

PRESENTACIÓN
SOBRE LAS
TRADICIONES
NAVIDEÑAS EN
POLONIA

A cozy living room scene with a fireplace, a warm blanket, a cup of coffee, and a smartphone on a table.

BEBIDAS CALIENTES



Té de invierno

Pon el té en un vaso y vierte agua caliente sobre él. Agrega jugo de frambuesa.

Agrega una rodaja de naranja y jengibre.



Chocolate

Vierte el cacao en una taza, luego vierte leche caliente sobre él y cocina tres minutos. Mézclalo bien. Agrega malvaviscos encima.



Café

Vierte café en una taza. Calienta la leche durante tres minutos, luego añada una cucharada de cacao o canela. Después de cocinarlo añada café y mezcla bien. Sirve con crema batida.



Pierniki

El pan de jengibre es una masa dura de color marrón oscuro hecha de harina de trigo y centeno, leche, huevos, azúcar caramelizada, miel, fuertemente condimentada con especias, principalmente canela y jengibre. El pan de jengibre es la dulzura tradicional navideña. Se pueden comer y también colgar en el árbol de Navidad como decoración.



Makowiec

El pastel de semillas de amapola es un pastel con capas de semillas de amapola molidas, azúcar o miel y frutos secos. Las creencias populares dicen que se supone que las semillas de amapola que se comen en Nochebuena aseguran la felicidad durante todo el próximo año. El pastel de semillas de amapola es muy calórico, pero durante la Navidad, ¡las calorías no cuentan!



Sernik

La tarta de queso es un tipo de tarta con queso como ingrediente principal. La tarta de queso es muy delicada, esponjosa y húmeda. Hay dos tipos de gourmets, uno ama el cheesecake de pasas y el otro los odia.



Los polacos tienen una variedad de dulces y postres en la mesa festiva. Algunas personas compran cañas de azúcar y decoran el árbol de Navidad con ellas. También les gusta hacer cupcakes tradicionales y decorarlos con glaseado y otras delicias.



ÁRBOL DE NAVIDAD

Una de las costumbres más asociadas a las fiestas son los árboles de Navidad. Los abetos se consideran un símbolo de vida y resistencia.

Los ponemos en casa y los decoramos, y debajo de ellos ponemos regalos. Los árboles de Navidad se visten en Nochebuena o unos días antes de Navidad.

La mayoría de las veces, colgamos hermosos adornos, pan de jengibre o figuritas de vidrio, dulces, cadenas de papel y lámparas en ellos.



LOS ADORNOS DE NAVIDAD EN LAS CIUDADES

Durante el período de Navidad, la ciudad se adorna con diversos ornamentos como iluminaciones, árboles de Navidad y renos. En la foto de al lado, se puede ver cómo se celebra la Navidad en nuestra ciudad (Gniezno).

Los belenes y regalos en Polonia

En Polonia hay dos tipos de belenes, unos están en las iglesias y otros en casas.

Tradicionalmente, los belenes los preparan los niños. La mayoría de belenes en Polonia representan la llegada de los sabios o pastores al niño Jesús.

Hay una tradición en Polonia de dar regalos por la cabeza de la familia justo después de la cena de Nochebuena, a menudo estas personas se visten como Papá Noel.



LA OBLEA DE NAVIDAD

Otra costumbre, típicamente polaca dice que antes de la cena de Nochebuena hay que compartir una oblea blanca, es decir, un panecillo muy fino e insípido.

Al compartir la oblea, nos deseamos todo lo mejor el uno al otro.

La hostia blanca rota es un hermoso símbolo que expresa el amor y la unidad de los participantes de la Nochebuena. La hostia nos recuerda al pan, el regalo de Dios.



El Día de los Reyes Magos (La Epifanía)

En Polonia, celebramos este día el 6 de enero y es un día libre del trabajo. La Epifanía se acompaña de coloridas cabalgatas y belenes.

En este día acudimos a la santa misa y bendecimos la tiza, el incienso y el agua. En la puerta con tiza, escribimos K + M + B (iniciales de los tres Reyes Magos) y el año actual.

Esta es la costumbre de celebrar la Epifanía en Polonia.





MIKOŁAJKI

6 de diciembre

Cada año en Polonia se celebra a la fiesta de Santa Claus (Mikołajki).

