



POLISH  
TOURIST  
ORGANISATION

# Pologne La cuisine Voyages gourmands

www.pologne.travel

Organisation Polonaise de Tourisme  
ul. Chałubińskiego 8, 00-613 Warszawa  
tél. +(48-22) 536 70 70, fax +(48-22) 536 70 04  
e-mail: pot@pot.gov.pl  
www.pot.gov.pl



Move Your Imagination



■ [www.pologne.travel](http://www.pologne.travel)



## La cuisine du cœur

C'est avec une grande bienveillance que les Polonais d'aujourd'hui, fidèles à la coutume ancestrale disant selon le proverbe « Un hôte à la maison, Dieu à la maison », ouvrent leur porte aux étrangers et les invitent à leur table copieusement garnie pour la circonstance.

Et il serait vraiment difficile au fin gourmet de passer avec indifférence à côté de tout ce qu'ils ont à leur offrir. Au cours des siècles, les terres polonaises subissaient les influences – culinaires également – non seulement italiennes et françaises, ce qui est évident, mais aussi plus exotiques, telles que tartares, arméniennes, lituaniennes, cosaques, hongroises, juives.

Ainsi donc, vous trouverez dans la cuisine nationale des Polonais l'élégance recherchée, qui leur est venue des bords de la Seine avec Henri de Valois, le premier monarque électif de Pologne, le bruissement confus des denses forêts lituaniennes, la saveur sucrée des aliments préparés autrefois à la lueur des chandelles sabbatiques maintenant éteintes depuis longtemps, aussi bien que le steak tartare saignant, viande que les redoutables guerriers mongols plaquaient jadis sous la selle de leur monture et qui se déchiquetait pendant la chevauchée.

La grande diversité des cuisines régionales est une richesse qu'il est difficile de surestimer. Le nord de la Pologne, parsemé de multiples lacs, s'est spécialisé dans les plats de poisson ; la Mazovie sablonneuse est réputée pour sa soupe aigre zurek ; des territoires orientaux nous sont parvenus les piroguis (pierogi) ; la Grande Pologne est connue pour ses plats de canard ; la région de Suwalki propose une multitudes de mets à base de pommes de terre ;

le Podhale se prévaut de sa soupe aigre *kwaśnica* et de son fromage de brebis fumé (*oscypek*).

Toutes les cuisines régionales puisent et ont toujours puisé dans les ressources des plus magnifiques forêts, champs, prairies, cours d'eau et lacs de notre pays.

– Il n'y a pas de cuisine polonaise sans gruaux, poissons, écrevisses, gibier et produits des bois, vous dira plus d'un bon cuisinier.

Pour pouvoir pleinement apprécier la saveur des délices gastronomiques de notre pays, il faut savoir que la majeure partie des mets sont encore naturellement préparés en utilisant des produits biologiques, avec l'attention soutenue que l'on accorde habituellement aux plats maison. Il n'y a donc rien d'étonnant à ce que parmi les maîtres cuisiniers subsistent, depuis de nombreuses générations, des connaissances qui sont déjà oubliées autre part, telles que, par exemple, la cuisson des galettes de choux-navets, la préparation du beurre d'écrevisses, la mise en marinade des baies d'aubépines destinées à la décoration des plats de gibier.

Beaucoup d'éléments constitutifs de la traditionnelle cuisine polonaise sont exotiques pour bon nombre d'étrangers : la choucroute et les concombres confits au sel, les gruaux, les champignons marinés et secs, le lait caillé, le zur (genre de kvas) ne sont que quelques-uns à peine des ingrédients caractéristiques de la cuisine polonaise.

La cuisine polonaise est une vraie « cuisine du cœur ».

*Organisation Polonaise de Tourisme*

# La paupiette d'oie

## L'OIE CONTRE-ATTAQUE

Dès le xv<sup>e</sup> siècle, l'oie embellissait les tables royales et seigneuriales. Accommodée avec des amandes et des aromates précieux que l'on retirait pour les grandes occasions d'un coffre fermant à clé, elle passait pour une suprême rareté.

