

**SPOMINI NA BABIČINO KUHINJO /
SJEĆANJA NA BAKINU KUHINJU**

SPOMINI NA BABIČINO KUHINJO / SJEĆANJA NA BAKINU KUHINJU

Pri pripravi kuharske knjige so sodelovale: / U pripremi kuharske knjige sudjelovale su:

Tina Bernik, Ivanka Filipan, Janja Galić, Stanka Herak, Nika Klepec, Agata Klinar Medaković, Kristina Kliner, Alenka Krajač, Ivanka Nikčević, Stanka Novković, Cvijeta Pandol Udiljak, Metka Starič, Marjeta Trkman Kravar

Urednica

Marjeta Trkman Kravar

Recenzentka / Recenzentica

dr. Lea Kužnik, etnologinja / dr. sc. Lea Kužnik, etnologinja

Fotografije

Antun Bukovec in fotografije iz zasebnih arhivov sodelujočih / Antun Bukovec i fotografije iz privatnih arhiva sudionica

Prepis in urejanje besedil / Prijepis i obrada tekstova

Marjeta Trkman Kravar

Prevod v hrvaščino / Prijevod na hrvatski jezik

Marjeta Trkman Kravar

Jezikovni pregled slovenskega besedila / Lektura slovenskoga teksta

Matejka Tirgušek, prof.

Jezikovni pregled hrvaškoga besedila / Lektura hrvatskoga teksta

Dunja Gaj

Oblikovanje in prelom / Oblikovanje i prijelom

Mirna Pavlović

Tisk / Tisak

Intergrafika TTŽ, d. o. o., Klake 7, Zaprešić

Naklada

150

Založnik / Nakladnik

Svet slovenske nacionalne manjšine Mesta Zagreb / Vijeće slovenske nacionalne manjine Grada Zagreba

Slovenski dom Zagreb

CIP Kataložni zapis o publikaciji je dostopen v elektronskem katalogu Narodne in univerzitetne knjižnice v Zagrebu s številko 001284181. / CIP zapis je dostupan u računalnome katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 001284181.

ISBN 978-953-8300-08-0

Vse pravice pridržane. / Sva prava pridržana.

Noben del te knjige ne sme biti objavljen ali fotokopiran brez predhodnega dovoljenja založnika.

/ Niti jedan dio ove knjige ne smije biti objavljen ili fotokopiran bez prethodne suglasnosti nakladnika.

Zagreb, 2025

Spomini
na babičino kuhinjo



Sjećanja
na bakinu kuhinju

Uvod 

Iz zgodovine je dobro znano, da so se ljudje že od nekdaj iz različnih razlogov selili iz enega kulturnega okolja v drugo, pri čemer so novo okolje bogatili s svojim delom, ustvarjalnostjo in življenjskim slogom. Nekateri so se iz domačega kraja preselili le začasno, zaradi izobraževanja ali dela, toda številni posamezniki so se v novem okolju ustalili in se vključili v novo družbo, ne da bi pri tem pozabili na svoje korenine.

Slovenska narodna manjšina na Hrvaškem je ena od 22 narodnih manjšin, zaščitениh od leta 1991 z Ustavo Republike Hrvaške, s čimer ima zagotovljene številne pravne možnosti, ki so povezane z ohranjanjem in spodbujanjem slovenske kulturne in jezikovne identitete.

Glede na popise prebivalstva od leta 1991 do danes se je število pripadnikov slovenske narodne manjšine na Hrvaškem zmanjšalo, žal predvsem zaradi staranja in popolne asimilacije njihovih potomcev. Po podatkih Državnega statističnega urada Republike Hrvaške glede na popis prebivalstva iz leta 2021 v Republiki Hrvaški živi 7729 pripadnikov slovenske narodne manjšine (po popisu prebivalstva iz leta 2011 je na Hrvaškem živel 10 517 Slovencev). Največ Slovencev živi na območju Mestne občine Zagreb, Primorsko-goranske, Istrske, Splitsko-dalmatinske, Međimurske, Zagrebške in Varaždinske županije.

Slovenci in Hrvati živijo že vrsto let v istih državnih tvorbah, vendar je o Slovencih na Hrvaškem znanega malo, ker obstaja med slovensko in hrvaško kulturo, tradicijo in jezikom majhna razlika. Med Slovenci na Hrvaškem je težko določiti, kje se konča slovenstvo in se začne hrvaštvo.

Slovenski dom Zagreb na Masarykovi ulici 13/I je drugi dom nas, Slovencev v Zagrebu. Je prostor druženja, ki že 96 let neguje in ohranja korenine in identiteto Slovencev v Zagrebu. Prostor, kjer Slovenci v Zagrebu čutimo povezanost z domovino, kjer se učimo in negujemo slovenski jezik, kjer se srečujemo s slovenskimi običaji in slovensko kulturno dediščino. Na mnogih dogodkih skozi vse leto med drugim praznujemo slovenske državne praznike in pomembne obletnice, povezane s slovensko zgodovino in kulturo. V okviru Slovenskega doma Zagreb delujejo zelo raznolike dejavnosti, ki so namenjene vsem generacijam pripadnikov slovenske narodne manjšine v Zagrebu. Izdajamo lastno glasilo *Novi odmev* in se ukvarjamo z založništvom. Ena najbolj branih stalnih rubrik v našem glasilu je *Ne pozabimo slovenskih jedi*.

U povijesti je općepoznato i stalno se susrećemo s primjerima kad su se ljudi zbog raznoraznih razloga selili iz jednog kulturnog okruženja i tradicije u drugo te svojim radom, stvaranjem i življenjem obogaćivali to novo okruženje. Neki su se selili samo privremeno radi školovanja ili posla, a mnogi su potom i ostali u tom novom okruženju, integrirali se u novo društvo, ali pritom nisu zaboravili svoje korijene.

Slovenska manjinska zajednica u Hrvatskoj je od 1991. godine jedna od 22 manjinske zajednice koje su zaštićene Ustavom Republike Hrvatske, čime imaju osigurane mnoge zakonske mogućnosti vezane za očuvanje i promociju svoga kulturnog i jezičnog identiteta. Prema popisima stanovništva od 1991. godine do danas, broj se pripadnika slovenske nacionalne manjine smanjio, nažalost najviše zbog starosti i potpune asimilacije njihovih potomaka.

Prema podacima Državnog zavoda za statistiku Republike Hrvatske i prema popisu stanovništva iz 2021. godine u Republici Hrvatskoj živi 7.729 pripadnika slovenske nacionalne manjine (prema popisu stanovništva iz 2011. godine u Hrvatskoj je živjelo 10.517 Slovenaca). Najviše Slovenaca živi na području grada Zagreba, Primorsko-goranske, Istarske, Splitsko-dalmatinske, Međimurske, Zagrebačke i Varaždinske županije.

Slovenci i Hrvati su dugi niz godina bili u istim državnim uređenjima, međutim o Slovincima u Hrvatskoj se malo zna, jer je mala razlika između slovenske i hrvatske kulture, tradicije i jezika. Kod Slovenaca u Hrvatskoj je teško odrediti gdje završava slovenstvo i gdje počinje hrvatstvo.

Slovenski dom Zagreb u Masarykovoj ulici 13/1 je drugi dom nas Slovenaca u Zagrebu. To je mjesto druženja koje već 96 godina njeguje i čuva korijene i identitet Slovenaca u Zagrebu. To je prostor gdje mi Slovenci u Zagrebu osjećamo doticaj s matičnom domovinom, gdje učimo i negujemo slovenski jezik, gdje se susrećemo sa slovenskim običajima i slovenskom kulturnom baštinom. Na brojnim događanjima tijekom cijele godine, između ostaloga, obilježavamo slovenske državne praznike i važne obljetnice vezane za slovensku povijest i kulturu. Unutar Slovenskoga doma djeluju i brojne sekcije koje su namijenjene svim generacijama pripadnika slovenske nacionalne manjine u Zagrebu. Izdajemo svoje glasilo *Novi odmev* i bavimo se izdavaštvom. Jedna od vrlo čitanih stalnih rubrika u našem glasilu je *Ne zaboravimo slovenska jela*.

Na skupnih druženjih v Slovenskem domu Zagreb se velikokrat pogostimo s slovenskimi tradicionalnimi jedmi, ki jih po slovenskih običajih in receptih pripravljajo naše članice. Ker so njihove korenine iz različnih gastronomskih regij Slovenije, je izbor jedi in sladic zelo raznolik in vedno bogat. Sčasoma so k pestrosti jedi prispevali tudi različni kulturni vplivi iz okolja, v katerem živimo, zato na naših jedilnikih najdemo tudi jedi iz zagrebške, *purgerske* kuhinje.

Ideja o pisanju te knjige se je v meni porajala že dolgo. Ampak saj veste, kako je to z idejami. Precej vsakdanjih obveznosti, čas, ki prehitro beži. A končno nam je uspelo. Članice Slovenskega doma Zagreb smo zbrale majhen delček slovenske kulinarične dediščine in zapisale 60 receptov. Ohranile smo nekatere pogovorne izraze (npr. *oma, nona, dedí*) zaradi vzpostavljenega čustvenega odnosa do jedi.

Da naši tradicionalni slovenski in družinski recepti ne bodo šli v pozabo, naj bo ta knjiga začetek ali zadnji trenutek. Predvsem pa povabilo k sukanju kuhalnice in druženju ob jedeh z okusom po otroštvu in Sloveniji.

Marjeta Trkman Kravar

Na mnogim okupljanjima u Slovenskom domu Zagreb često se počastimo i slovenskim tradicionalnim jelima, koje prema slovenskim običajima i receptima pripremaju naše članice. Kako su njihovi korijeni iz različitih gastronomskih regija Slovenije, tako je izbor jela i slastica drukčiji i uvijek bogat. Tome su tijekom vremena pridonijeli i različiti kulturni utjecaji iz okruženja u kojem živimo, pa se tako na našim jelovnicima nađu i jela zagrebačke *purgerske* kuhinje.

Ideja o pisanju ove knjige rađala se u meni već duže vrijeme. No znate kako to ide sa idejama. Puno svakodnevnih obaveza, malo vrijeme prebrzo leti. I konačno smo uspjele. Članice Slovenskog doma Zagreb skupile smo tek mali dio slovenske kulinarske baštine, zapisale smo 60 recepata. Zbog uspostavljenog emocionalnog odnosa s hranom sačuvali smo i neke svakodnevne izraze (npr. *oma, nona, dedi*,...).

Da ne bi naši slovenski tradicionalni i obiteljski recepti otišli u zaborav, neka ova knjiga bude početak ili zadnji trenutak. Prije svega, poziv na okretanje kuhačom i druženje uz jela s okusom djetinjstva i Slovenije.

Marjeta Trkman Kravar

Knjiga *Spomini na babičino kuhinjo* je plod terenskega zbiranja receptov in načinov priprave različnih vsakdanjih in prazničnih slovenskih jedi, ki jih še danes pripravlja slovenska narodna manjšina na Hrvaškem, ki se združuje v Kulturno-prosvetnem društvu Slovenski dom Zagreb. To je prostor navdiha in ohranjanja slovenske identitete ter kulture in načina življenja Slovencev, živečih v Zagrebu in okolici.

Nastala kuharska knjiga se od običajnih kuharskih knjig loči po tem, da so v njej svoj prostor za predstavitev dobile avtorice oz. zbirateljice receptov, a tudi osebni spomini, povezani z njihovim izborom jedi. O jedeh, ki so pogosto poimenovane tudi s pogovornimi izrazi, bralec ne izve le zanimivosti o njih, ampak dobi tudi različne nasvete za pripravo, dekoracijo, serviranje.

Zbrani recepti predstavljajo kulinarčno dediščino posameznih družin, ki jih povezujejo spomini na vonje in okuse iz otroštva, počitnice pri babicah in dedkih, začinjenih z veliko mero ljubezni do kuhanja, tradicije in spoštovanja do hrane. To je bogastvo, ki se prenaša iz roda v rod.

V Sloveniji imamo 24 gastronomskih regij z več kot 430 značilnimi jedmi in pijačami. Zbrane jedi z recepti so iz različnih slovenskih gastronomskih regij, od Prekmurja, Štajerske, Koroške, Zgornje Savinjske doline, Dolenjske in Kočevske, Bele krajine, Gorenjske, Ljubljane z okolico do Brkinov, Vipavske doline, doline Soče in slovenske Istre. Odvisno od tega, od kod družina prihaja.

Vse jedi so del identitete posameznih družin. Jedi so zelo različne, od juh in enolončnic, močnatih, zelenjavnih, mesnih, mlečnih jedi do sladic in peciva. Pa tudi posebne družinske specialitete z duhovitimi poimenovanji, kot so damski krofki, nagajivčki, fernandeljčki, veseli kolač, zamorec v srajci in dedijeva limonina torta. Prav tako ne manjka učinkovit recept za štajersko kislo juho, ki se uživa (tudi) za zdravljenje »mačka« po prekrokani noči.

Vsakdanje jedi so preproste in hitro pripravljene, medtem ko so praznične povezane s pričakovanjem točno določenih prazničnih jedi. Za veliko noč so to različne potice, pince in aleluja, jed iz suhih repnih olupkov, ki jo pripravljajo v spomin na čase hude lakote. Ali pa magični božični kruh poprtnik, v obliki hlebca, okrašenega s testenimi okraski, ki je svoje ime dobil po načinu hranjenja – na mizi, pokrit s prtom. Vsak družinski član je bil deležen kosa tega kruha, saj so verjeli, da pozitivno vpliva na človekovo zdravje in blagostanje v prihodnjem letu. Košček poprtnika so dobile tudi vse živali, ki so bile pri hiši, razen kokoši, saj se kruh ni smel metati po tleh.

Knjiga *Sjećanja na bakinu kuhinju* rezultat je terenskog prikupljanja recepata i načina pripreme raznih svakodnevnih i svečanih slovenskih jela, koja i danas priprema slovenska manjinska zajednica u Hrvatskoj, a ujedinjuje se u Kulturno-prosvjetnom društvu Slovenski dom Zagreb. To je mjesto nadahnuća i očuvanja slovenskog identiteta, kulture i načina života Slovenaca koji žive u Zagrebu i okolici.

Nastala kuharska knjiga razlikuje se od običnih kuharskih knjiga po tome što daje prostor za predstavljanje autorica odnosno sakupljačica recepata, kao i osobnim sjećanjima vezanim uz njihov odabir jela. Čitatelj ne samo da sazna je zanimljivosti o jelima, koja su često imenovana svakodnevnim izrazima, već dobiva i razne savjete za pripremu, ukrašavanje i posluživanje.

Prikupljeni recepti predstavljaju kulinarsku baštinu pojedinih obitelji, povezanu sjećanjima na mirise i okuse djetinjstva, praznika provedenih kod baka i djedova začinjenu velikom dozom ljubavi prema kuhanju, tradicijom i poštovanjem prema hrani. To je bogatstvo koje se prenosi s koljena na koljeno.

Slovenija ima 24 gastronomske regije s više od 430 tipičnih jela i pića. Prikupljena su jela s receptima iz različitih slovenskih gastronomskih regija, od Prekmurja, Štajerske, Koruške, Gornje Savinjske doline, Dolenjske i Kočevske, Bele krajine, Gorenjske, Ljubljane i okolice do Brkina, Vipavske doline, doline Soče i slovenske Istre. Ovisi odakle obitelj dolazi.

Sva su jela dio identiteta pojedinih obitelji. Vrlo su raznolika: od juha i variva, kaša od žitarica, povrtnih, mesnih, mliječnih jela, do slastica i peciva. Kao i posebni obiteljski specijaliteti s duhovitim nazivima, poput damski krafni, nagajivčki, fernandeljčki, veseli kolač, crnac u košulji i djedove torte od limuna. Isto tako ne nedostaje učinkovit recept za štajersku kiselu juhu, koja se uživa (i) za liječenje „mamurluka“ nakon neprospavane noći.

Svakodnevna jela jednostavna su i brza za pripremu, dok se svečana vežu uz iščekivanje točno određenih svečanih jela. Za Uskrs su to razne potice, pince i aleluja, jelo od sušenih kora repe, koje se priprema u spomen na vremena teške gladi. Ili čarobni božićni kruh - poprtnik - okruglog oblika, ukrašen ukrasima od tijesta, koji je ime dobio po načinu na koji se čuvao – na stolu, prekriven stolnjakom-prtom. Svaki član obitelji dobio je komadić ovog kruha, jer su vjerovali da pozitivno utječe na zdravlje i dobrobit ljudi u nadolazećoj godini. Sve životinje u kući također su dobile komadić poprtnika, osim kokoši, jer se nije smjelo kruh bacati na pod.

Poseben pomen ima tudi na evropski ravni zaščiten receptura in tradicionalni način priprave belokranjske pogače, ki je jed, s katero se gostu izrazi dobrodošlica. Tega prazničnega kruha se nikoli ne reže, ampak lomi.

Ob rojstvu pa so porodnice za povrnitev moči uživale trjet, v sladkano vino namočen kruh.

Knjiga ponuja odličen vpogled v lonce in pekače družinskih kuhinj Slovencev, živečih v Zagrebu in okolici v preteklosti in sodobnosti. Torej kaj vse se je kuhalo, peklo, cvrlo in dušilo ob vsakdanjkih in praznikih.

Zbrani recepti v knjigi pripovedujejo osebne zgodbe, družinske zgodbe, ki jih z vso skrbnostjo in spoštovanjem do lastne družinske dediščine negujejo, pripravljajo in prenašajo na naslednje rodove Slovenci, živeči v Zagrebu in okolici. S pripravo slovenskih tradicionalnih jedi se izraža družinska pripadnost in pripadnost slovenskemu narodu.

Knjiga je namenjena vsem, ki v domačem ali profesionalnem okolju ustvarjajo gastronomske zgodbe za družine, domače ali tuje goste. Naj služi kot navdih in inspiracija za oblikovanje novih, sodobnih gastronomskih zgodb in doživetij.

Hrana povezuje ljudi in zagotavlja njihov obstoj. Ob hrani se sklepajo prijateljstva, ljubezni, zavezništva, pomembne odločitve. Hrana nas povezuje z ljudmi, dogodki, prostori in različnimi časi ter pripoveduje zgodbe vsakdanjega in prazničnega načina življenja. Vseh nas, ne glede na to, od kod prihajamo in kje živimo.

*dr. Lea Kužnik, etnologinja
Biotehniški izobraževalni center Ljubljana
Višja strokovna šola*

Posebno značenje na europskoj razini ima zaštićeni recept i tradicionalna metoda pripreme belokranjske pogače, jela dobrodošlice. Ovaj svečani kruh se nikad ne reže, već lomi.

Rodilje bi nakon rađanja, da bi povratile snagu, jele trjet, kruh namočen u zaslađenom vinu.

Knjiga nudi izvrstan uvid u lonce i pekače obiteljskih kuhinja Slovenaca koji žive u Zagrebu i okolici, u prošlosti i sadašnjosti. Dakle, što sve se kuhalo, peklo, pržilo i pirjalo u svakodnevnim prigodama i blagdanima.

Recepti prikupljeni u knjizi pričaju osobne i obiteljske priče, koje Slovenci u Zagrebu i okolici, pripremaju i prenose budućim generacijama sa svom dužnom pažnjom i poštovanjem prema vlastitoj obiteljskoj baštini. Priprema slovenskih tradicionalnih jela izražava obiteljsku pripadnost i pripadnost slovenskom narodu.

Knjiga je namijenjena svima koji stvaraju gastronomske priče za obitelji, domaće ili strane goste, u domaćem ili profesionalnom okruženju. Neka posluži kao nadahnuće i motivacija za stvaranje novih, suvremenih gastronomskih priča i iskustava.

Hrana povezuje ljude i osigurava im egzistenciju. Prijateljstva, ljubavi, savezi, važne odluke donose se uz hranu. Hrana nas povezuje s ljudima, događajima, mjestima i različitim vremenima te priča priče o svakodnevnom i svečanom načinu života. Svih nas, bez obzira odakle dolazimo i gdje živimo.

*dr. sc. Lea Kužnik, etnologinja
Biotehnički obrazovni centar Ljubljana
Viša škola za strukovne studije*



Rada bi se zahvalila ne le Svetu slovenske nacionalne manjšine Mesta Zagreb, ki mi je zaupal pripravo kuharske knjige, ki jo držite v rokah, ampak tudi vsem sodelujočim, članicam Slovenskega doma Zagreb, ki so s svojimi recepti, zanimivimi družinskimi zgodbami in pripravo jedi na kuharski delavnici prispevale k nastanku te dragocene knjige kot svojevrstne dediščine Slovencev, živečih v Zagrebu in okolici.

Zahvaljujem se Karmeli Karlović iz Kuhaone, prostora, v katerem so sodelujoče pripravljale jedi po družinskih receptih. Karmela Karlović nam je pomagala z dragocenimi nasveti in idejami za aranžiranje že pripravljenih jedi in sladic, tako da so nastale čudovite fotografije.

Posebej se zahvaljujem dr. Lei Kužnik, etnologinji iz Slovenije, ki se je z vsem srcem lotila recenzije knjige *Spomini na babičino kuhinjo*.

Marjeta Trkman Kravar



Na kulinarični delavnici v Kuhaoni aprila 2025 / Na kuharskoj rad
Cvijeta Pandol Udiljak, Tina Bernik, Agata Klinar Medaković, Stanka

Želim zahvaliti ne samo Vijeću slovenske nacionalne manjine Grada Zagreba koji mi je povjerio stvaranje kuharske knjige, a koju držite u rukama, nego i svim sudionicama, članicama Slovenskog doma Zagreb, koje su svojim receptima, zanimljivim obiteljskim pričama te pripremom jela na kuharskoj radionici doprinijele nastanku ove vrijedne knjige, kao svojevrsne baštine Slovenaca koji žive u Zagrebu i okolici.

Zahvaljujem Karmeli Karlović iz Kuhaone, prostora u kojem su sudionice pripremale jela po obiteljskim receptima. Karmela Karlović pomogla nam je sa vrijednim savjetima i idejama za aranžiranje gotovih jela i slastica, tako su nastale divne fotografije.



Posebno zahvaljujem dr. sc. Lei Kužnik, etnologinji iz Slovenije koja se svim srcem prihvatila recenzije knjige *Sjećanja na bakinu kuhinju*.

Marjeta Trkman Kravar

radionici u Kuhaoni, u travnju 2025.: Marjeta Trkman Kravar, Alenka Krajač, Novković, Stanka Herak, Ivanka Filipan (z leve/s lijeva).

Recepti 



Tina Berrick je rojena v Kranju. Svoje otroštvo in mladost je preživela v vasici Godešič pri Škofji Loki. Po končani škofjeloški gimnaziji je odšla na študij v Ljubljano, kjer je diplomirala iz slovenskega in latinskega jezika. Že v času študija je začela delati v tiskanih medijih, sprva kot lektorica, nato kot novinarka. Novinarstvo je ostalo del njenega poklicnega življenja tudi po selitvi v Zagreb leta 2016, kjer živi s partnerjem in hčerko. Zadnja leta je dopisnica Slovenske tiskovne agencije iz Zagreba, za katero pokriva dogajanja na Zahodnem Balkanu. Pri kuhanju najraje poseže po italijanskih receptih, rada pa skuha tudi katero od enostavnejših gorenjskih jedi, medtem ko pripravo štrukljev še vedno prepušča mami.



Tina Berrick rođena je u Kranju, a djetinjstvo i mladost provela je u selu Godešič nedaleko od Škofje Loke. Nakon završetka gimnazije u Škofjoj Loki otišla je studirati u Ljubljani, gdje je diplomirala slovenski i latinski jezik. Još kao studentica počela je raditi u tiskanim medijima, kao lektorica, a zatim kao novinarka. Novinarstvo je ostalo dio njezine karijere i nakon preseljenja u Zagreb 2016. godine, gdje živi s partnerom i kćeri. Posljednjih godina dopisnica je Slovenske tiskovne agencije iz Zagreba, prateći događanja na zapadnom Balkanu. U kuhanju preferira talijanske recepte, ali voli kuhati i neka od jednostavnijih jela iz Gorenjske, dok pripremu štrukli ipak prepušta majci.

Čemaževa juha



Čemaž ali gozdni česen je divja rastlina, ki raste v senčnatih predelih med marcem in junijem. Pogosto ga je mogoče najti ob potokih. Pri nabiranju je treba biti previden, da se ga ne zamenja s strupenimi šmarnicami. Je izjemno zdravilna rastlina, iz katere lahko med drugim pripravimo tudi okusno kremno juho. Čemaževa juha je postala del mojega jedilnika v kasnejših letih, za to pa je odgovorna sestra, ki vsako leto redno nabira čemaž. Sama čemaž nabiram, kadar si med obiskom domačih na Gorenjskem za to vzamem čas, sicer pa ga dobim od sestre. Liste čemaža lahko zamrznemo kar cele, lahko pa jih zmeljemo in zamrznemo zmlete. Priprava čemaževe juhe je preprosta kot priprava vseh podobnih kremnih juh. Čemaževa juha je v spomladanskem času, ko raste čemaž, v naših krajih precej priljubljena, velja pa tudi za zelo zdravo.

Sestavine

1,5 litra jušne osnove, 1 čebula, 2 krompirja, šop čemaža, sol in poper po želji, kisle ali sladke smetane

Priprava

Čebulo drobno sesekljamo in popražimo na olju. Dodamo grobo sesekljan čemaž in na manjše kocke narezan krompir. Zalijemo z jušno osnovo ali vodo, v kateri raztopimo jušno kocko. Solimo in popramo ter kuhamo, dokler krompir ni kuhan. Zmešamo s paličnim mešalnikom, da dobimo gosto juho, in dodamo kisle ali sladke smetano.



Krem juha od medvjedeg luka

Medvjedi luk je samonikla biljka koja raste u sjenovitim područjima između ožujka i lipnja. Često se može naći uz potoke, ali pazite da je ne zamijenite s otrovnim đurdicama. Iznimno je zdrava biljka, od koje možemo napraviti, između ostalog, ukusnu krem juhu. Krem juha od medvjedeg luka postala je dio mog jelovnika u kasnijim godinama, a za to je zaslužna moja sestra koja redovito svake godine bere medvjedi luk. Medvjedi luk berem i sama kad za to odvojim vrijeme dok posjećujem obitelj u Gorenjskoj ili ga dobijem od sestre. Lišće medvjedeg

luka može se zamrznuti cijelo, može ga se samljati i smrznuti mljevenog, a priprema juhe je jednostavna kao i priprema sličnih krem juha. Priprema krem juhe od medvjedeg luka je prilično popularna u našim krajevima, pogotovo u proljeće kad medvjedi luk raste, a smatra se i vrlo zdravom.

Sastojci

1,5 litre jušnog temeljca, 1 luk, 2 krumpira, vezica medvjedeg luka, sol i papar po ukusu, kiselo ili slatko vrhnje

Priprema

Luk sitno nasjeckamo i popržimo na ulju. Dodamo grubo nasjeckani medvjedi luk i krumpir narezan na kockice. Dodamo jušni temeljac ili vodu u kojoj smo otopili kocku za juhu. Začinimo solju i paprom te kuhamo dok se krumpir ne skuha. Izmiksamo štapnim mikserom da dobijemo gustu juhu i dodamo kiselo ili slatko vrhnje.



Kašnica



Tako kot medla je bila tudi kašnica vedno del mojega otroštva. Rada jo imam ravno toliko kot sirove štruklje, iz katerih je narejena. Kašnico si je, kakor mi je povedala mama, izmislila stara mama in ne gre za tipično škofjeloško ali gorenjsko jed. Lahko bi rekli, da gre za nekakšno družinsko različico juhe s sirovimi štruklji, vendar je jed veliko gostejša, saj ji dodajamo proseno kašo, predtem kuhani sirovi štruklji v juhi pa so že napol razpadli. Stara mama je kašnico delala iz koncev skuhanih sirovih štrukljev, ki so bili »preslabi« za štruklje, vendar to ne pomeni, da je kašnica od njih slabša, sploh če sodim po tem, kako hitro izgine, kadar je na voljo. Jemo jo kot samostojno jed, in sicer za kosilo ali večerjo (ali vmes), ne pa kot predjed ali prilogo, za zajtrk je preveč nasitna.

Sestavine

2 litra vode, sol, 75 g prosene kaše, sirovi štruklji

Priprava

Sirove štruklje skuhamo v osoljeni vodi, ne da bi jih prej ovili v krpo. Ko so kuhani, štruklje odstranimo iz lonca in jih narežemo na približno dva centimetra debele rezine. V lonec z vodo, v kateri so se kuhali štruklji, damo proseno kašo. Po 20 minutah kuhanja v vodo dodamo še štruklje in še enkrat kratko pokuhamo.





Kao i medla, kašnica je dio mog djetinjstva, a volim je jednako kao i štrukle od svježeg sira od kojih se radi. Kašnicu je, kako mi mama kaže, izmislila moja baka i nije tipično škofjeloško ili gorenjsko jelo. Moglo bi se reći da je to svojevrsna obiteljska verzija juhe od štrukli od svježeg sira, ali je puno gušća, jer u nju dodajemo kašu od prosa, a štrukli u juhi su već napola raspadnuti. Baka je kašnicu radila od okrajaka kuhanih štrukli od svježeg sira, koji su bili „preslabi“ za štrukle, ali to ne znači da je kašnica išta lošija od njih, pogotovo sudeći po tome koliko

brzo nestane kad je dostupna. Jedemo je kao samostalno jelo za ručak ili večeru (ili između), a ne kao predjelo ili prilog, a za doručak je prezasitna.

Sastojci

2 litre vode, 75 g kaše od prosa, štrukli od svježeg sira

Priprema

Štrukle od svježeg sira skuhaite u slanoj vodi, bez prethodnog zamatanja u krpu. Kad se skuhaaju, izvadite štrukle iz lonca i narežite ih na ploške debljine oko 2 centimetra. Kašu od prosa dodajte u lonac s vodom u kojoj su se kuhali štrukli. Nakon 20 minuta kuhanja dodajte štrukle u vodu i još jednom kratko prokuhaite.



