ZLATAN NADVORNIK

Izvorno hrvatsko

Hrvatska kvaliteta

HRVATSKA TRADICIONALNA JELA i PILA i ZIMNICA s NOSTALGIČNIM OKUSOM BAKA i NONA

II. DIO A

ZLATAN NADVORNIK

HRVATSKA TRADICIONALNA JELA i PILA
i
ZIMNICA s NOSTALGIČNIM OKUSOM BAKA i NONA

II. DIO A

© Copyright, Zlatan Nadvornik, Zagreb 2019.
Sva prava pridržana. Ni jedan dio teksta ove knjige ne smije se reproducirati ili prenositi u bilo kojem obliku, ni na koji način, elektronički ili mehanički, uključujući fotokopiranje, snimanje ili pohranjivanje u bazu podataka ijedne namjene bez prethodnog pismenog dopuštenja nositelja autorskih prava.

Djelo je deponirano u HAA (Hrvatska autorska agencija) pod brojem: 09-617; 09-748, 09 – 1197 i 09-3224/12

Zagreb, 29. listopada 2019.

II. DIO A

LIKA

Gacka, Lika i Krbava u očima putopisaca
Što se jelo i kao se pripremalo jelo (opisi načina života prije sto godina)
Jare, janjetina, kozlić i ovčetina
Kupus/zelje
Divljač, ribe i rakovi
Stari zapisi o prehrani
prikucanac
Spremanje i priređivanje mesa, soka i sočiva.
Spremanje povrća i voća
Kada se koje jelo jede?
Obroci
Prerada mlijeka
sir škripavac
urda
basa
Prerada mesa i mesna jela
mesne kobasice
krvavice
kuleni
kuleni i divenice
pršut
svinjska crijeva
braveća i janjeća iznutrica
suho svinjsko meso, svinjetina ili prasetina
suho ovčje meso
dželadia (žaladija, hladetina)
pečenica
Sječenje pečenice za Božić (znakovi za proricanje)
Jela od žitarica
Ukuvan kruh
Pogača
Pavenka
Kljukača
Ufurnjak ili uprošnjak
Štrokalj
Popara
Prga
Pura, palenta
Taloga
Ječam
Krpice
Božićni mlinci
Makaruni
Cicvara
Kajgana
Krafnice
Kuruzovnica
Maslenica ili maslenjača
Povitica
Prisnac
Šušnjići
Uštipci
Zoka
Jela od povrća
Kiseli kupus/zelje
Grah
Bob
Krumpir
Krumpirašica
Voće
Divlje zelje - jestive trave
Pića
pivo
rakija
Nazdravice
Prehrana pastira, stočara
Blagdanska jela
Božić
Mlado leto/ljeto
Sveta tri kralja
Cvjetnica
Veliki četvrtak
Veliki petak
Velika subota
Uskrs
Rozarij
Prelo
Prosidba
Zaruke
Pavenka
Svadba
Babine
Šišana kuma
Podušje, karmine
Pokladni običaji
Gradnja kuće
Pribor i posuđe
Ognjište
Kuće
Lički kokteli
Jela:
Juha od rasola
Juha od rasola - kuhana

Juha od kiselog mlijeka/kiseline s krumpirom
Juha od poriluka s ovčjim sirom
Orzo - ječam
Kisela repa s grahom
Varivo od žute korabe
Žuta koraba s grahom/fažolon
Gacki čerimoš (divlji češnjak)
Kosinjska povatica – savijača
Jaja u kiselici
Jaja s kiselim mlijekom/kiselinon
Ličke okruglice
Grah/fažol s kiselim mlijekom/kiselinom
Bob u umaku
Kljukuša
Zaja
Štroklji iz Gacke (jelo od grušaline)
Gacki trenci (treniši)
Čepurki s jajima (pečurke s jajima)
Janjetina kuhana s pršutom
Janjetina u pivu
Pečeni janjeći butovi
Janjeća lopatica (plećka) s krumpirom
Nadjevena janjeća prsa
Janjeća pletena crijeva
Ovčji but u maramici
Pašteta od gacke pastrve
Salata od gacke pastrve - I. način
Salata od gacke pastrve - II. način
Štuka s mrazovačama
Nadjevena štuka
Grgeč u glini
Sitna pržena riba
Salata od sušene štuke
Lovački kotlić
Salata od sira i mladog luka/kapule
Salata od mladog boba
Salata od boba s rajčicom
Lička pogača sa sirom
Raženi kruh/kruv
Heljdin kruh/kruv
Kruh/kruv od krumpira
Proja
Lukmira - posna razljevuša
„Bogata" pita
Suva pita
Torta od kiselog mlijeka/kiseline
Božićna pletenica (i Uskrsna pletenica)
Pekmezice
Posna savijača za Badnjak
Ćukter

ISTRA

- Boškarin
- Podolac
- Rolada od boškarina s domaćom palentom i šumskim „mesom" (gljivama)
- Perkelt od podolca
- Premanturski sir
- Lovranski maruni, tartufi, šparoge i škampi su kulinarske delicije Istre i Kvarnera.
- Rezanci od maruna
- Kruh od maruna

Brgujski kapuz
Voloska mirisna pržolica

- Knjiga bratovštine svetog Bartolomeja
- ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE Knjiga 33, JAZU u Zagrebu 1949.

Boljun (Istra), Frane Lovljanov
Građa ovog prinosnika pisana je po „Osnovi"A. Radića 1905 godine.

- ŽIVOTNE POTREBŠTINE

Hrana i posuđe
Božić

- Tradicionalni proizvodi

Istarska supa
Fritaja (cvrtje, razmućena jaja)
Fritaja s mladim lukom
Fritaja od klica mladog češnjaka
Fritaja od šeljina
Fritaja od guba (gljiva)
Tartufi (Gomoljače, Jelen gljive)
Pršut u bijelom vinu s tartufima
Fritaja s tartufima
Pršut s jajima i tartufima
Fuži s tartufima
Ravioli s tartufima
Fuži s pršutom
Livadske ledvice
Puževi
Fritaja s pužima
Puževi u šugu (umaku)
Brašnjeni puževi
Puževi s vrhnjem
Puževi s vrhnjem i kukuruznim brašnom
Puževi u bijelom vinu
Salata od puževa
Maruni
Juha od maruna

Pire od maruna
Rezanci s marunima i vrganjima
Patka s umakom od maruna
Složenac s marunima
Nadjeveni teleći odrezak s lovranskim marunima
Gulaš od kestena
Janjetina i kesteni
Juneći gulaš s kestenjem
Teleći odresci s kestenjem
Istarski fileki
Žgvacet
Žgvacet od domaće kokoši
Teleći žgvacet
Domaća lignja nadjevena marunom, pršutom i škampima
Pjenasta krema od maruna
Puding od maruna
Lovranske kuglice
Štangice od maruna
Pita od maruna
Kolač od maruna
Torta od maruna
Neka od ostalih istarskih jela:
Salata od slanih srdela
Juha od dunja
Juha od bobića
Juha sa školjkama i škampima
Bistra juha od šparoga
Krem juha od šparoga
Juha od koprive
Šparožina
Šparoge s pršutom u vinu
Ravioli i šparoge na mornarski
Šparoge sa vrućim umakom od maslaca
Šugo od šparoga
Salata od šparoga
Bijela maneštra
Istarska maneštra
Maneštrica s ječmom
Maneštra s koromačem
Maneštra sa slanutkom (Bijela maneštra)
Repa i fažol na lovranski
Frika repa z fažolom
Repa na kastafski (kastavski)
Repa na padelu
Repa na belo
Repa z gulašom
Merlin i konpir na padel
Bakalar s posuticama
Rižoto od šparoga i škampa
Parićana rakovica po istarski
Kuhane rakovice
Buzara od rakovica
Brodet od mrkača
Mrkačići na ribarski način
Mrkači u zelenom umaku (šugu)
Jegulje po istarsku
Fuži s junećim gulašom
(Istarski njoki; Pljukanci; Bijeli žganci; Rezanci od heljde)
Pljukanci sa škorupom (skorupom)
Brancin s artičokama
Švoje (listovi) u pećnici
Fazan na „Istarski način“
Fazan na tingul
Srneći hrbat s prošekom
Kuhana špaleta
Jota
Pogača od šparoga
Kruh s maslinama
Kruh s koprivun
Istarske fritule
Pakljunci
Istarske kroštule
Savijača od šparoga
Savijača (štrudel) od trešanja
Torta od trešanja
Cukerančići
Lepirice
Poderane gače
Istarska pupica (Uskršnja pogača), Titola, Jajarica (Picanje jaja za vazem)
Prženi kolačići
Istarski krofi sa sirom
Istarska povetica
Krafl
Kristova kruna
Fažanski gušti i delicije
Tjestenina sa salsom od kapule i inćuna
Bobići (Fave; *fave dei morti* ili *fave dei santi*)
Grancipora (rakovica) na buzaru
Morski pas u umaku (kadel u umaku)
Nadjevene lignje

Pašareta/pasareta

KVARNER i HRVATSKO PRIMORJE

- Dragutin Hirc „HRVATSKO PRIMORJE“
- Prvi poznati mesopustov teštament

- Kostrena
  Maneštra od ječma i fažola („stupanje“
  Luk ili šparoge s jajima
  Lignje punjene na močicu
  Lignje na saft – lignji va saftu
  Bakalar na gulaš – bakalar po kostrenski
  (Opatijski bakalar; Bakalar dalmatinskih otoka (bakalar s dračom); Splitski bakalar)
  Nadjevene rajčice (pomidori)
  Okruglice s marmeladom ili pekmezom
  Trešnje na padelu
- Živelo se onako kako se moglo, razumno i brižno (Napisala Katica Barbarić)
- Vrbnik otok Krk
  ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, Knjiga 33, JAZU u Zagrebu 1949. Ivan Žic
  Priređivanje hrane
- Ženidba, Nikola Zec, Dubašnica otok Krku
  ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE JUŽNIH SLAVENA, knjiga XXVI. Svezak 1., JAZU, Zagreb 1926.
- ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE Knjiga 33, JAZU u Zagrebu 1949,Vladimir Mraković - Punat otok Krk
- Svadba, ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, knjiga 37, JAZU u Zagrebu 1953.
- Prema rukopisu, „NIKE USPOMENE STARINSKE“ Josipa Antuna Petrisa (1787-1868) pisanom između 1853. i 1858, obradili Ivan Gršković – Vjekoslav Štefanić. Rukopis sadrži ilustraciju narodnog života u Vrbniku i pomalo na čitavom otoku Krku u prvoj polovici 19. stoljeća.
- Kako pastiri kuhaju mliko i kakav im je stan – Krk
  Omišaljski sir
- OTOK CRES, ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE Knjiga 33, JAZU u Zagrebu 1949. Andreja Bortulin
  Tekst je pisan između 1904. i 1907. godine, (po „Osnovi“ A. Radića) a po svojoj vrijednosti može se smatrati i kao „mali priručnik“ nauka o kulinarstvu.

ŽIVOTNE POTREPŠTINE

- Običaji u Belom na otoku Cresu u opisu Andreja Bortulina (1876.-1917.) U spomen na tradiciji u govor.
  Jaslice u Belom
  Božić
  Blagovanje
  (G)Udić
  Pladanj Lošinj
- Legenda o postanku Vranskog jezera
- Drvene jaslice na Košljunu (otok Krk)
- ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE JUŽNIH SLAVENA
  Knjiga XXXI, svezak 2 JAZU, u Zagrebu 1938.
  Novalja na Pagu, NARODNI ŽIVOT I OBIČAJI, Dr. Božidar Širola (pisano 1928.)
  Kuće i dvorište
  Hrana
  Vino
  O vinu
- Skupe fešte
- Drvene sprave i posuđe

Jela:
Skuta i sirutka – sirotva
Skuta s bijelom kavom
Skuta s crnom kavom
Janjeći zvacet s valjušcima (njokima) od koromača
Bijeli „štrudel“ od skute
Crni „štrudel“ od skute
Savijača od skute
Paški kolačići
Gnude
Karnevalske fritule sa skutom

- Paška uvala – najbogatija jadranska laguna školjkama
  Klapunići prijesni
  Klapunići šufigani ili poluprijesni
  Klapunići na buzaru
  Klapunići pod peku
  Klapunići – Dva mirisa
  Pogača od klapunića

Jela:
OPATIJA
Rižot od balancana (patliđana)
Špageti sa škampima i školjkama
Lignje punjene marunom, pršutom i Škampima

KVARNER
Zvončari
Kvarnerski štrukli (sjevernojadranski *presnec*), Kvarnerski *hroštuli*
Presnac, Rasparane bragaše, Frituli s vrhnjem, Supice (kriške; slatki kruh), Palenta konpirica i slane ribi
Brežanski zapešt
Kvarnerska začinska mješavina
Žurica ili hladetina
Vazmena pogača
Pogača sa suhim smokvama
Cancarele
Maneštra od merlin (mrkve) i korabe
Kuhani konpir z ocvirki
Ječmik
Crno zele i palenta
Repa na kastafski (kastavski) – *repa na četeri smoki*
Repa i fažol
Slatki žličnjaki
Pita od trešanja
Vazmena pogača
Pogača sa suhim smokvama
PRIMORJE
Primorska panada
Juha od koprivi
Prežganica z baškoton na Jakovarski
Primorska juha
Grah s koprivim (Fažol z koprivum)
Primorski složenac od patliđana (balancana)
Gornjozagonski makaruni
Artičoki primorski
Grobnička palenta krumpirica
Seljačka bijela maneštra
Jačmik (Jačmik va kotliću)
Batuda (Crikvenička batuda; Primorski lonac)
Juha od brancina
Juha od dagnji
Temeljac od škampa
Brudit s palentun na selački
Lokarda na primorski način
Lovrata na seljački način
Marinirane srdelice
Srdele na salatu po primorski
Brodet od srdelica
Lešada od srdelica ili inćuna
Pržene (frigane) srdelice i inćuni
Zapečena kapula nadjevena sa srdelicama
Crikvenička pogača od slanih srdela
Lukova kolubica
„Rupice“
Domaći valjušci (njoki) sa sipom i bobom

Skuša u rasolu od vina
Slani vinćoli na svetejelenski
Olita ili slatka krvavica
(Klanje prasca)
Skuta u listu vinove loze (Skuta va pere od ruzi)
Grašnjaki (Rašnjaki)
Grašnjaki s vrganjima
Broskva na padelu
Gulaš i bela kompirica
Bezimeno jelo, koje se radilo na laganoj vatri – jelo se „krčkalo“
Primorska kalandraka – gulaš od krumpira i mesa živadi
Vinodolska porednja
Težačka salata
Šuljki sa sirom
Gulaš od veprovine
Uskrsna pogača
Bakarska torta
Zvonejski presnec
Primorski prisnac
Bodulski presnac
Potrgane gaće (Poderane gaće)
Božićni kolač s medom
Svetojelenske friti
Pavlinska torta (suvenir Crikvenice)
CRES
Lignje na creski način
Škampi s valjušcima na butargi*
Pile s češnjakom
Kozlić s premazom (marinadom) od ružmarina
Janjeći kare u mirisnom bilju
Tjestenina na creski način
CRES/LOŠINJ
Maneštra od boba i koromača (Lošinj)
Otočka juha od cipala
Tjestenina sa slanutkom
Lonac sa slanutkom
Slanutak u juhi
Slanutak na mrsno
Slanutak s kupusom
Slanutak na salatu

Slanutak sa žitom (pšenicom)
Slanutak s paukom
Janjeći zvacet (žgvacet) sa šparogama
Papuči
Smokvenjak (creski)
Popečci od kadulje (panirana kadulja)
Torta od ružmarina
Torta od naranče
Liker od mirte
SUSAK
Bob s paštom
Lešo bob
Bob, krumpir i lazanje (rezanci)
Varivo od boba i slanutka
Bob sa patlidžanima.
Maneštra od boba i koromača
Lazanje s bobom
Bob i blitva
Brzi popečci od boba i špinata
Jednostavni namaz od boba
Tjestenina s bobom, sirom i graškom
Kruh s bobom
Slasni sendviči s bobom i pršutom
Bob s pancetom
Janjeći kotleti s bobom
Lignjuni s bobom
OLIB
Hobotnica na zvacet
Aleksandra Sanja Lazarević – *Tradicijska prehrana na otocima Silbi i Olibu, 1985.*
KRK
Težačka domaća juha
Juha od leće
Tunina u ulju
Zubatac u umaku
Brodet na puntarski način
Polpete od mrkača s divljim porilukom
Jastog na krčki način
Mulam s češnjakom (*mulam zalučen*)
Janjetina na lešo i lazanje zi šalšu
Šurlice
(Šurlice s divljim šparogama i ovčjim sirom)
Dobrinjski makaruni („makaruni na četiri kantuni“)
Smokvenjak (krčki)
Pijanci
Puhanje (kroštule)
Kolubica i letila za Božić i mesopust
(„Gaštronomija grišnog fra Karla z Dubašice“)
Fešta od presnaci
Carski presnac
Prastari naputak I. verzija
Prastari naputak II. verzija
Prastari naputak III. verzija
Prastari naputak IV. verzija
Vrbniški presnac
Krčki presnac
Gložanski presnac
Halabujski presnac z jabuki
Primorski presnac
Pristeški prisnac (naselje Pristeg nedaleko Benkovca)
Rukavaški presnac
Škrtavi presnac
Zvonejski presnac
Benkovački prisnac
Vrbenska skuta (za poviticu i presnec)
Vrbnički medenjaci (Vrnbički kolač *oplača)*
Pehinarski presnac
Presnac od Srdočev

I. DIO A

- Predgovor
- Obiteljski objed
- Uvod
  Kulinarska sličnost ili „slučajna“ veza
- Nacionalni specijaliteti
- Tradicionalni proizvodi, zaštita izvornosti i zemljopisno podrijetlo
- Neka od naših tradicionalnih jela
- Povijesne crtice za razumijevanje
  Hrvatske kulinarske povijesti tj. kulture stola
  Moliški Hrvati (*Molizanski Hrvati*)
  Valjušci s piletinom (*Kažov* s piletinom)
- Garum
- Umak za ptice
- Liburnijsko ulje
- Maslinovo ulje
- Allex
- Muria
- Dvor hrvatskih vladara i uređenje života
- Samostani, hospitali, hodočašće i kulinarstvo
  - Hostija
- Razvoj gradova
- Frankapanska torta*
  (Frankopan-Torte).

- Hrvatsko plemstvo
- Slobodni gradovi sjeverne Hrvatske
- Zabave
- Vinska pajdašija „Društvo vinskih doktora od pinte"
- Pravo lova i ribolova – plemićka zabava

(LOVAC PRAVO ČINI AR V SLOBODI ŽIVI, ZVIRARA MARLJIVO LOVLJENJE ČINI SERCU POVOJLNO ŽIVLENJE, Fran Krsto Frankopan)

- Porezi i davanja
- Hrvatske kulinarske knjige („kuharice"):
- Prvi hrvatski kalendar iz godine 1635.
- Godine 1772. izlazi priručnik s naslovom:

„Prirucsna knjiga za Slavonsku seljansku mladex ucsitti u dobro nagradjenom poljskom radjenju koju naj parvi biashe popisao Ivan Wiegand Jedan izmed Cesarskog-Kraljevskog-Austrianskoga Drushtva od Texacstva, ili tako recsen za Gospodarstva sada pak Ponaj Milostiveishjoj Zapovjedi Njihovoga cesarskoga kraljevskoga aposhtolskoga velicsjanstva iz Nimacskog Jezika u Slavonski priobratio Ignatia Jablanczk Svietle Varmecxie Poxeske negdashnji Notar. - U Becsu kod Josipa Kurtzböcka, Cesarsko-Kraljevskoga Dvora, Illiricskog i Istocsnog Shtampara. Godishte MDCCLXXII".

Taj praktičan udžbenik o gospodarenju svojim počelima još i danas vrijedi.

- NAČIN JABUKE ZEMALJSKE SADITI I NJE NA HASEN OBRNUTI ZA VOLJU POLJAKOV HORVATSKOG ORSAGA

Oćituvan
Vu Zagrebu,
pritiskan pri Jožefu Karolu Kotče,
1788.

- Godine 1813. u Zagrebu, u Vrhovćevoj tiskari, tiskana je knjiga Ivana Birlinga:

„Nova skupsložena zagrebačka sokačka kniga vu šestih razdeljenjih, zadržajuča 554 naredbe vsakojačke jestvenine pripravijati. Iz nemškoga na horvatsko prenešena. Vu Zagrebu, 1813".

Knjiga sadržava jela (najvjerojatnije) austrijske, češke, njemačke i mađarske kuhinje. No, ne možemo isključiti i mogućnost da su neka od njih i naša izvorna samo usvojena od drugih kuhinja.

Knedlini od jabuka

- Pečeni dindek (Poloncin dindek)
- Iz čokolade juha
- Grahova juha navadna
- Iz tučeneh mandal juha
- Juha od koszane krapovine
- Jajca kakti fileki
- Knedli mali od krapovine
- Bistranga na tokajzkom vinu
- Krap na hladetini
- Szomova glava na hladnetini
- Zajec ali drugo divje
- Kopun nadeven
- Telečje nožice na belom sosu
- Odojek pečen
- Godine 1817. tiskana je brošurica:

„Navuk zemalske jabuke, oliti krumper za kruh, jestvine i konj-krmu potrebuvati: kak takaj ove od pohabljivanja občuvato i dugo zadržati. Iz nemškoga na horvacko prenešeno 1816."

- Godine 1865 izlazi „Mala gospodarica"
- Godine 1868. izlazi knjiga:

„Hrvatska kuharica ili pouka kako se gotove svakakva jela", koju je priredio Đuro Deželić. Drugo popunjeno izdanje izlazi iz štamparije dra Ljudevita Gaja godine 1876. Knjiga je namijenjena: „prvenstveno ljubiteljima domaće, prirodne ishrane, a istodobno i svakome tko želi na našem stolu ponuditi nacionalne specijalitete, koji su, stjecajem okolnosti, kroz dugi niz godina potisnuti jelima iz inozemnih kuhinja".

- Godine 1870 izlazi knjiga: „Vinogradar"
- „Nova zagrebačka kuharica" Marije Kumičić, otisnuta u Zagrebu bez oznake godine tiskanja, vjerojatno početkom prošlog stoljeća.
- Ponašanje za stolom (prvi bon-ton) DRŽANJA K STOLU DVOREČEGA (8 pravila) i DRŽANJA PRI STOLU SEDEČEGA (21 pravilo).
- DRUGI O NAMA

- Konrad von Grünemberg
- Putni dnevnik Engleza Simona Clementsa
- Knjiga Alberta Fortisa (talijanski opat)
Put po Dalmaciji (Viaggio in Dalmazia):
12. Jela
4. Ribolov u jezeru.
3. Morlački ručak na groblju
9. O Poljičkoj krajini i njezinoj vladi
4. O moru koje pláće Primorje; o njegovoj razini; o ribolovu.
5. O naseljenim mjestima duž obale Primorja zapadno i istočno od Makarske
7. O rijekama Norinu i Neretvi, te i nizini što je one poplavljuju
1. O otocima Visu i Palagružu
2. O otoku Hvaru
3. O otoku Braču
4. O otoku Rabu u Kvarnerskom zaljevu
O otoku Pagu
- Drugo pismo: Primorski dio Morlačke gore, Lika i otok Pag
- Treće pismo: Općenito o otoku Krku
- Historische und geographische Beschreibung des Königreiches Slavonien und des Herzogthumes Sirmien (Leipzig 1777. i 1778.)
- ITER po Poseganam Sclavoniae provinciam mensibus Junio, et Julio Anno MDCCLXXXII susceptum
- Iz H.F. Rödlich, Skica o fizičkom i moralnom stanju Dalmacije i Boke Kotorske, Berlin 1811.
- Iz djela E.F. Germara, Putovanje u Dalmaciju i u predio Dubrovnika, Leipzig u Altenberg, 1817.:
Rab, 2 srpanj 1811.
Zadar, 9. srpanj 1811.
Split, 23. srpnja 1811.
Dubrovnik, 3. kolovoz 1811.
Dubrovnik, 5. kolovoz 1811.
- Putovanje austrijskom Ilirijom, Dalmacijom i Albanijom u godini 1818, baruna Josefa Marxa von Liechtensterna: Dubrovačka privreda, gusari i bosanski trgovci (str. 204 - 209 i 211 - 214)
- Slika Dalmacije prema književnim kulturnim kretanjima, Heinricha Stieglitza (1845.)
Split i Solin
Hvar
Korčula i Pelješac
Dubrovnik
- „Reise nach Istrien, Dalmatien und Montenegro“(Dresden, 1851.):
Seljaci iz okolice Dubrovnika
Samostan na Poljudu
Vlaška kuća
Proizvodnja maraschina u Zadru
- Društvo i čudaci u Dalmaciji u djelu Ide von Düringsfeld (Iz: Aus Dalmatien, Prag, 1857.)
Vlaji
Zima u Dalmaciji
Posjet obitelji Cambi u Kaštel-Kambelovcu
Posjeta Petru Nisiteu u Hektorovićevu Tvrdalju
- Alois (Luigi, Vjekoslav) Maschek „Priručnik“ (*Manuele del Regno di Dalmazia*).1871-1877, Zadar
- 10. travnja 1875. godine točno u 11 sati uplovio austrijski car Franjo Josip I.carskom jahtom „Miramar“ u Zadarski kanal
- Plavo more i crne planine, Slike naroda i krajolika iz Kranjske, Istre Dalmacije, Crne Gore. - Georg Baumberger – Einsiedeln, 1902.
Povijest duha kao kulisa
Dioklecijanovoj palači
- Put po Dalmaciji - Hermann Bahr, Berlin 1909.
- „Recollections: The Life and Travels of a Victorian Architect, Sir Thomas Graham Jacksion“

IZ POŽUTJELIH STRANICA

Život na dvoru Zrinskih u Čakovcu – Kuharska knjiga čakovečkog dvora obitelji Zrinski:

Jaja u tavi
Kupus na talijanski način
Kuhati puževe
Čurke s pirjanim zeljem
Pastrva u crnom vinu
Kopun s rezancima
Svinjetina Terbovtz
Sekeli gulaš
Jelen ili srnetina kuhana u crnoj juhi
Salata od sirovih krastavaca

KOPUN

O kopunu prije nekoliko stoljeća

Pečeni kopun s puževima

ZBORNIK ZA NADODNI ŽIVOT I OBIČAJE JUŽNIH SLAVENA

svezak 1., u Zagrebu 1896.

Uredio: Ivan Milčetić).

Narodna kuća ili dom s pokućstvom u Dalmaciji, u Hercegovini i u Bosni.

Napisao Vid Vuletić-Vukasović

Život, jezik i običaji Stupničana kraj Zagreba. Napisao Stjepan Korenić.

Ženidbeni običaji

Iz Vrbove (kotar Nova Gradiška) u Slavoniji; Pribrao učitelj Mijo Kurjaković

Iz Imotske i Vrhgorske krajine u Dalmaciji; Pribrao učitelj Ivan Ujević.

c) Iz Dubašnice na otoku Krku (Istra).

Priopćio I. Milćetić*

Koprivnička predgradja: Banovac, Bregi, Brežanec, Dubovec i Miklinoveć u Hrvatskoj.

Priopćio stud. Phil. Rud. Horvat

e) Pitomača u hrvatskoj Podravini.

Priobćuje vjeroučitelj Valentin Cajnko.

f) Visočane u zadarskom kotaru (Kotari) u Dalmaciji; Priopćio župnik Mate Zorić.

g) Praputnik i okolica u hrv. Primorju.

Priopćio J. Bujanovič.

h) Hlebine u Hrvatskoj.

Priobćio Dr. M. Medjumurac.

Božićni blagdani.

a) Vrhgorsko-imotska Krajina.

Priopćio I. Ujević.

b) Hlebine u Hrvatskoj.

Priopćio dr. M. Medjumurac.

c) Bilješke iz raznih krajeva.

Priopćili M. Zorić, I. Milčetić.

Moba i spreža.

(Vrbova u Slavoniji.)

Priopćio M. Kurjaković.

K o 1 e d a.

a) Praputnik u Hrvatskoj.

Priopćio J. Bujanović.

b) Kotari u Dalmaciji.

Priopćio M. Zorić.

c) Istra.

Priopćio I. Milčetić.

Narodna vjerovanja s bajanjem.

Što narod priča o božanstvu i o svecima; što baje i što radi u ovo ili u ono doba godine (nar. koledar).

a) Koprivnica u Hrvatskoj.

Priopćio R. Horvat.

b) Vrhgorac u Dalmaciji.

Priopćio I. Ujević.

Antun Nemčić Gotovinski – „Putositnice“

- Smuđ u bijelom vinu
- Riba na rasinjski način
- Nemčićevi lovački odresci
- Zadruga Bratanović u Podravskim Sesvetama
- O nadničarima i slugama
- Opis žetve i vršidbe, Nada Matijaško („Žetva i vršidba II“)
- „M. Jambrešić-Štefančić, „Stara Koprivnica u sjećanju“

MEĐIMURJE i PODRAVINA

Međimurski tanjur

Domaće kolinjsko zelje

Jetrica na naglo

Krumpir s vrhnjem

Vrhnjača

Šulenki

Šulenka, šuliki, šuljiki – mliječna juha

Čorba od kopriva

Seljačka juha od koprive

Juha od cikle

Juha od cikle s prosom

Zaruljena juha

Podravska juha od graška

Gusta juha s grahom

Juha od ribe na starinski način

Hlebinska juha

Pretepeni sos od paradajza (umak od rajčice)

Repa s krumpirom

Repa sa žgancima

Lonac s repom i mesom

Bijele ćurke

Faširanci s krumpir salatom

Kuhano meso i zapečeni krumpir

Pevec z oreji

Pijetao s repom

Podravska piletina

Dereš

„Temfanje“
Hajdinska kaša s buncekom
Patke (po domaćem raca) nadjevene jabukama
Pečena raca s hajdinskom kašom
Međimurska guska
Guska nadjevena hajdinskom kašom (hajdom, heljdom)
Patka na koprivi
Koljenica na podravski način
Kalapajsani kalamper
Pretepeni grah
Grah s jajima
Podravska salata od luka
Pirjani crveni kupus
Domaće krpice s jajima
Heljdina kaša sa slaninom
Žganci od heljdina brašna
Rezanci od mladih kopriva
Teleća jetrica
Starinska ječmena kaša
Ščipanci - starinski podravski valjušci (luleki) - *nizbedrica*
Plučna
Varivo od buće
Troskve
Temfane suhe šljive
Pretepena juha
Gorički gulaš
Pečena guska na međimurski način (s domaćim rezancima; Pečena guska u komadima;
Temeljac, Pašteta)
(Dravska guska)
Guska nadjevena heljdom
Međimurska gusja jetrenica
Žufenjaki
Međimurska pogača s repom
Međimurska zlevanka sa sirom
Pogača (s orasima)
Slani kolač od heljdina brašna
Virovitički prkači
Štrukli sa zeljem (zelevnaki)
Kašnjača
Mazanica s makom
Mazanica s tri nadjeva
Križevački paprenjaci
Varaždinski klipići
Krvajica
„Fišter krafli“
Krapci
„Šetroflini“
„Ribice“
Podravske kocke od rogača
Pogačice s čvarcima
Pogačice od kukuruznog brašna iz Legrada
Kuvani medenjaki
Mudlini
Putrenjaki
Vrtanj
Zbornjak
Svatovska torta
Međimurska bidra
Kelašice (kelešice)
Palka (paluga, polanic)
Geteršpajz
Trešče
Kruh od kalampera
Kiflice od kalampera
Ribani kalamper
Valjušci od kalampera (*Šiškrli, Šufnudli*)
Lepajke
Međimursko-Podravska pogača od jagli
Međimurska gibavica
Vidovečki gibanek
Trnovečka prosta makovnjača
Koščičjak

Običaji

Uskrs u Međimurju i Podravini
Matkanje
Badnje večer (Međimurja i Podravine)
Običaji i vjerovanja (Međimurja i Podravine)
Običaji darivanja zdenca
Posna grajova juva
Ščuka v rolu
Podravski šaran
Grajova šalata z koščićiniem oljem
Hrenov sos
Umak od luka
Umak od češnjaka
ORASI (oreji)
Digana zljevanka s orasima
Pogačice s orasima
Torta Zrinski
Što nam kažu stari zapisi
Dravska štuka
Nabodeni teleći kotleti
Svinjetina s umakom od šljiva
Jelen s umakom od šipka

Jelenji paprikaš (lovaca iz Kalinovca; Podravina)
Srneći hrbat na „Varaždinski način“
Đurđevački srneći hrbat
Srneći hrbat na „Podravski način“
Hrvatska gibanica od mlinaca
Grah i zelje - bogečko veselje
Izgled kuhinje
Hrvatska plemićka obitelj Pejačevići
Pašteta od divljači
Smuđ na način grofa Pejačevića
Srneći but
Čobanac od veprovine
Teleća koljenica na način Pejačević
(Teleća koljenica s grožđicama
Teleća koljenica na podravski način
Teleća koljenica u vrhnju)
Torta od oraha
Podravski paprenjaci
Zlatni paprenjaci
Pupora
Ledvenica – ledenica
HRVATSKO ZAGORJE
Običaji i jela
Josip Kotarski: ***„Hrana i posuđe“***
Što se jelo prilikom nekih posebnih – svečanih narodnih običaja
Zdravice svatbene u Zagorju (zlatarski kot.)
Diploma – „Krapinski vandrček“
Kolinje – fureš (dani svinjokolja)
Badnjak – Božić (24. i 25. prosinac)
Nova godina (Silvestrovo)
Tri kralja (6. siječanj)
Vincekovanje
Cvjetnica -Cvetnica – Cvitnica
Uskrs, (Vazem, Vuzem, Vazam)
Jurjevo (23. travanj)
Post
Primjer cehovskog objeda
Proštenje – (Prošćenje – crkveni god, kirvaj, crkvena slava, - koje se održavaju ljeti), Godišnji i tjedni sajmovi
Jela uz Sutlu
Licitari (medičari)
Igračke iz Zagorja
Hiža - kuća
Marija Bistrica – Svetište Marijino
Lijepa naša domovina
Jela:
Predjela ili mala jela
Jetrena pašteta
Pašteta od kopuna
Juhe
Juha od mlijeka
Juha od puževa
Juha od šljiva (šlivnjak-slivovec)
Juha od vrhnja
Bijela juha s lukom
Glavna jela
Krtena kaša
Žganci od bijele kuruze sa špekom, lukom i vrhnjem
Žganci od bijelih jagli
Zameteni grah s repom (varivo)
Varivo od mlade koprive
Varivo od ribanih tikvica
Kolinjska repa
Mlinci na „varaždinski“ način
Mlinci
Prisiljeno zelje
Zagorski fileki
Fileki (špek fileki; fileki sa slaninom) (*Pohani fileki*)
Rajžlec (*Pohani rajžlec*)
Rajžlec na kiselo
Štrukli od pluća u lažnoj juhi
Štrukli od pluća
Kumrovečki obed
Teletina sa žgancima od heljde
Junetina sa suhim šljivama
Grofovski odrezak iz Hrvatskog zagorja
Svinjska pisanica „Stubica“
Pečena svinjetina s kestenima
Kotleti u vinu
Buncek s borovnicama
Zagorsko nadjeveno pile s kostanjem
Kokoš s vrganjima u tijestu
Guska s jabukama i krumpiračom
Pečena patka nadjevena hajdinskom kašom
Pečeni kopun
Kopun s umacima
Nadjeveni kopun u umaku
Zagorski puran s kostanjem
Purica s mlincima
Zagorski odrezak
(„Abšmalcani bob“)
Grah s vrhnjem
Zapečeni grašak
Pečena heljdina kaša s kravljim sirom

Pečeni krumpir s vrhnjem
Kiseli kupus s grahom
Umaci
Umak od brusnica
Umak od vrganja
Umak od graha
Umak od grožđa
Salate
Salata od graha sa slaninom
Salata od heljde
Salata od luka
Salata od mahuna
Salata od poriluka
Kolači - slastice
Jabuke s vinom
Slani kolač s čvarcima
Repnjača
Ružice
Valjušci (luleki) s makom
Bidra
Makoći
Makovo mlijeko
Kuruzna zlijevka
Loborska koruzna zljevka
Tenka gibanica
Cvetlinska gibanica
Vidovečki gibanek
Pogača luciščak
Kruh koledo
Stubički kruheki
Vidi: u drugim poglavljima
Krumpir sa čvarcima – (Hrvatsko Zagorje)
Štruklji od krumpira s čvarcima – (Hrvatsko Zagorje)
Krumpir s buncekom - (Međimurje-Podravina-Hrvatsko Zagorje-Prigorje)
Pečeni grklji s krumpirom – (Hrvatsko Zagorje)
Vinogradarsko cvrče (kajgana, razmućena jaja) (Hrvatsko Zagorje

I. DIO B

PRIGORJE
Ognjište
Vatroslav Rožić:
ZBORNIK ZA NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE JUŽNIH SLAVENA, knjiga XII. Svezak 1.JAZU, u Zagrebu 1907.
Spremane i prireñivane mesa, smoka i sočiva
Prireñivane hrane (jela)
Svadba i svadbena jela Vrbovca
Lovrečina Grad i sestra Laurencija
Pladanj á la Lovrečina Grad
Mrzletina-hladetina
Košarice od krumpira ili tijesta za palačinke
Samostanski krumpir
Juha sa zvjezdicama
Posno jelo – proso
Puding od telećih crijeva
Nabujak od kopriva
Odresci od krumpira
Pečeni odojak s „pijanom“ salatom
Vepar á la Lovrečina Grad
Pivo Lovrečina Grada
Bučino ulje
Domaći šećer
JELA
Bijela kava od žita
Bijela juha
„Bela juha”
Zaruljena juha
Prežgana juha s kukuruznom pogačom
Trena juha
Juha od mlade koprive
Juha od poriluka
Juha od graha
Juha od graha i tikvanje
Juha od vrganja
Juha od vrganja
Juha od suhih vrganja
Seljačka juha
Juha od žita (prosa)
Juha od poriluka
Slatka juha od povrća
Juha od kruha
Juha od mrkve s krumpirom
Juha od krumpira, mrkve i kukuruznog brašna
Juha od heljdine kaše
Juha od ječmene kaše I. varijanta
Juha od ječmene kaše II. varijanta
Juha od povrća i svinjetine
Obična kisela juha
Kalnički ajngemahtec (okruglice od pilećih jetrica)
Kokošja juha

Kokošja juha na kiselo
Domaća juha od sušene guske
Kisela juha
Juha od zelja
Juha sa štruklima od sira
Gulaš juha
Juha od ribe na starinski način
Juha od kopra
Juha od peršinova lista
Juha od kukuruzne krupice
Govedska juha sa žličnjacima od jetara
Varivo od repe
Varivo od lobode
Varivo od krastavaca
Varivo od mahuna
Varivo od poriluka
Svježi grah
Bošpor
„Temfani „ grah I. varijanta
Dinstani – „temfani“ (pirjani) grah II. varijanta
„Dinstani” grah III. varijanta
Grah s mrkvom
Prigorski grah (neki ga nazivaju i zagrebački bažul)
„Dinstano“ (pirjano) kiselo zelje
Tjestenina s vrhnjem
Jagli (prosena kaša)
Ječmena kaša
Smotuljki (smotuljki od mlinaca)
Krumpir gulaš
Prženi „grašak“
Pečeni krumpir s vrhnjem
Čoravi paprikaš
Poriluk s jajima i kukuruznim brašnom
Skrob
Kukuruzni žganci
Šunka sa slaninom
Žganci s krumpirom i suhom slaninom
Pohana šunka
Trganci s prženim lukom ili umakom od prevrelog vrhnja
Domaće krpice s jajima
Čvarci na „saft“
Šiške
Punjeni krumpir
Krumpir s guščjom krvi
Punjena jaja
Okruglice sa šunkom
Kukuruzne okruglice
Popečci od kelja
Posna sarma
Posna sarma (sarma na starinski način)
Posna sarma s orasima
Sarma u trsovu listu (lišće vinove loze)
Knedli (okruglice) sa kiselim kupusom (zeljem)
Krpice sa zeljem
Žganci s krumpirom i suhom slaninom
Luleki (valjušci) s kiselim zeljem
Plućica na kiselo („pajšl“)
Pečenje s jaglima i smotuljkima
Rižoto od gljiva
Ukuhani vrganji
Pohane palačinke sa šunkom
Sekelji gulaš s ječmenom kašom
Pileći paprikaš i dizane okruglice
Pileći paprikaš
Pile punjeno gljivama
Pečeni krumpir s pilekom
Kokoš u umaku od rajčice s popečcima od krumpira
Purica s okruglicama
Punjeno srce
Bijeli bubrezi u crnom vinu
Bijeli bubrezi s jajima
Špek fileki
Pirjani bubrezi
Pohana teleća žlijezda (brizli)
Rajžlec
Golupčići
Svinjski lokoti (kotleti) s grahom
Paprikaš od golubova
Lučki „šnicli“
Juneći odrezak u luku
Zec na seljački način
Paprikaš od domaćeg zeca
Zec u umaku od bijelog vina
Zec na domaći način
Puževi na vrbovečki način (I naputak)
Puževi na vrbovečki način (II naputak)
Pisana pečenka s kiselim zeljem i žgancima

Prigorski riblji paprikaš („Fiš-paprikaš)
Junetina na lovački način
Kuhano meso i zapečeni krumpir
Paprikaš od srnetine
But divlje svinje u lovačkom umaku
„Dinstani“ jež
Domaća bijela kobasica
Krvavice s hajdinom kašom
Kobasice sa srnetinom
Meljna kobasica
Vrbovačke češnjovke
Kuglof sa suhom vratinom
Umak od gusje krvi
Umak od jabuka
Salata s vrhnjem
Belaši I. inačica
Belaši II. Inačica
Zapečeni medenjaci
Kramlpogače
Salenjaci
Kuhani kolači
Fanjki od dizanog tijesta
Pita od čvaraka
Krumpiraši
Kolač od krumpira
Kukuruzna zlijevka
Savijača s kukuruznim brašnom
Dizana zlevanjka
Bučnica
Prhka prova
Cicmara
Cicmara s kukuruznom krupicom
Cicamara s pšeničnim brašnom
Cicvara
Digani štruklji
Krvajica
Buhte sa sirom
Buhtli s pekmezom
Paljuv
Paljuf
Kolač milosti
Jastučići sa sirom
Kukuruzni „štrudli”
Slana pera
Štrukli sa snijegom
Pociglanjki (Ponakljići, Popečnjaki)
Siromaki
Pera
Gradečka pera
Pera s rižom
Slatka pera
Kifli s octom
Svadbeni kolačići
Starinske ružice
Zapečeni medenjaci
Suha rolada
Torta od bijelog graha
Torta od graha
Torta od koštica
Torta od krumpira
Torta od kukuruznog brašna
Pita od oraha i sira
Kolač od čokolade
Palačinke s trešnjama
Vrbovečka pita
Kolač od kiselog mlijeka
Savijača od meda
Savijača od bućinih sjemenki
Prigorska pogača
Pogača sa čvarcima
Prigorski ili Kalnički štrukli ili vanjkušeki – *ponakliči* ili *pociglanjki*
„Med“ od maslačka
Kolač od meda
Zapečene jabuke
Kalnički uskrsni kruh
Pekmez od oguljenih šljiva
Kukuruzna loparka
Loparka od bijelog i kukuruznog brašna

OBIČAJI SELA ZAGREBAČKE OKOLICE

Običaji

Uskrs
Jurjevo
Svi sveti
Martinje
Sv. Lucija
Badnjak - Božić
Stari zagrebački Božićni naputci:
- Puran s umakom
- Pečeni puran s ružmarinom
- Sušena riba
- Pastrva(bistranka) s tokajcem

Ivanje tj. Januševo
Stara Godina
Tri kralja
Kolinje
Post
Vol na ražnju

„Prijatelj naroda“ br. 24 iz 1891. godine
Nedjeljni objed:
Domaća pileća juha,
Pohani picek – pohanec, fajni mladi pohanci, Matovilac s krumpirom (rizi-bizi)
„BLAŽENA VREMENA U ZAGREBU“
(Dragutin Hirz – Stari Zagreb)
Grintava margeta

Neka od starih zaboravljenih jela

Juha od krumpira s mrkvom
Juha od zaprške s umućenim jajima
Bezmesna gulaš-juha
Kisela juha od mesa
Ajnpren juha – Prežgana juha
Ajngemahtes (ujušak, umokac)
Ajnpren
Juha od kornjače
Varivo od kelja („na finiji način“)
Obično varivo od kelja
Crveno zelje
Zamašćene mahune
Abšmalcane (apšmalcane) mahune
Grah s mahunama
Grah varivo s kobasicom i špekom - stari pučki recept
Pražetina
Krumpir na gusto
Slatka repa
Žganci i kisela repa s ocvirkima (čvarcima)
Žganci z tropom (kukuruzna krupica s preljevom)
Hrskavi žganci (palenta)
Krumpir na masti
Ričet
Grah s vrhnjem
Grah sa sirom
Prge (jelo od graha)
Grah sa šćipancima
Zapečeni mladi grah
Pečeni grah s rezancima
Pirjani kozjak
Pofureni valjušci (luleki)
Valjušci na staro zagrebački način
Trganci sa špekom i vrhnjem
Krumpir s čvarcima
Okruglice u ubrusu
Žličnjaci od krumpira i kukuruznog brašna sa čvarcima
Namočeni makaruni
Jetrena pašteta s kruhom
Guščja krv s jetrom
Pečeni nadjev za kobasice
Svinjska pluća s krumpirom
Buncek na samoborski način
Pohani (panirani) buncek
Pečeni buncek
Jetrica s lukom
Pirjane iznutrice
Odresci s kiselicom
Faširanci s krumpir salatom
Kobasice s kukuruznim valjušcima i lisičarkama
Češnjovke sa samoborskom muštardom
Teleći rep (pirjani)
Goveđi jezik u umaku od šipka
Kuhana govedina s lukom
Poprženo goveđe vime
Srneći kotleti s gljivama
Rezanci od sira
Štruklji od heljdina brašna s nadjevom od Oraha
Okruglice od marelica
Kolač od čvaraka
Pogačice od sira
Prosta(obična) povitica s ocvirkima (čvarcima)
Povitica od kvasnog tijesta i ocvirkima
Prhke kapice
Nadjev od vlasca
Livanci s jabukama
Družinski kolač
Gorička pinca
Suho lišće – „hoblinje“(hoblinje – sitni otpaci od hoblanja, blanjanja – blanjevina, ostrušci, šuška)
Okruglice od zobi
Nadjev od bućinih sjemenki
Keksi od prhkog tijesta
Domaći keksi s maslacem
Ružice (Osinje gnijezdo)
Pogača od grožđa
Zagrebačka voćna torta
Kuhani kruh
Liker od mlijeka
Vruće pivo
Triet od vina
Plešivički zelenjaki, štrukli zelenjaki - Plešivički copanjek I. varijanta

Plešivički zelenjaki, štrukli zelenjaki - Plešivički copanjek II. varijanta

POSAVINA

- Trebarjevo

Napisala Kata Jajnčerova

Iz zapisa starih više od sto godina saznajemo o načinu života savskih sela oko Siska

- Dimljarina

Govedina s posavskim krumpirom

- Varoš

(okolica Slavonskog Broda)

Napisao Luka Lukić oko 1920. ZBORNIK ZA NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE JUŽNIH SLAVENA, knjiga XXV. sv. 2., JAZU u Zagrebu 1924.

