, it was purchased by Jan Onufry Orłowski, who a few years later built

a palace and park ensemble in the style of classicism. In addition to the palace, a water tower, a dairy, a stone wall of the park and inner garden, a bridge, a source of drinking water with a bas-relief of a lion and a small pool, two ponds, and natural springs have been preserved. A park was laid out around the palace with a clear orientation to the existing relief, which forms a deep beam with a sloping slope, a stream flowing into the Ushka River (a tributary of the Ushytsia river). Noteworthy is the limestone rock with an 18-meter artificial waterfall and a two-story grotto.

# Білий борщ

## White borscht

Маліївці здивують вас незвичними поєднаннями смаків. Готують тут і призабуті страви з ярини та дикоросів, такі як «підчас» або «натину», багато використовують грибів, якими повняться восени маліївські ліси.

Але найбільш незвичним і напрочуд смачним є місцевий борщ з сушеню. Можна скуштувати: Малієвецький обласний історико-культурний музей (с. Маліївці, вул. Мічуріна, 1А; +38 093 705 84 23) по вихідних; або у пані Лариси (тел. +38 097 776 09 06) за попереднім замовленням.

### Інгредієнти:

- 5 картоплин
- 0,25 капустини
- 1 склянка білої квасолі
- 1 велика морквина
- 1 велика цибулина
- 0,5 кг свинячих реберець
- 1 бурячок, неодмінно рябий (біло-рожевий)
- 0,5 літра сметани
- чорнослив
- сушені яблука й груші
- сіль
- чорний мелений перець

### Приготування:

У казанку або каструлі доводимо воду до кипіння. В окріп одночасно засипаємо квасольку, кришені картопельку й капусту, накраяний соломкою рябенький бурячок, реберця і сушенину (чорнослив, яблука й грушки). Усе це багатство залишаємо кипіти на повільному вогні – хвилин на 40.

Приблизно через півгодини додаємо половину обсягу сметанки. Залишаємо ще на 10 хвилин.

Тим часом готуємо заправку. Натерту моркву й дрібно накраяну цибулю присмажуємо/припушуємо на повільному вогні разом із рештою сметанки. Додаємо сіль і перець за смаком. Висипаємо в казанок (чи каструлю). Далі накриваємо кришкою і даємо нашому борщу умліти. Подаємо гарячим.

Maliivtsi will surprise you with unusual combinations of tastes. Forgotten dishes are made here from wild herbs and plants, such as «pidchas» or «natyna», many people enjoy cooking mushrooms, which fill the Maliiv forests in autumn.

But the most unusual and incredibly tasty is the local borscht with dried products. Taste the dish here: Maliivtsi regional historical and cultural museum (Maliivtsi village, 1A Michurina Street; tel. +38 093 705 84 23) at weekends; or Larysa (tel. +38 097 776 09 06) by prior order.

### Ingredients:

- 5 potatoes
- 1/4 of cabbage
- 1 glass of white beans
- 1 big carrot
- 1 big onion
- 500 g of pork ribs
- 1 beetroot, only piebald (white-pink)
- 0,5 l of sour cream
- prunes



- dried apples and pears
- salt
- ground black pepper

### Preparation:

Boil water in a cauldron or pan. Put the beans, cut potatoes and cabbage, chopped beetroot, ribs and dried apples, prunes and pears into the boiling water. Leave it to boil on a slow fire for 40 minutes. After about half an hour, add half the amount of sour cream. Leave for another 10 minutes.

Meanwhile, prepare the dressing. Grated carrots and finely chopped onions fry/simmer on low heat together with the rest of the sour cream. Add salt and pepper to taste. Pour into a cauldron (or pan). Cover with a lid and let the borscht rest. Serve hot.

# Начинка

## Nachynka

Якби будь-якого жителя Маліївців спитали: «Яку б страву ви б попросили приготувати свою бабусю, якби раптом повернулися в дитинство?» Кожен без тіні сумніву сказав би: «Начинку!!!!»

Можна скуштувати: у пані Лариси (тел. +38 097 776 09 06) за попереднім замовленням.

### Інгредієнти:

- 4 склянки борошна
- вода – скільки вбере
- сода
- олія
- курка
- 5-6 яєць
- перець
- сіль

### Приготування:

Начинка – страва не на щодень. Зазвичай її подавали до великоднього столу поряд із паскою, крашанками або писанками. Її приготування потребує вміння, часу і натхнення.