Medla prihaja s škofjeloškega območja. Gre za močnato in nasitno jed, ki se običajno je za zajtrk. Recept za pripravo medle ni zahteven in se prenaša iz roda v rod. Medla me je spremljala celotno otroštvo, mama jo je, tako kot njena mama pred njo, najpogosteje pripravljala ob koncih tedna. Sobotna ali nedeljska jutra sem prav zaradi medle težko čakala, saj sem jo tako kot sestra oboževala in jo še vedno obožujem. Njena priprava je enostavna. Ocvirki, popraženi na masti, ali sladka smetana, ki smo jo pokuhali, so njen nujni dodatek, saj je medla brez zabele kot čokolada brez sladkorja. Ko je še vroča oziroma topla, se najpogosteje je sama. Ko se ohladi in postane trša, jo nekateri zalijejo s toplim mlekom. Ko sem dobila hčerko, sem medlo začela pripravljati tudi sama. Hčerka je po navdušenju v prvih letih svojega življenja veselje do nje izgubila, vendar upam, da ga bo spet našla in nadaljevala tradicijo kuhanja te jedi tudi sama.

Sestavine za 4 osebe

1,5 litra vode, 50 g prosene kaše, 20 g moke (oz. po potrebi), sladka smetana ali ocvirki z mastjo, sol, mleko

Priprava

Kašo operemo in jo v rahlo osoljeni vodi kuhamo približno 20 minut. Počasi dodajamo moko in mešamo s kuhalnico. Kuhamo, dokler se jed ne zgosti. Če je jed pregosta, jo zalijemo z vodo, po okusu lahko dodamo sol. Medlo nadevamo na krožnike in jo zabelimo s popečenimi ocvirki ali sladko smetano, ki smo jo pred tem pokuhali, dokler ni zarumenela. Medlo po želji lahko zalijemo tudi z mlekom.





Medla dolazi iz područja Škofje Loke. To je jako i zasitno jelo koje se obično jede za doručak. Recept za pripremu medle nije kompliciran i prenosio se s koljena na koljeno. Medla me pratila tijekom cijelog djetinjstva, a moja majka, kao i njezina majka prije nje, najčešće je je pripremala vikendom. Jedva sam čekala subotnje ili nedjeljno jutro upravo zbog medle, jer sam je obožavala baš kao što je i moja sestra i ja još uvijek obožavamo. Jednostavna je za pripremu, a čvarci prženi na masti ili slatko vrhnje koje smo prokuhali nužan su preljev, jer medla bez tog dodatka je

kao čokolada bez šećera. Kad je medla još vruća ili topla, najčešće se jede sama, a kad se ohladi i postane tvrđa, neki je prelijevaju toplim mlijekom. Kad sam dobila kćer, počela sam sama pripremati medlu. Nakon oduševljenja u prvim godinama života, moja je kći izgubila veselje prema njoj, ali se nadam da će ga ponovno pronaći i sama nastaviti tradiciju kuhanja ovog jela.



Sastojci za 4 osobe

1,5 litre vode, 50 g kaše od prosa, 20 g brašna (ili po potrebi), slatko vrhnje ili čvarci s masti, sol, mlijeko

Priprema

Kašu operemo i kuhamo u lagano posoljenoj vodi oko 20 minuta. Polako dodajemo brašno i miješamo kuhačom. Kuhamo dok se jelo ne zgusne. Ako je jelo pregusto, dodamo još vode i posolimo po ukusu. Medlu stavimo na tanjure i prelijemo je na masti prženim čvarcima ili slatkim vrhnjem koje smo prethodno kuhali dok ne porumeni. Po želji, medlu možemo preliti i mlijekom.



Drobnjakovi štruklji



so jed, ki se lahko je samostojno, lahko pa jih postrežemo tudi ob omakah. V naši družini jih jemo brez dodatkov, pogosto kar hladne in bolj kot prigrizek. Drobnjakove štruklje rada pripravlja moja mama, obožuje pa jih celotna družina. Del družinskega jedilnika so, odkar pomnim. Na videz so sila preprosti, a za mojstre vlečenega testa ni težka niti njihova priprava. V naši družini jih po navadi jemo brez spremljevalnih jedi oz. kot prigrizek. Lahko se uživajo tudi namesto krompirja, riža, sirovih štrukljev in podobno kot priloga k omakam, a jih sama ne jem z ničimer, razen s solato, saj so dobri že sami po sebi. Odlični so tudi hladni.

Sestavine

350 g moke, 150 ml mlačne vode, 1 do 2 žlici olja, ščepec soli, šop drobnjaka, 1 jajce, maslo, krušne drobtine

Priprava

Najprej pripravimo vlečeno testo. V skledo presejemo moko in v sredino vlijemo olje in mlačno vodo, ki ji dodamo sol. Premešamo s prsti, da nastane grobo testo. Testo gnetemo, dokler ne postane mehko, gladko in elastično. Če je presuho, dodamo še malo vode. Oblikujemo hlebček, ga premažemo z oljem, pokrijemo in pustimo počivati približno eno uro na sobni temperaturi. Spočito testo razvaljamo na pomokanem prtju. Previdno ga raztegujemo s hrbtno stranjo rok, dokler ni dovolj tanko. Ko prekriva željeno površino, običajno mizo, ga prerežemo na polovico. Testo namažemo z razžvrkljanim jajcem in posujemo z drobno sesekljanim drobnjakom. Vsako polovico namazanega testa nato zvijemo v rolco. Iz vsake polovice testa tako dobimo po eno dolgo rolo, ki jo še nekoliko raztegnemo in s tankim porcelanastim krožnikom narežemo na 3 x 3 centimetre velike blazinice. Skuhamo jih v osoljeni vodi. Ko so kuhani, jih odcedimo in zabelimo z na maslu praženimi krušnimi drobtinami.





Štrukli od vlasca

Jelo je koje se može jesti samostalno ili s umacima. U našoj obitelji ih jedemo bez ikakvih dodataka, često hladne i više kao međuobrok. Moja mama voli raditi štrukle od vlasca, a cijela obitelj ih obožava. Dio su obiteljskog jelovnika otkad znam za sebe. Izgledaju vrlo jednostavno, ali za majstore vučenog tijesta njihova priprema nije teška. U našoj obitelji ih obično jedemo bez popratnih jela ili kao svojevrsni međuobrok. Mogu se uživati i umjesto krumpira, riže, štrukli od sira ili slično, kao prilog umacima, ali ja sama ih nikad nisam jela ni s čim osim salatam, jer su tako dobri već sami po sebi. Izvrсни su i hladni.



Sastojci

350 g brašna, 150 ml mlake vode, 1-2 žlice ulja, prstohvat soli, svežanj vlasca, 1 jaje, maslac, krušne mrvice

Priprema

Prvo pripremimo vučeno tijesto. Brašno prosijemo u zdjelu i u sredinu ulijemo ulje i mlaku vodu kojoj dodamo sol. Prstima miješamo da se formira grubo tijesto. Tijesto mijesimo dok ne postane mekano, glatko i elastično. Ako je presuho, dodamo još malo vode. Oblikujemo ga u kuglu, premažemo uljem, pokrijemo i ostavimo da odstoji oko sat vremena na sobnoj temperaturi. Odmoreno tijesto razvaljamo na pobrašnjenom stolnjaku. Pažljivo ga dlanovima i prstima razvučemo dok ne postane tanko. Kad prekrije željenu površinu, obično stol, prerežemo ga na pola. Tijesto premažemo razmućenim jajetom i posipamo sitno nasjeckanim vlascem. Zatim svaku polovicu namašćenog tijesta zarolamo u „roladu“. Tako ćemo od svake polovice tijesta napraviti jednu dugu „roladu“ koju još malo razvučemo i tankim porculanskim tanjurićem izrežemo na jastučiće veličine 3 x 3 centimetra. Skuhamo ih u kipućoj slanoj vodi. Nakon što se skuham, ocijedimo ih i uvaljamo u na maslacu prepržene krušne mrvice.





Ivanka Filipan

Pred vami so recepti za pripravo jedi, ki vas bodo, tisti hip, ko boste v usta nesli prvo žlico, predstavili v drugi čas, v drugo okolje. Ob Ivankinem obujanju spominov na kuhinjo naših babic so se ji v mislih porodili pričujoči recepti za jedi, ki so zelo preproste in skromne. Jedi, ob katerih je odraščala v osrčju Slovenskih goric. Pot jo je s teh gričev odpeljala najprej v Prekmurje, kjer je dobila prvo službo učiteljice v osnovni šoli, potem pa je z učiteljevanjem nadaljevala v Ljubljani. V času političnega preloma v naših krajih se je nenačrtovano znašla na Hrvaškem in se zaposlila na slovenskem veleposlaništvu v Zagrebu, na katerem je službovala več kot trideset let. Med številnimi močnimi vezmi, ki jo povezujejo z domovino, je zagotovo tudi kulinarika oziroma jedi, zato tudi sama skuša prenesti in deliti z drugimi okuse slovenske kuhinje. Za toplo in omamno dišeče vzdušje v njeni družini poskrbi vonj po doma pečenem kruhu. Vse jedi pripravlja z ljubeznijo in dušo, zato so tako zelo okusne.



Ivanka Filipan

Pred vama su recepti za pripremu jela, koja će vas u trenutku prenijeti u neko drugo vrijeme, u neko drugo okruženje čim budete stavili prvu žlicu u usta. Pripremajući uspomene na kuhinju naših baka, Ivanki su na pamet pali sljedeći recepti za jela koja su vrlo jednostavna i skromna, jela s kojima je odrasla u srcu Slovenskih Gorica. Put iz rodnog kraja odveo ju je najprije u Prekmurje, gdje je dobila svoj prvi posao učiteljice u osnovnoj školi, a zatim je nastavila učiteljsku karijeru u Ljubljani. Tijekom političkih previranja na ovim prostorima, neočekivano se našla u Hrvatskoj i zaposlila se u slovenskom Veleposlanstvu u Zagrebu, gdje je radila više od trideset godina. Među ostalim snažnim vezama koje je povezuju s domovinom svakako je kuhinja odnosno jela, zbog čega i sama pokušava prenijeti i podijeliti okuse slovenske kuhinje s drugima, a miris domaćega kruha pruža toplu i opojnu atmosferu u njenoj obitelji. Sva jela priprema s ljubavlju i dušom, stoga su i tako ukusna!

Bujta repa



Bujta repa je priljubljena narodna jed, ki se tradicionalno pripravlja v času kolin. Velja za prekmursko jed, ker pa segajo korenine moje mame v Prekmurje, smo jo kuhali tudi pri nas v Slovenskih goricah. Pripravimo jo iz preprostih domačih sestavin – kisle repe, svinjskih kosti in prosene kaše.

Sestavine (za 8 oseb)

1,5 do 2 kg svinjskih kosti (mesnato hrbtišče), 2 kg kisle repe, kumina v zrnju, lovorjev list, poper v zrnju, 150 g prosene kaše, 2 žlici svinjske masti, velika čebula, 2 do 3 stroki česna, 4 žlice moke, žlička sladke mlete rdeče paprike

Priprava

V lonec z vodo damo kuhat svinjske kosti. Kosti, ki jih voda mora v celoti prekriti, kuhamo približno pol ure. Čas kuhanja je odvisen od količine mesa na kosteh. Dodamo sol, ščepec kumine v zrnju, lovorjev list in strt poper. Kislo repo po potrebi speremo v hladni vodi, če se nam zdi preveč kislja, in jo dodamo v lonec, v katerem se kuhajo kosti. Po potrebi dodamo vodo in sol ter kuhamo na srednji temperaturi še kakšne pol ure. Ko je repa že skoraj kuhana in meso odstopa od kosti, dodamo oprano proseno kašo, ki jo posipamo po površini repe in je ne vmešamo, saj se rada oprime dna. Medtem ko čakamo, da so sestavine kuhane, naredimo prežganje. V ponvi segrejemo mast, na kateri posteklenimo drobno sesekljano čebulo. Dodamo moko, ki



Bujta repa (Varivo od Kisele repe)

Bujta repa popularno je nacionalno jelo koje se tradicionalno priprema za vrijeme kolinja. Smatra se prekmurskim jelom, ali budući da su korijeni moje majke u Prekmurju, kuhali smo ga i kod nas u Slovenskim Goricama. Priprema se od jednostavnih lokalnih sastojaka – ukiseljene repe, svinjskih kostiju i prosene kaše.



Sastojci (za 8 osoba)

1,5-2 kg svinjskih kostiju (mesnata leđa), 2 kg ukiseljene repe, sjemenke kima, lovorov list, papar u zrnu, 150 g prosene kaše, 2 žlice masti, veliki luk, 2-3 češnja češnjaka, 4 žlice brašna, žličica slatke mljevene crvene paprike

Priprema

U lonac s vodom stavimo kuhati svinjske kosti. Kosti, koje trebaju biti potpuno prekrivene vodom, kuhamo oko pola sata, ovisno o količini mesa na kostima. Dodamo sol, prstohvat kima, lovorov list i zdrobljen papar u zrnu. Ukiseljenu repu po potrebi isperemo u hladnoj vodi ukoliko nam se čini prekiselom i dodamo u lonac u kojem se kuhaju kosti. Po potrebi dodamo vodu i sol te kuhamo na srednjoj temperaturi još pola sata. Kad je repa gotovo kuhana i meso se počinje odvajati od kosti, dodamo opranu prosenu kašu, koju posipamo po površini repe i ne miješamo, jer se zna zalijepiti za dno. Dok da se sastojci skuhamo, napravimo zapršku. Zagrijemo mast u tavi i popržimo sitno nasjeckani luk. Dodamo brašno, miješamo bez prestanka dok ne porumeni. Na kraju dodamo žličicu



jo med nenehnim mešanjem zlato rjavo prepražimo. Na koncu dodamo še žličko mlete sladke rdeče paprike. Zalijemo s približno pol litra mlačne vode in na gosto prevremo. Prežganje vsujemo v lonec z repo in premešamo ter dodamo sesekljan česen. Popopramo, po potrebi dosolimo in počakamo, da se jed zgosti, ter dodamo še malo vode, saj bujta repa ne sme biti preveč gosta.

Nasvet

Bujta repa se pripravi v večji količini, saj zanjo velja – čim večkrat jo pogreješ, boljša je!

Zanimivost

Kisla repa je vsekakor dobrodošla na našem jedilniku, saj zaradi svojih hranil ugodno vpliva na imunski sistem. Je hranilno zelo bogata, hkrati pa ima nizko energijsko vrednost, zaradi česar je pomemben sestavni del pestre in uravnotežene prehrane.



mljevene slatke crvene paprike. U zapršku ulijemo oko pola litre mlake vode i pustimo da zavrije. Zapršku ulijemo u lonac s repom, promiješamo i dodamo nasjeckani češnjak. Začinimo paprom, po potrebi posolimo i pričekamo da se jelo zgusne, dodajući još malo vode, jer bujta repa ne smije biti pregusta.

Savjet

Bujta repa priprema se u većim količinama, jer pravilo je – što je više puta podgrijavamo, to je bolja!

Zanimljivost

Ukiseljena repa je svakako dobrodošla na našem jelovniku, jer zbog tvari koje sadrži, blagotvorno djeluje na imunološki sustav. Vrlo je bogata hranjivim tvarima, ali istovremeno ima nisku energetska vrijednost, što je čini važnom komponentom raznolike i uravnotežene hrane.



Štajerska kislja juha



Kislja juha je na Štajerskem nepogrešljiva preprosta jed, saj se z njo običajno začenja dan. Postreže se kot samostojna jed s kosom domačega kruha, če pa želimo res nasiten zajtrk, jo postrežemo z ajdovimi ali koruznimi žganci. Za pripravo te juhe je pomembno, da imamo sveže svinjske nogice, domač jabolčni kis in zaseko. Danes kisljo juho gospodinje pripravljajo s kuhanim krompirjem, z ajdovo ali s proseno kašo, izvirna kislja juha pa se je pripravljala s kuhanimi svinjskimi nogicami, ki so narezane na manjše kose. Če jo boste pripravili s svinjskimi nogicami, naj vam jih mesar z žagico čim bolj drobno nažaga, pri sekanju namreč rade ostanejo drobne ostre kosti. Da prihranimo čas oziroma skrajšamo čas priprave tega zajtrka, nogice skuhamo dan prej, in to do mehkega (približno uro ali več), potem gre meso brez težav od kosti. V vodo, v kateri se kuhajo nogice, dodamo jušno zelenjavo, strok česna, poper v zrnju in posolimo. Kuhane nogice shranimo na hladnem, kjer počakajo na uporabo naslednji dan.

Sestavine (za 4 osebe)

700 g narezanih svinjskih nogic, 1 korenček, 1 peteršiljeva korenina, listi peteršilja, pol čebule, 2 stroka česna, 2 do 3 krompirji, ščepec kumine v zrnju, lovorjev list, poper v zrnju, sol, nekaj žlic jabolčnega kisa, dve veliki žlici moke, zvrhana žlica zaseke



Štajerska kisela juha

Kisela juha je neizostavno jednostavno jelo u Štajerskoj, jer obično s njom počinje dan. Poslužuje se kao samostalno jelo s komadom domaćeg kruha, ili, ako želite, zaista zasitan doručak, poslužuje se s heljdinim ili kukuruznim žgancima. Za pripremu ove juhe važno je imati svježe svinjske nogice, domaći jabučni ocet i kosanu svinjsku mast.



Danas je domaćice pripremaju s kuhanim krumpirom, heljdom ili kašom od prosa, dok se originalna kisela juha pripremala s kuhanim svinjskim nogicama, koje se režu na manje komade. Ako ćete je pripremati sa svinjskim nogicama, neka ih mesar što sitnije prepili pilom, jer pri sjeckanju znaju ostati male oštre kosti. Da bismo uštedjeli vrijeme pripreme ovog doručka, nogice skuhamo dan prije dok ne omekšaju (oko sat vremena ili više), kako bi se meso lako odvajalo od kostiju. U vodu u kojoj se kuhaju nogice dodamo povrće za juhu, češanj češnjaka, papar u zrnju i sol. Kuhane nogice čuvamo na hladnom mjestu, gdje će se koristiti sljedeći dan.

Sastojci (za 4 osobe)

700 g narezanih svinjskih nogica, 1 mrkva, 1 korijen peršina, listovi peršina, pola luka, 2 češnja češnjaka, 2-3 krumpira, prstohvat sjemenki kima, lovorov list, papar u zrnju, sol, nekoliko žlica jabučnog octa, dvije velike žlice brašna, vrhom puna žlica zaseke (kosane svinjske masti)

Priprava

V lonec nalijemo vodo, dodamo na plošči popečeno čebulo, dva stroka česna, lovorjev list, kumino v zrnju, strt poper, na manjše kocke narezan krompir in posolimo ter pustimo, da zavre. Ko je krompir skoraj kuhan, dodamo kuhane svinjske nogice in pustimo na zmernem ognju, da jed vre.

Med tem pripravimo podmet iz vode, kisa in moke. V kozico damo mlačno vodo, primešamo kis (količina je odvisna od kislosti kisa). Mešanico vode in kisa poskusimo z žličko, in ko je dovolj kislja za naš okus, dodamo krušno moko (danes jo gospodinje nadomestijo z gladko) in jo z metlico gladko razmešamo. Lepo tekoči podmet počasi vlivamo v juho in ves čas mešamo, da se ne napravijo grudice.

Zaseko raztopimo, da zacvrči, in vročo vlijemo v juho. Premešamo, po potrebi dosolimo in dodamo vegeto. Po potrebi dodamo še žlico ali dve kisa. Toplo postrežemo s kosom domačega rženega kruha ali z žganci.

Namig

Če pripravljamo kislo juho brez svinjskih nogic, zakuhamo samo krompir ali namesto krompirja dodamo oprano ajdovo ali proseno kašo. Je prav tako odlična!

Zanimivost

Kisla juha še posebej tekne po prekrokani noči. Če je le mogoče, »mačka« zaradi nezmerne uživanja alkohola ne preganjajte s tabletami, saj z njimi le še bolj obremenite organizem, predvsem želodec, ki je že tako preveč razdražen. Kisla juha za dan potem je odlično naravno zdravilo!



Priprema

U lonac ulijemo vodu, dodamo na ploči prepečeni luk, dva češnja češnjaka, lovorov list, sjemenke kima, mljeveni papar, na manje kocke narezani krumpir, sol te pustimo da zavri. Kad je krumpir gotovo kuhan, dodamo kuhane i od kosti očišćene svinjske nogice i pustimo da vrije na laganoj vatri.

U međuvremenu pripremimo mješavinu vode, jabučnog octa i brašna. U lončić ulijemo mlaku vodu, umiješamo ocat (količina ovisi o kiselosti octa). Žlicom kušamo mješavinu vode i octa i kad nam je dovoljno kisela, dodamo brašno za kruh (danas ga domaćice zamjenjuju glatkim brašnom) i promiješamo pjenjačom u glatku smjesu. Tu smjesu polako ulijemo u juhu, neprestano miješajući kako bismo spriječili stvaranje grudica.

Otopimo zaseku (kosanu svinjsku mast) dok ne zacvrči i vruće ulijemo u juhu. Promiješamo, po potrebi posolimo i dodamo Vegetu. Po potrebi dodamo žlicu ili dvije octa. Poslužimo toplo s komadom domaćeg raženog kruha ili sa žgancima.

Savjet

Ako kuhamo kiselu juhu bez svinjskih nogica, ukuhamo samo krumpir ili umjesto krumpira dodamo opranu heljдинu ili prosenu kašu. Također je odlična!

Zanimljivost

Kisela juha je posebno dobra nakon neprospavane noći. Ako je moguće, nemojte »mamurluk« radi prekomjernog konzumiranja alkohola tjerati tabletama, jer ćete time samo dodatno opteretiti tijelo, posebno želudac koji je već previše nadražen. Kisela juha za »dan poslije« odličan je prirodni lijek!



Ajdovi žganci



Čeprav poimenovanje žganci govori, da se ta jed pripravlja z »žganjem« moke oz. zdroba, se v Slovenskih goricah ajdova moka oziroma koruzni zdrob enostavno zakuha v slano vrelo vodo. Ali je tovrstna priprava rezultat tega, da gospodinje niso imele časa pražiti moke in jo nenehno mešati ter paziti, da se ne zažge, ali je to samo različica priprave te močnate jedi, ne bomo izvedeli, pomembno je le, da so ob tej jedi odrasle generacije in generacije po dolgem in počez po celi Sloveniji.

Sestavine (za 4 osebe)

600 ml vrele vode, 20 dag ajdove moke, 2 ščepca soli, žlica olja, 2 žlici zaseke z ocvirki

Priprava

Razmerje med vodo in ajdovo moko je v veliki meri odvisno od vrste ajdove moke, ki jo imamo v shrambi: domača iz mlina, moka, kupljena v trgovini, instant moka. Omenjeni recept je za pripravo žgancev iz domače moke, ki jo kupimo v mlinu.

V loncu zavremo vodo, jo posolimo, dodamo žlico maščobe, npr. čisto mast oz. danes sončnično olje, in vanjo počasi sipamo ajdovo moko in zmes ves čas mešamo s kuhalnico. Ko vsujemo vso moko, s kuhalnico močno mešamo od sredine proti steni lonca, da razbijamo grudice. Ajdovi žganci morajo biti voljni, a dovolj trdni, da se dajo lepo nadrobiti v skledo.

Ko so žganci gladki, jih pustimo na rahlem ognju še nekaj časa (10–15 minut), da se vsa moka dobro napne.





Heljdini žganci

Iako sam naziv »žganci« sugerira da se ovo jelo priprema »paljenjem« brašna odnosno krupice, u Slovenskim Goricama se heljdino brašno ili kukuruzna krupica jednostavno kuhaju u slanoj vreloj vodi. Je li ovakva priprema rezultat toga što domaćice nemaju vremena peći brašno i stalno ga miješati te paziti da ne zagori ili je ovo samo varijacija na temu pripreme ovog obilnog jela, nikad nećemo

saznati, ali važno je da su generacije i generacije odrasle na ovom jelu uzduž i poprijeko Slovenije.

Sastojci (za 4 osobe)

600 ml vrele vode, 20 dkg heljdinog brašna, 2 prstohvata soli, žlica ulja, 2 žlice »zaseke« (kosane masti s čvarcima)

Priprema

Omjer vode i heljdinog brašna uvelike ovisi o vrsti heljdinog brašna koju imamo u ostavi: domaće iz mlina, kupljeno u trgovini, instant brašno. Spomenuti recept je za izradu žganaca od domaćeg brašna, kupljenog u mlinu. U loncu zakuhamo vodu, dodamo sol, žlicu masnoće, kao npr. čistu svinjsku mast ili danas, suncokretovo ulje i polako u nju sipamo heljdino brašno, neprestano miješajući kuhaćom. Kad u vodu usipamo cijelu količinu brašna, snažno miješamo kuhaćom od sredine prema rubu lonca kako bismo razbili sve grudice. Heljdini žganci trebaju biti mekani, ali dovoljno čvrsti da se lijepo izmrve u zdjelu. Kad žganci postanu glatki, ostavimo ih na laganoj vatri još neko vrijeme (10-15 minuta) kako bi se sve brašno dobro natopilo.



Razpustimo zaseko in dodamo ocvirke. Žgance s kuhalnico in vilicami nadrobimo v skledo in jih obilno posujemo z vročimi ocvirki in zabelimo z zaseko.

Zanimivost

Pri nas so gospodinje rade rekle, da je za mešanje ajdovih žgancev potrebna krepka moška roka, da bi se ob mešanju s kuhalnico razdrobile vse grudice. To je eden od dokazov, da priprava ajdovih žgancev ni mačji kašelj, saj so se gospodinjam ob pripravi te jedi za številno družino na čelu risale potne kaplje.

Dodana vrednost

Posebno obliko ohranjanja slovenske kulturne dediščine predstavljajo mlini, ki jih je nekoč poganjala voda iz potokov in rek ali, redkeje, veter. Pri nas v Slovenskih goricah so mline na veter gradili na obronkih, da so bili izpostavljeni pogostim vetrovom. Prvi zapisi o vetrnih mlinih na tem območju segajo že v leto 1525, ko je bil kot del inventarja gradu Vurberk omenjen tudi železni podstavek za vetrni mlin. Ob rekah po dolinah pa se je nekoč slišalo klopotanje številnih mlinov na kolo, ki jih je poganjala voda. Sama kupujem moko v Rožmanovem mlinu ob reki Ščavnici, ki ga je nekoč poganjalo veliko vodno kolo. Danes mletje poteka s pomočjo električne energije. V mlinu, ki je lično obnovljen, vam gospodar z veseljem ponudi najboljšo moko iz okoliških, slovenskogoriških žit.



Otopimo zaseku i dodamo čvarke. Žgance kuhačom i vilicom izmrvimo u zdjelu i obilno ih prelijemo vrućom zasekom i proprženim čvarcima.

Zanimljivost

Domaćice su kod nas znale reći da je za miješanje heljdinih žganaca potrebna snažna muška ruka, kako bi se sve grudice razbile pri miješanju kuhačom. To je jedan od dokaza da priprema heljdinih žganaca nije »mačji kašalj«, jer su se domaćice obilno znojile pripremajući ovo jelo za veliku obitelj!

Dodana vrijednost

Poseban oblik očuvanja slovenske kulturne baštine predstavljaju mlinovi koji su se nekad pokretali vodom iz potoka i rijeka ili rjeđe vjetrom. Kod nas u Slovenskim Goricama vjetrenjače su gradili na obroncima koji su bili izloženi čestim vjetrovima. Prvi zapisi o vjetrenjačama na ovom području datiraju iz 1525. godine, kada se kao dio inventara dvorca Vurberk spominje željezno postolje za vjetrenjaču. Uz rijeke u dolinama, nekad su se čuli mnogi mlinovi, vodenice koje je pokretala voda. Sama brašno kupujem u Rožmanovom mlinu uz rijeku Ščavnicu, u vodenici koju je nekad pokretao veliki kotač. Danas se mljevenje obavlja uz pomoć električne energije. U mlinu koji je lijepo obnovljen, vlasnik vam rado posluži najbolje brašno iz okolnih, žitarica Slovenskih Gorica.



Regrat z zaseko



V naših krajih je regrat zelo razširjena rastlina, ki jo najpogosteje najdemo po travnikih, ob njivah in poteh. Zgodaj spomladi požene mlade liste, ki so dobrodošli za solato, še posebej po dolgi zimi, ko na vrtu še ni sveže zelenjave. Čeprav so uporabni in zdravilni vsi deli regrata, tako korenina, listi kot mlečni sok in cvet, se v naših krajih regrat največkrat uporablja kot solata. Listi nimajo posebnega vonja, a so grenkastega okusa. Regratove liste lahko pripravimo kot običajno solato (olje, kis, sol), naše babice pa so tovrstno solato pripravljale tudi z zaseko.

Sestavine

3 pesti sveže nabranih regratovih listov, 1 trdo kuhano jajce, žlica zaseke, ravna žlica moke, mešanica vode in domačega jabolčnega kisa, 2 stroka česna, sol

Priprava

Pri nabiranju regratu odrežemo spodnji del, tj. korenino, in ga dobro očistimo. Liste narežemo na manjše kose. Operemo jih v več vodah, potrebno je najmanj štirikratno pranje, da so listi čisti, brez odvečnih ostankov zemlje oz. trave. V ponvi raztopimo zaseko, dodamo moko in jo rahlo prepražimo, vendar ne sme porjaveti. Zalijemo z mešanico vode in kisa (okisamo po okusu), posolimo in pustimo, da prevre. Po potrebi dodamo vodo, saj mora zmes ostati tekoča in ne sme biti pregosta. Ohladimo in dodamo sesekljan česen. Trdo kuhano jajce narežemo in dodamo regratovim listom. Ohlajeno,





Maslačak sa zasekom (Kosanom masti)

Maslačak je vrlo raširena biljka u našim krajevima, najčešće ćemo je naći na livadama, uz polja i uz staze. U rano proljeće izbiju mladi listovi koji su dobrodošli za salate, posebno nakon duge zime kad u vrtu nema svježeg povrća. Iako su svi njegovi

dijelovi od korijena, listova, mliječnog soka i cvijeta korisni i ljekoviti, u našim krajevima maslačak se najčešće koristi kao salata. Listovi nemaju poseban miris, ali imaju gorak okus. Listovi maslačka mogu se pripremiti kao obična salata (ulje, ocat, sol), a naše bake su pripremale ovu vrstu salate i sa zasekom (kosanom masti).