- Turopoljske hrastove šume (Turopoljsko svinjogojstvo)

ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, knjiga 37, JAZU u Zagrebu 1953.

Ižimača

Masna ljepina (masna lepinja)

JELA:

Posavski sir

Posavski suhi sir

Posavski suhi dimljeni sir

Posavski sir sa čvarcima i zelenom salatom (*Šalata s oparom*)

Žganci s tropom (kukuruzna krupica s preljevom)

Krumpir na masti

Krumpir s peršinom

Kompirača

Trganci s jajima, sirom i vrhnjem, i sušenim rebricama

Makarun

Nadjev od iznutrica peradi

Ječmena kaša s dimljenim mesom

Turopoljska greblica

Posavski krumpir

Žganci s vrhnjem

Proja

Crevara

Drobilica

Prženi kiseli kupus

Priganice

Gibančići

Pituljica

Jaja sa čvarcima

Juha od kosti

Juha od sitnine

(juha od cijele kokoši)

Juha od vrhnja

Varivo od graška (zeleni grašak)

Turopoljsko varivo od korabe s krumpirom

Varivo (cušpajz, čušpajz) od kisele repe

Posavski „pohani“(panirani) vrganji

Kiselica

Kiselica od mladog luka

Prženi kiseli ili slatki kupus

Prženo brašno u mlijeku

Vanjkušeki

Sitna riba na posavski način

Slatkovodna riba na vinogradarski način

Pečeni klen

Čekičanje

Turopoljski lonac

Posavsko jelo od mesa i raznog povrća

Posavski čobanac

Turopoljski odrezak s gljivama

Turopoljska nadjevena guska

Guska nadjevena s jabukama

Guska sa žgancima

Kvrguša

Nadjev za kokoš (Pullus fusilis)

(Božićni nadjev)

Pilići nadjeveni suhim šljivama

Kockice od tijesta („krpice“) s jetricama

Šarena salata (zimnica)

Starobrodski slanci

Pečene šljive s orasima

Mazanica

Posavska gibanica

Kifli (Domaći kiflići)

Uštipci od sala

Uštipci od sira

Žetelačka pogača

Posavska pogača

(Pogača *Vodeničarka*)

Kolač s jagodama ili višnjama

Posavski šećerni roščići

Posavska carska pita

Turopoljska pita

Kolačići kroz ruku – kiseli kolačići

Lokšice

Posavske - Bele devenice (bijele devenice)

(Vidi: Kolinje)

SLAVONIJA

- U zapisu, koji su sastavili 1782. godine

(a objavili 1783.; Budim 1783, 147 str. in 4º; Iter per Poseganam Sclavoniae provinciam mensibus junio et julio anno MDCCLXXXII susceptum), profesori budimskog sveučilišta Matija Piller (profesor „historiane naturalis“) i Ludovik Mitterpacher (profesor „oeconomiae rusticae“), krstareći požeškom županijom, o fauni, flori i mineralnom blagu toga kraja, posebno su pisali i hvalili gostoljubivost naroda, a o narodnoj prehrani zapisali su ovo:……

- Župnik Luka Ilić Oriovčanin „Narodni Slavonski običaji! 1846
Cicvara
- Knjiga LE PÉLERIN SLAVE (Slavonski putnik) tiskana u Osijeku, na 80 stranica, 1870. godine, autora Jean Victora gotovo je nepoznata.
- Selo Otok kraj Vinkovaca, Josip Lovretić, oko 1877.
- Selo Tomašanci kraj Đakova (oko 1870. godine) Mirko Marković

ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, knjiga 47, JAZU u Zagrebu 1977.

- Običaji Bačkih Bunjevaca
- Klanje gusaka
- Guske i kljukanje (šopanje) gusaka
- Pašteta od gusje jetre
- Slavonski sataraš
- Domaći sataraš
- Slavonski dimljeni šaran

Ante Sekulić

ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, knjiga 48, JAZU u Zagrebu 1980.,

ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, knjiga 50, JAZU u Zagrebu 1986.

Masna tarana
Tarana na mlijeku
Čorba kiselica
JELA
Guske i kljukanje (šopanje) gusaka
Pašteta od gusje jetre
Slavonski sataraš
Domaći sataraš
Običaji
Korizma
Uskrs
Božić
Stari običaji i vjerovanja Slavonije i Baranje
Svadba
Slavonska juha
Slavonski svatovac
Zabave
Bećarska večera
Poklade-fašnik
Crna slavonska svinja
Oprema svinjara: svinjarska kanđija, žulja, kožna svinjarska torba, baltica
Ljeljini dukati

Jela:

Slavonski pladanj
Namaz od svinjetine i guščetine
Pečena mlada guščja jetra
Jetrica u maramici (Crne džigerice)
Panirana šaranova ikra
Namaz od riblje ikre I. način
Namaz od riblje ikre II. način
Bunjevačka svinjska đigerica s lukom (svinjska jetrica s lukom)
Bunjevačke pirjane iznutrice
Hladetina I. način
Hladetina II. način
Hladno nadjeveno prase (odojak)
Riblja hladetina
Babenička juha
Juha s kobasicom repnjačom
Juha s buhtama
Čorba od hrena
Čorba od kopra
Čorba od gusje krvi
Guščja juha
Bijela čorba
Krumpirova juha s rezancima
Krumpirova juha na baranjski način
Baranjski krumpir-paprikaš
Grahova juha s trgancima
Snašina čorba
Kukuruzni žganci na slavonski način
Slavonska kajgana sa čvarcima
Abaraška užina
Domaći kiseli kupus
Seljačka kajgana
Mahune s jajima
Krumpirove placke (Bramborovi placky)

Polesnjaci
Krkljuš (kockice kruha na masti)
Papula
Zamašćeni rezanci
Ščipanci
Knedli (okruglice ili valjke)
sa zeljem (*„Knedliki“ po češki (ili štruce*)
Čikovi
Musaka od kiselog kupusa
Nadjevena (punjena) paprika sirom
Nadjevena (punjena) paprika mesom od zeca
Srijemska sarma od kiselog kupusa
Lisičarke s jajima
Pirjane lisičarke
Žablji kraci na baranjski način
Pile sa salaša i trganci sa sirom i vrhnjem
Paprikaš od pijetla sa žličnjacima (*Žličnjaci, Žličnjaci s vrhnjem*)
Patka u umaku
Dimljena gusetina
Rižot od sitniša
Slavonski savijutak „Copacabana”
Podvarak
Pečenica (lungići) u umaku od šljivovice
Slavonski složenac s kupusom
Šokački šnicli
Slavonska punjena teleća prsa
Nadjevena teleća prsa na šokački
Juneći jezik s bademima
Vinogradarska „šnicla“
Iznutrica šljuke
Pašteta od iznutrice šljuke
Srneći odresci s višnjama
Slavonska marinada (pac) za divljač
Smuđ na srijemski način
Pečeni šaran sa češnjakom
Perkelt od soma na kopački način
Perkelt od štuke
Perkelt od riblje obrazine
Pohana riblja mliječ
Okruglice od štuke u kopar-umaku
Šaranovi „čvarci“
Fiš paprikaš
Srijemski kotlić
Kobasica zalivena u mast (zatopljena)
Slavonska šunka
Teleći obrazi s umakom od gljiva
Tačkrle
Umak od oraha i češnjaka
Umak s vlascem
Savijača od dizanog tijesta s čvarcima
Slavonski nedjeljni kruh
Povatica
Žmari (drobljenac)
Bačin prevrt (palačinke)
Domaći rezanci s orasima
Kolač od bundeve
Tašci s pekmezom I. inačica
Tašci s pekmezom II. inačica
Saće
Štrudla (savijača) s repom (Žepanki)
Pokoraji* (slavonski sitni kolači)
Kuhani pereci
Pečeni pereci
Uskršnji peretak
Mali peretak
Mustrice
Požeške gatrice
Kuglof
Trnavačka makovnjača
Trnavačka orehnjača
Torta od lješnjaka
Prženi bazgin cvijet
Baranjska mućenica (zlevanka)
Bunjevački kruv
Bunjevačka masna lepanja
Bunjevačka prazna pogača
Bunjevačka suva pogača
Bunjevačka pogača sa sirom
Bunjevački listići (listarići)
Bunjevački lakumić (mali pleteni kolač)
Srijemski listići (listarići)
Srijemski štrudl
Srijemska savijača
Štrudl od šećerne repe
Zamotanice (pofezne, prženice)
Gube
Krumpir palačinke
Slavonske placke (languši, lepinje)
Srijemska sječenica (pogača)
Šokačka lepinja
Pogača s nadjevom
Graničarski kolač
Bakina bundevara
Pita s medom
Kako se pravi uzlivanca s višnjama
Sirup od višanja

Seoska prehrana Hrvata – Šokaca u Baranji

Obroci
Svakodnevna hrana
Jela od žitarica
Kašasta jela
Tjestenine i jela od tijesta
(Kičena pogača)
Mlijeko i mliječni proizvodi
Jela od povrća
(*Grah nakiselo - Posti gra)*
(Punjene paprike s piletinom - „Filovane paprike“)
Mesna jela
Ostala hrana
Posude i spremišta za hranu
Piće
Jela uz običaje
Rođenje
(Glupaš – grah na kiselo)
Svadba
Pogreb – ukop
Godišnji običaji Božić, Uskrs
Šufnudli (izvorno)
Mladinska hladetina
Uskrs
(*Šterc - trganci s krumpirom)*
(Papula – izvorno
(Kičena pogača)

Šokci i Korizma

Zakiseljeni krumpir (krumpirova juha)
Rijetka paradajz juha (juha od svježih paradajza, juha od rajčice)
Umak (sos) od paradajza (umak (sos) od rajčice)
Flute
Dimljeni šaran s krumpirom
Kolač s lukom
Nadrndani krumpir
Tijesto s jajima
Utrackani rezanci
Proja s kiselim mlijekom
Lagarijaši
Kiflice
Pekmezari ili tamo – vamo
Kalupaši (šaragaši)
Preklopna *snašina* pogača
Posna pogača
Lokše
I inačica (slana lokša)
II. inačica (slatka lokša)
III. inačica (lokše od krumpira i brašna)

MOSLAVINA

Juha od vrganja na Moslavački način
Beli žganci na Moslavački način
Panirani (pohani) šaran s grahovim žgancima (Moslavina)
Grahovi žganci
Moslavački „beli“ žganci s prepečenim vrhnjem
Moslavačko meso u zelju
Moslavačka svinjetina u vrhnju s domaćim rezancima
Fazan na „Moslavački način“
Divlji zec s kiselim zeljem i žgancima
Maričin sajamski gulaš (jela koja je obožavao književnik Mato Lovrak)
Salata od povrtnice (crne rotkve)
Matovilac salata
Bučnica Moslavačka
Milkin medenjak
Molvarska orehnjača
Bjelovarski vrtanj
Kupuščići
Šarafi (slane kiflice)
Bakina zlevanka (Razlijevak – „Pakračka brda“)

BANIJA i KORDUN

Banija (Banovina)
Kordun
Rijeka Una
Pounje
Cisterciti (bijeli monasi), dominikanci, franjevci, pavlini i templari
Opskrba samostana u Topuskom
„Turska Hrvatska“
Kuća - slika života i jezik narodne arhitekture
Običaji i jelo
PIGIK - Petrinjska izložba gastronomije i kulinarstva
„Skradski želodac“
Svakodnevna prehrana
Obroci
Običaji
Petrinjski ceker bal
Čuvanje pokojnika – Karmine
Berba
Pečenje rakije
Koljevina, kolinje
Čoravi paprikaš
Običaji kod oranja, sijanja i žetve

Sveta Lucija
Tucin dan
Badnjak i Božić
Silvestrovo, Nova Godina
Vincekovo
Svijećnica
Lakomići
Fašnik
Pepelnica
Uskrs
Spasovo, Križevo
Ivanje
Petrovo
Terezinje
Sisveti - Svi sveti - Dušni dan
Martinje
Proštenja i sajmovi
KRALE **(u „turskoj Hrvatskoj“)**
Piše Ivan Klarić, učitelj
…….iz mista Kraļa, u kotaru i općini bihaćkoj, na zapadu od Bišća (Zbornik za narodni život i običaje južnih Slavena, svezak VI. 1. polovina, JAZU, u Zagrebu 1901.)
Hrana i posuđe
Spremańe i priređivańe mesa, soka i sočiva
Brašno i sočivo
Mlijeko
Ostalo
Priređivańe hrane
Kada se koje jelo jede
Gdje se kada jede?
Kulinarska zanimljivost (Omar Pasha Latasa)
Krkljuša
PREDJELA ili MALA JELA
Maslo
Ovčje kiselo mlijeko
Tirit
Topa
Kordunaška vrilica
Popara
Sirotinjska kajgana (sirotinjska palačinka)
Jajara
Gruša
Moča
Čimbur
Potkriža od kruha
Priganice
Kriške kruha s koprivama
Banijska cicvara (Belmuž)
Prilozi za juhu i meso
Škrob (skrob)
Gruševina, ovčenik
Bijeli žganci (kačamak, palenta, pura)
Banijski žuti žganjci (žganci)
Prova (proja)
Cvrkana palenta
Banijski bijeli žganjci
Palenta sa prelivom - začinom
Krtola tučena – jelo od krumpira
Krumpir u tepsiji
Kuhani krumpir sa sirom
Ćoćka (Krompir sa kiselim mlijekom)
„Marijaši“ od krumpira
Podlanica
Gužvara od kopriva
Palačinke od projinog brašna i kopriva
Hajdučka orehnjača
Jednostavna projara
Trganci
Gnjecavi grah
Podlanice od graha
Pirjane mahune
Zapečeni poriluk
Zeljara – projara sa zeljem
Pita od svježeg zelja
Pita od kiselog zelja (kupusa) i krumpira
Krtolača (pita od krumpira)
Kordunaška (po)kljukuša
Slane pogačice sa sirom
Makarun
Panirani cvijet tikve
Pirjani čvarci
Drob
Pržena kožara
Pirjane gljive
JUHE
Klin juha
Juha od mladog graška
Juha od riječnih rakova
Krumpir čorba
GLAVNA JELA
Grah
Vojnički grah
Zapečeni grah
Bob
Varica
Mahune s krumpirom
Mahune na dubički način

Kostajničke pletenice
Krumpir u tepsiji
Krumpir gulaš
Mladi grašak
Petrinjski perkelt
Teleća plućica na kiselo
Banijska sarma
Zapečeni krumpir sa kobasicama
Krzatma
Fijaker gulaš
Goveđi gulaš s krumpirom (Goveđi gulaš na vojnički način)
Goveđa pržolica na kordunaški način
Potkriža
Kordunska ja(h)nija
Svinjetina u vrhnju s domaćim rezancima
Slunjski kupus
Lonac s janjetinom i bijelim grahom
Kordunaško-bosanski lonac
Kordunaška kalja
Kordunaški janjeći but
Riba na „reš“
Deverika pečena u pećnici
Pastrva na kajmaku
Šaran na krajiški način
Šaran s krumpirom
Piletina u tarani
Kordunaška kvrguša
Pečena patka u blatu
Panirani fileki („pohani“ panirani) škembići)
Nadjeveni fileki
Prase pečeno u pećnici
Keške
KRUH i POGAČE
Kruh (kruv)
Ljepina (izvlakača)
Petrinjska pogača
Kordunaška masnica
Kordunaški somun
KOLAČI i OSTALA SLATKA JELA
Kisela pita
Uštipci sa kvascem
Brza gibanica
Jednostavni kolač od jabuka
Kolač od jabuka
Orasnice ili Orašnice
Šljivoš
Šapice
Bombice od krumpira
Pecivo (kifle) s nadjevom od oraha
Cvibak
Pemski kolačići
Sirnica
Pržene pogačice
Prženice s trešnjama
Krajiška obaruša
Pita sa žutom tikvom
Pečena tikva
Pivarice (pivske loptice)
Ljevuša (ljeuša, ljevača)
Ljevuša od pšeničnog brašna
Ljevuša od pšeničnog i heljdinog brašna
Diplomatske palačinke
Štangice od oraha
Medenjaci
Medenjaci (stari naputak)
Alva
Štrudla
Salčići
„Suk“ (svitak, štruca)
Biba
Karlovačke šnite
Krajiški pupak
Kordunaški uštipci
Baklave od suhih šljiva
Božićna česnica
Božićni običaj pravoslavnih
Badnja večera 6. siječanj
Riba
Badnji grah
Badnji kolač (pogača)
Božićni doručak
Božićni ručak
Božićni kačamak (Obični kačamak)
Kordunaška hladetina – bogojavljenska pihtija
Vasilica
Uskršnji doručak
Uskrsni perec
Uskršnja pogača
Slatko
Domaći dodatak jelima
Zaprška - Zaprg
Stupani ječam i pšenica

GORSKI KOTAR

- Običaji
- Što se jelo i kako se pripremalo jelo
- Zima, klanje svinja
- Ženidba starih Grobnišćana

- Ženidba- Svadba
- „Delnički pir“
- Gradnja kuće, izgled kuće i život u njima
- Običaji zimi
  Belenje kukuruza
  Ribanje zelja
  Čihanje perja
  Zabave
- Ceste koje život znače
- Klana
  Navade od Ulične nedilje do Vazma

JELA

- Obroci
- Janjetina na ražnju
- Sirevi
- Med
- Žabe, puževi i puh
- Brezin sok
- „Žablja krv (piće)
- „ Geruš „(piće)
- „San Hubert“(piće)
- „Papra“(piće)
- Žabarska noć
- Muzej žaba
- Vinogradi Gorskog kotara

Jela:

Crnoluški želudac - Budel (Goranski nadjev; Lokvarsko nadelo)
Nadjevena crijeva (uskršnji nadjev) – moderna inačica Budela
Kuhani goveđi jezik
Prženi goveđi jezik
Kiseli kupus sa čvarcima
Jaja sa slaninom
Kisela juha od ječmene kaše
Juha od kukuruznog brašna
Juha od žaba
Juha od puhova
Juha od gljiva i mrkve
Juha od gljiva i ječma
Juha od kromade (žute korabe)
Goranska maneštra
Mošnje (kesa, vrećica u kojoj se drži novac, barut i sl.)
Frkanci
Krumpir sa sirom i kiselim mlijekom
Šiljarski krompr (krompir)
Repa i fažol (grarepa)
Zapečeni bob
Varivo od boba
Bob u mlijeku
„Čušpajz“od prisada
Palenta i krvavice
Podmetaš
Goransko nadjeveno pile
Popečci od konjskog mesa
Novogodišnja sarma
Priprema puževa
Puževi u klobucima gljiva
Gulaš od puževa
Gulaš od puževa i lisičarki
Puževi u umaku od pršuta i vina
Pirjani žablji kraci s palentom
Kotleti s kestenima
Kompir i fažol
Piletina s fužima i koprivom
Hladetina (mrzletina) od divlje svinje
Nadjevena srneća prsa
Gulaš od puhova (najčešće čabarsko jelo)
Smrčci na pastirski način
Nadjeveni smrčci
Rižoto s vrganjima
Tetrijeb nadjeven grmoščicama
Odresci divlje svinje s lisičicama
Prosenjaci u glinenom loncu
Umak od gliva
Ajvar od gljiva
Planinski kruh
Pečene šljive
Pržene šljive
Nadjevene (punjene) pečene jabuke
Puhanci
Drobljenac od kukuruznog brašna
Borovnice s prženim žemljama
Palačinke s borovnicama
Savijača od borovnica
„Štrudla“(savijača) od sira
Savijača od sira i jabuka
Štrudla od gljiva
Nabujak od krasnica i rujnica na žaru
Meden, crni kruh
Savijača od kiselog kupusa
Kuminovi štrukli (štruklji s kimom)
Kolačići od zimske panjevčice
Krumpir pita
Bazgin popečak
Medine šape
Kolač od rogača
Kolač s rogačem i jabukama
Kimljovača

II. DIO B

STARA BAŠKA/KRK i LOPAR/RAB
Hobotnica s divljim porilukom
(Mrkač na brujet)
Hobotnica sa špagetima i tikvicama
Zelena tjestenina s mladim bobom i hobotnicom
RAB
Rabski brodet (brujet)
Rižoto od škampa
Punjene (nadjevene) lignje
Sipe s bobom
Brudet od sušene hobotnice
Dimljena hobotnica
Janjetina na rabski – janjetina u bruncu
Rabsko sočivo
Rabska „grota“
Rabska „torta“
Rabski baškotin
Rabski muštaćoni
Rabska fjera
PAG
Šparoge
Dagnje po siromaški
Gusta juha od šparoga
Ovčja juha
Njoki u umaku od balancana
Paški pljukanci
Valjušci od skute
Paška šalša
Gulaš od ovce
Paška janjetina ispod peke
Kaštradina
Kaštradina s kiselim kupusom
Janjeće tripice s pancetom
Lunska marinada (posno jelo)
Lovrata na paški način
Skuša na paški način
Hobotnica novaljskih ribara
Lignje na primorski način
Baškotin
(Mornarski kruh - baškot, bucolaj, kolač, galeta)
Dvopek s bademima
Gnude
Karnevalske fritule sa skutim
TUNA-kraljica plave ribe
Mali rječnik tunolovaca
Tuna na ribarski (Tuna s maslinama)
Pljeskavica od tune
Odresci od tune
DALMACIJA
- Prema zapisima starim 200 godina saznajemo kako se živjelo, što i kako se jelo.
- Selo i seljaci u očima stranih putnika
- „Nekad težačka i siromaška hrana našeg mora, danas je vrhunski užitak za najprobirljivije ukuse.“
    Korčulanska Martinjska lojenica
    Martinov kruh
    Ružina vodica
- Biokovsko selo – Vrdola

Pietro (Petar) Nutrizio Grisogono (Trogir 1748.-1823.), obiteljskog imena – Babić napisao je knjigu: Riflessioni sopra lo stato presente della Dalmazia. Opera economico-politica etc. Firenca, 1775.
- „Brušketa“
- Božićni običaji:
  Dalmacija
  Dalmatinska zagora
  Sinjsko-vrlička zagora
  Običaji - vjerovanja
  Poljica
  U starim zapisima o prehrani, jelima:
  Marenda
  Marenda za obične dane
  Dječja marenda
  Vino
  Rakija
  Prošek
  Kvasina
  Sir
  Kumpir na cilo
  Polovice (pole)
  Mišancija (zelje)
  Pašta fažol
  Špinjača na paru
  Zeleni rižot
  Slanutak (bili grah, čičvarda, slanutak) *na juhu*
  Slanutak na mrsno
  Slanutak s kupusom
  Slanutak na salatu
  Slanutak sa žitom
  Bućine na pome
  Bakalar
  Brujet (brudet, brodet) *ala peškadoro*
  Glavonožac s bobom

Hobotnica na salatu
Rižot od škampi
Jota (kiseli kupus sa fažolom)
Žitna juha
Mineštrun I
Mineštrun II
Janjetina
Janjetina s bižima
Janjetina ispod peke
Janjetina sa bobom i blitvom
Janjeća jetrica (danas to zovu *dolce garbo* (slatko i kiselo), onda se nije zvalo nikako)
Janjeći mozak s jajima
Janjetina sa špinatom (spinjača)
Tripice
Kaštradina
Pašticada s njokima
Domaća manistra (tjestenina)
Mrvice (za u juhu)
Cancarele
Kroštata
Slatka verzija
Slana verzija
Paradižot
Mantala
Pogača
Soparnik
Poljička torta
Zadar (Božićni običaji)
Običaji Šibenika i Primoštena
Božić starog Dubrovnika
- USKRS – hrana koja se nekad smatrala sirotinjskom postala je uporište kulinarstva.
- Tradicionalni uskrsni objed u Dalmaciji
- Biranje „kraljeva ili knezova, ili dužda“ („dose“) u Dalmaciji
- O nekadašnjem životu zaostroških seljaka u „brdu“
- Život u Hardomiji (zapis misionara isusovca o ishrani mještana s područja između Ljubuškog i Metkovića)

Jela od povrća
Jela od žita i tijesta
Jela od bijelog smoka
Jela od riba
Jela od mesa
Jela uz svečanosti
Hrana za vrijeme posta i gladnih godina

- Iz stare dubrovačke kuhinje
- Ženidba (Veliki pir, Konavli u Dalmaciji)
- Vrijedan dokument na talijanskom jeziku sačuvan nam je u knjizi Umoljenih, svezak 6. god. 1463., koji govori o Dubrovniku tijekom posjete pape Pijo II.
- Prva konačišta Dubrovnika
- Tragovi Dubrovnika u USA
- Mjere starog Dubrovnika
- Starigradsko polje – najveći sačuvani antički katastar u Sredozemlju
- Smutica – bikaver – bikla („koza i loza“)
- Manojlovački slapovi, ražanj, peka i car Franjo Josip I.

Janjetina šibenskog zaleđa i tuka (Pečena tuka)
- Pivnica „U Fleku“- nogomet, Split
- Dalmatinska kokoš
ŠIBENIK
SKRADIN/DRNIŠ (DALMATINSKA ZAGORA)
Čokalice
Šibenska luganiga (lukanika)
Lukanijeva kobasica
Skradinski rižoto
Skradinska torta
Šibenske favete
Komočići
Pispalji (langoši)
Drniški grah
Latežine
Koprtlje
Brodet od jegulja – Bižot s palentom
Kolač od žižula (čičimaka)
Šibenska pogača sa slanom ribom
TRILJ-SINJ (DALMATINSKA ZAGORA)
Izlivača
Valjušci
Makaruni (bigulice, valjušci) sa sirom
Makaruni s mesom
Žmare s verzotom
Arambašići (Harambašići)
Lizbika
Brudet od raka muleka
Žabe na brujet
Janjeći dropčići
(Kukurek - janjeća crijevca)
Dimljene janjeće tripice (želuce) i crijeva

Dimljena crijeva u umaku
Crijevca na roštilju
Alkarska janjetina
Domaća kaštradina
Sinjska pečenka
Teleća glava ispod peke
Teleća glava u papirnatoj vrećici (*škartocu*)
Teletina ispod peke
Teleće srce na kiselo
Teleća plućica, đigerica (jetra) i slezena u umaku
Goveđi jezik u umaku od kapara
Goveđi gužnjak u kiselom kupusu
Valjušci (njoki) sa šljivama
Seljački uštipci
Torta švojata*
Nadjevene dunje
Babina kotonjada
Triljska orehnjača (Grotulja)
Sinjski (seljački) uštipci
Uskršnja pogača – Posvećenica
BUKOVICA i RAVNI KOTARI (DALMATINSKA ZAGORA)
Alberto Fortis, *Viaggio in Dalmazia* 1774., „Put po Dalmaciji". Dio koji se odnosi na njegovo putovanje i istraživanje toka rijeke Krke.
TILURIUM i BURNUM – prehrana legija
Prehrana legija
Jela koja imaju svoju dugu povijest
Uštipci
Globi – okruglice, loptice od sira
Perna – but, šunka
Kruh sa smokvama
Vojnički kruh - *Panis militaris*
Kruh Libum
Benkovačka vara
Jela koja su se pripremala na ovim prostorima još od Rimljana
umak Garum
umak Mulsum
Kuhana jaja s umakom od kikirikija (predjelo
Ukuhana jaja – In ovis hapalis (predjelo)
Predjelo od marelica
Julijanova čorba
Fabaciae Virides Et Baianae (soja ili bob i mahune
Jelen u umaku (glavno jelo
Odresci (glavno jelo)
Isicia omentata (glavno jelo)
Minutal marinum (glavno jelo)
Patina de pisciculis (sufle od malih riba) (glavno jelo)
Starorimske začinjene dagnje (glavno jelo)
Školjke
Mitulis (morske školjke)
Rižot od lupara (prilipaka)
Lupari u šugu
Priprema murine (glavno jelo)
Tunjevina
Minutal Marinum (riba u bijelom umaku
Pullus fusilis (nadjeveno pile) (glavno jelo)
Vitellina fricta (pečena teletina) (glavno jelo)
Mustacei (desert)
Libum (desert)
Patina de piris (sufle od krušaka) (desert)
Pear Patina (desert)
Poslastica od datulja (urmi)
Poslastica s paprom
Poslastica sa suhim grožđem
Poslastica s pinjolima
Aliter Dulcia (vrsta deserta)
Tiropatinam (vrsta nabujka)
Ova Sfongia
Ex Lacte (palačinke s mlijekom)
Slatkiši
Tradicijska prehrana
Mlijeko i mliječni proizvodi
Meso i proizvodi od mesa
Riba
Žitarice i kruh
Povrće i prerađevine od povrća
Jaja i med
Samoniklo bilje i plodovi
Voće i prerađevine od voća
Pića
Ulja
Kolači i slastice
Jela za posebne prilike
JELA i PILA
Fjoki (*Tijesto za fjoke)*
Prominska Cicvara
Cicvara iz Polače
Ječam (orzo) sa suhim rebrima
Presnac- prisnac (*Sir škripavac)*
Prisnac iz Bruške
Prisnac iz Novigrada

Prisnac iz Zelengrada.
Riblja pašteta
Raci u umaku od murtele (nana, menta, metvica)
Bakalar sa slanim srdelama (kako se nekad pripremao)
Bakalar u teći
Odresci od *španjaka*
Grah s pancetom
Blitva s grahom i bobom
Blitva i slanutak
Krumpir s hrenom
Tripe u rajčicama
Puževi na seljački način
Goveđi jezik kao pašticada
Dalmatinska gulaš juha
Pastrva u prošeku
Visovačka franjevačka begovica
Salata od tikvica
Krvavice *baba*
Cikla salata (zimnica)
Salata od cikle
Kruh pod pekom
Bublice - loptice
Kuglof
Posne vanilice
Kora za pite (misli se na tijesto za *štrudl*, savijaču)
nadjev kad je post
nadjev kad nije post
nadjev od mesa
nadjev od sira
Pužići s orasima
„Prskano“ posno tijesto za *štrudele* i *krafne*
Posni kolač od jabuka petrovača
Petrovača
Bombice (kuglice) od jabuka
Posne jabučice
Posni kolač
Prutići od smokava i bajama.
Prutići
Kuglice od mljevenih smokava
Posni medenjaci
Starinski kolač s medom
Posni keksi
Posne kiflice
Orašci
Prutići od oraha
Posna torta
Domaći, posni, marcipan
Kolač od grožđa
Čukter (čufter) – kolač od bajama i vina
Posna pita od suhih šljiva
Baklava sa suhim šljivama
Slatko
Pekmez od drenjina
Kompot od mušmula
Marmelada od mušmula i bajama
Marmelada od ljubičica (cvijet)
Pekmez od ogrozda
Pekmez od ogrozda i jagoda
Slatko od ogrozda
Ogrozd u šećeru
Marmelada od smokava
Pekmez od šljiva s medom
Pekmez od trešanja
Pekmez od trnjina
Domaća pića – pića iz kućne radinosti
Domaći prošek
Desertno vino od ruža
Pelinkovac od grožđa
Rakija lozovača, komovica i stejovača
Travarica za lijek
Rakija rogačuša (rogačica)
Rakija od komurača (rakija anižeta)
Rakija od murtele (nane, mente)
Liker od drenjina
II. inačica
III. inačica
Domaća orahovača
II. inačica
Liker od zelenih oraha
II. inačica
III. inačica
IV. inačica
V. inačica
Liker od suhih smokava
Rakija od ruža – ružulja
II. inačica
Ekstrakt od ruža
Voćni liker
Liker od gustelina (*kostelina, koščela, koštela,* ***lat.*** Celtis australis**)**
Liker od dunja
Liker od šumskih jagoda
Liker od kadulje
Liker od kupina
Liker od malina
Liker od narančine kore

Liker od pelina
Liker od ribizla
Liker od rogača
Liker od ruža
II. inačica
III. inačica
IV. inačica
V. inačica
Liker od plodova divlje ruže (šipuraka)
Smrekovica (brinjevača, klekovača)
Sirup od šipka – nekuhani (nar, mogranj *lat.* Punica granatum*)*
Sirup od šipka – kuhani
Liker od šipka (nara)
II. inačica
Liker od šipurka
II. inačica
III. inačica
IV. inačica
V. inačica
Višnjevača
Liker od trnjina
II.inačica
III. inačica
IV. Inačica
Liker od višanja i trešanja
Liker od višanja

ZADAR
Fritaja od domaćih *joj i sip*
Lignje po ribarski (cukarinke)
Posne fritule

BIOGRAD
Ćućka (pašta-fažol)
Čičvarda (slanutak)

VRANSKO JEZERO
Brodet od jegulja sa palentom

TROGIR
Trogirska juha od cvjetače
Trogirska prsura
Traurina
Trogirski rafioli (+Imotski rafioli)

KAŠTELA/SPLIT
Makaruni na vreteno
Pastrva iz Žrnovnice s domaćom purom
Govedina s kaduljom (meso u teći)
Dolče garbo
Dioklecijanova pogača
Kaštelanska torta
Domaći kravlji sir
Rimski kruh (pogačica) – *libum*

FJERA SV. DUJE - SUDAMJA NEKAD I SAD

STON
Kamenica s limunom
Kamenice pečene
Crni rižot
Salata od *mušula* na stonski način
Stonska torta

METKOVIĆ/NERETVA
Bakalar kuhan na mornarski
Mornarska juha
Juha od sušene tabinje
Jegulja s rižom
Jegulja s češnjakom.
Jegulja u bijelom vinu
Jegulja na ribarski način
Frigana jegulja
Jegulja u tijestu
Sarmice od jegulje
Brudet od sušene jegulje
Dimljena jegulja s jajima
Liska
Liska na neretvljanski način
Liska sa slanim srdelama
Liska s prošekom, jabukama i suhim šljivama

IMOTSKI (DALMATINSKA ZAGORA)
Posni grah
Cike (zapečeni rezanci s kajmakom)
Ljuta ičija
Lignje pod pekom
Čupava torta

BIOKOVO /MAKARSKA
Putovanje saksonskog kralja Friedricha Augusta 1838 od Trsta do Kotora
Sladoled obitelji Trek
DANICA ILIRSKA broj 35, 36;
HRVATSKI PLANINAR br. 8. i 9.
Saski kralj Friedrich August II. kao hrvatski planinar
Torta Makarana
Sir od kiselog mlijeka
Krepka juha Biokova
Jelo težaka
Biokovski lonac
Biokovski puževi

PELJEŠAC/DUBROVNIK
Riblja ikra – butarga
Juha od ikre

Pelješka juha
Zelena manestra
Šporki makaruli
Dubrovačka pazija
Tuka (pura) s maslinama
Janjeći pikatić
Dodatci za varenik
Rakovica bokeljskih mornara
Pelješki savur
Pelješki brodet od mušula (dagnji)
Dubrovačka salata
Hrostule (kolač iz Lapada)
Prikle I. način
Prikle II. način - Lapadske prikle
Pandolete
Pasta frula
Dubrovačke popriguše
Rožata od rogača
Dubrovačka torta
Dubrovačka torta od mjendula i naranača
Nadjevene naranče
Nepečena torta sa skorupom
Mandarinet
Arancini (Orancini; ušećerene naranče)
Dubrovački božićni kruh s
Maslinama
Liker od cvjetova lemuna i naranče
Izbor iz stare dubrovačke kuhinje:
Ožičice simulate
Sipina crna juha
Balančane u teći
Bob i pasta na kaštradini
Pečena domaća lonza (svinjski kare)
Lonza od praca s ljutom narančom
Kopun ili kokoš na Pometov način
Puži po pastirski
Pečena kozletina s mladim patatama
Lignje punjene na dubrovački način
Marmelada od divlje ruže (šipurike)
Božićni kruh s maslinama
Liker od nespola
Orancini
Dubrovačka torta od mjendula i naranče
Liker od cvjetova lemuna i naranče
Tradicionalne dubrovačke ričete **(recepti)**
za Badnji dan:
Posna juha - panata
Prikle posne bez jaja
Suha riba na bijelo – popara
Suhe smokve sa mjendulama
Bruštulani mjenduli
Prikle (sa patatama)
Salama od suhih smokava
Tučene zelene masline
Kruh „luk“

II. DIO C

OTOČNA JELA

KOLOČEP
Popara od ribe na otočki način
MURTER/KORNATI
Brudet na kornatski način
Kornatski maništrun
Maništrun od lignje
Kruh sa sipinim crnilom
Frigane papaline
Ježinci
(Morski ježevi od davnina)
(Juha od morskog ježa)
(Ujušak od morskog ježa)
(Tjestenina s ježincima)
Fuži s morskim ježevima
Frigane papaline
Papaline kao riblje mlijeko
Papaline u jajima
Bućine (papaline) na pome
Gavuni (čokalice) na kornatski način
Trlja u umaku
Volak na mornarski način
Volak s vinom
Punjeni lubin
Orada ili zubatac na način „Kornat“
Dagnje s krumpirom
Jakovske kapice
Vangole na rižot
Crni rižoto od lignji
Crni rižoto od sipica
(Crni orzo sa sipom)
Kornatska užanca (hobotnica na domaći
način, užanca - običaj, navika)
Hobotnica na živo (u tijestu)
Hobotnica u umaku
Hobotnica s matarom (motarom) i jajima
Bubice (pogačice) od hobotnice na
Kornatski način
Lignje u vinu na mornarski
Lignje punjene kunjkima
Gulaš od lignji
Lignje na šporko (lignje u crnilu)
Tuna i palamida na način divljači
Murterin (vrsta brudeta s Murtera)

Putać (Murtersko – Kornaturski gulaš)
Murterski valjušci
Puževi na gradelama
Mornarski kruh (kruh sa crnilom sipe)
(Pašta sa crnilom sipe)
- Hodočašće Kraljici ribara i blagoslov zvona
- Crkva Gospe od Tarca
PAŠMAN
Banjski brudet od sipa
Marinada od šaruna i slanutka
DUGI OTOK
Šaruni sa slanutkom
Marinada od plavica
Pečene dagnje
Kozice na rigi
Tuna na kaljski
Pogača od slanih inćuna
BRAČ
Bračka juha
Juha od mulama
Mulam iz juhe poslužite sa šalšom od rajčice (pomidora) i kapara
Bračka pašticada
Bračka janjetina
Janjetina na špicu
Vitalac
Butalac
Tabaškada
Srdelice na bračk način
Sipe i crni njoki od krumpira
Bračk puževi (pojari)
Bračk kolač od suhog voća
Karamelizirani bračk sir (*procip*)
Hrapaćuša (Hrapoćuša)
Bračke fritule
Starinska bračka torta
Bolski cviti (cviti su tradicionalni bračk svadbeni kolač)
Smokve zapečen u medu
Domaći kruh
Bračke škanjate (dvopek)
HVAR
Hvarska juha od artičoka
Artičoki i biži (grašak)
Artičoke s graškom i bobom
Špageti i šolša od pomidori
Bakalar na hvarski način
Brujet na mornarski
Složenac s ribom „ Starigrad „
Potrusene (prisušene) gire
Hobotnica na težačk
Medaljoni od goveđih mišića u hvarskom prošeku
Kozlin ili kozlić
Zec na hvarski način
Starogrojski pot
Paprenjaci (Starogrojski paprenjok)
Hvarske galijice
Hvarske tice
Hvarska rožata
Hvarska pogača
Jelšanska torta
Jelšanska štrudla prelivene finom kremom od jaja
KORČULA
Juha od crneja (črneja)
Kupus na tabak
Žrnovsk makaruli (makaruni)
„Frančeskina lešada“
Korčulanska pašticada s njokima (često se naziva pod širim pojmom dalmatinska pašticada)
Murina sušena u dimu
Murina na ražnju
Marinada od palamide s fažolom (grahom)
Salata od hobotnice
Goveđi jezik s kaparama
„Zeje na pomadore” (kupus raštika s rajčicama)
Čipi-čapi
Kulin od škopca na Pupnatski
Škopac u kampovelu
Suhi fažol s kozjom kaštradinom
Korčulanske fritule
Korčulanska kukuruzovina
Lojenica
Lumblija
Klašuni
Korčulanska sirnica (pogača)
(Nekoliko varijanti: *Jednostavna sirnica, Pinca stari Bračk kolač, Istarska pinca*)
- Uskrs je gizdenjak
KOLOČEP
- Popara od ribe na otočk način
VIS
Komiška gusta juha
Patakenjac (Poverun)
Božićni verzot
Kozletina na gradelama s pečenim

povrćem
Marinirani inćuni
Artičoke s bobom na viški način
Bob sa sipom
Gof u vinu
Luc u umaku od kapara
Palamida na savur
Pašta-fažol na brodet
Crni orzo (sipa sa ječmom – „rižoto od ječma“)
Pojorski bronzin
Brodet od murine
Brodet od sušene raže
Sušena tabinja
Srdelice na komiški način
Marinirane srdelice
Riba na ražnju
Skuše na viški način
Brudet od jastoga
Kuhani jastog
Jastog na ribarski način
Jastog na bijelo
Brodet komiški
Brodet od ugora na viški način (uz Božićni verzot)
Punjene (nadjevene) lignje
Punjene lignje na gospodski
Hobotnica u crnom vinu
Šufigane kozice
Komiška pogača - Pogača od slane ribe
Iški lopiž
Spiza od spuži
Viški kulin
Zec na viški način
Viški umak od meda za pršut i ribu
Viški umak od meda za pršut na II. način
Smokvenjak (kolač od smokava i badema)
Cviti – prhki kolačići za pir (svadbu)
Viški hjib - hib („smokvenjak“- božićni kolač)
Pogačice od naranči i meda
Torta od naranče
Rogačica
Limuncello
LASTOVO
Lastovski brujet (brodet)
Brodet od slanih srdela
Kirnja
Kirnja s pršutom
Gof na lastovski način (izvorno: gof na picajolu)
Fileti gofa s rižotom od motara
Gof s pršutom i ružmarinom
Lastavica u pećnici
Jastog s paštom
Rižoto od dagnji
Salata od hobotnice i jastoga
Hobotnica s kapulom
„Srdjele“ na ražanj
Marinada od morskog psa
Puževi (ogrci, ugrci) s palentom
Lastovska rožata
Lastovske skalice
Lastovski kruh ispod peke (cripnje)
Kobasice od ribe
Lastovski škopac
MLJET
Mljetski makaruli
Janjetina (ili ovčetina) s prošekom
Sušeni list
Lovrata s kaduljom
Skuša sa slanim srdelama
Kuhana tunjevina
Tuna za zimu
Zubatac s mediteranskim umakom
Morski lonac
Mljetski rižot
Mljetska suha tabinja
(Tabinja - jadranski bakalar)
- Stare mljetske ribarske užance za hlapa, hobotnicu, mliječ i motar
Hlap na salatu
Hobotnice
Mliječ
Motar
Jaja nadjevena matarom
- Mljetske blatine – carstvo jegulja
- Vrša; Obrti južnodalmatinskih otoka
- **PUČINSKI OTOCI** (Brusnik, Jabuka, Palagruža – dva stara ribarska recepta (ricete):
Ribarski gulaš
Srdele na ražnju,
Svetac)
Falkuša
A tko je barba

OSTALA JELA KOPNA I OTOKA

Juha od blitve s mahunama
Rezanci od rogača
Pašta šuta

Domaći valjušci sa sipom i bobom
Bakalar na benediktinski način
Bakalar na kardinalski način
Rošpa z kompirom (rošpa – grdobina, žaba)
Srdele s komoračem
Srdelice na bijelo
Lignje u pećnici
Lignje na vodičanski način
Gulaš od hobotnice (*druga, treća, četvrta, peta inačica*)
Hobotnica na način tripica (fileka)
Hobotnica na nonin način
Hobotnica na mornarski način
Hobotnica s bobom i manistrom
Ukiseljena hobotnica
Rižot s ugrcima i luparima
Rižot od liganja
Miješana buzara
Crna pašta
Sipa u teći
Bili rišot (rižot) od sipe ili lignje i kozice
Nadjevene sipe ili lignje
Sipa sa crnilom i palentom (staro Murtersko jelo)
Srdele u savuri (na saur)
Srdele na gradele s tikvicami
Srdele s petrusimulom
Popara od srdela
Srdele na slatko-kiselo
Tripice s fažolom (Fileki s grahom)
Tingul od kokopši
Zec na dalmatinski način
Kunić na dalmatinski način
Artičoke na dalmatinski način
Artičoke, bob, grašak (biži) i janjetina
Gratinirana blitva
Blitva i kopriva na padelu
Blitva pod uljem
Blitva sa sirom
Blitva s krumpirom na lešo
Bob s blitvom
Fjoki sa ribanim cukinima (mašnice sa tikvicama)
Bukovače na dalmatinski način
Povrće s pancetom i sirom
Pršut u balancani
Miješano povrće u teći
Kaul na kućici sa sirom
Panirani kaul s umakom od pancete
Složenac od tikvice, paprika i kozica
Nadjevena cikla
Pečena cikla
Umak od cikle
Umak od cikle i luka
Salata od mladog lišća cikle
Salata od sirove cikle
Kruh od rogača
Kruh s češnjakom
Kruh s ružmarinom i češnjakom
Kruh s nadjevom od luka, češnjaka i aromatičnog bilja
Kruh od smokava i oraha
Pogača s maslinama
Vrlički uštipci
Vrlička pogača s orasima
Pržene pogačice od riba
Kolači i druga slatka jela
Fritule
Fritule s kukuruznim brašnom
Kroštule
(Filipjanske kroštule)
(Filipjanska torta od badema)
Kroštata
Prs(š)urate, pas(š)urate
Bajami u cukru (bademi u šećeru – *bruštulani bajami ili mjendule*)
Pogačice s grožđem
Dalmatinska pita
Savijača od rogača
„Kruh“ od rogača
Kocke od rogača
Torta od rogača i naranče
Mediteranski vijenac od rogača
Splitska torta
Bobići
Kuglice od smokava – I. način
Kuglice od smokava – II. način
Kuglice od smokava – III. način
Mandolat (kolač od badema)
Pandulat
Paradižot
Pekmez od smokava
Marmelada od smokava
Marmelada od smokava bez šećera
Zelene smokve
Suhe smokve pečene
Smokve s bademima
Smokve s vinjakom
Smokve zapečene u medu

Smokve zapečene sa šećerom
Zapečeni „sendvič“ sa smokvama
Dalmatinski kumpet (kumfet)
Savijača od smokava
Savijača od suhih smokava
Sušene smokve u kaduljinom medu
Kolač od gorke naranče
Fini kolednik
Dalmatinski medenjaci
Baškot s maslinama
Posni kolač s medom
Kolač od rogača sa jabukama
Domaći kruh ispod peke
Kruh s maslinama za dane posta
Rakija od ruža
Liker od ruža
Slatko od ruže
Rožulj
Marmelada od ruža
Rakija od planike
Dalmatinski liker

ZLEVANKA, BAZLAMAČA, RAZLJEVUŠA, …….