Спочатку на пательні печемо на олії пляцок. Тісто готуємо як на вареники, але додаємо в нього дрібку соди. Пляцок має бути завтовшки 3-4 см. Готовий пляцок ріжемо на кубики приблизно по 1,5 см. Кубики сушимо на сухарі.

Відварюємо курку, додаємо трохи м'якоті свинини («фартух»), готуємо міцний бульйон. М'ясо обтираємо з кісток, нарізаємо кубиками по 3-4 см завбільшки, ретельно перемішуємо з сухарями. Вбиваємо у суміш сири яйця, додаємо сіль, меле-

ний чорний перчик. Усе це багатство заливаємо бульйоном (суміш має повністю увібрати рідину).

Знову все ретельно перемішуємо. Ставимо у пієц. Запікаємо близько 40 хвилин. Подаємо на стіл гарячим.

If any resident of Maliivtsi was asked: «What dish would you ask your grandmother to cook if you suddenly returned to your childhood?» Everyone would say without a shadow of a doubt: «Nachynka!!!!»

Taste the dish here: Larysa (tel. +38 097 776 09 06) by prior order.

### Ingredients:

- 4 glasses of flour
- water
- soda
- oil
- chicken
- 5-6 eggs
- pepper
- salt

### Preparation:

Nachynka is not a dish for every day. It was usually served at the Easter table, along with paska, krashanka or pysanka. Its preparation

requires skill, time and inspiration.

First, bake the plyatsok (cake) in oil in a pan. Prepare the dough the same as for varenyky, but add a pinch of soda to it. The cake should be 3-4 cm thick. Cut the finished cake into cubes of approximately 1.5 cm. Dry the cubes on breadcrumbs.

Boil chicken, add some soft pork, and prepare a strong broth. Remove the meat from the bones, cut into 3-4 cm cubes, mix thoroughly with breadcrumbs. Beat raw eggs into the mixture, add salt and ground black pepper. Pour the broth over everything (the mixture should completely absorb the liquid).

Mix everything thoroughly again. Put it in the oven and bake for about 40 minutes. Serve hot.





**Дунаївці**

Dunaivtsi



Дунаївці вперше згадуються у 1403 році. За легендою, поселення отримало свою назву від «дунаїв» – так давні праукраїнці-слов'яни називали потужні джерела. Вдале торгове розташування допомогло йому у 1592 році отримати магдебурзьке право. Однією з яскравих сторінок історії містечка було заснування суконного виробництва у XIX ст. Його навіть називали «містом сукнарів».

Околиці міста багаті на різночасові пам'ятки археології. У місті збереглися підземні ходи XVII–XVIII ст., капуцинський кляштор (кінець XVIII – початок XIX ст.), євангелістська кірха (1844), палац поміщиків Красінських (1871–

1873) у стилі класицизму, палац та флігель кінця XIX ст. адмірала Завойка, адміністративне приміщення Дунаєвецької суконної фабрики, побудоване на рубежі XIX–XX ст., будинки німців-переселенців 1840-х років, які працювали на суконних фабриках.

На території Дунаєвецької громади можна оглянути ряд цікавих місцевих пам'яток історії та культури краю. У с. Миньківцях працює «Меморіальний музей графа-реформатора Ігнація Сцібора-Мархоцького» (1755–1827), знаменитого оригінала, який заснував «Миньковецьку державу».

Dunaivtsi was first mentioned in 1403. According to legend, the settlement got its name from «dunaiv» - that's how the ancient proto-Ukrainian-Slavs called the powerful springs. A successful trade location helped it to obtain Magdeburg rights in 1592. One of the brightest moments of the town's history was the establishment of cloth production in the 19th century. It was even called the «city of cloth makers».

The outskirts of the city are rich in archeological monuments from different periods. The city has preserved underground passages of the 17–18th centuries, a Capuchin monastery (end of the 18th – beginning of the 19th centuries), an evangelical church (1844), palace of the Krasinski landowners (1871–1873) build in the classical style, a palace and wing of Admiral Zavoyko of the end of the 19th century, an administrative building of Dunaivtsi cloth factory, built at the turn of the 19th and 20th centuries, houses of German immigrants from the 1840s who worked in cloth factories.