Sastojci

3 šake svježe ubranih listova maslačka,
1 tvrdo kuhano jaje, žlica zaseke
(kosane masti), 1 ravno popunjena
žlica brašna, mješavina vode i domaćeg
jabučnog octa, 2 češnja češnjaka, sol

Priprema

Pri branju maslačka odrežemo donji dio, tj. korijen i dobro ga očistimo. Listove narežemo na manje komadiće. Operemo ih u nekoliko voda, ali potrebna su barem četiri pranja kako bi listovi bili čisti, bez suvišnih ostataka zemlje odnosno trave. Otopimo zaseku u tavi, dodamo brašno i lagano popržimo, ali ne smije posmeđiti. Ulijemo mješavinu vode i octa (ocat po ukusu), posolimo i pusimo da zavrije. Po potrebi dodamo vodu, jer smjesa treba ostati tekuća



lahko tudi mlačno, tekočino polijemo po regratu in narezanem jajcu, premešamo ter postrežemo.

Nasvet

K tako pripravljeni regratovi solati se prileže kuhan krompir, ki ga narežemo na manjše kocke in primešamo regratovim listom, vse skupaj pa z roko na hitro nekoliko pomečkamo. Krompir lahko prav tako nadomestimo s kuhanim fižolom.

Zanimivost

Ker včasih v zimskem času sveža zelenjava ni bila dosegljiva, so naše gospodinje ob koncu zime pripravljale **solato iz repne cime**, saj je repa, ki je bila spravljena v temnih kletih, spomladi začela poganjati lepe rumene poganjke. Repna cima se opere in zabeli z oljem in kisom, doda se sol in na tanke lističe narezan vroč krompir. Ker je repna cima dovolj močnega okusa, druge začimbe niso potrebne. Repne cime slovijo kot z rudninami zelo bogata zelenjava; v njih je, na primer, več kalcija kot v svežem domačem kravjem mleku.



i ne smije biti pregusta. Ohladimo i dodamo nasjeckani češnjak. Tvrdo kuhano jaje narežemo i dodamo ga listovima maslačka. Ohlađenu, a može i mlaku, smjesu prelijemo preko maslačka i jaja, promiješamo i poslužimo.

Savjet

Uz ovako pripremljenu salatu od maslačka poslužuje se kuhani krumpir koji narežemo na kockice i pomiješamo s listovima maslačka, a sve skupa rukom brzo malo zgnječimo. Krumpir možemo zamijeniti i kuhanim grahom.



Zanimljivost

Budući da zimi ponekad nije bilo svježeg povrća, naše su domaćice krajem zime pripremale **salatu od izdanaka repe** jer repa uskladištena u tamnim podrumima u proljeće počela je puštati prekrasne žute izdanke. Izdanci repe se operu i blanširaju uljem i octom, posole i dodaju se vrući krumpiri narezani na ploške. Budući da izdanci repe imaju dovoljno jak okus, drugi začini nisu potrebni. Izdanci repe poznati su kao povrće vrlo bogato mineralima; naprimjer, sadrže više kalcija od svježeg domaćeg kravljeg mlijeka.



Koruzni pečenjak z jabolkom (Koruzni tomrli)



Pečenjak se je običajno pri nas pripravljala za večerjo. Šel je v slast otrokom in odraslim. Ob njem smo popili skodelico bele kave ali čaja iz posušenih nabranih zdravilnih rastlin, na primer pljučnika, smrekovih vršičkov, koprive, kamilice, mete idr.

Sestavine (za 3 osebe)

2 jajci, 700 ml kislega mleka ali jogurta, 200 ml koruznega zdroba, žlička soli, ravna žlica svinjske masti, 1 jabolko, 2 žlici smetane

Priprava

V skledi stepemo jajca, dodamo kislo mleko ali jogurt in koruzni zdrob ter sol. Pekač (23 x 40 cm), tako dno kot stranice, namastimo z mastjo in vanj vlijemo maso s koruznim zdrobom. Po vrhu po celi površini naribamo jabolko. Jabolku lahko dodamo tudi kupčke smetane in ga pokapamo z oljem. Zapečemo do zlato rjave barve (na 190 °C okoli 35 minut). Pečenjak še topel narežemo na kose in postrežemo.

Namig

Koruzni tomrli, kot mu pravimo pri nas, lahko obogatimo tako, da ga dodatno posujemo s sladkorjem ali premažemo z marmelado.



Kukuruzni »pečenjak« s jabukom (Kukuruzni tomrli)

Pečenjak se kod nas obično pripremao za večeru. Bio je užitak za djecu i odrasle. Uz njega se posluživala šalica bijele kave ili čaja od sušenog ljekovitog bilja, kao što je plućnjak, izbojci smreke, kopriva, kamilica, metvica itd.



Sastojci (za 3 osobe)

2 jaja, 700 ml kiselog mlijeka ili jogurta, 200 ml kukuruzne krupice, žličica soli, ravno popunjena žlica masti, 1 jabuka, 2 žlice vrhnja

Priprema

U zdjeli umutimo jaja, dodamo kiselo mlijeko ili jogurt i kukuruznu krupicu te sol. Namažemo dno i stranice pekača (23 x 40 cm) masnoćom i ulijemo smjesu od kukuruzne krupice u nju. Naribamo jabuku po cijeloj površini. Jabuci možemo dodati male žlice vrhnja i pokapamo ga uljem. Pečemo dok ne porumeni (na 190°C oko 35 minuta). Pečenjak narežemo na komade dok je još topao i poslužimo.

Savjet

Kukuruzni tomrli, kako ga zovemo u Sloveniji, možemo obogatiti posipanjem šećera ili premazivanjem pekmeza.



Janja Galić

»Vrhnika, prečuden kraj! V tihem domotožju mi zakoprni srce.« (Ivan Cankar)

In prav tako do svojega rojstnega kraja, do Vrhnike, čuti tudi sama. A prav tako ljubi tudi Zagreb, v katerem živi že več kot 50 let.

Sladice, katerih recepte deli tukaj z vami, lepo povezujejo njeno majhno Vrhniko in njen velik Zagreb. Predstavlja vam samo delček sladic, ki jih pripravlja za domača družinska srečanja, ob rojstnih dnevih oz. drugih praznikih.



Janja Galić

„Vrhnika, neobično mjesto! Srce mi je zakopano u tihoj čežnji...” (Ivan Cankar)

Isto osjeća ona prema svom rodnom mjestu, Vrhnicu. Ali voli i Zagreb, gdje živi više od 50 godina.

Slastice, čije recepte ovdje dijeli s vama, prekrasno su povezale njezinu malenu Vrhniku i njezin veliki Zagreb. Predstavlja vam samo mali dio slastica koje priprema za svoja obiteljska okupljanja, za rođendane ili neke druge blagdane.

Fernandeljčki



Fernandeljčki so majhni »štrukeljci«, polnjeni s pehtranom, ki ima prepoznaven okus. Čeprav se pehtran najpogosteje uporablja v pehtranovi potici, so fernandeljčki ljubko pecivo, primerno za druženja ob kavi ali čaju.

Sestavine

Testo: 3 do 4 dag kvasa, 2 dl mleka, 30 dag moke, 4 rumenjaki, malo soli

Nadev: 12 dag masla, 10 dag sladkorja, 1–2 pesti sesekljanega pehtrana

Preliv: 2 dl sladke smetane, 1 vrečka vaniljevega sladkorja

Priprava

V mlačno mleko, ki smo mu dodali nekaj sladkorja in malo moke, dodamo kvas in pustimo vzhajati. V moko vlijemo vzhajani kvas, dodamo rumenjake in malo soli ter pregnetemo, da bo testo voljno. Pustimo ga vzhajati približno pol ure, nato ga na tanko razvaljamo. Sladkor in maslo penasto umešamo in s tem premažemo razvaljano testo, ki ga potresemo še s sesekljanim pehtranom. Testo zvijemo in narežemo na 2 cm dolge štrukeljce. Zložimo jih navpično v namaščen pekač in pustimo do dve uri, da ponovno vzhajajo. Štrukeljce pečemo na 180 °C približno 35 minut. Po tem času jih prelijemo s sladko smetano, pomešano z vaniljevim sladkorjem, in pečemo še 10 minut.





Fernandeljčki su mali „štrukeljci“ punjeni estragonom, koji ima specifičan okus. Iako se estragon najčešće koristi za poticu od estragona, fernandeljčki su prekrasno pecivo, prikladno za druženje uz kavu ili čaj.

Sastojci

Tijesto: 3-4 dkg kvasca, 2 dl mlijeka, 30 dkg brašna, 4 žumanjka, malo soli

Nadjev: 12 dkg maslaca, 10 dkg šećera, 1-2 šake nasjeckanog estragona

Preljev: 2 dl slatkog vrhnja, 1 vanilin šećer

Priprema

U mlako mlijeko, kojem smo dodali malo šećera i brašna, dodamo kvasac i ostavimo da se diže. Dignuti kvasac ulijemo u brašno, dodamo žumanjke i malo soli te mijesimo dok tijesto ne omekša. Ostavimo da se diže oko ½ sata, a zatim ga tanko razvaljamo. Pjenasto pomiješamo šećer i maslac, premažemo razvaljano tijesto i posipamo nasjeckanim estragonom. Tijesto zarolamo i izrežemo na „štrukeljce“ duljine 2 cm. Slažemo ih okomito na namašćen lim za pečenje i ostavimo da se ponovno dižu do 2 sata. „Štrukeljce“ pečemo na 180°C oko 35 minuta, zatim ih prelijemo slatkim vrhnjem pomiješanim s vanilin šećerom i pečemo još 10 minuta.



Nagajivčki (Cimetovi piškoti)



Imenovali smo jih tudi Miklavževi piškoti, ker jih je babica pekla otrokom vedno za 6. december. Sčasoma so pri nas doma postali redni božično-novoletni piškoti, saj zaradi njih omamno diši cela hiša.

Sestavine

28 dag moke, 28 dag masla, 17 dag mletih orehov, 14 dag sladkorja, 1 jajce, 1 žlica cimeta, marelična marmelada

Priprava

V moko nadrobimo maslo. Dodamo orehe, sladkor, jajce in cimet. Testo hitro pregnetemo, nato ga pustimo počivati od pol ure do eno uro. Potem testo razvaljamo na približno 3 mm debelo in ga razrežemo z obodom, pol celih in pol preluknjanih na sredi kroga. Piškote pečemo na 150 do 180 °C približno 10 do 15 minut (biti moramo pozorni, ko spremenijo barvo), odvisno od peči (srednja temperatura). Pečene namažemo z marelično marmelado in jih pokrijemo s preluknjanim koleščkom. Piškote hranimo na suhem.





Nagajivčki (keksi od cimeta)

Zvali smo ih i keksi sv. Nikole, jer ih je moja baka djeci pekla uvijek 6. prosinca. S vremenom su u našoj kući postali redoviti božićno-novogodišnji keksi, jer je cijela kuća mirisala po njima.



Sastojci

28 dkg brašna, 28 dkg maslaca, 17 dkg mljevenih oraha, 14 dkg šećera, 1 jaje, 1 žlica cimeta, marmelada od marelica

Priprema

Usitnimo brašno i maslac. Dodamo orahe, šećer, jaje i cimet. Brzo umijesimo tijesto, pa ga pustimo da odstoji $\frac{1}{2}$ do 1 sat. Zatim razvaljamo tijesto na debljinu od oko 3 mm i zarezemo ga po obodu, pola cijelih i pola s rupom u sredini kruga. Pečemo ih na 150-180°C oko 10-15 minuta (pazimo kad promijene boju), ovisno o pećnici (srednja temperatura). Pečene (cijele) kekse premažemo marmeladom od marelica i na njih stavimo one koji u sredini imaju rupu. Kekse čuvamo na suhom mjestu.



Orehovi kvašeni rogljički



Trud, ki ga zahtevajo rogljički, je pozabljen, ko prvič ugriznemo vanje. Pri nas doma jih najraje postrežemo po velikonočnem zajtrku.

Sestavine

Kvas: 2 dag kvasa raztopimo v malo mlačnega mleka in dodamo malo sladkorja

Testo: ¼ l toplega mleka, 3 rumenjaki, 1 celo jajce, 8 dag sladkorja, žlička soli, ½ kg moke, 10 dag raztopljenega masla

Nadev: 35 dag mletih orehov, 20 dag sladkorja, ¼ l vode, 5 dag masla, 1 žlica smetane, cimet, klinčki in žlica ruma

Priprava

Mleko, rumenjake, jajce, sladkor in žličko soli stepamo na toplem. V pol kg moke vlijemo raztopljeno maslo, pripravljen kvas in ostalo zmes ter stepamo toliko časa, da se naredijo mehurji. Testo pustimo vzhajati približno pol ure in ga nato razvaljamo na 3 do 5 mm debelo. Testo zrežemo na kvadrate velikosti 5 x 5 cm, položimo nanje nadev, jih zvijemo in oblikujemo v rogljičke. Zložimo jih na namaščen pekač in premažemo s stepenim jajcem. Rogljičke pečemo v ne prevroči pečici (odvisno od pečice na 150 do 180 °C), da lepo porumenijo. Pečene potresemo s sladkorjem v prahu.

Orehe za nadev poparimo s sladkorjem, ki ga skuhamo v ¼ l vode, v katero smo dodali klinčke in cimet. Preden poparimo orehe, začimbe odstranimo. Dodamo maslo, smetano in rum.





Rošćići od dizanog tijesta s orasima

Trud potreban za pripremu rošćića isplati se kad ih probate. U našoj kući ih najradije poslužujemo nakon uskrsnog doručka.

Sastojci

Kvasac: otopite 2 dkg kvasca u malo mlakog mlijeka i dodajte malo šećera

Tijesto: ¼ l toplog mlijeka, 3 žumanjka, 1 cijelo jaje, 8 dkg šećera, žličica soli, ½ kg brašna, 10 dkg rastopljenog maslaca

Nadjev: 35 dkg mljevenih oraha, 20 dkg šećera, ¼ l vode, 5 dkg maslaca, 1 žlica vrhnja, cimet, klinčići i žlica ruma

Priprema

Na toplom mjestu umutimo mlijeko, žumanjke, jaje, šećer i žličicu soli. U ½ kg brašna ulijte rastopljeni maslac, pripremljeni kvasac i pripremljenu smjesu te miješamo dok se ne stvore mjehurići. Tijesto ostavimo da se diže oko ½ sata, razvaljamo ga na debljinu 3-5 mm. Tijesto izrežemo na kvadrate veličine 5 x 5 cm, na njih stavimo nadjev, zarolamo i oblikujemo rošćiće. Stavimo ih u namašćen lim za pečenje, premažemo ih razmućenim jajetom i pečemo u ne prevrućoj pećnici (ovisno o pećnici na 150-180°C) dok ne postanu lijepo zlatno smeđi. Kad se ispeku, posipamo ih šećerom u prahu.

Za nadjev orahe poparimo sa šećerom koji se kuhao u ¼ l vode, kojoj smo dodali klinčiće i cimet. Prije nego što poparimo orahe, izvadimo začine. Dodamo maslac, vrhnje i rum.



Pohorska gibanica



je manj znana »sestra« prekmurske gibanice, ki je malce drugačna, a vsaj enako okusna. Za tiste, ki niso pretirani ljubitelji maka, pa je sploh odkritje.

Sestavine

50 dag vlečenega testa oz. 8 listov vlečenega testa, 10 dag masla

Za skutni nadev: 60 dag skute, 2 jajci, 15 dag sladkorja, 1 vrečka vaniljevega sladkorja

Za jabolčni nadev: 60 dag jabolk, 15 dag sladkorja, cimet po okusu, 1 vrečka vaniljevega sladkorja

Za orehov nadev: 25 dag orehov, 2 dl kisle smetane, 1 jajce, 5 dag sladkorja

Priprava

Testo zlagamo v pekač, po dva lista na dno in po dva med plasti nadeva. Vsak list poškrpimo z raztopljenim maslom in premažemo z nadevom.

Za prvi nadev razdrobimo skuto, dodamo sladkor in jajce, pomešamo in premažemo testo.

Za drugi nadev naribamo očiščena jabolka, posladkamo in vmešamo začimbe. Nadevamo na nova dva lista testa, poškrpljena z maslom.

Za tretji nadev zmeljemo orehe in jih posujemo po z maslom poškrpljenem testu. Orehe prelijemo z mešanico smetane, sladkorja in jajca. Na vrhu naj bo sloj testa. Prelijemo ga s preostalim maslom in pečemo dobro uro na 150 °C.





Pohorska gibanica

je manje poznata „sestra“ prekmurske gibanice, malo je drukčija, ali barem jednako ukusna. Za one koji ne vole mak, pravo je otkriće.

Sastojci

50 dkg tijesta za savijače ili 8 listova tijesta za savijače, 10 dkg maslaca

Za nadjev od svježeg sira: 60 dkg svježeg sira, 2 jaja, 15 dkg šećera, 1 paketić vanilin šećera

Za nadjev od jabuka: 60 dkg jabuka, 15 dkg šećera, cimet po okusu, 1 paketić vanilin šećera

Za nadjev od oraha: 25 dkg oraha, 2 dl kiselog vrhnja, 1 jaje, 5 dkg šećera

Priprema

Tijesto slažemo u posudu za pečenje, po dva lista na dno i dva između nadjeva. Svaki list poprskamo otopljenim maslacem i premažemo nadjevom.

Za prvi nadjev izmravimo svježi sir, dodamo šećer i jaje, promiješamo i premažimo tijesto.

Za drugi nadjev naribamo oguljene jabuke, zasladimo i umiješamo začine. Maslacem poprskamo tijesto i prekrijemo ga jabukama.

Za treći nadjev sameljemo orahe i posipamo ih po maslacem poprskanim listovima tijesta. Preko oraha prelijemo smjesu vrhnja, šećera i jaja. Na vrhu treba biti sloj tijesta. Prelijemo preostalim maslacem i pečemo dobar sat vremena na 150°C.



Veseli kolač



Veseli kolač je sladica, ki za pripravo in peko ni zahtevna, zaradi suhega sadja in čokolade pa jo imajo otroci zelo radi. Ob mleku ali čaju lahko za spremembo popestri zajtrk.

Sestavine

2 jogurta, 1 in pol jogurtovega lončka sladkorja, 3/4 jogurtovega lončka olja, 4 jogurtove lončke presejane moke, 1 vrečka pecilnega praška, pest grobo sesekljanih orehov, mandljev ali lešnikov, 10 dag grobo sesekljan čokolade, pest rozin, suhih brusnic in drobno narezanih suhih marelic, po želji cimet, malo muškatnega oreščka, 2 zmleta klinčka

Priprava

Vse sestavine premešamo in jih vlijemo v z maslom namaščen in z moko posut model za šarkelj. Pecivo pečemo na 180 °C okoli 30 do 45 minut. Pečen in ohlajen kolač preložimo na servirni krožnik in posujemo sladkorjem v prahu.





Veseli kolač

Veseli kolač je slastica koju nije teško pripremiti i ispeći, a zbog suhog voća i čokolade jako je vole djeca. Za promjenu, može se poslužiti s mlijekom ili čajem, kako bismo obogatili doručak.

Sastojci

2 jogurta, 1 i ½ čaše od jogurta šećera, ¾ čaše od jogurta ulja, 4 čaše od jogurta prosijanog brašna, 1 vrećica praška za pecivo, šaka grubo nasjeckanih oraha, badema ili lješnjaka, 10 dkg grubo nasjeckane čokolade, šaka groždica, suhih brusnica, sitno narezanih suhih marelica, cimet po želji, malo muškatnog oraščića, 2 mljevena klinčića

Priprema

Pomiješamo sve sastojke, ulijemo u namašćen i brašnom posipan kalup za kuglof i pečemo na 180°C oko 30-45 minuta. Pečeni i ohlađeni kolač stavimo na tanjur za posluživanje i posipamo šećerom u prahu.



Zamorec v srajci



Kolač je posebno pri srcu otrokom, ker ga postrežemo s sladko smetano. Zaradi načina priprave je enostaven kolač, ki ga si vedno zaželim še en kos.

Sestavine

3 dag masla, 10 dag sladkorja, 6 rumenjakov, 8 dag čokolade, 6 beljakov, 12 dag neolupljenih mletih mandljev

Priprava

Maslo in sladkor penasto umešamo, dodamo rumenjake in raztopljeno čokolado. Iz beljakov naredimo trd sneg. Polovico snega vmešamo v zmes ter dodamo polovico mletih mandljev. Rahlo zmešamo in dodamo še drugo polovico snega in mandljev ter zopet rahlo premešamo.

Zmes naložimo v dobro namazan in z drobtinami posut model za puding ter kuhamo 45 minut v sopari. Kuhanega in ohlajenega previdno zvrnemo na krožnik. Pred serviranjem ga obložimo s stepeno sladko smetano.





Crnac u košulji

Kolač je posebno popularan kod djece jer je prekriven tučenim slatkim vrhnjem. Zbog načina pripreme, to je jednostavan kolač, koji uvijek poželite još jedan komad.

Sastojci

3 dkg maslaca, 10 dkg šećera, 6 žumanjaka, 8 dkg čokolade, 6 bjelanjaka, 12 dkg neoguljenih mljevenih badema

Priprema

Maslac i šećer miksamo dok ne postane pjenasto, dodamo žumanjke i rastopljenu čokoladu. Od bjelanjaka napravimo čvrst snijeg. Polovicu snijega od bjelanjaka pažljivo umiješamo u smjesu i dodamo polovicu mljevenih badema. Lagano promiješamo i dodamo drugu polovicu snijega od bjelanjaka i ostatak mljevenih badema te ponovno lagano promiješamo.

Smjesu ulijemo u dobro namašćen i mrvicama posut kalup za puding i kuhamo na pari 45 minuta. Kuhani kolač ohladimo te pažljivo okrenemo na tanjur. Prije posluživanja prekrijemo ga tučenim slatkim vrhnjem.





Stanka Herak je Belokranjka iz vasi Boldraž pri Metliki. V domači kuhinji je pomagala že v mladosti, ampak samo ob vikendih, ker je takrat med tednom že bivala v mestu, kjer je najprej obiskovala srednjo šolo in kasneje tudi fakulteto. Spominja se, da so se v njeni družini čez teden jedle preprostejše brezmesne jedi, ob nedeljah in praznikih pa so vsi uživali ob jedeh, ki jih je pripravila njena mama. Ko se je preselila v Zagreb, so z njo prišle tudi slovenske jedi, predvsem belokranjske. Po mami je podedovala zvezek, v katerem so bili z roko napisani recepti. Veliko jedi, pripravljenih po receptih prav iz tega zvezka, je okusila njena družina. Zelo rada kuha slovenske jedi. Prav tako rada obuja domače običaje iz vsakdanjega življenja in tudi ob prazničnih dneh, ki so povezani s pripravo posameznih jedi. Recepte za pripravo slovenskih jedi je prenesla tudi na svoje tri hčerke.



Stanka Herak je iz Bele krajine, sela Boldraž nedaleko od Metlike. Dok je bila mlada rado je pomagala u kuhinji, ali samo vikendom, jer je tada već otišla od kuće u grad, kako bi pohađala srednju školu, a kasnije i fakultet. Sjeća se da je njezina obitelj tijekom tjedna jela jednostavnija bezmesna jela, a nedjeljom i blagdanima svi su uživali u jelima koja je pripremala njezina majka. Kad se preselila u Zagreb, s njom su stigla i slovenska jela, posebno belokranjska. Od majke je naslijedila bilježnicu recepata pisanim rukom. Njezina je obitelj kušala mnoga jela pripremljena prema receptima iz te bilježnice. Voli kuhati slovenska jela i voli oživljavati običaje iz svakodnevnog života i blagdana koji su povezani s pripremom pojedinih jela. Recepte za pripremu slovenskih jela prenijela je i na svoje tri kćeri.

Belokranjska pogača



V Belo krajino so belokranjsko pogačo prinesli Uskoki, ki so se kot obramba Habsburške monarhije pred Turki naselili na obronkih Gorjancev in Žumberka. Kasneje so se posamezniki selili oz. preselili v nižje vasi in tako prinesli s seboj svoje navade in s tem tudi peko pogače.

Kakšna je dobra belokranjska pogača? Takšna, ki je nastala pod rokami večje gospodinje. Videz pogače odraža njen trud in energijo. Je okrogla, kar pomeni združenost in neskončnost. Enakomerni rezi na skorji pogače omogočijo vsakemu jedcu enak delež. Videz rezine odraža način priprave in energijo, ki se je sprostila, medtem ko je gospodinja mesila testo. Sol in kumina s svojo razsutostjo kažeta natančnost gospodinje. Okus pogače pove veliko o kakovosti sestavin. Pomemben je tudi vonj pogače, ki nas ponese v kuhinjo stare mame. Belokranjska pogača je jed dobrodošlice in izraža razpoloženje gospodinje. Tradicionalen način postrežbe, tako da se pogača lomi, poveže vse prisotne.

Članice Društva kmečkih žena Metlika so belokranjsko pogačo zaščitile na ravni Evrope. Vsako leto jih lahko srečate ali se tudi sami udeležite delavnice peke pogače na prireditvah *Vinska vigred* in *Mlada portugalka*, ko celotno staro mestno jedro Metlike zadiši po toplem kruhu, pecivu in domačih dobrotah.

Certifikat za zaščiteno jed je prejelo že 24 proizvajalcev. To širi njen sloves in zdi se, da je belokranjska pogača še kako povezana s prečudovitimi vini in peninami, ki jih pridelujejo pridni, belokranjski vinarji.¹

¹ Povzeto po TIC Metlika.





Belokranjska pogača

Belokranjsku pogaču u Belu Krajinu donijeli su uskoci, koji su se naselili na obroncima Gorjanaca i Žumberka, kao zaštita Habsburške monarhije od Turaka. Kasnije su se pojedinci doselili u niža sela i tako donijeli svoje običaje, a sa sobom i pečenje pogače.

Što je dobra belokranjska pogača? Ona koju je stvorila vješta domaćica. Izgled pogače odražava njezin trud i energiju. Okrugla je, što znači jedinstvo i

beskonačnost. Njezini rezovi omogućuju svima jednak dio. Izgled kriške odražava način pripreme i energiju koja se oslobodila dok je domaćica mijesila tijesto. Sol i kim prosipani po površini pogače pokazuju pedantnost domaćice. Okus pogače puno govori o kvaliteti sastojaka. Dakako, važan je i miris pogače koji nas vodi u bakinu kuhinju. Belokranjska pogača je jelo dobrodošlice koje pokazuje raspoloženje domaćice. Tradicionalni način posluživanja, lomljenjem pogače, povezuje sve prisutne.

Članice Društva seoskih žena Metlika zaštitile su belokranjsku pogaču na europskoj razini. Svake godine možete ih susresti i sudjelovati na radionici pripreme pogače na manifestacijama *Vinska vigred* i *Mlada portugalka*, kad cijeli stari grad Metlika miriše na topli kruh, peciva i domaće delicije.

Već su 24 proizvođača dobila certifikat za zaštićeno jelo. Time se širi njihov ugled i čini se da je nekako povezan s divnim vinima i pjenušcima koje proizvode vrijedni belokranjski vinari.¹



¹ Preuzeto iz TIC Metlika

Sestavine

500 g mehke bele moke, 1 dcl toplega mleka, 3 dcl mlačne vode, 2 kavni žlički soli, 20 g kvasa, pol kavne žličke sladkorja, 1 ščepec kumine, ščepec debelozrnate morske soli, 1 celo jajce

Priprava

V mleko dodamo sladkor in nadrobljen kvas, dobro premešamo in pustimo na toplem, da kvas vzhaja (približno 10 minut). Pustimo, da se volumen poveča več ko enkrat. Moko stresemo v skledo in na sredini naredimo jamico. Po moki okoli jamice potrosimo sol, v jamico pa vlijemo vzhajani kvas. Prilijemo mlačno vodo, nato vse sestavine s prsti ali žlico premešamo, da se sprimejo v grobo testo. Testo stresemo na pomokano površino, na kateri ga gnetemo toliko časa, da postane mehko, voljno in elastično ter se ne oprijemlje rok in delovne površine, tj. od 8 do 10 minut. Testo oblikujemo v hlebček, ki ga potrosimo z moko in pokrijemo s čisto krpo. Pustimo, da na toplem vzhaja 30 minut oziroma tako dolgo, da se njegov volumen poveča za še enkrat. Pečico segrejemo na 220 °C. Vzhajano testo damo na namaščen pekač. Z rokami ga razvlečemo v krog s premerom 30 do 35 cm. Debelina testa je na sredini nekoliko višja kot pri robu, kjer mora biti visoka 1 do 2 cm. S kolescem ali nožem v testo v razmakih 4 cm vrežemo navpično in vodoravno črte, pri čemer pazimo, da rob pogače ostane cel. Zarez naj bo sedem, na sredini ena in na vsako stran po tri. Na tako pripravljeno testo namažemo stepeno jajce. Nato ga posujemo z zrni kumine in s ščepcem debelozrnate morske soli. Pogačo pečemo v ogreti pečici 20 do 25 minut. Ali je pogača pečena, lahko preverimo tako, da s pestjo potrkamo po dnu pogače – če votlo zadoni, je pečena.



Sastojci

500 g mekog bijelog brašna, 1 dl toplog mlijeka, 3 dl mlake vode, 2 žličice soli, 20 g kvasca, pola žličice šećera, 1 prstohvat kima, prstohvat krupne morske soli, 1 cijelo jaje

Priprema

U mlijeko dodamo šećer i izmrvljeni kvasac, dobro promiješamo i ostavimo na toplom mjestu da kvasac malo naraste (oko 10 minuta). Pustimo da se volumen poveća više puta. Prosijemo brašno u zdjelu i u sredini napravimo udubljenje. Po brašnu oko udubljenja posipamo sol, a u udubljenje ulijemo narasli kvasac. Ulijemo mlaku vodu, pa prstima ili žlicom promiješamo sve sastojke dok se ne sjedine u grubo tijesto. Tijesto prebacimo na pobrašnjenu površinu, mijesimo ga toliko vremena (8-10 minuta) dok ne postane mekano, podatno i elastično te se ne lijepi za ruke ili radnu površinu. Tijesto oblikujemo u kuglu, posipamo ga brašnom i pokrijemo čistom krpom. Ostavimo ga da se diže na toplom mjestu 30 minuta ili dok se ne udvostruči. Zagrijemo pećnicu na 220°C. Dignuto tijesto stavimo na namašćen lim za pečenje. Rukama ga razvučemo u krug promjera 30 do 35 cm. Tijesto treba biti malo deblje u sredini nego na rubovima, gdje bi trebalo biti 1 do 2 cm. S kotačićem ili nožem zarežemo okomito i vodoravno linije u tijestu u razmacima od 4 cm, pazeći da rub pogače ostane netaknut. Trebalo bi biti sedam rezova, jedan u sredini i tri sa svake strane. Tako pripremljeno tijesto premažemo razmućenim jajetom. Zatim posipamo sjemenkama kima i krupnom morskom soli. Pogaču pečemo u prethodno zagrijanoj pećnici 20 do 25 minuta. Možemo provjeriti je li pogača pečena tako da šakom kucnete po dnu pogače – ako zvuči šuplje, pečena je.



