

CO?
DZIENNIK.
CODZIENNIK!

Kretoholika



dzień x - demo

Witaj Kretoholiku!

Z ogromną radością otwieram przed Tobą strony Codziennika Kretoholika – towarzysza Twojej podróży po Grecji i Krecie. Jako autorka i wieloletnia mieszkanka tej niezwykłej wyspy, dzielę się z Tobą wszystkim, co w Grecji zachwyca, zaskakuje, bulwersuje, a czasem rozśmiesza do łez.

Zapraszam Cię do odkrywania Krety po kawałku – każdego dnia odrobina inspiracji, którą możesz zabrać ze sobą do porannej kawy, odprężyć się po pracy albo zanurzyć w kilka stron na raz w leniwie, niedzielne popołudnie.

Codziennik Kretoholika to więcej niż zbiór faktów i ciekawostek. To historia opowiedziana od środka, inspirowana codziennym życiem w rytmie słońca, wiatru i gościnności. Każda strona dziennika przybliży Ci coś wyjątkowego – od starannie dobranych cytatów, przez inspirujące miejsca, po anegdoty z kretańskich tawern. Przewidziałam tu trochę humoru i kuchennych sekretów, szczyptę kultury i językowych smaczków, które pozwolą Ci zanurzyć się głębiej w grecki świat, i to bez wychodzenia z domu.

Stworzyłam ten Codziennik, by oderwać Cię od bezmyślnego scrollowania i dostarczyć krótkiej, treściwej dawki greckiej kultury. Bez zbędnych słów, po prostu – konkretna kawa na tawie.

Życzę Ci fascynującej podróży po każdej stronie!
Z greckimi pozdrowieniami,

Karolina Krajnik

C

I

E

K

A

W

O

S

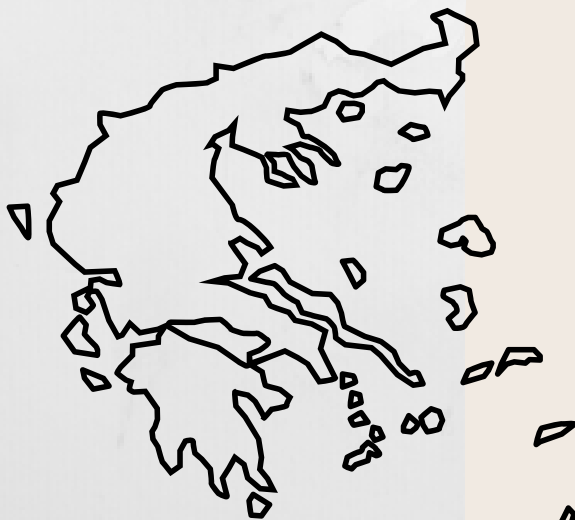
T

K

A

**Czy wiesz, że w wielu miejscach w Grecji, takich jak chociażby Pałac w Knossos i wyspa Spinalonga obowiązuje...
zakaz używania statywów i selfie-sticków?**

Wprowadzenie tych zakazów dotyczy ochrony zabytków i zapewnienia płynności ruchu turystów. Statywy i selfie-sticki mogą powodować utrudnienia w wąskich przestrzeniach oraz potencjalnie uszkadzać delikatne struktury, gdy zostaną nieprawidłowo ustawione. W niektórych przypadkach są również zakazane w trosce o komfort zwiedzających, aby uniknąć sytuacji, w których takie sprzęty zasłaniają widok lub przeszkadzają innym.



Czy wiesz, że w wielu miejscach archeologicznych w Grecji, takich jak chociażby Akropol w Atenach obowiązuje...zakaz noszenia obuwia na obcasie?

Wynika z troski o ochronę delikatnych powierzchni zabytków oraz zapobieganie ich niszczeniu przez ostre obcasy, które mogą uszkodzić starożytne podłogi.

Dodatkowo, jest to również kwestia bezpieczeństwa, gdyż obcasy mogą utrudniać poruszanie się po nierównych i śliskich powierzchniach ruin. Władze archeologiczne Grecji wprowadziły te przepisy, aby zachować dziedzictwo kulturowe dla przyszłych pokoleń i zapewnić turystom bezpieczne warunki zwiedzania.