A number of interesting local monuments of the history and culture of the region can be visited on the territory of the Dunaivtsi community. In the village of Mynkivtsi you can find the «Memorial Museum of Count Reformer Ignacy Ścibor Marchocki» (1755–1827), a famous out-of-the-box thinker, who founded «Mynkivtsi State».



# Гарячий горщик

Hot pot



Фірмовою стравою дунаєвецьких господинь на всі свята або до прийому дорогих гостей є гарячий горщик. Можна скуштувати: кафе «Снайпер» (Дунаївці, вул. Шевченка, 115).

## Інгредієнти:

- 250 г картопля
- 100 г м'ясо
- 30 г квасоля

- 30 г перець
- 30 г цибуля
- 30 г морква
- 50 г сметана
- 5 г зелень
- часник за смаком

## Приготування:

Обсмажуємо м'ясо на грилі, тушкуємо овочі.

Окремо маринуємо картопля з сіллю перцем та лавровим листом. Інгредієнти складаються шарами. Перший шар - картопля, далі квасоля, далі шар овочів, зверху м'ясо. Заливаємо підливою на сметані (сметана, спеції та 10 гр вершкового масла) і ставимо в духовку приблизно на годину. Страва подається в горщику.

Hot pot is a signature dish of Dunavtzi housewives for all holidays or for receiving dear guests. Taste the dish here: «Sniper» cafe (Dunavtzi, 115 Shevchenka Street).

## Ingredients:

- 250 g of potato
- 100 g of meat
- 30 g of beans
- 30 g of pepper
- 30 g of onion
- 30 g of carrot
- 50 g of sour cream
- 5 g of herbs
- garlic to taste

## Preparation:

Grill meat and stew vegetables. Separately marinate potatoes with salt, pepper and bay leaf. Next, layer the ingredients. The first layer is potatoes, then beans, then a layer of vegetables and meat on top. Pour sour cream sauce (sour cream, spices and 10 g of butter) and put in the oven for about an hour. The dish is served in a pot.

# Лежні

## Lezhni

Найситнішим подільським фастфудом справедливо вважають лежні.

Можна скуштувати: Тетяна Рапацька (с. Січинці, тел. +38 097 418 24 41).

### Інгредієнти:

#### Тісто:

- 700 гр гречаного борошно
- 300 гр пшеничної муки
- 10 гр олія
- 1,5 літри води
- сіль за смаком
- цукор за смаком
- сметана
- цибуля
- сало для шкварок

#### Начинка:

- бринза
- сир
- яйця
- картопля
- капуста
- гриби

### Приготування:

Для приготування лежнів спочатку потрібно заварити лемішку з води, гречаної та пшеничної муки. Додати трошки солі, цукру та олії.

Варіанти начинки: в сир або бринзу додати яйце і сіль; або картопля, капуста та гриби.

Обсмажити лежні на розігрітій з олією сковорідці до утворення скоринки.

На стіл подається зі сметаною та підсмаженою цибулею зі шкварками. Можна готувати пісними.

Lezhni is rightly considered to be the heartiest fast food in Podillya. Taste the dish here: Tetiana Rapatska (Sichyntsi village, tel. +38 097 418 24 41)

### Ingredients:

#### Dough:

- 700 g of buckwheat flour
- 300 g of wheat flour
- 10 g of oil
- 1,5 l of water
- salt to taste
- sugar to taste
- sour cream
- onion
- lard to make cracklings

#### Filling options:

- brynza
- cheese
- eggs
- potato
- cabbage
- mushrooms



### Preparation:

First mix buckwheat and wheat flour (1/4). Add a little salt, sugar and oil.

Filling options: add egg and salt to cheese or brynza; OR potatoes, cabbage and mushrooms.

Fry in a pan heated with oil until a crust forms.

Served with sour cream and fried onions with cracklings. Can be lean.