Navadna goveja juha



Navadna goveja juha je nedvomno klasika slovenskih kosil. Ponudimo jo lahko s široko izbiro zakuh, ob katerikoli priložnosti, kot začetek družinskih nedeljskih kosil, prazničnih ali drugih svečanih kosil.

Sestavine

goveje meso, nekaj rahlih kosti, kos govejih jeter, zelenjava za juho (korenje, peteršiljeva korenina, gomolj zelene, manjši por, šopek peteršilja in vejica zelene), sol, nekaj zrn črnega popra, polovico lovorjevega lista, po želji malo muškatnega oreščka

Priprava

V večji lonec vlijemo hladno vodo, dodamo meso, kosti in jetra. Ko juha zavre, dodamo še očiščeno in oprano jušno zelenjavo, začimbe in pokrijemo. Temperaturo zmanjšamo za toliko, da juha komaj opazno brbota. Pustimo jo vreti dve do tri ure, nikakor dlje. Juha bo okusnejša, če počasi vre s penami vred, saj se pene potopijo na dno. Preden juho odcedimo, jo pustimo, da se približno 5 minut hladi in zbistri. V precejeno juho po želji vkuhamo jušne testenine in postrežemo.





Obična goveđa juha

Obična goveđa juha je nesumnjivo klasik slovenskih ručkova. Može se poslužiti sa širokim izborom domaće tjestenine, u bilo kojoj prigodi, kao početak obiteljskih nedjeljnih ručkova, blagdanskih ili drugih svečanih ručkova.

Sastojci

govedina, nekoliko kostiju, komad goveđe jetre, povrće za juhu (mrkva, korijen peršina, korijen celera, mali poriluk, svežanj peršina i grančica celera), sol, nekoliko zrna crnog papra, ½ lovorovog lista, malo muškarnog oraščića po želji

Priprema

U veliki lonac ulijemo hladnu vodu, dodamo meso, kosti i jetru. Kad juha zavri, dodamo očišćeno i oprano povrće za juhu, začinimo i poklopimo. Smanjimo temperaturu tako da juha jedva ključa. Pustimo da kuha 2-3 sata, ali ne dulje. Juha će imati bolji okus ako polako kuha s pjenom, koja će ionako pasti na dno. Prije procjeđivanja juhe, pustimo je da se hladi i izbistri oko 5 minuta. Po želji, u procjeđenoj juhi skuhamo tjesteninu za juhu i poslužimo.



Ribana kaša



Ribana kaša je tradicionalna jušna testenina, sestavljena iz majhnih nepravilnih koščkov testenine. Pripravimo jo iz moke, jajc in vode. Značilno obliko ji da testo, ribano na grobem strgalniku.

Sestavine

½ l moke, 2 jajci, malo vode

Priprava

Iz moke in jajc zamesimo, kolikor je mogoče, trdo testo, po potrebi in občutku dodajmo vodo. Testo naribamo na grobem strgalniku. Sveže ribano kašo lahko takoj vkuhamo v vrelo juho, v kateri naj vre 7 minut. Višek ribane kaše razporedimo po pekaču, pokrijemo jo s čisto kuhinjsko krpo in pustimo, da se posuši. Ko je kaša suha, jo preložimo v papirnato vrečko in jo tako shranimo za prihodnjič, na suhem in hladnem mestu.





Ribana kaša

Ribana kaša je tradicionalna tjestenina za juhu koja se sastoji od malih nepravilnih komadića tjestenine napravljenih od brašna, jaja i vode. Karakterističan oblik dobiva se ribanjem tijesta na krupnom ribežu.

Sastojci

½ l brašna, 2 jaja, malo vode

Priprema

Od brašna i jaja umijesimo što tvrđe tijesto dodajući vodu po potrebi i osjećaju. Tijesto naribamo na krupnom ribežu. Sviježe naribanu kašu možemo odmah dodati u kipuću juhu, gdje bi trebala kuhati 7 minuta. Višak naribane kaše rasporedimo po limu za pečenje, pokrijemo čistom kuhinjskom krpom i ostavimo da se osuši. Kad se kaša osuši, stavimo je u papirnatu vrećicu i spremimo na suho i hladno mjesto za sljedeći put.



Ajdova potica



Ajdovo potico so belokranjske gospodinje nekoč pripravljale le jeseni, ko je bila ajdova moka sveža. Je odlična sladica, ki popestri mizo in ponuja malce drugačen okus.

Sestavine

Testo: 25 dag domače ajdove moke, 25 dag bele moke, sol, vrelo voda (približno 1 liter)

Nadev: 50 dag skute, 0,5 l smetane, 5 dag masla

Priprava

Ajdovo in belo moko solimo, poparimo z vrelo vodo in pustimo, da se ohladi. Pregnetemo in oblikujemo v hlebček. Pustimo, da počiva 30 min. Testo razvaljamo 1 cm na debelo v pravokotno obliko. Zamešamo nadev in ga enakomerno razmažemo po testu. Testo nato previdno zvijemo in položimo na namaščen pekač, ga premažemo z raztopljenim maslom in ga pečemo v segreti pečici na 200 °C približno eno uro. Postrežemo še toplo, posipano s sladkorjem v prahu, ker taka najbolj tekne.





Potica od heljole

Poticu od heljde su nekada belokranjske domačice pripremale samo ujesen, kad je heljdino brašno bilo svježije. Izvrstan je desert koji uljepšava stol i nudi malo drukčiji okus.

Sastojci

Tijesto: 25 dkg domaćeg heljdinog brašna, 25 dkg bijelog brašna, sol, kipuća voda (otprilike 1 litra)

Nadjev: 50 dkg svježeg sira, 0,5 l vrhnja, 5 dkg maslaca



Priprema

Heljdino i bijelo brašno posolimo, prelijemo kipućom vodom i ostavimo da se ohladi. Umijesimo i oblikujemo u loptu. Ostavimo da odstoji 30 minuta. Tijesto razvaljamo na debljinu 1 cm u pravokutni oblik. Pomiješamo sastojke za nadjev i ravnomjerno ga rasporedimo po tijestu. Zatim pažljivo zamotamo tijesto i stavimo ga na namašćen lim za pečenje, premažemo ga otopljenim maslacem i pečemo u zagrijanoj pećnici na 200°C otprilike 1 sat. Poslužimo toplo, posipano šećerom u prahu, je jer takva najukusnija.



Ocvirkovka



Ocvirkovka je odlična slana potica, napolnjena z ocvirkovim nadevom, obdaja pa jo mehek in slasten kruh, ki se v ustih kar topi. Ocvirkovka je priljubljena slovenska jed, ki se tradicionalno pripravlja na debeli četrtek, kot uvod v pustno obilje, in tudi za martinovanje.

Sestavine

Za testo: 50 dag bele moke, 2–3 dag kvasa, 6 dag masla, $\frac{1}{2}$ l mleka, sol, 2 žlici sladkorja, 1 jajce

Za nadev: $\frac{1}{2}$ l mrzlih ocvirkov, 1 jajce, žlica kisle smetane, 1 žlica sladkorja, ščepec cimeta

Za premaz: stopljeno maslo ali mast

Priprava

V lonček nalijemo 2 žlici mlačnega mleka, ki mu dodamo 1 žlico sladkorja in kvas. Zmešamo in postavimo na toplo, da vzhaja. V večjo skledo vlijemo preostalo mlačno mleko, nekaj soli, maslo, 1 žlico sladkorja, jajce ali samo rumenjaki ter pripravljene kvas. V zmes dodamo $\frac{1}{2}$ kg pšenične moke in vse s kuhalnico dobro stepamo 20 do 30 minut. Tako stepeno testo potresimo z moko, ga pokrijemo s čistim prtičem in postavimo na toplo, da vzhaja. Vzhajano testo premestimo na z moko potreseno desko in ga na prst debelo razvaljamo. Pripravimo nadev iz $\frac{1}{2}$ l mrzlih ocvirkov, ki jih dobro sesekljam ali zmeljemo v





Ocvirkovka (Potica od čvaraka)

Ocvirkovka (Potica od čvaraka) je ukusna slana potica punjena nadjevom od čvaraka, okruženim mekim i ukusnim kruhom koji se topi u ustima. Ocvirkovka je popularno slovensko jelo koje se tradicionalno priprema na „debeli četvrtak“, kao uvod u pokladno obilje, a ujedno i za dan svetog Martina.

Sastojci

Za tijesto: 50 dkg bijelog brašna, 2-3 dkg kvasca, 6 dkg maslaca, ½ l mlijeka, sol, 2 žlice šećera, 1 jaje

Za nadjev: ½ l hladnih čvaraka, 1 jaje, žlica kiselog vrhnja, 1 žlica šećera, prstohvat cimeta

Za premaz: rastopljeni maslac ili mast



Priprema

U lončić ulijemo 2 žlice mlakog mlijeka, dodamo 1 žlicu šećera i kvasac. Pomiješamo i stavimo na toplo mjesto da se diže. U veću zdjelu ulijemo preostalo mlako mlijeko, malo soli, maslac, 1 žlicu šećera, jedno jaje ili samo žumanjak i pripremljeni kvasac. Smjesi dodamo ½ kg pšeničnog brašna i sve dobro izradimo kuhačom 20-30 minuta. Izrađeno tijesto posipamo brašnom, pokrijemo ga čistim ubrusom i stavimo na toplo da se diže. Dizano tijesto prebacimo na pobrašnjenu dasku i razvaljamo ga na debljinu prsta. Pripremimo nadjev od ½ l hladnih čvaraka, koje dobro nasjeckamo ili



mesoreznici. Sesekljane ali zmlete ocvirke damo v skledo, primešamo rumenjak, žlico kisle smetane in sneg iz beljaka. Razvaljano testo premažemo z ocvirkovim nadevom, potresemo z žlico sladkorja in ščepcem cimeta. Testo obrežemo ob robu, na katerem ga bomo začeli zvijati v zvitek. Zvitek za tem položimo v namaščen pekač in ga pustimo na toplem vsaj eno uro, da ponovno vzhaja. Potico rahlo premažemo z maslom ali mastjo in jo po vrhu z zobotrebcom na več mestih prebodemo. Ocvirkovko pečemo v srednje vroči pečici (180 °C) približno eno uro. Ko je potica pečena, jo ohladimo, razrežemo in postrežemo.



sameljemo u stroju za mljevenje mesa. Nasjeckane ili mljevene čvarke prebacimo u zdjelu, umiješamo žumanjak, žlicu kiselog vrhnja i snijeg od bjelanjka. Razvaljano tijesto premažemo nadjevom od čvaraka, posipamo žlicom šećera i prstohvatom cimeta, pa tijesto obrežemo uz rub gdje ćemo ga početi motati u roladu. Zamotano tijesto zatim stavimo na namašćen lim za pečenje i ostavimo na toplom mjestu barem 1 sat da se ponovno diže. Poticu lagano premažemo maslacem ili mašću i na nekoliko mjesta je izbockamo čačkalicom. Ocvirkovku pečemo u srednje vrućoj pećnici (180°C) oko 1 sat. Kad je potica pečena, ohladimo je, narežemo i poslužimo.



Limonin liker



Limonin liker so gospodinje imele vedno na zalogi, vendar samo za posebne ali nepričakovane goste.

Sestavine:

$\frac{1}{4}$ l žganja, olupki 2 neškropljenih limon, 14 dag sladkorja, $\frac{1}{4}$ l vode

Priprava

V žganje namočimo tanke olupke neškropljenih limon. Tako namočeni limonini olupki naj stojijo sedem dni. Nato skuhamo sladkor v vodi približno 10 minut. Še vročo sladkano vodo dolijemo v žganje z namočenimi limoninimi olupki. Ohlajeno precedimo, nalijemo v steklenice, dobro zamašimo in hranimo v hladnem prostoru.



Liker od limuna

Liker od limuna domaćice su uvijek imale na zalihi, ali samo za posebne ili neočekivane goste.

Sastojci

$\frac{1}{4}$ l rakije, korica 2 neprskana limuna, 14 dkg šećera, $\frac{1}{4}$ l vode

Priprema

Tanke korice neprskanih limuna namočimo u rakiju. Namočene korice limuna ostavimo da odstoje sedam dana. Zatim kuhamo šećer u vodi oko 10 minuta. Dok je još vruće, ulijemo u rakiju s namočenim koricama limuna. Kad se ohladi, procijedimo, ulijemo u boce, čvrsto zatvorimo i čuvamo na hladnom mjestu.





Nika Klepec, ki prihaja iz Slovenije, iz Laškega, ima slovensko-hrvaške korenine. Že nekaj let živi v Zagrebu, kjer je zdaj njen dom. Njen partner Marko je Zagrebčan, njun sin Antun pa dvojezičen otrok. Nika je zaposlena na Veleposlaništvu Republike Slovenije v Zagrebu. Vedno so jo zanimali tuji jeziki. Prosti čas zelo rada preživlja s svojo družino. Kadar utegne, obiskuje kulturne prireditve, razstave, predstave in koncerte, se druží s prijatelji, rada gre na oddih v naravo, bere in piše.



Nika Klepec dolazi iz Slovenije, iz Laškog, ima slovensko-hrvatske korijene i već nekoliko godina živi u Zagrebu, gdje je sada njezin dom. Njezin partner Marko je Zagrepčanin, a njihov sin Antun dvojezično dijete. Nika je zaposlena u Veleposlanstvu Republike Slovenije u Zagrebu. Oduvijek su je zanimali strani jezici, a slobodno vrijeme voli provoditi s obitelji. Kad stigne, posjećuje kulturne događaje, izložbe, predstave i glazbene događaje, druži se s prijateljima, voli se opustiti u prirodi, čita i piše.

Žganci iz pšeničnega zdroba z belo kavo



Mamin oče in moj dedek Juraj Ščulac ni znal preveč dobro kuhati. Toda po maminem pripovedovanju je znal odlično pripraviti žgance iz pšeničnega zdroba in belo kavo. To je bila v maminem otroštvu v 70. letih prejšnjega stoletja jed za zajtrk ali večerjo.

Če je ostalo kaj kave, so jo popili kasneje. Belo kavo so vedno pripravljali z vročim mlekom. Ob njej so pojedli tudi star kruh, ki so ga nadrobili vanjo, če ni bilo žgancev. Bela kava je bila lahko samo napitek ob sendviču ali umešanih domačih jajcih.

Sestavine za žgance

1 lonček pšeničnega zdroba (lonček za čaj), 2 do 2 in pol lončka vode, ocvirkova svinjska mast in ocvirki, ščep soli

Priprava

V ponev damo mast in ocvirke. Masti, ki se mora staliti na nizki temperaturi, dodamo tri do štiri žlice ocvirkov (po želji lahko tudi več ali manj). Na maščobo vsujemo pšenični zdrob, ki ga mešamo na rahlem ognju par minut. Ne sme porjaveti. Medtem zavremo vodo s soljo. Na zdrob nato počasi vlijemo slan krop ter neprestano mešamo na nizki temperaturi. Počasi dolivamo še ostalo vodo. Pražimo približno 10 minut ter pazimo, da se ne prižge. Včasih je treba dodati še malo vode (vedno vroče). Žgance damo v lončeno posodico. Mama je dejala, da je sama žgance najraje jedla kar iz ponve. Jed je boljša, če je v njej malo več ocvirkov.



Žganci od pšenične krupice s bijelom kavom



Otac moje majke i moj djed Juraj Šćulac nije bio baš dobar kuhar. Prema maminom pripovijedanju, bio je izvrstan kuhar u pripremi žganaca od pšenične krupice i bijele kave.

Kad je moja majka bila dijete, sedamdesetih godina prošlog stoljeća, ovo je bilo jelo za doručak ili večeru. Ako bi kave ostalo, pili bi je kasnije. Uvijek se pripremala s vrućim mlijekom. Jeli bi i stari kruh s bijelom kavom, koji bi u nju umočili ako nije bilo žganaca. Bijela kava mogla je biti samo napitak uz sendvič ili kajganu od domaćih jaja.

Sastojci za žgance

1 šalica pšenične krupice (šalica za čaj), 2 do 2 i pol šalice vode, svinjska mast i čvarci, prstohvat soli

Priprema

U tavu stavimo mast i čvarke. Mast trebamo otopiti na laganoj vatri, dodamo čvarke (3-4 žlice, po želji više ili manje). U to dodamo pšeničnu krupicu i miješamo na laganoj vatri nekoliko minuta. Ne smije posmeđiti. U međuvremenu prokuhamo vodu i sol. Zatim polako prelijemo krupicu slanom vodom i neprestano miješamo na laganoj vatri. Polako dodamo preostalu vodu. Pržimo oko 10 minuta, pazeći da ne zagori. Ponekad je potrebno dodati još malo vode (uvijek vruće). Žgance stavimo u glinenu zdjelu. Moja mama je rekla da je više voljela jesti žgance direktno iz tave. Jelo je bolje ako u njemu ima malo više čvaraka.

Sestavine za belo kavo

1 l vode, 2 do 3 jušne žlice ječmenove kave kneipp (kavnega nadomestka), 1 zvrhana čajna žlica cikoriје (kavnega nadomestka), mleko, sladkor po želji

Priprava

V vodo damo kneipp in cikorijo, premešamo in počakamo, da zavre. Nato počasi kuhamo še kakšnih 5 minut ter odstavimo. Pustimo, da se usedlina usede na dno posode. Medtem segrejemo mleko. V lonček vlijemo polovico mleka in polovico kave (ali si razmerje prilagodimo po svojem okusu), po želji lahko napitek tudi sladkamo, ni pa nujno.



Sastojci za bijelu kavu

1 l vode, 2 do 3 žlice kneipp ječmenog slada (kavovine), 1 puna čajna žlica cikoriје (kavovine), mlijeko, šećer (po želji)

Priprema

Kneipp i cikoriju stavimo u vodu, promiješamo i pričekamo da zavrije. Zatim lagano kuhamo još 5 minuta i ostavimo sa strane. Pustimo da se talog slegne na dno posude. U međuvremenu zagrijemo mlijeko. Zatim u lončić ulijemo pola mlijeka i pola kave (ili prilagodimo omjer po svom ukusu), po želji napitak možemo i zasladiti, ne nužno.



Svinjske ledvičke v omaki



Svinjske ledvičke v omaki so recept prababice Roze Šmon. Prababica je recept pridobila pri družini sodnika v Laškem, pri kateri je kot petnajstletno dekle v 20. letih prejšnjega stoletja začela delati kot varuška njegovih predšolskih otrok. Sodnikova žena jo je učila različnih gospodinjskih opravil, med drugim tudi kuhanja. Od tod izhaja družinski recept svinjskih ledvičk v omaki.

Sestavine (za 4 osebe)

4 kosi svinjskih ledvičk, 1 žlica masti oz. toliko, da je pokrito dno ponve (uporabimo lahko tudi sončnično olje), 1 do 2 čebuli srednje velikosti, 1 žlička paradižnikove mezge, 1 do 2 žlici moke, nekaj zrn celega popra, 1 lovorjev list, sol, 30 ml juhe, 50 ml mleka (približno), voda

Priprava

Ledvičke prerežemo po dolžini na dve polovici ter očistimo njihovo sredino. Damo jih v posodo, v katero smo vlili mleko. Dodamo toliko vode, da so ledvičke pokrite. Pustimo stati 1 uro, lahko tudi več. Nato na masti ali olju rahlo prepražimo seseklano čebulo, da postekleni, ter dodamo na polmesece narezane ledvičke. Narežemo jih na približno 3 mm debele koščke. Vse skupaj rahlo dušimo; toliko, da povre voda. Nato jih potresemo z malo moke, dodamo paradižnikovo mezgo, poper in lovorjev list ter dolijemo govejo juho ali navadno vodo. Če imamo samo vodo, lahko dodamo tudi malo vegete. Posolimo po okusu. Vse skupaj naj počasi vre približno eno uro. Nastati mora rahlo zgoščena omaka. Po potrebi med kuhanjem dolivamo juho. Jed večkrat premešamo. Med kuhanjem se širi malce poseben vonj, vendar je okus jedi zelo dober. Obvezna priloga k ledvičkam v omaki sta pire krompir in zelena solata.



Svinjski bubrezi u umaku

Svinjski bubrezi u umaku je recept prabake Roze Šmon. Prabaka je recept dobila od obitelji suca u Laškom, gdje je kao 15-godišnja djevojčica dvadesetih godina prošlog stoljeća počela raditi kao dadilja njegovoj predškolskoj djeci. Sučeva supruga ju je učila raznim kućanskim poslovima pa i kuhanju. Odatle potječe obiteljski recept za svinjske bubrege u umaku.

Sastojci (za 4 osobe)

4 svinjska bubrega, 1 žlica masti odnosno toliko da prekrije dno tave (može se koristiti suncokretovo ulje), 1-2 srednje velika luka, 1 žličica koncentrata rajčice, 1-2 žlice brašna, nekoliko cijelih zrna papra, 1 lovorov list, sol, 30 ml juhe, 50 ml mlijeka (otprilike), voda

Priprema

Bubrege prerežemo po dužini na dvije polovice i očistimo im sredinu. Stavimo ih u zdjelu napunjenu mlijekom. Dodamo dovoljno vode da prekrije bubrege. Ostavimo da odstoje 1 sat, ili više. Zatim na masti ili ulju lagano popržimo nasjeckani luk, tek toliko da se glazira i dodamo bubrege, narezane na polumjesece. Narežemo ih na komadiće debljine oko 3 mm. Sve zajedno lagano pirjamo, toliko da voda ispari. Zatim ih posipamo s malo brašna, dodamo koncentrat rajčice, papar, lovorov list te dodamo goveđu juhu ili običnu vodu. Ako imamo samo vodu, možemo dodati i malo Vegete. Posolimo po ukusu. Pustimo da se sve lagano pirja oko 1 sat. Trebali bismo dobiti lagano zgusnuti umak. Ako je potrebno tijekom kuhanja dodamo još malo juhe ili vode. Jelo nekoliko puta promiješamo. Tijekom kuhanja osjeća se malo neobičan miris, ali jelo je vrlo ukusno. Obavezan prilog bubrezima u umaku je pire krumpir i zelena salata.



Domači kekxi iz mesoreznice (flajšmašine)



Recept za domače kekse je podedovan od babice Aleksandre Ščulac in je iz 60. let prejšnjega stoletja. Kekse je babica obvezno pekla dvakrat na mesec in jih shranjevala v stari pločevinasti škatli za kekse. Mama mi je povedala, da so takrat takšne škatle uporabljala gospodinjstva po celi Jugoslaviji. Keksi so bili odlični ob čaju ali kavi, otroci so jih namakali v toplo mleko.

Babica je naredila testo, ki mu je včasih dodala še malo kokosove moke. Lahko pa vanj dodamo naribano limonino lupinico ter malo limoninega soka. Tako sta nastali dve različici keksov. Babica je včasih v testo dodala tudi žlico sladke smetane.

Sestavine

1 kg mešane moke (ostre in gladke), 200 g sladkorja, 400 g zmehčanega masla (na sobni temperaturi), 4 jajca, polovico vrečke pecilnega praška, 2 vrečki vaniljevega sladkorja

Priprava

V posodo damo moko s pecilnim praškom. Moko obvezno presejemo. Nato dodamo še ostale sestavine in zamesimo. Testo mora biti mehko in kompaktno. Pustimo ga počivati vsaj pol ure na hladnem. Nato damo testo v mesoreznico, na katero smo pritrdili nastavek za kekse. Oblikujemo kekse v približni dolžini 5 cm (poljubno). Polagamo jih na namaščen pekač ali na peki papir. Keksi ne narastejo veliko. Pečico predhodno ogrejemo na približno 180 °C. Pečemo jih tako dolgo, da postanejo zlatorumeni (10 do 15 minut – odvisno od pečice). Ne smemo jih preveč zapeči. Ko jih vzamemo iz pečice, jih takoj odstranimo s pekača. Ohlajene shranimo v posodo za kekse.



Domaći kekxi na mašinu za mljevenje mesa (»flajšmašinu«)

Recept za domaće kekse potječe od moje bake Aleksandre Šćulac, je iz 60-ih godina prošlog stoljeća. Baka je pazila da se kekxi peku dvaput mjesečno i spremaju u staru limenu kutiju za kekse. Mama mi je pričala da su se takve kutije tada koristile u kućanstvima u cijeloj Jugoslaviji. Keksi su bili odlični uz čaj ili kavu, a djeca bi ih namakala u toplo mlijeko.

Baka je napravila tijesto, a zatim mu ponekad dodala malo kokosovog brašna. Može se dodati samo naribana korica limuna ili malo limunovog soka. Tako su nastale dvije vrste kekxa. Baka je ponekad u tijesto dodavala i žlicu slatkog vrhnja.

Sastojci

1 kg miješanog brašna (oštrog i glatkog), 200 g šećera, 400 g omekšanog maslaca (na sobnoj temperaturi), 4 jaja, oko pola vrećice praška za pecivo, 2 vrećice vanilin šećera

Priprema

U zdjelu stavimo brašno s praškom za pecivo. Brašno obavezno prosijemo. Zatim dodamo ostale sastojke i zamijesimo tijesto. Tijesto treba biti mekano i kompaktno. Ostavimo ga da odstoji na hladnom barem pola sata. Potom tijesto stavimo u mašinu za mljevenje mesa s nastavkom za kekse. Oblikujemo kekse u komade duljine otprilike 5 cm (po želji). Stavimo ih na namašćen lim za pečenje ili na papir za pečenje. Keksi se ne dižu puno. Zagrijemo pećnicu na oko 180°C. Pečemo ih dok ne porumene (10-15 minuta – ovisno o pećnici). Ne smiju biti prepečeni. Kad ih izvadimo iz pećnice, odmah ih skinemo s lima za pečenje. Nakon što se ohlade, spremimo ih u posudu za kekse.



Limonina torta



Limonino torto smo v naši družini jedli samo enkrat na leto, in to je 29. maja, ko je imel dedi Tone Klepec rojstni dan. Bila je njegova najljubša sladica, ki mu jo je že kot otroku vedno spekla starejša sestra Regina, poročena Vlahović. Dedi je bil najmlajši v družini enajstih otrok, ki je živel v Beltincih, kjer so imeli tekstilno tovarno ter trgovino. Starejša sestra se je nato poročila v Beograd in je omi predala recept za »dedijevo torto«.

Sestavine za biskvitno testo

5 jajc, 25 dag sladkorja, 12 dag moke, pol vrečke pecilnega praška

Sestavine za kremo

1 zavitek masla, 20 dag sladkorja, limonin sok, limonina lupinica – čajna žlička (Limono naribamo in stisnemo sok.)

Okvirne sestavine za bešamel (dobiti moramo trdno maso, kar dosežemo z različnim razmerjem med moko in mlekom)

125 g masla, 500 ml mleka (približno), nekaj žlic moke

Priprava

Iz beljakov stepemo sneg. Rumenjake in sladkor penasto umešamo, dodamo presejano moko s pecilnim praškom ter premešamo. Na koncu med rahlim mešanjem dodamo beljakov sneg. Spečemo biskvitno testo. Pekač mora biti v velikosti približno 30 x 30 cm. Ko je testo pečeno, ga prerežemo na pol, da dobimo dve enaki polovici, ki ju nato položimo eno na drugo.



Torta od limuna



U našoj obitelji tortu od limuna jeli smo samo jednom godišnje i to 29. svibnja, kad je djed Tone Klepec imao rođendan. To je bio njegov omiljeni desert, koji mu je uvijek pekla starija sestra Regina, udana Vlahović, dok je bio dijete. Djed je bio najmlađi u obitelji od jedanaestero djece koja je živjela u Beltincima, gdje su imali tvornicu tekstila i trgovinu. Njegova starija sestra se potom udala u Beograd i prenijela recept za „djedovu tortu“ mojoj baki.

Sastojci za biskivit

5 jaja, 25 dkg šećera, 12 dkg brašna, ½ vrećice praška za pecivo

Sastojci za kremu

1 omot maslaca, 20 dkg šećera, sok od limuna, korica limuna – čajna žličica (naribati limun i iscijediti sok)

Približni sastojci za bešamel (potrebno je dobiti čvrstu masu, što se postiže mijenjanjem omjera brašna i mlijeka)

125 g maslaca, 500 ml mlijeka (otprilike), nekoliko žlica brašna

Priprema

Bjelanjke miksamo dok ne postanu čvrsti snijeg. Žumanjke i šećer miksamo dok ne postanu pjenasti, dodamo prosijano brašno s praškom za pecivo i promiješamo. Na kraju lagano miješajući dodamo snijeg od bjelanjkaka. Ispečemo biskvitno tijesto. Lim za pečenje treba biti veličine oko 30 x 30 cm. Kad se tijesto ispeče, prerežemo ga na pola da dobijete dvije jednake polovice, koje se zatim stave jedna na drugu.

Maslo pustimo dve do tri ure na sobni temperaturi, obvezno mora biti zmehčano. Dodamo mu sladkor in limonin sok. Sestavine stepamo, dodamo še limonino lupinico ter mešamo toliko časa, da dobimo gladko in puhasto zmes. Pazimo, da se nam ne sesiri! Če se nam sesiri, je treba narediti novo kremo.

Stalimo maslo in dodamo moko ter ob nenehnem mešanju pražimo tako dolgo, da se svetlo rumeno obarva. Nato počasi prilivamo mleko ter počasi kuhamo – približno 10 do 15 minut, da se zgosti. Med kuhanjem nenehno mešamo, da se ne prismodi. Za ta namen mora biti bešamelna omaka gosta in ne sme imeti grudic. Ohladimo.