Jaroslav Komar, de l'hôtel Grand à Varsovie, propose une composition culinaire plus harmonieuse. Il faut laisser macérer la viande d'oie dans du cognac ou du brandy pendant toute la nuit. Pour relever l'arôme, on ajoute un peu de trójniak (genre d'hydromel fruité et fermenté). Dans une tranche mince de poitrine, on enroule ensuite la farce d'oie contenant un petit supplément de viande de veau ainsi qu'une portion copieuse d'abricots, de noix et de fruits secs. Après avoir été retiré du four, le tout est enveloppé dans la peau bien cuite, dorée et craquante de ce palmipède. Une place particulière revient dans cette recette aux pruneaux: ils communiquent en effet à la paupiette un fumet caractéristique et une note sucrée. Une certaine douceur est également donnée par la sauce



mousseline aux mûres avec du cognac ou du brandy, que l'on verse sur la paupiette.

Dans le passé, l'oie était la seule viande que l'on pouvait manger le jour de jeûne de la veille de Noël, et ce aussi bien dans la Warmie catholique que dans la toute proche Mazurie protestante. Dans ces régions, l'oie rôtie occupait la place d'honneur au beau milieu de la table. On servait également des saucisses d'oie. La cuisine juive a créé les fameux croupions d'oie, tandis que la cuisine noble était réputée pour ses délicieux confits de poitrines d'oie salées et fumées.

## Paupiettes d'oie

Ingrédients :

4 fines tranches de poitrine d'oie avec la peau,  
200 g de veau, 150 g d'abricots séchés,  
1 poignée de fruits séchés et de noix,  
1 œuf entier, panure, sel et poivre à votre goût,  
1 cuillère à café de liqueur d'abricots

Faites macérer les tranches de poitrine dans une marinade de cognac et d'hydromel. Pour préparer la farce, faites cuire les fruits dans une petite quantité d'eau, puis moulez-les gros avec la viande de veau et les noix. Ajoutez l'œuf, la liqueur, le sel, le poivre et la panure. Mettez la farce sur les tranches de poitrine préalablement aplaties, roulez celles-ci avant de les ficeler et enduisez-les de marinade. Laissez cuire jusqu' à ce que la peau soit dorée et croustillante.

# Le sandre

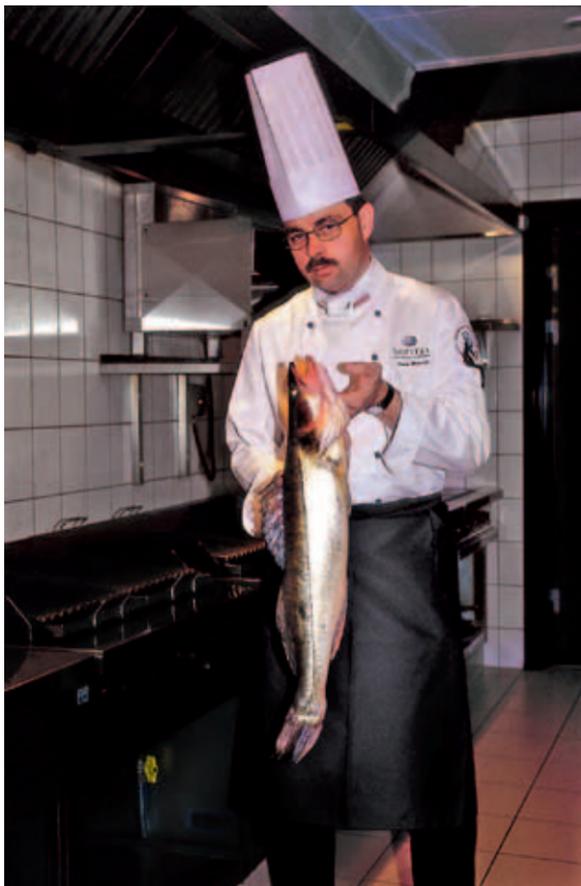
## TROIS DONS POLONAIS

Ce plat réunit à merveille les trois plus intéressants dons de la nature polonaise : les poissons pêchés dans les lacs aux eaux libres de toute pollution, les champignons cueillis dans les forêts impénétrables et les écrevisses attrapées dans les eaux de plus en plus propres des rivières.

Adam Michalski, inventeur de la recette, mais qui est aussi chef cuisinier à l'hôtel Sofitel Victoria de Varsovie, a cherché l'inspiration dans les vieux livres de cuisine. C'est dans ces livres de recettes qu'il a puisé l'idée de servir le sandre avec des champignons. Il a également pris la décision originale d'inclure dans ce plat des écrevisses, ce qui donnait une association de produits inconcevable jusqu'alors.