Izvorni naputci/recepti
Bazlamača
Kuruzna bazlamača
Bazlamača ze sirom
Bazlamača z'jabukam
Bazlamača ot šenîce
Međimurska zlevanka
Međimurska zlevanka s jabukama
Podravska prosta zlevanka
Božićna bazlamača ili poprhnjača
Delnička bazlamača
Bazlamača
Izljevača

JELA ZA MESOPUST, POKLADNI OBIČAJI

SAMONIKLO JESTIVO BILJE

-Divlje povrće
-Divlji plodovi
-Začinsko bilje
-Konzerviranje
sušenje bilja
čuvanje u soli

- **Povrće**

Artičoka
Barica (repnica, ritnja, sveta barbara)
Blitva
Morska blitva (divlja blitva, gluha blitva, luda blitva, blitva)
Bljušt (bljušć, bljust, kuk, kuka, kukovina, crna loza)
Bodalj (vunasti bodalj, bodež, brmelj, sikavac, žuti sikavac)
Bročika
Brokula
Broskva
Brula (morska brula, morski trozubac, trošipan)
Cecelj šumski (božji kruhek, djetelinka, kisela djetelina, kiseljača, obični cecelj, sočica, zečja soca)
Cikla
Čehulja
Divlji poriluk (kapula od škoja, palagruški luk)
Djeteljnjak (velika modra djetelina, detelina modra cvita, ditelina)
Grižki (Foeniculum piperitum)
Iva puzava (gavez mali, puzava ivica, salata vodena, skrečnik, sodula mačja)
Ivanjsko cvijeće
Jurčica
Kiselica (kiseljak, kiselo zelje, velika kiselica)
Kokotac
Komorač (koromač, morač, slatki kopar, anason, rezen)
Kopriva (žara, žarnica, žegavica)
Kotrljan morski (brmbeč, brmeč, kolotrk, skolab, morska sikavica, trnak, vekeš)
Kozja noga (sedmolist, bazjan, jarčevac, poganica, regoča)
Križalina (skrižalina, mala skrižalina, križalj, crnjuša, celinščica, grkljanka, gortanka)
Krvara (jarča trava, ljekovita krvara, svitlica, velika krvara)
Kupus divlji I (divlji kupus, divlja salata, dvoredac, nadimača)
Kupus divlji II (rašćika, raštika)
Loboda
Ločina (goločej, gomoljasti surjam, lavlji zub)
Lučac (divlji luk, injasti luk, pasji luk, purić, sitna ljutika, vinogradski luk)ž
Ljupčac (ljubačac, miloduh, luštrik, luštek, velestika, selen, torjevac)
Maslačak ili divlji radić

Matar (motar, motrika, morski kopar, omačalj, petrovo zelje, petrovnjak, peturak, petrak, slatki kopar, šćulac, šćurac)
Matovilac (motoviljak, poljska salata)
Medvjeđa šapa ili vučja šapa
Morguša (morgruša, morska gorušica)
Morski trputac
Omaga (caklenjača, šćulac)
Omaga drvenasta (crvena caklenjača, crvena omaga, crveni omakalj, crvena solnjača)
Omaklina (morska loboda, lobodovac, divlja loboda)
Osjak (osat, ostak, škrbnika)
Paprat (bujatka, navala)
Peršin (ač, ak, majdonos, petrusin, petresimul, vrtnja zelen, zelen, zeleni ak)
Plava sikavica (modra sikavica, obična sikavica, bjelotrn)
Piskavica (jastrebina, kozjača, orlovac, orlina, šilj, piskovina, ždraljevina)
Poreć (borač, boražina, burundža, brutnak, krastavica, kosmelj, kraska, zajičac)
Postijenak (lipovid, piramidasti zvončić, piramidalna zvončika, prndelj)
Preslica
Primorska loboda (morska loboda)
Raštika vidi: Kupus divlji II
Različak
Rigača
Rusomača (gusomača, hoću-neću, kapucinska torbica, pastirska torbica, skrižan)
Ružičasti zmijak (crni korijen, rožnati kačjak)
Ružmarin („ros marinus“, rosmarim, ruzmarin, rozmarin, rožmarin, ružmarin, zimorad, ruzman, žmurod, morska rosa)
Kraljičina vodica („Aqua della regina“)
Sedmolist (bazjan, regača, kozja noga)
Solnjača (caklinica, slanica, soljanka, sonjača, ruštolistac)
Sparožina (grmolika šparoga, ognjenica, prašćika, vija, vilija)
Srijemuš (medvjeđi luk)
Sriješ ili ledeno cvijeće
Svinđuša jestiva (*Lotus adulis*)
Šparoga (beluš, kalenac, pitoma šparoga, sparga, špargelj, vilina metla)
Štavelj
Šulac (divlji karfiol, morsko zelje, morski šulac)
Tetivika (bodljikavi slak, šljoka, tetivica)
Trandovilje (crveni sljez, grudičnik, malvaroza, rumeni sljez, pitomi sljez, rumen cvijet, trandafil, trandavilje, treuda)
Troskot (ptičji dvornik, oputina, crnac, pasja trava, moljavka)
Trošipan (morska brula, morski trozubac)
Tušt (tušanj, tušac, tušnjak, portulak)
Veprina (bodljikava veprina, veprinac, leprina, čeprljika, ježevina, kostrika, metlika, mišji trn)
Vijušac (papunac, slatkasti dvornik, petešak, čukunda, slatki slak)
Volujak (rumenilo, runjava trava, volujski jezik)
Vranina noga (kamenjarski trputac, kamenjarska bokvica, svračja noga, jelenji rog)
Vrbovica (planinska vrbovica, svilovina, šumska vrbovica
Zvjezdan jestivi (bubić, škrovada)
Zečica (klasasta zečica, kosica, repušac, ljubljenica)

- Divlji plodovi

Božikovina
Brekinja (brekulja, breka, brek, bokunja)
Česmina, crnika
Čičimak (cicindra, cicindula, čičindra, zizola, žižola, žižula, žižulja)
Drača (crna drača, ljuta drača, dirača, diraka, dračevica, isukrstov trn)
Dren (drijenak, drenjina)
Jarebika (gorska smrdljivka, jarebica, medvedova trešnja, rebika, šmrljika)
Kostela (fafarikula, ladonja, koprivica, koprivić, košćela)
Kupina primorska (kupjena, kupinjača, ostruga)
Lovor (javorika, lavor, lavorika, lavrika, lavorika, lorber, lovorika)
Maslina (maslica, maslinka, olika, oljika, ulika, uljenika)
Mrča (marča, mirta, murtela, murtila, mrčela, mrta, mrtinka, rujevika, rujevka)

Rakija od mirte
Maginja (manjiga, magunja, planicić, planičac, planika, prpak)
Mukinja (muk, mukovnica)
Opuncija (indijska smokva, gospina pogača, svekrvin jezik, žabica)
Oskoruša (oskorušnjak, skoruša, skruš)
Planika (maginja, manjiga, magunja, planicić, planičac, prpak)
Pukinja
Rašeljka (magriva, šedrk, turska višnja)
Rogač (kaluber, karobe, korube, roščić, rožić, rožiček, slatka korica)
Smokva (figa)
Sparožina; vidi: povrće
Šipak (mogranj, nar, ljutun, granat, granatna jabuka; nema srodnosti sa šipkom divljom ili pasjom ružom)
Šipak (divlja ruža, obični šipak, šipurika))
Šmrika (smrič, smriča, crvena kleka, primorska kleka, crvena borovica, morska borovica)
Šumske jagode
Trnina (trnjina, crni trn, divlja šljiva, grmulja, travka)
Veprina (bodljikava veprina, veprinac, leprina, kostrika)
Žutika (brebenika, česmigovina, kiseli trn, šimširka, žuti šipak, žutokora)

- Jestivi podzemni plodovi

Brden, brđanka (asfopdel, bijeli čapljan, čapljan, sitni čapljan, zlazni korijen)
Hren
Lincura (gorčica, košutnik, sirištara žuta, srčanik)
Ločina vidi: divlje bobe
Lučac vidi: povrće
Ljutika (kozjak, škanjola, škalonja, vlašac)
Oman (Tinktura omana u rakiji, vino od omana)
Plava sikavica vidi: povrće
Postijenak vidi: povrće
Ružičasti zmijak vidi: povrće
Šulac, vidi: povrće
Vilino sito (kraljevac, kravojac, kravljak, sikavica velika, veliki striček, veliko sito)
Zečica, vidi: povrće

- Začinsko bilje

Angelika (anđeoski korijen)
Anis
Bedrenika, pimpinela
Bosiljak
Čubar (čubrika, šetraj, morski vrisak, vrijesak)
Divlji bosiljak, vidi: Povrće
Divlji luk
Dupčac
Estragon
Gorušica bijela (bijela slačica, muštarda, senf, slačica)
Gorušica crna (crna slačica, muštarda, senf)
Kadulja (kuš, slavulja, žalfija)
Kapari
Kim
Komorač (koromač, morač, slatki kopar, anason, janež, rezen)
Konopljika
Kopar
Korijandar (čimavica, papric, živica)
Lavanda (despik)
Lazarkinja (divlji broć, mirisna lazarkinja, mirišljiva lazarkinja)
Lovor
Lučac vidi: povrće
Ljupčac (ljubačac, miloduh, luštrik, luštek, velestika, selen, torjevac)
Ljutika: vidi: povrće
Majčina dušica (babja dušica, dušica, materinka, vušica, vrisak, divlji bosiljak, tamjanika, timijan, papric, pepriš, poponak, bukovica, čabrac)
Matičnjak
Mažuran
Metvica
Miloduh
Mrča vidi: divlji plodovi
Morguša vidi: povrće
Origano ili mravinac
Osogriz (osoguz, bresina, kameni vrijesak)
Pelin divlji (crni pelin, crnobilj, komonika, komoljika, metljika, osijenac)
Planika vidi: divlji plodovi
Poreć vidi: povrće
Ruj (rujika, grozdasti ruj, sumak, šmak, rujevina, jelenji rog)
Rutvica (rutica, ruta, ruda, petoprstica, sedef)
Ružmarin („ros marinus“, rosmarim,

ruzmarin, rozmarin, rožmarin, ružmarin, zimorad, ruzman, žmurod, morska rosa)
Timijan
Vlasac (drobnjak, vlašac)
Zečja stopa (blaženak, klinčić, turica)
- **Kuhanje sa začinima**
- Putokaz upotrebe začina za povrće koje se najčešće koristi u našoj kuhinji

JELA SA SAMONIKLIM BILJEM

Predjelo
- Sir s vlascem

Juhe
- Juha od samoniklog povrća
- Juha od samonikla bilja
- Maneštra od koromača I. način
- Maneštra od koromača II. način
- Krema juha od šparoga
- Juha od koprive
- Juha od korijena zečice s hrenovkama
- Zimska juha od barice
- Juha od kiselice
- Juha od celera s bljuštom i pancetom
- Juha od srijemuša
- Krem juha od srijemuša
- Gusta juha od pazije

Varivo
- Divlje zelje
- Varivo od koromača
- Varivo od omage
- Varica – sočivo (mješavina grahorica: leća, slanutak, bob, grah)
- Varivo s osjakom
- Žutenica (cikorija, radić)
- Varivo od kotrljana
- Varivo od koprive

Pire (kaše)
- Kaša od mukinja
- Krumpir pire s kiselicom
- Pire od kiselice

Kiselo povrće
- Kiselo povrće s mesom
- Motar
- Šparoge u ostu (octu, kvasini)

Povrće s jajima
- Fritaja od divljih šparoga
- Fritaja s bljuštom
- Fritaja od leprine
- Fritaja s divljim radičem
- Pečena jaja s pasjim lukom
- Omlet s kotrljanom
- Divlja riga s grahom i jajima
- Jaja s vlascem
- Omlet s kaduljom
- Žutinica s jajima
- Omlet s pazijom
- Fritaja s koprivom

Frigano povrće
- Blitva s rajčicom i krumpirom
- Frigani divlji radić

Glavno jelo
- Pržene kozice na prženoj rikoli
- Filet škrpine s motarom (matarom) i kozicama
- Šparoge s vrhnjem
- Pljukanci sa šparogama
- Krpice sa srijemušom
- Tjestenina s listovima osjaka
- Juneći medaljoni sa šparogama
- Tjestenina s kaparima
- Janjeći odresci od mente
- Žličnjaci od krumpira s bljuštom i bukovačama
- Pazija *pod uje* (pod uje – na ulju)

Prilozi
- Kuhani koromač
- Pirjani koromač
- Zaprženi koromač
- Komorač na lešo
- Krumpir s komoračem (koromačem)
- Matar na lešo s jajima, tikvicama, krumpirom i kaparima
- Morska loboda u padeli
- Šparožina
- Blitva s bobom
- Kopriva s krumpirom
- Domaći rezanci s kaduljom
- Palenta od koprive sa skutom
- Šulac s maslacem
- Popečci od kotrljana
- Morska blitva na dalmatinski način
- Cvatovi barice s maslinovim uljem
- Okruglice od srijemuša
- Žličnjaci s koprivom

Salate
- Salata od blitve
- Salata od divlje rige s krumpirom
- Salata od matara
- Zakiseljeni matar

Zakiseljeni matar i kapari u kvasini
Salata od maslačka sa slaninom
Salata od maslačka s krumpirom i jajima
Salata od samoniklih šparoga
Salata od trnka
Salata od kozica, rikule i maslina
Salata od šparoga
Salata od šparoga i maslina
Kapari u octu
Salata od koprive
Salata od barice s krumpirom
Šparoge u ostu
Umak
Umak s pasjim lukom
Umak s listovima osjaka
Umak od kadulje
Umak komorača
Umak od rajčice, tikvica s mravincem
Pogača
Zelena pogača
Pogača s ružmarinom, kaduljom, origanom i timijanom
Pogača s pazijom
Pogača s koprivom
Pogača s matarom i blitvom
Slatko jelo
Glazirani čičimak (žižula)
Pita od samoniklog povrća
Liker od mente

NAŠI STARI KRUH NISU BACALI

Jela
Svečana popara
Pečeni kruh s preljevom (Hrvatsko zagorje)
Okruglice od kruha (Prigorje)
Zlevanka s kruhom i krumpirom (Prigorje)
Rolada u ubrusu (Đurđevac/Podravina)
Složenac s jetricama (Podravina)
Zapečeni kruh (Podravina)
Juha sa starim kruhom (Slavonija)
Bakina popara (Slavonija)
„Slavonski pladanj“
Slavonski kuhani hljeb (kruh)
Kruh na slavonski način
Stari kruh s „germom“(kvascem) (Slavonija)
Umak od graška i kruha (Slavonija)
„Slatki“ kruh (Baranja)
Kruh na „sapi“(pari, dahu) (Moslavina)
„Štruca“od kruha i krumpira (Prigorje i Posavina)
Okruglice sa slaninom (Zagreb)
Okruglice od kruha i šunke (Zagreb)
Kolačići od kruha (Zagreb)
Nabujak od trešanja ili višanja (Turopolje)
„Šmarn“(drobljenac) od starog kruha (Gorski kotar)
Gibanica od kruha (Gorski kotar)
„Štrukli“ od kruha (Gorski kotar)
Kruh sa srdelicama (Primorje)
Špinatni kruh (Primorje)
Presnac (Primorje)
Valjušci od svježeg sira i kruha (Primorje)
Povrće i kruh (Dalmacija)
Polpeti (Dalmacija)
Umak od sardela s kruhom (Dalmacija)
Gibanica od starog kruha (žemljača, siromašni vez)

MIRAKUL OD SPIZE

kako prirediti:
kumpir na cilo
polovice – pole
mišancija (zelje)
špinjača na paru
zelje na siromaški
jota
janjetina
janjetina s bižima
janjetina ispod peke
janjetina sa bobom i blitvom
janjeća jetrica
janjetina sa špinatom (spinjača)
rižot od škampi
bakalar
riblja juha
brujet (brudet, brodet) ala peškadoro
pas ili pešikan (morski pas)
sušenog pasa na brudet
tajne brudetića od srdela
otočni brudet od škropca s prošekom
dve ricete za tunu
primoštenska riblja juha
cavtatska marenda
svježi kanjci utisno
najjednostavniji način pripreme sipica i lignjica, na ribarski način kako se kaže
pašta fažol

kroštata
pogača
DVIJE KULINARSKE MANEKENKE – Jelica i Zdenka i dva brenda
IMALI SMO, NEŠTO NISMO ZNALI SAČUVATI, A NEŠTO JE OSTALO KAO TRADICIJA
BAJADERA - hrvatski proizvod
MASLINOVO ULJE – zeleno zlato
Lunjski maslinik
Masline za zimnicu: vidi **Zimnica**
Noćnjak
Eko-ulje
„Dalmatinski sendvič“
Dioklecijanov vijenac
Paprenjaci
Bucolaj
Istarski bucolaj
Otok Cres, **Sprave za priređivanje ulja**
Tekst je pisan između 1904. i 1907. godine
Punat otok Krk
Toš - mlin za masline
Stari izrazi alata i pribora
Jela:
Frigane masline
Umak od maslinova ulja I. način
Umak od maslinova ulja II. način
„Kruh siromašnih“
Prsurata, pršurata (pogačice na maslinovu ulju)
Sljubljivanje maslinova ulja i jela
BUNDEVA (buća, cuka, dumblek, ..)
Jela:
Žufnjara ili žufenjaki
Posni grah sa šećerom
Prošnjara
Pržene sjemenke
Juha od buće
Juha od graha i buće
Buće (cuketi) s pomidorima
Pržene (frigane) buće
Buće na ulju
Pržena buća
Prženi cvijet bundeve
Nadjeveni cvjetovi buće
Pravo purgersko jelo – varivo od buća
Kruh s bućom
Salata od kuhanih buća
Proljetna salata
Salata od mladog graška s krumpirom
Savijača od buće i maka
(Savijača od buće, svježeg sira i maka)
Zapečene buće (bundeve)
Marmelada od buće
Kompot od buće
Buće uložene u octu i šećeru
Stari način pripravljanja slatkog od buća
Buće za zimu
Buća u soku od grožđa
BUĆINO ULJE – zanemaren „crni“ nacionalni specijalitet
Žufnjara ili žufenjaki
Posni grah sa šećerom
Prošnjara
Jela:
Juha od bućinih koštica (*koščenika*)
Kukuruzni „canjki“ s bućinim uljem
Kolač od bundevinih sjemenki I. način
Kolač od bundevinih sjemenki II. način
Gibanica od bundevinih koštica
Proljetna salata
Salata od mladog graška s krumpirom
SLANA RIBA
Slane srdelice
Slane srdele za zimu
Slane srdelice na palenti (ili tjestenini)
Slane srdelice sa špagetima
Omlet sa slanim srdelicama
Slane srdele s lukom
Fritule od slane ribe
Salata od slanih riba sa slanutkom
Soljeni crnej
Slani crneji (črneji) sa kupusom i pečenim rajčicama
SUŠENJE RIBA
Najjednostavniji način soljenja
Pelješački maškadur
sušenje posoljene ribe
sušenje ne posoljene ribe
sušenje posoljene ribe (skuše i lokarde)
Hobotnice, lignje i sipe suše se kao i riba.
Juha od sušene hobotnice
Sušena hobotnica s jajima (česti težački ili ribarski doručak ili marenda)
soljena i sušena: raža, mačka, pas, golub, sklat, drhtulja, male jegulje i sl.
Trpovi
Jelo od sušenog morskog psa – na način ribara s Dugog otoka

DIMLJENA RIBA
Stari način sušenja i dimljenja
Riječna riba
Morska riba
Sušenje skuše na suncu
Postupci kako će te najbolje prirediti dimljenu ribu
Marinada za hladno dimljenje
hladno dimljenje
Marinada za toplo dimljenje
toplo dimljenje
BAKALAR
Bakalar na starinski način
Začinjeni bakalar
Začinjeni bakalar na drugi način
Kapucinski bakalar
Pečeni bakalar
Brudet od bakalara
Bakalar s ribanim ovčjim sirom
Bakalar na bijelo – *žbačeni bakalar*
Bakalar po domaću (*bakalar zi kumpiron*)
BRODET
„Slijepi brodet“
„Brudet od kamena“
Bakalar na brodet
Brodet bokeljski
Brodet od grdobine
Brodet od skuša
Brodet od ugora (naputak iz mjesta Vrana, na Vranskom jezeru)
Brodet na šibenski način
Ribarski brodet
Hlap na brudet (brujet)
Brodet od kosmelja
Brodet od periske
Istarski brodet
Brodet od sipa
Brodet od sipa i liganja (stari ribarski naputak)
Brudet od sipa i rakovica
Neretvanski brodet
Otočni brodet od škrpoca s prošekom
Brodet (brujet) od grdobine – Kornatski brujet
Šipanski brodet
Brudet od papalina, inćuna i srdelica
Brudet od hobotnice
Brudet od kozica
Brujet s pašta fažolom
Brodet od jegulja s palentom
Brudet na poprženom kruhu
RIBLJI TEMELJAC
BUZARA
Buzara od rakovica
Škampi na buzaru
Škampi na buzaru na trogirski način
Buzara od dagnji
Kunjki na buzaru
Prstaci na buzaru – I. način
Prstaci na buzaru – II. način
Buzara od rakova i školjki
GREGADA
PAŠTICADA
Pašticada od tune
Pašticada na paški način
Dalmatinska pašticada
Vodička pašticada
Hvarska pašticada
Dubrovačka pašticada
VARIVA (*var – vareno jelo)* **- cušpajz**
Dodatak začina varivima
*Zapršk*a *za variva*
Temeljni naputak
Prema kulinarskoj terminologiji varivo je:
Povrće
Grahorice
Žitarice
Posluživanje variva
Varivo od buča
Varivo od buče (bundeve) s rajčicom
Bizovačko varivo od povrća
Slavonska saganlija (prebranac; saganlija - prebrani grah)
Mladi grah
Miješani grah i mahune
Varivo od graha i krumpira
Varivo od graška
Varivo od graška II. inačica
Grašak s valjušcima
Varivo od graška slanine, griza i krumpira
Varivo od kelja
Varivo od kelja II. inačica
Kelj s mesom
Varivo od krastavca i rajčica
Varivo od krumpira
Varivo od mahuna
Varivo od mrkve
Varivo od mrkvica s bijelim grahom
Varivo od poriluka
Varivo od poriluka i pileće sitneži

Poriluk u paprikašu
Krem varivo od pečurki (šampinjona)
Varivo od rajčica i kukuruza
Varivo od špinata
Varivo od tikvica
Varivo od kiselog zelja
Slatko zelje
Varivo od zelja s rajčicama
Gusto varivo (potaž) od raznog povrća
„STANOVNICI“ MORA (ribe, glavonošci, rakovi, školjke, puževi)
AFRODIZIJACI MORA

II. DIO D

SLATKOVODNA RIBA
Načini ribolova i vrste pribora
Podjela riba prema ribarima
Kuhana slatkovodna riba
Kuhana i pržena slatkovodna riba
Juha od riječne ribe
Kašasta juha od ribe
Riblja čorba i pečena riba (Uskrs – Slavonija)
Riblja večera Kopačkog rita (Slavonija)
Riblja čorba
Babuška po Dunavski
Vučedolska deverika
Smuđ na otmjen način
Pečeni smuđ
Pečeni smuđ s umakom od gljiva
Smuđ na žaru
Som na dunavski način
Som na gurmanski način
Som dunavskih ribara
Somovina na vučedolski način
Som na ražnju
Pijani šaran (Uskrs – Slavonija)
Šaran u vrhnju (Uskrs – Slavonija)
Nadjeveni šaran (Uskrs – Slavonija)
Šaran iz Vuke u zelenom „sosu”
Vukovarski šaran
Šaran s lisičarkama
Šaranovi čvarci
Odresci štuke s paprikom
Štuka u mundiru
Štuka na ražnju
Rižot od dimljene štuke
Riblji paprikaš u kotliću (Lika)
Sušena pastrva
Pastrva „Marta“
Pastrva pečena u soli
Pašteta od gacke pastrve
Salata od gacke pastrve - I. način
Salata od gacke pastrve - II. način
- sušenje ribe na suncu
  dimljeni šaran
  dimljena štuka
- načini ribolova i vrste pribora
- podjela riba prema ribarima
Potočni (riječni) rakovi
  Juha od potočnih rakova
  Rižot od riječnih rakova
  Pirjani potočni rakovi
KONJETINA
Jela bjelovarske, slavonske i posavske regije
Juha od konjetine
Posavska gulaš juha
Gulaš od konjetine („suft“ ili „točo“) I način
Gulaš od konjetine II. način
Gulaš od konjetine III. način
Odresci od konjskog mesa u umaku
Konjsko meso s povrćem
Paprikaš od mesa ždrebadi
Konjski ragu
Konjski odrezak na žaru
Konjski odrezak u umaku od vrganja
Naravni odrezak
Popečci od konjskog mesa na II. način
Ždrebeća rebra
Ždrebeći odrezak s gljivama
Ždrebetina u umaku
Ždrebeća koljenica pod pekom
Konjski biftek
Konjska mast
Konjska kobasica
Ždrebeća kobasica
Miješana kobasica
BIJELI BUBREZI
Bijeli bubrezi (osnovni naputak/recept)
Bijeli bubrezi na zagrebački način
Bijeli bubrezi sa iznutricom na žaru
Kotlić s bijelim bubrezima
Gulaš od bijelih bubrega
Bijeli bubrezi na maslacu
Panirani bijeli bubrezi
Bijeli bubrezi s lisičarkama
Bijeli bubrezi s pečurkama
Bijeli bubrezi s vrganjima

Paprikaš od bijelih bubrega
Bijeli bubrezi na žaru
Bijeli bubrezi s projom
Bijeli bubrezi od bika
Bijeli bubrezi bika ili vepra
Janjeći bijeli bubrezi
Bijeli bubrezi ovna
Prženi bijeli bubrezi ovna
Omlet s bijelim bubrezima
Teleći bijeli bubrezi
Teleći bijeli bubrezi u vinu
Bijeli bubrezi svinje u vinu
Svinjski bijeli bubrezi s krumpirom
Bijeli bubrezi u rakiji od koma/tropa (komovica, tropica)
Kraljevski odrezak
TATARSKI BIFTEK
CUM GRANO SALIS - sa zrnom soli – Bijelo zlato
Posejdonova cvjetna sol
Pečenje u soli
Kuhanje soli
Sol sa začinskim travama
MARASKINO - ČAROBNI NAPITAK
- O maraskinu
Slastice
Riža s maraskinom
Kolač Harlekin
Nadjevene jabuke
Hladne kriške
Brza torta
Voćna torta
Čokoladna torta s maraskinom
Dalmatinska sirnica (pogača)
Imotska sirnica
Dubrovačka torta s orasima
Stari brački kolač
Prženi rafioli s Pelješca
Imotska torta
Makarska torta
Kuglice s maraskinom
Tamni marcipan
Kruške u kremi
Dinja sa sladoledom
Dinja s voćem
Maraskino s voćem
Pehar s maraskinom
„Ruža“ od grejpa
Cassato (kasato) sladoled
Coca cola sa sladoledom
Bola od bresaka
Crococktail
Maraska u lozovači
Mojito
Daiquiri
Rozolin-maraskin
M(O)UŠTARDA
Dalmatinska domaća moštarda
Samoborska muštarda - vinski senf
Domaća slačica (gorušica, senf) – *domaća muštarda*
PEŠT
ŠALŠA
Klasična dalmatinska šalša
Šibenska šalša
Istarska šalša
Hvorska šolša
Dubrovačka šalsa za tjesteninu
Dubrovačka šalsa za govedinu
Poljička šalša
Ljuta šalša iz Korčule
ZAPRŽAK ZA DULJE VRIJEME
VEGETA
„Domaća vegeta“
MARINADA
Obična marinada
Suha marinada
Istarska marinada
Jednostavna marinada
Brza marinada od vina
Kuhana marinada od vina
Nekuhana marinada od crnog vina
Nekuhana marinada od bijelog vina
MED
Što nam govore naši povijesni izvori o medu
Medna otopina
Zamjena šećera medom
Mala zimnica:
Suho voće i med
U medu spremljeno voće
Breskve s medom
Slatko od dunja s medom
Sok od grožđa s medom
Sirup od grožđa s medom
Kompot od grožđa (ili drenka)
Kupine s medom
Kompot od marelica s medom
Orasi u medu
Šljive ukuhane u medu

Pečene šljive s medom
Višnje u medu
„Med od bora“
„Med od krušaka“
„Maslačkov med“
Paradajz-paprika s medom
Ocat od meda
Slastice s medom:
(potražite ostale naputke u drugim poglavljima ili podpoglavljima)
Savijača s medom
Medene kruške
Medova zlevanjka
Medeni kolač
Domaći karamel
Slatkiši u papirnatim košaricama
Kolač s medom
Janjeći but s medom
Vino od meda
LICITARI
Paprenjaci
Ušećereno (kandirano) voće
Jalševački Božić u Šenoinoj – Branki (roman prvi put objavljen 1881.godine)
STARE – ZANEMARENE NAMIRNICE
HELJDA
Hajdina kaša s krumpirom
Juha od heljde i vrganja (juha s hajdinskom kašom) I. način
Juha od heljde i vrganja (juha s hajdinskom kašom) II. način
Juha od smrčaka s heljdinom kašom
Heljdina kaša s buncekom
Jastučići od heljdina tijesta
Domaći valjušci od heljde i krumpira sa slaninom i mladim lukom
Mliječna heljdina kaša
Začinjena heljdina kaša
Heljdina kaša s kiselim zeljem
Heljdina kaša s gljivama
Pečena heljdina kaša s kravljim sirom
Pečena heljdina kaša s mesom
Hajdina pogača
Hajdina zlevka
Hajdina gibanica
Potica (kolač) od heljde sa sirom
Savijača od heljdine kaše i makom
JEČAM
Juha od ječmene kaše
(Juha od ječmene kaše s gljivama)
Žganci od ječmenog brašna
Prženi ječam na stari način
Varivo od ječmene kaše
Varivo od ječma
Ječam s kiselim zeljem
Kruh od ječma
LEĆA
Juha od leće
Leća s bućinim uljem
Variva od leće (III. varijante)
PIR
Slatki pir na bakin način
Kruh od pirova brašna
PROSO
Prosena juha sa samoniklim biljem
Prosena kaša
Lonac s prosom
Zapečeno proso
Proso sa suhim voćem
Štrukli od prosene kaše
SLANUTAK
Juha od slanutka i krumpira
Hobotnica sa slanutkom
RAŽ
ZOB
Zobena kaša
Zobeni žganci
OGNJIŠTE – KOTLIĆ – KOTLOVINA – KRUŠNA PEĆ – PEKA – RAŽANJ – ZEMLJANA POSUDA
Tehnologija priređivanja jela
kuhanje - kotlić
tušenje - peka
pečenje - krušna peć
pečenje na ražnju
pečenje nad žarom
pečenje u otvorenoj posudi (**kotlovina-pečenjarski šešir**) – sotiranje (prijenos topline pomoću vrele masnoće kombiniran s vrelom pločom, rub posude)
OGNJIŠTE
Kuća i pokućstvo
Konoba
Kokoš i pura
Krumpir u pepelu (suproški)
Luk u pepelu
Heljdina kaša sa čvarcima
Procip, procipac

Dolče-garbo
Gira i bukve „ispod kamika“
Sušenje na dimu
Žito orzo
Varica
Volovski rep
Goveđi rep iz marinade
Goveđi rep s prošekom
Kobasice u vinu
Smutica (bikaver, bikla) Piće koje se nudilo uz jelo pored ognjišta (u dalmatinskoj zagori i otocima) – („koza i loza“)
KOTLIĆ
Pura, palenta, žganci u kotliću
Kuhana šunka ili (i) buncek (Kuhani buncek poslužen na podravski Način)
Kokoš u kotliću
Pastirsko-govedarski perkelt
Teleća glava u kotliću
Slavonski čobanac
Čobanac od janjetine
Cetinska „džigerica“
Janjeća juha iz Dalmatinske zagore
Baranjski kotlić (lonac)
Baranjski lonac s kiselim kupusom
Kolinjski čobanac
Podgarički kotlić
Kordunaški grah
Svinjske nogice (kuhani gnjat*****)
Sinjski arambaši
Govedina na starinski način
Pirovačka juha
Riba u kotlići
Riblji paprikaš I. način
Riblji paprikaš II. način
Začinska smjesa za riblji paprikaš
Paprikaš od somove glave
Rakovi u kotliću
Divljač u kotliću
Čobanac od divljači
Čorba od divlje patke u kvaši
Čorba od iznutrica divljači
Marinada
Čorba od mesa divljači s gljivama
Kisela čorba od srnećeg mesa
Kotlić od divlje patke
Volođerski miješani kotlić
Srneća juha s ječmom
Kotlić od zeca
Veprovina na lovački način
KOTLOVINA
Proštenje
Svinjski kare u vinu na starinski način
Kotlovina na puntarski način
Pečenjarska kotlovina
Lovačka kotlovina
Gulaš od divljači
KRUŠNA PEĆ
Domaći kruh
Svečaniji kruh
Kruh od crnog brašna
Mliječni kruh
Kruh od miješanog brašna
Kukuruzni kruh
Kruh s raženim brašnom
Zobeni kruh
Heljdina pogača
Vrlička pogača
Pogača
Babogredska pogača
Palka (paluga, polanic)
Tikvina pogača
Repina pogača
Šunka u tijestu
Pisana pečenka
Zapečeni buncek (svinjska kračica)
Svinjetina u marinadi
Svinjski but iz krušne peći
Odojak u krušnoj peći
Janjetina u krušnoj peći na creski način
Divlji kvasac
Ratna germa (kvasac)
PEKA
Cripnja
Sač
Kruh pod pekom
Tijesto s mesom (naše prastare „lazanje“ od *krpica, mlinaca* i usitnjenog mesa)
Mlado janje pod pekom
Janjetina pod pekom
Teleći but pod pekom
Teleća koljenica pod pekom
Teletina pod pekom
Teletina i janjetina pod pekom
Svinjetina pod pekom
Svinjska koljenica i teleći vrat pod pekom
Piletina s povrćem pod pekom
Biokovska peka

Fazan ispod cripnje (peke)
Zec ispod peke
Krajiški đuveč I. inačica
Hobotnica pod pekom
Lignje i hobotnica pod pekom
Rižot od hobotnice pod pekom s jabukama
Pekarski krumpir
Prisnac iz Benkovca
Novigradski prisnac
Soparnjak (pogača od blitve)
RAŽANJ
Pečenje na žaru
Pečenje u suproški (pepeo u kojem još ima žeravki)
Pečenje na ražnjiću
Pečenje na ražnjiću mesa savijenog u svitak (rolu)
Ražnjić od pisane pečenke divljeg kunića
Ražnjić od pisane pečenke srne
Pečenje mesa u ilovači (glini) i drugoj zemlji (jež u glini)
Veliki ražanj
Mali ražanj
Ražanj peradar
Ražanj bušak („gračanska pečenka“)
Štapići
Prutići – ražnjići
Pečenje na ražnju
Janjac na ražnju
Odojak na ražnju
Ovčetina na ražnju (ovca *cigaja*)
Šumarski ražanj
Pečenje na ražnju
Golubovi na ražnju
Jarebice na ražnju
Divlja patka na ražnju I. način
Divlja patka na ražnju II. način
Puh na ražnju
Odojak divlje svinje na ražnju
Veprov but na „hajdučki način“(ražanj)
Divlji kunić na ražnju
Fazan na ražnju I. način
Fazan na ražnju II. način
Ševa na ražnju
Šljuka na ražnju
Srneća lopatica na ražnju
Zec na ražnju
Šindelbraten
Šaran u procjepu (šaran u rašljama)
Smuđ u mundiru*
ROŠTILJ
Pečenje na roštilju
Prijedlog za izletnički roštilj
Riba
Orijentaciono vrijeme pripremanja ribe
Marinade
Marinada za roštilj
Marinada za pečenu ribu
Umaci za ribu na roštilju
Preljev od vrhnja
Preljev od ulja
Preljev od pirea od rajčice
Preljev od hrena
Mirišljivo ulje za roštilj
Marinada za ribu – I. način
Marinada za ribu – II. način
Konavovska marinada
Mješavina svinjske masti, češnjaka i soli za kruh na roštilju
Morska riba
Cipli na roštilju
Grdobina na žaru
Jegulja na roštilju
List na roštilju
Punjena lovrata na roštilju
Murina na roštilju
Oslić na roštilju
Palamida na roštilju
Skuša na roštilju – I. način
Skuša na roštilju – II. način
Srdelice s ružmarinom na roštilju
Srdelice na roštilju
Šaruni na roštilju
Trlje na roštilju
Tuna na roštilju
Zubatac na roštilju
Jastog na roštilju
Škampi na roštilju
Nadjevena hobotnica na roštilju
Lignje po zlarinski (na roštilju)
Punjene lignje na roštilju
Lignje na roštilju
Dagnje na mornarski
Ražnjići od dagnji
Kamenice na roštilju
Kunjki na roštilju
Petrovo uho na gradelama
Riječna riba
Podust (škobalj, štupser) na roštilju

Šaran na žaru (roštilju)
Posavski šaran s umakom
Šaran na roštilju u ribolovu
Posavska dimljena riba
Meso
Ćevapčići
Pljeskavice
Zagrebačke pljeskavice
Ražnjić
Čobanski/pastirski ražnjići
Lovački ražnjići
Kosano meso na žaru
Jetra i bubrezi na roštilju
Bubrezi
Jetra
Janjeći bubreg
Ovčji bubrezi na žaru
Janjeća jetra na žaru
Ovčja jetra
Sjemenici na žaru
Gljive na roštilju
Luk na roštilju
Ovčji kotlet na žaru
Teleći kotlet na žaru
Kotleti od divlje svinje na roštilju
Hrbat divljeg kunića na roštilju
Fazan na roštilju
Srneći odresci na roštilju
Ražnjići od srnetine
Pile na roštilju
ZEMLJANA POSUDA
„Gurmanluk“ iz zemljane posude
Krumpir na rajngljak
Vinogradarski (gorički) gulaš ili podravski gorički gulaš
JELA
Seljački omlet
Hajdučka večera s projom
Krpice sa sirom i vrhnjem
Zapečeni grah
Grah s mlijekom i vrhnjem (Bogata papula)
Grah s porilukom
Grah s kiselim mlijekom
Zapečeni krumpir
Baranjski složenac
Baranjski rezanci s okruglicama u umaku
Slavonska papula
Grah s dimljenim rebrima
Grah sa suhom slaninom
Povrće u zemljanoj posudi
Tikvice na dalmatinski način
Mljeveno meso s vrhnjem
Janjetina s bijelim grahom
Pastirski ručak
Pastirski kotleti s ovčjim kiselim mlijekom
Lički kupus
Slavonski kupus
Lički lonac
Lonac od zelja
Moslavački lonac
Janjetina u zemljanoj posudi s poklopcem
Svadbarski kupus
Kordunaški svadbarski kupus (iza Lički kupus)
Meso iz zemljanog lonca (Krale)
Banijske loptice iz zemljane posude
Meso s graškom
Goveđa pisana pečenka (goveđa pisanica)
Goveđa pečenka s kestenima
Stara zagrebačka pečenka („špikana govedina“)
Zagrebački biftek
Junetina s povrćem i krumpirom
Otočka pečenka u posudi
„Đuveđ“- I. način
„Đuveđ“- II. način
Mesarski đuveđ
Đuveč od povrća
Đuveč od krumpira
Krajiški đuveč II. način
Sekelji gulaš s ječmenom kašom
Kundur složenac
Brodet od krumpira
Svinjetina s povrćem
Gulaš od svinjetine
Paprikaš od praseće sitneži
Svinjski karmenadli u bijelom vinu
Svinjska pečenka u moštu
Korun s pržolicom (krumpir sa svinjetinom bez kosti)
Pirjano zelje s buncekom i jabukama
Pečeni buncek i kobasica s pirjanim kiselim kupusom i okruglicama od krumpira
Bećarski „paprikaš“
Krumpir i kobasice na Slavonski način
Mesne okruglice s lukom
Zapečeni goveđi želudac

