

Warszawa, 17.04.2025 r.



Kuchnia wegańska w rozkwicie!

Konkurs „Złoty Karczoch 2025” wyłonił najlepszych wegańskich szefów kuchni w Polsce.” Jak mówi Małgorzata Figarska, jurorka konkursu i Szefowa Gastronomii w hotelu Manor House SPA: „Konkursowe dania zachwyciły różnorodnością i pomysłowością. To było prawdziwe święto kuchni roślinnej”.

Wśród Polaków rośnie popularność diety wegańskiej i zainteresowanie zrównoważonym żywieniem. Rozwija się w tym zakresie świadomość społeczna i potrzeba wymiany wiedzy, inspiracji, spotkań kulinarnych. 9 i 10 kwietnia 2025 roku za sprawą Targów Gastronomicznych SMAKKI 2025 Warszawa stała się kulinarną stolicą Polski. Jednym z ważniejszych punktów programu wydarzenia był konkurs kulinarny „Złoty Karczoch 2025” dedykowany kuchni roślinnej.

- Miałam ogromną przyjemność być jurorką w konkursie „Złoty Karczoch” – to było prawdziwe święto kuchni roślinnej! 12 uczestników, 12 wyjątkowych, przepięknie podanych i pysznych dań. Różnorodność smaków i pomysłów była niesamowita, a wybór zwycięzców – naprawdę trudny. Jednak to wegańskie sushi skradło nasze serca wygrywając konkursową rywalizację, która w tym roku była na bardzo wysokim poziomie. Wśród nagrodzonych dań były m.in.: pierożki z ragu roślinnym, wegetariańska kaszanka, fregola ze smardzami czy chrupiące roślinne burrito. To było prawdziwe królestwo smaków i kolorów. – komentuje Małgorzata Figarska, zasiadająca po raz drugi w jury konkursu Złoty Karczoch i Szefowa Gastronomii w mazowieckim hotelu Manor House SPA**** - Pałac Odrowążów*****.

Kuchnia wegańska jest dziś jednym z najbardziej dynamicznych segmentów gastronomii, a „Złoty Karczoch” jest odpowiedzią na potrzeby rynku i prawdziwym powiewem świeżości - czymś kompletnie nowym, zielonym i niezwykle rozwojowym. To zawody dedykowane wszystkim, którzy chcą zmieniać branżę gastro i kreować nowe smaki w swoich

lokalach. Ten prestiżowy konkurs promuje kreatywność i jakość w kuchni roślinnej, gromadząc najlepszych szefów kuchni, influencerów kulinarnych oraz pasjonatów gotowania z całej Polski. Dziękuję uczestnikom, jurom, partnerom i widzom za dobrą energię, zapał i radość, jaka towarzyszy kuchni roślinnej – mówi Katarzyna Gubała, ambasadorka targów SMAKKI, ekosobowość, promotorka zdrowego stylu życia, szkoląca z kuchni roślinnej najlepszych kucharzy w branży.

- Gotowanie to moja pasja. Szczególnie bliskie są mi smaki natury i kuchnia roślinna. Cieszę się, że mogę rozwijać swój kulinarny warsztat, inspirować naszych Gości i wymieniać się doświadczeniami z innymi Szefami Kuchni. Nasz hotel ma duży wkład w propagowanie diety wegańskiej w Polsce. Restauracja Manor House SPA jako jedna z pierwszych hotelowych restauracji wprowadziła pełne menu wegańskie. Od lat otrzymuje ono Znak V, potwierdzający, że jest





Manor House

odpowiednie dla wegan i wegetarian. – opowiada Małgorzata Figarska i dodaje: - W każdym sezonie wprowadzamy kulinarne nowości. Tej wiosny jest to m.in. wegański tatar, który w konkursie Baziółki został doceniony 3 miejscem wśród kilkunastu dań zgłoszonych przez ekspertów kuchni roślinnej. Przepis znajdzie się w książce kucharskiej towarzyszącej konkursowi „Złoty Karczoł”.