W miejscach takich jak Pałac w Knossos czy Spinalonga obowiązuje całkowity zakaz używania dronów bez specjalnych zezwoleń.

Zakaz ten wynika z kilku powodów, takich jak ochrona prywatności zwiedzających, unikanie zakłóceń dla przewodników i turystów oraz ochrona dzikiej przyrody, która może być płoszona przez dźwięk dronów.

Drony mogą także naruszać strukturę zabytków w przypadku kolizji.



Wawóz Agiofaraggo

Bywają i takie tablice informacyjne na Krecie



Podane ograniczenia są szczegółowo uregulowane w greckim kodeksie ochrony zabytków i dziedzictwa kulturowego, który określa warunki zwiedzania takich miejsc.

Lokalne tablice informacyjne oraz przewodnicy często przypominają o tych zasadach, aby uniknąć ich nieumyślnego naruszenia.

Spinalonga



SŁÓWKO.

Zastosowanie zwrotu:

Gospodarz, podając coś słodkiego, może powiedzieć:

- «Έλα, να σε γλυκάνω!» – „Chodź, osłódzę cię!” lub
- «Πάρε ένα γλυκό, να σε γλυκάνω!» – „Weź coś słodkiego, żeby cię osłodzić!”



UWAGA
To nie tylko gest kulinarny, ale też emocjonalny – pokazuje chęć zadbania o gościa i pozostawienia mu dobrego wspomnienia.

γλύκα
(czyt. glikka) – słodycze

Zwrot "να σε γλυκάνω"

- (wym. na se glikáno) dosłownie oznacza "żeby cię osłodzić". Jest to typowy grecki sposób wyrażania gościnności i serdeczności, szczególnie podczas częstowania gości czymś słodkim.
- Symbol dobrego początku: Zwrot często pojawia się po Nowym Roku lub w innych uroczystych okazjach, kiedy gospodarz chce, aby gość rozpoczął rok lub nowy etap w życiu z pozytywną energią i słodkimi wspomnieniami.
- Tradycja greckiej filoksenii (gościnności): Ofiarowanie słodyczy, takich jak ciasta, loukoumi, baklava lub melomakarona, ma na celu okazanie troski i serdeczności wobec gościa.
- Poprzez osłodzenie chwili, Grecy symbolicznie życzą pomyślności, zdrowia i szczęścia.

CYTAT na dziś



Żeby jeździć po Grecji jako kierowca i ująć z życiem, trzeba mieć nerwy ze stali, refleks cyrkowego akrobata i wyjątkowo czujnego anioła stróża.

Alexandra Fiada, Przewodnik ksenofoba. Grecy.





Peltas z pigwy

czyli tradycyjna grecka galaretka bożonarodzeniowa

składniki

- **2 kg pigwy**
- **1,5 litra wody**
- **1,5 kg cukru**
- **Sok z 1 cytryny**



sposób przygotowania

- Pigwy dokładnie umyj, obierz i pokrój na kawałki (nie usuwaj gniazd nasiennych, ponieważ zawierają pektyny potrzebne do żelowania).
- Wrzuć do garnka, zalej wodą i gotuj na wolnym ogniu przez około 1 godzinę, aż owoce zmiękną.
- Przecedź sok przez gazę lub drobne sito, dociskając owoce, aby wydobyć jak najwięcej płynu.
- Do uzyskanego soku dodaj cukier i gotuj na średnim ogniu, aż zgęstnieje (ok. 30-40 minut).
- Pod koniec gotowania dodaj sok z cytryny, aby zachować jasny kolor i dodać lekkości smaku.
- Przelej gorący płyn do wyparzonych słoików i szczelnie zamknij.

Smacznego!



Πελτες z pigwy

CIEKAWOSTKI

- Może być podawany jako dodatek do serów (np. manouri lub graviera) lub jako smarowidło do chleba.
- W niektórych regionach Grecji stosowany jest do deserów lub jako słodki dip do bakalii i orzechów.
- Surowe pigwy są cierpkie i twarde, dlatego najczęściej poddaje się je obróbce termicznej.
- Sok z pigwy staje się różowoczerwony ze względu na naturalne reakcje chemiczne podczas gotowania.
- W niektórych wersjach dodaje się do przepisu wodę różaną lub szafran dla bardziej wykwintnego smaku.
- Pigwówka: resztki owoców po gotowaniu można wykorzystać do przygotowania nalewki.