# Кам'янець-Подільський

Kamianets-Podilskyi



Кам'янець-Подільський вперше згадується 1062 року, хоча поселення на його території відомі з трипільських часів. Назва міста походить від слова «камінь», що пов'язано із характером навколишнього ґрунту. За археологічними матеріалами, на межі XII–XIII ст. Кам'янець формувався як ранньофеодальне місто з чітким розмежуванням ремесла та землеробства, розвинутою торгівлею. Упродовж всього середньовіччя він залишався одним з найвпливовіших українських міст. Від 1374 року мав магдебурзьке право. Його фортеця з XIV ст. закривала шлях на північ, на Польщу. Місто неодноразово марно намагалися захопити, за виключенням штурму османським військом у 1672 році. Кам'янець послідовно був адміністративним центром Подільського князівства (XIV–XV ст.), Подільського воєводства (XV–XVIII ст.), Подільської губернії (1793–1914), Кам'янець-Подільської області (1937–1954). У 1919–1920 роках навіть був столицею УНР.

Яскрава історія міста залишила чимало історичних та архітектурних пам'яток. Крім фортеці, треба загадати ратушу – будинок польського магістрату (1330-ті рр. – XIX ст.), вірменську Миколаївську церкву та дзвіницю (1398), Руську та Польську брами (XV–XVI ст.), архиєрейську церкву Успіння Богородиці (колишній францисканський Костел Успіння Діви Марії), церкву св. Петра і Павла, Хрестовоздвиженську церкву, домініканський кляштор з костелом св. Миколая, костел святого Михаїла та жіночий домініканський кляштор, тринітарський костел із кляштором.

Славиться краєвидами місцева геологічна пам'ятка природи – Смотрицький каньйон.

---

Kamianets-Podilskyi was first mentioned in 1062, although settlements on its territory have been known since Trypilian times. The name of the city comes from the word «kamin» (“stone”), which is related to the nature of the surrounding soil. According to archaeological materials, at the turn of the 12th and 13th centuries, Kamianets was formed as an early feudal town with a clear distinction between craft and agriculture and developed trade. Throughout the Middle Ages, it remained one of the most influential Ukrainian cities. The city received Magdeburg rights in 1374. Its fortress blocked the way to the north, to Poland, from the 14th century. Multiple conquerors tried to capture the city and only one was successful - the Ottoman army in 1672. Kamianets was successively the administrative center of the Principality of Podillya (14th–15th centuries), Podillya Voivodeship (15th–18th centuries), Podillya Governorate (1793–1914), Kamianets-Podilskyi Oblast (1937–1954). In 1919–1920, it was even the capital of the Ukrainian People's Republic.

The vivid history of the city has left many historical and architectural monuments. In addition to the fortress, we should mention the town hall – the house of the Polish magistrate (1330s – 19th century), the Armenian St. Nicholas Church and bell tower (1398), Ruthenian and Polish gates (15th – 16th centuries), the bishop's church of the Assumption of the Virgin (the former Franciscan Church of the Assumption of the Virgin Mary), church of St. Peter and Paul, the Ascension Church, the Dominican monastery with the church of St. Nicholas, St. Michael's Church and Dominican Women's Monastery, Trinitarian Church with Monastery.

The local geological monument of nature - Smotrych Canyon - is famous for its landscapes.

# Вареники з бешешками

## Varenyky with bebeshky

От і Кам'янець-Подільський майорить і бовваніє верхівками башт своєї давньої фортеці. В багатьох закладах міста є місцева фірмова страва «вареники з бешешками».

Бешешки - то локальна назва потрухів. Традиційно це були свинячі легені, серце і печінка, проварені до готовності, подрібнені і протушковані з підсмаженою цибулею і коренем пастернака, петрушки та селери. Присмачені коріандром, чорним перцем та іншими спеціями, якими так славилися місцеві базари.

Можна скуштувати: у пані Марини (тел. +38 098 328 38 60).

### Інгредієнти:

- 500 г борошна
- 200 мл води
- 20 г олії рослинної
- 5 г солі
- 300 г печінки курячої
- 200 г серця курячого
- 100 г цибулі ріпчастої
- 50 г олії для смаження
- спеції: лавровий лист, коріандр, мускатний горіх, чорний перець, паприка

### Приготування:

Тісто на вареники: просіюємо борошно, додаємо 2 ст. л. олії, сіль, 200 мл води кімнатної температури та вимішуємо тісто. Розкачуємо тісто та склянкою формуємо круги для вареників.

