

# Poznań wegetariański



Według kronikarza Thietmara, pochowany w poznańskiej katedrze pierwszy król Polski Bolesław Chrobry karał swych poddanych za nieprzestrzeganie postów wybiciem zębów. Dziś coraz więcej osób zupełnie dobrowolnie wybiera bezmięsną dietę i stosuje ją przez cały rok. Z myślą o nich powstają coraz liczniejsze restauracje i knajpki wegetariańskie.

Choć jarskie potrawy można dziś znaleźć w kartach większości lokali, tutaj przedstawimy te, które specjalizują się w daniach, w których mięsa nie ma wcale lub jest najwyżej dodatkiem. W większości z nich mogą bezpiecznie zjeść posiłek osoby będące na diecie bezglutenowej.

## Gdzie wegetarianin może zjeść burgera?

Zacniemy od rekomendacji miejsc wegańskich, które wystrzegają się produktów zwierzęcych, łącznie z serami i nabiałem. Wśród nich warto zwrócić uwagę na bistro Kwadrat przy ul. Woźnej 18. We współczesnym, choć inspirowanym estetyką lat 70. wnętrzu można spróbować nowoczesnej kuchni wegańskiej. Zdecydowanie trzeba się zainteresować podawanymi tutaj ciastami. Choćby po to, by przekonać, jak smakuje wegańska bita śmietana, używana do niektórych z nich.

Kolejna na naszej liście jest Mixtura. To niewielka knajpka w Pasażu Apollo, nieco schowana za najstarszym kinem Poznania. W przytulnym wnętrzu można się wygodnie rozsiąść na starych fotelach lub krzesłach i zamówić... burgera. Oczywiście w wersji wege, w jednym z dostępnych wariantów: soczewicowym, buraczanym lub jaglanym.

## Jeżyce i Łazarz go vege!

Dla tych, którzy mają ochotę na jarską wycieczkę na Jeżyce można polecić Wypas (ul. Jackowskiego 38). Jak twierdzą sami właściciele, „łamanie reguł i przyzwyczajień kulinarnych, to ich chleb powszedni”. Naturalnie wypieczony ze zbóż, które nie zostały zmodyfikowane genetycznie.

Następnym adresem jest Woźna 17. Tam znajduje się restauracja Pracownia. Jej wyróżnikiem jest bardzo bogata karta, zawierająca także dania z drobiu i owoce morza. Jednak najciekawszym elementem są dania zainspirowane pochodzącą z Indii kuchnią ajurwedyjską. Po takim posiłku nie powinniśmy się czuć ani zanadto pobudzeni, ani zbyt ospali. Kluczem do osiągnięcia tego stanu są świeże, nieprzetworzone, wegetariańskie składniki, przyrządzone w odpowiedni sposób.

Indyjskie i wyłącznie wegetariańskie menu można także znaleźć w znajdującej się na Łazarzu

restauracji Radhe Vega (ul. Głogowska 86).

### **Budżetowo i bezmięśnie**

Dla wielu „wege-turystów” poszukiwanym adresem podczas ich podróży po Polsce są bary sieci Green Way. W Poznaniu są trzy i wszystkie są położone w centrum. Natomiast koneserom lokalnych i oczywiście wegetariańskich klimatów, można polecić bar Chwirot, położony w suterenie kamienicy przy ul. Rybaki 10.

Zobacz także poprzednie wpisy publikowane w dziale:

## **AKTUALNOŚCI GASTRONOMICZNE**

**Tekst:** [www.poznan.travel](http://www.poznan.travel) | **Foto:** [www.poznan.travel](http://www.poznan.travel)