Ohlajeni bešamel previdno zmešamo s kremo. Lahko bi naredili tudi samo kremo brez bešamela, vendar bi potem morali podvojiti količino. V originalu je oma vedno naredila bešamel. Polovico biskvita položimo na podlago ter ga premažemo s polovico kreme. Na namazano plast položimo drugo polovico biskvita. Podolgovato torto nato premažemo s preostalo kremo. Po želji jo lahko okrasimo z rezinami limone. Damo v hladilnik, da se dobro ohladi.



Maslac ostavimo na sobnoj temperaturi 2-3 sata, obavezno mora omekšati. Dodamo šećer i sok od limuna. Miksamo sastojke, dodamo koricu od limuna i miješamo dok ne dobijemo glatku i pahuljastu smjesu. Pazimo da se ne zgruša! Ako se zgruša, trebamo napraviti novu kremu.

Otopimo maslac i dodamo mu brašno te neprestano miješamo i pržimo dok ne postane svijetložuto. Zatim polako ulijemo mlijeko i kuhamo lagano, otprilike 10-15 minuta, dok se ne zgusne. Tijekom kuhanja neprestano miješamo kako ne bi zagorjelo. Za tu svrhu bešamel umak mora biti gust i bez grudica. Ohladite.

Ohlađeni bešamel pažljivo pomiješamo sa kremom. Mogli bismo napraviti i samo kremu bez bešamela, ali onda bismo morali udvostručiti količinu kreme. U originalu je moja baka uvijek radila bešamel. Polovicu biskvita stavimo na podlogu i premažemo je polovicom kreme. Na vrh stavimo drugu polovicu biskvita. Zatim duguljastu tortu premažemo preostalom kremom. Po želji možemo je ukasiti kriškama limuna. Stavimo u hladnjak da se dobro ohladi.



Pehtranova potica



Potica je najbolj znana tradicionalna slovenska sladica, toda ne le orehova, v Sloveniji se potica pogosto pripravlja z različnimi nadevi. Oma Iva Klepec je pekla odlične potice, ki jih je pripravljala za različne praznike (veliko noč, božič, novo leto) ali pa kar tako, za posladek ob nedeljah. Pehtranovo potico je običajno spekla za posladek ob nedeljah. Za vse vrste potic je uporabljala isti recept za testo. Oma sestavin za testo ni tehtala ali merila količine mleka. Vse je delala po občutku.

Sestavine za testo za potico (približne količine sestavin)

700 g moke, 100 g sladkorja, 3 rumenjaki, 1 kocka svežega kvasa, pol čajne žličke soli, 3 dl mleka (približno), 100 g masla, naribana limonina lupina

Sestavine za skutni nadev s pehtranom

0,5 kg nepasirane skute, 2 dl kisle smetane, 1 vrečka vaniljevega sladkorja, večjo pest drobno sesekljanega svežega pehtrana (lahko je tudi sušeni)

Posip

mleti sladkor

Priprava

Kvas damo v mlačno mleko z malo sladkorja in žličko moke, da vzhaja. V skledo damo moko, malo solimo ob robovih, v sredino nato vlijemo vzhajani kvas. Dodamo še naribano limonino lupino, ki smo jo dodali preostali količini mleka in sladkorja. Mešamo z leseno kuhalnico. Vse skupaj gnetemo (oma je to delala z rokami) ter dodamo stopljeno maslo. Gnetemo in dolivamo mleko po potrebi, da dobimo voljno in gladko testo, ki se ne prijemlje posode. Pustimo vzhajati na toplem približno eno uro, da se testo podvoji.

Vse sestavine za skutni nadev zmešamo.

Testo za potico razvaljamo, premažemo s skutnim nadevom ter po vsej površini nato potresemo še pehtran. Testo zvijemo in ga položimo v pekač. Pekač mora biti namaščen z maslom. V ogreti pečici na 50 °C pustimo vzhajati še pol ure. Nato potico pečemo pri približno 180 °C (odvisno od pečice) 45 do 60 minut. Po koncu peke potico še malo pustimo v pečici (15 minut), testo mora imeti lepo rjavkasto barvo. Potice ne smemo prepeči, da ne nastane trda skorja. Nato jo zvrnemo na podlago ter posipamo z mletim sladkorjem. Če imamo radi sladek okus, uporabimo malo več posipa. Pehtranova potica je najboljša še malo mlačna.

Zanimivost

Tradicionalna slovenska potica je pečena v potičniku. To je okrogel pekač z ravnim dnom, z luknjo na sredini in s pokončnimi rebri z zunanje strani, izdelan iz žgane gline, porcelana ali kakšnega drugega materiala.



Pehtranova potica (potica od estragona)

Potica je najpoznatiji tradicionalni slovenski kolač, ali ona nije samo od oraha, u Sloveniji često s različitim nadjevima. Oma Iva Klepec pekla je izvrsne potice, koje je pripremala za razne blagdane (Uskrs, Božić, Nova godina) ili pak jednostavno za nedjeljni kolač. Pehtranovu poticu obično je pekla kao nedjeljni kolač. Za sve vrste potica koristila je isti recept za tijesto. Oma nije vagala sastojke za tijesto niti mjerila količinu mlijeka. Sve je radila po osjećaju.

Sastojci za tijesto za poticu (približne količine sastojaka)

700 g brašna, 100 g šećera, 3 žumanjka, 1 kocka svježeg kvasca, pola žličice soli, 3 dl mlijeka (otprilike), 100 g maslaca, naribana korica limuna

Sastojci za nadjev od skute s estragonom

0,5 kg nepasirane skute, 2 dl kiselog vrhnja, 1 vrećica vanilin šećera, veća šaka sitno nasjeckanog svježeg estragona (može biti i sušeni)

Posip

šećer u prahu

Priprema

Kvasac stavimo u mlako mlijeko s malo šećera i žličicu brašna da se diže. Brašno stavimo u zdjelu, po rubovima posipamo malo soli, a u sredinu ulijemo dignuti kvasac. Dodamo naribanu koricu limuna, koja je dodana preostaloj količini mlijeka i šećera. Miješamo drvenom kuhačom. Sve zajedno umijesimo (oma je to radila rukama), dodamo otopljeni maslac. Mijesimo i po potrebi dodajemo mlijeko da dobijemo mekano i glatko tijesto koje se ne lijepi za zdjelu. Ostavimo da se diže na toplom mjestu oko sat vremena, dok se tijesto ne udvostruči.

Pomiješamo sve sastojke za nadjev od skute.

Razvaljamo tijesto za poticu, premažemo ga nadjevom od skute i posipamo estragonom po cijeloj površini. Zarolamo tijesto i stavimo ga u lim za pečenje. Lim za pečenje mora biti namazan maslacem. Ostavimo da se diže u prethodno zagrijanoj pećnici na 50°C još pola sata. Zatim pečemo poticu na oko 180°C (ovisno o pećnici) 45-60 minuta. Nakon pečenja, ostavimo poticu u pećnici još malo (15 minuta), tijesto treba imati lijepu smeđu boju. Potica ne smije biti prepečena, kako se ne bi stvorila tvrda korica. Zatim poticu preokrenemo na podlogu i posipamo šećerom u prahu. Ako volimo slatko, upotrijebimo malo više posipa. Potica od estragona je najbolja kad je još malo mlaka.

Zanimljivost

Tradicionalna slovenska potica peče se u potičniku. To je okrugla posuda za pečenje s ravnim dnom, rupom u sredini i uspravnim rebrima izvana, izrađena od pečene gline, porculana ili nekog drugog materijala.



Vinski liker



V 60. in 70. letih prejšnjega stoletja so imele hiše v Laškem, a tudi drugod po Slovenji, okoli vrtov in hiš posajeno vinsko trto, ki je bila lepo urejena. Poleti je brajda dajala senco, jeseni pa grozdje, ki so ga jedli, kuhali sok ali prešali v vino. Babica Aleksandra je iz takega mešanega grozdja kuhala vinski liker, ki so ga pile ženske.

Sestavine

1 l vina (prešano različno domače grozdje), 1 kg sladkorja, strok vanilje ali 2 vrečki vaniljevega sladkorja, 2 dl domačega žganja, sok 2 limon

Priprava

Skuhamo vino, sladkor ter vaniljo, da zavre. Dodamo žganje in limonin sok. Ohladimo, nalijemo v steklenice in dobro zapremo. Babica je liker hranila v shrambi na hladnem. Liker se je ponudil v kozarčkih na pečljih, ki so jih takrat uporabljali samo v ta namen.





Liker od vina

Šezdesetih i sedamdesetih godina prošlog stoljeća, kuće u Laškom, kao i drugdje u Sloveniji, imale su lijepo njegovane vinove loze zasađene oko svojih vrtova i kuća. Ljeti su pružale hlad, a u jesen je dozrijelo grožđe koje se jelo, od kojeg se pravio sok ili prešalo vino. Baka Aleksandra koristila je ovo miješano grožđe za izradu likera od vina, koji su pile žene.

Sastojci

1 l vina (prešanog od raznih domaćih sorti grožđa), 1 kg šećera, mahuna vanilije ili 2 vrećice vanilin šećera, 2 dl domaće rakije, sok od 2 limuna

Priprema

Vino, šećer i vaniliju zakuhamo, pustimo da zavrije. Zatim dodamo rakiju i sok od limuna. Ohladimo i ulijemo u boce te dobro zatvorimo. Baka je liker čuvala na hladnom mjestu u ostavi. Liker se nudio u malim čašicama na stalku, koje su se u to vrijeme koristile samo za tu svrhu.





Agata Klinar Medaković se je po ločitvi staršev z materjo iz rojstne vasi Brezno (občina Podvelka na Koroškem) v Sloveniji preselila na Hrvaško, ko je bila stara dvanajst let. Odrasla je v športni družini, v mladosti je trenirala alpsko smučanje in je bila svoj čas članica hrvaške smučarske reprezentance.

Zaposlena je v Svetu slovenske nacionalne manjšine Mesta Zagreb. Vpeta je v delovanje slovenske skupnosti, v sklopu katere po svojih močeh prispeva k njenemu delovanju. Je dolgoletna članica Kulturno-prosvetnega društva Slovenski dom Zagreb in urednica časopisa slovenske skupnosti *Novi Odmev*.

Družinski recepti

Vesela sem, ker me prijetni vonji in okusi jedi brezskrbnega in lepega otroštva spremljajo celo življenje. Zelo rada se spominjam počitnic na Štajerskem, ko nam je naša ljuba oma, Romana Pušnik, roj. Lampreht, z veliko ljubezni pripravljala enkratne jedi, med katerimi so se mi v spomin najbolj vrezale preproste in še kako okusne jedi, ki smo jih vsi imeli radi: mlečni zdrob, koruzni narastek in prežgana juha.

Zaradi preproste in hitre priprave sta mlečni zdrob in koruzni narastek tudi dandanes pogosto na jedilniku moje družine, bodisi kot zajtrk ali večerja. Prežgano juho pripravim za lajšanje prehlada ali trebušnih težav, saj blagodejno vpliva tudi na želodec in prebavo. Jedi vedno pripravim po ominih receptih.



Agata Klinar Medaković se nakon rastave roditelja, kad je imala 12 godina, s majkom preselila u Hrvatsku iz rodnog mjesta Brezno (općina Podvelka u Koruškoj) u Sloveniji. Odrasla je u sportskoj obitelji, u mladosti je trenirala alpsko skijanje i bila članica hrvatske skijaške reprezentacije.

Zaposlena je u Vijeću slovenske nacionalne manjine Grada Zagreba. Integrirana je u slovensku zajednicu u Zagrebu, gdje doprinosi svojim aktivnostima koliko god može. Dugogodišnja je članica Kulturno-prosvjetnog društva Slovenski dom Zagreb i urednica časopisa slovenske zajednice *Novi odmev*.

Obiteljski recepti

Sretna sam jer me ugodni mirisi i okusi jela bezbrižnog i lijepog djetinjstva prate kroz cijeli život. Vrlo rado se sjećam praznika u Štajerskoj, kad nam je naša oma – Romana Pušnik rođ. Lamprecht s velikom ljubavlju pripremala jedinstvena jela, među kojima su mi se u sjećanje urezala jednostavna, a opet ukusna jela koja smo najviše voljeli: griz na mlijeku, kukuruzni nabujak i prežgana juha.

Zbog jednostavne i brze pripreme, griz na mlijeku i kukuruzni nabujak i danas su često na jelovniku moje obitelji, bilo za doručak ili večeru. Prežganu juhu pripremam za ublažavanje prehlade ili želučanih tegoba, jer ona blagotvorno djeluje na želudac i probavu. Uvijek ih pripremam prema ominim receptima.

Prežgana juha



Sestavine za 4 osebe

1 žlica masla ali svinjske masti, 2 žlici moke, 1 l vode, sol po okusu in kumina po želji, 1 do 2 jajci, sesekljan peteršilj ali drobnjak

Priprava

V loncu razpustimo maslo ali mast. Po razpuščeni maščobi potrosimo moko in jo na šibkem ognju med mešanjem svetlo do rahlo rjavo popražimo. Pazimo, da moke ne zažgemo.

Postopoma prilivamo hladno vodo ter nenehno mešamo, da se stopijo vse grudice. Namesto vode lahko uporabimo jušno osnovo.

Po okusu začinimo s soljo, po želji tudi s kumino, in juho kuhamo 5 minut, da zavre.

V posodici dobro razžvrkljamo jajci in ju med nenehnim mešanjem počasi zakuhamo v vrelo juho. Kuhamo še 1 do 2 minuti, da jajci zakrkneta, potem lonec odstavimo. Juho serviramo v skodelice ali globoke krožnike ter takoj postrežemo. Po juhi pred serviranjem po želji potrosimo malo sesekljanega peteršilja ali drobnjaka.





Prežgana juha

Sastojci za 4 osobe

1 žlica maslaca ili svinjske masti, 2 žlice brašna, 1 l vode, sol po ukusu i kim po želji, 1- 2 jaja, sjeckano lišće peršina ili vlasac

Priprema

U loncu otopimo maslac ili svinjsku mast. Po rastopljenoj masnoći posipamo brašno i pržimo na laganoj vatri, miješajući dok ne postane lagano smeđe do smeđe. Pazimo da brašno ne zagori.

Postupno dodajemo hladnu vodu, neprestano miješajući dok se sve grudice ne otope. Umjesto vode možemo koristiti jušni temeljac.

Začinimo solju po ukusu i kimom po želji te kuhamo juhu još 5 minuta dok ne zakipi.

U zdjeli dobro umutimo jaja i polako ih ukuhamo u kipućoj juhi, neprestano miješajući. Kuhamo još 1 do 2 minute dok se jaja ne stisnu, zatim maknemo lonac sa štednjaka. Juhu serviramo u šalicama ili dubokim tanjurima i odmah poslužimo. Prije posluživanja juhu po želji posipamo s malo sjeckanog lišća peršina ili vlasca.



Mlečni zdrob



Sestavine

8 dcl mleka, 80 g pšeničnega zdroba, 4 žlice sladkorja, pol žličke soli, kakav

Priprava

V srednje veliki kozici zavremo mleko, ki smo mu dodali ščepec soli. Ko zavre, temperaturo nekoliko znižamo in vanj vsujemo pšenični zdrob. Dobro mešamo, da se zdrob ne sprime v kepice.

Med občasnim mešanjem na nizki temperaturi kuhamo zdrob približno še 10 minut. Malo pred koncem kuhanja dodamo sladkor.

Kuhani zdrob serviramo v skledice. Vsako skledico potresemo s kakavom in pripravljeno jed postrežemo.





Griz na mlijeku

Sastojci

8 dcl mlijeka, 80 g pšenične krupice, 4 žlice šećera, pola žličice soli, kakao

Priprema

U srednje velikom loncu zakuhamo mlijeko i dodamo prstohvat soli. Kad zavrije, malo smanjimo temperaturu i dodamo pšeničnu krupicu. Dobro promiješamo da se krupica ne slijepi u grudice.

Krupicu kuhamo na laganoj vatri oko 10 minuta, povremeno miješajući. Neposredno prije kraja kuhanja dodamo šećer.

Kuhanu krupicu poslužimo u zdjelicama. Svaku zdjelicu posipamo kakaom i pripremljeno jelo poslužimo.



Koruzni narastek



1,25 dcl ostre koruzne moke (za polento) vkuhamo v 7,5 dcl vrelega in malo slanega mleka. Ko se začne jed gostiti, primešamo 19 dag sladkorja, malo vanilje, 5 dag masla in prilijemo nekoliko ruma.

To mešanico preložimo v omaščen in pomokan pekač in jo pečemo pol ure v pečici na 200 °C. K narastku postrežemo pomarančni sok ali pogret ribezov sok.



Kukuruzni nabujak

1,25 dcl oštrog kukuruznog brašna (za palentu) kuhamo u 7,5 dcl kipućeg i lagano posoljenog mlijeka. Kad se jelo počne zgušnjavati, umiješamo 19 dkg šećera, malo vanilije, 5 dkg maslaca i ulijemo malo ruma.

Ovu smjesu prebacimo u namašćen i pobrašnjen kalup za pečenje i pečemo u pećnici pola sata na 200°C. Uz nabujak poslužimo sok od naranče ili zagrijani sok od ribizla.





Kristina Kliner prihaja iz Savinjske doline, natančneje iz Ljubnega ob Savinji, ki je znano po svetovnem prvenstvu v smučarskih skokih za ženske. Od nekdanj jo je vleklo v svet, zato se je odločila za študij mednarodnih odnosov. Njen poklic je diplomatka, zaposlena pa je na Ministrstvu za zunanje zadeve Republike Slovenije. Trenutno je konzulka na Veleposlaništvu Republike Slovenije v Zagrebu, kjer je službovala tudi med letoma 2013 in 2017. Rada potuje, hodi na trekinge in kuha.

Savinjska kuhinja je značilna za Zgornjo Savinjsko dolino in velja za del štajerske kuhinje. Podobno kot na preostalem Štajerskem tudi tu prevladujejo težke, kalorične jedi, pripravljene iz preprostih sestavin, kot so svinjina, moka, krompir, fižol, maslo, smetana in jajca. Jedi so skromne, a izjemno hranljive, saj so bile prilagojene težkim življenjskim razmeram v gorskem okolju.



Kristina Kliner dolazi iz Savinjske doline, točnije iz Ljubnog ob Savinji, koje je poznato po Svjetskom prvenstvu u skijaškim skokovima za žene. Oduvijek ju je privlačio svijet, stoga se i odlučila za studij međunarodnih odnosa. Po struci je diplomatkinja, a zaposlena je u Ministarstvu vanjskih poslova Republike Slovenije. Trenutno je konzulica u Veleposlanstvu Republike Slovenije u Zagrebu, gdje je također radila između 2013. i 2017. godine. Voli putovati, planinariti i kuhati.

Savinjska kuhinja tipična je za Gornju Savinjsku dolinu i smatra se dijelom štajerske kuhinje. Slično ostatku štajerske kuhinje, ovdje prevladavaju teška, visokokalorična jela pripremljena od jednostavnih sastojaka poput svinjetine, brašna, krumpira, graha, maslaca, vrhnja i jaja. Jela su skromna ali izuzetno hranjiva, jer su bila prilagođena teškim životnim uvjetima u planinskom okruženju.

Oženjena župa



Sestavine

30 dag krompirja, 2 jajci, moka, ocvirki, kis, sol

Priprava

Krompir olupimo, narežemo na kocke in ga stresemo v lonec ter zalijemo z mrzlo vodo. Iz jajc, malo moka in vode naredimo štrukeljce. Zakuhamo jih v krompirjevo juho, ko je krompir že skoraj kuhan. Juho lahko tudi zabelimo z ocvirki, okisamo, solimo in postrežemo.



Obrnjenik (Ubrnenik)

Med značilne jedi iz Savinjske doline sodi tudi obrnjenik ali ubrnenik, pastirska jed, pripravljena iz pšenične, koruzne ali ajdove moke. Zaradi preproste priprave in hranljivosti je bil obrnjenik med pastirji in kmeti zelo priljubljen.

Sestavine (za 4 do 6 oseb)

40 dag ajdove (ali pol ajdove in pol pšenične) moke, 2 dcl smetane, 2 žlici kuhanega ali surovega masla, 4 dcl mleka, sol

Priprava

V večji posodi najprej prepražimo moko, da se osuši. Moko zabelimo z raztopljenim maslom ali smetano, zalijemo z vročim mlekom, posolimo in dobro premešamo, da se sprime v kepo. Obrnjenik zvrnemo v skledo in oblikujemo lepo kepo ali manjše kroglice in ga zabelimo z maslom. Postrežemo ga s kislim mlekom, s čajem ali z belo kavo. Obrnjenik je slana in zelo nasitna jed, zato so ga pogosto jemali s seboj na delo, zavitega v hrenove liste, da je ostal svež.



Ožerjena župa

Sastojci

30 dkg krumpira, 2 jaja, brašno, čvarci, ocat, sol

Priprema

Krumpir ogulimo, narežemo na kockice i skuhamo. Od jaja, malo brašna i vode napravimo knedlice. Kuhamo ih u juhi od krumpira kad je krumpir gotovo kuhan. Na kraju juhu možemo oplemeniti čvarcima, dodamo ocat i sol te poslužimo.



Obrnjenik (Ubrnenik)

Među tipičnim jelima Savinjske doline je obrnjenik ili ubrnenik, pastirsko jelo od pšeničnog, kukuruznog ili heljdinog brašna. Jednostavna priprema i nutritivna vrijednost obrnjenika učinile su ga popularnim među pastirima i seljacima.

Sastojci (za 4 – 6 osoba)

40 dkg heljdinog (ili pola heljdinog i pola pšeničnog) brašna, 2 dcl vrhnja i 2 žlice kuhanog ili sirovog maslaca, 4 dcl mlijeka, sol

Priprema

U velikoj posudi prvo popržimo brašno dok ne postane suho. Pomiješamo ga s rastopljenim maslacem ili vrhnjem, ulijemo vruće mlijeko, dodamo sol i dobro promiješamo dok se ne formira kugla. Obrnjenik izokrenemo u zdjelu i oblikujemo lijepu kuglu ili manje kuglice te ga prelijemo maslacem. Poslužimo ga s kiselim mlijekom, čajem ili bijelom kavom. Obrnjenik je slano i vrlo zasitno jelo, stoga se često nosio na posao, omotan listovima hrena kako bi ostao svjež.



Solčavski masovnek



je preprosta in zelo hranljiva jed za hiter obrok, pripravljena iz moke in mlečne maščobe.

Sestavine (za 1 porcijo)

2 dcl sladke ali kisle smetane, 1 žlica ostre moke, 1 dcl mleka, sol

Priprava

Sladko ali kislo smetano rahlo osolimo in jo na nižji temperaturi kuhamo 5 do 10 minut. Ob nenehnem mešanju v smetano vmešamo moko in postopoma dolivamo še mleko, dokler se ne zgosti. Serviramo.



Trjet

Kljub skromnim sestavinam so jedi iz Savinjske doline izjemno okusne in imajo močan tradicionalni pečat, kar priča o bogati kulinarični dediščini tega dela Slovenije. V skromnih razmerah so se vedno porabila vsa živila.

Zanimiva je jed, t. i. trjet, ki je bila priljubljena sladica še po drugi svetovni vojni. Da se hrana ne bi zavrгла, so star, posušen kruh prelili z vinom in ga posladkali. Nič nenavadnega ni bilo, če so trjet za malico ponudili majhnim otrokom. To jed so jedle tudi porodnice, da so si opomogle po porodu.

Kruh lahko tudi popečemo in ga prelijemo z mešanico vina in vode.



Solčavski masovnek

je jednostavno i vrlo hranjivo jelo za jednostavan obrok, na bazi brašna i mliječnih masti.

Sastojci (za 1 porciju)

2 dcl slatkog ili kiselog vrhnja, 1 žlica oštrog brašna, 1 dcl mlijeka, sol

Priprema

Slatko ili kiselo vrhnje pažljivo posolimo i kuhamo ga na laganoj vatri 5 do 10 minuta. Brašno umiješamo u vrhnje uz stalno miješanje i postupno dodamo mlijeko dok se ne zgusne. Poslužimo.



Trjet

Unatoč skromnim sastojcima, jela iz Savinjske doline izuzetno su ukusna i imaju veliku tradiciju, što svjedoči o bogatoj kulinarskoj baštini ovoga dijela Slovenije. U skromnim okolnostima, sva hrana se uvijek potrošila.

Zanimljivo jelo je tzv. trjet, koji je bio popularan desert čak i nakon Drugog svjetskog rata. Kako se hrana ne bi bacala, stari osušeni kruh prelijevao se vinom i zaslađivao. Nije bilo neobično da se trjet nudio maloj djeci kao međuobrok. Ovo jelo jele su i rodilje kako bi se oporavile nakon poroda.

Kruh također možemo tostirati i preliti ga mješavinom vina i vode.



Zelje in beli žganci



Sestavine (za 4 osebe)

Za zelje: 1 zeljna glava, 3 večji krompirji

Za blago prežganje: 1 žlica masla ali olja, 1 velika žlica moke, sol in poper po okusu, kumina po želji

Za bele žgance: 20 dag pšeničnega zdroba, 3 dcl mleka, 1 dcl vode, ščep soli, po želji ocvirki

Priprava zelja

Zeljno glavo narežemo na večje kocke ali rezance in jih kuhamo. Kasneje dodamo še tri večje krompirje, narezane na večje kocke ali rezine. Kuhamo približno pol ure, odcedimo in pustimo nekaj vode, v kateri se je kuhalo zelje in krompir, ob strani za kasnejše redčenje.

Pripravimo blago prežganje: stopimo žlico masla ali olja, dodamo veliko žlico moke in zalijemo z malo vode. Prežganje zmešamo v precejeno in pretlačeno kuhano zelje in krompir. Posolimo, popopravimo, po želji dodamo kumino in tekočino, ki smo jo dali na stran, v primeru, da je jed pregosta.

Beli žganci

Na suho pražimo 20 dag pšeničnega zdroba (Zdrob ne sme biti instantni.). Medtem posebej zmešamo 3 dcl mleka in 1 dcl vode, tekočino posolimo ter zavremo. Ko se iz zdroba začne kaditi, ga odstavimo in zalijemo z mlekom ter mešamo do gostega. Po želji lahko tako narejene žgance zabelimo z ocvirki.

Namig

K tako pripravljenemu zelju in belim žgancem lahko postrežemo tudi kuhano govedino.





Kupus i bijeli žganci

Sastojci (za 4 osobe)

Za kupus: 1 glavica kupusa, 3 veća krumpira

Za blagu zapršku: 1 žlica maslaca ili ulja, 1 velika žlica brašna, sol i papar po ukusu, kim po želji

Za bijele žgance: 20 dag pšenične krupice, 3 dcl mlijeka, 1 dcl vode, prstohvat soli, po želji čvarci



Priprema kupusa

Glavicu kupusa narežemo na veće kocke ili rezance i kuhamo. Kasnije dodamo 3 veća krumpira narezana na veće kocke ili ploške. Kuhamo oko pola sata, ocijedimo i ostavimo sa strane dio vode u kojoj su se kuhali kupus i krumpir, za kasnije razrjeđivanje.

Pripremimo blagu zapršku: otopimo žlicu maslaca ili ulja, dodamo veliku žlicu brašna te ulijemo malo vode. Zapršku umiješamo u procijeđeni i zgnječeni kuhani kupus i krumpir, začinimo solju, paprom, po želji dodamo kim i tekućinu koju smo ostavili sa strane u slučaju da je pregusto.

Bijeli žganci

Na suho popržimo 20 dkg pšenične krupice (Krupica ne smije biti instant griz.). U međuvremenu, zasebno pomiješajmo 3 dcl mlijeka i 1 dcl vode, posolimo i zakuhamo. Kad iz krupice počne dimiti, maknemo je s vatre i prelijemo mlijekom te miješamo dok se ne zgusne. Po želji možemo žgance preliti poprženim čvarcima.

Savjet

Uz ovako pripremljen kupus i bijele žgance možemo poslužiti kuhanu govedinu.



Savinjski želodec



Ob posebnih priložnostih in praznikih je bil v naši družini na mizi obvezno savinjski želodec, ki je najbolj znana gastronomska posebnost Zgornje Savinjske doline. Gre za suho mesnino, pripravljeno iz najbolj kakovostnega svinjskega mesa in slanine, ki se začini s soljo, poprom in česnovno vodo. S to maso se nadeva svinjski želodec, ki se nato počasi suši in zori v tradicionalnih lesenih kaščah 4 do 5 mesecev. Uživamo ga lahko kot predjed, narezanega na tanke rezine. Ta vrhunski izdelek ima bogato tradicijo ter je zaščiten s priznano geografsko označbo, kar potrjuje njegovo izvirnost in kakovost.

Zanimivost

Okoli savinjskega želodca je seveda več zgodb, ki so tako ali drugače resnične.

Pokojni Franc Plesnik, nekdanji hotelir v Logarski dolini, je gostil številne ugledneže od blizu in daleč. Tako se je namerilo, da je kralj Aleksander, ki je imel v Bohinjski Bistrici svojo lovsko rezidenco, prišel preko Kamniškega sedla v družbi angleškega kralja v Logarsko dolino. Tam so se ustavili v hotelu Plesnik in si privoščili tudi nemalo savinjskega želodca. Angležem je bila jed tako všeč, da so poslej iz Logarske doline občasno pošiljali želodec na angleški dvor. O tem uspehu je stari Plesnik s ponosom pripovedoval po 2. svetovni vojni. Franc Plesnik je imel shranjene odpremnice, ki so bile dokaz, da je bil želodec redno pošiljan na angleški dvor, vendar so žal ti dokazi izginili v požaru, ki je leta 1944 upepelil Plesnikov hotel.

Toda ni treba seči v davna leta pred 1933, da bi razumeli navdušenje nad dobrim savinjskim želodcem. Le da je v današnjih časih zanj manj zanimanja med kronanimi glavami, zato pa ga je toliko več med obiskovalci Zgornje Savinjske doline.²

²Potrjena specifikacija za zgornjesavinjski želodec z zaščiteno geografsko označbo, št. 324-01-6/2002/62 od 22.4.2013, str. 8 in 9



Savinjski želodec

U posebnim prilikama i blagdanima, savinjski želodec je neizostavan na stolu naše obitelji, jer je najpoznatiji gastronomski specijalitet Gornje Savinjske doline. Riječ je o suhomesnatom proizvodu od najkvalitetnije svinjetine i slanine, koji se začini solju, paprom i češnjakovom vodom. Time se puni svinjski želudac, potom polako suši i odležava u tradicionalnim drvenim ostavama 4-5 mjeseci. Možemo ga kušati kao predjelo, narezan na tanke šnite. Ovaj vrhunski proizvod ima bogatu tradiciju i

zaštićen je priznatom oznakom zemljopisnog podrijetla, što potvrđuje njegovu originalnost i kvalitetu.