– C'est ainsi que ces ingrédients ont permis la composition d'un plat présentant une très grande harmonie de couleurs, explique-t-il.

La délicate chair blanche du poisson s'accorde remarquablement avec le brun subtil des chanterelles cuites et la coloration orange des morceaux d'écrevisses que l'on fait rissoler en supplément dans du beurre d'écrevisses. Pour savourer les meilleurs poissons, il est préférable de se rendre en Mazurie. C'est là également qu'il est le plus



facile de trouver des écrevisses. Il n'est pas rare de découvrir dans les vieilles chroniques des descriptions fascinantes de « chasses » à ces appétissants crustacés de notre pays.

Plus à l'est, la proche région de Suwalki a un caractère quelque peu différent de celui de la Mazurie. Cette magnifique région de la Pologne n'est pas encore soumise à l'intérêt commercial. Outre les lacs de toute beauté, vous pouvez y trouver également le calme et une nature qui n'est quasiment pas altérée par l'activité humaine. Et bien entendu, des poissons d'eau douce à profusion.

## Sandre

Ingrédients :

1 sandre, 150 g de chanterelles,  
200 g de pâte feuilletée,  
sel, matière grasse (huile),  
sauce béchamel

Levez les filets du sandre, enlevez la peau, coupez chacun des filets en deux et salez. Faites cuire les chanterelles à l'étouffée dans de la matière grasse. Enrobez les morceaux de poisson d'une fine couche de pâte feuilletée. Faites cuire dans un four très chaud. Avec la pâte, préparez les croûtons qui accompagneront le sandre et les chanterelles. Servez avec de la sauce béchamel.

# Le žurek

UNE SOUPE POUR  
DES APPLICATIONS SPÉCIALES

Cette soupe particulière, typiquement polonaise et connue depuis des dizaines de générations, est souvent appelée « soupe de la veille ».

– Le žurek rétablit l'usage de l'appareil digestif dérangé un peu plus tôt par l'abus de boissons alcoolisées, déclare en riant Grzegorz Kazubski, chef du service gastronomique de la chaîne hôtelière Orbis.

Il paraît qu'il existe autant de manières de préparer ce mets qu'il y a de régions historiques. Tout à fait différent sera le žurek des régions de Cracovie (il contient des légumes), Kielce, Namysłów, de la Podlachie. L'ingrédient de base est toujours un bon levain de farine de seigle, appelé žur, préparé d'une manière appropriée avec un supplément de croûte de pain bis.

Mangé les jours de jeûne, le žurek a toujours été une soupe très frugale. On y mettait un minimum d'ingrédients indispensables. Ce n'est que passé la période de jeûne, par contre, que le cuisinier utilisait beaucoup plus généreusement le contenu du garde-manger. Il ajoutait alors à la décoction réconfortante des rondelles de saucisson,



une côte, des carrés de lard que l'on a préalablement fait revenir, une moitié d'œuf dur.

Lorsqu'il prépare le žurek mazovien classique, Grzegorz Kazubski se sert de la recette qu'il détient de sa mère. Pour en relever le goût, il ajoute à la soupe du raifort et de la crème fraîche, de même que de la marjolaine. Il met en plus quelques gousses d'ail, des champignons hachés très fin et des rondelles de saucisson blanc. Le résultat obtenu est une soupe légèrement aigre, simple comme un paysage mazovien.

## Soupe à la farine aigre à l'œuf

Ingrédients : 100 g de grosse farine de seigle  
250 g de bouquet garni de légumes  
(carotte, céleri-rave, persil, poireau),  
200 g de saucisson blanc, eau, sel, farine,  
ail, marjolaine

Faites surir la farine de seigle dans de l'eau pendant quelques jours pour obtenir du levain. Préparez un bouillon avec les légumes, faites-les égoutter, versez le levain, épaissez en ajoutant de la farine, portez à ébullition et salez. Ajoutez-y le saucisson coupé en rondelles, un peu d'ail broyé ou de marjolaine. Vous pouvez également servir cette soupe avec un œuf dur coupé en deux.

# Le canard aux pommes

SUR LA TABLE DE LUCULLUS

Les canards nourris aux figes faisaient partie des plaisirs raffinés de la table chez le riche général romain Lucullus. Dans la cuisine polonaise, compte tenu certainement de leur accessibilité plus grande, ce sont les pommes du pays qui ont remplacé les fruits exotiques. C'est ainsi que le canard aux pommes est venu embellir les tables des monarques, des seigneurs et aussi – de nos jours – des restaurants polonais.