El día anterior, los niños limpian sus zapatos o cuelgan enormes calcetines y los colocan en el lugar deseado.

En la noche del 5 al 6 de Diciembre, Santa Claus trae regalos y los deja en zapatos o calcetines preparados.

El elemento más importante de estos regalos son los dulces.

Por la mañana, los niños descubren y disfrutan de los regalos.



LOS PLATOS TÍPICOS POLACOS



La sopa de remolacha con albóndigas (Barszcz)

Barszcz es popular en los países de Europa Central y Oriental.

Barszcz puede ser cualquier sopa agria hecha con chucrut, levadura de centeno, acedera o remolacha roja.

No contiene carne, es una sopa "pura" hecha de sopa con verduras, remolacha, ácido de remolacha y setas.

Uszka son pequeñas bolas de masa rellenas dentro. Uszka es un poco similar a los tortellinis italianos, pero las albóndigas polacas son mucho más suaves y generalmente no se sirven con salsas, como en Italia.



La sopa de champiñones

En algunas mesas polacas, en lugar de *barszcz*, la sopa de Nochebuena es sopa de champiñones (*zupa grzybowa*).

Las setas tienen un rico simbolismo. Nuestros antepasados los asociaron con la salud y la vitalidad.

Además del sabor, también aportan determinadas cantidades de vitamina PP, B1 y B2.



La carpa (Karp)

La carrera de la carpa en la mesa navideña fue iniciada por Hilary Minc, quien después de la guerra fue, entre otros Ministro de Industria, Ministro de Industria y Comercio, Viceprimer Ministro de Economía. En 1947, el pescado se publicitó con el lema "Carpa en cada mesa de Nochebuena en Polonia".

Este pescado apareció en las mesas festivas y se convirtió en un plato imprescindible.

Las recetas más populares fueron: carpa francesa, carpa en salsa gris y carpa judía.



Las empanidllas de masa hervida – *pierogi*

Un plato obligatorio en la mesa de Nochebuena también son las empanadillas col y setas y un sofrito de cebolla.

Los pierogi son considerados por muchos como un plato típico polaco.

Aún así, es una visita obligada para Navidad.



El bigos

El bigos es un plato polaco, debido a la presencia de carne, que se come más a menudo el primer y segundo día de la Navidad.

Los ingredientes más importantes de los bigos son el chucrut, la col fresca, los hongos y varios tipos de carne.

Los bigos se sirven en tazones de los cuales se llevan las porciones a un plato. Es uno de los platos polacos más característicos.



La pasta con semillas de amapola

La pasta con semillas de amapola es la parte más dulce de la comida navideña. Se prepara con pasta, semillas de amapola dulce y nueces y pasas. Se sirve en un bol o en un plato y a menudo es elegido por los niños.



DEJAR UN PLATO EXTRA EN LA MESA DE NOCHEBUENA

En el pasado, se dejaba un asiento vacío para los muertos. Ahora, está destinado a viajeros o a las personas solitarias

La costumbre de dejar un plato extra en la mesa simboliza la hospitalidad de los polacos.



***NOCHEBUENA EN LA
NUESTRA ESCUELA***



Cada año, la Nochebuena se organiza en las clases de la escuela. ¡Es una gran celebración! Nuestra clase es hermosa y hay un lindo árbol de Navidad. Decoramos el árbol de Navidad con adornos como guirnaldas, bolas y la estrella.



Todos ayudan en la organización. Llevamos pan de jengibre, mandarinas y dulces. Traemos una oblea navideña y la compartimos. Le damos regalos a nuestros amigos. Cantamos villancicos y canciones navideñas, disfrutamos de este tiempo juntos.



***EL FIN DE NOCHEBUENA -
PASTERKA***



En Polonia, la celebración de Nochebuena termina con una misa de medianoche llamada en polaco – Pasterka.

Según la tradición, se trata de una misa que conmemora la llegada a Belén de los pastores que fueron los primeros en rendir homenaje al Cristo recién nacido.

Se cantan villancicos durante la Pasterka (el nombre Pasterka viene de la palabra Pasterz – el pastor).



**¡La clase 2EG les desea
una Feliz Navidad y un
Próspero Año Nuevo!**

Wesolych Świąt!