Gnijezdo - Pletena crijevca (pletenice)
Janjeći želudac
Kelj s janjetinom
Lonac od iznutrica
Loparnica
Pileće pečenje s dunjom
Picek u kuruznoj melji*
Mahune s piletinom
Bećarska guska
Srijemski lonac od guščjih bataka
Žetelački paprikaš
Nadjeveni guščji vrat
Starinski guščji paprikaš
(-Paprikaš)
(-Perkelt)
Purica nadjevena heljdinom kašom
(Stari nadjev za puricu; Križevačka purica
Purica s jabukama)
Purica s kestenima
Dalmatinski Božićni puran s aromatičnim biljem
Stari nadjev za puricu
Zapečena riba
Đuveđ od somovine
Ciganski odresci od mesa divljači
Prepelica ili jarebica
Zapečeni štrukli
Martinska gibanica

SALATE

Salata od celera
Salata od celera s hrenom
Salata od crne rotkve (povrtnice)
Salata od crvenog kupusa
Kiseli krastavci s koprom
Salata od krastavaca i krumpira
Salata od krumpira, graha i crne rotkve
Matovilac s grahom
Matovilac s krumpirom
Salata od mrkve
Salata od radića (maslačka)
Kisela repa na salatu
Pržena salata
Tucana salata od paprike
Salata od kuhane ribe
Lovačka salata
Salata s vrhnjem

UMACI

Umak od celera
Umak od češnjaka I. način
Umak od češnjaka II. način
Umak od feferona
Kiseli umak od hrena
Umak od hrena s grahom
Umak od jabuka
Umak od jabuka i hrena
Umak od kapule ili kapulice
Umak od kapara (kapri)
Umak od kapara (kapri) Dalmatinski
Umak od kapara (kapri) sa slanim srdelama
Umak od kapri otočki
Umak od kiselice
Umak od kopra
Umak od krastavaca
Umak od krumpira
Umak od krumpira i hrena
Umak od luka
Umak od luka i suhih šljiva
Umak od maslina
Umak od metvice
Hladni umak od suhih paprika
Umak od peršina
Umak od ribizla
Umak od šljiva - hladni
Umak od šljiva –topli
Umak od crnog vina
Umak od višanja
Umak od vlasca i češnjaka
Umak kao pašticada

KOLAČI ILI DRUGA SLATKA JELA:

Rezanci s pekmezom
Starinska orehnjača
Savijača od višanja
Palačinke sa sirom
(Najjednostavniji naputak za palačinke)
Seljačka pita
Pita od čvaraka s jabukama
Kuglof sa slaninom
Pita zeljanica
Pita od jabuka
Pita od jabuka s čvarcima
Pita od višanja
Starinska pita od maka
Pita s kiselim mlijekom
Pita sa sirom
Slavonska pita od krumpira
Uljevak s tikvicama
Gibanica s tikvama i makom
Prababin kolač (kolač od kukuruznog brašna i bundeva)

Ogulinska masnica
„Štrudla" od maka
„Štrudla" sa orasima
„Štrudla" od bresaka i grožđa
„Štrudla"(savijača) od šljiva
Savijača od maka i jabuka
Masnica - starinski slavonski žetelački kolač
Gužvara
Pužići
Slavonska ladnjara
Slavonski vrtanj
Štruklji I. način
Štruklji II. način
Bučnica (slana: *zagorska*; slatke: *međimurska, podravska, turopoljska, pokupska, bunjevačka*)
Gibunjica iz Bednje
Bregovska pita iz Koprivničkih Brega
Baranjska savijača – šećeruša (kolač od šećerne repe)
Kašnjaki
Makviči (makuće)
Trešnjevača
Vanjkušeki
Raženi kolač s lukom
Krafne obične
Krafne s nadjevom na drugi način
Samoborske (*Sanoborske*) kremšnite
Zagrebačke kremšnite
Fanjki
Pužići

KRUMPIR NA NAŠIM PROSTORIMA HASEN, I VUŽIVANJE ZEMELJSKIH JABUK

„Seoski gospodar"1878. god.
Cres
Krk
Poljica
„NOVA ZAGREBAČKA KUHARICA, praktični naputak za kuhanje, pečenje i ukuhavanje.
Podpuna sbirka najboljih propisa za domaćice i kuharice sa 170 slika"
KRUMPIR ILI KRTOLA (Erdäpfel)
Kako se kuha krumpir (Wie die Erdäpfel gekocht werden.)
Jela od krumpira. (Erdäpfel-Speisen.)
Juha od krumpira sa popečenom žemljom. (Erdäpfel-Suppe mit gebackener Semmel.)
Juha od krumpira sa mrkvom. (Erdäpfel-Suppe mit gelben Rüben.)
Artičoki od krumpira. (Falsche Fondi.)
Valjušci od krumpira kuhani. (Erdäpfel-Knödeln gesotten.)
Valjušci od krumpira pečeni. (Gebackene Erdäpfel-Knödeln.)
Krumpir sa maslacem. (Erdäpfel mit Butter.)
Krumpir osmučen. (Abgeschmalzene Erdäpfel.)
Krumpir tenfani (Gedünstete Erdäpfel.)
Prženi krumpir (Gedünstete Erdäpfel.)
Pečeni krumpir. (Gebratene Erdäpfel.)
Pločasto rezani krumpir. (In Scheiben geschnittene Erdäpfel.)
Prženi krumpir. (Gebackene Erdäpfel.)
Krumpir sa zapražkom. (Erdäpfel eingebrannt.)
Krumpir sa skorupom i šunkom. (Erdäpfel mit Rahm und Schinken.)
Krumpir sa jaji. (Erdäpfel mit Eier.)
Namrvljeni uštipci od krumpira. (Erdäpfel-Krapfeln eingebröselt.)
Pürée od krumpira. (Erdäpfel-Pürée.)
Okrugljice od krumpirova tiesta. (Erdäpfelteig-Knödeln.)
Okrugljice od krumpira sa mrvicami. (Erdäpfelteig-Knödeln mit Bröseln.)
Okrugljice od krumpira sa šunkom. (Erdäpfelteig-Knödeln mit Schinken.)
Rezanci od krumpira kuhani i prženi. (Erdäpfel-Nudeln gesotten und geröstet).
Žljičnjaci od krumpira sa mrvicami. (Erdäpfel-Nockerl mit Bröseln.)
Korabica s krumpirom (Kohlrabi mit Erdäpfel.)
Krumpir sa hašeom. (Erdäpfel mit Hachées.)
Oblici (kalupi) od krumpira sa šunkom. (Erdäpfel-Wanneln mit Schinken.)
Ploške krumpira frigane. Šunke s jaji i krumpirom. (Schinke mit Eier und Erdäpfeln)
Škopčevina parena sa zeljem i krumpirom. (Schöpsenfleisch gedämpf mit Kraut und Erdäpfeln.)
Rebarca s krumpirom (Coteletten mit Erdäpfeln.)

Tradicionalna jela od krumpira

Juhe

Kalamperova juha (Međimurje- Podravina)
Svijetla juha od krumpira
Kisela kolinjska juha
Polivka (juha) od krumpira i češnjaka (Gorski Kotar)
Grah juha s krumpirom
Bela maneštra (maneštra od riže i krumpira) – (Primorje)
Juha od krumpira na starinski način

Variva

Zacvrti krumper – (Prigorje)
Posna maneštra - (Istra)

Mala jela ili prilozi

Krumpir s prženim mrvicama
Slatke pogačice od krumpira – (Istra)
Meljani krumpir - (Prigorje)
Gambaloci (okruglice) od kalampera - (Međimurje-Podravina)
Samostanski krumpir
Lažni bakalar – (Primorje)
Dedele - (Međimurje)
Mladi krumpir s vrhnjem – (Slavonija)
Pirjani krumpir - (Slavonija)
Kalamperovi faširanci (Međimurje-Podravina)
Bazlamača od krumpira
Panirani (pohani) krumpir
Grenadirmarš - tijesto s krumpirom (Međimurje-Podravina-Hrvatsko Zagorje-Prigorje)
Drucani - tenfani krumpir – (Međimurje-Podravina-Prigorje)
Kuhani krumpir s koprom
Krumpir s peršinom
Fažoleti s krumpirom - (Istra)
Lešo kupus s krumpirom – (Primorje)
Mrkva s krumpirom u padeli
Tikvice lešo s krumpirom
Mladi bobić s krumpirom – (Primorje)
Okruglice sa šljivama
Njoki sa salsom od pomidora (njoki sa umakom od rajčice) – (Krk-Primorje)
Leća s krumpirom
Krumpirača
Krumpir sa slaninom
Lička krumpirica - (Lika)
Krumpir sa kiselim kupusom
Krumpir sa čvarcima – (Hrvatsko Zagorje)
Okruglice sa čvarcima
Krumpir crepuljaš
Krumpir s lukom
Krumpiruša s kiselim kupusom
Štruklji od krumpira s čvarcima – (Hrvatsko Zagorje)
Zaprečani* krumpir (krumpir u pepelu)
Krumpir zapečen u ljusci
Pečeni krumpir u pećnici
Krumpir ispod peke (cripnje) – (Lika)
Prženi mladi krumpirići
Ličke pole - (Lika)

Glavna jela

Krumpir s buncekom - (Međimurje-Podravina-Hrvatsko Zagorje-Prigorje)
Ćoravi paprikaš - (Slavonija)
Punjeni krumpir
Pečeni grklji s krumpirom – (Hrvatsko Zagorje)
Kalnički gulaš za kolinje
Njoki zi brudetom od sušenog mrkača (valjušci od krumpira s brudetom od hobotnice) - (Krk-Primorje)
Tripice s krumpirom - (Dalmacija)
Putać - (Dalmacija)
Srdele s krumpirom
Lonac (ovčetina i povrće)
Krumpir pečen sa suhim svinjskim mesom

Salate

Kalamperova salata s lukom (Međimurje-Podravina)
Kalamperova salata s jajima i kiselim vrhnjem – (Međimurje-Podravina)
Salata od krumpira i divljeg radića
Zelena salata s krumpirom
Topla salata od krumpira
Salata od muzgavaca i krumpira – (Primorje-Dalmacija)

Kruh

Kruh od krumpira I. način
Kruh od krumpira II. način
Raženi kruh s krumpirom
Pogačice od krumpira
Kramfleki - (Bilogora-Slavonija)

Slastice

Bijeli žganci
Krumpirove placke iz Končanice – (Daruvar-Slavonija)
Pareno krumpirovo tijesto
Prikle - (Primorje-Dalmacija)

Pita krumpiruša
Jovina pita – (Lika)
KUKURUZ U NAŠOJ KULINARSKOJ TRADICIJI
Zagonetka o kukuruzu
Kukuruzno brašno iz vodenice
Planinarski kruh
Lojanica
O kukuruzu i jelima od njega govore nam i tekstovi stari više od 100 godina
„Seoski gospodar“ Vlč. Srtažimir (1878.)
Prigorje
Posavina
Turopolje
Krk
Cres
Istra
Palenta i ikra
Poljica
Mladi kukuruz
JELA
Palenta
Vinogradarsko cvrče (kajgana, razmućena jaja) (Hrvatsko Zagorje)
Kukuruzne pogačice
Pržena palenta
Šen – (Lika)
Pura sa kajmakom i tvrdim sirom – (Lika)
Prelivena palenta
Palenta s mrvicama
Zapečeni žganci - (Međimurje-Podravina)
Pura s gljivama - (Gorski Kotar)
Palenta sa sirom
Palenta sa slaninom - (Gorski Kotar)
Kukuruzne loptice - (Međimurje-Podravina)
Palenta sa pirjanom kupusom i slaninom - (Lika)
Nabujak od kukuruzne krupice
Palenta sa mljevenim mesom i umakom
Varena (nabujak, „koh“) od palente s mesom
Pileća prsa s palentom
Savici sa žgancima - (Slavonija)
Pljeskavice od palente - (Bilogora-Slavonija)
Kenke - pogačice od kukuruza
Kukuruzne okruglice
Prigorske okruglice - (Prigorje)
Palenta u crijevu - (Gorski Kotar)
Kaša od kukuruznog brašna s voćem „Šmudling“- (Prigorje)
Kajsije na slavonski način - (Slavonija)
KUKURUZNO BRAŠNO
„Bela juha” - (Slavonija)
Prežgana juha s kukuruznom pogačom (Međimurje-Podravina-Prigorje)
Kisela juha od kukuruznog brašna - (Međimurje-Podravina)
Juha od krumpira, mrkve i kukuruznog brašna
Kukuruzna juha sa slaninom - (Slavonija)
Okruglice od kukuruznog brašna za juhu
Predjelo od palente i kobasica
Pura iz dalmatinske Zagore – (Dalmacija)
Primorska pura - (Primorje)
Zagorski kukuruzni žganci - (Hrvatsko Zagorje)
Jaja s kukuruznim brašnom
Zapečena bračka palenta - (Otoci)
Žganci za poslenike - (Bilogora-Slavonija)
Kuruzni močnjak - (Međimurje-Podravina)
Proja - (Lika)
Gambaloci* - (Međimurje-Podravina)
Pržene ploške pure I. način
Pržene ploške pure II. način
Banijski žganci - (Banija)
Pastirska pura I. način
Pastirska pura II. način
Pura s kiselim mlijekom
Palenta s vinom
Lička palenta krumpirica – (Lika)
Dinarska palenta krumpirača – (Dalmatinska zagora-Dalmacija)
Bjelovarska kukuruzna kaša – (Bilogora-Slavonija)
Poljevka*
Međimurski Gašprec – (Međimurje)
Bilogorski kukuruzni žganci
Križanski rižanac – (Istra)
Slatka repa s kukuruznim brašnom
Žganci s koščicama – (Međimurje-Podravina)
Poriluk s jajima i kukuruznim brašnom
Pita lukovača
Pita od kukuruznog brašna
Kukuruzna zljevka sa špinatom
Đurđevačke kukuruzne pogačice s čvarcima – (Međimurje-Podravina)
Kukuruzne pogačice s porilukom

Nadjeveni kelj
Primorska palenta s jetricama i slaninom – (Primorje)
Bazlamača s mljevenom ribom – (Posavina)
Kukuruzne okruglice iz Vrbovca – (Prigorje)
Kukuruzni rezanci
Uštipci od kukuruza
Bjelovarska proja – (Bilogora-Slavonija)
Proja s kajmakom i čvarcima
Daruvarske pogačice od kukuruznog brašna – (Bilogora-Slavonija)
Zapečena palenta s gljivama
Varenac od palente
Kolubice* - (Primorje)
Šaran na podravski način – (Podravina)
„Sendvič“ s pečurkama (šampinjonima)
Koledveni* obed
Puževi na vrbovečki način – (Prigorje)
Pileća jetrica sa palentom
Guska s palentom I. način – (Turopolje)
Guska s palentom II. način – (Turopolje)
Odresci s kukuruznim brašnom
Drenovačka cicvara – (Lika)
Zapečena palenta
Maščec* - (Slavonija)
Siromaki
Veliko Zdenačka bazlamača* - (Bilogora-Slavonija)
Bazlamača s orasima – (Slavonija)
Moslavačka bazlamača s orasima – (Moslavina-Slavonija)
Kukuruzna zlijevka
Zlevanka s kruhom i krumpirom (Prigorje)
Grđevačka kukuruznica – kukuružnjača – (Bilogora-Slavonija)
Kuruzna kelašica* - (Međimurje -Slavonija)
Bilogorska pita od kukuruznog brašna – (Bilogora-Slavonija)
Savijača s kukuruznim brašnom
Kuruzna zlevka sa zeljem
Frmentjača – (Primorje)
Palenta zi točon od kunje (palenta s umakom od dunje) – (Istra)
Dukati, cekini – (Slavonija)
Zljevanka*
Dizana zlevanjka
Cicmara*
Cicvara
Bilogorska cicvara – (Bilogora-Slavonija)
Posavska cicvara – (Posavina)
Kukuruzni „štrudli” – (Slavonija)
Palačinke od kukuruznog brašna I. način
Palačinke od kukuruznog brašna II. način
Kukuruzne palačinke s mesnim nadjevom
Bilogorske kukuruzne palačinke sa sirom
Tenka gibanica – (Hrvatsko Zagorje-Prigorje)
Hameturnjak - kolač (pogača) od kukuruznog brašna – (Primorje)
Moslavačka kukuruzna pita sa sirom – (Moslavina-Slavonija)
Grđevačka orajova (orahova) kukuružnjača – (Bilogora-Slavonija)
Grđevačka makova kukuružnjača – (Bilogora-Slavonija)
Trepa (međimurska) – (Međimurje-Podravina)
Klecin prot* - (Međimurje- Podravina-Prigorje)
Gosparski* kolač sa suhim voćem (Dubrovnik)
„Seljačka“ torta
Torta od kukuruznog brašna
„Torta“ od kukuruznog brašna (Bilogora-Slavonija)
Kukuruzni kruh I. način
Kukuruzni kruh II. način
Kukuruzni kruh III. način
Kukuruzni kruh sa sirom
Kruh od turkinje ispod čripnje (kukuruzni kruh)
Banatski kukuruzni kruh punjen ribom – (Banat-Slavonija)
Kukuruzna pogača I. način
Kukuruzna pogača II. način
Đurđevačke kukuruzne prge* - (Međimurje-Podravina)
Surutka (boza) I. način – (Banija-Lika)
Surutka (boza) II. način – (Banija-Lika)
KUKURUZNA ZRNA
Kukuruzna juha
Maneštra od bobići (mladi kukuruz) – (Istra)
Maneštra krčkog seljaka – (Primorje)
Sočivo – (Dalmacija)
Mišano sočivo na ulje – (Dalmacija)
Varenac (nabujak, koh od kukuruza s

jajima
Poljičko sočivo – (Poljica-Dalmacija)
Varivo od graha s kukuruzom
Kukuruz s grahom
Popečci od kukuruznih zrna
Pirjani kukuruz
Piletina s kukuruzom
Lonac s mladim kukuruzom
Garešnička svinjska koljenica s mladim kukuruzom – (Slavonija)
Prepečeni kukuruz
Kukuruzni žljičnjaci
Palačinkice s kukuruzom u umaku
Palačinkice s kukuruzom i rajčicom
Salata s mladim kukuruzom
Salata s kukuruzom

III.DIO A

KOLINJE
Kako je nekad bilo
Stari zaboravljeni nazivi uz kolinje tijekom kolinja
Kolinje u Dalmaciji
Prerađevine „Dalmatinskog kolinja“
Nazivi vezani uz kolinje
Kolinjski „oblizeki“
Slavonski doručak
Slavonski drobac
Iznutrice
Naputci svečane večere:
Pršut (šunka) kuhan u vinu
Hladetina
Kolinjska juha
Juha od repova
Pečena svinjska krv s jajima
Pečena svinjska krv s lukom
Kolinjski paprikaš
Svinjska jetra u mrežici
Svinjska slezena s lukom
Odresci pluća s lukom i vinom
Pohane (panirane) svinjske uši
Svinjska glava (kako je priređuju u Filipjakovu)
Pohana (panirana) svinjska crijeva
Paprikaš od svinjskih kožica
Sarma
Kolinjski i (ili) **Pokladni objed**
Juha
Kiseli kupus
Kuhane kobasice
Svinjska rebarca (bržole) na gradelama
Pečenice s lukom
Pečenice u umaku od vrhnja
Kuhane češnjovke s kiselim kupusom i restanim krumpirom
Prženi svinjski podbradak
Lokoti
Pečenka u mrežici
Pisano pečenje
Kuhani buncek
Zaboravljeni način kuhanja šunke
Krumpirača
Cernički ćupteti (Cernik, mjesto u Slavoniji)
Svježe krafne
Listići
Salenjaci
(Moderna inačica salenjaka)
Makovnjača
Knedli (okruglice) sa šljivama
Proizvodi od mesa
kobasice
kuhane kobasice
polutrajne kobasice
fermentirane kobasice
kobasice za pečenje
konzerve
krv
suhomesnati proizvodi i slanina
kuhanje dimljenog mesa i kobasica
Slavonski i Zagorski običaj kuhanja (kuhanje u masti)
Soljenje, sušenje, prešanje, dimljenje i zrenje
Soljenje mesa
Soljenje slanine
Sirova soljena slanina (na zraku sušena slanina)
Dimljena leđna slanina
Papricirana slanina
Mesnata slanina
Panceta
Carsko meso
Mljevena slanina
Kraški vrat
Dimljenje i sušenje
Tornjić - pušnica
Konzerviranje suhog mesa
Spremanje suhog mesa
Zalivena soljena svinjetina
Zalivena svinjetina s kožom

Svinjetina iz salamure
Kosana slanina - Međimurska slanina
Meso iz tiblice (drvena kačica)
Zalivene kobasice
Zalivena rebra
Goranska zaseka
Priprema svinjske masti i čvaraka
Čvarci za zalijevanje
Pašteta od čvaraka na otočki način
Pršut - prešanje, dimljenje, zrenje
Prešanje butova
Dimljenje butova
Zrenje – završna faza
Suha lopatica
Suhi vrat s kostima
Suhi kare – svinjska leđa
Suha rebra
Suhe koljenice
Slavonski kulen
Kutjevačka Kaptolska kobasica
Aromatična pečenica
Vinogradarska kobasica
Domaće češnjovke (*Purgerski cušpajz*)
Sisačke češnjovke
Ljetna kobasica
Domaća bijela kobasica iz Brčevca (Vrbovec)
Posavske - Bele devenice (bijele devenice)
Brašnene kobasice (kukuružnjača, brašnjača)
Krušne kobasice (buhtovke, kobasice od bijelog kruha)
Goranske kobasice
Ombolo i kobasice (Istra)
Istarska jetrenjača
Istarske krvavice s povrćem
Kukuruzne čurke*
Meljna kobasica
Primorska kobasica
Kulin (otočka kobasica)
Luganige (kobasice koje se pripremaju na otocima i uz obalu)
Dalmatinske kulenice-krvavice
Zmijavačke divenice
Planinarska kobasica
Lička kobasica
Velebitska kobasica
Sinjska kobasica
Pivska kobasica
Gračanska domaća kobasica (Gračani podsljemenski predio Zagreba)
Šestinska domaća kobasica (Šestine podsljemenski predio Zagreba)
Zagrebačka pečenica
Bistranske kobasice (Bistra mjesto u Hrvatskom Zagorju)
Zagorske češnjovke
Podravska kobasica
Međimurske kobasice
Đakovačka kobasica
Domaća ljuta kobasica
Baranjska salama
Kobasica sa salaša (Banatska kobasica)
Proljetna Iločka kobasica
Srijemska kobasica
Slavonska kobasica
Šokačka kobasica
Uskrsna kobasica
Slatinska potočanka
Moslavačka bijela kobasica
Nartska bela devenica
Banijska kobasica
Kostajnička kobasica
Pokupska kobasica
Kobasa Gornjeg Mekušja
Turopoljska kobasica
Velikogorička domaća kobasica (Velika Gorica, grad pored Zagreb)
Velikogorička dimljena kobasica
Kobasice od divljači
Kobasica od veprovine
Kobasica od divlje svinje
Kobasica od veprovine iz „Bilogore“
Zagorska kobasica
Haganjska kobasice sa srnetinom (Vrbovec)
Kobasica od srneće jetre na način „Bilogore“
Kobasice od jarebice
Kobasice u maramici
Grđevačka lovačka salama od jelena
Narodna krvavica – crna krvavica
Krvavice od heljdine kaše (Podravina)
Gradečka krvavice s hajdinom kašom (Vrbovec)
Zagrebačka krvavica
Zaprešićke krvavice
Slavonska krvavica
Domaća bijela krvavica
Goranske krvavice

Istarske kobasice
Istarske krvavice (mulice ili divenice)
Kulenice primorske
Ostale razne kobasice
Kulenice nadjevene po kaštelansku
Pelješke masnice
Domaća slaninska kobasica
Kobasice sa srdelicama
Domaće tlačenice („prezvuršt“, „švargle“)
Petrinjska tlačenica
Dalmatinski nadjeveni želudac (tištenica)
Prešanac
Salama
Salama sinjska
Međimurska salama
Domaća mortadela
Podravski kuhani podvaljak
Kulenica
Lički kulen ili divenica
Dimljene kožice
Jetrene kobasice
Ratarska jetrena kobasica
Domaća jetrena kobasica
Goveđi jezik
Goveđi jezik u prošeku
Čakovečke „hrenovke“
Sudžuk
Dubički sudžuk
Domaći goveđi sudžuk
Svinjski suđuci
Rolani specijaliteti
Rolana slanina
Domaće dimljene šunke i pršuti
Jadranski pršut
Otočno-istarski pršut
Vlaški ili „falši pršut“
Svinjski pršut
Istarski pršut
Krčki pršut (*Bodulski pršut*)
Goveđi pršut
Ovčji pršut
Kozji pršut
Ocjenjivanje pršuta
Ninski šokol
Ovčja pastrma
Ovčja stelja
Kaštradina
Konjska domaća pečenica
Salama od konjskog mesa
Kobasica od konjskog mesa
Domaći sapun
(Sapun od mrsa (mesni ostaci; Sapun od kostiju)
Svinjska crijeva
Čuvanje goveđeg mesa
Posavsko kolinje
Posavska suha svinjska kobasica
Posavska ljuta svinjska kobasica
Posavska obična svinjska kobasica
Posavska češnjovka
Posavska tlačenica
Posavske krvavice
Posavska bijela kobasica
Posavski mast i čvarci
Posavska domaća suha slanina, vratina, buncek, šunka i lopatica
Biser tradicionalnog kulinarstva:
OLITA - mesna kobasica sa sirom
NAŠI AUTOHTONI SIREVI
Ovčarenje na Biokovu
Belava
Jaja na maslu s belavom
Sir iz mija, Mješinski sir, Mišni sir (Biokovo)
STARI ZAPISI O MLIJEKU, SIRU I ŽIVOTU UOPĆE (iz požutjelih stranica)
Posavina (Trebarjevo)
Prigorje
Krale (u turskoj Hrvatskoj) (Krale se nalaze
zapadno od Bihaća)
Polica
Istra
Cres
Krk
Pag
Velebit i Dinara
ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, knjiga 48, JAZU u Zagrebu 1980.,
ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, knjiga 51, JAZU u Zagrebu 1989.
Sir iz mješine (sir iz mišine)
Sir u ulju s komoračem (ili lovorom)
PROIZVODNJA KISELOG VRHNJA, MASLACA, KISELOG MLIJEKA i SIRA u NAŠIM DOMAĆINSTVIMA
Maslac
Kiselo vrhnje

Maslo od kiselog vrhnja (Hrskavi kolačići od masla)
Bućkanje ili stapanje
Odjeljivanje stepke
Čuvanje maslaca
Kiselo mlijeko
Sirevi
Mlijeko za sirenje
Tehnologija izrade polutvrdog sira
Bijeli meki slani sir
Svježi sir
Domaći kravlji sir - „bakin sir"
Topljeni sir
Škripavac
Basa
Dimljeni tvrdi lički sir
Tounjski sir
Livanjski sir
Baranjski ili Somborski sir
Svježi kozji sir
Kozji sir u orahovu lišcu
Domaći kozji trapist
Kozji sir u ulju
Pastirski ovčji sir
Ovčji sir u pogačama ili pod drugim nazivom sir iz kačice
Domaći ovčji sir (tvrdi)
Lećevički sir
Tvrdi sir iz ulja - Dubrovački sir
Krčki sir (bodulski, formajela)
Creski sir (sir otoka Cresa i Lošinja)
Paški sir
(Sir na ruku)
(Sir na formu)
Rabski sir
Olibski sir
Brački sir
Grobnički ili primorski sir
Ćićski sir (Ćićarija bregovit dio oko Učke)
Grabancijaš - sir iz salamure
Dimljeni sir
Istarski sir
Istarski pekorino (tal., pecorino - ovčji; formaggio pecorino - ovčji sir)
Prge/turoši od sira (ili dimljeni kvargl)
Prge od svježeg sira
Nabiti sir
Vinogradarski sir
Slani sir s češnjakom
Slatki sir
Seljački sir
Polutvrdi masni sir za rezanje
Zamašćeni sir
Punomasni sir
Skuta
Kuhani sir (sir od *kuvana mlika*)
Proizvod kojeg više nema – ovčji jogurt (kojata)
NAŠA TRADICIONALNA JELA OD SIRA
Bijela pita
Bijeli smok
Blitvenjak
Cicvara
Gibanica
Jajuša
Jamužina
Krtola
Muruznica
Obetica
Paljug
Procip, procipac
Prisnav
Sirovača
Vangaloci
HLADNA PREDJELA ILI MALA JELA
Natrti sir (Međimurke-Podravina-Slavonija)
Miješani sir s vrhnjem
Ličenec sir (Slavonija)
Sir s vrhnjem
Luk sa sirom
Bilogorski sir
Satrica (Slavonija)
Sir iz ulja (Dalmacija)
Sir iz ulja s komoračem (ili lovorom) (Dalmacija)
Namaz od sira s travama
Namaz od svježeg sira
Namaz sa začinima
Namaz od šunke i svježeg sira
Uskršnji mozaik
Sir s tunjevinom
Kamenice s paškim sirom (Cresko jelo)
„Torta" od sira
Namaz s maslacem
JUHE
Juha sa štruklima od sira (Međimurje-Hrvatsko Zagorje)
Pretepeni štrukli - dodatak juhi (Hrvatsko

Zagorje-Prigorje)
Juha od sira
Štrunjci od kruha - dodatak juhi (Slavonija)
Juha od krumpira s ovčjim sirom
TOPLA PREDJELA ILI MALA JELA
Procip (Hvar-Dalmacija)
Pečeni sir (frigo) (Hvar-Dalmacija)
Prijesnac, prisnac
Pogačice sa sirom
Bunjevačka pogača od sira
Zaja
Rezanci sa sirom
Pogačice od svježeg kravljeg sira
Projara (Lika)
Trganci sa sirom i vrhnjem (Slavonija)
Torbice sa sirom (Slavonija)
Tjestenina sa sirom i slaninom
Primorski rezančići
Istarski kaneloni
Rezanci sa sirom
Livance (Livanci)
Jajčarnik, jajuša
Vangaloci (okruglice/knedli od sira) (Međimurje-Podravina)
Okruglice od sira
(Stari naputak za okruglice od sira)
Žganci za poslenike (Slavonija)
Nabujak od sir
Zagorski štrukli
Pita od sira i šunke
Bijeli žganci (Škubanky) – (Daruvar-Končanica-Slavonija)
Nadjeveni krumpir
Sirom nadjevena paprika
Pečene šparoge s tjesteninom
Vrganji na seljački način
Pokladnice sa sirom
Plešivički zelenjaki
Dunavska pita zeljanica
Fratarski štrukli
Nonina kanavaca
Domaća greblica
Pita od čvaraka s kravljim sirom
Lička cicvara
Nabujak od sira i koprive
Tartufi
GLAVNA JELA
Bribirski prisnac
Srdelice sa sirom
Špageti s kunjkima
Rižoto Pelegrin
Prženi krakovi hobotnice
Nadjevena kokoš
Zvacet od kokoši i labinski krafl (Istra)
(Creski naputak za zvacet)
Čazmanski odrezak s valjušcima od krumpira (Moslavina-Slavonija)
Svinjska koljenica s mladim kukuruzom
Istarski nadjeveni odresci
Odrezak Daruvarskih toplica
Beljski odrezak
Kalnički nadjeveni ražnjići
Kobasice i sir
Dropčići
Loptice od mesa i sira
Juneći odresci u zelenom umaku
SALATA
Proljetna salata
Salata od pečene paprike s ovčjim sirom
Salata od sira
SLATKA JELA
Hrvatska gibanica
Zagorska slatka savijača od buće i sira – štrukli, štruklji
Zdigana sirova pogača
Prekmurska gibanica
Štrukli s repom
Štrukli s kiselom repom
Kuhani međimurski štrukli
Popečnjaci
Kolač od kravljeg sira
Dizani kolac - Buhtl, Buftl, Sače
Margarete - Perice
Paljug
Paljuv
Bazlamača sa sirom
Zlevanka od bijelog brašna
Kukuruzna zlevanka
Kukuruzne palačinke sa sirom
Cicvara
Gotovac (Dalmacija)
Sirnica, prosulja
Buhte sa sirom
Jastučići sa sirom
Pera (Vrbovečka pera)
Gradečka pera (Prigorje)
Pera s rižom (Prigorje)
Slana pera (Prigorje)
Slatka pera (Prigorje)

Pita zeljanica
Pita od oraha i sira
„Štrudla" šećeruša
Rudarska greblica
Tanki kolač
Dalmatinski sirni pinci
Naši proizvođači sireva
SLJUBLJIVANJE SIRA I VINA
VOĆNJACI
Travnjački voćnjaci
Šumski „voćnjaci"
Voćnjaci na oranicama
SUŠENJE VOĆA
-sušenje smokava
- pečena smokva kao dodatak kavi
- suho voće i med
POVRĆE U TRAPU - trapljenje
LEDENICA (ledvenica)
Tajne bakine kuhinje i čuvanje namirnica
RAKIJA
„lijek protiv kašlja"
Otok Cres
Tekst pisan 1904-1907 godine
DIVLJI DJEČAK, XII poglavlje – Što se događa, kad se vjeruje u sudbinu alkohola (opis pečenja rakije - kao uzrok žalosnog događaja)
Rakija u kulinarstvu
Vrste rakija
Šljivovica
Zreli plodovi šljiva
Vrenje (fermentaciju) šljiva
Punjenje kaca šljivama
Muljanjem plodova
Vrenje koma i temperaturu vrenja
Ukomljena šljiva u otvorenim posudama
Pečenje rakije
Pravilan položaj destilacijskog aparata
Loženje vatre
Zagorijevanje kod pečenja
Pečenje (destilacija)
Hladnjak
Sirov destilat i meka rakija
Prva frakcija
Prepicanje-druga frakcija
Rakija od tepke
Rakija od šljive „ranke"
Poboljšana prepečenica
Spremanje i čuvanje komine
Priprema koma za lozovaču
Dobra sirovina – dobra rakija
Destilacija (pečenje) komine
Lozovača i komovica na domaći način
Komina od grožđa
Lozovača iz prevrelog koma cijelog grožđa
Male tajne proizvođača travarice
Rakija s rudom
Travarica od grožđa
Orahovica
Rakija od maginja
Rogačica
„Rakija" od cijelog ploda rogača
Medena rakija
Rakija od nježnih latica ružica
Biska (rakija od listova imele)
Smokovača
Voćne rakije
Aromatična rakija od marelica (kajsijevača) kako je prave u okolici Đakova
Rakija od dunja
Lička dunjovača
Trešnjevača i višnjevača
Odležavanje, starenje, čuvanje rakije
Esterifikacija
ŠLJIVOVAĆA
Juha od šljivovače I. način
Juha od šljivovače II. način
Musaka od šljivovače
Pikantne šljivovače
Špageti sa šljivovačama
Šljivovače u umaku
Salata od šljivovača
KOLAČI OD ŠLJIVA
Slivnjak
Paprenjaci
Kolači od rakije
Šljivarski brežuljak
Kolač sa suhim šljivama
Češki dizani kolač sa šljivama
Domaći liker od šljiva
Plemići „šljivari"
Zaboravljeni gvirc
Karamelizirani gvirc
Domaći gvirc
MEDOVINA, MEDICA
Medovina na I. način
Medovina na II. način

Medovina s hmeljom
Medovina iz rakijskog kotla (rakija od meda, pečena medovina)
VINSKI I VOĆNI OCAT
Voćni ocat
Vinski ocat
Vinski ocat i jabučni ocat
Jabučni ocat
I. naputak
II. naputak
Pivski ocat
Ocat od rakije
Ocat od voćnih otpadaka
Aromatski ocat (ocat od začinskih biljaka i začinski ocat)
Ocat od zubovca (bertram ili estragon ocat)
Ocat od kozjaka ili češnjaka
Ocat od začinskog bilja
KRALJEVI JESENI - kesten „pucanac“i mošt „rezanac“
O kestenu i marunu
Marunada – Kestenijada
Savjeti o kestenju
Skidanje kore
Pečenje kestenja
Kuhanje kestenja
Kolač od kestena
Spremanje kestena
JELA
Juhe
Kestenova juha s prosom, zobi i rižom
Juha s kestenima I. način
Juha s kestenima II. način
Juha s kestenima III. način
Juha s kestenima na IV. način
Juha od kestena na V. način
Juha od maruna
Čorba od kestena
Prilozi i (ili) mala jela
Kesteni kuhani u mlijeku
Slani pire od kestenja
Žganci od kestena
Zelje s kestenima na dva načina
Kesten kao prilog
Pire od maruna
Pirjani kesten
Grožđe i kesteni
Kesten u umaku od crvenog vina
Kesten kao prilog uz pečenje
Vrganji s kestenovim listovima
Glavna jela
Zagorsko nadjeveno pile
Stari nadjev od kestena
Pureća prsa obložena pireom od kestena
Nadjevena patka s kestenom
Guska nadjevena kestenjem
Zečevina s kestenjem
Srneći medaljoni s kestenjem
Kotleti vepra s kestenima
Kobasice s kestenima.
Patka s umakom od maruna
Salata
Jesenska salata
Salata s kestenjem i matovilcem
Kestenje s rikulom
Pogačice
Pogačice od kestena
Slatko - kolači
Okruglice s kestenima
Kuglice od kestena
Kuglice od maruna
Kuglice od maruna i bajama
Valjušci od kestena
Slatki popečci od kestena
„Štangice“
Kolač od kestena
Savijača od kestena
Jesenski nabujak
Rolada od maruna s amaretom
Lagana torta od kestena
Lažna torta od kestena
Lovranske kuglice
Pita od maruna
Torta od maruna
Nadjevena peciva
Kandirani kesteni
Napitci
Napitak od kestena
Kesteni u soku bazge
Kesteni u likeru od ruma
Kesteni u vinjaku
Cocktail od maruna I način
Cocktail od maruna II. način
Čaj od listova kestena
Zimnica
Stari naputci kompota od kestena I., II., III., način
Slatko od kestena
Kesteni ukuhani za zimu
Džem od kestena

Marmelada od kestena I., II: način
Zamrzavanje kestena
VINSKI OBIČAJI – Hrvatska pučka baština
Blagdani vinogradara
BERBA
„o berbi uobče“
Sv. Vinko - 22. siječanj (prvi vinogradarski i vinarski svetac u godini)
Sv. Andrija - 4. veljača
Gregurevo - 12. ožujka
Sv. Josip - 19. ožujka
Sv. Juraj - 23. travanj
Sv. Urban - 25. svibanj
Sv. Ivan Krstitelj - 24. lipanj
Sv. Lovro - 10. kolovoz
Sv. Bartol - 24. kolovoz
Sv. Kuzma i Damjan - 26. rujan
Sv. Mihovil - 29. rujan
Bela nedeja - svečanost mladog vina – održava se prve nedjelje u listopadu
Sv. Martin - 11. studeni
- Martinjska guska s kestenom (Predjelo od guščjeg vrata)
Sv. Andrija (Jendreš) - 30. studeni
Sabatina
MOŠT
Priprema domaćeg mošta od grožđa
Sterilizacija mošta
Pasterizacijom do najboljeg mošta
Zatvaranje i spremanje boca
Varenika
Varenik u ribljim jelima:
Marinada od srdela
Tunjevina u domaćem savuru
Kumpet, kumfet - Marmelada od varenika
I. inačica
II. inačica
Zavajon, zavajun
VINO
Održavanje bačvi (iskustva „starih vinara“)
Sterilizacija bačvi
Pravilna prerada – odlično vino
Berba
Muljanje, prešanje (prerada)
Alkoholno vrenje
Sumpor u vinu
Doslađivanje
Pretakanje - od mladog do novog vina
Mane i bolesti mladog vina
Sluzavost vina.
Dobro vino iz dobre bačve **(„Grožđe vinu daje ime, a bačva prezime“)**
Ovinjavanje novih bačava
BEVANDA, toverna i kita
PROŠEK
Proizvodnja prošeka na stari način
Prošek u kulinarstvu
Umak od prošeka
Omiški prošeko
Vrbnik
Stara tehnologija prerađivanja grožđa u vino
BERMET
Postupak
Naputak I.
Naputak II.
Naputak III.
Naputak IV.
Grožđe u bermetu
KUHANO VINO
Naputak za bijelo vino I. način
Naputak za bijelo vino II. način
Naputak za crno vino I. način
Naputak za crno vino II. način
„Juha“ od vina
Liker od vina
Vino od suhih smokava
Vino od suhog grožđa
Vino od šipka
Domaći medni šampanjac
Dalmatinski liker
JELA ZA BERAČE
Pirjani puževi
Puževi na brudet
Puževi s ljutikom
Pečeni puževi
Zapečeni puževi
Pršut kuhan u vinu
Ćupter – mantala na pelješki način
Ćupter od planike (maginje)
Cresko lošinjska mantala
Jela berača kontinentalne Hrvatske
Prvi dan
Drugi dan
Treći dan
Pretepena juha
Krumpir kotlić

Šokački čobanac
Vinogradarski – proljetni kotlić
Vugrovečki domaći kotlić
Vinogradarski gulaš s bijelim žgancima
Vinogradarski kotleti
Roštilj kobasica iz Klake
Dimljeni suhi jezik u umaku od hrena
Pokladni objed (jelo koje se radilo beračima i za poklade)
Soljena svinjska rebrica s rižom i krumpirom
Pretepena juha
Pogačice sa čvarcima
(Lisnate pogačice sa čvarcima)
Domaći slani štapići
Sarma u trsovom listu
(list lipe i hrena za sarmu)
O NAŠIM VINIMA
Vinska drvena bačva
Autohtone sorte - naš ponos
Hrvatske vinogradarske regije i podregije
KONTINENTALNA HRVATSKA
Međimurje
Varaždin
Hrvatsko zagorje
Zelinsko-sesvetsko vinogorje
Zagreb
Portugizac – crveno vino
Prigorje-Bilogora
Križevačko spravišće
Plešivica
Moslavačko vinogorje
Slavonija
Biskupija Đakovo
Požeška kotlina
Podunavlje
Erdutsko-daljsko-aljmaško vinogorje
Iločko-vukovarsko vinogorje
PRIMORSKA HRVATSKA
Istra
Hrvatsko Primorje
Kastav
Bakar
Bakarska vodica
Vrbnička žlahtina
Valomet
Trgatba u Primorju
Otakalnica i pretakalnica
SJEVERNA DALMACIJA
DALMATINSKA ZAGORA
SREDNJA DALMACIJA
JUŽNA DALMACIJA
SLJUBLJIVANJE JELA I VINA
VINSKA CESTA - putokaz do vina
Međimurska vinska cesta
Podravska vinska cesta
Vinska cesta Zelinskog kraja ili Prigorja
Zagrebačka vinska cesta
Zagreb i Božjakovina
Hrvatsko zagorje
Plešivička vinska cesta
Vinska cesta Moslavine - škrlet s duhom rimskih vremena
Slavonska vinska cesta s duhom rimskih vremena
Vinska cesta Bujštine
Vinska cesta Poreštine i vinska cesta Buzeštine
Južna Dalmacija - Vinski biser iz loze okupane suncem i soli
Vinski put Biokova
KLIJET - KLET
Podrum u klijet
PELNICA
PROSLAVE I VESELICE - „Spravišča“, „pajdašije“
Društvo vinskih doktora od Pinte
Krapinski vandrček
Zdravica za bilikum
Krščenje mošta
Križevački štatuti
Obrazac I.
Obrazac II.
Obrazac III.
VINSKE POPEVKE
Čaša moja – zašto si mi prazna
Dobro vince …
Od kmetskog stališa preštimanja
Od skrbnosti mužeka pri trsju delanja
Rodila zemla trseka
Pimo, braća, vince
Loza žuti
VINSKE MOLITVE
Zaradi godine u sušnom vrimenu
Zaradi dobre letine
Zaradi mira opčinskog
Napojnica pri stolu
So bregi ni lagvi
PIVO U HRVATSKOJ
Daruvar