Les cuisiniers de la Grande Pologne ont le plus fortement contribué à la promotion des spécialités à base de canard.

Darek Pazikowski, de l'hôtel Grand à Varsovie, accommode le canard à la manière qu'il a trouvée dans un vieux livre de recettes culinaires : il le macère dans une marinade faite d'hydromel *trójniak*, limpide et doré. Cette noble boisson (que l'on ne trouvait autrefois que dans les caves royales) donne à la viande un arôme spécifique et en accélère l'attendrissement. Avant d'être servie, la préparation est entièrement recouverte d'un coulis de myrtilles et de pommes.



Un jeune canard de six mois est le plus appétissant. Il a meilleur goût à l'automne avec des pommes fraîchement cueillies.

Si l'on veut bien admettre qu'il existe une garniture culinaire du canard typiquement « polonaise », il s'agira incontestablement des pommes. En l'occurrence, ce sont les fruits aigrelets d'une apparence plutôt quelconque et insignifiante, provenant de vieux pommiers d'espèces qui n'existent plus dans le monde, qui semblent être les plus appropriés pour farcir, tout en y ajoutant leur saveur, l'oiseau préféré de Lucullus.

## Canard aux pommes

Ingrédients : 1 canard, ½ kg de pommes, marjolaine romarin, sel, graisse d'oie, hydromel, confiture d'airelles

Faites mariner un jeune canard dans de l'hydromel, puis enduisez-le de sel, de marjolaine et de romarin.

Saupoudrez la moitié des pommes (sans les pépins) avec de la marjolaine et placez-les à l'intérieur du canardeau. Fermez-le et faites cuire au four en l'arrosant de matière grasse. Après l'avoir mis sur un plat, arrosez le canard de confiture d'airelles et garnissez-le de pommes précuites séparément.

# Les choux farcis (gołąbki)

LES GOŁĄBKİ LABORIEUX

Au pays mythique de l'oisiveté et des pique-assiettes, les « pigeonneaux rôtis tombaient tout seuls dans la bouche », comme dit le proverbe. Mais seulement là-bas. Qui sait si cette dénomination de gołąbki (ce qui signifie: pigeonneaux), outre la forme proche de celle de la carcasse du pigeon, ne vient pas de l'énorme quantité de travail nécessaire à leur confection.

Le savoir-faire de celui qui confectionne les gołąbki consiste à enrouler adroitement dans une feuille de chou bouillie à l'eau une farce faite de viande hachée, d'oignons légèrement dorés, de riz cuit à l'eau et de champignons secs cuits à l'eau également.

L'ancienne cuisine polonaise préférait, évidemment, au riz les gołąbki remplis de gruau de sarrasin et recouverts d'une sauce appétissante à la crème fraîche et aux champignons secs. Avant de les faire cuire, on les arrosait parfois aussi de zür, de bortsch ou d'une décoction de champignons.



Il n'y a pas encore si longtemps de cela, les horticulteurs prévoyants n'oubliaient pas à l'automne, lors de la préparation de la choucroute, de mettre un ou plusieurs choux en entier dans le légume débité, ceci justement pour pouvoir les utiliser ultérieurement à la confection des gołąbki. De nos jours, les cuisiniers se bornent à faire bouillir quelques feuilles de choux frais.

Les gołąbki qui sont préparés par Marian Maroń, chef de cuisine à l'hôtel Novotel Airport de Varsovie, sont servis dans leur variante la plus classique, c'est-à-dire accompagnés avec une sauce tomate faite de tomates fraîches.

## Choux farcie

Ingrédients :

grandes feuilles de chou blanc, 200 g de viande de porc, 250 g de riz, 50 g d'oignons, 30 g de matière grasse, sel et poivre à votre goût

Faites blanchir les feuilles de chou et éliminez les grosses nervures centrales. Faites précuire le riz à l'eau

et égoutter-le, puis ajoutez-y la viande hachée, les oignons dorés à la poêle, le sel et le poivre. Pétrissez le tout. Mettez une portion de la farce ainsi obtenue sur chacune des feuilles de chou et enveloppez-la. Rangez les gołąbki dans un récipient. Couvrez-les ensuite d'eau bouillante salée et cuisez à four chaud jusqu'à ce qu'ils deviennent dorés. Vous pouvez les servir enrobés de petits cretons fondus ou nappés de sauce à la tomate.