Начинка: курячі печінку та серце відварюємо у підсоленій воді з додаванням лаврового листка

протягом 20 хв. Відливаємо воду, субпродукти охолоджуємо та перекручуємо на м'ясорубці. Цибулю нарізаємо кубиками та обсмажуємо на рослинній олії з додаванням спецій: коріандр, мускатний горіх, чорний перець, паприка. У цибулю додаємо фарш та перемішуємо.

Формуємо вареники. Відварюємо протягом 10-15 хв у підсоленій воді. Готові вареники подаємо з вершковим маслом, сметаною або підсмаженим беконом.

And here is Kamianets-Podilskyi with the famous towers of its ancient fortress. In many establishments of the city there is a local specialty dish «varenyky with bebeshky».

Bebeshky is the local name for entrails. Traditionally, it was pork lungs, heart and liver, boiled until tender, chopped and stewed with fried onions and parsnips, parsley and celery. They are flavored with coriander, black pepper and other spices, which the local markets were so famous for.

Taste the dish here: Maryna (tel. +38 098 328 38 60).

### Ingredients:

- 500 g of flour
- 200 ml of water
- 20 g of vegetable oil
- 5 g of salt
- 300 g of chicken liver
- 200 g of chicken heart
- 100 g of onion
- 50 g of oil



- spices: bay leaf, coriander, nutmeg, black pepper, paprika

### Preparation:

Dough for varenyky: sift flour, add 2 tablespoons of oil, salt, 200 ml of water at room temperature and knead the dough. Roll out the dough and use a glass to form circles for varenyky.

Filling: boil the chicken liver and heart in salted water with a bay leaf for 20 minutes. Pour off the water, cool the entrails and grind it in a meat grinder. Dice the onion and fry in vegetable oil with spices: coriander, nutmeg, black pepper, paprika. Add minced meat to the onion and mix everything.

Form varenyky. Boil for 10-15 minutes in salted water. Ready-made dumplings are served with butter, sour cream, or fried bacon.

# Рибна підпалка

## Fish pidpalka

Також не можна обійти увагою місцеві рибні страви.

### Інгредієнти:

- 1,5 кг морської риби хек
- 4 цибулі
- 5 морквин
- 300-350 г борошна
- часник за смаком

### Приготування:

Очищуємо рибу хек від луски, відварюємо протягом 5 хвилин в підсоленій воді. З рибного бульйону витягуємо рибу, додаємо дрібно нарізану картоплину, смажену цибулю. Окремо підсмажуємо борошно до золотистого кольору. Далі просіюємо підсмажене борошно, щоб позбутися грудочок, додаємо до нього теплу водичку, утворюючи кашу. Рибний бульйон з'єднуємо з підсмаженим борошном та доводимо до кипіння. В процесі варіння суміш загущується. Потім додаємо часник та мелений перець та доводимо до готовності.

Окремо готуємо підсмажку з моркви та цибулі. Відварену рибу очищуємо від кісток та шкіри. На тарелю виливаємо юшку, чекаємо 10 хвилин, потім викладаємо рибу і зверху на рибу викладаємо підсмажку з моркви та цибулі.

Local fish dishes should also not be overlooked.

### Ingredients:

- 1,5 kg of sea fish hake
- 4 onions
- 5 carrots
- 300-350 g of flour
- garlic to taste

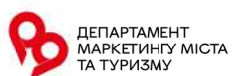
### Preparation:

Clean the hake fish from the scales, boil for

5 minutes in salted water. Remove the fish from the fish broth, add finely chopped potatoes, and fried onions. Fry the flour separately until golden. Next, sift the toasted flour to get rid of lumps, add warm water to it, forming porridge. Combine fish broth with toasted flour and boil it. In the process of cooking, the mixture thickens. Then add garlic and ground pepper and boil it. Separately prepare a roast of carrots and onions. Clean boiled fish from bones and skin. Pour the soup onto a plate, wait 10 minutes, then lay out the fish and spread the fried carrots and onions on top of the fish.







Цей документ створено за кошти Спільного проєкту Європейського Союзу та Ради Європи. Погляди, викладені в цьому документі, жодним чином не можуть вважатися такими, що відображають офіційну думку Європейського Союзу чи Ради Європи.

This document has been produced using funds of a Joint Project between the European Union and the Council of Europe. The views expressed herein can in no way be taken to reflect the official opinion of the European Union or the Council of Europe.