Karlovac
Koprivnička pivovara
Pivovara Lobe Nova Gradiška
Osječka pivovara
Otočka pivovara
Požeška pivovara
Zagrebačke pivovare
Gostioničari i pivo
(*Statut za zagrebačke ugostitelje iz 1887. godine)*
Pivska kobasica
Kobasice u crnom pivu
Kramfleki
Zimsko piće – *pivo s mlijekom*
Bečko Novo Mjesto (Wiener Neustadt)
Deset zlatnih pravila o pivu
Prema vinskoj terminologiji piva se dijele na:
Koje pivo umjesto kojih vina
(Sljubljivanje jela i piva)
Kuhanje s pivom
Riblji grisini
Osnovno pivsko tijesto
Palačinke s pivom
Pržene šljive
Pivski kruh
Pivske mješavine
Toplo pivo
Vruće pivo s vinom
Pivo iz kućne radinosti
Pijetao s pivom
Svijetlo pivo I.
Svijetlo pivo II.
Svijetlo pivo III.
Svijetlo pivo IV.
Svijetlo pivo V.
Tamno pivo
Jako pivo
Pivo od jabuka
Pivo od koprive
Liker od piva

III. DIO B

ZIDNJACI – točkaste pregače s volanima
PUČKO MUDROSLOVLJE O HRANI, JELIMA I PILU
POČECI TURIZMA
STANOVNIŠTVO
POJMOVNI RJEČNIK I MALI RJEČNIK TRADICIONALNOG I SLUŽBENOG NAZIVLJA
OD PRETPOVIJESTI DO DOSELJENJA I STVARANJA DRŽAVE
Pretpovijesno i antičko doba
Dolazak Hrvata
Prve Hrvatske kneževine
Kraljevina Hrvatska (925.)
HRVATSKA MITOLOGIJA, **bogovi**
„ića i pića“
Amrita
Stara narodna pića
Mlijeko s medom
Mlijeko s pivom
LIPA – slavenski gorostas
IZGLED JESTVENIKA – JELOVNIKA
PROMOCIJA RESTORANA I JELA
(kultura stola)
Normativi
Količina namirnica za jedan obrok
Prilozi
Temperatura jela i napitaka
Temperatura pića pri posluživanju
Mjerenje bez vage
ZIMNICA s nostalgičnim okusom naših baka i nona
Posuđe
Sumporenje
Blanširanje
Pasteriziranje
Ključanje
Vrenje
Konzervansi
Posude za pripremanje zimnice
Vaganje potrebnih namirnica, obavljajte pažljivo prema naputcima (receptima).
Količine
Alkohol
Kuhanje i miješanje
Namirnice
Stavljanje mirodija
Med
Ocat
Sol
Sito
Mužar ili avan
Pasiranje
Stavljanje namirnica u staklenke
Zatvaranje staklenki

Odlaganje staklenki
Sirutka
Želiranje
Orijentacioni kalendar spravljanja slatke i slane zimnice
Koliko zimnice pripremiti
Odlaganje zimnice
Uputstva za spremanje zimnice, tj.:
O shranjenu zalihe,
Kompoti ili kuhano voće,
O ukuhavanju voća,
O sušenju voća i povrtelja,
O mirodijah.
Iz knjige *Nova zagrebačka kuharica,*
Marije Kumičić, četvrto izdanje 1900.
SLATKA ZIMNICA
KOMPOT
Pripravljanje šećerne otopine (sirupa)
Posude za kompot - „staklenke“
Priprema voća
Krečnica,
Blanširanje („pofuriti“, „popariti“)
Stavljanje voća u staklenku („patent boce“)
Zatvaranje staklenki
Pasterizacija
Čuvanje kompota
SLATKO
Izbor voća
Pribor za kuhanje i čuvanje slatkog
Šećerna otopina
Opće o kuhanju
Stavljanje slatkog u staklenke
UKUHANO VOĆE
Pravila za ukuhavanje voća
Ukuhavanje šećerne otopine i voća u stupnjevima
Pribor za kuhanje i čuvanje voće
Prokuhavanje voća (omekšavanje, „furenje“)
Šećerna otopina
Zamjena šećera medom
Kad je voće ukuhano
VOĆNI SOKOVI i VOĆNI SIRUP
Posude za čuvanje voćnih sokova
Pribor za pripremanje voća
Način gotovljenja
I način
II. način
III. način
IV. način
Sirup
MOŠT
VOĆNE DRHTALICE (hladetina, žele, pače, „sulc“) i VOĆNI SIR
Pribor za čuvanje drhtalica
Način gotovljenja
Drhtalica od jagodastih plodova u kojima se nalaze i cijele bobice
VOĆNI SIR
VOĆNA KAŠA
PEKMEZI
Izbor voća
Način gotovljenja pekmeza
Stavljanje kuhanog pekmeza u željene posude
MARMELADA
Način gotovljenja
Stavljanje u staklenke ili zemljane posude
Odlaganje
DRHTALICA – MARMELADA
DŽEM
Način pripremanja džema
PASTE
VOĆNE SMOKVE i VOĆNE KOBASICE
Pribor
Način gotovljenja
VOĆNE KOBASICE
UŠEĆERENO (KANDIRANO) VOĆE
VOĆNI NALIVCI
Voće s rumom
VOĆNA VINA i LIKERI
KUHANJE (špinanje) ŠEĆERA
Saharometar
1. stupanj: „široki tok“.
2. stupanj: „mali biser“
3. stupanj: „veliki biser“,
4. stupanj: „mali let“ ili „mali mjehurić
5. stupanj: „veliki let“ ili „veliki mjehur“
6. stupanj: „lom“.
7. stupanj: „karamel“
8. stupanj: „šećerna boja“(couler)
BADEMI
Slatko od prženih bajama
ZELENI BADEMI
Stari naputci spominju dva načina **slatkog** od zelenih badema
I način
II. način
BRESKVE

Dvije stare preporuke za **kompot**
I način
II. način
Tri stara načina pripremanja **slatkog** od bresaka
I način
II. način
III. način
Ukuhane breskve, prema starim naputcima, na tri načina
I način
II. način
III. način
Sirup od bresaka na stari način
Drhtalica od bresaka na stari način
Pekmez od vinogradarskih bresaka i šljiva
Marmelada od bresaka na stari način
Marmelada od vinogradarskih bresaka (breskve - kalanke ili durancije)
Džem od bresaka
Džem od vinogradarskih bresaka i šljiva
Pečeni džem
Džem od bresaka s maraskinom
Pasta od bresaka
Ušećerene breskve na stari način
Breskve s **rakijom** na stari način
Liker od breskvinih koštica
Sušene breskve
Konzerviranje cijelih bresaka u octu
BRUSNICE
Džem od brusnica bez šećera
DINJA
Slatko od dinje na stari način
Džem od dinja
Džem od dinja i jabuka
Ušećerena dinja na stari način
Dinja u **rakiji**
DUD (murva)
Sirup od duda
Sok od duda
Džem od duda
Marmelada od duda
Vino od duda
Liker od duda
Rakija od duda
DUNJA
(umak od dunja)
Dva stara naputka **kompota** za dunje
I način
II. način
Tri stara načina **slatkog** od dunja
I način
II. način
III. način
Slatko od dunja
Ukuhane dunje na stari način
Sok od dunja na stari način
Sirup od dunja na stari način
Drhtalica od dunja na stari način
Voćni sir od dunja (tunja) kotonjata (kotonjada, ćufter) - ili kitnikez (kitnikes), mustap, muster
Marmelada od dunja na šest starih načina
I način
II. način
III. način
IV: način
V. način
VI. način
Marmelada od dunja
Džem od dunja na stari način
Pasta od dunja
Kobasica od dunja
Ušećerene dunje na dva stara načina
I način
II. način
Liker od dunja na stari način
Slatko od dunja s medom
GROŽĐE
I način
Kompot od grožđa
Kompot od grožđa „muškata“
Dva naputka za **slatko** od grožđa na stari način
I. način
II. način
Sok od grožđa na dva stara načina
I način
II. način
Sirup od grožđa na stari način
Drhtalica od grožđa na stari način
Pekmez od grožđa na otočki način
Pekmez od grožđa
Marmelada od grožđa na stari način
Marmelada od grožđa i dunja
Džem od grožđa i jabuka
Grožđe u **rakiji** na stari način I.
Grožđe u **rakiji** na stari način II.
Liker od grožđa
Suho grožđe (grožđice)

Ocat od koma (tropa) grožđa
JABUKE
kompot na dva načina.
I. način
II. način
Ukuhane jabuke na dva stara načina
I način
II. način
Sok od jabuka na stari način
Sirup od jabuka na dva stara načina
I način
II. način
Drhtalice od jabuka na stari način
Pekmez od jabuka na stari način
Marmelada od jabuka na pet starih načina
I način
II. način
III. način
IV način
V. način
Džem od jabuka na stari način
Džem od jabuka i krušaka na stari način
Sirup od jabuka i kupina
Sušene jabuke
Jabučni „**sir“**
JAGODE
Kompot od jagoda na tri načina (stari naputci-recepti odnose se samo na vrtne jagode)
I. način
II. način
III. način
Slatko od jagoda na pet starih načina
I . način
II. način
III. način
IV: način
V. način
Ukuhane jagode na stari način
I. način
II. način
Sok od jagoda na četiri stara načina
I način
II. način
III. način
IV. način
Sirup od jagoda na tri stara načina
I način
II. način
III. način
Marmelada na stare načine
I način
II. način
III. način
IV. način
V. način
VI. način
VII. način
Džem od jagoda na stari način
Ušećerene jagode
Jagode u **rakiji**
Liker od jagoda na stari način
Vino od jagoda
KRUŠKE
I način
II. način
III. način
IV. način
V. način
VI. način
VII. način
Kompot od krušaka u vinskom octu (kvasini)
Ukuhane kruške na tri stara načina
I način
II. način
III. način
Sok od krušaka na stari način
Sirup od krušaka na stari način
Drhtalica od krušaka na stari način
Pekmez od krušaka na stari način
Pekmez od krušaka i jabuka na stari način
Marmelada od krušaka na dva stara načina
I. način
II. način
Džem od krušaka
Džem od krušaka i jabuka
Ušećerene kruške na dva stara načina
I način
II način
Kruške u **vinu**
Sušene kruške
med od krušaka
Ukiseljene kruške
LIMUN
Priprema **slatkog** na dva stara načina
I način
II. način
Sok od limuna na stari način

Džem od limuna
LUBENICA
Dva stara načina priprema **slatkog** od ljetnih i jesenskih lubenica
I. način
II. način
Slatko od lubenica
MALINA
Priprema **kompota** na tri stara načina
I. način
II. način
III. način
Slatko od malina, prema starim naputcima, priprema se na pet načina
I način
II. način
III. način
IV. način
V. način
Ukuhane maline na dva stara načina
I načni
II. način
Sok od malina na dva stara načina
I. način
II. način
Sirup od malina na pet starih načina (malinovac)
I način
II. način
III. način
IV. način
V. način
Drhtalica od malina na stari način
Marmelada od malina na tri stara načina
I način
II. način
III. način
Džem od malina i kupina na stari način
Ušećerene maline
Liker od malina na stari način
MANDARINA
Džem od mandarina s rumom
MARELICE
I način
II. način
III. način
IV. način
V. način
VI. način
Slatko od marelica prema starom naputku na pet načina
I način
II. način
III. način
IV. način
V. način
Ukuhane marelice na četiri stara načina
I. način
II. način
III. način
IV. način
Sirup od marelica na stari način
Drhtalice od marelica na stari način
Marmelada na pet starih načina
I. način
II. način
III. način
IV. način
V. način
Džem od marelica
Džem od marelica s „bademima“
Džem od marelica s narančinom sokom
Pekmez od marelica
Ušećerene marelice
Marelice u **rakiji** na stari način
MRKVA
slatko od mrkve
MUŠMULE
Marmelada od mušmula
Marmelada od mušmula i bajama
Kompot od mušmula
NAR
Sok od nara
Sirup od nara
Žele od nara
NARANČE
Stari naputak za **kompot** od naranči
Dva stara načina priprema **slatkog** od naranči
I način
II. način
Sok od naranče
Marmelada od naranče na tri stara načina
I način
II. način
III. način
Ušećerene kore naranči
OGROZD
Sok od ogrozda
Pekmez od ogrozda

Marmelada od ogrozda
Džem od ogrozda
OPUNCIJA
Marmelada od opuncije i jabuka
Marmelada od opuncije i dunje
ORASI
Zeleni orasi
Dva stara načina pripreme **kompota**
I. način
II. način
Slatko od zelenih oraha na dva stara načina
I način
II način
III. način
Ukuhani zeleni orasi na stari način
Džem od zelenih oraha
Orahovica
Orahovica koja se pripravlja na dan Sv. Antuna
Sirup od oraha
Liker od oraha na dva stara načina
I. način
II. način
OSKORUŠE
Marmelada od oskoruša**.**
Sušene oskoruše
RABARBARA (raved, ravent, ruved)
Džem od rabarbare
„REZINE“
Rezine na stari način
RIBIZLI
Tri stara načina pripreme **kompota**
I. način
II. način
III. način
Slatko od ribizla
Ukuhani bijeli ili crveni ribizli na stari načina
I način
Ukuhani crni ribizli na stari način
Sok od ribizla na tri stara načina
I. način
II. način
III. način
Sirup od ribizla na pet starih načina
I način
II. način
III. način
IV. način
V. način
Drhtalica od ribizla na stari način
Marmelada od ribizla na pet starih načina
I. način
II. način
III. način
IV. način
V. način
Džem od ribizla na stari način
Džem od crnog ribizla
Džem od crvenog i crnog ribizla
Ribizli i njegovo lišće u **rakiji** na stari način
Liker od crvenih ribizla na stari način
Liker od crnih ribizla na dva stara načina
I. način
II. način
SMOKVE
Slatko od smokava na dva stara načina
I. način
II. način
Zelene smokve
Pekmez od smokava
Pekmez od smokava
Marmelada od smokava bez šećera
Marmelada od smokava
Marmelada od suhih smokava
Džem od smokava I. način
Džem od smokava II. način
Džem od smokava s vinom
Salama od suhih smokava
Vino od smokava I. način
Vino od smokava II. način
Smokve s **rumom**
Smokov **liker**
ŠLJIVE
kompota od šljiva
I način:
II. način
III. način
IV. način
VI. način
VII. način
VIII. način
IX. način
X. način
XI. način
XII. način
XIII. način
XIV. način

Kompot od svježih šljiva
Kompot od suhih šljiva
Slatko od šljiva na tri načina
prema starim naputcima
I. način
II. način
III. način
Ukuhane šljive na stari način
Sirup od šljiva na dva stara načina
I. način
II. način
Drhtalice od šljiva na stari način
Pekmez od šljiva na stari način
Pekmez od šljiva
Miješani pekmez (od šljiva i jabuka)
Pekmez od šljiva i dunja
Marmelada od šljiva na
osam starih načina
I. način
II. način
III. način
IV. način
V. način
VI: način
VII. način
VIII. način
Marmelada od šljiva s octom
Marmelada od šljiva
Marmelada od šljiva i jabuka
Marmelada od šljiva, krušaka, bresaka i
dunja
Džem od šljiva
Džem od šljiva i bresaka
Sir od šljiva
Šljive u **rakiji** na stari način
Šljive u **vinu**
Ukuhane šljive za kolače
Ukuhane šljive za okruglice
Pirjane šljive za zimu
Sušene šljive
Liker od šljiva
TREŠNJA
Dva stara načina pripreme **kompota**
od trešanja
I. način
II. način
Slatko od trešanja na tri stara načina
I način
II. način
III. način
Slatko od trešanja
Ukuhane trešnje na stari način
Pekmez od trešanja
Marmelada od trešanja na
dva stara načina
I način
II. način
Džem od trešanja
Ušećerene trešnje
VINJIKE (ZERDELIJE)
Sok od vinjika
Sok od zrelih vinjika s rakijom
VIŠNJE
Četiri stara načina priprave
kompota od višanja
I. način
II. način
III. način
IV. način
Kompot od višanja
Dva stara naputka za **slatko** od višanja
I način
II. način
III. način
Stari naputci za **ukuhane** višnje
na četiri načina
I način
II. način
III. način
IV. način
Ukuhane višnje i sirup
Sok od višanja na stari način
Sirup od višanja na četiri stara načina
I način
II. način
III. način
IV. način
Drhtalice od višanja na stari način
Kaša od višanja
Pekmez od višanja na stari način
Marmelada od višanja na
četiri stara načina
I način
II. način
III. način
IV. način
Marmelada od višanja
Džem od višanja
Ušećerene višnje
Višnje u **rakiji** na četiri stara načina

I način
II. način
III. način
IV: način
Višnje u **rakiji**
Liker od višanja na dva stara načina
I. način
II. način
Liker od višanja
Višnje s **rumom**
Vino od višanja
RAZNO VOĆE
Kompot od miješanog sitnog voća
Razno voće u rakiji
U medu spremljeno voće
Marmelada od kupina i drenjina
LIŠĆE VINOVE LOZE
ZELENA RAJČICA
Pekmez od zelene rajčice
BOR
MASLAČAK
Marmelada od maslačka
Sirup od maslačka
Rakija od maslačka
ŠUMSKO VOĆE ili VOĆE iz ŠIPRAŽJA
BAGREM
Slatko od cvijeta bagrema
Uštipci s cvijetom bagrema
BAZGA (bazgovina, crna bazga, zova, zovika)
Drhtalica od bazginih bobica
Džem od bazginih bobica i jabuka.
Bazgino **vino**
Sirup od bazge
Medna kaša
Bazgin pekmez
Liker od bazginih bobica
ukiseljene bazgine bobice
Sok od bazge
BOROVNICA (brinje, kleka, venja, smrika, smrča)
Tri stara načina pripreme **kompota** od borovnica
I. način
II. način
III. način.
Drhtalica od borovnica na stari način
Džem od borovnice
Pekmez od borovnica
Borovnice s **vinom**
Rakija od borovnice
Liker od borovnice
Borovnice s **maraskinom**
Vino od borovnice
BREKINJA
Starinski liker od brekinja
Vino od brekinja
ČIČIMAK (žižola)
Džem od **čičimaka**
Marmelada od žižula
Rakija od žižula I. način
Rakija od žižula II. način
DREN (drijenak, drenjina)
Slatko od drena na stari način
Slatko od drena
Drenak ukuhan u **pari**
Zreli drenak i šećer
Pekmez od drenka
Marmelada od drenka
Džem od drenka
sok od drijenka
rakija od drijenka
GLOGINJE
Drhtalica od gloginja
JAGODE ŠUMSKE
Stari načini pripreme **slatkog**
Dva stara načina pripremanja **ukuhanih** jagode
I način
II. način
Sirup na stari način
Drhtalica od jagoda na stari način
Marmelada od jagoda na stari način
Sirova **marmelada** od jagoda
Džem od jagoda
Piće od šumskih jagoda
Sladoled od šumskih jagoda
KUPINE
Najčešća tri, stara, načina pripreme **kompota**
I način
II. način
III. način
Kompot od kupina
Tri stara načina **slatkog** od kupina
I način
II. način
III. način
Slatko od kupina

Ukuhane kupine na tri stara načina
I način
II. način
III. način
Sok od kupina na tri stara načina
I način
II. način
III. način
Sirup od kupina na dva stara načina
I način
II. način
Drhtalica od kupina na stari način
Marmelada od kupina na stari način
Marmelada od kupina i jabuka
Džem od kupina
Džem od kupina, bresaka i krušaka
Marmelada od kupina
Sok od kupina
Liker od kupina na stari način
Vino od kupina
Vino od kupina (u podrumarstvu)
DIVLJE JABUKE, KRUŠKE i TREŠNJE
Ocat od divljih jabuka
Kruške
Trešnje
Pekmez od divljih trešanja
Kompot od divljih trešanja
Kandirane divlje trešnje
MAGINJA (PLANIKA)
Marmelada od maginja na I. način
Marmelada od maginje na II. način
Voćni sir od **maginja**
Rakija od **maginja**
MUKINJA (muk, mukovnica)
Voćni sir od mukinja
Ocat od mukinja
ŠIPAK (ŠEPURIKA)
Drhtalica od šipka na stari način
Pekmez od šipka
Marmelada od šipka
Liker od šipka
TRNINA (trnjina, crni trn,
divlja šljiva, grmulja)
Sirup od trnjina
Liker od trnjine
SUŠENO VOĆE
Kompot od suhoga voća
„ŠUMSKI“ BILJNI NAPITCI
Musa
Brezin sok
Sok od smreke
Napitak od izbojaka četinara
Sok od limuna i lipovog cvijeta
MALA SLATKA JELA OD VOĆA
BAZGA
Bazgin popečak
Bazgin cvijet
DUD
Kolač od duda
DUNJA
Nadjevene dunje
Dunje s medom
Savijača od dunja
JABUKA
Pečene jabuke
Zapečene jabuke
Jabuke u „šlafroku“
Okruglice od jabuka I. način
Okruglice od jabuka II način
KRUŠKA
Pečene kruške
SMOKVA
Suhe smokve pečene
Smokve s bademima
Smokve s konjakom
Zapečeni „sendvič“ sa smokvama
Umak od smokava
ŠLJIVA
Pržene šljive
Kolač sa šljivama
Knedli (okruglice) sa šljivama
TREŠNJE
Kolač od trešanja
VIŠNJA
Savijača od višanja
SUHO VOĆE
SLANA ZIMNICA
Ukuhano **povrće**
Presolac
Kuhanje u pari (pasterizacija)
Ukiseljeno **povrće**
Začini i mirodije(mirisne trave)
Usoljeno povrće
Sušenje zelenog povrća
Turšija
Starinska turšija na I. način
Starinska turšija na II. način
ARTIČOKE
ukuhane artičoke
BOB

CELER
celer za salatu
celer sa začinima
celerova sol
CIKLA ili CRVENA REPA
ukuhana
u octu
sušena cikla
CVJETAČA
Ukuhana
DRAGOLJUB
ukiseljeni dragoljub
FEFERONI
feferoni **u octu**
GLJIVE
ukuhane
u soli
gljive **u octu**, na stari način
u octu
u slanoj vodi, na stari način
u ulju
ukiseljene lisičarke
ajvar od gljiva
začinski umak od gljiva
sušene gljive
GRAH
mahune graha **ukuhane**
mahune graha **u soli**
sušeni mladi grah
mladi grah ili bob **u ulju**
GRAŠAK
ukuhan
grašak u slanoj otopini
grašak sa šećerom
HREN
salata s hrenom
KAPARI
kapari **u octu**
usoljeni kapari
KORABICA
korabica s lišćem
KRASTAVCI
u octu na stari način
ukuhani na stari način
u soli, na stari način
krastavci u sirutki, na stari način
ukiseljeni kornišoni
krastavci u slanoj vodi, na stari način
ukiseljeni krastavci na stari način
prijesni krastavci za salatu, na stari način
rezani krastavci u octu, na stari način
krastavci za zimu, na stari način
kiseli krastavci **s lučicama**
krastavci s mirisavim začinima
KUKURUZ
kukuruz za zimu
KUPUS
kiseli kupus
dobro ukiseljen kupus
kiseljenje kupusa
Ribani kupus
Kupus u glavicama
Kiseljenje ribanog kupusa i kupusa u glavicama
Brzo kiseljenje kupusa
Kiseli kupus s mrkvom i zelenom rajčicom (paradajzom)
Smrzavanje kupusa
Hladna juha od rasola
LUČICE
lučice u octu
marinirane lučice
LUK
ukiseljeni luk
mladi luk **u octu**
LJUTIKA
MAHUNE
u octu, na stari način
mahune **za prilog,** na stari način
mahune u glinenom loncu
sušene mahune
MASLINE
zelene masline **u octu,**
na stari način zelene masline **u salamuri,**
na stari način masline **u soli**
crne masline
suho usoljene
mokro usoljene
sušenje
masline u moru
učinjene masline
stari način pripremanja maslina za jelo konzerviranjem – tečene masline
MRKVA
marinirana mrkva
salata od mrkve
mrkva u slanoj vodi, na stari način
mrkva **u octu**
PAPRIKE

pržene ljute papričice
pečene paprike na stari način
pečene paprike za zimu, na stari način
pržene paprike, na stari način
paprike pržene na ulju
kuhane paprike za zimu, na stari način
pečene paprike u octu
paprika u mlijeku
paprika i sir u sirutki
paprike u octu, na stari način
paprike za nadijevanje, na stari način
paprike u ulju, na stari način
paprike sa začinima u ulju, na stari način
sušene paprike za nadijevanje, na stari način
paprika nadjevena kupusom, na stari način
ljuta salata s rajčicom (paradajzom)
paprike za salatu na stari način
paradajz-paprika u umaku na stari način
crvena babura kao začin (stari naputak)
paprika i rajčica za đuveč, na stari način
pikantan crveni ajvar na stari način
ajvar (uparen)
osušena i samljevena paprika – začin
Filana paprika (nadjevena paprika, punjena paprika)
paprike za filanje, punjenje
PATLIĐAN (balancan)
zeleni patliđan u octu na stari način
zeleni patliđan za nadijevanje na stari način
RAJČICE
mljevena rajčica na stari način
marinirane rajčice
rajčica u octu
rajčica u ulju
rajčica u rasolu
cijele rajčice u soku od rajčice
rajčica ukuhana
rajčica u soli
cijele rajčice u slanoj vodi
zelena rajčica s hrenom
sok od rajčica
cijele rajčice u slanoj vodi
rajčica za čorbu ili đuveč (sušena rajčica)
patliđan (balancan) i rajčica za đuveč
domaći kečap (ketchup)
stari način kuhanja rajčice
brzi način kuhanja rajčice
pekmez od rajčice
konzerviranje rajčica bez kuhanja
REPA
Kisela repa
Kisela repa s kominama
ROTKVICA
ukiseljena rotkvica
ŠPAROGA
ukuhana
ŠPINAT
ukuhan
TIKVICE
tikvice u octu
VRGANJI **u octu**
Ukiseljeni vrganji
ĐUVEČ
Đuveč od raznog povrća
ZAČINSKO BILJE
usoljena miješana zelen
usoljeni peršin s lišćem
sušeni zeleni peršin i celer
zimska zaliha začina za juhu
sušeno povrće za juhu, na stari način
kopar za zimu
kopar u octu
mažuran i bosiljak u ulju
listovi matara u octu
MIJEŠANA SALATA u OCTU
Miješana „sitna“ salata
Ljuto povrće
Salata od kupusa i rajčice
Trobojna salata
ULAGANJE JAJA
DOMAĆE KONZERVIRANE SRDELE
DOMAĆE KONZERVIRANE GERE
M J E Š A V I N E za Z A Č I N J A N J E
Ocat (kvasina)
Mirišljivi, aromatizirani, ocat
Kako napraviti ocat
Ocat s lukom
Ocat sa češnjakom
Ljuti ocat (ocat s hrenom)
Ocat s metvicom
Ocat sa začinskim travama - I način
Ocat s celerom i bazgom
Ocat od bazginih cvatova
Ocat od bazginih bobica
Ocat s kozalcem
Ocat s majčinom dušicom
Ocat s matičnjakom (melisa, pitoma

metvica, pčelinja metvica)
Jabučni ocat
Mirišljivo ulje za zimu – I. način
Mirišljivo ulje – II. način
Mirišljivo ulje – III. način
Senf u domaćoj izradi
O autoru
Literatura

Sadržaj po abecedi:

A

- Abaraška užina
- Abšmalcane (apšmalzane) mahune
- Afrodizijaci mora
- Ajngemahtes (ujušak, umokac)
- Ajnpren juha (Prežgana juha)
- Ajvar od gljiva
- *Aliter Dulcia (vrsta deserta)*
- Alkohol (za zimnicu)
- Alkoholno vrenje
- Alva
- Allex
- Amrita
- Angelika
- Anis
-Antun Nemčić Gotovinski – „Putositnice“
- Arambašići (Harambašići)
- Arancini (Orancini; ušećerene naranče)
- Aromatična rakija od marelica (kajsijevača) kako je prave u okolici Đakova
- Aromatična pečenica
- Aromatski ocat (ocat od začinskih biljaka i začinski ocat)
- Artičoka
- Artičoke (zimnica)
- Artičoke na dalmatinski način
- Artičoke, bob, grašak (biži) i janjetina
- Artičoke s bobom na viški način
- Artičoke s graškom i bobom
- Artičoki primorski
- Artičoki i biži (grašak)
- Artičoki od krumpira. (Falsche Fondi)
- Autohtone sorte vina - naš ponos

B

- Babenička juha
- Babina kotonjada
- Babogredska pogača
- Babuška po Dunavski
- Badnja večer Međimurja i Podravine
- Bačin prevrt (palačinke)
- Bagrem (zimnica)
- Bajadera - hrvatski proizvod
- Bajami u cukru (bademi u šećeru - *bruštulani bajami ili mjendule*)
- *bakalar*
- Bakalar na bijelo – žbačeni bakalar
- Bakalar na brodet
- Bakalar na starinski način
- Bakalar po domaćem (*bakalar zi kumpiron*)
- Bakalar s ribanim ovčjim sirom
- Bakalar dalmatinskih otoka (bakalar s dračom; *Splitski bakalar*)
- Bakalar kuhan na mornarski
- Bakalar na benediktinski način
- Bakalar na gulaš – bakalar po kostrenski
- Bakalar na hvarski način
- Bakalar na kardinalski način
- Bakalar s posuticama
- Bakalar sa slanim srdelama
- Bakarska torta
- Bakarska vodica
- Bakina popara
- Bakina zlevanka (Razlijevak – „Pakračka brda“)
- Balančane u teći
- Banatski kukuruzni kruh punjen ribom
- BANIJA i KORDUN
- Banija (Banovina)
- Banijska cicvara (Belmuž)
- Banijska kobasica
- Banijske loptice iz zemljane posude
- Banijski bijeli žganci
- Banijski žuti žganjci (žganci)
- Baranjska mućenica (zlevanka)
- Baranjska salama
- Baranjska savijača – šećeruša (kolač od šećerne repe)
- Baranjski kotlić (lonac)
- Baranjski krumpir-paprikaš
- Baranjski lonac s kiselim kupusom
- Baranjski rezanci s okruglicama u umaku
- Baranjski ili Somborski sir
- Baranjski složenac
- Barica
- Basa (sir)
- Baškot s maslinama
- Baškotin
- Batuda (Crikvenička batuda; Primorski lonac)
- Bazga (zimnica)
- Bazgin popečak
- Bazlamača od krumpira
- Bazlamača s mljevenom ribom
- Bazlamača s orasima
- Bazlamača sa sirom
- Bećarska guska
- Bečarska večera

- Bećarski „paprikaš“
- Bedrenika
- „Bela juha“
- Bela maneštra (maneštra od riže i krumpira)
- Bela nedeja – svečanost mladog vina – održava se prve nedjelje u listopadu
- Belaši I. inačica
- Belaši II. inačica
- Belava
- Beli žganci na Moslavački način
- Beljski odrezak
- Benkovačka vara
- Benkovački prisnac
- Berba
- Berba (Banija)
- Bermet
  Postupak
  Naputak I.
  Naputak II.
  Naputak III.
  Naputak IV.
  Grožđe u bermetu
- Beročika
- Bevanda, toverna i kita
- Bezimeno jelo, koje se radilo na laganoj vatri – jelo se „krčkalo“.
- Bezmesna gulaš juha
- Biba
- Bidra
- Bijela čorba
- Bijela juha
- Bijela juha s lukom
- Bijela kava od žita
- Bijela maneštra (Maneštra sa slanutkom)
- Bijela pita
- Bijele ćurke
- Bijeli bubrezi (osnovni naputak/recept)
- Bijeli bubrezi od bika
- Bijeli bubrezi bika ili vepra
- Bijeli bubrezi ovna
- Bijeli bubrezi svinje u vinu
- Bijeli bubrezi na maslacu
- Bijeli bubrezi na zagrebački način
- Bijeli bubrezi na žaru
- Bijeli bubrezi s jajima
- Bijeli bubrezi s lisičarkama
- Bijeli bubrezi s pečurkama
- Bijeli bubrezi s projom
- Bijeli bubrezi s vrganjima
- Bijeli bubrezi sa iznutricom na žaru
- Bijeli bubrezi u crnom vinu
- Bijeli bubrezi u rakiji od koma/tropa (komovica, tropica)
- Bijeli meki slani sir
- Bijeli smok
- Bijeli „štrudel“ od skute
- Bijeli žganci
- Bijeli žganci (kačamak, palenta, pura)
- Bijeli žganci (Škubanky)
- Bijelo zlato – *Cum grano salis* – sa zrncem soli
- *Bili rišot* (rižot) od sipe ili lignje i kozice
- Bilogorska cicvara
- Bilogorska pita od kukuruznog brašna
- Bilogorske kukuruzne palačinke sa sirom
- Bilogorski kukuruzni žganci
- Bilogorski sir
- Biokovski lonac
- Biokovski puževi
- Biokovsko selo – Vrdola
  Pietro (Petar) Nutrizio Grisogono (Trogir 1748.-1823.), obiteljskog imena – Babić napisao je knjigu: Riflessioni sopra lo stato presente della Dalmazia. Opera economico-politica etc. Firenca, 1775.
-Biranje „kraljeva ili knezova, ili dužda“ („dose“) u Dalmaciji
- **Biser tradicionalnog kulinarstva: OLITA - mesna kobasica sa sirom**
- Biska (rakija od listova imele)
- Biskupija Đakovo
- Bistra juha od šparoga
- Bistranga na tokajzkom vinu
- Bistranske kobasice (Bistra mjesto u Hrvatskom Zagorju)
- Biokovska peka
- Bizovačko varivo od povrća
- Bjelovarska kukuruzna kaša
- Bjelovarska proja
- Bjelovarski vrtanj
- Blagdani vinogradara
- Blanširanje
- Blanširanje („pofuriti“, „popariti“- zimnica)
- „Blažena vremena u Zagrebu“ (Dragutin Hirz – Stari Zagreb)
- Blitva
- Blitva i kopriva na padelu
- Blitva pod uljem

- Blitva s bobom
- Blitva s krumpirom na lešo
- Blitva s rajčicom i krumpirom
- Blitva sa sirom
- Blitvenjak
- Bljušt
- Bob (zimnica)
- Bob (Lika)
- Bob (Banija i Kordun)
- Bob, krumpir i lazanje (rezanci)
- Bob i blitva
- Bob i pasta na kaštradini
- Bob s blitvom
- Bob s pancetom
- Bob sa patlidžanima
- Bob s paštom
- Bob sa sipom
- Bob u umaku
- Bob u mlijeku
- Bobići
- Bobići (Fave; *fave dei morti* ili *fave dei santi*)
- Bodalj
- Bodulski presnac
- „Bogata“ pita
- Bola od bresaka
- Bolski cviti (cviti su tradicionalni bračkisvadbeni kolač)
- Bor (zimnica)
- Borovnica (zimnica)
- Borovnice s prženim žemljama
- Bosiljak
- Bošpor
- Božić starog Dubrovnika
- Božićna pletenica(i Uskrsna pletenica)
- **Božićni blagdani.**
  a) Vrhgorsko-imotska Krajina.
  Priopćio I. Ujević.
  b) Hlebine u Hrvatskoj.
  Priopćio dr. M. Medjumurac.
  c) Bilješke iz raznih krajeva.
  Priopćili M.Zorić, I. Milčetić.
- Božićni kačamak (Obični kačamak)
- Božićni kolač s medom
- Božićni kruh s maslinama
- Božićni mlinci
- Božićni običaji:
  Dalmatinska zagora
  Sinjska krajina
  Poljica
  Dalmacija
  Zadar
  Običaji Šibenika i Primoštena
- Božićni nadjev (vidi: Nadjevena kokoš)
- Božićni verzot
- Božikovina
- Bračka janjetina
- Bračka juha
- Bračka pašticada
- Bračke fritule
- Bračke škanjate
- Brački kolač od suhog voća
- Brački puževi (pojari)
- Brački sir
- Brancin s artičokama
- Brašnena kobasica (kukuružnjača, brašnjača)
- Brašno i sočivo
- Brašnjeni puževi
- Braveća i janjeća iznutrica
- Bregovska pita iz Koprivničkih Brega
- Brekinja
- Breskve (zimnica)
- Breskve s medom
- Brezin sok
- Brežanski zapešt
- Brden
- Bribirski prisnac
- Brodet
  „Slijepi brodet“
  „Brudet od kamena“
- Brodet bokeljski
- Brodet komiški
- Brodet na poprženom kruhu
- Brodet na puntarski način
- Brodet na šibenski način
- Brodet od grdobine
- Brodet (brujet) od grdobine – Kornatski brujet
- Brodet od jegulja s palentom
- Brodet od kosmelja
- Brodet od krumpira
- Brodet od mrkača
- Brodet od murine
- Brodet od periske
- Brodet od sipa i liganja (stari ribarski naputak)
- Brodet od skuša
- Brodet od slanih srdela
- Brodet od srdelica

- Brodet od sušene hobotnice
- Brodet od sušene raže
- Brodet od ugora (naputak iz mjesta Vrana, na Vranskom jezeru)
- Brodet od ugora na viški način (jelo uz Božićni verzot - Božićni kelj)
- *tajne brudetića od srdela*
- Brokula
- Broskva
- Broskva na padelu
- Brza torta
- Brzi popečci od boba i špinata
- Brudet od hobotnice
- Brudet od bakalara
- Brudet od jastoga
- Brudet od kozica
- Brudet od papalina, inćuna i srdelica
- Brudet od raka muleka
- Brudet od sipa i rakovica
- Brudet od sušene jegulje
- Brudet na kornatski način
- Brudit s palentun na selački
- *brujet (brudet, brodet) ala peškadoro*
- Brujet na mornarski
- Brujet s pašta fažolom
- Brula
- Brusnice (zimnica)
- Brusnik
- „Brušketa“
- Bruštulani mjenduli
- Bubice (pogačice) od hobotnice na Kornatski način
- Bublice - loptice
- Bubrezi
- Bucolaj
- Buće (cuketi) s pomidorima
- Buće na ulju
- Buće uložene u octu i šećeru
- Buće u soku od grožđa
- Buće za zimu
- Bućine (papaline) na pome
- Bućino ulje
- Bućino ulje – zanemaren „crni“ nacionalni specijalitet
- Bučnica
- Bučnica (slana: zagorska; slatke: međimurska, podravska, turopoljska, pokupska, bunjevačka)
- Bučnica Moslavačka
- Budel (Goranski nadjev; Lokvarsko nadelo)
- Buhte sa sirom
- Buhtli s pekmezom
- Bukovače na dalmatinski način
- BUKOVICA i RAVNI KOTARI (DALMATINSKA ZAGORA)
  Alberto Fortis, *Viaggio in Dalmazia* 1774., „Put po Dalmaciji“. Dio koji se odnosi na njegovo putovanje i istraživanje toka rijeke Krke.
- Buncek na samoborski način
- Buncek s borovnicama
- Bundeva (buća, cuka, dumblek, ..)
- Bunjevačka masna lepanja
- Bunjevačka pogača sa sirom
- Bunjevačka prazna pogača
- Bunjevačka suva pogača
- Bunjevačka svinjska đigerica s lukom (svinjska jetrica s lukom)
- Bunjevačke pirjane iznutrice
- Bunjevački kruv
- Bunjevački listići (listarići)
- Bunjevački lakumić (mali pleteni kolač)
- TILURIUM i BURNUM – prehrana legija
- But divlje svinje u lovačkom umaku
- Butalac
- Buzara od dagnji
- Buzara od rakova i školjki
- Buzara od rakovice

C

- Cancarele
- Carski presnac
- Carsko meso
- Cassato (kasato) sladoled
- *cavtatska marenda*
- Cecelj šumski
- Celer (zimnica)
- celer sa začinima
- celer za salatu
- Celerova sol
- Cernički ćupteti (Cernik, mjesto u Slavoniji)
- Cetinska „džigerica“
- Cicmara*
- Cicvara
- Cicmara s kukuruznom krupicom
- Cicmara s pšeničnim brašnom
- Cicvara iz Polače
- Ciganski odresci od mesa divljači

- Cike (zapečeni rezanci s kajmakom)
- Cikla
- Cikla ili crvena repa (zimnica)
- Cipli na roštilju
- Cisterciti (bijeli monasi), dominikanci, franjevci, pavlini i templari
- Coca cola sa sladoledom
- Cocktail od maruna I. način
- Cocktail od maruna II. način
- Creski naputak za zvacet
- Creski sir (sir otoka Cresa i Lošinja)
- Cresko-lošinjska mantala
- Crevara
- Crijevca na roštilju
- Crikvenička pogača od slanih srdela
- Cripnja
- Crkva od Gospe
- Crna slavonska svinja
- Crna pašta
- Crni orzo (sipa sa ječmom – „rižoto od ječma“)
- Crni rižot
- Crni rižoto od lignji
- Crni rižoto od sipica
(Crni orzo sa sipom)
- Crni „štrudel“ od skute
- Crno zele i palenta
- Crnoluški želudac - Budel (Goranski nadjev)
- Crococktail (Maraskino)
- Crveno zelje
- Cukerančići
- *Cum grano salis* - sa zrnom soli – Bijelo zlato
- Cvatovi barice s maslinovim uljem
- Cvetlinska gibanica
- Cvibak
- Cviti – prhki kolačići za pir (svadbu)
- Cvjetača (zimnica)

Č

- Čaj od listova kestena
- Čakovečke „hrenovke“
- Čazmanski odrezak s valjušcima od krumpira
- Čehulja
- Čekičanje
- Čepurki s jajima (pečurke s jajima)
- Česmina
- Češki dizani kolač sa šljivama
- Češnjovke sa samoborskom muštardom
- Čičimak
- Čičvarda (slanutak)
- Čikovi
- Čimbur
- Čipi-čapi (iznutrica od škopca)
- Čobanac od divljači
- Čobanac od janjetine
- Čobanac od veprovine
- Čobanski/pastirski ražnjići
- Čokalice
- Čokoladna torta s maraskinom
- Čoravi paprikaš
- Čorba od divlje patke u kvaši
- Čorba od gusje krvi
- Čorba od iznutrica divljači
- Čorba od kestena
- Čorba kiselica
- Čorba od hrena
- Čorba od kopra
- Čorba od kopriva
- Čorba od mesa divljači s gljivama
- Čubar
- Čupava torta
- Čurke s pirjanim zeljem
- „Čušpajz“ od prisada
- Čuvanje goveđeg mesa
- Čuvanje kompota
- Čuvanje pokojnika - Karmine
- Čvarci na „saft“
- Čvarci za zalijevanje
- Cvrkana palenta

Ć

- Ćevapčići
- Ćićski sir (Ćićarija bregovit dio oko Učke)
- Ćoravi paprikaš
- Ćoćka (Krompir sa kiselim mlijekom)
- Ćućka (pašta-fažol)
- Ćupter – mantala na pelješki način
- Ćupter od planike (maginje)
- Ćukter

D

- Dagnje na mornarski
- Dagnje po siromaški
- Dagnje s krumpirom
- Daiquiri
- Dalmatinska domaća moštarda – *domaća muštarda*
- Dalmatinska kokoš
- Dalmatinska pašticada

- Dalmatinska pita
- Dalmatinska sirnica (pogača)
- Dalmatinska zagora
- Dalmatinske kulenice-krvavice
- Dalmatinski kumpet (kumfet)
- Dalmatinski liker
- Dalmatinski medenjaci
- „Dalmatinski sendvič“
- Dalmatinski sirni pinci
- Dalmatinski Božićni puran s aromatičnim biljem
- Dalmatinski nadjeveni želudac (tištenica)
- Daruvarska kukuruzna zlevanka
- Daruvarske pogačice od kukuruznog brašna
- Dedele
- Delnički pir
- Dereš
- Deset zlatnih pravila o pivu
- Destilacija (pečenje) komine
- Digani štruklji
- Digana zljevanka s orasima
- Dimljena crijeva u umaku
- Dimljena jegulja s jajima
- Dimljena riba
- Dimljena hobotnica
- Dimljena leđna slanina
- Dimljene kožice
- Dimljeni sir
- Dimljeni suhi jezik u umaku od hrena
- Dimljeni šaran s krumpirom
- Dimljeni tvrdi lički sir
- Dimljena gusetina
- Dimljena štuka
- Dimljeni šaran
- Dimljenje i sušenje
- Dimljenje butova
- Dimljenje janjeće tripice (želuca) i crijeva
- Dinarska palenta krumpirača
- Dinstani – „temfani“ (pirjani) grah II. varijanta
„Dinstani” grah III. varijanta
- „Dinstano“(pirjano) kiselo zelje
- „Dinstani“ jež
- Dinja (zimnica)
- Dinja s voćem
- Dinja sa sladoledom
- Dioklecijanova pogača
- Diploma – „Krapinski vandrček“
- Diplomatske palačinke
- Divlja patka na ražnju I. način
- Divlja patka na ražnju II. način
- Divlja riga s grahom i jajima
- Divljač u kotliću
- Divlje jabuke, kruške i trešnje (zimnica)
- Divlje povrće
- Divlje zelje
- Divlji bosiljak
vidi: Povrće
- DIVLJI DJEČAK, XII poglavlje – Što se događa, kad se vjeruje u sudbinu alkohola (opis pečenja rakije - kao uzrok žalosnog događaja)
- Divlji kunić na ražnju
- Divlji kupus II.
- Divlji kvasac
- Divlji luk
- Divlji plodovi
- Divlji poriluk
- Divlji zec s kiselim zeljem i žgancima
- Dizana zlevanjka
- Dizani kolač - Buhtl, Buftl, Sače
- Djeteljnjak
- Dobra sirovina – dobra rakija
- Dobrinjski makaruni („makaruni na četiri kantuni“)
- Dobro vino iz dobre bačve
- Dodatci za varenik
- Dolče garbo
- Domaća bijela kobasica
- Domaća greblica
- Domaća bijela kobasica iz Brčevca (Vrbovec)
- Domaća jetrena kobasica
- Domaća juha od sušene guske
- Domaća kaštradina
- Domaća lignja nadjevena marunom, pršutom i škampima
- Domaća ljuta kobasica
- Domaća mortadela
- Domaća pileća juha
- Domaća slačica (gorušica, senf)
- Domaća slaninska kobasica
- Domaća „vegeta“
- Domaće češnjovke (*Purgerski cušpajz*)
- Domaće dimljene šunke i pršuti
- Domaće kolinjsko zelje
- Domaće konzervirane srdele (zimnica)
- DOMAĆE KONZERVIRANE GIRE –