# Les piroguis

## DE VRAIES CONSTELLATIONS

La pâte destinée à la confection des piroguis classiques est faite à partir des plus simples éléments constitutifs: de la farine, de l'eau, des œufs et un peu de sel.

En été, les tables polonaises sont embellies par les piroguis aux fruits : fraises, myrtilles, cerises et autres. Un plat particulièrement apprécié des Polonais sont les piroguis au fromage blanc sucré, parfois même avec un appoint de raisins secs qui lui confèrent une note sucrée supplémentaire. Dans le bortsch rouge nagent de délicates ravioles miniatures. Les énormes piroguis à la mode de Samogitie, qui sont servis dans la région de Suwalki, contiennent dans la majorité des cas une farce faite de nonnettes voilées (bolets jaunes). Les piroguis à la russe, farcis de fromage blanc, d'oignons et de pommes de terre, se sont très bien acclimatés dans la Petite Pologne.

Cependant, une découverte des plus mémorables pour la plus grande majorité des étrangers visitant la Pologne sont les traditionnels piroguis farcis de chou et de champignons. De cette même pâte sont découpées, au moyen d'un verre,



es galettes plates rondes que l'on remplit d'une farce préparée avec des champignons et des choux cuits à l'eau et hachés, et qu'il faut ensuite plier en deux et fermer d'une façon caractéristique en demi-lune, en collant bien les bords avec les doigts. La saveur naturelle de la farce n'est relevée qu'avec une pointe de poivre et de sel.

Les piroguis peuvent être savourés pleinement dans n'importe quelle région de la Pologne. La Podlachie semble être le meilleur endroit pour y passer des « vacances aux piroguis ». En effet, le style actif de repos proposé aux touristes dans cette région implique le choix d'une cuisine substantielle et calorique.

### Piroguis au chou et aux champignons des bois

Ingrédients :

pâte : 350 g de farine,  
1 œuf entier et 1/8 l d'eau,  
800 g de chou blanc, 200 g de champignons des bois  
séchés, 50 g d'oignons, sel, poivre, huile,  
garniture de légumes

Cuisez le chou à l'eau et faites dorer les oignons à la poêle. Passez à la moulinette le chou, les champignons et les oignons. Ajoutez le sel et le poivre. Abaissez la pâte avec un rouleau, découpez des ronds de pâte, mettez dessus la farce et collez les bords avec les doigts. Vous devez d'abord les cuire dans de l'eau salée, puis les faire revenir brièvement à la poêle. Servez-les chauds avec une garniture Salz, Pfeffer, Öl, Gemüse garnitur.

# Le millefeuille papal

LA PÂTISSERIE DE LA NOSTALGIE

Il est rare qu'une simple phrase puisse décider du succès extraordinaire de quelque morceau friand. Lorsque le pape Jean-Paul II s'est laissé emporter en juin 1999 à Wadowice, sa ville natale, par une vague de souvenirs nostalgiques, nul ne prévoyait que cela marquait justement un tournant dans l'histoire de la pâtisserie-confiserie polonaise. Il lui a suffi de rappeler la saveur des millefeuilles dont il se délectait à la pâtisserie de la place du Marché, pour qu'il ne soit plus possible, dès le lendemain, de trouver dans toute la ville aucun gâteau qui ne rappellerait – même de loin – un millefeuille à la crème pâtissière, désigné depuis lors avec fierté par le terme de « papal ».

Henryk Podsiadlo, pâtissier-confiseur à l'hôtel Europejski de Varsovie, recommande un gâteau composé de deux fines couches de pâte feuilletée garnies intérieurement



de crème pâtissière, enrichie d'une petite note de brandy. La Petite Pologne est la région qui se prête le mieux à la dégustation des produits de la pâtisserie-confiserie. Tout au sud, les Tatras majestueuses incitent les touristes aux randonnées d'altitude. Lors de vos pérégrinations à travers la Petite Pologne, n'oubliez surtout pas de vous rendre à Cracovie, l'ancienne capitale de la Pologne. C'est une cité authentiquement royale non seulement riche en monuments historiques, mais aussi pleine de vie jusqu'aux heures tardives de la nuit, avec une multitude de charmants restaurants – petits et grands –, de pubs et de discothèques, disséminés autour de la plus vaste place du Grand-Marché d'Europe.