Zanimljivost

Naravno, postoji nekoliko priča vezanih uz savinjski želudac, koje su na ovaj ili onaj način istinite.

Pokojni Franc Plesnik, bivši hotelijer u Logarskoj dolini, ugostio je brojne ugledne goste. Tako se dogodilo da je kralj Aleksandar, koji je imao svoju lovačku rezidenciju u Bohinjskoj Bistrici, došao u Logarsku dolinu preko Kamniškog Sedla, u društvu engleskog kralja. Tamo su se zaustavili u hotelu Plesnik i počastili se obilnom porcijom savinjskog želuca. Englezima se jelo toliko svidjelo da su od tada povremeno slali želuce iz Logarske doline na engleski dvor. Stari Plesnik s ponosom je prepričavao taj uspjeh i nakon Drugog svjetskog rata. Franc Plesnik je čuvao otpremne dokumente koji su dokazivali da su se želuci redovito slali na engleski dvor, ali nažalost taj je dokaz nestao u požaru u kojem je izgorio Plesnikov hotel 1944. godine.

Pa, nema potrebe vraćati se u godine prije 1933., da bi razumijeli oduševljenje nad dobrim savinjskim želucom. Interes za njega je ovih dana manji među okrunjenim glavama, ali je velik među posjetiteljima Gornje Savinjske doline.²

²Odobrena specifikacija za gornjosavinjski želudac sa zaštićenom oznakom zemljopisnog podrijetla, br. 324-01-6/2002/62 od 22.4.2013., str. 8 i 9





Alenka Krajac, roj. *Jošt*, je rojena v Ljubljani, v Zagrebu pa živi od leta 1957. Ko se je preselila v Zagreb, ji je postala najbližja preprosta hrvaška domača kuhinja. V njeni kuhinji se vrstijo tudi različne evropske jedi ter jedi po receptih iz Amerike in Kitajske. Rada posega po različnih kuharskih knjigah, prisluhne izkušenim gospodinjam, kasneje pa tudi sama poskusi pripraviti različne jedi. Člani njene družine zelo radi jedo tradicionalne slovenske jedi, zato na domači mizi ne manjkajo ajdovi žganci ob različnih obarah, beli žganci ob paprikašu, zaseke, ocvirki, ob praznikih pa v njihovem domu obvezno zadišijo manj znana pehtranova potica in druge slovenske dobrote.



Alenka Krajač, rođ. *Jošt*, rođena je u Ljubljani, a u Zagrebu živi od 1957. godine. Kad se doselila u Zagreb, najbliža joj je postala jednostavna hrvatska domaća kuhinja. Njezina kuhinja ispunjena je također raznim europskim jelima, jelima po receptima iz Amerike i Kine. Voli posegnuti za raznim kuharskim knjigama, slušatiiskusne domaćice, a kasnije i sama pokuša pripremiti razna jela. Njezina obitelj voli jesti tradicionalna slovenska jela pa se na njezinom stolu rado nađu heljdini žganci s raznim ujušcima, bijeli žganci s paprikašem, „zaseka“ (kosana mast), čvarci, a za vrijeme blagdana osjeti se neizostavan miris manje poznate „potice“ od estragona i drugih slovenskih delicija.

Ajdovi žganci po koroško



Žganci se med seboj razlikujejo med drugim tudi po načinu kuhanja. Nekateri jih kuhajo tako, da moko stresejo v krop, drugi pa moko pražijo brez maščobe v ponvi, nato ji med mešanjem prilivajo vrelo vodo, kot je v navadi na Koroškem. V tem primeru dobimo žgance v pravem pomenu besede. Recept, ki ga delim z vami, sem prevzela od skrbnika planinske koče, objavljen pa je bil v prilogi slovenskega dnevnega časopisa. Kasneje sem dober, a podoben recept za ajdove žgance našla v kuharski knjigi znanega slovenskega kuharskega mojstra Ivana Ivačiča.

Sestavine

½ l moke (od tega pol ostre bele moke in pol ajdove moke oz. po želji)
¾ l slane vrele vode

Zabela

popečena panceta, mast ali zaseka z ocvirki

Priprava

V širši kozici na zmernem ognju in z nenehnim mešanjem brez maščobe popražimo ajdovo moko. Ko vlaga iz moke izpuhti in moka postane sipka ter rahlo zadiši, jo postopoma prelijemo s slanim kropom. Če je zmes presuha, lahko dodamo še malo vrele vode. Dobro premešamo, da se vsa moka navlaži, nato pa pokrijemo in pustimo na toplem, ampak kuhalno ploščo izklopimo, da zmes v kepi počiva približno 5 minut. Zmes v kepi nato z vilicami razdrobimo v žgance, ki jih prelijemo s popečeno panceto ali z na masti popečenimi ocvirki. Tako pripravljene žgance takoj postrežemo.

Pripomba

Če žgance postrežemo z obaro ali mlekom, jih ne zabelimo.





Koruški heljodini žganci

Žganci se između ostalog razlikuju po načinu kuhanja. Neki ih kuhaju tako da u vrelu slanu vodu sipaju brašno, dok drugi u posudi na suho brašno peku bez masnoće, a zatim ga uz miješanje prelijevaju kipućom vodom, kako je to običaj u Koruškoj. U ovom slučaju dobivamo žgance u pravom smislu riječi. Recept koji dijelim s vama preuzela sam od jednog čuvara planinarskog doma, koji je bio objavljen u dodatku slovenskih dnevnih novina. Kasnije sam dobar, a sličan recept za heljdine žgance pronašla u kuharskoj knjizi poznatog slovenskog kuhara Ivana Ivačiča.



Sastojci

½ l brašna (od čega ½ oštrog bijelog brašna i ½ heljdinog brašna, ili po želji),
¾ l posoljene kipuće vode

Preljev

hrskava slanina (panceta), mast ili kosana slanina s čvarcima

Priprema

U širokom loncu na srednjoj vatri na suho bez masnoće prepržimo heljdino brašno, neprestano miješajući. Kad vlaga ispari iz brašna i brašno postane rastresito i blago mirisno, kipuću vodu postupno prelijemo preko prženog brašna. Ako je smjesa presuha, možemo dodati još malo kipuće vode. Dobro promiješamo da se sve brašno navlaži, a zatim pokrijemo i ostavimo smjesu u obliku grude na toplom, ali ne na vatri, da odstoji otprilike 5 minuta. Zatim, grudu smjese razbijemo vilicom u žgance i prelijemo ih prženom slaninom (pancetom) ili čvarcima prženim na masti. Tako pripremljene žgance odmah poslužite.

Napomena

Ako heljdine žgance poslužujemo kao prilog ili s mlijekom, nemojmo ih ničim prelijevati.





Ivanka Nikčević, roj. *Krešević* (1936–2018), se je rodila v Topolcu pri Ilirski Bistrici, kjer so jo poznali po vzdevku Tinetova. V društvo Slovenski dom Zagreb se je včlanila pred več kot štirimi desetletji, kmalu po selitvi v Zagreb. Bila je steber številnih dejavnosti, zvesta članica pevskega zbora, nekaj časa tudi njegova predsednica. Po njeni zaslugi je pevski zbor začel sodelovati na reviji pevskih zborov *Primorska poje*. Na številnih družabnih srečanjih v Slovenskem domu nas je razvajala s svojimi dobrotami. Kuharske recepte je nesebično delila v glasilu *Novi odmev* kot avtorica rubrike *Ne pozabimo slovenskih jedi*. Mi, Slovenci v Zagrebu, jo bomo ohranili v spominu kot najbolj nasmejano Primorko, nepogrešljivo članico Slovenskega doma Zagreb, našo Ivanko. Ivanka nas je po kratki in težki bolezni nenadoma zapustila leta 2018.

*V slovenski pokrajini, ki se imenuje Brkini, z največjim krajem – Ivankinim rojstnim krajem – Ilirsko Bistrico, so ljudje zelo povezani z naravo. Življenjski ritem njenim prebivalcem narekujejo gozdovi, hrana pa je močna in okusna. Najbolj priljubljene so enolončnice – goste jedi na žlico iz vseh vrst sezonske zelenjave: jota, ješprenjeva mineštra, koleraba, krompir v zevnici, fižol, zelje, repa, ohrovt, krompir, koruza, prosena kaša ... Zgodaj spomladi pa čemaž, regrat, fritaje in spomladanske solate. V teh krajih slovijo tudi domače mesnine: klobase, rolana panceta, pršut, dobrote iz divjačine. Brkini so pravi raj za slive – češplje – in jabolka, iz katerih gospodinje pripravljajo razne sladice, od potic do zavitkov. Od številnih receptov, ki jih je Ivanka delila z bralkami in bralci v glasilu *Novi odmev* v rubriki *Ne pozabimo slovenskih jedi*, sem kot urednica kuharske knjige izbrala naslednje:*





Ivanka Nikčević, rođ. *Krešević* (1936.–2018.) rođena

je u Topolcu kod Ilirske Bistrice, gdje je bila poznata pod nadimkom Tinetova. Društvu Slovenski dom Zagreb pridružila se prije više od četiri desetljeća, nedugo nakon preseljenja u Zagreb. Bila je stup brojnih aktivnosti, vjerna članica pjevačkog zbora, a neko vrijeme i njegova predsjednica. Zahvaljujući njoj, zbor je počeo sudjelovati na festivalu pjevačkih zborova *Primorska poje*. Na brojnim društvenim okupljanjima u Slovenskom domu razmazila nas je svojim delicijama. Nesebično je dijelila svoje kuharske recepte u biltenu Novi odmev, kao autorica kolumne *Ne zaboravimo slovenska jela*. Mi, Slovenci u Zagrebu, pamtit ćemo je kao najnasmijaniju Primorku, neizostavnu članicu Slovenskog doma Zagreb, našu Ivanku. Nakon kratke i teške bolesti, iznenada nas je napustila 2018. godine.



*U slovenskoj regiji Brkini, s najvećim gradom Ilirskom Bistricom – Ivankinim rodnim mjestom - ljudi su vrlo povezani s prirodom, ritam života diktiraju šume, a hrana je jaka i ukusna. Najpopularnija su variva – gusta jela pripremljena od svih vrsta sezonskoga povrća: jota, maneštra od ječma, korabica, krumpir s kiselim kupusom, grah, kupus, repa, kelj, krumpir, kukuruz, kaša od prosa... U rano proljeće tu su medvjedi luk, maslačak, „fritaje“ i proljetne salate. Ova mjesta poznata su i po domaćim mesnim proizvodima: kobasicama, rolanoj panceti, pršutu i delicijama od divljači. Brkini su pravi raj za šljive – „češplje“ i jabuke, od kojih domaćice pripremaju razne slastice, od potica do savijača (štrudli). Od mnogih recepata koje je Ivanka rado podijelila u biltenu Novi odmev u rubrici *Ne zaboravimo slovenska jela*, kao urednica kuharske knjige odabrala sam sljedeće:*

Srnjakova pečenka



Sestavine

srnjakovo stegno, pleče ali vratovina, trije korenčki, steblo zelene, 2 čebuli, poper v zrnju, brinove jagode, vejica rožmarina, lovorjev list, mast, sol, 0,5 l rdečega vina

Priprava

Dan poprej pripravimo kvašo za meso: vso zelenjavo narežemo na kolobarje in jo v večji posodi pomešamo z mesom, začimbami ter mešanico vina in vode v razmerju 1 : 1. Meso naj bo prekrito s tekočino. Pustimo ga na hladnem čez noč. Naslednji dan damo v pekač dobro žlico masti, vso zelenjavo iz kvaše, meso pa še dobro natremo s soljo. Zalijemo z malo tekočine iz kvaše in pečemo na 200 °C eno do dve uri, odvisno od velikosti kosov mesa. Ko je pečeno, ga vzamemo iz pekača in pustimo počivati. Zelenjavo pretlačimo, da nastane omaka, ki jo postrežemo k narezani pečenki. Priloga naj bo polenta ali kruhovi cmoki ter radič ali solata.





Pečena srnetina

Sastojci

Srneći but, plečka ili vratina, 3 mrkve, stabljika celera, 2 luka, zrna papra, bobice kleke, ružmarin, lovorov list, mast, sol i 0,5 l crnog vina

Priprema

Marinadu za meso pripremimo dan ranije: sve povrće narežemo na kolutiće, dodamo začine i pomiješamo ih s mesom u velikoj posudi te prelijemo mješavinom (1:1) vina i vode. Meso treba biti prekriveno tekućinom. Ostavimo na hladnom mjestu preko noći. Sljedeći dan u posudu za pečenje stavimo dobru žlicu masti, sve povrće iz marinade i dobro natrljamo meso solju. Prelijemo s malo tekućine iz marinade i pečemo na 200°C 1-2 sata, ovisno o veličini komada mesa. Kad se ispeče, izvadimo ga iz posude za pečenje i ostavimo da odstoji. Povrće zgnječimo da dobijemo umak koji se poslužuje uz narezano pečenje. Poslužimo s palentom ili okruglicama od kruha te radičem ili salatoma kao prilog.





Aleluja je jed iz kuhanih posušenih olupkov repe. Po ljudskem izročilu naj bi bila ta velikonočna jed spomin na čas lakote, ko ljudje tudi na velikonočni praznik niso imeli drugega za pod zob kot repne olupke. Številne lakote so preživeli naši predniki, zato lahko le ugibamo, katera lakota je bila najhujša. Morda je aleluja spomin na lakoto po hudih turških vpadih na začetku 16. stoletja, morda na lačna leta po Napoleonovih vojnah ali na čas po ljubljanskem potresu l. 1895.

Sestavine

1 velika pest posušenih olupkov repe, 1,5 l vode, 200 g moke, žlica svinjske masti z ocvirki, 1 manjša čebula, sol

Priprava

Posušene olupke repe damo v vroč krop. Ko se nekaj časa kuhajo, jih odcedimo in operemo. Oprane spet zalijemo z vrelo vodo in jih kuhamo toliko časa, da postanejo mehki. V drugi kozici posebej skuhamo moko na vodi, vendar ne pregosto; kuhamo jo dobre pol ure. V ponvi segrejemo svinjsko mast z ocvirki, na kateri prepražimo seseklano čebulo, da postane zlato rumene barve. Prežganje s čebulo stresemo k moki z vodo in dodamo še odcejene kuhane olupke, ki jih malo pretlačimo, in vse skupaj kuhamo še nekaj časa. Če je jed pregosta, jo zalijemo z vodo ali juho. Začinimo in postrežemo. Kuhane olupke repe lahko jemo tudi kot prilogi poleg suhega svinjskega mesa ali pečenke.





Aleluja – sušene kore repe. Prema narodnoj predaji, ovo uskrsno jelo smatra se sjećanjem na vrijeme gladi, kad ljudi nisu imali što jesti osim kora repe, čak ni na Uskrs. Naši preci su preživjeli mnoge gladi, pa možemo samo nagađati koja je glad bila najgora. Možda je „aleluja“ sjećanje na glad nakon teških turskih provala početkom 16. stoljeća, možda gladne godine nakon napoleonskih ratova ili vrijeme nakon ljubljanskog potresa 1895. godine?

Sastojci

1 velika šaka suhih kora repe, 1,5 l vode, 200 g brašna, žlica masti s čvarcima, 1 manji luk, sol

Priprema

Suhe kore repe stavimo u kipuću vodu. Nakon što se neko vrijeme kuhaju, ocijedimo ih i operemo. Nakon što ih operemo, ponovo ih prelijemo kipućom vodom i kuhamo dok ne omekšaju. U drugoj, manjoj, posudi skuhamo brašno u vodi, ali da nije pregusto; kuhamo ga dobrih pola sata. U tavi zagrijemo svinjsku mast s čvarcima, u kojoj popržimo nasjeckani luk dok ne porumeni. Zapršku sa lukom dodamo brašnu s vodom i ocijeđenim kuhanim korama koje zgnječimo i sve skupa kuhamo još malo. Ako je jelo pregusto, dodamo malo vode ili temeljca. Začinimo i poslužimo. Kuhane kore repe mogu se jesti i kao prilog sa sušenom svinjetinom ili pečenjem.



Koleraba po domače



Koleraba ni najbolj priljubljena zelenjava, vendar si zasluži svoje mesto v zdravi prehrani, pa tudi v otroški prehrani. Nepravično je zapostavljena, saj jo lahko uživamo pripravljeno na različne načine, surovo ali kuhano. Rumena koleraba je zelenjava, ki je najboljša za pripravo enolončnic.

Sestavine

1 kg krompirja, 0,5 kg rumene kolerabe, 2 čebuli, 3 stroki česna, 200 g kuhanega fižola, mast, sol, poper, lovorjev list, suho svinjsko stegno ali rebrca

Priprava

Meso prekuhamo in odcedimo. Olupljeno kolerabo narežemo na kocke, dodamo sesekljano čebulo, strt česen, lovorjev list in suho meso ter zalijemo z dvema litroma vode. Ko je koleraba napol kuhana, dodamo na kocke narezan krompir (dva prerežemo samo na pol) in kuhamo do mehkega. Nato dodamo kuhan fižol. Jed zgostimo tako, da zmečkamo polovičke krompirja. Solimo in popramo po okusu. Enolončnica naj še malo prevre.





Koraba na domaći način

Koraba nije najpopularnije povrće, no zaslužuje svoje mjesto u zdravoj prehrani, ali i kod prehrane djece. Nepravедno je zapostavljena, a može se jesti pripremljena na razne načine, sirova ili kuhana. Žuta koraba je povrće, najbolje za pripremu variva.

Sastojci

1 kg krumpira, 0,5 kg žute korabe, 2 luka, 3 češnja češnjaka, 200 g kuhanog graha, mast, sol, papar, lovorov list, sušeni svinjski but ili rebra

Priprema

Meso skuhamo i ocijedimo. Oguljenu korabu narežemo na kockice, dodamo nasjeckani luk, zgnječeni češnjak, lovorov list i suho meso te prelijemo s 2 litre vode. Kad je koraba napola kuhana, dodamo krumpir narezan na kockice (2 prerežemo samo na pola) i kuhamo dok ne omekša. Zatim dodamo kuhani grah. Jelo zgusnemo zgnječenjem polovica krumpira. Dodamo po ukusu sol i papar. Pustimo da se varivo još kratko kuha.



Jabolčni štrudelj (zavitek)



Sestavine

Za testo: 0,5 kg moke, 4 žlice olja, malo sladkorja in soli, 1 jajce, mlačna voda

Za nadev: 3 kg jabolk, 250 g masla, 100 g drobtinic, sladkor, 2 lončka kisle smetane, 2 jajci, cimet

Priprava

Sestavine za testo premešamo s kuhalnico v posodi, testo nato zvrnemo na desko in ga mesimo toliko časa, da postane gladko in elastično. Namažemo ga z oljem in pustimo počivati vsaj 30 minut. Medtem pripravimo nadev. Drobtinice prepražimo na maslu in pustimo, da se ohladijo. Jabolka olupimo, naribamo na lističe. Jajca, sladkor in kislo smetano stepemo, dodamo jabolka, drobtinice in cimet ter vse premešamo. Nato razvlečemo testo, ga pokapamo z maslom in enakomerno potresemo z jabolki. Testo pazljivo zavijemo in položimo v dobro namaščen pekač. Pečemo na 180 °C približno 40 minut. Pečen zavitek potresemo s sladkorjem v prahu. Enako pripravimo češpljev štrudelj – štrudelj s slivami.





Štrudla od jabuka (savijača)

Sastojci

Za tijesto: 0,5 kg brašna, 4 žlice ulja, malo šećera i soli, 1 jaje, mlaka voda

Za nadjev: 3 kg jabuka, 250 g maslaca, 100 g krušnih mrvica, šećer, 2 kisela vrhnja, 2 cijela jaja, cimet

Priprema

Sastojke za tijesto pomiješamo s kuhačom u zdjeli, zatim tijesto prebacimo na dasku i mijesimo dok ne postane glatko i elastično. Premažemo ga uljem i ostavimo da odstoji najmanje 30 minuta. U međuvremenu pripremimo nadjev. Na maslacu popržimo krušne mrvice i ostavimo da se ohlade. Jabuke ogulimo, narežemo na ploške. Umutimo jaja, šećer i kiselo vrhnje, dodamo jabuke, krušne mrvice i cimet te sve promiješamo. Zatim razvučemo tijesto, pokapamo ga maslacem i ravnomjerno posipamo jabukama. Pažljivo zamotamo tijesto i stavimo na dobro namašćen lim za pečenje. Pečemo na 180°C oko 40 minuta. Kad se savijača ispeče, posipamo šećerom u prahu. Na isti način pripremamo štrudlu od šljiva.



Velikonočna primorska pinca



Pinca je tradicionalna velikonočna sladica. Postrežemo jo lahko za zajtrk, kot sladico po kosilu ali večerji. Poleg šunke je pinca kraljica na praznično pogrnjeni velikonočni mizi.

Sestavine (za 3 hlebčke)

600 g moke, kocka svežega kvasa , 8 rumenjakov, 100 g sladkorja, 100 g masla, naribana lupinica 1 limone, 1 žlica ruma, ščepec stolčenega janeža, 1 dl kisle smetane, ščepec soli, 4 do 5 dl mlačnega mleka, vaniljev sladkor

Priprava

Rumenjake in sladkor penasto umešamo, dodamo rum, limonino lupino, stolčen janež, kislo smetano, stopljeno maslo in mleko ter vse vlijemo k moki z vzhajanim kvasom. Zgnetemo gladko testo, ga damo v skledo, pokrijemo s prtičem in pustimo vzhajati na toplem. Vzhajano testo razdelimo na 3 hlebčke, ki jih damo na velik pekač, obložen s papirjem za peko. Hlebčke pokrijemo s primerno velikimi skledami, da ohranijo okroglo obliko, in jih pustimo vzhajati še pol ure. Nato jih premažemo s stepenim rumenjacom in od sredine navzven naredimo tri zareze. V pečici na 180 °C pečemo pince okrog 45 minut.



Uskrsna primorska pinca

Pinca je tradicionalni uskrsni kolač. Možemo je poslužiti za doručak, nakon ručka ili večere i uz šunku, kraljica je svečano postavljenog uskrsnoga stola.

Sastojci (za tri kruščića)

600 g brašna, kocka svježeg kvasca, 8 žumanjaka, 100 g šećera, 100 g maslaca, naribana korica 1 limuna, 1 žlica ruma, prstohvat usitnjenog anisa, 1 dl kiselog vrhnja, prstohvat soli, 4 do 5 dl mlakog mlijeka, vanilin šećer

Priprema

Žumanjke i šećer miksamo dok ne postanu pjenasti, dodamo rum, limunovu koricu, usitnjeni anis, kiselo vrhnje, rastopljeni maslac i mlijeko te sve ulijemo u brašno s aktiviranim kvascem. Umijesimo glatko tijesto, stavimo ga u zdjelu, pokrijemo ubrusom i ostavimo da se diže na toplom mjestu. Dignuto tijesto podijelimo na tri kruščića koje stavimo na veliki lim za pečenje obložen papirom za pečenje. Kruščiće prekrijemo prikladno velikim zdjelama kako bi zadržale okrugli oblik i ostavimo da se dižu još pola sata. Zatim ih premažemo razmućenim žumanjkom i napravimo tri reza od sredine prema van. Pince pečemo u pećnici na 180°C oko 45 minuta.





Stanka Novković je rojena v Zagrebu, kjer je tudi odrasčala. Oba starša sta bila Slovenca, zato je bila družina vse življenje močno povezana s Slovenijo. Vezi s sorodniki so ostale močne, tudi sedaj, že v tretji generaciji njene družine. Šolske počitnice sta s sestro redno preživljali pri stari mami ali pri tetah na Dolenjskem. Na tiste čase je ohranila najlepše spomine. Med spomini so tudi spomini na vonje in okuse jedi, ki so jih jim pripravljale stara mama ali tete in jih z velikim veseljem postavljale na mizo. Otroci takrat niso bili preveč navdušeni nad temi jedmi, ker so bili izbirčni, kot so ponavadi bolj ali manj vsi otroci, zdaj pa jo vedno gane spomin na tiste čase. Razvedri se tako, da tudi sama skuha jedi po receptih svoje stare mame.



Stanka Novković rođena je u Zagrebu, gdje je i odrasla. Oba roditelja bili su Slovenci, pa je obitelj tijekom cijelog života imala snažne veze sa Slovenijom. Veze s rodbinom ostale su jake, čak i sad, u trećoj generaciji njezine obitelji. Ona i njezina sestra redovito su provodile školske praznike kod bake ili teta u Dolenjskoj. Sačuvala je najljepše uspomene na ta vremena. Među uspomenama su i sjećanja na mirise i okuse jela koja su im baka ili tete pripremale i s velikom radošću stavljale na stol. Djeca u to vrijeme nisu bila previše oduševljena tim jelima, jer su bila izbirljiva, kao što manje-više sva djeca obično jesu, ali sad je uvijek dirne sjećanje na ta vremena. Oraspoloži se kuhajući jela po bakinim receptima.

Telečja obara (ajmoht) z vodnimi žličniki



Kaj je pravzaprav definicija za jed, ki velja za staro slovensko narodno jed, pripravljeno iz različnih vrst mesa, vključno z drobovino? Običajno rečemo, da gre za eno jed z dvema imenoma – obara ali ajmoht. V starih kuharskih knjigah boste prebrali, da gre za podobni jedi, ki se razlikujeta le v nekaterih podrobnostih. Pravzaprav gre za enolončnico, ki jo postrežemo kot samostojen obrok. V preteklosti so jo stregli na različnih praznovanjih in je del tradicionalne slovenske kuhinje. Obara je še posebej dobra, kadar jo postrežemo z ajdovimi žganci. Danes obare vsebujejo več zelenjave.

Sestavine za obaro (ajmoht)

600 g teletine (vrat, prsi ali pleče), 3 žlice svinjske masti (ali olja), 150 g sesekljanе čebule, 1 sesekljan strok česna, 200 g jušne zelenjave (2 korenčka, peteršiljeva korenina, kos gomoljne zelene, por, koleraba), sol, košček limonine lupine, 1 lovorjev list, majaron in timijan po okusu, 1 žlica moke, 2 žlici vinskega kisa ali limonin sok

Sestavine za vodne žličnike

100 g moke, 1 jajce, mlačna voda, ščepec soli

Priprava obare

Meso narežemo na manjše kose, čebulo in česen na drobno sesekljamo, jušno zelenjavo operemo ter narežemo na kolobarje ali manjše kocke. V pripravljeni posodi segrejemo svinjsko mast/olje in na tem hitro popečemo meso. Popečeno meso preložimo v drugo posodo in na isti masti/olju prepražimo čebulo in česen. Dodamo očiščeno in narezano zelenjavo za juho in jo pražimo nekaj minut ter potem dodamo še popečeno meso. Jed zalijemo z vodo (cca 1,5 l), dodamo limonino lupino, lovorjev list, majaron in timijan ter pustimo počasi vreti najmanj pol ure. Na koncu obaro okisamo še s kisom ali limoninim sokom.

Priprava vodnih žličnikov

Iz moke, jajca, soli in mlačne vode zamešamo testo. Temeljito ga stepamo z metlico toliko časa, da se začnejo delati mehurčki. Testo mora biti bolj gosto in brez grudic. Ko je obara, tj. meso, skoraj kuhana, vanjo zakuhamo žličnike. Najbolj običajno je, da z navlaženo žlico zajemamo maso in žličnike spuščamo v vrelo obaro. Žličnike v obari kuhamo še 5 minut in postrežemo.



Teleća obara (ajmoht) s vodenim žličnjacima

Koja je zapravo definicija ovoga jela koje se smatra starim slovenskim nacionalnim jelom, pripremljenim od raznih vrsta mesa, uključujući i iznutrice? Obično kažemo da je to jelo s dva naziva – obara ili ajmoht. U starim kuharskim knjigama pročitat ćete da su to slična jela koja se razlikuju samo u nekim detaljima. To je zapravo varivo koje se poslužuje kao samostalan obrok. U prošlosti se služio na raznim svečanostima, a dio je tradicionalne slovenske kuhinje. Posebno su dobre obare poslužene s heljdinim žgancima. Danas obare sadrže više povrća.

Sastojci za obaru (ajmoht)

600 g teletine (vrat, prsa, plećka), 3 žlice svinjske masti (ili ulja), 150 g nasjeckanog luka, 1 nasjeckani češanj češnjaka, 200 g povrća za juhu (2 mrkve, korijen peršina, komad korijena celera, poriluk, korabica), sol, komadić limunove korice, 1 lovorov list, mažuran i majčina dušica po ukusu, 1 žlica brašna, 2 žlice vinskog octa ili soka od limuna

Sastojci za vodene žličnjake

100 g brašna, 1 jaje, mlaka voda, prstohvat soli

Priprema obare

Meso narežemo na manje komade, sitno nasjeckamo luk i češnjak, operemo povrće za juhu, očistimo mrkvu, korijen peršina i celera, poriluk i korabu te ih narežemo na kolutiće ili male kockice. U pripremljenoj posudi zagrijemo svinjsku mast/ulje i na njoj naglo popržimo meso. Prebacimo ga u drugu posudu i na istoj masti/ulju popržimo luk i češnjak, dodamo očišćeno i nasjeckano povrće za juhu i popržimo ga još nekoliko minuta, zatim dodamo prženo meso i zalijemo vodom (cca 1,5 l), dodamo koricu limuna, lovorov list, mažuran i majčinu dušicu te pustimo da se lagano krčka još najmanje ½ sata. Na kraju dodamo nekoliko kapi octa ili soka od limuna.

Priprema vodenih žličnjaka

Od brašna, jaja, soli i mlake vode umijesimo tijesto. Dobro ga miješamo pjenjačom dok se ne počnu stvarati mjehurići. Tijesto treba biti gušće i bez grudica. Kad je meso u obari (ajmohtu) gotovo kuhano, ukuhamo vodene žličnjake. Najčešći način je da navlaženom žlicom zgrabimo komadiće tijesta i ubacimo ih u lagano kipuću obaru (ajmoht). Žličnjake u obari kuhamo još 5 minuta i poslužimo.