(zimnica)
- Domaće krpice s jajima
- Domaće tlačenice („prezvuršt“, „švargle“)
- Domaći goveđi sudžuk
- Domaći gvirc
- Domaći karamel
- Domaći keksi s maslacem (putrom)
- Domaći kiseli kupus
- Domaći kozji trapist
- Domaći kravlji sir (Split)
- Domaći kravlji sir - „bakin sir”
- Domaći kruh
- Domaći kruh ispod peke
- Domaći liker od šljiva
- Domaći medni šampanjac
- Domaći ovčji sir (tvrdi)
- Domaći rezanci (temeljni naputak)
- Domaći rezanci s kaduljom
- Domaći rezanci s orasima
- Domaći sapun
(Sapun od mrsa (mesni ostaci), Sapun od kostiju)
- Domaći sataraš
- „Domaći sendvič“
- Domaći slani štapići
- Domaći šećer
- Domaći valjušci od heljde i krumpira sa slaninom i maldim lukom
- Domaći valjušci sa sipom i bobom
- Doslađivanje (vina)
- Drača
- Dragoljub (zimnica)
- Dravska štuka
- Drobljenac od kukuruznog brašna
- Dravska guska
- Dren
- Dren (zimnica)
- Drenovačka cicvara
- Drob
- Drobilica
- Drhtalica - marmelada (zimnica)
- Drhtalice od jagodastih plodova u kojima se nalaze i cijele bobice
- Drniški grah
- Dropčići
- Drucani - tenfani krumpir
- DRUGI O NAMA
- Drugo pismo: Primorski dio Morlačke gore, Lika i otok Pag
- Društvo i čudaci u Dalmaciji u djelu Ide von Düringsfeld
(Iz: Aus Dalmatien, Prag, 1857.)
- Družinski kolač
- Drvene jaslice na Košljunu (otok Krk)
- Dubički sudžuk
- Dubrovačka pašticada
- Dubrovačka pazija
- Dubrovačka rožata
- Dubrovačka salata
- Dubrovačka salsa za govedinu
- Dubrovačka salsa za tjesteninu
- Dubrovačka torta
- Dubrovačka torta od mjendula i naranača
- Dubrovačka torta s orasima
- Dubrovačke popriguše
- Dubrovački božićni kruh s maslinama
- Dubrovnik
- Dubrovnik, 3. kolovoz 1811.
- Dubrovnik, 5. kolovoz 1811.
- DUD (zimnica)
- Dukati, cekini
- Dunavska pita zeljanica
- DUNJA (zimnica)
(umak od dunja)
- Dunje s medom
- Dupčac
- *dve ricete za tunu*
- Dvije kulinarske manekenke - **Jelica** i **Zdenka,** dva brenda
- Dvopek s bademima
- Dvor hrvatskih vladara i uređenje života
- Dželadija (žaladija, hladetina)

DŽ

- Džem (zimnica)
- Džem od čičimaka
- Džem od duda
- Džem od kestena
- Džem od ogrozda

Đ

- Đakovačka kobasica
- Đurđevačke kukuruzne pogačice s čvarcima
- Đurđevačke kukuruzne prge*
- Đurđevači srneći hrbat
- Đuveč (zimnica)
- „Đuveđ“- I. način
- „Đuveđ“- II. način
- „Đuveđ“ od povrća
- „Đuveđ“ od krumpira

- „Đuveđ“ od somovine

E

- Eko-ulje
- Esterifikacija
- Estragon

F

- Fanjki
- Fanjki od dizanog tijesta
- Faširanci s krumpir salatom
- Fašnik (Banija)
- Fazan na „Istarski način“
- Fazan na „Moslavački način“
- Fazan na ražnju I. način
- Fazan na ražnju II. način
- Fazan na roštilju
- Fazan na tingul
- Fazan ispod cripnje (peke)
- Fažoleti s krumpirom
- Feferoni (zimnica)
- Fešta od presnaci
- Fijaker gulaš
- *Filana* paprika (nadjevena paprika, punjena paprika)
- Fileki (špek fileki; fileki sa slaninom) (Pohani fileki)
- Fileti gofa s rižotom od motara
- Fileti škrpine s motarom (matarom) i kozicama
- Fini kolednik
- Fiš paprikaš
- „Fišter krafli“
- Fjoki (*Tijesto za fjoke)*
- Fjoki sa ribom i cukinima (mašnice s ribom i tikvicama)
- Flute
- „Frančeskina lešada“
- Frankapanska torta (Frankopan-Torte).
- 10. travnja 1875. godine točno u 11 sati uplovio austrijski car **Franjo Josip** carskom jahtom „Miramar“ u Zadarski kanal
- Fratarski štrukli
- Frigana jegulja
- Frigane masline
- „frigane masline“
- Frigane papaline
- Friška repa z fažolom
- „Fritaja“
- Fritaja (cvrtje, razmućena jaja)
- Fritaja od guba (gljiva)
- Fritaja od domaćih joj i sip
- Fritaja od klica mladog češnjaka
- Fritaja od divljih šparoga
- Fritaja od leprine
- Fritaja od šeljina
- Fritaja s bljuštom
- Fritaja s divljim radičem
- Fritaja s koprivom
- Fritaja s mladim lukom
- Fritaja s pužima
- Fritaja s tartufima
- Fritule (ili prikle)
- Fritule od slane ribe
- Fritule s kukuruznim brašnom
- Frituli s vrhnjem
- Frkanci
- Frmentjača
- Fuži s junećim gulašom (Istarski njoki; Pljukanci; Bijeli žganci; Rezanci od heljde)
- Fuži s morskim ježevima
- Fuži s tartufima
- Fuži s pršutom

G

- Gacka, Lika i Krbava u očima putopisaca
- Gacki čerimoš (divlji češnjak)
- Gacki trenci (treniši)
- Gambaloci (okruglice) od kalampera
- Garešnička svinjska koljenica s mladim kukuruzom
- Garum
- Gašprec
- Gavuni na kornatski način
- Geruš
- Geteršpajz
- Gdje se kada jede? (Krale)
- Geruš (piće)
- Gibančići
- Gibanica
- Gibanica od bundevinih koštica
- Gibanica od kruha
- Gibanica od starog kruha (drugi nazivi – žemljača, siromašni vez)
- Gibanica s tikvama i makom
- Gibunjica iz Bednje
- Gira i bukve „ispod kamika“
- Glazirani čičimak (žižula)
- Glaziranje, vidi: Glazirani čičimak
- Gloginje (zimnica)

- Složanski presnac
- Glupaš- grah na kiselo
- Gljive (zimnica)
- Gljive na roštilju
- Gnijezdo - Pletena crijevca (pletenice)
- Gnude
- Gnjecavi grah
- Gof na lastovski način (izvorno: *gof na picajolu*)
- Gof s pršutom i ružmarinom
- Gof u vinu
- Golupčići
- Golubovi na ražnju
- Goranska maneštra
- Goranska zaseka
- Goranske kobasice
- Goranske krvavice
- Goransko nadjeveno pile
- Gorička pinca
- Gornjozagonski friti
- Gorušica bijela (bijela slačica, muštarda, senf, slačica)
- Gorušica crna (crna slačica, muštarda, senf)
- Gosparski* kolač sa suhim voćem
- Gostioničari i pivo (*Statut za zagrebačke ugostitelje iz 1887. godine)*
- Gotovac
- Govedina na starinski način
- Govedina s kaduljom (meso u teći)
- Govedina s posavskim krumpirom
- Govedska juha sa žličnjacima od jetara
- Goveđa pečenka s kestenima
- Goveđa pisana pečenka (goveđa pisanica)
- Goveđa pržolica na kordunaški način
- Goveđi gulaš na vojnički način (Goveđi gulaš s krumpirom)
- Goveđi gužnjak u kiselom kupusu
- Goveđi jezik
- Goveđi jezik u prošeku
- Goveđi jezik u umaku od kapara
- Goveđi jezik u umaku od šipka
- Goveđi jezik s kaparama
- Goveđi pršut
- Goveđi rep iz marinade
- Goveđi rep s prošekom
- Goranski nadjev (Budel; Lokvarsko nadelo)
- Gorički gulaš
- GORSKI KOTAR
  Običaji
  Što se jelo i kako se pripremalo jelo
  Ženidba starih Grobnišćana
  Klana
  Navade od Ulične nedilje do Vazma
- Grabancijaš - sir iz salamure
- Gračanska domaća kobasica (Gračani - podsljemenski predio Zagreba)
- „Gračanska pečenka“
- Gradečka krvavice s hajdinom kašom (Vrbovec)
- Gradečka pera
- Grah (zimnica)
- Grah (Banija i Kordun)
- Grah/fažol s kiselim mlijekom/kiselinom
- - Grah juha s krumpirom
- Grah i zelje – „bogečko veselje“
- Grah na kiselo
- Grah s jajima
- Grah s dimljenim rebrima
- Grah s kiselim mlijekom
- Grah s koprivim (fažol z koprivum)
- Grah s mahunama
- Grah varivo s kobasicom i špekom – stari pučki recept
- Grah s mlijekom i vrhnjem (Bogata papula)
- Grah s mrkvom
- Grah s porilukom
- Grah s repom i krumpirom
- Grah s vrhnjem
- Grah sa sirom
- Grah sa suhom slaninom
- Grah sa šćipancima
- Grahova juha navadna
- Grahova juha s trgancima
- Grahovi žganci
- Grajova šalata z koščićiniem oljem
- Grancipora (rakovica) na buzaru
- Grašak (zimnica)
- Grašak s valjušcima (varivo)
- Grašnjaki (rašnjaki)
- Grašnjaki s vrganjima
- Gratinirana blitva
- Gregada (gregoda)
- Gregurevo – 12. ožujka
- Grenadirmarš - tijesto s krumpirom
- Grdobina na žaru
- Grđevačka lovačka salama od jelena

- Grđevačka kukuruznica - kukuružnjača
- Grđevačka makova kukuružnjača
- Grđevačka orajova (orahova) kukuružnjača
- Grgeč u glini
- Grintava margeta
- Griz na mlijeku
- Grižki
- Grobnička palenta krumpirica
- Grobnički ili primorski sir
- Grofovski odrezak iz Hrvatskog zagorja
- Grotulja
- Grožđe (zimnica)
- Grožđe i kesteni
- Grožđe u bermetu
- Gruša
- Gruševina, ovčenik
- Gube
- (G)udić
- Gulaš juha
- Gulaš od bijelih bubrega
- Gulaš od hobotnice (*druga, treća, četvrta, peta inačica*)
- Gulaš od divljači
- Gulaš od kestena
- Gulaš od konjetine („saft“ ili „točo“) I način
- Gulaš od konjetine
- Gulaš od konjetine III način
- Gulaš od lignji
- Gulaš od ovce
- Gulaš od puhova
- Gulaš od puževa
- Gulaš od puževa i lisičarki
- Gulaš od svinjetine
- Gulaš od veprovine
- Gulaš i bela kompirica
- Gurmanluk iz zemljane posude
- Guska nadjevena hajdinskom kašom
- Guska nadjevena s jabukama
- Guska nadjevena kestenjem
- Guska s jabukama i krumpiračom
- Guska s palentom I. način
- Guska s palentom II. način
- Guska sa žgancima
- Guske i kljukanje (šopanje) gusaka
- Gusta juha od pazije
- Gusta juha od šparoga
- Gusto varivo (potaž) od raznog povrća
- Guščja jetra
- Guščja juha (juha od sušene guščetine)
- Gusta juha s grahom
- Gužvara
- Gužvara od kopriva

H

- Haganjska kobasice sa srnetinom (Vrbovec)
- Hajdinska kaša s buncekom
- Hajdina kaša s krumpirom
- Hajdina gibanica
- Hajdina pogača
- Hajdina zlevka
- Hajdučka orehnjača
- Hajdučka večera s projom
- Hameturnjak – kolač (pogača) od kukuruznog brašna
- Halabujski presnac z jabuki
- Heljda
- Heljdin kruh/kruv
- Heljdina kaša s buncekom
- Heljdina kaša s gljivama
- Heljdina kaša s kiselim zeljem
- Heljdina kaša sa čvarcima
- Heljdina kaša sa slaninom
- Heljdina pogača
- Hib, viški hjib („smokvenjak“-božićni kolač)
- Hladne kriške
- Hladetina
- Hladetina (mrzletina) od divlje svinje
- Hladno nadjeveno prase (odojak)
- Hlap na brudet (brujet)
- Hlap na salatu
- Hlebinska juha
- Hobotnica novaljskih ribara
- Hobotnica na mornarski način
- Hobotnica na način tripica (fileka)
- Hobotnica na nonin način
- Hobotnica na težački
- Hobotnica na zvacet
- Hobotnica na živo (u tijestu)
- Hobotnica pod pekom
- Hobotnica s divljim porilukom (Mrkač na brujet)
- Hobotnica s bobom i manistrom
- Hobotnica s kapulom
- Hobotnica s matarom (motarom) i jajima
- Hobotnica sa slanutkom
- Hobotnica sa špagetima i tikvicama
- Hobotnica u crnom vinu

- Hobotnica u umaku
- Hobotnice
- Hodočašće Kraljici ribara i blagoslov Zvona
- Hostija
- Hrana i posuđe (Krale)
- Hrapoćuša (Hrapaćuša)
- Hrbat divljeg kunića na roštilju
- HREN (zimnica)
- Hren
- Hrenov sos
- Hrostule (hroštule, krokande)
- Hrskavi žganci (palenta)
- Hrvatska gibanica
- Hrvatska gibanica od mlinaca
- Godine 1868. Izlazi knjiga: „Hrvatska kuharica ili pouka kako se gotove svakakva jela“, koju je priredio Đuro Deželić. Drugo popunjeno izdanje izlazi iz štamparije dra Ljudevita Gaja godine 1876. Knjiga je namijenjena: „prvenstveno ljubiteljima domaće, prirodne ishrane, a istodobno i svakome tko želi na našem stolu ponuditi nacionalne specijalitete, koji su, stjecajem okolnosti, kroz dugi niz godina potisnuti jelima iz inozemnih kuhinja“.
- Hrvatska mitologija, bogovi „ića i pića“
- Hrvatska plemićka obitelj Pejačevići
- Hrvatske kulinarske knjige („kuharice“)
- Hrvatske vinogradarske regije i podregije
  KONTINENTALNA HRVATSKA
  Međimurje
  Varaždin
  Hrvatsko zagorje
  Zelinsko-sesvetsko vinogorje
  Zagreb(Portugizac)
  Prigorje-Bilogora (Križevačko spravišće)
  Plešivica
  Moslavačko vinogorje
  Slavonija
  PODUNAVLJE
  Erdutsko-daljsko-aljmaško vinogorje
  Iločko-vukovarsko vinogorje
  LIKA
  Vrbnik
  PRIMORSKA HRVATSKA
  ISTRA
  KVARNER
  SJEVERNA DALMACIJA
  DALMATINSKA ZAGORA
  SREDNJA i JUŽNA DALMACIJA
- HRVATSKO ZAGORJE
  Običaji
  Što se jelo i kako se pripremalo jelo
  Zdravica za purana
  Hiža – kuća
- Hrvatsko plemstvo
- HRVATSKO PRIMORJE
  Dragutin Hirc „HRVATSKO PRIMORJE“
  Vrbnik otok Krk
  ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, Knjiga 33, JAZU u Zagrebu 1949. – Ivan Žic – Priređivanje hrane
  Ženidba
  Nikola Zec – Dubašnica otok Krk
  ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE JUŽNIH SLAVENA, knjiga XXVI. Svezak 1., JAZU, Zagreb 1926.
  ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE
  Knjiga 33, JAZU u Zagrebu 1949
  Vladimir Mraković
  Punat otok Krk
  Svadba
  ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, knjiga 37, JAZU u Zagrebu 1953.
  Prema rukopisu, „NIKE USPOMENE STARINSKE“ Josipa Antuna Petrisa (1787-1868) pisanom između 1853. I 1858, obradili Ivan Gršković – Vjekoslav Štefanić. Rukopis sadrži ilustraciju narodnog života u Vrbniku i pomalo na čitavom otoku Krku u prvoj polovici 19. Stoljeća.
  OTOK CRES, ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, Knjiga 33, JAZU u Zagrebu 1949.
  Andrija Bortulin –
  Tekst je pisan između 1904. I 1907. Godine, (po „Osnovi“ A. Radića) a po svojoj vrijednosti može se smatrati i kao „mali priručnik“ nauka o kulinarstvu.
  Običaji u Belom na otoku Cresu u opisu Andreja Bortulina (1876.-1917.) U

spomen na tradiciji u govor.
ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE JUŽNIH SLAVENA, Knjiga XXXI, svezak 2 JAZU, u Zagrebu 1938
Novalja na Pagu
Narodni život i običaji
Dr. Božidar Širola (pisano 1928.)
Kuće i dvorište
Skupe fešte
Drvene sprave i posuđe – Hvar

- Hvarska juha od artičoka
- Hvarska pašticada
- Hvarska pogača
- Hvarska rožata
- Hvarske galijice
- Hvarske tice
- Hvorska šolša

I

- Igračke iz Zagorja
- Imali smo, nešto nismo znali sačuvati, a nešto je ostalo kao tradicija
- Imotska sirnica
- Imotska torta
- Istarska jetrenjača
- Istarska maneštra
- Istarska pogača iz Dvigrada
- Istarska povetica
- Istarska pupica (Uskršnja pogača), Titola, Jajarica (Picanje jaja za Vazem)
- Istarska supa
- Istarska šalša
- Istarske fritule
- Istarske kobasice
- Istarske kroštule
- Istarske krvavice (mulice ili divenice) s pšenicom i kukuruznim brašnom
- Istarske krvavice s povrćem
- Istarski brodet
- Istarski bucolaj
- Istarski fileki
- Istarski kaneloni
- Istarski krofi sa sirom
- Istarski nadjeveni odresci
- Istarski pekorino (tal., pecorino – ovčji; formaggio pecorino – ovčji sir)
- Istarski pršut
- Istarski sir
- ISTRA
Običaji
Što se jelo i kako se pripremalo jelo
Životne potrebštine
Hrana i posuđe
Izgled kuhinje
ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, Knjiga 33, JAZU u Zagrebu 1949., Boljun (Istra) – Frane Lovljanov – Građa ovog prinosnika pisana je po „Osnovi“ A. Radića 1905 godine.
- Iški lopiž
- Iva puzava
- Iz požutjelih stranica
- Iz stare dubrovačke kuhinje
- Izbor voća (zimnica)
- Izgled jestvenika – jelovnika
- Izlivača
- Iznutrica šljuke
- Iznutrice
- Iz čokolade juha
- Iz tučenih mandal juha
- Ižimača

J

- Jabučni ocat
- Jabučni „sir“
- Jabuka (otok)
- Jabuke (zimnica)
- Jabuke s vinom
- Jabuke u „šlafroku“
- Jadranski pršut
- Jačmik (Jačmik va kotliću)
- Jagli (prosena kaša)
- Jagode (zimnica)
- Jagode šumske (zimnica)
- Jaja i med BUKOVICA i RAVNI KOTARI (DALMATINSKA ZAGORA)
- Jaja na maslu s belavom
- Jaja s kiselim mlijekom/kiselinon
- Jaja sa čvarcima
- Jaja sa slaninom
- Jaja u kiselici
- Jaja u tavi
- Jaja nadjevena matarom
- Jaja s kukuruznim brašnom
- Jaja s vlascem
- Jajara
- Jajca kakti fileki
- Jajčarnik, jajuša
- Jajuša
- Jako pivo
- Jakovske kapice

- Jalševački Božić u Šenoinoj – Branki (roman prvi put objavljen 1881.godine)
- Jamužina
- Janjac na ražnju
- Janjeća jetra na žaru
- Janjeća juha iz Dalmatinske zagore
- Janjeća lopatica (plećka) s krumpirom
- Janjeća pletena crijeva
- Janjeće tripice s pancetom
- Janjeći bijeli bubrezi
- Janjeći bubreg
- Janjeći but s medom
- Janjeći dropčići
- Janjeći kare u mirisnom bilju
- Janjeći kotleti s bobom
- Janjeći odresci od mente
- Janjeći pikatić
- Janjeći zvacet s valjuščima (njokima) od Koromača
- Janjeći zvacet (žgvacet) sa šparogama
- Janjeći želudac
- *janjetina*
- *janjetina s bižima*
- *janjetina ispod peke*
- *janjetina sa bobom i blitvom*
- *janjeća jetrica*
- *janjetina sa špinatom (spinjača)*
- Janjetina, fuži i kesteni
- Janjetina s bijelim grahom
- Janjetina s kestenima
- Janjetina kuhana s pršutom
- Janjetina u krušnoj peći na creski način
- Janjetina na lešo i lazanje zi šalšu
- Janjetina na rabski – janjetina u bruncu
- Janjetina na špicu
- Janjetina pod pekom
- Janjetina (ili ovčetina) s prošekom
- Janjetina šibenskog zaleđa i tuka (Pečena tuka)
- Janjetina u pivu
- Janjetina u zemljanoj posudi s poklopcem
- Jarebice na ražnju
- Jarebnjak
- Jastog na bijelo
- Jastog na krčki način
- Jastog na ribarski način
- Jegulja na ribarski način
- Jastog na roštilju
- Jastog s paštom
- Jastučići od heljdina tijesta
- Jastučići sa sirom
- Ječam
- Ječam s kiselim zeljem
- Ječam (orzo) sa suhim rebrima
- Ječmena kaša
- Ječmena kaša s dimljenim mesom
- Jednostavna projara
- Jednostavni namaz od boba
- Jegulja na roštilju
- Jegulja s češnjakom.
- Jegulja s rižom
- Jegulja u bijelom vinu
- Jegulja u tijestu
- Jegulje po istarsku
- ***Jela koja imaju svoju dugu povijest***

Uštipci
Globi – okruglice, loptice od sira
Perna – but, šunka
Kruh sa smokvama
Vojnički kruh - *Panis militaris*
Kruh Libum

Jela koja su se pripremala na ovim prostorima još od Rimljana

umak Garum
umak Mulsum
Kuhana jaja s umakom od kikirikija (predjelo
Ukuhana jaja – In ovis hapalis (predjelo)
Predjelo od marelica
Julijanova čorba
Fabaciae Virides Et Baianae (soja ili bob i mahune
Jelen u umaku (glavno jelo
Odresci (glavno jelo)
Isicia omentata (glavno jelo)
Minutal marinum (glavno jelo)
Patina de pisciculis (sufle od malih riba) (glavno jelo)
Starorimske začinjene dagnje (glavno jelo)
Školjke
Mitulis (morske školjke)
Rižot od lupara (prilipaka)
Lupari u šugu
Priprema murine (glavno jelo)
Tunjevina
Minutal Marinum (riba u bijelom umaku
Pullus fusilis (nadjeveno pile) (glavno jelo)
Vitellina fricta (pečena teletina) (glavno

jelo)
Mustacei (desert)
Libum (desert)
Patina de piris (sufle od krušaka) (desert)
Pear Patina (desert)
Poslastica od datulja (urmi)
Poslastica s paprom
Poslastica sa suhim grožđem
Poslastica s pinjolima
Tiropatinam (vrsta nabujka)
Ova Sfongia
Ex Lacte (palačinke s mlijekom)
Slatkiši
- 12. Jela
- Jela od krumpira. (Erdäpfel-Speisen.)
- Jela sa samoniklim biljem
- JELA ZA MESOPUST, POKLADNI OBIČAJI
- Jela za berače
Jela berača kontinentalne Hrvatske
Prvi dan
Drugi dan
Treći dan
- Jela za posebne prilike BUKOVICA i RAVNI KOTARI (DALMATINSKA ZAGORA)
- Jelen ili srnetina kuhana u crnoj juhi
- Jelen s umakom od šipka
- Jelenji paprikaš (lovaca iz Kalinovca; Podravina)
- Jelo od sušenog morskog psa – na način ribara s Dugog otoka
- Jelo težaka (Biokovo/Makarska)
- Jelšanska torta
- Jelšanska štrudla prelivene finom kremom od jaja
- Jelšanske nadjevene lignje
- Jesenska salata
- Jesenski nabujak
- Jestivi podzemni plodovi
- Jetra
- Jetra i bubrezi na roštilju
- Jetrena pašteta
- Jetrena pašteta s kruhom
- Jetrene kobasice
- Jetrica na naglo
- Jetrica s lukom
- Jetrica u maramici (Crne džigerice)
- Jež u glini (pečenje mesa u ilovači (glini) i drugoj zemlji)
- Ježinci
- *jota*
- Jota
- Jovina pita
- Juha od blitve s mahunama
- Juha od bobića
- Juha od brancina
- Juha od buće
- Juha od bućinih koštica (*koščenika*)
- Juha od celera s bljuštom i pancetom
- Juha od cikle
- Juha od cikle s prosom
- Juha od crneja (črneja)
- Juha od dagnji
- Juha od dunja
- Juha od graha
- Juha od graha i buće
- Juha od graha i tikvanje
- Juha od gljiva i ječma
- Juha od gljiva i mrkve
- Juha od heljde i vrganja (juha s hajdinskom kašom) I. način
- Juha od heljde i vrganja (juha s hajdinskom kašom) II. način
- Juha od heljdine kaše
- Juha od ikre
- Juha od ječmene kaše
(Juha od ječmene kaše s gljivama)
- Juha od leće
- Juha od kiselice
- Juha od kiselog mlijeka/kiseline
- Juha od kiselog mlijeka/kiseline s krumpirom
- Juha od konjetine
- Juha od kopra
- Juha od koprive
- Juha od korijena zečice s hrenovkama
- Juha od kornjače
- Juha od koszane krapovine
- Juha od kosti
- Juah od kruha
- Juha od krumpira s mrkvom
- Juha od krumpira s ovčjim sirom
- Juha od krumpira sa popečenom žemljom. (Erdäpfel-Suppe mit gebackener Semmel.)
- Juha od krumpira na starinski način
- Juha od krumpira, mrkve i kukuruznog brašna

- Juha od krumpira sa mrkvom. (Erdäpfel-Suppe mit gelben Rüben.)
- Juha od kukuruznog brašna
- Juha od kukuruzne krupice
- Juha od leće
- Juha od maruna
- Juha od mlade koprive
- Juha od mladog graška
- Juha od mlijeka
- Juha od morskog ježinca
- Juah od mrkve s krumpirom
- Juha od mulama
- Juha od peršinova lista
- Juha od poriluka
- Juha od poriluka – juha sv. Lovre
- Juha od poriluka s ovčjim sirom
- Juha od potočnih rakova
- Juah od povrća i svinjetine
- Juha od puhova
- Juha od puževa
- Juha od rasola
- Juha od rasola – kuhana
- Juha od repova
- Juha od ribe na starinski način
- Juha od riječne ribe
- Juha od riječnih rakova
- Juha od samoniklog povrća
- Juha od samonikla bilja
- Juha od sira
- Juha od sitnine (juha od cijele kokoši)
- Juha od slanutka i krumpira
- Juha od smrčaka s heljdinom kašom
- Juha od srijemuša
- Juha od suhih vrganja
- Juha od sušene hobotnice
- Juha od sušene tabinje
- Juha sa štruklima od sira
- Juha od šljiva (šlivnjak-slivovec)
- Juha od šljivovače I. način
- Juha od šljivovače II. način
- Juha od vrganja
- Juha od vrganja na Moslavački način
- Juha od vrhnja
- Juha od zaprške s umućenim jajima
- Juha od zelja
- Juha od žaba
- Juha od žita
- Juha s buhtama
- Juha s kestenima I. način
- Juha s kestenima II. način
- Juha s kestenima III. način
- Juha s kestenima IV. način
- Juha s kestenima V. način
- Juha s kobasicom repnjačom
- Juha sa starim kruhom
- Juha sa školjkama i škampima
- Juha sa štruklima od sira
- Juha sa zvjezdicama
- Juneći gulaš s kestenjem
- Juneći jezik s bademima
- Juneći medaljoni sa šparogama
- Juneći odresci u zelenom umaku
- Juneći odrezak u luku
- Junetina na lovački način
- Junetina s povrćem i krumpirom
- Junetina sa suhim šljivama
- Jurčica

K

- Kad je voće ukuhano (zimnica)
- Kada se koje jelo jede (Krale)
- Kadulja
- Kajgana
- Kajsije na slavonski način
- Kako pastiri kuhaju mlijeko – Krk
- Kako se kuha krumpir (Wie die Erdäpfel gekocht werden.)
- Kako napraviti ocat
- Kalamperova juha
- Kalamperovi faširanci
- Kalapajsani kalamper
- Kalamperova salata s lukom
- Kalamperova salata s jajima i kiselim vrhnjem
- Kalnički ajngemahtec (okruglice od pilečih jetrica)
- Kalnički gulaš za kolinje
- Kalnički nadjeveni ražnjići
- Kalnički štruklji s jabukama
- Kalnički uskrsni kruh
- Kalupaši (šaragaši)
- Kamenice pečene
- Kamenice na roštilju
- Kamenica s limunom
- Kamenice s paškim sirom
- Kandirane divlje trešnje
- Kandirani kesteni
- Kanjci - „Svježi kanjci utisno“
- Kapari (zimnica)
- Kapari

- Kapari u octu
- Kapari u slanoj vodi
- Kapucinski bakalar
- Kapuščići
- Karamelizirani brački sir (*procip*)
- Karamelizirani gvirc
- Karnevalske fritule sa skutom
- Kaša od kukuruznog brašna s voćem
- Kaša od mukinja
- Kašasta juha od riba
- Kašnjača
- Kašnjaki
- Kaštelanska torta
- Kaštradina
- Kaštradina s kiselim kupusom
- Kaul na kućici sa sirom
- Keksi od prhkog tijesta
- Kelašice (kelešice)
- Kelj s janjetinom
- Kelj s mesom
- Kenke – pogačice od kukuruza
- Kervajica
- Kesten kao prilog
- Kesten kao prilog uz pečenje
- Kesteni ukuhani za zimu
- Kesten u umaku od crvenog vina
- Kesteni u likeru od ruma
- Kesteni u soku od bazge
- Kesteni u vinjaku**.**
- Kestenova juha s prosom, zobi i rižom
- Kesteni kuhani u mlijeku
- Kestenje s rikulom
- Keške
- Kičena pogača
- Kifli (Domaći kiflići)
- Kifli s octom
- Kiflice
- Kiflice od kalampera
- Kim
- Kimljovača
- Kirnja
- Kirnja s pršutom
- Kisela čorba od srnećeg mesa
- Kisela juha
- Kisela juha od ječmene kaše
- Kisela juha od kukuruznog brašna
- Kisela juha od mesa
- Kisela kolinjska juha
- Kisela pita
- Kisela repa na salatu
- Kisela repa s grahom
- Kiselica
- Kiselica (jelo)
- Kiselica od mladog luka
- Kiseli krastavci s koprom
- Kiseli kupus s grahom
- Kiseli kupus sa čvarcima
- Kiselo mlijeko
- Kiselo povrće s mesom
- Kiselo vrhnje
- Kita (toverna, bevanda)
- Klanje prasca (Primorje)
- Klasična dalmatinska šalša
- Klanje gusaka
- Klapunići prijesni
- Klapunići šufigani ili poluprijesni
- Klapunići na buzaru
- Klapunići pod peku
- Klapunići – *Dva mirisa*
- Klašuni
- Klecin prot
- Klijet – Klet
- Klin juha
- Ključanje
- Kljukača
- Kljukuša
- Knedli mali od krapovine
- Knedli (okruglice ili valjke)
  sa zeljem *(„Knedliki“ po češki (ili štruce*)
- Knedli (okruglice) sa kiselim kupusom (zeljem)
- Knedli (okruglice) sa šljivama
- Knedlini od jabuka
- Knjiga bratovštine svetog Bartolomeja
- Kobasa Gornjeg Mekušja
- Kobasica zalivena u mast (zatopljena)
- Kobasica od divlje svinje
- Kobasica od konjskog mesa
- Kobasica od vepra iz Bilogore
- Kobasica od veprovine
- Kobasica sa salaša (Banatska kobasica)
- Kobasice
  kuhane kobasice
  polutrajne kobasice
  fermentirane kobasice
  kobasice za pečenje
- Kobasice i sir
- Kobasice od divljači
- Kobasice od ribe

- Kobasice od srneće jetre na način „Bilogore“
- Kobasice s kestenima
- Kobasice s kukuruznim valjušcima i lisičarkama
- Kobasice sa srdelicama
- Kobasice sa srnetinom
- Kobasice u crnom pivu
- Kobasice u maramici
- Kobasice u vinu
- Kocke od rogača
- Kockice od tijesta („krpice“) s jetricama
- Koje pivo umjesto kojih vina (Sljubljivanje jela i piva)
- Kokoš i pura
- Kokoš s vrganjima u tijestu
- Kokoš u kotliću
- Kokoš u umaku od rajčice s popečcima od krumpira
- Kokošja juha
- Kokošja juha na kiselo
- Kokošji paprikaš
- Kokotac
- Kolač Harlekin
- (Kolač od badema) – Mandolat
- Kolač milosti
- Kolač od bundeve
- Kolač od bundevinih sjemenki I. način
- Kolač od bundevinih sjemenki II. Način
- Kolač od žižule (čičimaka)
- Kolač od čokolade
- Kolač od čvaraka
- Kolač od jabuka
- Kolač od kestena
- Kolač od kiselog mlijeka
- Kolač od kravljeg sira
- Kolač od krumpira
- Kolač od maruna
- Kolač od meda
- Kolač od naranče
- Kolač od rogač
- Kolač od rogača sa jabukama
- Kolač s jagodama ili višnjama
- Kolač s lukom
- Kolač s medom
- Kolač s rogačem i jabukama
- Kolač sa suhim šljivama
- Kolač sa šljivama
- Kolač od trešanja
- Kolači i slastice BUKOVICA i RAVNI KOTARI (DALMATINSKA ZAGORA)
- Kolači od rakije
- Kolači i druga slatka jela
- Kolačići kroz ruku – kiseli kolačići
- Kolačići od kruha
- Kolačići od zimske panjevčice
- K o 1 e d a.
  a) Praputnik u Hrvatskoj. Priopćio J. Bujanović.
  b) Kotari u Dalmaciji. Priopćio M. Zorić.
  c) Istra. Priopćio I. Milčetić.
- Koledveni obed
- Količina namirnica za jedan obrok
- Količine (namirnica za zimnicu)
- Koliko zimnice pripremiti
- Kolinje
- Kolinjska juha
- Kolinjski paprikaš
- Kolinjski „oblizeki“
- Kolinjski i (ili) Pokladni objed
- Kolinjska repa
- Kolinjski čobanac
- Kolubice
- Kolubica i letila za Božić i mesopust („Gaštronomija grišnog fra Karla z Dubašice“)
- Koljenica na podravski način
- Koljevina, kolinje
- Komina od grožđa
- Komočići
- Komorač
- Komorač na lešo
- Kompir i fažol
- Kompirača
- Kompot
- Kompot od buće
- Kompot od divljih trešanja
- Kompot od grožđa (ili drenka)
- Kompot od marelica s medom
- Kompot od mušmula
- Komiška gusta juha
- Komiška pogača
- Konavovska marinada
- Konoba
- Konopljika
- Konrad von Grünemberg

- Konzervansi (zimnica)
- Konzerve
- Konzerviranje
  -sušenje bilja
  -čuvanje u soli
- Konzerviranje suhog mesa
- Konjska domaća pečenica
- Konjska mast
- Konjski biftek
- Konjski gulaš
- Konjski odrezak na žaru
- Konjski odrezak u umaku od vrganja
- Konjski ragu
- Konjsko meso s povrćem
- Kopar
- Kopriva
- Kopriva s krumpirom
- Kopun
- Kopun ili kokoš na Pometov način
- Kopun s rezancima
- Kopun s umacima
- Korabica (zimnica)
- Korabica s krumpirom (Kohlrabi mit Erdäpfel.)
- Korčula i Pelješac
- Korčulanska kukuruzovina
- Korčulanska Martinjska lojenica
- Korčulanska pašticada s njokima (često se naziva pod širim pojmom dalmatinska pašticada)
- Korčulanska sirnica (pogača)
  (Nekoliko varijanti: *Jednostavna sirnica, Pinca stari Brački kolač, Istarska pinca*)
- Korčulanske fritule
- Kordun
- Kordunaška hladetina – bogojavljenska pihtija
- Kordunaška (po)kljukuša
- Kordunaška masnica
- Kordunaška vrilica
- Kordunaški grah
- Kordunaški janjeći but
- Kordunaški somun
- Kordunaški svadbarski kupus
- Kordunaški uštipci
- Kordunaško-bosanski lonac
- Kordunaška kalja
- Korijandar
- Kornatska užanca (hobotnica na domaći način)
- Kornatski maništrun
- Konjska kobasica
- Koprtlje
- Korun s pržolicom (krumpir sa svinjetinom bez kosti)
- Kosana slanina – Međimurska slanina
- Kosano meso na žaru
- Kosinjska povatica – savijača
- Kostajnička kobasica
- Kostajničke pletenice
- Kostela
- Kostrena
- Košarice od krumpira ili tijesta za palačinke
- Koščičjak
- Kotleti od divlje svinje na roštilju
- Kotleti s kestenima
- Kotleti u vinu
- Kotleti vepra s kestenima
- Kotlić
- Kotlić od divlje patke
- Kotlić od zeca
- Kotlić s bijelim bubrezima
- Kotlovina
- Kotlovina na puntarski način
- Kotrljan morski
- Kozice na rigi
- Kozja noga
- Kozji pršut
- Kozji sir u orahovu lišcu
- Kozji sir u ulju
- Kozletina na gradelama s pečenim povrćem
- Kozlić s premazom (marinadom) od ružmarina
- Kozlin ili kozlić
- Krafl
- Krafne obične
- Krafne s nadjevom na drugi način
- Krafnice
- Krajiški đuveč I. inačica
- Krajiški đuveć II. inačica
- Krale (u „turskoj Hrvatskoj“)
- Kraljevi jeseni – kesten „pucanac“i mošt „rezanac“
- „Kraljičina voda“ („Aqua della regina“)
  Vidi: Ružmarin (Začinsko bilje)
- Kramfleki
- Kramlpogače
- Krap na hladetini

- Krapci
- Krastavci (zimnica)
- Kraški vrat
- Krčki presnac
- Krčki pršut (*Bodulski pršut*)
- Krčki sir (bodulski, formajela)
- Krečnica
- Krem juha od srijemuša
- Krem varivo od pečurki (šampinjona)
- Krepka juha Biokova
- Kristova kruna
- Kriške kruha s koprivama
- Križanski rižanac
- Križevački paprenjaci
- Krkljuš (kockice kruha na masti)
- *kroštata*
- Kroštata
- Kroštule
  (Filipjanske kroštule; Filipjanska torta od badema)
- Krpice sa sirom i vrhnjem
- Krpice sa zeljem
- Krem juha od šparoga
- Krpice
- Krpice sa srijemušom
- Krtena kaša
- Krtola
- Krtola tučena – jelo od krumpira
- Krtolača (pita od krumpira)
- Kruh (kruv)
- Kruh koledo
- Kruh „luk“
- Kruh od crnog brašna
- Kruh od ječma
- Kruh od kalampera
- Kruh od krumpira I. način
- Kruh od krumpira II. način
- Kruh od maruna
- Kruh od miješanog brašna
- Kruh od pirova brašna
- „Kruh“ od rogača
- Kruh od rogača
- Kruh od smokava i oraha
- Kruh od turkinje ispod čripnje (kukuruzni kruh)
- Kruh na „sapi“(pari, dahu)
- Kruh na slavonski način
- Kruh pod pekom
- Kruh s bobom
- Kruh s bućom
- Kruh s češnjakom
- Kruh s koprivun
- Kruh s maslinama
- Kruh s maslinama za dane posta
- Kruh s nadjevom od luka, češnjaka i aromatičnog bilja
- Kruh s raženim brašnom
- Kruh s ružmarinom i češnjakom
- Kruh sa sipinim crnilom
- Kruh sa srdelicama
- „Kruh siromašnih“
- Krumpir pita
- *krumpir na cilo*
- Krumpir na masti
- Krumpir s peršinom
- Krumpir u tepsiji
- Krumpirova juha na baranjski način
- Krumpirove placke (Bramborovi placky)
- KRUMPIR NA NAŠIM PROSTORIMA
  HASEN, I VUŽIVANJE ZEMELJSKIH
  JABUK „Seoski gospodar“1878. God.
  Cres
  Krk
  Poljica
- Krumpir ili krtola (Erdäpfel)
- Krumpir crepuljaš
- Krumpir gulaš
- Krumpir gulaš (Banija i Kordun)
- Krumpir kotlić
- Krumpir osmučen. (Abgeschmalzene Erdäpfel.)
- Krumpir palačinke
- Krumpir ispod peke (cripnje)
- Krumpir pečen sa suhim svinjskim mesom
- Krumpir pire s kiselicom
- Krumpir zapečen u ljusci
- Krumpir i kobasice na Slavonski način
- Krumpir tenfani (Gedünstete Erdäpfel.)
- Krumpir čorba
- Krumpir na gusto
- Krumpir na masti
- Krumpir na rajngljak
- Krumpir s buncekom
- Krumpir s čvarcima
- Krumpir s guščjom krvi
- Krumpir s kiselim vrhnjem
- Krumpir s koromačem (komoračem)
- Krumpir s lukom
- Krumpir s peršinom

- Krumpir s prženim mrvicama
- Krumpir s vrhnjem
- Krumpir sa čvarcima
- Krumpir sa hašeom. (Erdäpfel mit Hachées.)
- Krumpir sa jaji. (Erdäpfel mit Eier.)
- Krumpir sa kiselim kupusom
- Krumpir sa maslacem. (Erdäpfel mit Butter.)
- Krumpir sa sirom i kiselim mlijekom
- Krumpir sa skorupom i šunkom. (Erdäpfel mit Rahm und Schinken.)
- Krumpir sa slaninom
- Krumpir sa zapražkom. (Erdäpfel eingebrannt.)
- Krumpir u pepelu (suproški)
- Krumpir u tepsiji
- Krumpirača
- Krumpirašica
- Krumpirova juha s rezancima
- Krumpirove placke iz Končanice
- Krumpiruša s kiselim kupusom
- Krumpiraši
- Kruške (zimnica)
- Kruške u kremi
- Krušna peć
- Krušne kobasice (buhtovke, kobasice od bijelog kruha)
- Kruv ispo peke (Kruh pod pekom)
- Krv
- Krvajica
- Krvara
- Krvavice - *baba*
- Krvavice od heljdine kaše (Podravina)
- Krvavice s hajdinom kašom
- Krzatma
- Kuća – slika života i jezik narodne Arhitekture (Banija i Kordun)
- Kučet u poculici
- Kuglice od kestena
- Kuglice od maruna
- Kuglice od maruna i bajama
- Kuglice od smokava – I. način
- Kuglice od smokava – II. način
- Kuglice od smokava – III. način
- Kuglice s maraskinom
- Kuglof
- Kuglof sa suhom slaninom
- Kuglof sa slaninom
- Kuhana govedina s lukom
- Kuhana i pržena slatkovodna riba
- Kuhane rakovice
- Kuhana slatkovodna riba
- Kuhana špaleta
- Kuhana šunka ili (i) buncek
- Kuhana tunjevina
- Kuhane češnjovke s kiselim kupusom i restanim krumpirom
- Kuhane kobasice
- Kuhani buncek

Zaboravljeni način kuhanja šunke

- Kuhani buncek poslužen na podravski način
- Kuhani goveđi jezik
- Kuhani jastog
- Kuhani kolači
- Kuhani komorač
- Kuhani kompir z ocvirki
- Kuhani kruh
- Kuhani krumpir s koprom
- Kuhani krumpir sa sirom
- Kuhani međimurski štrukli
- Kuhani pereci
- Kuhani sir (sir od kuvana mlika)
- Kuhanje soli
- Kuhanje s pivom
- Kuhano meso i zapečeni krumpir
- Kuhano vino

  Naputak za bijelo vino I. način
  Naputak za bijelo vino II. način
  Naputak za crno vino I. način
  Naputak za crno vino II. način
  „Juha“ od vina
  Liker od vina
- Kuhanje dimljenog mesa i kobasica
- Kuhanje i miješanje (zimnica)
- Kuhanje sa začinima
- Kuhanje (špinanje) šećera (zimnica)
- Kuhati puževe
- Kulin od škopca na Pupnatski
- Kukurek; janjeća crijevca (Janjeći dropčić)
- Kukuruz (zimnica)
- Kukuruz u našoj kulinarskoj tradiciji

  Prigorje
  Posavina
  Turopolje
  Krk
  Cres
  Istra

Poljica
- Kukuruz s grahom
- Kukuruzna juha
- Kukuruzna juha sa slaninom
- Kukuruzna loparka
- Kukuruzna pogača I. način
- Kukuruzna pogača II. način
- Kukuruzna zlijevka
- Kukuruzna zljevka sa špinatom
- Kukuruzna zrna
- Kukuruzne čurke
- Kukuruzne loptice
- Kukuruzne okruglice
- Kukuruzne okruglice iz Vrbovca
- Kukuruzne palačinke s mesnim nadjevom
- Kukuruzne palačinke sa sirom
- Kukuruzne pogačice
- Kukuruzne pogačice s porilukom
- Kukuruzni „canjki“ s bućinim uljem
- Kukuruzni kruh
- Kukuruzni kruh I. način
- Kukuruzni kruh II. način
- Kukuruzni kruh III. način
- Kukuruzni kruh sa sirom
- Kukuruzni rezanci
- Kukuruzni „štrudli”
- Kukuruzni žganci
- Kukuruzni žganci na slavonski način
- Kukuruzni žljičnjaci
- Kukuruzno brašno
- Kukuruzno brašno iz vodenice
- Kulenica
- Kulenice primorske
- Kulenice nadjevene po kaštelansku
- Kulin (otočka kobasica)
- Kulinarska sličnost ili „slučajna“ veza
- Kulinarska zanimljivost (Omara Pasha Latasa)
- Kuminovi štrukli (štruklji s kimom)
- Kumpet,kumfet - Marmelada od varenika
  I. inačica
  II. inačica
- Kumrovečki obed
- Kundur složenac
- Kunić na dalmatinski način
- Kunjki na buzaru
- Kunjki na roštilju
- Kupina primorska
- Kupine (zimnica)
- Kupine s medom
- Kupus (zimnica)
- Kupus divlji I.
- Kupus na tabak
- Kupus na talijanski način
- Kupuščići
- Kuruzovnica
- Kuruzna kelašica*
- Kuruzna zlijevka
- Kuruzna zlevka sa zeljem
- Kuruzni močnjak
- Kutjevačka Kaptolska kobasica
- Kuvani medenjaki
- KVARNER I HRVATSKO PRIMORJE
- Kvarnerska začinska mješavina
- Kvarnerski hroštuli,
- Kvarnerski „štrukli“ (sjevernojadranski *presnec*)
- Kvrguša

L

- Lagana torta od kestena
- Lagarijaši
- Lapadske prikle
- Lastavica u pećnici
- Lastovska rožata
- Lastovske skalice
- Lastovski brujet (brodet)
- Lastovski kruh ispod peke (cripnje)
- Lastovski miješani rižoto
- Lastovski škopac
- Lateżina
- Lavanda
- Lazanje s bobom
- Lazarkinja
- Lažna torta od kestena
- Lažni bakalar
- Leća- Leća s bućinim uljem
- Leća s krumpirom
- Lećevički sir
- Ledvenica – ledenica
- Legenda o postanku Vranskog Jezera (Cres)
- Lepajke
- Lepirice
- Lešo bob
- Lešo kupus s krumpirom
- Lešo od srdelica ili inćuna
- Liburnijsko ulje
- Licitari
- Ličenec sir

- Lička cicvara
- Lička dudovača
- Lička kobasica
- Lička juha iz Kosinjskog Bukovca
- Lička krumpirica
- Lička pogača sa sirom
- Ličke okruglice
- Ličke pole
- Lički kokteli
- Lički kulen ili divenica
- Lički kupus
- Lički lonac
- Lignje i hobotnica pod pekom
- Lignje na creski način
- Lignje na primorski način
- Lignje na roštilju
- Lignje na saft – lignji va saftu
- Lignje na *šporko* (lignje u crnilu)
- Lignje na vodičanski način
- Lignje po ribarski (cukarinke)
- Lignje po zlarinski (na roštilju)
- Lignje pod pekom
- Lignje punjene kunjkima
- Lignje punjene na dubrovački način
- Lignje punjene na močicu
- Lignje punjene marunom, pršutom i škampima
- Lignje u pećnici
- Lignje u vinu na mornarski
- Lignjuni s bobom
- „lijek protiv kašlja“
- „Lijepa naša domovina“
- LIKA

  Običaji

  Što se jelo i kako se pripremalo jelo

  Krale (turska Hrvatska)

  Piše Ivan Klarić, učitelj

  …….iz mista Kraļa, u kotaru i općini bihaćkoj, na zapadu od Bišća.