Peltes z pigwy - Antyczny dżem

CIEKAWOSTKI dla prawdziwych Kretoholików

- W starożytnej Grecji pigwa symbolizowała miłość i płodność, dlatego była podarunkiem ślubnym. Uważano, że pigwa ma właściwości afrodyzjakalne i była związana z Afrodytą. Według mitologii złote jabłko Parysa, które dał Afrodycie, mogło być właśnie pigwą, a nie jabłkiem.
- Gniazda nasienne pigwy zawierają wyjątkowo wysokie stężenie pektyn, czyli naturalnych polisacharydów odpowiedzialnych za żelowanie. Pektyny występują przede wszystkim w skórce, pestkach i gniazdach nasiennych, dlatego w procesie przygotowywania peltes lub galaretek z pigwy nie należy usuwać tych części owocu. Podczas gotowania pektyny uwalniają się do płynu, tworząc żel, który gęstnieje w kontakcie z cukrem i kwasami, np. sokiem z cytryny. Dzięki temu można uzyskać naturalną konsystencję galaretki bez potrzeby dodawania żelatyny lub innych zagęstników. Wysoka zawartość pektyn sprawia, że pigwa jest jednym z najłatwiejszych owoców do przetwarzania na galaretki i marmolady, co czyni ją idealnym surowcem w kuchni domowej.
- Marmolady z pigwy przygotowywano już w starożytnych kuchniach Krety i Myken. Znajdźiska archeologiczne wskazują, że pigwy były uprawiane i przetwarzane na Krecie już około 2000 r. p.n.e., w czasach cywilizacji minojskiej. W grobowcach mykeńskich znaleziono gliniane naczynia zawierające ślady owoców, które mogły być poddane konserwacji poprzez gotowanie w miodzie lub fermentację. W starożytnych przepisach z Krety i Myken pigwy gotowano w całości, a następnie odcedzano sok przez płótno lub gazę, aby uzyskać klarowny płyn. Proces ten pozwalał na maksymalne wykorzystanie pektyn zawartych w pestkach. Nawet dziś ta metoda jest popularna w Grecji i na Bliskim Wschodzie.
- Słowo „marmolada” pochodzi od portugalskiego słowa „marmelo”, które oznacza pigwę. Pierwsze przepisy na marmoladę z pigwy pojawiły się w XVI wieku, wywodząc się bezpośrednio z tradycji greckich i bizantyjskich.

Peltes z pigwy - Antyczny dżem

CIEKAWOSTKI dla prawdziwych Kretoholików

- Peltes był przodkiem współczesnych marmolad i dżemów owocowych w kuchniach europejskich. Peltes z pigwy, uważany jest za prekursora nowoczesnych przetworów owocowych. Jego przygotowanie polegało na redukcji soku z dodatkiem cukru lub miodu, co pozwalało na długoterminowe przechowywanie produktu. Proces ten rozpowszechnił się w średniowieczu i został zaadaptowany przez różne kultury europejskie, prowadząc do powstania marmolad, konfitur i galaretek owocowych.
- Przepis na peltes był znany również w Imperium Osmańskim, gdzie gościł na dworach sułtanów. Ceniono go za elegancką formę, przejrzystą barwę i zdolność do długiego przechowywania. Uważano, że jego złocisty lub rubinowy kolor symbolizuje bogactwo i dostatek, co czyniło go ozdobą bankietów i uroczystości dworskich. Dodawano do niego egzotyczne składniki, takie jak woda różana, kardamon i goździki, by nadać mu luksusowego charakteru. Peltes traktowano nie tylko jako deser, ale także jako środek leczniczy na problemy trawienne i przeziębienia. Pigwa była składnikiem licznych mikstur uzdrawiających stosowanych przez królewskich medyków.
- W dawnych czasach pigwa była też stosowana do konserwowania mięsa dzięki zawartości kwasów organicznych, które zapobiegały psuciu się żywności.
- W greckiej tradycji peltes jest przygotowywany szczególnie na Boże Narodzenie, gdzie symbolizuje dobrobyt, szczęście i pomyślność w nadchodzącym roku. Pigwa, dzięki swojemu złocistemu kolorowi i słodkiemu smakowi, reprezentuje światło i nadzieję, co doskonale wpisuje się w świąteczną atmosferę. Podawana jest jako część deserów bożonarodzeniowych, często w połączeniu z orzechami, miodem i bakaliami, które również mają znaczenie symboliczne – odwołują się do urodzaju i długowieczności. W niektórych regionach Grecji peltes dodaje się do słodkiego chleba (tsoureki) lub serwuje z twardymi serami, tworząc połączenie słodko-słonnych smaków.