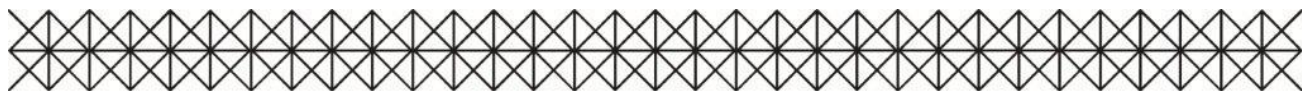
Autorskie menu wegańskie [restauracji Manor House SPA](#) od lat cieszy się uznaniem Gości. Karta dań została stworzona z myślą o osobach poszukujących zdrowych, roślinnych potraw, przygotowywanych z lokalnych i ekologicznych składników. Wśród propozycji kulinarnych znajdują się m.in.: carpaccio z białej rzodkwi w grejpfrutowym sosie winegret; tatar z siekanych świeżych i suszonych pomidorów z klasycznymi dodatkami oraz pesto z bazylii i oregano; smalec wegański z ciecior, jabłka i śliwki, z ogórkiem kiszonym na pieczywie; placuszki z cukinii i marchwi; krem szpinakowy z prażonymi migdałami; ziemniaczany krem z curry i marynowanym pomidorem; wegański barszcz czerwony z podgrzybkami i ciemną kaszą gryczaną; pierogi z tymiankiem, cieciorą, kapustą kiszoną i boczniakiem gotowane w burakach; krokiety z ziemniaków truflowych z grillowaną marchwią i kremem majonezowym; pierogi z topinamburem i tofu w sosie ze smażonymi kurkami i trawą cytrynową oraz desery, które również zachwycają smakiem i kreatywnością.



Wszystkie potrawy przygotowywane są na bazie krystalicznie czystej, żywej wody Grandera oraz zdrowych, ekologicznych produktów. Na gości czekają również naturalne soki z warzyw i owoców pochodzących z lokalnego gospodarstwa sadowniczego, lecznicze napary z bogatej gamy ziół oraz kiszonki wspomagające odporność i funkcjonowanie układu pokarmowego. Menu wegańskie w Manor House SPA to połączenie kulinarnej pasji, dbałości o zdrowie i szacunku dla środowiska, wpisujące się w holistyczną filozofię hotelu, który po raz kolejny został wybrany Najlepszym Holistycznym Hotelem SPA w Polsce (Perfect SPA Awards 2025).



Więcej informacji: www.manorhouse.pl



MANOR HOUSE SPA – NAJLEPSZY HOLISTYCZNY HOTEL SPA W POLSCE 2025

Mazowiecki kompleks hotelowy Manor House SPA**** - Pałac Odrowążów***** obecnie Najlepszy Holistyczny Hotel SPA w Polsce i Best SPA Hotel 2023. Posiadłość pałacowo-parkowa w Chlewiskach to jedna najstarszych rezydencji ziemiańskich w Polsce. Św. Jacek Odrowąż, właściciel Chlewisk w XII w., jako jedyny Polak został wyróżniony posągiem na placu przed Katedrą św. Piotra w Rzymie. Manor House SPA to także pierwszy w kraju hotel dla dorosłych, wielokrotnie nagradzany również tytułem Najlepszego Holistycznego Hotelu SPA. To prawdziwa enklawa spokoju i dobrej energii, przyjazna weganom i alergikom, słynąca z Biowitalnego SPA, autorskiego programu odmładzającego Akademii Holistycznej Alchemia Zdrowia®, energetycznych terapii w Gabinetach Bioodnowy, seansów w Łażniach Rzymskich, bezchlorowego basenu z wodą żywną metodami Grandera i dr. Keshego, prozdrowotnych kąpeli ofuro, w tym romantycznych dla dwojga w wannach Duo Ofuro oraz koncertów na misy i gongi tybetańskie. Dopełnieniem luksusowego wypoczynku są wyśmienite dania tradycyjnej kuchni polskiej, wegańskiej i wg zdrowej „Diety Życia”. Urokliwie położony kompleks wyróżnia naturalne środowisko wolne od smogu, położenie w centralnej Polsce z dogodnym dojazdem, własne lądowisko dla śmigłowców, ośrodek jeździecki z hotelem i SPA dla koni oraz 10-hektarowy, zabytkowy park z pomnikami przyrody, przypałacowymi stawami, energetycznym Ogrodem Medytacji i Witalną Wioską SPA. To Polskie Centrum Biowitalności o potwierdzonym oddziaływaniu energetycznym do 30.000 jednostek w skali Bovisa.

Hotel Manor House SPA** - Pałac Odrowążów*******

www.manorhouse.pl