## Millefeuilles papaux

Ingrédients : gâteau feuilleté obtenu par des pliures successives de la pâte abaissée au rouleau, puis cuite, crème pâtissière: ½ l de lait, 4 jaunes d'œufs, 1 œuf entier, 100 g de sucre, 30 g de féculé de pommes de terre, sucre en poudre, vanille

Broyez l'œuf, les jaunes d'œufs, le sucre et la vanille. Pour préparer la crème pâtissière, faites bouillir le lait

(¼ l), puis versez-y le restant de lait froid mélangé avec la féculé de pommes de terre. Portez le tout à ébullition et, tout en agitant, ajoutez-y les œufs broyés. Épaississez la crème pâtissière en la faisant chauffer et en la remuant. Laissez-la refroidir dans de l'eau froide en n'arrêtant pas de la brasser. Versez la masse froide ainsi obtenue sur le feuilleté et couvrez-la d'une autre couche de feuilleté que vous saupoudrez avec du sucre en poudre.



## République de Pologne

Superficie : 312 000 km<sup>2</sup>.

Situation : en Europe centrale.

Elle voisine avec l'Allemagne, la Tchéquie, la Slovaquie, l'Ukraine, la Biélorussie, la Lituanie et la Russie. Au nord, elle est limitée par la mer Baltique sur plus de 500 km. Population : 38 millions d'habitants.

Emblème : aigle blanc portant une couronne or. Couleurs nationales : blanc et rouge.

Langue officielle : polonais.

Capitale : Varsovie.

Autres villes principales : Łódź, Cracovie, Wrocław, Poznań, Gdańsk, Szczecin, Katowice et Lublin. Climat : tempéré. En juillet, la température moyenne est de 19 °C, mais il est des journées en été avec une température de 30 °C. De janvier à mars, il existe d'excellentes conditions pour la pratique des sports d'hiver.



## Fêtes et jours non ouvrables

Les jours fériés, ce sont tous les dimanches, les samedis et les fêtes suivantes : le nouvel An (1<sup>er</sup> janvier), Pâques (dimanche et lundi, fête mobile), la fête du Travail (1<sup>er</sup> mai), l'anniversaire de la Constitution du 3 Mai (3 mai), la Fête-Dieu (jeudi, fête mobile), l'Assomption (15 août), la Toussaint (1<sup>er</sup> novembre), la fête nationale de l'Indépendance (11 novembre), la Noël (25 et 26 décembre).



## Hébergement

La gamme des catégories d'hôtels varie de la classe touristique à la classe de grand luxe.

- Les réservations des chambres d'hôtel peuvent être effectuées par téléphone ou sur les sites Internet suivants : [www.pph.com.pl](http://www.pph.com.pl), [www.polhotels.com](http://www.polhotels.com), [www.hotelsinpoland.com](http://www.hotelsinpoland.com), [www.visit.pl](http://www.visit.pl), [www.discover-poland.pl](http://www.discover-poland.pl), [www.hotelspoland.com](http://www.hotelspoland.com), [www.polhotel.pl](http://www.polhotel.pl), [www.warsawshotel.com](http://www.warsawshotel.com), [www.orbisonline.pl](http://www.orbisonline.pl).
- Quelque chose de spécial : les nombreux édifices historiques (palais, châteaux, gentilhommières et moulins) qui ont été aménagés en hôtels, tél./fax +48 22 412 50 13, portable +(48-507) 842 552, [www.goscinniezabytki.pl](http://www.goscinniezabytki.pl)
- Réservations agritouristiques : tél. +(48-52) 398 14 34, tél. portable +(48-602) 459 137, [www.agritourism.pl](http://www.agritourism.pl), [www.agroturystyka.pl](http://www.agroturystyka.pl), [federgg@wp.pl](mailto:federgg@wp.pl)
- Auberges de jeunesse : tél. +(48-22) 849 81 28, fax 849 83 54, [www.ptsm.org.pl](http://www.ptsm.org.pl)
- Campings : tél./fax +(48-22) 810 60 50, [www.pfcc.eu](http://www.pfcc.eu)
- Société Polonaise de Tourisme (PTTK) : [www.pttk.pl](http://www.pttk.pl)



## Comment payer ?

Vous pouvez emporter avec vous toute quantité de devises. En ville, vous trouverez des bureaux de change dits « KANTOR », vous pouvez également vous adresser à une banque ou à la réception de votre hôtel. Les banques et certains hôtels acceptent les chèques de voyage. Les distributeurs de billets sont nombreux. Les cartes de crédit sont acceptées dans la plupart des établissements hôteliers, restaurants et dans de nombreuses boutiques. L'unité monétaire légale est le zloty (PLN = 100 groszy). Les marques fiduciaires sont les suivantes : pièces de 1, 2 et 5 zlotys, de 1, 2, 5, 10, 20 et 50 groszy, ainsi que billets de banque de 10, 20, 50, 100 et 200 zlotys.