polecajka na dziś

ΜΑΓΕΙΡΕΙΟ



zdjęcia pochodzą ze strony
Fb: Το Μαγειρείο_Σαλαμίνα



Charakterystyczne cechy magirio:

- Codziennie gotowane jedzenie: dania są przyrządzane rano i mogą być serwowane przez cały dzień, w porze lunchu i kolacji.
- Samodzielny wybór dań: najczęściej można zobaczyć wystawione gotowe potrawy i wybrać to, na co ma się ochotę, bez konieczności składania zamówienia z karty.
- Rodzinna atmosfera: często to małe, lokalne miejsca, prowadzone przez rodziny, serwujące potrawy, które są podstawą codziennej greckiej diety.
- Niski koszt: ceny są znacznie bardziej przystępne niż w tawernach, dlatego magirio przyciąga głównie miejscowych mieszkańców, a nie turystów.

Magirio to typ greckiego lokalu gastronomicznego, który przypomina połączenie małej stołówki i domowej kuchni.

Jest to miejsce, gdzie serwowane są tradycyjne, proste dania, często przygotowywane na bazie rodzinnych przepisów, a menu zmienia się codziennie w zależności od dostępnych składników.

W przeciwieństwie do bardziej formalnych tawern, magirio jest nieco mniej wystawne, z naciskiem na szybkie, tanie i zdrowe jedzenie w formie dań gotowanych, duszonych i pieczonych.





ANEGDOTA JANUSZA

Kelner pyta turystę, czy smakują mu souvlaki. Ten odpowiada: „Tak, ale spodziewałem się czegoś lżejszego, w końcu to dieta śródziemnomorska”. Kelner: „To proszę zapić winem, wtedy tłuszcz się zneutralizuje”.

FELIETON

GDZIE NATURA SPOTYKA
SIĘ Z SACRUM

W książce 'Kawa na ławę Kreta od środka' pisałam, że mieszkańcy wyspy nie polecają spania nago, ze względu na położenie w aktywnym sejsmicznie obszarze. Okazuje się, że rozebrani powinni na Krecie brać pod uwagę jeszcze jedną wcale nie tak oczywistą okoliczność, ale o tym za dłuższą chwilę.

W tradycji prawosławnej liczba 40 ma głębokie znaczenie. To czas przejścia, oczyszczenia, zakończenia jednego etapu i rozpoczęcia kolejnego. Po czterdziestu dniach od narodzin dziecka rodzina powraca do kościoła, by kapłan udzielił błogosławieństwa matce i dziecku. Ale prawdziwy rytuał oczyszczenia odbywa się 40 dni po ochrzczeniu dziecka, poza murami świątyni- nad brzegiem morza.

Na ustronnej plaży, z dala od zgiełku turystów, matka dziecka, ojciec chrzestny lub inna bliska osoba (czasami oboje rodzice) wchodzi do wody z ubrankami chrzcielnymi. Jeśli pogoda nie sprzyja (np. zimą), ubranka mogą być jedynie delikatnie zanurzone w wodzie na brzegu. Woda morska, symbol oczyszczenia i boskiej siły, przyjmuje na siebie resztki świętej oliwy, która podczas chrztu stała się znakiem duchowej ochrony. Odmawiany jest psalm 50, znany jako psalm pokutny, wyrażający prośbę o łaskę i oczyszczenie. W niektórych rodzinach wzywa się imienia świętego, którego imię nadano dziecku, prosząc o jego opiekę. Bywa, że rodziny przynoszą małe ikony lub krzyżyki, które ustawiają na brzegu podczas modlitwy, traktując je jako symboliczne błogosławieństwo miejsca.