  (ZBORNIK ZA NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE južnih Slavena, svezak VI. 1. Polovina, JAZU, u Zagrebu 1901.)

  Hrana i posuđe

  ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, knjiga 48, JAZU u Zagrebu 1980.,

  ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, knjiga 51, JAZU u Zagrebu 1989.
- Liker od cvjetova lemuna i naranče
- Liker od duda
- Liker od mente
- Liker od mirte
- Liker od mlijeka
- Liker od nespola
- Liker od oraha
- Liker od piva
- Liker od ruža
- Liker od šljiva
- Liker od vina
- Limun (zimnica)
- Limuncello
- Lincura
- LIPA – slavenski gorostas
- Lisičarke s jajima
- Liska
- Liska na neretljanski način
- Liska sa slanim srdelama
- Liska s prošekom, jabukama i suhim šljivama
- List na roštilju
- Listići
- Lišće vinove loze (zimnica)
- Literatura, izbor knjiga, studija i članaka
- Livadske ledvice
- Livance (Livanci)
- Livanci s jabukama
- Livanjski sir
- Lizbika
- Loboda
- Loborska koruzna zljevka
- Ločina
- Lokarda na primorski način
- Lojanica
- Lojenica
- Lokoti
- Lokvarsko nadelo (Budel; Goranski nadjev)
- Lokše
- Lokšice
- Lonac (ovčetina i povrće)
- Lonac od iznutrica
- Lonac od zelja
- Lonac s janjetinom i bijelim grahom
- Lonac s mladim kukuruzom
- Lonac s prosom
- Lonac s repom i mesom
- Lonac sa slanutkom
- Lonza od praca s ljutom narančom
- Loparka od bijelog i kukuruznog brašna

- Loparnica
- Loptice od mesa i sira
- Lovačka kotlovina
- Lovačka salata
- Lovački kotlić
- Lovački ražnjići
- Lovor
- Lovornjača (mustacei)
- Lovranske kuglice
- Lovrata na paški način
- Lovrata na seljački način
- Lovrata s kaduljom
- Lovrečina Grad i sestra Laurencija
- Lozovača i komovica na domaći način
- Lozovača iz prevrelog koma cijelog grožđa
- Loženje vatre
- Lubenica (zimnica)
- Luc u umaku od kapara
- Lučac
- Lučice (zimnica)
- Lučki „šnicli“
- Luganige (kobasice koje se pripremaju na otocima i uz obalu)
- Luk (zimnica)
- Luk ili šparoge s jajima
- Luk u pepelu
- Luk na roštilju
- Luk sa sirom
- Lukanijeva kobasica
- Lukmira – posna razljevuša
- Lukova kolubica
- Luleki s kiselim zeljem
- Lumblija
- Lunjski maslinik

LJ

- Ljetna kobasica
- Ljevuša (ljeuša, ljevača) (Ljevuša od pšeničnog brašna, Ljevuša od pšeničnog i heljdinog brašna)
- Ljupčac
- Ljuta ičija
- Ljuta šalša iz Korčule
- Ljuti ocat (ocat s hrenom)
- Ljutika

M

- Maginja (planika) (zimnica)
- Mahune (zimnica)
- Mahune na dubički način
- Mahune s jajima
- Mahune s krumpirom
- Mahune s piletinom
- Majčina dušica
- Makarska torta
- Makarun
- Makarun (makarun je stari kruh)
- Makaruni
- Makaruni (bigulice, valjušci) sa sirom
- Makaruni na vreteno
- Makaruni s mesom
- Makoći
- Makovnjača
- Makovo mlijeko
- Makviči (makuće)
- Godine 1865 izlazi „Mala gospodarica“
- Mala jela ili prilozi
- Mala slatka jela od voća (zimnica)
- Mala zimnica
- Male tajne proizvođača travarice
- Pojmovnik i Mali rječnik tradicionalnog i službenog nazivlja
- Mali peretak
- Mali ražanj
- Malina (zimnica)
- Mandarinet
- Mandolat (kolač od badema)
- Mane i bolesti mladog vina
- Maneštra od boba i koromača
- Maneštra od ječma i fažola („stupanje“)
- Maneštra od merlina (mrkve) i korabe
- Maneštra krčkog seljaka
- Maneštra od boba i koromača
- Maneštra od bobići (mladi kukuruz)
- Maneštra od koromača I. način
- Maneštra od komorača II. način
- Maneštra s koromačem
- Maneštrica s ječmom
- Maneštra sa slanutkom (Bijela maneštra)
- Mandarina (zimnica)
- Maništrun od lignje
- Manojlovački slapovi, ražanj, peka i car Franjo Josip I.
- Maraska u lozovači
- Maraskino – čarobni napitak
- Maraskino s voćem
- Marelica (zimnica)
- Margarete – Perice
- Maričin sajamski gulaš (jelo koje je obožavao književnik Mato Lovrak)
- Marija Bistrica – Svetište Marijino

- „Marijaši“ od krumpira
- Marinada
  Obična marinada
  Suha marinada
  Istarska marinada
  Jednostavna marinada
  Brza marinada od vina
  Kuhana marinada od vina
  Nekuhana marinada od crnog vina
  Nekuhana marinada od bijelog vina
- Marinada od morskog psa
- Marinada od palamide s fažolom (grahom)
- Marinada od plavica
- Marinada od srdela
- Marinada od šaruna i slanutka
- Marinada za hladno dimljenje
  hladno dimljenje
- Marinada za toplo dimljenje
  toplo dimljenje
- Marinada za ribu – I. način
- Marinada za ribu – II. način
- Marinada za roštilj
- Marinada za pečenu ribu
- Marinirane lučice
- Marinirani inćuni
- Marmelada od buće
- Marmelada od divlje ruže (šipurike)
- Marmelada od duda
- Marmelada od ogrozda
- Marmelada od kestena I., II. način
- Marmelade (zimnica)
- Marmelada od maginja
- Marmelada od maslačka
- Marmelada od mušmula
- Marmelada od ruža
- Marmelada od smokava
- Marmelada od smokava bez šećera
- Marmelada od šljiva i jabuka
- Marmelada od šljiva, krušaka, bresaka i Dunja
- Marmelada od verenika (Kumpet (kumfet)
- Marmelada od žižula
- Martinov kruh
- Martinska gibanica
- Marunada – Kestenijada
- Maruni
- Maslac
- Maslačak (zimnica)
- Maslačak ili divlji radič
- „Maslačkov med“
- Maslenica ili maslenjača
- Maslina
- Masline (zimnica)
- Maslinovo ulje – zeleno zlato
- Masline za zimnicu: vidi: Zimnica
- „Popržene, frigane masline
- Maslo
- Masna ljepina (masna lepinja)
- Masna tarana
- Masnica – starinski slavonski žetelački kolač
- Maščec
- Matar
- Matar (motar) na lešo s jajima, tikvicama, krumpirom i kaparima
- Matičnjak
- Matkanje
- Matovilac (motoviljak, poljska salata)
- Matovilac salata
- Matovilac s grahom
- Matovilac s krumpirom
- Mazanica
- Mazanica s makom
- Mazanica s tri nadjeva
- Mažuran
- Med
- Med (zimnica)
- „Med od bora“
- „Med od krušaka“
- „Med“ od maslačka
- Medaljoni od goveđih mišića u hvarskom prošeku
- Medena rakija
- Medeni, crni kruh
- Medeni kolač
- Medenjaci
- Medine šape
- Mediteranski vijenac od rogača
- Medova zlevanjka
- Medovina, medica (mulsum)
  Medovina na I. način
  Medovina na II. način
  Medovina s hmeljom
  Medovina iz rakijskog kotla (rakija od meda, pečena medovina)
- Medvjeđa šapa ili vučja šapa
- MEĐIMURJE i PODRAVINA
- Međimurska bidra

- Međimurska gibavica
- Međimurska guska
- Međimurska gusja jetrenica
- Međimurska pogača s repom
- Međimurska salama
- Međimurska zlevanka
- Međimurske kobasice
- Međimurski Gašprec
- Međimurski tanjur
- Međimursko-Podravska pogača od jagli
- Meljna kobasica
- Meljani krumpir
- Merlin i konpir na padelu
- Mesarski đuveđ
- Mesnata slanina
- Mesne okruglice s lukom
- Meso i proizvodi od mesa BUKOVICA i RAVNI KOTARI (DALMATINSKA ZAGORA)
- Meso s graškom
- Meso iz tiblice (drvena kačica) II. inačica Meso iz zemljanog lonca (Krale)
- Metvica
- Miješana buzara
- Miješana kobasica
- Miješana salata u octu (zimnica)
- Miješani grah i mahune
- Miješani sir s vrhnjem
- Miješano povrće u teći
- Milkin medenjak
- Miloduh
- Mirakul od spize
- Mirišljivi, aromatizirani, ocat
- Mirišljivo ulje za roštilj
- *mišancija*(zelje)
- Mišano sočivo na ulje
- Mjere starog Dubrovnika
- Mjerenje bez vage
- Mješavina svinjske masti, češnjaka i soli za kruh na roštilju
- Mješavine za začinjavanje (zimnica)
- Mladinska hladetina (jelo koje je obožavao književnik Mato Lovrak)
- Mlado janje pod pekom
- Mladi bobić s krumpirom
- Mladi grah
- Mladi krumpir s vrhnjem
- Mliječ
- Mliječni kruh
- Mlijeko i mliječni proizvodi BUKOVICA i RAVNI KOTARI (DALMATINSKA ZAGORA)
- Mlijeko s medom
- Mlijeko s pivom
- Mlijeko za sirenje
- Mlinci
- Mlinci (PIGIK)
- Mlinci na varaždinski način
- Mlijeko s medom
- Mlijeko s pivom
- Mljetska suha tabinja (Tabinja – jadranski bakalar)
- Mljetske blatine – carstvo jegulja
- Mljetski makaruli
- Mljevena slanina
- Mljeveno meso s vrhnjem
- Mljetski rižot
- **Moba i spreža.** (Vrbova u Slavoniji.) Priopćio M. Kurjaković.
- Moča
- Mojito
- Moliški Hrvati (*Molizanski* Hrvati)
- Molvarska orehnjača
- Morguša
- Mornarska juha
- Mornarski kruh (kruh sa crnilom sipe)
- Mornarski kruh - baškot, bucolaj, kolač, Galeta (Baškotin)
- Morska blitva
- Morska blitva na dalmatinski način
- Morska loboda u padeli
- Morska riba
- Morski ježevi od davnina
- Morski lonac
- Morski pas u umaku (kadel u umaku)
- Morski trputac
- Moslavačka bijela kobasica
- Mo(u)štarda
- 3. Morlački ručak na groblju
- Moslavački „beli“ žganci s prepečenim vrhnjem
- Moslavačka bazlamača s orasima
- Moslavačka kukuruzna pita sa sirom
- Moslavačka svinjetina u vrhnju s domaćim rezancima
- Moslavački lonac
- Moslavačko meso u zelju
- Mošt

- Mošt (zimnica)
- Mošnje (kesa, vrećica u kojoj se drži novac, barut i sl.)
- Motar
- Mrča
- (Mrkač na brujet) Hobotnica s divljim porilukom
- Mrkačići na ribarski način
- Mrkači u zelenom umaku (šugu)
- Mrkva (zimnica)
- Mrkva s krumpirom u padeli
- Mrzletina-hladetina
- Mudlini
- Mukinja
- Mulam iz juhe poslužite sa šalšom od rajčice (pomidora) i kapara
- Mulam s češnjakom (*mulam zalučen*)
- Muljanje plodova
- Muljanje, prešanje (prerada vina)
- Muria
- Murina sušena u dimu
- Murina na ražnju
- Murina na roštilju
- Murterin (vrsta brudeta s Murtera)
- Murterski valjušci
- Muruznica
- Musaka od kiselog kupusa
- Musaka od šljivovače
- Mustrice
- Mušmule (zimnica)
- Muštarda (Samoborska muštarda – vinski senf)
- Muzej žaba
- Mužar

N

- Nabiti sir
- Nabodeni teleći kotleti
- Nabujak od kopriva
- Nabujak od krasnica i rujnica na žaru
- Nabujak od kukuruzne krupice
- Nabujak od sir
- Nabujak od sira i koprive
- Nabujak od trešanja ili višanja
- Nacionalni specijaliteti
- NAČIN JABUKE ZEMALJSKE SADITI I NJE NA HASEN OBRNUTI ZA VOLJU POLJAKOV HORVATSKOG ORSAGA
  Oćituvan Vu Zagrebu,
  pritiskan pri Jožefu Karolu Kotče,
  1788.
- Način punjenja kaca šljivama
- Načini ribolova i vrste pribora
- Nadjev od bućinih sjemenki
- Nadjev od iznutrica peradi
- Nadjev od vlasca
- Nadjev za kokoš (Pullus fusilis)
- Nadjevena cikla
- Nadjevena crijeva (uskršnji nadjev) – moderna inačica Budela
- Nadjevena hobotnica na roštilju
- Nadjevena janjeća prsa
- Nadjevena kokoš
- Nadjevena (punjena) lovrata na roštilju
- Nadjevena (punjena) paprika sirom
- Nadjevena (punjena) paprika mesom od zeca
- Nadjevena patka s kestenima
- Nadjevena peciva
- Nadjevena srneća prsa
- Nadjevena štuka
- Nadjevena teleća prsa na šokački
- Nadjevene dunje
- Nadjevene (punjene) pečene jabuke
- Nadjevene jabuke
- Nadjevene (punjene) lignje na roštilju
- Nadjevene naranče
- Nadjevene rajčice (pomidori)
- Nadjevene sipe ili lignje
- Nadjeveni cvjetovi buće
- Nadjeveni guščji vrat
- Nadjeveni kelj
- Nadjeveni kopun u umaku
- Nadjeveni krumpir
- Nadjeveni smrčci
- Nadjeveni šaran
- Nadjeveni teleći odrezak s lovranskim marunima
- Nadrndani krumpir
- Najjednostavniji način soljenja
- Namaz od riblje ikre I. način
- Namaz od riblje ikre II. Način
- Namaz od sira s travama
- Namaz od svinjetine i guščetine
- Namaz od svježeg sira
- Namaz od šunke i svježeg sira
- Namaz s maslacem
- Namaz sa začinima
- Namirnice (zimnica)
- Namočeni makaruni

- Namrvljeni uštipci od krumpira. (Erdäpfel-Krapfeln eingebröselt)
- Napitak od kestena
- Naputak za pincu
- Naputci svečane večere (kolinje)
- Nar
- Naranče (zimnica)
- Naravni odrezak (od konjetine)
- Narodna krvavica – crna krvavica
- Narodna kuća ili dom s pokućstvom u Dalmaciji, u Hercegovini i u Bosni. Napisao Vid Vuletić-Vukasović
- Narodna vjerovanja s bajanjem.
    1. Što narod priča o božanstvu i o svecima; što baje i što radi u ovo ili u ono doba godine (nar. koledar).
    a) Koprivnica u Hrvatskoj. Priopćio R. Horvat.
    b) Vrhgorac u Dalmaciji. Priopćio I. Ujević.
- Narodni Slavonski običaji; župnik Luka Ilić Oriovčanin (cicvara)
- **Narodni život i običaji na otoku Braču** (Narodna umjetnost hrvatski časopis za etnologiju i folkloristiku, Vol.11/12 N0. 1 Srpanj 1975) - dr. sc. Josip Miličević;1933. – 2000.
- Nartska bela devenica
- Naša tradicionalna jela od sira
- Naši autohtoni sirevi
  Stari zapisi o mlijeku, siru i životu uopće (iz požutjelih stranica)
  Posavina (Trebarjevo)
  Prigorje
  Krale (u turskoj Hrvatskoj) (Krale se nalaze zapadno od Bihaća)
  Polica
  Istra
  Cres
  Krk
  Pag
  Velebit i Dinara
- Naši stari kruh nisu bacali
- Natrti sir
- Godine 1817. Tiskana je brošurica: „Navuk zemalske jabuke, oliti krumper za kruh, jestvine i konj-krmu potrebuvati: kak takaj ove od pohabljivanja občuvato i dugo zadržati. Iz nemškoga na horvacko prenešeno 1816.“
- Nazivi uz kolinje („dalmatinsko kolinje“)
- Neka od naših tradicionalnih jela (mali pregled)
- Nemčićevi lovački odresci
- Nepečena torta od skorupa
- Neretvanski brodet
- Ninski šokol
- Nizbedrica (ščipanci, valjušci, luleki)
- Noćnjak
- Nonina kanavaca
- Normativi
- Godine 1813. U Zagrebu, u Vrhovćevoj tiskari, tiskana je knjiga Ivana Birlinga: „Nova skupsložena zagrebačka sokačka kniga vu šestih razdeljenjih, zadržajuča 554 naredbe vsakojačke jestvenine pripravijati. Iz nemškoga na horvatsko prenešena. Vu Zagrebu, 1813“.
  Knjiga sadržava jela (najvjerojatnije) austrijske, češke, njemačke i mađarske kuhinje. No, ne možemo isključiti i mogućnost da su neka od njih i naša izvorna samo usvojena od drugih kuhinja.
- „Nova zagrebačka kuharica” Marije Kumičić, štampana u Zagrebu bez oznake godine štampanja, vjerojatno početkom ovog stoljeća.
- „NOVA ZAGREBAČKA KUHARICA, praktični naputak za kuhanje, pečenje i ukuhavanje.
  Podpuna sbirka najboljih propisa za domaćice i kuharice sa 170 slika”
- Novigradski prisnac
- Novogodišnja sarma

NJ

- Njoki sa salsom od pomidora (njoki sa umakom od rajčice)
- Njoki zi brudetom od sušenog mrkača (valjušci od krumpira s brudetom od hobotnice)
- Njoki u umaku od balancana
- Njoki u pakoš umaku

O

- O autoru
- „o berbi uobče“
- O kestenu i marunu
-O kopunu prije nekoliko stoljeća
- O maraskinu

- O našim vinima
- O nekadašnjem životu zaostroških seljaka u „brdu“
- 4. O moru koje pláće Primorje; o njegovoj razini; o ribolovu.
- 5. O naseljenim mjestima duž obale Primorja zapadno i istočno od Makarske
- 9. O Poljičkoj krajini i njezinoj vladi
- 7. O rijekama Norinu i Neretvi, te i nizini što je one poplavljuju
- 1. O otocima Visu i Palagružu
- 3. O otoku Braču
- 2. O otoku Hvaru
- O otoku Pagu
- 4. O otoku Rabu u Kvarnerskom zaljevu
- Obetica
- Običaji (Međimurja i Podravine)
- Običaji darivanja zdenca
- Običaji i jelo (Banija i Kordun)
- Običaji i vjerovanja (Međimurja i Podravine)
- Običaji kod oranja, sijanja i žetve (Banija)
- Običaji sela Zagrebačke okolice
- Običaji – vjerovanja
- Obična kisela juha
- Obično varivo od kelja
- Obiteljski objed
- Oblici (kalupi) od krumpira sa šunkom. (Erdäpfel-Wanneln mit Schinken.) str. 20
- Ocat (zimnica)
- Ocat od bazginih cvatova
- Ocat od bazginih bobica
- Ocat od koma (tropa) grožđa
- Ocat od kozjaka ili češnjaka
- Ocat od meda
- Ocat od mukinja
- Ocat od rakije
- Ocat od voćnih otpadaka
- Ocat od začinskog bilja
- Ocat od zubovca (bertram ili estragon ocat)
- Ocat s majčinom dušicom
- Ocjenjivanje pršuta
- Od pretpovijesti do doseljenja i stvaranja države
  Pretpovijesno i antičko doba
  Dolazak Hrvata
  Prve Hrvatske kneževine
  Kraljevina Hrvatska (925.)
- Odlaganje staklenki (zimnica)
- Odlaganje zimnice
- Odležavanje, starenje, čuvanje rakije
- Odojak divlje svinje na ražnju
- Odojak na ražnju
- Odojak u krušnoj peći
- Odojek pečen
- Odresci divlje svinje s lisičicama
- Odresci pluća s lukom i vinom
- Odresci od konjskog mesa u umaku
- Odresci od krumpira
- Odresci od tune
- Odresci s kukuruznim brašnom
- Odresci s kiselicom
- Odresci štuke s paprikom
- Odrezak Daruvarskih toplica
- Održavanje bačvi (iskustva „starih vinara“)
- Ognjište
- Ogrozd (zimnica)
- Ogulinska masnica
- Okruglice od kukuruznog brašna za juhu
- Okruglice od jabuka I. način
- Okruglice od jabuka II način
- Okruglice od kruha
- Okruglice od kruha i šunke
- Okruglice od marelica
- Okruglice od pilećih jetrica
- Okruglice od sira
- Okruglice od srijemuša
- Okruglice sa šljivama
- Okruglice sa šunkom
- Okruglice od štuke u kopar-umaku
- Okruglice od zobi
- Okruglice s kestenima
- Okruglice s marmeladom ili pekmezom
- Okruglice sa čvarcima
- Okruglice sa slaninom
- Okruglice u ubrusu
- Okrugljice od krumpirova tiesta. (Erdäpfelteig-Knödeln.)
- Okrugljice od krumpira sa mrvicami (Erdäpfelteig-Knödeln mit Bröseln.)
- Okrugljice od krumpira sa šunkom. (Erdäpfelteig-Knödeln mit Schinken.)
- Olibski sir
- Olita ili slatka krvavica
- Omaga
- Omaga drvenasta

- Omaklina
- Oman
- Ombolo i kobasice (Istra)
- Omlet s bijelim bubrezima
- Omlet s kotrljanom
- Omlet s kaduljom
- Omlet s pazijom
- Omlet sa slanim srdelicama
- Opasnost od trihineloze
- Opatijski bakalar
- Opće o kuhanje (zimnica)
- Oprema svinjara: svinjarska kanđija, žulja, kožna svinjarska torba, baltica
- Opskrba samostana u Topuskom
- Opuncija
- Orada ili zubatac na način „Kornat“
- Orahovica koja se pripravljala na dan Sv. Antuna
- Orancini
- Orašnice
- Orijentaciono vrijeme pripremanja ribe
- Orzo – ječam
- Orasi (zimnica)
- Orasi u medu
- Orašnice
- Origano
- Orijentacioni kalendar spravljanja slatke i slane zimnice
- Osep/Ošep
- Osjak
- Oskoruše (zimnica)
- Oslić na roštilju
- Oskoruša
- Osnovno pivsko tijesto
- Osogriz
- **Ostala jela kopna i otoka**
- Otakalnica – pretakalnica
- *otočni brudet od škropca s prošekom*
- Otočno-istarski pršut
- Ovčarenje na Biokovu
- Ovčja juha
- Ovčja pastrma
- Ovčja stelja
- Ovčje kiselo mlijeko
- Ovčji pršut
- Ovčji sir u pogačama ili pod drugim nazivom sir iz kačice
  Tekst je pisan između 1904. I 1907. Godine
- Otočka juha od cipala
- Otočka pečenka u posudi
- Otočni brodet od škrpoca s prošekom
- Otok Cres
  Tekst pisan 1904-1907 godine
- Ovčetina na ražnju (ovca *cigaja*)
- Ovčja jetra
- Ovčji bubrezi na žaru
- Ovčji but u maramici
- Ovčji kotlet na žaru
- Ovinjavanje novih bačvi
- Ožičice simulate

P

- Pagar na lešo
- („Pakračka brda“- Razlijevak)
- Palačinke od kukuruznog brašna I. način
- Palačinke od kukuruznog brašna II. način
- Palačinke od projina brašna i kopriva
- Palačinke s borovnicama
- Palačinke s pivom
- Palačinke s trešnjama
- Palačinke sa sirom
- Palačinkice s kukuruzom u umaku
- Palačinkice s kukuruzom i rajčicom
- Palagruža
- Palamida na roštilju
- Palamida na savur
- Palenta
- Palenta od koprive sa skutom
- Palenta zi toćon od kunje (palenta s umakom od dunje)
- Palenta s mrvicama
- Palenta s vinom
- Palenta sa mljevenim mesom i makom
- Palenta sa pirjanom kupusom i slaninom
- Palenta sa prelivom - začinom
- Palenta sa sirom
- Palenta sa slaninom
- Palenta u crijevu
- Palenta i krvavice
- Palenta konpirica i slane ribi
- Palka, paljenka, paljka
- Paljuf
- Paljug
- Paljuv
- Panceta
- Pandišpanj
- Pandolete (Padišpanj)
- Pandulat
- Panirana šaranova ikra
- Panirani bijeli bubrezi

- Panirani cvijet tikve
- Panirani kaul s umakom od pancete
- Panirani (pohani) krumpir
- Panirani (pohani) šaran s grahovim žgancima
- Papaline kao riblje mlijeko
- Papaline u jajima
- Papra (piće)
- Paprat
- Paprenjaci
- Paprenjaci (*Starogrojski paprenjok*)
- Papricirana slanina
- Paprika za filanje, punjenje
- Paprike (zimnica)
- Paprikaš od bijelih bubrega
- Paprikaš od domaćeg zeca
- Paprikaš od golubova
- Paprikaš od mesa ždrebadi
- Paprikaš od pijetla sa žličnjacima (*Žličnjaci, Žličnjaci s vrhnjem*)
- Paprikaš od praseće sitneži
- Paprikaš od somove glave
- Paprikaš od srnetine
- Paprikaš od svinjskih kožica
- Papula
- Paradajz-paprika s medom
- Paradižot, paradižet
- Pareno krumpirovo tijesto
- Parićana rakovica po istarski
- *pas ili pešikan* (morski pas)
- Pasji luk
- Pasta frula
- Pasterizacijom do najboljega mošta
- Pasteriziranje
- Patliđan – balancan (zimnica)
- Pasiranje
- Paste (zimnica)
- Pastirska pura I. način
- Pastirska pura II. način
- Pastirski kotleti s ovčjim kiselim mlijekom
- Pastirski ručak
- Pastirski ovčji sir
- Pastirsko-govedarski perkelt
- Pastrva (bistranka) s tokajcem
- Pastrva „Marta“
- Pastrva iz Žrnovnice s domaćom purom
- Pastrva na kajmaku
- Pastrva pečena u soli
- Pastrva u crnom vinu
- Pašareta/pasareta
- Paška janjetina ispod peke
- Paška šalša
- Paška uvala – najbogatija jadranska laguna školjkama
- Paški kolačići
- Paški pljukanci
- Paški sir (Sir na ruku, Sir na formu)
- *pašta fažol*
- Pašta-fažol na brodet
- Paštašuta
- Pašta sa crnilom sipe
- Pašteta od čvaraka
- Pašteta od čvaraka na otočki način
- Pašteta od divljači
- Pašteta od gacke pastrve
- Pašteta od gusje jetre
- Pašteta od iznutrica šljuke
- Pašteta od kopuna
- Pašticada
- Pašticada od tune
- Pašticada na paški način
- Patakenjac (Poverun)
- Patke (po domaćem raca) nadjevene jabukama
- Patka na koprivi
- Patka s umakom od maruna
- Patka u umaku
- Pavenka (Lika)
- Pavlinska torta (suvenir Crikvenice)
- Pazija *pod uje* (*pod uje* – na ulju)
- Pečena cikla
- Pečena domaća lonza (svinjski kare)
- Pečena guska na međimurski način (s domaćim rezancima; Pečena guska u komadima; Temeljac; Pašteta)
- Pečena heljdina kaša s kravljim sirom
-Pečena heljdina kaša s mesom
- Pečena jaja s pasjim lukom
- Pečena kozletina s mladim patatama
- Pečena mlada guščja jetra
- Pečena patka u blatu
- Pečena patka nadjevena hajdinskom kašom
- Pečena raca s hajdinskom kašom
- Pečena smokva kao dodatak kavi
- Pečena svinjetina s kestenima
- Pečena svinjska krv s jajima
- Pečena svinjska krv s lukom

- Pečene dagnje
- Pečene kruške
- Pečene šljive
- Pečene šljive s medom
- Pečene šparoge s tjesteninom
- Pečeni bakalar
- Pečeni buncek i kobasica s pirjanim kiselim kupusom i okruglicama od krumpira
- Pečeni buncek (s krumpirom i zeljem)
- Pečeni dindek (Poloncin dindek)
- Pečeni grah s rezancima
- Pečeni grklji s krumpirom
- Pečeni janjeći butovi
- Pečeni klen
- Pečeni kopun
- Pečeni kopun s puževima
- Pečeni kruh s preljevom
- Pečeni krumpir. (Gebratene Erdäpfel.)
- Pečeni krumpir s vrhnjem
- Pečeni krumpir s pilekom
- Pečeni krumpir u pećnici
- Pečeni nadjev za kobasice
- Pečeni odojak s „pijanom“ salatom
- Pečeni pereci
- Pečeni puran s ružmarinom
- Pečeni puževi
- Pečeni sir (frigo)
- Pečeni smuđ
- Pečeni smuđ s umakom od gljiva
- Pečeni šaran sa češnjakom
- Pečenica (lungići) u umaku od šljivovice
- Pečenice u umaku od vrhnja
- Pečenice s lukom
- Pečenka u mrežici
- Pečenjarska kotlovina
- Pečenje (destilacija)
- Pečenje rakije
- Pečenje na ražnju
- Pečenje na ražnjiću
- Pečenje na ražnjiću mesa savijenog u svitak (rolu)
- Pečenje na roštilju
- Pečenje na žaru
- Pečenje s jaglima i smotuljkima
- Pečenje mesa u ilovači (glini) i drugoj zemlji (jež u glini)
- Pečenje rakije (Banija)
- Pečenje u soli
- Pečenje u suproški (pepeo u kojem još ima žeravki)
- Pečenje v rečici
  II. inačica
- Pehar s maraskinom
- Pehinarski presnac
- Peka
- Pekarski krumpir
- Pekmez od divljih trešanja
- Pekmez od marelica
- Pekmez od ogrozda
- Pekmez od oguljenih šljiva
- Pekmezari ili *tamo – vamo*
- Pekmezi (zimnica)
- Pekmezice
- Pelin divlji
- Pelnica
- Pelješački maškadur
- Pelješka juha
- Pelješke masnice
- Pelješki brodet od mušula (dagnji)
- Pelješki savur
- Pemski kolačići
- Pera (Vrbovečka pera)
- Pera s rižom
- Pereci (kuhani i pečeni)
- Perkelt
- Perkelt od podolca
- Perkelt od soma na kopački način
- Pešt
- Petrinjska pogača
- Petrinjska tlačenica
- Petrinjski ceker bal
- Petrovo uho na gradelama
- Pevec z oreji
- Picek u kuruznoj melji
- Pića BUKOVICA i RAVNI KOTARI (DALMATINSKA ZAGORA)
- PIGIK – Petrinjska izložba gastronomije i kulinarstva
- Pijani šaran
- Pijetao s pivom
- Pijetao s repom
- Pikantne šljivovače
- Pile na roštilju
- Pile s češnjakom
- Pile sa salaša i trganci sa sirom i vrhnjem
- Pileća jetrica sa palentom
- Pileća prsa s palentom
- Pileće pečenje s dunjom
- Pile punjeno gljivama

- Pileći paprikaš
- Pileći paprikaš i dizane okruglice
- Piletina s fužima i koprivom
- Piletina s kukuruzom
- Piletina s povrćem pod pekom
- Piletina s povrćem pod pekom
- Pilići nadjeveni suhim šljivama
- Pir
- Pire od kiselice
- Pirjane gljive
- Pirjane lisičarke
- Pire od maruna
- Pirjane iznutrice
- Pirjane mahune
- Pirjani bubrezi
- Pirjani crveni kupus
- Pirjani čvarci
- Pirjani kesten
- Pirjani komorač
- Pirjani kozjak
- Pirjani kukuruz
- Pirjani krumpir
- Pirjani potočni rakovi
- Pirjani puževi
- Pirjani žablji kraci s palentom
- Pirjano zelje s buncekom i jabukama
- Pirovačka juha
- Pisana pečenka
- Pisana pečenka s kiselim zeljem i Žgancima
- Pisana ribica u poculici
- Pisano pečenje
- Piskavica
- Pispalji (langoši)
- Pivo – Lovrečina Grad
- Pivski ocat
- Pita krumpiruša
- Pita lukovača
- Pita zeljanica
- Pita od čvaraka
- Pita od čvaraka s jabukama
- Pita od čvaraka s kravljim sirom
- Pita od jabuka
- Pita od jabuka s čvarcima
- Pita od kiselog zelja (kupusa) i krumpira
- Pita od kukuruznog brašna
- Pita od maruna
- Pita od oraha i sira
- Pita od samoniklog povrća
- Pita od sira i šunke
- Pita od svježeg zelja
- Pita od trešanja
- Pita od višanja
- Pita s kiselim mlijekom
- Pita sa sirom
- Pituljica
- Pivo iz kućne radinosti
- Pivo od jabuka
- Pivo od koprive
- PIVO U HRVATSKOJ
- Pivnica „U Fleku“- nogomet, Split
- Pivska kobasica
- Pivske mješavine
- Pivski kruh
- Pijanci
- Pjenasta krema od maruna
- Pladanj á la Lovrečina Grad
- Pladanj Lošinj
- Planika (zimnica)
- Planika
- Planinarska kobasica
- Planinarski kruh
- Planinski kruh
- Plava sikavica
- Plavo more i crne planine, Slike naroda i krajolika iz Kranjske, Istre Dalmacije, Crne Gore. – Georg Baumberger – Einsiedeln, 1900.
- Plemići „šljivari“
- Plešivička greblica
- Plešivički copanjek
- Plešivički zelenjaki
- Pločasto rezani krumpir. (In Scheiben geschnittene Erdäpfel.)
- Ploške krumpira frigane. Šunke s jajima i krumpirom. (Schinke mit Eier und Erdäpfeln)
- Plućica na kiselo („pajšl“)
- Plućna
- Pljeskavice
- Pljeskavice od palente
- Pljeskavica od tune
- Pljukanci sa škorupom (skorupom)
- Poboljšana prepečenica
- Pociglanjki (Ponakljići, Popečnjaki)
- Počeci turizma
- Poderane gače
- Podgarički kotlić
- Podjela riba prema ribarima
- Podlanica

- Podlanice od graha
- Podmetaš
- Podolac
- MEĐIMURJE i PODRAVINA
- Podravina: Zadruga Bratanović u Podravskim Sesvetama, O nadničarima i slugama, Opis žetve i vršidbe
- Podravska juha od graška
- Podravska kobasica
- Podravski paprenjaci
- Podravska piletina
- Podravska salata od luka
- Podravske kocke od rogača
- Podravski kuhani podvaljak
- Podravski šaran
- Podrum u klijet
- Podust (škobalj, štupser) na roštilju
- Podvarak
- „Pofureni“ valjušci (luleki)
- *pogača*
- Pogača
- Pogača luciščak
- Pogača od grožđa
- Pogača od klapunića
- Pogača od slanih inćuna
- Pogača s koprivom
- Pogača s maslinama
- Pogača s matarom i blitvom
- Pogača s nadjevom
- Pogača (s orasima)
- Pogača s pazijom
- Pogača s ružmarinom, kaduljom, origanom i timijanom
- Pogača sa čvarcima
- Pogača od slane ribe
- Pogača od šparoga
- Pogača sa suhim smokvama
- Pogačica od grožđa
- Pogačice od kestena
- Pogačice od krumpira
- Pogačice od kukuruznog brašna iz Legrada
- Pogačice od sira
- Pogačice od naranči i meda
- Pogačice s čvarcima
- Pogačice s orasima
- Pogačice sa čvarcima (Lisnate pogačice sa čvarcima)
- Pogačice sa sirom
- Pogačice od svježeg kravljeg sira
- Pohana riblja mliječ
- Pohana (panirana) svinjska crijeva
- Pohana teleća žlijezda (brizli)
- Pohana šunka
- Pohane palačinke sa šunkom
- Pohane (panirane) svinjske uši
- Pohani (panirani) buncek
- Pohani picek – pohanec, fajni mladi Pohanci (rizi-bizi)
- Pojmovnik i Mali rječnik tradicionalnog i službenog nazivlja
- Pokladni objed (jelo koje se radilo beračima i za poklade)
- Polutvrdi masni sir za rezanje
- Pojorski bronzin
- Pokladnice sa sirom
- Pokoraji* (slavonski sitni kolači)
- Pokupska kobasica
- *polovice – pole*
- „Pole od krumpira s pršutom“
- Polesnjaci
- Polivka (juha) od krumpira i češnjaka
- Polpeti
- Polpete od mrkač s divljim porilukom
- Poljevka
- Poljička torta
- Poljička šalša
- Poljičko sočivo
- Ponašanje za stolom (prvi bon-ton) DRŽANJA K STOLU DVOREČEGA (8 pravila) i DRŽANJA PRI STOLU SEDEČEGA (21 pravilo)
- Popara
- Popara od ribe na otočki način
- Popara od srdela
- Popečci od kadulje (panirana kadulja)
- Popečci od kelja
- Popečci od konjskog mesa
- Popečci od konjskog mesa na II. način
- Popečci od kotrljana
- Popečci od kukuruznih zrna
- Popečnjaci
- Poprženo goveđe vime
- Poreć
- Porezi i davanja
- Poriluk s jajima i kukuruznim brašnom
- Poriluk u paprikašu
- Portugizac – crveno vino
- POSAVINA Trebarjevo

Napisala Kata Jajnčerova
Iz zapisa starih više od sto godina saznajemo o načinu života savskih sela oko Siska
Dimljarina
Varoš
(okolica Slavonskog Broda)
Napisao Luka Lukić oko 1920.
ZBORNIK ZA NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE JUŽNIH SLAVENA, knjiga XXV. sv. 2., JAZU u Zagrebu 1924.
Običaji kod jela i pila
Zapis, Varoš, sačinjeni oko 1920 govore nam o životu u Slavonskom Brodu
Turopoljske hrastove šume
(Turopoljsko svinjogojstvo)
ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, knjiga 37, JAZU u Zagrebu 1953.