Tople kumare s krompirjem



Tople kumare s krompirjem so okusna in prijetno nasitna enolončnica na žlico. Jed je znana po celi Sloveniji, posebej na podeželju, kjer so gospodinje znale uporabiti vse domače pridelke, da so popestrile jedilnik. Tople kumare največkrat pripravljamo v poletnih mesecih, saj je to jed, ki osveži. Če imamo poleti preveč kumar, jih olupimo, naribamo, količinsko razdelimo za eno kosilo in jih zamrznemo. Tako lahko popestrimo jedilnik tudi po končani sezoni kumar.

Sestavine

500 g kumar, 500 g krompirja, 2 žlici masti, 1 čebula, pol žličke sladkorja, 2 žlici moke, nekaj žlic smetane, kis, sol, poper, česen po okusu

Priprava

Kumare olupimo, jih naribamo na rezine ter posolimo, da spustijo vodo. Krompir olupimo, narežemo na kocke in skuhamo v slani vodi. Ko je krompir kuhan, ga odcedimo in dobro pretlačimo. Vode, v kateri se je kuhal krompir, ne zavržemo. V kozici raztopimo mast, na kateri prepražimo drobno sesekljano čebulo, potreseno s sladkorjem. Ko ta zarumeni, dodamo moko in jo prepražimo ter dodamo še ožete kumare. Zmes hitro premešamo in zalijemo z vodo, v kateri se je kuhal krompir. Dodamo še žlico kisa in pustimo zavreti. Jedi dodamo kuhan in pretlačen krompir, poper in nasekljani česen, solimo po okusu, dobro premešamo in kuhamo še nekaj minut. Ko je jed kuhana, dodamo smetano in postrežemo.





Topli krastavci s krumpirom

Topli krastavci s krumpirom ukusno su varivo koje se jede na žlicu i ugodno je zasitno. Jelo je poznato diljem Slovenije, posebno na selu, gdje su domačice znale iskoristiti domaće povrće kako bi obogatile jelovnik. Topli krastavci najčešće se pripremaju u ljetnim mjesecima, jer su osvježavajuće jelo. Ako ljeti imamo višak krastavaca, ogulimo ih, naribamo, podijelimo količinu za jedan ručak i zamrznemo. Na taj način možemo obogatiti jelovnik i izvan sezone krastavaca.



Sastojci

500 g krastavaca, 500 g krumpira, 2 žlice masti, 1 luk, ½ žličice šećera, 2 žlice brašna, nekoliko žlica vrhnja, ocat, sol, papar, češnjak po ukusu

Priprema

Krastavce ogulimo i naribamo na ploške te posolimo da puste vodu. Krumpir ogulimo, narežemo na kockice i skuhamo u slanoj vodi. Kad je krumpir kuhan, ocijedimo ga i dobro ga zgnječimo. Vodu u kojoj se kuhao krumpir sačuvamo. U posudi otopimo mast i popržimo sitno nasjeckani luk sa šećerom. Kad porumeni, dodamo brašno i popržimo ga, dodamo ocijedene krastavce, brzo promiješamo i ulijemo vodu u kojoj se kuhao krumpir, dodamo žlicu octa i pustimo da zavrije. Zatim dodamo kuhani i zgnječeni krumpir, papar, sitno nasjeckani češnjak, sol po ukusu, dobro promiješamo i kuhamo još nekoliko minuta. Kad je jelo dovršeno, dodamo vrhnje i poslužimo.



Janeževi upognjenci



Janeževe upognjence je zaradi njihove obstojnosti mogoče ob različnih priložnostih, še posebej ob praznikih, podariti kot sladko darilce. Lično jih zavijemo ali pa jih damo v darilno škatlo, obdarovanci jih bodo vedno zelo veseli.

Sestavine

4 jajca, 21 dag sladkorja, 21 dag moke, janež (anis)

Priprava

Jajca in sladkor penasto umešamo, da se sladkor popolnoma raztopi. Ob rahlem mešanju z žlico dodajamo moko, da nastane enakomerna svetla zmes kot za biskvit. Pekač obložimo s peki papirjem, ki je treba pred vsakim novim krogom pečenja namastiti z maslom, nato nanj s kavno žličko nanašamo zmes precej narazen (najmanj 4 cm) ter vsak kupček zmesi posujemo z janežem. Tako pripravljen pekač damo v segreto pečico na 180 °C. Piškoti so hitro pečeni, približno v 8 minutah, ko se temno obarva zunanji rob. Še vroče upognemo tako, da jih vlagamo v ozke kozarce. Čim otrdijo, jih pobereмо iz kozarčkov in ohladimo na rešetki. Hranimo jih v dobro zaprti posodi.





Kolačići od anisa (janeževi upognjenci)



U raznim prigodama, posebno tijekom blagdana, kolačići od anisa (janeževi upognjenci) mogu se pokloniti zbog svoje trajnosti i kao slatki dar. Lijepo ih zamotajte ili stavite u poklon kutiju, primatelji će uvijek biti jako sretni!

Sastojci

4 jaja, 21 dkg šećera, 21 dkg brašna, anis

Priprema

Jaja i šećer miksamo dok ne postanu pjenasti i dok se šećer potpuno ne otopi. Uz lagano miješanje žlicom dodamo brašno dok ne postane jednolična lagana masa kao za biskvit. Lim za pečenje obložimo papirom za pečenje, obavezno ga namažemo maslacem prije svakog novog kruga pečenja, zatim po njemu na znatnoj udaljenosti (najmanje 4 cm) žličicom rasporedimo masu i svaki humčić mase posipamo anisom. Tako pripremljeni lim za pečenje stavimo u zagrijanu pećnicu na 180°C. Kolačiće pečemo kratko, oko 8 minuta, kad vanjski rub potamni. Dok su još vrući, savijemo ih stavljajući u uske čašice. Čim se stvrdnu, izvadimo ih iz čašica i ohladimo na rešetki. Čuvamo ih u dobro zatvorenoj posudi.





Cvijeta Pandol Udiljak se je rodila leta 1953 v Gevgeliji, v mestu, ki je danes v Republiki Severni Makedoniji, materi Slovenki in očetu Hrvatu, po poreklu Dalmatincu. Družina se je leta 1960 preselila v Zagreb, kjer je Cvijeta dokončala izobraževanje in študij. Zdaj živi v Veliki Gorici. Po izobrazbi je magistrica ekonomije, a je bila v številnih podjetjih zaposlena kot vodja projektov v IT. Od upokojitve ima več prostega časa za različne dejavnosti, kot so petje v zboru, ustvarjalne delavnice in različna družabna srečanja v Slovenskem domu Zagreb, seveda pa tudi za kuhanje, ki ga ima zelo rada. To še posebej razveseli njena sinova, ki ju pogosto rada preseneti z novimi jedmi. Nekatere od teh jedi so tudi jedi naših babic. Kuhanja se je naučila od svoje mame.

O izbranih receptih

Recepte, ki sem jih izbrala za pričujočo kuharsko knjigo, sem dobila od mamine najboljše prijateljice pok. Ide Šterk, roj. Peric, Slovenke s Primorskega. Vedno je imela veliko potrpljenja, ko nama je z mamo razlagala, kako kaj skuhati ali pripraviti, tako sem se ob njej zaljubila v kuhanje. Kuhala in pripravljala je jedi, predvsem pecivo, ki jih kot otrok nisem imela priložnosti okusiti doma, zato sem se od nje vedno z veseljem učila kuhati kaj novega.



Cvijeta Pandol Udiljak rođena je 1953. godine u Gevgeliji koja je danas u Republici Sjevernoj Makedoniji, majci Slovenki i ocu Hrvatu dalmatinskog podrijetla. Obitelj se je 1960. godine preselila u Zagreb, gdje je Cvijeta završila školovanje i studij. Sad živi u Velikoj Gorici. Po struci je magistrica ekonomije, ali je radila u brojnim tvrtkama kao voditeljica projekata u IT-u. Otkad je u mirovini ima više slobodnog vremena za razne aktivnosti, poput pjevanja u zboru, kreativne radionice i razna druženja u Slovenskom domu Zagreb, ali naravno i za kuhanje koje jako voli. Time su posebno zadovoljni njezini sinovi, koje često voli iznenaditi novim jelima. Neka od tih jela su i ona naših baka, koja je naučila kuhati od svoje mame.

O odabranim receptima

Recepte koje sam odabrala za ovu kuharsku knjigu dobila sam od mamine najbolje prijateljice Ide Šterk rođ. Peric, Slovenke iz Primorske. Uvijek je bila veoma strpljiva kad bi mami i meni objašnjavala kako nešto skuhati ili pripremiti i tako sam se uz nju zaljubila u kuhanje. Kuhala je i pripremala jela, osobito kolače, koje kao dijete nisam imala priliku kušati kod kuće pa sam uvijek rado od nje učila nešto novo kuhati.

Žolca je tradicionalna slovenska jed, ki se najpogosteje pripravlja v času kolin.

Sestavine

1 do 1,5 kg svinjskih nogic, kožic, uhljev, glave, repa, 1 čebula, 3 stroki česna, 2 lovorjeva lista, 10 zrn popra, 1 korenček, 1 gomolj zelene in peteršilja, 1 do 2 žlički soli, okrog 2 litra vode (toliko, da so sestavine pokrite)

Priprava

Vse sestavine damo v lonec, zalijemo z vodo in kuhamo 2 do 3 ure, odvisno od starosti mesa. Ko je meso kuhano, ga odcedimo. Tekočino, v kateri se je kuhalo meso, shranimo. Meso očistimo od kosti in ga narežemo v večjo skledo ali takoj razdelimo v manjše skledice. Zalijemo ga s tekočino in pustimo hladiti. Ko je zmes ohlajena, z žlico poberemo maščobo in jo potrosimo z mletim poprom. Hladno žolco iz večje skledice režemo na rezine ali pa jo postrežemo v manjših skledicah.





Hladetina je tradicionalno slovensko jelo koje se najčešće priprema u vrijeme kolinja.

Sastojci

1-1,5 kg svinjskih nogica, kožica, ušiju, glave, repa, 1 luk, 3 češnja češnjaka, 2 lista lovora, 10 zrna papra, 1 mrkva, 1 korijen celera i peršina, 1-2 žličice soli, oko 2 litre vode (tako da sastojci budu prekriveni)



Priprema

Sve sastojke stavimo u lonac, prelijemo vodom i kuhamo 2-3 sata, ovisno o starosti mesa. Kad je meso kuhano, ocijedimo ga. Tekućinu u kojoj se kuhalo meso sačuvamo. Meso očistimo od kostiju i narežemo u veću zdjelu ili podijelimo u manje zdjelice. Prelijemo tekućinom i ostavimo da se ohladi. Kad se sve ohladi, žlicom pokupimo masnoću i posipamo mljevenim paprom. Hladnu hladetinu iz veće zdjele narežemo na kriške ili je poslužimo u manjim zdjelicama.



Matevž je tradicionalna slovenska jed, pripravljena iz fižola in krompirja, zelo preprosta za pripravo. Običajno je priloga h kislemu zelju ali repi, ponudimo jo tudi s kranjsko klobaso ali pečenko.

Sestavine

30 dag krompirja, 20 dag fižola, 1 čebula in/ali 2 stroka česna, 1 žlica domače masti ali zaseke, sol, poper, ocvirki

Priprava

Krompir in fižol kuhamo ločeno toliko časa, da se zmehčata. Odcedimo, damo v eno posodo, dodamo sol in poper ter pretlačimo. Na domači masti ali zaseki popražimo 2 stroka česna in po želji malo čebule ter dodamo v pretlačeni krompir in fižol. Po želji zabelimo še z ocvirki.





Matevž je tradicionalno slovensko jelo od graha i krumpira, vrlo jednostavno za pripremu. Obično se poslužuje kao prilog s kiselim kupusom ili repom, s kranjskom kobasicom ili pečenkom.

Sastojci

30 dkg krumpira, 20 dkg graha, 1 luk i/ili 2 češnja češnjaka, 1 žlica domaće masti ili zaseke (kosane masti), sol, papar, čvarci

Priprema

Oguljeni krumpir i grah kuhamo odvojeno dok ne omekšaju. Ocijedimo i pomiješamo u posudi, dodamo sol i papar te zgnječimo. Na domaćoj masti ili zaseki (kosanoj

masti) popržimo 2 češnja češnjaka i po želji malo luka te sve to dodamo u zgnječeni krumpir i grah. Po želji posipamo čvarcima.



Jurčki v kis (Vloženi jurčki)

Naše babice niso imele hladilnih naprav, ko pa so imele gobarsko srečo, so jurčke in druge gobe vlagale v kis in jih tako shranile za ozimnico. Priprava ni preveč zahtevna. Za vlaganje so najboljše mlade, zdrave in čvrste gobe.

Sestavine

1 kg jurčkov, 2 dl belega kisa, 4 dl vode, 1 do 2 žlički soli, 2 lovorjeva lista, nekaj zrn popra, 2 stroka česna

Priprava

Jurčke skrbno očistimo. Obrišemo jih z vlažno krpo, ne pa peremo v vodi. Nato jih narežemo na srednje velike kose, odvisno od njihove velikosti. Kozarce za vlaganje in pokrovčke operemo in steriliziramo 10 minut v pečici na 100 °C. Jurčke kuhamo 5 minut v vreli slani vodi, jih odcedimo in pustimo, da se ohladijo na čisti kuhinjski krpi. Pripravimo mešanico kisa in vode v razmerju 1 del kisa in 2 dela vode, dodamo sol, poper v zrnju, lovorjeva lista in česen. Mešanico zavremo in pustimo, da se ohladi. Ohlajene jurčke nadevamo v kozarce, prelijemo z ohlajeno mešanico kisa in jih zapremo s steriliziranimi pokrovčki. Jurčke lahko jemo čez 15 do 20 dni.

Nasvet

Po tem receptu lahko vlagate tudi šampinjone (rjavi so boljši), ki jih lahko kupimo celo leto.



Vrganji u octu (Ukiseljeni vrganji)

Naše bake nisu imale hladnjake, ali kad bi imale sreću pronaći vrganje i ostale gljive bi ukiselile u octu i sačuvalе ih za zimnicu. Priprema nije previše zahtjevana. Za kiselenje su najbolje mlade, zdrave i čvrste gljive.

Sastojci

1 kg vrganja, 2 dcl bijeloga octa, 4 dcl vode, 1-2 žličice soli, 2 lista lovora, nekoliko zrna papra, 2 češnja češnjaka



Priprema

Vrganje pažljivo očistimo, obrišemo vlažnom krpom, ne peremo ih u vodi. Zatim ih narežemo na srednje velike komade, ovisno o njihovoj veličini. Operemo staklenke i poklopce te ih 10 minuta stavimo sterilizirati u pećnicu na 100°C. Vrganje kuhamo 5 minuta u kipućoj slanoj vodi, ocijedimo ih i ostavimo da se ohlade na čistoj kuhinjskoj krpi. Pripremimo mješavinu octa i vode u omjeru 1 dio octa i 2 dijela vode, dodamo sol, papar u zrnu, lovorov list i češnjak. Mješavinu zakuhamo i ostavimo da se ohladi. Ohlađene vrganje stavimo u staklenke, prelijemo ohlađenom mješavinom octa i zatvorimo steriliziranim poklopcima. Nakon 15-20 dana vrganji su spremni za konzumaciju.

Savjet

Ovaj recept možete koristiti i kod pripreme šampinjona (smeđi su bolji), koji su dostupni cijelu godinu.

Sladice

Včasih smo sladice z bogatimi sestavinami, kot so maslo in oreščki, pekli le ob praznikih, kot so božič, novo leto ali velika noč. Sladice s sadjem smo pripravljali le v sezoni svežega sadja.

Damski krofki



Damski krofki so okusni in zelo dekorativni majhni piškotki, idealni za vsako priložnost. Njihova priprava je preprosta in hitra.

Sestavine

21 dag gladke moke, 14 dag masla, 7 dag sladkorja, 2 rumenjaka, malo naribane limonine lupinice, 2 beljaka, 10 dag grobo seseklanih orehov, domača marelična ali ribezova marmelada

Priprava

Iz moke, masla, sladkorja, rumenjakov in naribane limonine lupinice zgnetemo gladko testo, ki ga zavijemo v prozorno folijo in pustimo eno uro v hladilniku. Iz testa oblikujemo majhne kroglice in jih s prstom na dlani malce sploščimo. Pomočimo jih v beljake, ki smo jih stepili z vilicami, in jih potresemo z grobo sesekljanimi orehi. Tako pripravljene piškotke razporedimo po namaščenem ali s papirjem za peko obloženem pekaču. Piškotke pečemo 15 minut pri 180 °C (čas pečenja vsekakor prilagodimo svoji pečici). Na pečene piškotke damo malo domače marelične ali ribezove marmelade. Zložimo jih na servirni krožnik. Postrežemo jih s kavo ali čajem.



Deserti

Nekad su se deserti s bogatim sastojcima kao što su maslac i orašasti plodovi pekli samo za blagdane poput Božića, Nove godine ili Uskrsa. Desert s voćem pripremali su se samo kad je svježe voće bilo u sezoni.

Damski krafni

Damski krafni su ukusni i vrlo dekorativni sitni kolačići, idealni za svaku prigodu. Priprema je jednostavna i ne traje dugo.

Sastojci

21 dkg glatkog brašna, 14 dkg maslaca, 7 dkg šećera, 2 žumanjka, malo naribane korice limuna, 2 bjelanjka, 10 dkg na grubo narezanih oraha, domaća marmelada od marelica ili ribizla

Priprema

Od brašna, maslaca, šećera, žumanjaka i naribane korice limuna umijesimo glatko tijesto, zamotamo ga u prozirnu foliju i ostavimo sat vremena u hladnjaku. Od tijesta oblikujemo male kuglice i malo ih spljoštimo prstom na dlanu. Umočimo ih u bjelanjke koje smo samo malo razmutili vilicom i posipamo ih grubo narezanim orasima. Tako pripremljene kolačiće slažemo u namašćen ili papirom za pečenje obloženi lim. Kolačiće pečemo 15 minuta na 180°C (vrijeme pečenja svakako prilagodimo svojoj pećnici). Na pečene kolačiće stavimo malo domaće marmelade od marelica ili ribizla. Pečene kolačiće složimo na tanjur za posluživanje. Poslužimo ih uz kavu ili čaj.



Dobra potica



Potica je tradicionalno slovensko pecivo iz kvašenega testa, nadevano z različnimi nadevi. Beseda potica, a tudi nekatera druga regionalna imena za potico, kot so povtica, potvica itd., izvira iz besede povitica. Povitica izhaja iz glagola »poviti«, kar tudi pomeni zaviti, in označuje vrsto peciva, ki je zavito. Predstavljam vam preizkušen recept za okusno in ne preveč sladko potico, ki je odlična alternativa klasični orehovi potici.

Sestavine

Testo: 1 kg gladke moke, 4 do 6 rumenjakov, 20 dag sladkorja, 12 dag masla, 1 kocka svežega kvasa, sol, 2 do 3 žlice mleka, limonina in pomarančna lupinica

Nadev: 10 dag masla, 7 žlic sladkorja, 3 rumenjaki, 3 beljaki, stepeni v sneg, 1 vaniljev sladkor, rozine, limonina in pomarančna lupinica

Priprava

V toplem (ne vročem) mleku z malo sladkorja najprej pripravimo kvasec, nato dodamo moko in ostale sestavine za pripravo testa. Testo dobro pregnetemo in ga pustimo na toplem, da vzhaja. Prostornina testa se mora podvojiti. Za nadev najprej dobro umešamo maslo, sladkor in rumenjake, dodamo naribano limonino in pomarančno lupinico, na koncu pa previdno umešamo še sneg iz beljakov. Testo razvaljamo, namažemo z nadevom, potresemo z rozinami in zavijemo. Položimo ga v namaščen pekač in pustimo na toplem, da testo ponovno vzhaja. Potico pečemo v predhodno ogreti pečici približno 45 minut pri 180 °C. Ko se ohladi, jo odstranimo iz pekača, po želji potresemo s sladkorjem v prahu in jo postrežemo narezano na rezine.



Potica je tradicionalni slovenski kolač koji se radi od dizanog tijesta i puni različitim nadjevima. Riječ potica kao i neki regionalni nazivi za poticu, poput povtica, potvica itd. potječu od riječi povitica. Povitica je izvedena iz glagola „poviti“ što znači zamotati, a označava vrstu peciva koja se zamotava. Predstavljam vam provjereni recept za ukusnu i ne preslatku poticu, koja je odlična alternativa klasičnoj potici od oraha.

Sastojci

Tijesto: 1 kg glatkog brašna, 4-6 žumanjaka, 20 dkg šećera, 12 dkg maslaca, 1 kocka svježeg kvasca, sol, 2-3 žlice mlijeka, korica limuna i naranče

Nadjev: 10 dkg maslaca, 7 žlica šećera, 3 žumanjka, 3 bjelanjka istučena u čvrsti snijeg, 1 vanilin šećer, grožđice, korica limuna i naranče



Priprema

Pripreмимо aktiviranje kvasca u toplom (ne vrućem) mlijeku s malo šećera, potom dodamo brašno i ostale sastojke za izradu tijesta. Tijesto dobro izradimo, a onda ga ostavimo na toplom mjestu da naraste. Volumen tijesta mora se udvostručiti. Od sastojaka za nadjev najprije dobro izradimo maslac, šećer i žumanjke, dodamo koricu limuna i naranče, a na kraju pažljivo dodamo snijeg od bjelanjaka. Tijesto razvaljamo, premažemo ga nadjevom, posipamo ga grožđicama i zamotamo. Stavimo ga u namašćen lim za pečenje i ponovo ostavimo na toplom mjestu da se tijesto još jednom digne. Poticu pečemo u prethodno zagrijanoj pećnici oko 45 minuta na 180°C. Kad se ohladi izvadimo je iz lima za pečenje, po želji posipamo šećerom u prahu i poslužimo je izrezanu na kriške.

Pecivo s češnjami



Priprava tega peciva je zelo preprosta, sestavine za pripravo imamo običajno vedno v shrambi in hladilniku. Če nimamo pri roki češenj ali ni sezona češenj, jih lahko nadomestimo z vloženi višnjami ali s katerim drugim svežim sadjem.

Sestavine

15 dag masla, 20 dag sladkorja, 4 rumenjaki, 14 dag moke, ½ zavojčka pecilnega praška, sneg iz 4 beljakov, sok ½ limone, češnje

Priprava

Penasto umešamo na sobni temperaturi zmehčano maslo, sladkor in rumenjake. Postopoma dodajamo moko, pecilni prašek in limonin sok. Na koncu dodamo še sneg iz beljakov. Testo enakomerno vlijemo v namaščen pravokotni ali okrogli pekač. Po testu potrosimo izkoščičene češnje (ali drugo sadje). Pecivo pečemo v ogreti pečici 30 do 35 minut na 180 °C. Pečeno pecivo ohladimo, ga narežemo na enake manjše kose, potresemo s sladkorjem v prahu in postrežemo.

Nasvet

Ali je pecivo že pečeno, preverimo z zobotrebcem. Zobotrebec zabodemo v sredino testa, in če na njem ni ostankov testa, je pecivo pečeno.





Kolač od trešanja

Ovaj kolač je vrlo jednostavno napraviti, a sastojke obično uvijek imate u smočnici i hladnjaku. Ako nemate trešanja ili ako nije njihova sezona, možete ih zamijeniti višnjama iz kompota ili nekim drugim svježim sezonskim voćem.

Sastojci

15 dkg maslaca, 20 dkg šećera, 4 žumanjka, 14 dkg brašna, ½ paketića praška za pecivo, snijeg od 4 bjelanjaka, sok od ½ limuna, trešnje

Priprema

Na sobnoj temperaturi omekšali maslac, šećer i žumanjke miksamo dok ne postane pjenasto. Postupno dodajemo brašno, prašak za pecivo i sok od limuna. Na kraju dodamo snijeg od bjelanjaka. Smjesu ravnomjerno ulijemo u namašćen pravokutni ili okrugli lim za pečenje. Po smjesi posipamo trešnje bez koštica (ili

neko drugo voće). Kolač pečemo u prethodno zagrijanoj pećnici 30-35 minuta na 180°C. Pečeni kolač ohladimo, narežemo ga na jednake manje komade, posipamo šećerom u prahu i poslužimo.

Savjet

Je li kolač pečen, provjerite čačalicom. Ubodite je u sredinu tijesta i ako na njoj nema ostataka tijesta, kolač je pečen.





Metka Starič speče poprtnik v svoji domači kuhinji vsako leto, spremlja pa jo tudi na razstavah, predavanjih in delavnicah po Sloveniji. Je aktivna nosilka izročila priprave poprtnika ter ena od pobudnic za njegov vpis v Register nesnovne kulturne dediščine Slovenije, kot tudi na Hrvaškem. Kot srce Zavoda Parnas vodi številne projekte za ohranjanje nesnovne dediščine ter pomaga koordinirati čezmejni *Festival božičnega kruha* v obeh državah. Z veseljem se odziva tudi na povabila Slovencev v Zagrebu, kjer ob dnevu reformacije predstavlja raznolike kulturne vsebine – od knjigoveštva do kulinarike.



Metka Starič u svojoj obitelji svake godine peče poprtnik, a prati je i na izložbe, predavanja i radionice diljem Slovenije. Aktivna je nositeljica tradicije pripreme poprtnika i jedna od inicijatora njegovog upisa u Registar nematerijalne kulturne baštine Slovenije, kao i u Hrvatskoj. Kao srce Instituta Parnas, vodi brojne projekte za očuvanje nematerijalne baštine i pomaže u koordinaciji prekograničnog *Festivala božićnog kruha* u obje zemlje. Rado se odaziva i pozivima Slovenaca u Zagrebu, gdje na Dan reformacije predstavlja razne kulturne sadržaje – od uvezivanja knjiga do kulinarstva.

Poprtnik – božični kruh



Poprtnik je božični kruh, ki v družino prinaša blagostanje, moč in zdravje. Priprava poprtnika sodi med nesnovno kulturno dediščino tako v Sloveniji kot na Hrvaškem. Nosilce dediščine povezuje čezmejni *Festival božičnega kruha*, ki ga koordinira Zavod Parnas iz Velikih Lašč.

Sestavine

1 kg mehke moke, 1 kocka kvasa (42 g),
½ l mleka, 1 celo jajce in 2 rumenjaka,
1 zvrhana žlička soli, 80 g sladkorja, 1
vaniljev sladkor, 1 do 2 žlici ruma, malo
naribane limonine lupinice, 1 dl olja
Za premaz: 1 rumenjak in malo sladke
smetane

Priprava

V posodo za mešanje presejemo moko in napravimo v sredini jamico. Vanjo nadrobimo kvas, dodamo malo sladkorja in toplega mleka, ob robu posode pa po moki posujemo sol. Pustimo, da kvasec malo naraste, nato dodamo preostale sestavine in zamesimo ne pretrdo testo. Lahko mesimo z rokami (okrog 20 minut), hitreje gre s kuhinjskim robotom. Ko se testo loči od posode, ga pokrijemo s krpo in pustimo počivati na toplem (do 1 ure). Vzhajano testo stresemo na pomokan pult in z vrha odrežemo približno tretjino testa za okraske. Preostali del z rokami privzdignemo, obrnemo in ga oblikujemo – spodvijemo v hlebček (ne pregnetamo!). Namestimo ga na pekač, ki je prekrit s peki papirjem, pokrijemo s krpo in pustimo vzhajati. Medtem iz odrezane tretjine testa oblikujemo okraske – kito, ki povezuje





Poprtnik – božićni kruh

Poprtnik je božićni kruh koji obitelji donosi blagostanje, snagu i zdravlje. Priprema poprtnika uvrštena je u nematerijalnu kulturnu baštinu i u Sloveniji i u Hrvatskoj. Nositelji baštine povezuje prekogranični Festival božićnog kruha, kojim koordinira Institut Parnas iz Velikih Lašča.



Sastojci

1 kg glatkog brašna, 1 kocka kvasca (42 g), ½ l mlijeka, 1 cijelo jaje i 2 žumanjka, 1 puna čajna žličica soli, 80 g šećera, 1 vanilin šećer, 1-2 žlice ruma, malo naribane limunove korice, 1 dl ulja

Za premaz: 1 žumanjak i malo slatkog vrhnja

Priprema

U zdjelu za miješanje prosijemo brašno i u sredini napravimo udubinu. U nju razmrvmemo kvasac, dodajmo malo šećera i toploga mlijeka te posipamo sol po rubu zdjele. Pustimo da kvasac malo naraste, zatim dodamo preostale sastojke i umijesimo tijesto koje nije pretvrdo. Možemo mijesiti ručno (oko 20 minuta), brže je s multipraktikom. Kad se tijesto odvoji od zdjele, pokrijemo ga krpom i ostavimo da odstoji na toplom mjestu (do 1 sat). Dignuto tijesto istresemo na pobrašnjenu površinu i odrežemo oko 1/3 tijesta za ukrase. Preostali dio izvadimo rukama, okrenemo ga i oblikujemo u okrugli kruh (nemojmo ga previše mijesiti!).

Stavimo ga u okrugli lim za pečenje obložen papirom za pečenje, pokrijemo ga krpom i ostavimo da se diže. U međuvremenu, odrežanu trećinu tijesta



družino (spletemo jo iz treh trakov, pri čemer moramo paziti, da bo dovolj dolga za okrog hlebca, lahko pa jo položimo tudi na hlebec); ptičke, kolikor je otrok pri hiši (iz daljšega svaljka zavežemo voz, s prsti oblikujemo na eni strani kljunček, na drugi pa z nožem ali vilicami rep); drugo okrasje po želji – smreke, sonček, letnico, zvezde,...