FELIETON

GDZIE NATURA SPOTYKA
SIĘ Z SACRUM

Zdarza się, że lokalny kapłan błogosławi rodzinę i wodę, zwłaszcza jeśli rytuał odbywa się blisko kościoła lub w dniu ważnego święta. Ubranka są delikatnie prane w wodzie morskiej, aby zmyć pozostałości oliwy użytej w sakramencie chrztu. Nie stosuje się żadnych detergentów – kluczowe jest, aby proces był całkowicie naturalny. Wystarczy czysta woda morska i dotyk rąk osoby, która pragnie dla dziecka wszystkiego, co najlepsze. Morską wodę uważa się za czystszą i świętszą niż wodę ze studni czy z kranu, dlatego w wielu regionach Grecji preferuje się ten sposób oczyszczania.

W niektórych wsiach na Krecie ubranka po praniu wkłada się z powrotem na dziecko, co ma niby symbolizować jego całkowitą ochronę przez morze.

Po praniu ubranka są rozwieszane na wietrze. Czasem kładzie się je na białym prześcieradle, rozłożonym na kamieniach, aby zachowały swoją czystość. Słońce i wiatr – te same żywioły, które od wieków towarzyszą mieszkańcom Krety – stają się tu narzędziem oczyszczenia. Jeśli ceremonia odbywa się w pochmurny dzień, ubranka suszy się później w domu przy otwartym oknie, ponieważ uważa się, że wiatr przynosi "boskie tchnienie". W każdym bądź razie nigdy nie wchodzi w grę w tym procesie żadne kaloryfery, czy suszarki.

Często członkowie rodziny zabierają trochę wody morskiej w małym naczyniu lub buteleczce. Woda ta jest traktowana jako pamiątka, a niekiedy służy do



FELIETON

GDZIE NATURA SPOTYKA SIĘ Z SACRUM

błogosławienia dziecka w przyszłości, np. w przypadku choroby. W niektórych regionach Grecji wodę tę wykorzystywano również do namaszczenia progów domu, co miało zapewnić rodzinie bezpieczeństwo.

Po wysuszeniu ubranka chrzcielne stają się bezcenną pamiątką. Przechowywane w ozdobnych pudełkach, często w towarzystwie świecy chrzcielnej, krzyżyka czy ikony. Ubranka są przechowywane z liśćmi wawrzynu lub gałązką oliwną, aby chronić je przed molami i złymi energiami. Na Krecie wierzą, że ubranko chrzcielne przynosi dziecku szczęście i ochronę przez całe życie, dlatego w niektórych rodzinach kawałek tkaniny z ubranka bywa wszywany w suknię ślubną córki lub jako chusteczka do włożenia do garnituru syna.

Na niektórych wyspach Grecji, zamiast prania ubranek w morzu, praktykuje się ich delikatne zanurzenie w źródlanej wodzie w pobliżu kaplicy.

Dla rodzin, które mieszkają z dala od wybrzeża lub w miejscach, gdzie dostęp do morza jest utrudniony, rytuał prania ubranek chrzcielnych odbywa się w zaciszu zakrystii cerkwi, gdzie kapłan przygotowuje naczynie z wodą święconą, która zastępuje symbolikę wody morskiej.

Na stole w zakrystii rozkłada się biały obrus, na którym umieszcza się ubranka chrzcielne. Woda święcona jest nalewana do naczynia używanego wyłącznie do celów sakralnych. Ubranka są delikatnie w niej zamaczane, a następnie przecierane ręcznie przez matkę dziecka lub ojca chrzestnego. Ten gest symbolizuje zmycie resztek oliwy

świętej i przypomina o duchowym oczyszczeniu dziecka. Następnie ubranka są starannie osuszane na przygotowanym materiale. W cerkwi zazwyczaj używa się do tego celu białego płótna, aby podkreślić czystość rytuału. Tu również suszenie odbywa się w sposób naturalny, bez użycia suszarek czy grzejników.