## Franchises à la sortie de Pologne

La réglementation douanière est semblable à celle de la majorité des pays de l'Union européenne. Pour toutes affaires particulières, s'adresser au consulat polonais de votre pays de résidence ou au ministère des Finances polonais, tél. +(48-22) 694 31 94, [www.mf.gov.pl](http://www.mf.gov.pl)



## Par avion

La Pologne possède plusieurs aéroports. Ils se trouvent dans les villes suivantes : Varsovie, Cracovie, Gdańsk, Katowice, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Wrocław et Bydgoszcz. Les Lignes aériennes polonaises LOT S.A. sont une compagnie nationale de transports aériens. Les personnes intéressées par un voyage en Pologne et à travers la Pologne peuvent consulter le site Internet de la LOT [www.lot.com](http://www.lot.com), où elles trouveront les renseignements voulus. On peut également venir en Pologne à bord des avions de bon nombre d'autres compagnies aériennes, dont des compagnies à bas prix telles que, par exemple, Aer Lingus – [www.aerlingus.com](http://www.aerlingus.com), Easy Jet – [www.easyjet.com](http://www.easyjet.com), WizzAir – [www.wizzair.com](http://www.wizzair.com), Ryanair – [www.ryanair.com](http://www.ryanair.com), Norwegian – [www.norwegian.no](http://www.norwegian.no). Germanwings – [www.germanwings.com](http://www.germanwings.com)



## Par train

Un dense réseau de chemins de fer dessert l'ensemble du territoire polonais. Les plus grandes villes sont reliées entre elles par des trains à grande vitesse du réseau européen InterCity. Les relations ferroviaires sont assurées par la Compagnie nationale des Chemins de fer polonais (PKP). Les renseignements exhaustifs peuvent être obtenus sur les sites Internet : [www.pkp.pl](http://www.pkp.pl), [www.intercity.pl](http://www.intercity.pl), [www.rozklad-pkp.pl](http://www.rozklad-pkp.pl), tél. : +48 42 194 36.



## En autocar

Les voies à grande circulation automobile et un réseau bien développé de routes locales permettent d'atteindre toutes les localités de Pologne. Le pays tout entier est desservi par des lignes d'autocars publiques et privées.



## En taxi

Les stations de taxis sont désignées par l'inscription « Taxi ». Il est préférable d'appeler un taxi par téléphone. Pour les courses au-delà des limites des villes, mais aussi les samedis et les dimanches ainsi que la nuit (de 22 h à 6 h), le tarif applicable est plus élevé.



## Comment rouler ?

En Pologne, les dispositions du Code de la route correspondent à celles qui sont en vigueur dans les pays de l'Union européenne. Les principales sont les suivantes :

- vitesse en agglomération – 50 km/h,
- vitesse sur autoroute – 130 km/h,
- vitesse sur route express à 2 chaussées – 110 km/h,
- vitesse sur autres routes – 90 km/h,
- phares codes allumés toute l'année.



## Téléphones

Téléphones d'alarme (les mêmes pour toute la Pologne) :

- 999 – Service d'aide médicale d'urgence (communication gratuite),
- 998 – pompiers (communication gratuite),
- 997 – police (communication gratuite),
- 112 – assistance aux porteurs d'un téléphone mobile (communication gratuite),
- 0 800 200 300, +(48 608) 599 999 – numéro de téléphone de sécurité mis à la disposition des touristes en été.