Vzhajani hlebec premažemo z vodo in nanj naložimo okraske, ki ne smejo biti pretežki. Lahko jih pritrdimo z zobotrepci, ki jih po peki odstranimo. Kito lahko namestimo okrog poprtnika. Pustimo, da testo še malo vzhaja, nato stepemo rumenjaki z malo sladke smetane in natančno premažemo cel poprtnik. Pečemo ga v ogreti pečici, na 180 °C okrog 45 do 50 minut. Da ne porjavi preveč, ga med peko pokrijemo s peki papirjem.



iskoristimo za oblikovanje ukrasa – pletenicu koja povezuje obitelj (ispletemo od 3 trake, pazeći da je dovoljno duga da se omota oko kruha ili je možemo staviti na kruh); ptičice, onoliko koliko imamo djece u kući (od valjka tijesta zavežemo čvor, prstima oblikujemo kljun s jedne strane, a nožem ili vilicom rep s druge strane); ostale ukrase oblikujemo po svom izboru – jelke, sunce, kalendarska godina, zvijezde,...

Dignuti kruh premažemo vodom i na njega stavimo ukrase koji ne smiju biti preteški. Možemo ih pričvrstiti čačalicama koje nakon pečenja izvadimo. Pletenicu možemo staviti oko kruha. Ostavimo da se kruh još malo diže, zatim umutimo žumanjak s malo slatkog vrhnja i pažljivo premažemo cijeli poprtnik. Pečemo ga u prethodno zagrijanoj pećnici na 180°C 45-50 minuta. Da ne bi previše porumenio, tijekom pečenja prekrijemo ga papirom za pečenje.





Marjeta Trkman Kravar se je rodila v Sloveniji, odrasčala je v Kopru, po poklicu je učiteljica razrednega pouka. Pred 40 leti se je preselila na Hrvaško, kjer je v Istri z možem delala v odvetniški in notarski pisarni. Zadnjih 15 let živi v Zagrebu, in čeprav je upokojena, je še vedno zelo aktivna kot licencirana turistična vodnica v Zagrebu in osmih hrvaških županijah. Od preselitve iz Istre v Zagreb je aktivna članica Slovenskega doma Zagreb in Sveta slovenske narodne manjšine mesta Zagreb. Nekaj let je bila tudi članica Upravnega odbora Slovenski dom Zagreb in uredništva glasila *Novi odmev*, redno je pisala za rubriko *Ne pozabimo slovenskih jedi* in druge prispevke, zaradi številnih obveznosti pa danes piše le še občasno. Leta 2016 je prejela visoko državno priznanje *Regrat znanja* za dosežke na področju izobraževanja odraslih. Vseživljenjsko učenje ter ljubezen do kulturne dediščine in kuhanja so njena velika strast. Strast do kuhanja sta ji vsadila oče Ivan in njegova mama – Marjetina nona Avgušтина, ki sta bila izvrstna kuharja. Marjeta je tudi strastna zbirateljica tradicionalnih receptov in kuharskih knjig. Njena zbirka trenutno obsega okoli 500 kuharskih knjig z vsega sveta.



Marjeta Trkman Kravar rođena je u Sloveniji, odrasla u Kopru, a po struci je učiteljica razredne nastave. U Hrvatsku se preselila prije 40 godina, gdje je u Istri sa suprugom radila u odvjetničkom i javnobilježničkom uredu. Posljednjih 15 godina živi u Zagrebu, a iako je u mirovini još uvijek je vrlo aktivna kao licencirana turistička vodičica u Zagrebu i osam hrvatskih županija. Od preseljenja iz Istre u Zagreb aktivna je članica Slovenskog doma Zagreb i Vijeća slovenske nacionalne manjine Grada Zagreba. Nekoliko godina bila je i članica Upravnog odbora Slovenskog doma Zagreb i uredništva časopisa *Novi odmev*, redovito pišući za kolumnu *Ne zaboravimo slovenska jela* i druge priloge, ali zbog brojnih obaveza sad piše samo povremeno. Godine 2016. dobila je visoko državno priznanje *Maslačak znanja* za postignuća u obrazovanju odraslih. Cjeloživotno učenje te ljubav prema kulturnoj baštini i kuhanju njezine su velike strasti. Strast prema kuhanju prenijeli su joj otac Ivan i njegova majka - Marjetina nona Avgušтина, koji su bili izvrsni kuhari. Marjeta je također strastvena sakupljačica tradicionalnih recepata i kuharskih knjiga. Njezina kolekcija trenutno broji oko 500 kuharskih knjiga iz cijeloga svijeta.

Jota je tradicionalna slovenska jed, ki je narejena iz kisle repe ali zelja, fižola, krompirja in prekajenega mesa, torej enolončnica. Izvirno je jota jed iz italijanske pokrajine Karnija, je pa zelo razširjena v Istri, Furlaniji in na Primorskem.

Jota je jed, ki je pozimi rada zašla na nonino mizo, danes jo pogostokrat tudi sama pripravljam. Najraje tako kot moja nona, in kot jo je kasneje kuhal moj oče, iz kisle repe.

Sestavine (za 4 osebe)

50 dag kisle repe, 30 dag rjavega fižola, 30 dag krompirja, 50 dag suhih prekajenih reber, oljčno olje, panceta, 1 čebula, 2 stroka česna, poper v zrnju, lovor, sol

Priprava

Na oljčnem olju prepražimo na drobno seseklano čebulo in panceto ter dodamo grobo narezan česen. Malo prepražimo, da česen zadiši, ter dodamo oprano kislo repo in oprana rebra, zalijemo z vodo, da pokrije repo in rebra, ter kuhamo. Med kuho dodamo cel poper, lovor ter po potrebi solimo. Posebej skuhamo olupljen in na manjše kose narezan krompir. Ko je kuhan, ga pretlačimo in ga skupaj z vodo, v kateri se je kuhal, dodamo kuhani repi. Ko so rebra že kuhana, jih vzamemo iz lonca, meso očistimo od kosti in ga vrnemo v lonec. Na koncu dodamo po želji še posebej kuhan fižol. Jed premešamo in jo še nekaj minut pustimo na nizki temperaturi, da se vse sestavine lepo povežejo. Postrežemo z domačim kruhom.



Jota je tradicionalno slovensko jelo koje se sastoji od kisele repe ili kupusa, graha, krumpira i suhog dimljenog mesa, dakle to je varivo. Izvorno je jota jelo iz talijanske regije Karnija, ali je vrlo raširena u Istri, Furlaniji i Primorskoj.

Jota je jelo koje je nekad bilo redovito na stolu moje none zimi, a danas ga često i sama pripremam. Najradije onako kao moja nona, a kasnije kako je kuhao moj tata, s kiselom repom.

Sastojci (za 4 osobe)

50 dkg kisele repe, 30 dkg smeđeg graha, 30 dkg krumpira, 50 dkg suhih dimljenih rebara, maslinovo ulje, panceta, 1 luk, 2 češnja češnjaka, papar u zrnu, lovorov list, sol

Priprema

Na maslinovom ulju popržimo sitno nasjeckani luk i pancetu te dodamo grubo nasjeckani češnjak. Malo popržimo dok češnjak ne zamiriše te dodamo opranu kiselu repu i oprana rebra, zalijemo vodom da prekrije repu i rebra te kuhamo. Dok se kuha, dodamo zrna papra, lovorov list i po potrebi sol. Posebno skuhamo oguljeni i na komadiće narezan krumpir, zgnječimo ga i zajedno s vodom u kojoj se kuhao dodamo kuhanoj repi. Kad su rebra kuhana, izvadimo ih iz lonca, očistimo meso od kostiju i vratimo ga u lonac. Na kraju po želji dodamo odvojeno kuhani grah, promiješamo i ostavimo jelo na laganoj vatri još nekoliko minuta da se svi sastojci lijepo sjedine. Poslužimo jotu s domaćim kruhom.



Nonini vampi s koruzno polento



Ko je nona postavila na mizo vampe, sem vedela, da bom tisti dan brez kosila. Imela je posebne metode, kako me navaditi na hrano, ki mi ni bila všeč, vendar o njih zdaj ne bi pisala. Vem, da so vampi ena tistih jedi, ki jih bodisi obožujemo bodisi sploh ne maramo. In ne boste verjeli, danes so kar pogosto na mojem jedilniku.

Sestavine za vampe

1 kg svežih vampov, 60 ml alkoholnega kisa, 300 g paradižnikove mezge, oljčno olje, 300 g pancete, 2 čebuli, 3 stroki česna, lovorjev list, 70 g naribanega parmezana ali drugega trdega sira, vejica peteršilja, 2 dl belega vina, majaron, sol in poper po okusu

Sestavine za polento

300 g koruznega zdroba, voda, sol

Priprava vampov

Vampe položimo v vodo s kisom in pustimo stati 20 minut, nato jih speremo pod hladno vodo in narežemo na trakove.

V loncu z vodo jih kuhamo, dokler se ne zmehčajo. Vodo odlijemo. Lahko pa kupimo že kuhane in narezane vampe.

Na oljčnem olju prepražimo drobno seseklano čebulo in panceto, dodamo lovorjev list. Dodamo kuhane vampe, paradižnikovo mezgo in česen ter na kratko prepražimo. Zalijemo z belim vinom in začínimo z majaronom in drugimi začimbami po želji. Če je jed pregosta, dolijemo vodo, če je preredka, posipamo jed z žlico krušnih drobtin. Vse skupaj pustimo, da se kuha do konca in se okusi povežejo, na nizki temperaturi še nekaj minut. Na koncu dodamo drobno sesekljan peteršilj, pri čemer upoštevamo, da se peteršilj uporablja kot začimba, ne le kot okras.





Nonine tripice i palenta od kukuruzne krupice

Kad je nona postavila tripice na stol, znala sam da ću taj dan biti bez ručka. Imala je posebne metode za privikavanje na hranu koju nisam voljela, ali ne bih sad pisala o tome. Znam da su tripice općenito jedno od onih jela koje ili volimo ili ne volimo. I nećete mi vjerovati, danas su često na mom jelovniku.

Sastojci za tripice

1 kg svježih tripica, 60 ml alkoholnog octa, 300 g pirea od rajčice, maslinovo ulje, 300 g pancete, 2 glavice luka, 3 češnja češnjaka, lovorov list, 70 g naribanog sira parmezana ili drugog tvrdog sira, grančica peršina, 2 dl bijelog vina, mažuran, sol i papar prema vlastitom ukusu

Sastojci za palentu

300g kukuruzne krupice, voda, sol



Priprema tripica

Tripice stavimo u vodu s octom i ostavimo 20 minuta, isperemo pod hladnom vodom i narežemo na trakice. Zatim ih stavimo u vodu i kuhamo dok ne omekšaju. Vodu bacimo. Možemo kupiti već skuhanu i narezanu tripice. Na maslinovom ulju popržimo sitno narezani luk i pancetu, dodamo lovorov list. Ubacimo kuhane tripice, pire od rajčice i češnjak te kratko popržimo. Podlijemo bijelim vinom, začinimo mažuranom te ostalim začinima prema vlastitim željama. Ako je jelo pregusto, dodamo još vode, ako je prerijetko, posipamo ga žlicom krušnih mrvica. Pustimo da se sve kuha i sjedini, na laganoj vatri još nekoliko minuta. Pri kraju ubacimo sitno kosani peršin, uzevši u obzir da se peršin koristi kao začim, a ne samo kao dekoracija.



Priprava polente

V drugem loncu skuhamo polento. Tradicionalno se polenta kuha v razmerju 4 deli tekočine in 1 del koruznega zdroba. V velikem loncu zavremo vodo. Med mešanjem postopoma vanjo stresamo zdrob in mešamo še nekaj minut, da se ne naredijo grudice. Kuhamo približno 30 do 45 minut na nizki temperaturi in vsakih nekaj minut premešamo, da se polenta ne prime dna.

Vampe postrežemo s polento in na jed naribamo tudi sir.





Priprema palente

U drugoj posudi skuhamo palentu. Tradicionalno se palenta kuha u omjeru 4 dijela tekućine na 1 dio kukuruzne krupice. Zakuhamo vodu u velikom loncu. Sipajmo krupicu dok istovremeno miješamo vodu i miješajmo nekoliko minuta da se ne naprave grudice. Kuhamo oko 30-45 minuta na laganoj vatri, svakih nekoliko minuta promiješamo kako se palenta ne bi uhvatila za dno.

Tripice serviramo uz palentu i po vrhu naribamo sir: domaćim kruhom.





Frika je preprosta tradicionalna jed, ki so jo nekoč zelo radi pripravljali pastirji na Tolminskem. Danes je to izvrstna jed, ki jo najdemo na jedilnikih tudi najbolj znanih slovenskih restavracij. Frika izvira iz severnoitalijanske pokrajine Karnija, pripravljajo pa jo iz krompirja in sira. Recept zanjo mi je posredovala gospa Lučka iz Kamenj v Vipavski dolini. Zanj sem ji zelo hvaležna, saj friko zelo radi jemo tudi pri nas doma.

Sestavine

300 g krompirja, nekaj svinjske masti ali oljčnega olja, lahko tudi zaseka, panceta po želji (V osnovnem pastirskem receptu je ni.), 200 g sira (gauda ali edamec, Tolminci uporabljajo svoj domači sir), po želji sveža zelišča (npr. koper, drobnjak, origano, pehtran), sol po okusu

Priprava

Krompir olupimo in ga narežemo na tanjše rezine (lahko uporabimo strgalnik za kumarice ali zelje). Narezanega pustimo v posodi s hladno vodo, da se izloči škrob. V večji ponvi, ne loncu, segrejemo svinjsko mast, oljčno olje ali zaseko. Na maščobi prepražimo drobno narezano panceto in dodamo povsem odcejen krompir. Pečemo tako dolgo, dokler se krompir ne zmehča. Po krompirju potrosimo na manjše kocke narezan ali nariban sir. Vse skupaj pečemo še približno 5 minut, da se jed na dnu lepo zapeče. S pomočjo krožnika friko previdno obrnemo še na drugo stran in jo pečemo še 5 minut. Frico ves čas pečemo brez pokrovke, ko pa je jed pripravljena, jo pokrijemo in pred serviranjem počakamo vsaj 15 minut, da se okusi lepo povežejo. Frika je zelo nasitna, zato jo lahko postrežemo kot samostojno jed. Po želji jo lahko po vrhu začinimo tudi s svežimi zelišči.



Frika je jednostavno tradicionalno jelo koje je nekoć bilo vrlo popularno među pastirima na području Tolmina, a danas je izvrsna delicija koju nude čak u otmjenim slovenskim restoranima. Izvorno, frika potječe iz sjevernotalijanske regije Karnija. Pravi se od krumpira i sira. Recept mi je dala gospođa Lučka iz Kamenja u Vipavskoj dolini i jako sam joj zahvalna, jer sada, kod nas doma i mi volimo jesti friku.

Sastojci

300 g krumpira, malo masti ili maslinovog ulja, možemo upotrijebiti i „zaseku“ (kosanu mast), po želji možemo koristiti i malo pancete (u osnovnom pastirskom receptu je nema), 200 g sira (gauda ili edamer, Tolminjani koriste svoj domaći polutvrđi sir), po želji svježije začinsko bilje (možemo odabrati kopar, vlasac, origano, estragon ili...) sol po potrebi

Priprema

Krumpir ogulimo i narežemo na tanke ploške (možemo koristiti ribež za krastavce ili kupus), a zatim ga stavimo u zdjelu s vodom kako bismo uklonili višak škroba. U velikoj tavi (ne loncu) zagrijemo mast, maslinovo ulje ili „zaseku“, pa na tome popržimo sitno nasjeckanu pancetu i dodamo dobro ocijeđeni krumpir te pečemo dok krumpir ne omekša. Po cijeloj površini krumpira dodamo na male kockice narezan ili nariban sir. Sve zajedno pečemo još oko 5 minuta, da jelo lijepo porumeni s donje strane, a tanjurom pažljivo okrenemo friku na drugu stranu, da se peče još 5 minuta. Friku pripremamo cijelo vrijeme bez poklopca, ali kad je jelo gotovo, pokrijemo je i pričekamo barem 15 minuta prije posluživanja jela da se okusi lijepo sjedine. Frika je vrlo zasitna, pa je možemo poslužiti kao zasebno jelo. Po želji je možemo posipati i svježim začinskim biljem.

Štruklji moje none



Obiskovala sem tretji razred osnovne šole, ko je umrla moja nona. Na žalost me ni utegnila naučiti kuhati in mi prenesti svojega bogatega znanja o pripravi tako enostavnih kot zahtevnejših jedi. Mnogo let je minilo od tedaj, a spomin na okuse njenih, z veliko ljubeznijo pripravljenih jedi ni zbledel. Posebej sem se veselila noninih nedeljskih kosil, ki so se vedno zaključila s sladico. Najpogosteje je postregla štruklje. Recept za štruklje, po katerem jih je verjetno pripravljala tudi moja nona, sem kasneje dobila od daljne sorodnice, gospe Marije iz Vipave.

Sestavine

Za testo: ½ kg gladke bele moke, 2 dag kvasa, 1 celo jajce, 2 rumenjaka, žlica ruma, 5 dag sladkorja, 5 dag masla, lupina ene limone, ščep soli, 2,5 dl mleka

Za nadev: 30 dag mletih orehov, 10 dag masla, 5 zvrhanih žlic drobtin, 10 dag sladkorja, 2 dl mleka, 2 beljaka, 15 dag rozin

Postopek za pripravo testa

Iz nekaj žlic mleka, žličke moke, kvasa in žličke sladkorja pripravimo kvasec. V skledo presejemo moko, na sredini naredimo jamico, ob robovih dodamo sol, sladkor, na kocke narezano maslo, rum ter naribano limonino lupino. V jamico vlijemo kvasec ter počakamo, da še malo naraste. Nato postopoma prilivamo mlačno mleko in zgnetemo testo. Testo zvrnemo na pomokano desko in ga gnetemo toliko časa, da se ne prijemlje več rok in deske. Razdelimo ga na dva hlebčka in na toplem pustimo vzhajati na dvakratno velikost.

Postopek za pripravo nadeva

Mleko zavremo in z njim poparimo mlete orehe. Na maslu prepražimo drobtine in jih dodamo orehovi masi. Ko se ta popolnoma ohladi, dodamo še beljake, stepene v ne preveč trd sneg, in sladkor.

Priprava

Vsak hlebček testa razvaljamo na ½ cm debelo, premažemo s polovico nadeva in posujemo s polovico rozin ter zavijemo kot potico. Štrukelj narahlo zavijemo v prtič, ki ga ob straneh dobro zavežemo, vmes pa le toliko, da se nam štrukelj ob kuhanju ne odpira. Pustimo vzhajati približno 45 minut na toplem. Medtem v široki kozici zavremo vodo (voda naj sega približno do polovice kozice). Vzhajane štruklje položimo v vrelo vodo z vzhajano stranjo navzdol (kot krofe) in jih v pokriti kozici kuhamo 20 minut. Nato jih obrnemo in odkrite kuhamo še 20 minut. Ko so kuhani, jih takoj odvijemo. Pred serviranjem štrukelj narežemo na približno 1 do 2 cm debele rezine. Po želji jih lahko prelijemo z na maslu prepraženimi drobtinami in dodatno sladkamo. (Moja nona jih je rahlo prelila z medom.)



Pohađala sam treći razred osnovne škole, kad je moja nona umrla. Nažalost, nije me stigla naučiti kuhati i prenijeti mi svoje bogato znanje o pripremi jednostavnih i složenih jela. Od tada je prošlo mnogo godina, ali sjećanje na okuse njezinih s ljubavlju pripremljenih jela nije izbljედjelo. Posebno sam se veselila noninim nedjeljnim ručkovima, koji su uvijek završavali nečim slatkim. Najčešće je posluživala štrukle. Recept za štrukle, po kojem ih je vjerojatno i moja nona pripremala, kasnije sam dobila od naše daljnje rođakinje, gospođe Marije iz Vipave.

Sastojci

Za tijesto: ½ kg glatkog bijelog brašna, 2 dkg kvasca, 1 cijelo jaje, 2 žumanjka, žlica ruma, 5 dkg šećera, 5 dkg maslaca, korica jednog limuna, prstohvat soli, 2,5 dl mlijeka
Za nadjev: 30 dkg mljevenih oraha, 10 dkg maslaca, 5 punih žlica krušnih mrvica, 10 dkg šećera, 2 dl mlijeka, 2 bjelanjka, 15 dkg grožđica

Postupak pripreme tijesta

Pripreмимо kvasac od nekoliko žlica mlijeka, žličice brašna, kvasca i žličice šećera. Prosijemo brašno u zdjelu, u sredini napravimo udubljenje, uz rubove dodamo sol, šećer, narezani maslac, rum i naribanu koricu limuna. U udubljenje ulijemo kvasac i pričekamo da još malo naraste. Zatim postupno ulijemo mlako mlijeko i umijesimo tijesto. Tijesto stavimo na pobrašnjenu dasku i mijesimo ga dok se više ne lijepi za ruke i dasku. Podijelimo ga na dva dijela i ostavimo na toplom mjestu da se diže dok se ne udvostruči.

Postupak pripreme nadjeva

Prokuhamo mlijeko i s njim poparimo mljevene orahe, popržimo krušne mrvice na maslacu i dodamo ih masi od oraha. Kad se potpuno ohladi, dodamo bjelanjke istučene u ne prečvrsti snijeg i šećer.

Priprema

Svaki komad tijesta razvaljamo na debljinu od ½ cm, premažemo polovicom nadjeva i posipamo polovicom grožđica te zamotamo kao poticu. Štrukle labavo zamotamo u ubrus i dobro zavežemo rubove, ostavljajući tek toliko prostora između da se štrukle ne otvore tijekom kuhanja. Ostavimo da se dižu oko 45 minuta na toplom mjestu. U međuvremenu zakuhamo vodu u širokom loncu (voda treba dosežati otprilike do pola). Narasle štrukle stavimo u kipuću vodu s podignutom stranom prema dolje (kao krafne) i kuhamo ih u poklopljenom loncu 20 minuta, zatim ih okrenemo i kuhamo otkrivene još 20 minuta. Kad su kuhani, odmah ih odmotamo. Prije posluživanja štrukle narežemo na ploške debljine 1-2 cm. Po želji ih možemo posipati krušnim mrvicama prženim na maslacu i dodatno zasladiti šećerom. (Moja ih je nona lagano prelila medom.)

Vaniljevi rogljički iz nonine špajze



Ko sem v času šolskih počitnic, ob raznih družinskih praznikih ali pa samo na nedeljsko kosilo prihajala s starši k noni, je bilo moje prvo opravilo »inventura« v njeni shrambi, ki smo ji seveda rekli špajza. Na starinskem steklenem krožniku na stojalu so me vedno pričakali dišeči vaniljevi rogljički. Ti so bili v nonini shrambi »pod nujno«, za vsak primer, za nenapovedane obiske. Vonja teh rogljičkov ne bom nikoli pozabila, nonin recept zanje pa se na žalost ni ohranil. Zelo dober recept zanje sem pred mnogimi leti dobila od gospe Jožice iz Ljubljane.

Sestavine

200 g masla, 125 g sladkorja, 1 zavojček vaniljevega sladkorja, 3 rumenjaki, 250 g moke, za nožev konico pecilnega praška, 125 g mletih orehov, sladkor v prahu

Priprava

Zmehčano maslo sobne temperature umešamo s sladkorjem, vaniljevim sladkorjem, rumenjaki, pecilnim praškom in moko. Vmešamo tudi mlete orehe. Testo naj odleži v hladilniku vsaj pol ure. Za tem postopoma ločimo kose testa in na deski oblikujemo kot svinčnik debele svaljke, ki jih narežemo na 4 do 5 cm dolge svaljke in jih oblikujemo v rogljičke. Položimo jih na pekač, obložen s peki papirjem. Pečico segrejemo na 180 °C in pečemo rogljičke približno 10 minut. Vaniljeve rogljičke še tople bogato potresemo s sladkorjem v prahu. Ko se ohladijo, jih lahko postrežemo ali shranimo v tesno zaprti škatli.



Vanilin kiflice iz nonine »špajze«

Kad bih dolazila k noni za vrijeme školskih praznika, s roditeljima na razne obiteljske praznike ili samo na nedjeljni ručak, moj prvi zadatak bio je „napraviti inventuru“ njezine ostave kojoj smo rekli špajza. Naravno, mirisne vanilin kiflice uvijek bi me dočekale na starinskom staklenom tanjuru na stalku. Bile su u noninoj ostavi „pod obavezno“, za svaki slučaj, za one nenajavljene goste. Nikad neću zaboraviti miris onih kiflica, ali nonin recept nažalost nije sačuvan. Prije mnogo godina gospođa Jožica iz Ljubljane dala mi je za njih jako dobar recept.

Sastojci

200 g maslaca, 125 g šećera, 1 vanilin šećer, 3 žumanjka, 250 g brašna, prstohvat praška za pecivo, 125 g mljevenih oraha, šećer u prahu

Priprema

Pomiješamo na sobnoj temperaturi omekšani maslac sa šećerom, vanilin šećerom, žumanjcima, praškom za pecivo i brašnom. Umiješamo mljevene orahe. Tijesto treba odležati u hladnjaku barem ½ sata. Nakon toga odvajamo komade tijesta te na dasci oblikujemo valjke debljine olovke, režemo na 4-5 cm duge valjčiće i oblikujemo ih u kiflice. Stavimo ih na lim obložen papirom za pečenje. Pećnicu prethodno ugrijemo na 180°C, a kiflice pečemo oko 10 minuta. Još tople vanilin kiflice bogato posipamo šećerom u prahu, kad ohlade možemo ih poslužiti ili spremiti u dobro zatvorenu kutiju.



Vsebina / Sadržaj 

UVOD	5
RECEPTI	17
TINA BERNIK	18
Čemaževa juha	20
Kašnica	22
Medla	24
Drobnjakovi štruklji	26
IVANKA FILIPAN	28
Bujta repa	30
Štajerska kislja juha	34
Ajdovi žganci	38
Regrat z zaseko in solata iz repne cime	42
Koruzni pečenjak z jabolkom (Koruzni tomrli)	46
JANJA GALIČ	48
Fernandeljčki	50
Nagajivčki (Cimetovi piškoti)	52
Orehovi kvašeni rogljički	54
Pohorska gibanica	56
Veseli kolač	58
Zamorec v srajci	60
STANKA HERAK	62
Belokranjska pogača	64
Navadna goveja juha	68
Ribana kaša	70
Ajdova potica	72
Ocvirkovka	74
Limonin liker	78
NIKA KLEPEC	80
Žganci iz pšeničnega zdroba z belo kavo	82
Svinjske ledvičke v omaki	86
Domači keksi iz mesoreznice (flajšmašine)	88
Limonina torta	90

UVOD	5
RECEPTI	17
TINA BERNIK	19
Krem juha od medvjedeg luka	21
Kašnica	23
Medla	25
Štrukli od vlasca	27
IVANKA FILIPAN	29
Bujta repa (Varivo od kisele repe)	31
Štajerska kisela juha	35
Heljdini žganci	39
Maslačak sa zasekom (kosanom masti) i salata od izdanaka repe	43
Kukuruzni »pečenjak« s jabukom (Kukuruzni tomrli)	47
JANJA GALIĆ	49
Fernandeljčki	51
Nagajivčki (keksi od cimeta)	53
Roščići od dizanog tijesta s orasima	55
Pohorska gibanica	57
Veseli kolač	59
Crnac u košulji	61
STANKA HERAK	63
Belokranjska pogača	65
Obična goveđa juha	69
Ribana kaša	71
Potica od heljde	73
Ocvirkovka (Potica od čvaraka)	75
Liker od limuna	79
NIKA KLEPEC	81
Žganci od pšenične krupice s bijelom kavom	83
Svinjski bubrezi u umaku	87
Domaći keksi na mašinu za mljevenje mesa (»flajšmašinu«)	89
Torta od limuna	91

Pehtranova potica	94
Vinski liker	96
AGATA KLINAR MEDAKOVIĆ	98
Prežgana juha	100
Mlečni zdrob	102
Koruzni narastek	104
KRISTINA KLINER	106
Oženjena župa	108
Obrnjenik (Ubrnenik)	108
Solčavski masovnek	110
Trjet	110
Zelje in beli žganci	112
Savinjski želodec	114
ALENKA KRAJAČ, roj. JOŠT	116
Ajdovi žganci po koroško	118
IVANKA NIKČEVIČ, roj. KRESEVIČ	120
Srnjakova pečenka	122
Aleluja	124
Koleraba po domače	126
Jabolčni štrudelj (zavitek)	128
Velikonočna primorska pinca	130
STANKA NOVKOVIČ	132
Telečja obara (ajmoht) z vodnimi žličniki	134
Tople kumare s krompirjem	136
Janeževi upognjenci	138
CVIJETA PANDOL UDILJAK	140
Žolca	142
Matevž	144
Jurčki v kisu (Vloženi jurčki)	146
Damski krofki	148
Dobra potica	150
Pecivo s češnjami	152

Pehtranova potica (potica od estragona)	95
Liker od vina	97
AGATA KLINAR MEDAKOVIĆ	99
Prežgana juha	101
Griz na mlijeku	103
Kukuruzni nabujak	105
KRISTINA KLINER	107
Oženjena župa	109
Obrnjenik (Ubrnenik)	109
Solčavski masovnek	111
Trjet	111
Kupus i bijeli žganci	113
Savinjski želodec	115
ALENKA KRAJAČ, roj. JOŠT	117
Koruški heljdini žganci	119
IVANKA NIKČEVIĆ, roj. KRESEVIČ	121
Pečena srnetina	123
Aleluja	125
Koraba na domaći način	127
Štrudla od jabuka (savijača)	129
Uskrsna primorska pinca	131
STANKA NOVKOVIĆ	133
Teleća obara (<i>ajmoht</i>) s vodenim žličnjacima	135
Topli krastavci s krumpirom	137
Kolačići od anisa (janeževi upognjenci)	139
CVIJETA PANDOL UDILJAK	141
Hladetina	143
Matevž	145
Vrganji u octu (Ukiseljeni vrganji)	147
Damski krafni	149
Dobra potica	151
Kolač od trešanja	153



METKA STARIČ	154
Poprtnik – božični kruh	156
MARJETA TRKMAN KRAVAR	160
Jota	162
Nonini vampi s koruzno polento	164
Frika	168
Štruklji moje none	170
Vaniljevi rogljički iz nonine špajze	172



METKA STARIČ	155
Poprtnik – božični kruh	157
MARJETA TRKMAN KRAVAR	161
Jota	163
Nonine tripice i palenta od kukuruzne krupice	165
Frika	169
Nonini štrukli	171
Vanilin kiflice iz nonine »špajze«	173