Z opisywaną tradycją łączone jest powiedzenie „na peraso saranda kimata” (Na περάσω σαράντα κύματα). Wyrażenie to dosłownie oznacza „przejsć przez czterdzieści fal” i w języku greckim jest używane jako metafora pokonywania trudności czy wyzwań, zanim osiągnie się spokój lub sukces. W kontekście rytuału prania ubranek chrzcielnych można to interpretować na kilka sposobów. Sam akt prania ubranek w morzu (lub wodzie święconej) można traktować jako symboliczne przejście przez fale, które mają oczyścić i przygotować dziecko oraz rodzinę na nowy etap życia. W tradycji chrześcijańskiej chrzest to nie tylko duchowe odrodzenie, ale także początek drogi, która może być pełna wyzwań. Jeśli pranie odbywa się w morzu, wejście w fale (nawet symboliczne) przypomina o związku człowieka z naturą i konieczności zmagania się z jej siłami, co odzwierciedla wyzwanie, które trzeba pokonać, by osiągnąć duchową harmonię. Powiedzenie „na peraso saranda kimata” często sugeruje, że po trudnym czasie nadchodzi moment ulgi i harmonii. W rytuale chrzcielnym „czterdzieści fal” to nie przeszkody, ale raczej duchowa podróż, która kończy się błogosławieństwem dla dziecka i jego rodziny.

FELIETON

GDZIE NATURA SPOTYKA
SIĘ Z SACRUM

W tym prostym akcie – zanurzeniu kawałka tkaniny w wodzie – kryje się cała głębia kreteńskiego podejścia do życia: szacunek dla przeszłości, pokora wobec sił przyrody i wiara w to, co niewidzialne.

To tyle w kwestii lokalnej tradycji. Teraz pozwolę sobie nawiązać do słów zawartych we wstępie tego tekstu. Otóż nie miałabym pojęcia o istnieniu tego zwyczaju, gdyby nie historia opowiedziana mi przez mojego znajomego.

Pewnego dnia wybrał się on na ryby w odludne miejsce. W zasięgu wzroku nie było żywej duszy, a od najbliższej cywilizacji dzieliło go dziewięć kilometrów. Poranek sprzyjał wędkowaniu, jednak zbliżające się południe przynosiło coraz bardziej uciążliwy upał. Po upewnieniu się, że jest zupełnie sam, podjął decyzję o ochłodzeniu się w wodzie – nie miał przy sobie ani kąpielówek, ani odzieży na zmianę, więc postanowił wejść do wody nago.

Nie minęło jednak pięć minut, gdy usłyszał dziecięcy głos: „Mamo...”. Na brzegu pojawiła się kobieta z dziećmi, a za nimi starsza pani. Przybyły tam, jak się okazało, aby wyprać ubranka chrzcielne. Biedny „grecki Posejdon” był zmuszony pływać bez przerwy przez niemal dwie godziny, próbując uniknąć niezręcznej sytuacji.

Jak widać, lokalne, kreteńskie tradycje potrafią zaskoczyć, zwłaszcza gdy stykamy się z nimi w najmniej oczekiwanych momentach. To przypomnienie, że kultura i tradycja żyją na Krecie nie tylko w

książkach i muzeach, ale przede wszystkim w ludziach i ich codziennych rytuałach – nawet w najbardziej odosobnionych zakątkach.

Karolina Krajnik



UWAGA

NIE JANUSZUJ!

Wszystkie treści są chronione prawem autorskim. Kopiowanie, rozpowszechnianie, udostępnianie lub jakiegokolwiek inne nieautoryzowane użycie treści bez zgody autora jest niezgodne z prawem i będzie traktowane jako naruszenie praw autorskich.

Informuję, że w przypadku stwierdzenia nielegalnego korzystania z moich materiałów, bez wahania podejmę kroki prawne w celu ochrony swoich praw, zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa autorskiego.

Zachęcam do wspierania autorów poprzez legalne zakupy. Dziękuję za zrozumienie i szacunek dla mojej pracy.

Karolina Krajnik



UWAGA

Nie wszystkie wpisy będą równie błyskotliwe.

To, co Tobie jednego dnia wyda się ciekawe, może okazać się słabą treścią dla kogoś innego.

Nikt nie obiecywał, że przewidzę, o czym już wiesz, a o czym jeszcze nie.


Reklamacji nie uwzględnia się.


Książka skarg i zażaleń:
kawanalawekreta@gmail.com




SKONTAKTUJ SIĘ ZE MNA

FB Konkret by Polka na Kretowisku

 kawanalawekreta@gmail.com

 www.karolinakrajnik.pl

 Ag. Ioannou 183, 70007 Stalida, Crete

TO
BYŁ
CODZIENNIK

Kretoholika



dzień x - demo

ZAMÓW WIĘCEJ - klik

TA LEME!