## Représentations de l'Organisation Polonaise de Tourisme à l'étranger



• ALLEMAGNE	• Berlin	tél. +(49-30) 21 00 920	fax +(49-30) 21 00 92 14	<a href="http://www.polen.travel">www.polen.travel</a>	<a href="mailto:info.de@polen.travel">info.de@polen.travel</a>
• AUTRICHE	• Vienne	tél. +(43-1) 524 71 91 12	fax +(43-1) 524 71 91 20	<a href="http://www.polen.travel">www.polen.travel</a>	<a href="mailto:info.at@polen.travel">info.at@polen.travel</a>
• BELGIQUE	• Bruxelles	tél. +(32-2) 740 06 20	fax +(32-2) 742 37 35	<a href="http://www.polen.travel">www.polen.travel</a>	<a href="mailto:info.be@polen.travel">info.be@polen.travel</a>
• ESPAGNE	• Madrid	tél. +(34-91) 541 48 08	fax +(34-91) 541 34 23	<a href="http://www.pologne.travel">www.pologne.travel</a>	<a href="mailto:info.be@pologne.travel">info.be@pologne.travel</a>
• ÉTATS-UNIS	• New York	tél. +(1-201) 420 99 10	fax +(1-201) 584 91 53	<a href="http://www.polonia.travel">www.polonia.travel</a>	<a href="mailto:info.es@polonia.travel">info.es@polonia.travel</a>
• FRANCE	• Paris	tél. +(33-1) 42 44 29 92	fax +(33-1) 42 97 52 25	<a href="http://www.poland.travel">www.poland.travel</a>	<a href="mailto:info.na@poland.travel">info.na@poland.travel</a>
• ROYAUME-UNI	• Londres	tél. +(44) 300 303 1812	fax +(44) 300 303 1814	<a href="http://www.pologne.travel">www.pologne.travel</a>	<a href="mailto:info.fr@pologne.travel">info.fr@pologne.travel</a>
• HONGRIE	• Budapest	tél. +(36-1) 269 78 09	fax +(36-1) 269 78 10	<a href="http://www.poland.travel">www.poland.travel</a>	<a href="mailto:info.uk@poland.travel">info.uk@poland.travel</a>
• ITALIE	• Rome	tél. +(39-06) 482 70 60	fax +(39-06) 481 75 69	<a href="http://www.lengyelorszag.travel">www.lengyelorszag.travel</a>	<a href="mailto:budapest@pot.gov.pl">budapest@pot.gov.pl</a>
• JAPON	• Tōkyō	tél. +(81) 3-5908-3808	fax +(81) 3-5908-3809	<a href="http://www.polonia.travel">www.polonia.travel</a>	<a href="mailto:info.it@polonia.travel">info.it@polonia.travel</a>
• PAYS-BAS	• Amsterdam	tél. +(31-20) 625 35 70	fax +(31-20) 623 09 29	<a href="http://www.poland.travel">www.poland.travel</a>	<a href="mailto:info.jp@poland.travel">info.jp@poland.travel</a>
• RUSSIE	• Moscou	tél. +(7-495) 510 62 10	fax +(7-495) 510 62 11	<a href="http://www.polen.travel">www.polen.travel</a>	<a href="mailto:info.nl@polen.travel">info.nl@polen.travel</a>
• SUÈDE	• Stockholm	tél. +(46-8) 21-60-75	fax +(46-8) 21-04-65	<a href="http://www.poland.travel">www.poland.travel</a>	<a href="mailto:info.ru@poland.travel">info.ru@poland.travel</a>
• UKRAINE	• Kiev	tél. +(38-044) 278 67 28	fax +(38-044) 278 66 70	<a href="http://www.polen.travel">www.polen.travel</a>	<a href="mailto:info.scan@polen.travel">info.scan@polen.travel</a>
				<a href="http://www.polscha.travel">www.polscha.travel</a>	<a href="mailto:info.ua@polscha.travel">info.ua@polscha.travel</a>



Éditeur : Polska Organizacja Turystyczna / Organisation Polonaise de Tourisme, ul. Chalubińskiego 8, 00-613 Warszawa, tél. +(48-22) 536 70 70, fax +(48-22) 536 70 04, e-mail : [pot@pot.gov.pl](mailto:pot@pot.gov.pl), [www.pot.gov.pl](http://www.pot.gov.pl) ;  
Rédaction : Art Rodar s.c. Witold Krysiak, Dorota Rostek, [www.artrodar.pl](http://www.artrodar.pl) ; Auteur des textes : Danuta Kulicka, Tomasz Zieja; Traduction : Władysław Józwiak ; Préparation de fond : Rédaction de  
Przegląd Gastronomiczny (Revue Gastronomique) ; Agencement: Magdalena Brejdygant ; Prise des photos : Michał Wolniak, Roman Andrasik, Andrzej Żamojda, Archives POT et « Przegląd Gastronomiczny ».