- Posavska *carska* pita
- Posavska cicvara
- Posavska dimljena riba
- Posavska gibanica
- Posavska gulaš juha
- Posavska pogača
  (Pogača *Vodeničarka*)
- Posavske – Bele devenice (Vidi: Kolinje)
- Posavski čobanac
- Posavski krumpir
- Posavski „pohani“(panirani) vrganji
- Posavski sir
- Posavski suhi sir
- Posavski suhi dimljeni sir
- Posavski sir sa čvarcima i zelenom salatom (*Šalata s oparom*)
- Posavski šaran s umakom
- Posavski šećerni roščići
- **Posavsko kolinje**
  Posavska suha svinjska kobasica
  Posavska ljuta svinjska kobasica
  Posavska obična svinjska kobasica
  Posavska češnjovka
  Posavska tlačenica
  Posavske krvavice
  Posavska bijela kobasica
  Posavski mast i čvarci
  Posavska domaća suha slanina, vratina, buncek, šunka i lopatica
- Posavsko jelo od mesa i raznog povrća
- Posna juha - panata
- Posna pogača
- Posna sarma (sarma na starinski način)
- Posna sarma s orasima
- Posni kolač s medom
- Povitica od kvasnog tijesta i ocvirkima
- Povrće i kruh
- Posejdonova cvjetna sol
- Posjet obitelji Cambi u Kaštel-Kambelovcu
- Posjeta Petru Nisiteu u Hektorovićevu Tvrdalju
- Posna grajova juva
- Posna maneštra
- Posna savijača za Badnjak
- Posne fritule
- Posni grah
- Posni grah sa šećerom
- Posno jelo – proso
- Postijenak
- Postupci kako će te najbolje prirediti dimljenu ribu
- Posude za čuvanje voćnih sokova (zimnica)
- Posude za pripremanje zimnice
- Posude za kompot – „staklenke“
- Posuđe (za zimnicu)
- Potica (kolač) od heljde sa sirom
- Potkriža od kruha
- Potočni (riječni) rakovi
- Potrgane)Poderane) gaće
- Potrusene (prisušene) gire
- Pounje
- Povatica
- Povijesne crtice za razumijevanje Hrvatske kulinarske povijest tj. kulture stola
- Povijest duha kao kulisa Dioklecijanovoj Palači
- Povitica
- Povrće s pancetom i sirom
- Povrće i prerađevine od povrća
  BUKOVICA i RAVNI KOTARI
  (DALMATINSKA ZAGORA)
- Povrće u trapu – trapljenje
- Povrće u zemljanoj posudi
- Požeška pivovara
- Požeške gatrice
- Požeška kotlina
- Prababin kolač (kolač od kukuruznog brašna i bundeva)

- Prastari prsnac – naputak I. verzija
- Prastari prsnac – naputak II. verzija
- Prastari prsnac – naputak III. verzija
- Prastari prsnac – naputak IV. verzija
- Pravila za ukuhavanje voća
- Pravilan položaj destilacijskog aparata
- Pravilna prerada – odlično vino
- Pražetina
- Prema vinskoj terminologiji piva se dijele na: ….
- Presnac
- Presnac od Srdočev
- Preklopna *snašina* pogača
- Prežgana juha (Ajnpren juha)
- Prga (jelo od graha)
- Prga
- Prha prova
- Priganica
- Prigorski grah (zagrebački bažul)
- Prikle (sa patatama)
- Prikle posne bez jaja
- Primorska kalandraka – gulaš od krumpira i mesa živadi
- Primorska loboda
- Primorski prisnac
- Priprema puževa
- Alois (Luigi, Vjekoslav) Maschek „Priručnik“ (*Manuele del Regno di Dalmazia*).1871-1877, Zadar
- Proja
- Prosta (obična) povitica s ocvirkima (čvarcima)
- Pržena buća
- Pravo lova i ribolova – plemićka zabava
- Predgovor
- Predjelo od guščjeg vrata
- Predjelo od palente i kobasica
- ***Prehrana legija***
- Prekmurska gibanica
- Prelivena palenta
- Prelo (Lika)
- Preljev od hrena
- Preljev od pirea od rajčice
- Preljev od vrhnja
- Preljev od ulja
- Prepečeni kukuruz
- Prepelica ili jarebica
- Prerađevine „Dalmatinskog kolinja“
- Preslica
- Presnac
- Presnac (*Sir škripavac)*
- Prešanac
- Prešanje butova
- Pretakanje – od mladog do novog vina
- Pretepena juha
- Pretepeni grah
- Pretepeni sos od paradajza (umak od rajčice)
- Pretepeni štrukli – dodatak juhi
- Prežgana juha s kukuruznom pogačom
- Prežganica z baškoton na Jakovarski
- Prge/turoši od sira (ili dimljeni kvargl)
- Prge od svježeg sira
- Prhke kapice
- Pribor za čuvanje drhtalica (zimnica)
- Pribor za kuhanje i čuvanje slatkog (zimnica)
- Pribor za kuhanje i čuvanje voća (zimnica)
- Pribor za pripremanje voća (zimnica)
- PRIGORJE
  Napisao Vatroslav Rožić
  ZBORNIK ZA NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE JUŽNIH SLAVENA, knjiga XII. Svezak 1.JAZU, u Zagrebu 1907.
  Spremane i priređivane mesa, smoka i Sočiva
- Priganice
- Prigorska pogača
- Prigorske okruglice
- Prigorski grah (neki za nazivaju i zagrebački bažul)
- *Prigorski* ili *Kalnički štrukli* ili *vanjkušeki - ponakliči* ili *pociglanjki*
- Prigorski riblji paprikaš („Fiš-paprikaš)
- Prijedlog za izletnički roštilj
- Prijesnac, prisnac
- Prikle
- Prikle I. način
- Prikle II. način
- Prikucanac
- Prilozi
- Prilozi za juhu i meso
- Primorska juha
- Primorska kobasica
- Primorska palenta s jetricama i slaninom
- Primorska panada
- Primorska pura

- Primorski rezančići
- Primorski složenac od patliđana (balancana)
- *primoštenska riblja juha*
- Pripravljanje šećerne otopine (sirupa)
- Priprema domaćeg mošta od grožđa
- Priprema koma za lozovaču
- Priprema voća
- Priprema svinjske masti i čvaraka
- Prisiljeno zelje
- Godine 1772. Izlazi priručnik s naslovom:
  „Prirucsna knjiga za Slavonsku seljansku mladex ucsitti u dobro nagradjenom poljskom radjenju koju naj parvi biashe popisao Ivan Wiegand Jedan izmed Cesarskog-Kraljevskog-Austrianskoga Drushtva od Texacstva, ili tako recsen za Gospodarstva sada pak Ponaj Milostiveishjoj Zapovjedi Njihovoga cesarskoga kraljevskoga aposhtolskoga velicsjanstva iz Nimacskog Jezika u Slavonski priobratio Ignatia Jablanczk Svietle Varmecxie Poxeske negdashnji Notar. – U Becsu kod Josipa Kurtzböcka, Cesarsko-Kraljevskoga Dvora, Illiricskog i Istocsnog Shtampara. Godishte MDCCLXXII“.
  Taj praktičan udžbenik o gospodarenju svojim počelima još i danas vrijedi.
- Prisnac-presnac
- Prisnac iz Benkovca
- *Prisnac iz Bruške*
- *Prisnac iz Novigrada*
- *Prisnac iz Zelengrada*.
- Prisnav
- Pristeški prisnac
- Procip, procipac
- Procip (Karamelizirani bračk sir
- ***Proizvod kojeg više nema – ovčji jogurt (kojata)***
- Proizvodi od mesa
- Proizvodnja maraschina u Zadru
- Proizvodnja kiselog vrhnja, maslaca i sira u našim domaćinstvima
- Proja
- Proja s kajmakom i čvarcima
- Proja s kiselim mlijekom
- Projara
- Prokuhavanje voća (omekšavanje, „furenje“) – zimnica
- Proljetna Iločka kobasica
- Proljetna salata
- Proljetna salata
- Prominska Cicvara
- Promocija restorana i jela (kultura stola)
- Prosena juha sa samoniklim biljem
- Prosena kaša
- Prosenjaci u glinenom loncu
- Proslave i veselice - „Spravišča“, „pajdašije“(Krapinski vandrček; Zdravica za bilikum; Krščenje mošta; Križevački štatuti)
  Obrazac I.
  Obrazac II.
  Obrazac III.
- Proso
- Proso sa suhim voćem
- Prošek
  Proizvodnja prošeka na stari način
  Prošek u kulinarstvu
  Omiški prošeko
  Vrbnik
- Prošnjara
- Proštenje
- Prova (proja)
- Prstaci na buzaru – I. način
- Prstaci na buzaru – II. način
- Prsurata, pršurata (pogačice na maslinovu ulju)
- Prs(š)urate, pas(š)urate
- Pršut – prešanje, dimljenje, zrenje
- Pršut (šunka) kuhan u vinu
- Pršut s jajima i tartufima
- „Pršut s vinom i uljem“
- Pršut u balancani
- Pršut u bijelom vinu s tartufima
- Prutići – ražnjići
- Prva konačišta Dubrovnika
- Prvi hrvatski kalendar iz godine 1635.
- Prvi poznati mesopustov teštament
- Pržena kožara
- Pržena palenta
- Pržena salata
- Pržene (frigane) buće
- Pržene kozice na prženoj rikoli
- Pržene pogačice od riba
- Pržene ploške pure I. način
- Pržene ploške pure II. način

- Pržene sjemenke (buća)
- Pržene (frigane) srdelice i inćuni
- Pržene šljive
- Prženi bazgin cvijet
- Prženi bijeli bubrezi ovna
- Prženi cvijet bundeve
- Prženi goveđi jezik
- Prženi „grašak“
- Prženi ječam na stari način
- Prženi kiseli kupus
- Prženi kiseli ili slatki kupus
- Prženi kolačići
- Prženi krakovi hobotnice
- Prženi krumpir (Gebackene Erdäpfel.
- Prženi rafioli s Pelješca
- Prženi svinjski podbradak
- Prženu brašno u mlijeku
- Pučinski otoci (Brusnik, Jabuka, Svetac)
- Pučko mudroslovlje o hrani, jelima i pilu
- Puding od maruna
- Puding od telećih crijeva
- Prženi mladi krumpirići
- Puding od telećih crijeva
- Puh na ražnju
- Puhanci
- Puhanje
- Pukinja
- Punat otok Krk
  Toš – mlin za masline
- Punomasni sir
- Punjena jaja
- Punjene (nadjevene) lignje
- Punjene lignje na gospodski
- Punjene paprike s piletinom – „Filovane paprike“
- Punjeni krumpir
- Punjeni lubin
- Punjeno srce
- Pupora
- Pura, palenta
- Pura palenta, žganci u kotliću
- Pura iz dalmatinske Zagore
- Pura s gljivama
- Pura s kiselim mlijekom
- Pura sa kajmakom i tvrdim sirom
- Puran s umakom
- Pureća prsa obložena pireom od kestena
- Purica nadjevena heljdinom kašom
  (Stari nadjev za puricu; Križevačka purica; Purica s jabukama)
- Purica s kestenima
- Purica s mlincima
- Purica s okruglicama
- Knjiga Alberta Fortisa (talijanski opat)
  Put po Dalmaciji (Viaggio in Dalmazia):
- Put po Dalmaciji – Hermann Bahr, Berlin 1909.
- Putać (Murtersko – Kornaturski gulaš)
- Putni dnevnik Engleza Simona Clementsa
- Putokaz upotrebe začina za povrće koje se najčešće koristi u našoj kuhinji
- Putovanje austrijskom Ilirijom, Dalmacijom i Albanijom u godini 1818, baruna Josefa Marxa von Liechtensterna
- Iz djela E.F. Germara, Putovanje u Dalmaciju i u predio Dubrovnika, Leipzig u Altenberg, 1817.
  Dubrovačka privreda, gusari i bosanski trgovci (str. 204 – 209 i 211 – 214)
- Putrenjaki
- Puževi
- Puževi na brodet
- Puževi na gradelama
- Puževi na vrbovečki način
- Puževi s ljutikom
- Puževi (ogrci, ugrci) s palentom
- Puževi s vrhnjem
- Puževi s vrhnjem i kukuruznim brašnom
- Puževi u bijelom vinu
- Puževi u klobucima gljiva
- Puževi u umaku od pršuta i vina
- Puževi u šugu (umaku)
- Puži po pastirski
- Pužići
- Pürée od krumpira. (Erdäpfel-Pürée.)

R

- Rab, 2 srpanj 1811.
- Rabarbara (zimnica)
- Rabska fjera
- Rabska „grota“
- Rabska „torta“
- Rabski baškotin
- Rabski brodet (brujet)
- Rabski muštaćoni
- Rabski sir
- Rabsko sočivo
- Raci u umaku od murtele (nana, menta, metvica)
- Rajčice (zimnica)
- Rajžlec (*Pohani rajžlec*)

- Rajžlec na kiselo
- Rakija
  Đakova
  Orahovica
  Otok Cres
- Rakija od duda
- Rakija od dunja
- Rakija od maginja
- Rakija od nježnih latica ružica
- Rakija od maslačka
- Rakija od mirte
- Rakija od rogača
- „Rakija“ od cijelog ploda rogača
- Rakija od ruža
- Rakija od smokava (vidi: smokovača)
- Rakija od šljive „ranke“
- Rakija od tepke
- Rakija od žižula I. način
- Rakija od žižula II. način
- Rakija s rudom
- Rakija u kulinarstvu
- Rakovi u kotliću
- Rakovica bokeljskih mornara
- Rasparane brageše
- Rašeljka
- Ratarska jetrena kobasica
- „Ratna germa“
- Ravioli s tartufima (bijeli ili crni)
- BUKOVICA i RAVNI KOTARI
  (DALMATINSKA ZAGORA)
- Različak
- (Razlijevak – „Pakračka brda“)
- Razno voće (zimnica)
- Razvoj gradova
- Raž
- Ražanj
- Ražanj bušak
- Ražanj peradar
- Raženi kolač s lukom
- Raženi kruh/kruv
- Raženi kruh s krumpirom
- Ražnjić
- Ražnjić od pisane pečenke divljeg kunića
- Ražnjić od pisane pečenke srne
- Ražnjići od dagnji
- Ražnjići od srnetine
- Rebarca s krumpirom (Coteletten mit Erdäpfeln.)
- „Recollections: The Life and Travels of a Victorian Architect, Sir Thomas Graham Jacksion“(Recollections – sjećanja)
- „Reise nach Istrien, Dalmatien und Montenegro“(Dresden, 1851.)
- Repa (zimnica)
- Repa; vidi aleluja – Pojmovnik i mali rječnik službenog i tradicionalnog nazivlja
- Repa i fažol (grarepa)
- Repa i fažol na lovranski
- Repa na kastafski (kastavski) – *repa na četeri smoki*
- Repa gulašom
- Repa na belo
- Repa na kastafski (kastavski)
- Repa na padelu
- Repa s krumpirom
- Repa sa žgancima
- Repnjača
- Repina pogača
- Restani krumpir, vidi: Kuhane češnjovke s kiselim kupusom i „restanim“ krumpirom
- Rezanci od krumpira kuhani i prženi. (Erdäpfel-Nudeln gesotten und geröstet).
- Rezanci od maruna
- Rezanci od mladih kopriva
- Rezanci od rogača
- Rezanci od sira
- Rezanci s marunima i vrganjima
- Rezanci s pekmezom
- Rezanci sa sirom
- „Rezine“ (zimnica)
- Riba BUKOVICA i RAVNI KOTARI
  (
- Riba morska
- Riba na rasinjski način
- Riba na ražnju
- Riba na „reš“
- Riba u kotliću
- Ribarski brodet
- Ribarski gulaš
- „Ribice“
- Ribizli (zimnica)
- Riblja hladetina
- Riblja ikra – butarga
- *riblja juha*
- Riblja čorba i pečena riba
- Riblja čorba
- Riblja večera Kopačkog rita
- Riblji grisini

- Riblji paprikaš I. način
- Riblji paprikaš II. način
- Riblji paprikaš u kotliću
- Riblji temeljac
- 4. Ribolov u jezeru.
- Ričet
- Rigača
- Riječna riba
- Rijeka Una
- Rijetka paradajz juha (juha od svježih paradajza, juha od rajčice)
- Rimski kruh (pogačice) – *libum*
- Rizi-bizi (Pohani picek – pohanec, fajni mladi pohanci)
- Rižot od balancana (patliđana)
- Rižoto Pelegrin
- Rižoto od dagnji
- Rižot od dimljene štuke
- Rižoto od gljiva
- Rižoto od hobotnice pod pekom s jabukama
- Rižot od liganja
- Rižot od riječnih rakova
- Rižot od sitniša
- Rižoto od škampa
- *rižot od škampi*
- Rižoto od šparoga i škampa
- Riža s maraskinom
- Rižot s ugrcima i luparima
- Rižoto s vrganjima
- Rogač
- Rogačica
- Rolada od boškarina s domaćom palentom i šumskim „mesom“ (gljivama)
- Rolada od maruna s amaretom
- Rolada u ubrusu
- Rolana slanina
- Rolani specijaliteti
- Rošpa z kompirom (rošpa – grdobina, žaba)
- Roštilj
- Roštilj kobasica iz Klake
- Rotkvica (zimnica)
- Rozarij (Lika)
- Rozolin-maraskin
- Rožata s rogačem
- Rožulj
- Rudarska greblica
- Ruj
- Rukavaški presnac
- „Rupice“
- Rusomača
- Rutvica
- „Ruža“ od grejpa
- Ruže i ružino lišće (zimnica)
- Ružice
- Ružice (Osinje gnijezdo)
- Ružičasti zmijak
- Ružina vodica
- Ružmarin

S

- Sabatina
- Sač
- Saće
- Salama
- Salama sinjska
- Salama od konjskog mesa
- Salama od suhih smokava
- Salate
- Salata od barice s krumpirom
- Salata od blitve
- Salata od boba s rajčicom
- Salata od kuhanih buća
- Salata od celera
- Salata od celera s hrenom
- Salata od crne rotkve (povrtnice)
- Salata od crvenog kupusa
- Salata od divlje rige s krumpirom
- Salata od gacke pastrve I. načni
- Salata od gacke pastrve II. načni
- Salata od graha sa slaninom
- Salata od gacke pastrve – I. način
- Salata od gacke pastrve – II. način
- Salata od heljde
- Salata od hobotnice
- Salata od hobotnice i jastoga
- Salata od kestenja s matovilcem
- Salata od koprive
- Salata od kozica, rikule i maslina
- Salata od krastavaca i krumpira
- Salata od krumpira, graha i crne rotkve
- Salata od krumpira i divljeg radića
- Salata od kuhane ribe
- Salata od luka
- Salata od mahuna
- Salata od maslačka sa slaninom
- Salata od maslačka s krumpirom i jajima
- Salata od matara
- Salata od mladog boba

- Salata od mladog graška s krumpirom
- Salata od mladog lišća cikle
- Salata od mrkve
- Salata od mušula na stonski način
- Salata od muzgavaca i krumpira
- Salata od pečene paprike s ovčjim sirom
- Salata od poriluka
- Salata od povrtnice (crne rotkve)
- Salata od pržene ribe
- Salata od puževa
- Salata od radića (maslačka)
- Salata od samoniklih šparoga
- Salata od sira
- Salata od sira i mladog luka/kapule
- Salata od sirove cikle
- Salata od sirovih krastavaca
- Salata od slanih riba sa slanutkom
- Salata od slanih srdela
- Salata od šljivovača
- Salata od šparoga
- Salata od šparoga i maslina
- Salata od trnka
- Salata s mladim kukuruzom
- Salata s kukuruzom
- Salata s vrhnjem
- Salenjaci (Moderna inačica salenjaka)
- Samoborska muštarda – vinski senf
- Samoborske (Sanoborske) kremšnite
- Samoniklo bilje i plodovi BUKOVICA i RAVNI KOTARI (DALMATINSKA ZAGORA)
- Samoniklo jestivo bilje
- Samostan na Poljudu
- Samostani, hospitali, hodočašće i kulinarstvo
- Samostanski krumpir
- San Hubert (piće)
- Sarma
- Sarma na starinski način
- Sarma u trsovom listu (list lipe i hrena za sarmu)
- Sarmice od jegulje
- Satrica
- Savici sa žgancima
- Savijača od borovnica
- Savijača od buće i maka
- Savijača od buća, svježeg sira i maka
- Savijača od bućinih sjemenki
- Savijača od dizanog tijesta s čvarcima
- Savijača od dunja
- Savijača od heljdine kaše s mesom
- Savijača od kestena
- Savijača od kiselog kupusa
- Savijača od maka i jabuka
- Savijača od meda
- Savijača od sira i jabuka
- Savijača od skute
- Savijača od smokava
- Savijača od suhih smokava
- Savijača od rogača
- Savijača od šparoga
- Savijača od trešanja
- Savijača od višanja
- Savijača s kukuruznim brašnom
- Savijača s medom
- Savjeti o kestenju
  Skidanje kore
  Pečenje kestenja
  Kuhanje kestenja
  Kolač od kestena
  Spremanje kestena
- Sedmolist
- Sekeli gulaš
- Sekelji gulaš s ječmenom kašom
- Selo Otok kraj Vinkovaca, Josip Lovretić, oko 1877.
- Seljaci iz okolice Dubrovnika
- Seljačka bijela maneštra
- Seljačka juha
- Seljačka juha od koprive
- Seljačka kajgana
- Seljačka pita
- „Seljačka“ torta
- Seljački omlet
- Seljački sir
- Seljački uštipci
- Senf u domaćoj izradi
- „Sendvič“ s pečurkama (šampinjonima)
- Sinjska kobasica
- Sinjska pečenka
- Sinjski arambaši
- Sinjski (seljački) uštipci
- Sinjsko-vrlička zagora
- Sipa sa crnilom i palentom (staro Murtersko jelo)
- Sipina crna juha
- Sirova soljena slanina (na zraku sušena

slanina)
- Sjemenici na žaru
- Sipa u teći
- Sipe s bobom
- *najjednostavniji način pripreme **sipica i lignjica**, na ribarski način - kako se kaže*
- Sipe i crni njoki od bračkog krumpira
- *Sir iz mija, Mješinski sir, Mišni sir (Biokovo)*
- Sir iz mješine (sir iz mišine)
- Sir iz ulja
- „sir iz uja“
- Sir iz ulja s komoračem (ili lovorom)
- Sir od kiselog mlijeka (Biokovo)
- Sir s tunjevinom
- Sir s vlascem
- Sir s vrhnjem
- Sir škripavac
- Sirnica, prosulja
- Sirom nadjevena paprika
- Siromaki
- Sirotinjska kajgana (sirotinjska palačinka)
- Sirov destilat i meka rakija
  prva frakcija
  prepicanje/druga frakcija
- Sirovača
- Sirup od duda
- Sirup od grožđa s medom
- Sirup od jabuka i kupina
- Sirup od maslačka
- Sirup od nara
- Sirutka (zimnica)
- Sisačke češnjovke
- Sitna pržena riba
- Sitna riba na posavski način
- Sito (zimnica)
- Sječenje pečenice za Božić (znakovi za proricanje)
- Iz H.F. Rödlich, Skica o fizičkom i moralnom stanju Dalmacije i Boke Kotorske, Berlin 1811.
- Šibenska luganiga (lukanika)
- Skradinska torta
- Skradinski rižoto
- „Skradski želodac“
- Skrob
- Skuša na roštilju – I. način
- Skuša na roštilju – II. način
- Skuta
- Skuta i sirutka – sirotva
- Skuta s bijelom kavom
- Skuta s crnom kavom
- Skuta u listu vinove loze (Skuta va pere od ruzi)
- Skuša na paški način
- Skuša sa slanim srdelama
- Skuša u rasolu od vina
- Skuše na viški način
- Sladoled obitelji Trek
- Sladoled od šumskih jagoda
- Slana pera
- Slana riba
- Slana zimnica
- Slane pogačice sa sirom
- Slane srdelice
- Slane srdele za zimu
- Slane srdelice na palenti (ili tjestenini)
- Slane srdelice sa špagetima
- Slane srdele s lukom
- Slani crneji (črneji) sa kupusom i pečenim rajčicama
- Slani kolač od heljdina brašna
- Slani kolač s čvarcima
- Slani pire od kestenja
- Slani sir s češnjakom
- Slani vinćoli na svetejelenski
- Slanutak u juhi
- Slanutak na mrsno
- Slanutak s kupusom
- Slanutak na salatu
- Slanutak sa žitom (pšenicom)
- Slanutak s paukom
- Slasni sendviči s bobom i pršutom
- Slastice s medom
- Slatka repa s kukuruznim brašnom
- Slatko
- Slatinska potočanka
- Slatka juha od povrća
- Slatka pera
- Slatka repa
- Slatka zimnica
- Slatke pogačice od krumpira
- „Slatki“ kruh
- Slatkiši u papirnatim košaricama
- Slatki pir na bakin način
- Slatki popečci od kestena
- Slatki sir
- Slatki žličnjaki
- Slatko zelje (varivo)

- Slatko (zimnica)
- Slatko od dunja s medom
- Slatko od kestena I., II. način
- Slatko od prženih bajama
- Slatko od ruže
- Slatkovodna riba na vinogradarski način
- SLAVONIJA
  U zapisu, koji su sastavili 1782. Godine (a objavili 1783.; Budim 1783, 147 str. In 4º; Iter per Poseganam Sclavoniae provinciam mensibus junio et julio anno MDCCLXXXII susceptum), profesori budimskog sveučilišta Matija Piller (profesor „historiane naturalis") i Ludovik Mitterpacher (profesor „oeconomiae rusticae"), krstareći požeškom županijom, o fauni, flori i mineralnom blagu toga kraja, posebno su pisali i hvalili gostoljubivost naroda, a o narodnoj prehrani zapisali su ovo:….
- Knjiga LE PÉLERIN SLAVE (Slavonski putnik) tiskana u Osijeku, na 80 stranica, 1870. godine, autora Jean Victora gotovo je nepoznata.
- Selo Tomašanci kraj Đakova (oko 1870. Godine) Mirko Marković ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, knjiga 47, JAZU u Zagrebu 1977.
- Običaji Bačkih Bunjevaca
  Ante Sekulić ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, knjiga 48, JAZU u Zagrebu 1980.; ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, knjiga 50, JAZU u Zagrebu 1986.
- Slavonska juha
- Slavonska kajgana sa čvarcima
- Slavonska kobasica
- Slavonska krvavica
- Slavonski i Zagorski običaj kuhanja (kuhanje u masti)
- Slavonska ladnjara
- Slavonska marinada (pac) za divljač
- Slavonska papula
- Slavonska pita od krumpira
- Slavonska punjena teleća prsa
- Slavonska saganlija (prebranac; saganlija – prebrani grah)
- Slavonska šunka
- Slavonske placke (languši, lepinje)
- Slavonski čobanac
- Slavonski dimljeni šaran
- Slavonski doručak
- Slavonski drobac
- Slavonski kuhani hljeb (kruh)
- Slavonski kulen
- Slavonski kupus
- Slavonski nedjeljni kruh
- „Slavonski pladanj"
- Slavonski sataraš
- Slavonski savijutak „Copacabana"
- Slavonski složenac s kupusom
- Slavonski svatovac
- Slavonski vrtanj
- Slika Dalmacije prema književnim kulturnim kretanjima, Heinricha Stieglitza (1845.)
- Slivnjak
- Slobodni gradovi sjeverne Hrvatske
- Složenac od tikvice, paprika i kozica
- Složenac s jetricama
- Složenac s marunima
- Složenac s ribom „Starigrad"
- Slunjski kupus
- Sluzavost vina
- Sljubljivanje jela i pića
- Sljubljivanje jela i piva
  (Koje pivo umjesto kojih vina)
- Sljubljivanje maslinova ulja i jela
- Sljubljivanje sira i vina
- Smokov liker
- Smokovača
  vrenje
  pečenje
- Smokva
- Smokve (zimnica)
- Smokve s bademima
- Smokve s vinjakom
- Smokve zapečene u medu
- Smokve zapečene sa šećerom
- Smokvenjak
- Smokvenjak (kolač od smokava i badema)
- Smotuljki (smotuljki od mlinaca)
- Smrčci na pastirski način
- Smuđ na način grofa Pejačevića
- Smuđ na otmjen način
- Smuđ na srijemski način
- Smuđ na žaru
- Smuđ u bijelom vinu
- Smuđ u mundiru

- Smutica – bikaver – bikla
- Smutica (bikaver, bikla) Piće koje se Nudilo uz jelo pored ognjišta (u dalmatinskoj zagori i otocima)
- Snašina čorba
- Sočivo
- Sok od bazge
- Sok od duda
- Sok od grožđa s medom
- Sok od ogrozda
- Sol
- Sol sa začinskim travama
- Solnjača
- Soljena svinjska rebrica s rižom i Krumpirom
- Soljena i sušena: raža, mačka, pas, golub, sklat, drhtulja, male jegulje i sl.
- Soljenje, sušenje, prešanje, dimljenje i zrenje
- Soljenje mesa
- Soljenje slanine
- Som na dunavski način
- Som dunavskih ribara
- Som na gurmanski način
- Som na ražnju
- Somovina na vučedolski način
- Soparnjak (pogača od blitve)
- Sparožina
- Spiza od spuži
- Split, 23. Srpnja 1811.
- Split i Solin
- Splitska torta
- Splitski bakalar
- Sprave za prireĎivanje ulja
- Spremanje i čuvanje komine
- Spremanje suhog mesa
- Spremane i prireĎivane mesa, soka i Sočiva
- Srdele na gradele s tikvicami
- Srdele na slatko-kiselo
- Srdele na ražnju
- Srdele s komoračem
- Srdele s krumpirom
- Srdele s petrusimulom
- Srdele u savuri (na saur)
- Srdelice na bijelo
- Srdelice na brački način
- Srdelice na komiški način
- Srdelice na roštilju
- Srdelice s ružmarinom na roštilju
- Srdelice sa sirom
- „Srdjele“ na ražanj
- Srijemska kobasica
- Srijemska sarma od kiselog kupusa
- Srijemska savijača
- Srijemska sječenica (pogača)
- Srijemski kotlić
- Srijemski listići (listarići)
- Srijemski lonac od guščjih bataka
- Srijemski štrudl
- Srijemuš
- Sriješ
- Srneća juha s ječmom
- Srneća lopatica na ražnju
- Srneći but
- Srneći hrbat na „Podravski način“
- Srneći hrbat na „Varaždinski način“
- Srneći hrbat s prošekom
- Srneći kotleti s gljivama
- Srneći medaljoni s kestenjem
- Srneći odresci s višnjama
- Srneći odresci na roštilju
-“Stanovnici mora“ (ribe, glavonošci, rakovi, školjke, puževi)
- Stanovništvo
- Stara tehnologija prerađivanja grožđa u vino
- Stara zagrebačka pečenka (Špikana govedina)
- Stare mljetske ribarske užance za hlapa, hobotnicu, mliječ i motar
- Stare zanemarene namirnice
- Stari brački kolač
- Stari izrazi za alate i pribor
- Stari i zaboravljeni nazivi uz kolinje i prostorije tijekom kolinja
- Stari kruh s „germom“(kvascem)
- Stari način pripravljanja slatkog od buća
- Stari način sušenja i dimljenja
- Stari nadjev od kestena: vidi Zagorsko nadjeveno pile
- Stari nadjev za puricu
- Stari naputak za okruglice od sira
- Stari običaji i vjerovanja Slavonije i Baranje
- Starinska bračka torta
- Starinska ječmena kaša
- Starinska orehnjača
- Starinska pita od maka
- Starinske ružice

- Starinski guščji paprikaš
  (-Paprikaš)
  (-Perkelt)
- Starinski liker od brekinja
- Starobrodski slanci
- Starogrojski paprenjok
- Starogrojski pot
- Starogradsko polje – najveći sačuvani antički katastar u Sredozemlju
- Stavljanje mirodija (zimnica)
- Stavljanje namirnica u staklenke (zimnica)
- Stavljanje voća u staklenke („patent boce“- zimnica)
- Stavljanje slatkog u staklenke (zimnica)
- Statut za zagrebačke ugostitelje iz 1887. Godine
- Sterilizacija bačvi
- Sterilizacija mošta
- Stonska torta
- Stubički *kruheki* (kruščići)
- „Stupanje“(Maneštra od ječma i fažola)
- Sudžuk
- Suha lopatica
- Suha rebra
- Suha rebra, okruglice i umak od hrena
- Suha riba na bijelo – popara
- Suha rolada
- Suhe koljenice
- Suhe smokve pečene
- Suhe smokve sa mjendulama
- Suhi fažol s kozjom kaštradinom
- Suhi kare – svinjska leđa
- Suhi vrat s kostima
- Suho lišće (hoblinje)
- Suho ovčje meso
- Suho voće i med
- Suhomesnati proizvodi i slanina
- „Suk“ (svitak, štruca)
- Sumpor u vinu
- Sumporenje
- Supice (kriške; slatki kruh)
- Surutka (boza) I. način
- Surutka (boza) II. način
- Sušena hobotnica s jajima
- Sušena tabinja
- Sušene oskoruše
- Sušene ribe
- Sušene smokve u kaduljinom medu
- Sušeni list
- *sušenog pasa na brudet*
- Sušeno voće (zimnica)
- Sušenje ribe
  sušenje posoljene ribe
  sušenje ne posoljene ribe
  sušenje posoljene ribe (skuše i lokarde)
  hobotnice, lignje i sipe suše se kao i riba trp
- Sušenje ribe na suncu
- Sušenje skuše na suncu
- sušenje smokava
- Sušenje na dimu
- Sušenje voća
- Suva pita
- Svadba i svadbena jela Vrbovca
- Svadbarski kupus
- Svadbeni kolačići
- Svatovska torta
- Sv. Andrija (Jendreš) – 30 studeni
- Sv. Andrija – 4. Veljača
- Sv. Bartol – 24. Kolovoz
- Sv. Ivan Krstitelj – 24. Lipanj
- Sv. Josip – 19. Ožujka
- Sv. Juraj – 23 travanj
- Sv. Martin – 11. Studeni
- Martinjska guska s kestenom
  (Predjelo od guščjeg vrata)
- Sv. Mihovil – 29. Rujan
- Sv. Urban – 25. Svibanj
- Sv. Vinko – 22. Siječanj (prvi vinogradarski i vinarski svetac u godini)
- Svečana popara
- Svečaniji kruh
- Svetac (otok)
- Svetojelenske friti
- Svijetla juha od krumpira
- Svijetlo pivo I.
- Svijetlo pivo II.
- Svijetlo pivo III.
- Svijetlo pivo IV.
- Svijetlo pivo V.
- Svinđuša jestiva
- Svinjetina iz salamure
- Svinjetina Terbovtz
- Svinjska crijeva
- Svinjska glava (kako je priređuju u Filipjakovu)
- Svinjska jetra u mrežici
- Svinjska koljenica s mladim kukuruzom
- Svinjska koljenica i teleći vrat pod pekom

- Svinjska pečenka u moštu
- Svinjska pisanica „Stubica“
- Svinjska pluća s krumpirom
- Svinjska slezena s lukom
- Svinjske nogice (kuhani gnjat*)
- Svinjski bijeli bubrezi s krumpirom
- Svinjski but iz krušne peći
- Svinjski kare u vinu na starinski način
- Svinjski karmenadli u bijelom vinu
- Svinjski lokoti (kotleti) s grahom
- Svinjski pršut
- Svinjski suđuci
- Svinjetina pod pekom
- Svinjetina s povrćem
- Svinjetina s umakom od šljiva
- Svinjetina u marinadi
- Svinjska rebarca (bržole) na gradelama
- Svinjski lokoti (kotleti) s prilogom i težački kolač s grahom
- Svježe krafne
- *svježi kanjci utisno*
- Svježi grah
- Svježi sir
- Svježi kozji sir
- Szomova glava na hladetini

Š

- Šalša
- Šapice
- Šarafi (slane kiflice)
- Šaran iz Vukle u zelenom „sosu“
- Šaran na krajiški način
- Šaran na roštilju u ribolovu
- Šaran na podravski način
- Šaran na žaru (roštilju)
- Šaran s krumpirom
- Šaran s lisičarkama
- Šaran u procjepu (šaran u rašljama)
- Šaran u vrhnju
- Šaranovi čvarci
- Šarena salata (zimnica)
- Šaruni na roštilju
- Šaruni sa slanutkom
- Ščipanci – starinski podravski valjušci (luleki)
- Ščuka v rolu
- Šećerna otopina
- Šen
- Šestinska domaća kobasica (Šestine podsljemenski predio Zagreba)
- Ševa na ražnju
- Šibenska pogača sa slanom ribom
- Šibenska šalša
- Šibenske favete
- Šiljarski krompr (krompir)
- Šindelbraten
- Šipak (šepurina) (zimnica)
- Šipanski brodet
- Šišana kuma (Lika)
- Šiške
- Škampi na buzaru
- Škampi na buzaru na trogirski način
- Škampi na roštilju
- Škampi s valjušcima na butargi
- Škopac u kampovelu
- Škopčevina parena sa zeljem i krumpirom. (Schöpsenfleisch gedämpf mit Kraut und Erdäpfeln.)
- Škripavac (sir)
- Škrob (skrob)
- Škrtavi presnac
- Šljivarski brežuljak
- Šljive (zimnica)
- Šljive s orasima
- Šljive ukuhane u medu
- Šljivoš
- Šljivovača
- Šljivovica
- Šljuka na ražnju
- „Šmarn“(drobljenac) od starog kruha
- Šmrika
- Šmudling
- Šokačka kobasica
- Šokačka lepinja
- Šokački čobanac
- Šokački šnicli
- Špageti i šolša od pomidori
- Špageti s kunjkima
- Špageti sa škampima i školjkama
- Špageti sa šljivovačama
- Šparoga (zimnica)
- Šparoga
- Šparoge s vrhnjem
- Šparoge sa vrućim umakom od maslaca
- Šparoge u *ostu* (octu, kvasini)
- Šparožina
- Špek fileki
- Špinat (zimnica)
- Špinatni kruh
- *špinjača na paru*
- Šporki makaruli

- „Štangice“
- Štangice od oraha
- Štangice od maruna
- Štapići
- Štavelj
- Šterc-trganci s krumpirom
- Što nam govore naši povijesni izvori o medu
- Što nam kažu stari zapisi
- Štrokalj
- Štroklji iz Gacke (jelo od grušaline)
- „Štruca“ od kruha i krumpira
- „Štrudl“ od sira
- „Štrudl“ od šećerne repe
- „Štrudla“
- „Štrudla“ od bresaka i grožđa
- „Štrudla“ od gljiva
- „Štrudla“ šećeruša
- „Štrudla“ od maka
- „Štrudla“(savijača) od šljiva
- „Štrudla“ sa orasima
- „Štrudla“ (savijača) s repom (Žepanki)
- „Štrukli“ od kruha
- Štrukli od prosene kaše
- Štrukli s repom
- Štrukli s kiselom repom
- Štrukli sa slaninom
- Štrukli sa snijegom
- Štrukli sa zeljem (zelevnaki)
- Štrukli od pluća u lažnoj juhi
- Štruklji I. način
- Štruklji II. način
- Štruklji od heljdina brašna s nadjevom od oraha
- Štruklji od krumpira s čvarcima
- Štrunjci od kruha – dodatak juhi
- Štuka na ražnju
- Štuka s mrazovačama
- Štuka u mundiru
- Šugo od šparoga
- Šufigane kozice
- Šulac
- Šulac s maslacem
- Šulenka, šuliki, šuljiki – mliječna juha
- Šulenki
- Šuljki sa sirom
- Šumarski ražanj
- Šumske jagode
- „Šumski“ biljni napitci (zimnica)
- Šumski voćnjaci
-Šumsko voće ili voće iz šipražja (zimnica)
- Šunka u tijestu
- Šurlice
- Šurlice s divljim šparogama i ovčjim sirom
- Šušnjići
- Švoje (listovi) u pećnici

T

- Tabaškada
- Tabinja – jadranski bakalar (vidi: Mljetska suha tabinja)
- Tačkrle
- Tajne bakine kuhinje i čuvanje namirnica
- Taloga
- Tamni marcipan
- Tamno pivo
- Tanki kolač
- Tarana na mlijeku
- Tartufi (Gomoljače, Jelen gljive)
- Tartufi
- Tašci s pekmezom I. inačica
- Tašci s pekmezom II. inačica
- Tatarski biftek
- Tehnologija izrade polutvrdog sira
- Tehnologija priređivanja jela
  kuhanje – kotlić
  tušenje – peka
  pečenje – krušna peć
  pečenje na ražnju
  pečenje nad žarom
  pečenje u otvorenoj posudi (**kotlovina-pečenjarski šešir**) – sotiranje (prijenos topline pomoću vrele masnoće kombiniran s vrelom pločom, rub posude)
- Teleća glava u kotliću
- Teleća glava ispod peke
- Teleća glava u papirnatoj vrećici (*škartocu*)
- Teleća jetrica
- Teleća koljenica na način Pejačević (*Teleća koljenica s grožđicama*
  Teleća koljenica na podravski način
  Teleća koljenica u vrhnju)
- Teleća koljenica pod pekom
- Teleće srce na kiselo
- Teleći rep (pirjani)
- Telećje nožice na belom sosu
- Teleća plućica na kiselo
- Teleća plućica, đigerica (jetra) i slezena u

umaku
- Teleći bijeli bubrezi
- Teleći bijeli bubrezi u vinu
- Teleći but pod pekom
- Teleći žgvacet
- Teleći obrazi s umakom od gljiva
- Teleći odresci s kestenjem
- Teleći kotlet na žaru
- Teletina ispod peke
- Teletina i janjertina pod pekom
- Teletina pod pekom
- Teletina sa žgancima od heljde
- Temeljac od škampa
- Temfane suhe šljive
-"Temfani" grah I. varijanta
- „Temfanje"
- Temperatura jela i napitaka
- Temperatura pića pri posluživanju
- Tenka gibanica
- Tetivka
- Tetrijeb nadjeven grmoščicama
- Težačka domaća juha
- Težačka salata
- Tijesto s jajima
- Tijesto s mesom (naše prastare „lazanje" od *krpica, mlinaca* i usitnjenog mesa)
- Tikvice (zimnica)
- Tikvice na dalmatinski način
- Tikvice lešo s krumpirom
- Tikvina pogača
- TILURIUM i BURNUM – prehrana legija
- Timijan
- Tingul od kokoši
- Tirit
- Tjestenina na creski način
- Tjestenina s bobom, sirom i graškom
- Tjestenina s ježincima
- Tjestenina s kaparima
- Tjestenina s listovima osjaka
- Tjestenina s vrhnjem
- Tjestenina sa salsom od kapule i inćuna
- Tjestenina sa sirom i slaninom
- Tjestenina sa slanutkom
- Topa
- Topla salata od krumpira
- Toplo pivo
- Topljeni sir
- Tounjski sir
- Torbice sa sirom
- Tornjić – pušnica
- Torta Makarana
- Torta od bijelog graha
- Torta od graha
- Torta od kiselog mlijeka/kiseline
- Torta od koštica
- Torta od kukuruznog brašna
- „Torta" od kukuruznog brašna (Bilogora-Slavonija)
- Torta od krumpira
- Torta od lješnjaka
- Torta od maruna
- Torta od naranče
- Torta od oraha
- Torta od rogača i naranče
- Torta od ružmarina
- Torta od trešanja
- „Torta" od sira
- Torta švojata*
- Torta Zrinski
- Toverna (bevanda, kita)
- Tradicijska prehrana BUKOVICA i RAVNI KOTARI (DALMATINSKA ZAGORA)
- *Tradicijska prehrana na otocima Silbi i Olibu, 1985.* - Aleksandra Sanja Lazarević
- Tradicionalna jela od krumpira
- Tradicionalni proizvodi, zaštita izvornosti i zemljopisno podrijetlo
- Tradicionalni uskrsni objed u Dalmaciji
- Tragovi Dubrovnika u USA
- Trandovilje
- Traurina
- Travarica od grožđa
- Travnjački voćnjaci
- Treće pismo: Općenito o otoku Krku
- Trepa (međimurska)
- Trešnja (zimnica)
- Trešnje na padelu
- Trešnjevača
- Trešnjevača i višnjevača
- Trganci
- Trganci s prženim lukom ili umakom od prevrelog vrhnja
- Trganci sa sirom i vrhnjem
- Trganci s jajima, sirom i vrhnjem, i sušenim rebricama

- Trganci sa špekom i vrhnjem
- Trgatba u Primorju
- Triet od vina
- Triljska orehnjača
- Tripice s fažolom (Fileki s grahom)
- Tripice s krumpirom
- Trlja u umaku
- Trlje na roštilju
- Trnina (zimnica)
- Trnavačka makovnjača
- Trnovečka prosta makovnjača
- Trnovačka orehnjača
- Trogirska juha od cvjetače
- Trogirska prsura
- Trogirski rafioli
- Troskot
- Troskve
- Trošipan
- Tucana salata od paprike
- Tučene zelene masline
- Tuka (pura) s maslinama
- Tuna
- „fete tune pripremljene u crnom vinu“
- „pečenka od tune“
- Tuna i palamida na način divljači
- Tuna na kaljski
- Tuna na ribarski
- Tuna na roštilju
- Tuna za zimu
- Tunina u ulju
- Tunjevina u domaćem savuru
- Turopoljska greblica
- Turopoljska kobasica
- Turopoljska nadjevena guska
- Turopoljska pita
- Turopoljski lonac
- Turopoljski odrezak s gljivama
- Turopoljsko varivo od korabe s krumpirom
- Tušt
- Tvrdi sir iz ulja – Dubrovački sir

U

- U medu spremljeno voće
- Ufurnjak ili uprošnjak
- Ujušak, umokac (Ajngemahtes)
- Ujušak od morskih ježeva
- Ukiseljena hobotnica
- Ukomljena šljiva u otvorenim posudama
- Ukuhani vrganji
- Ukuhano voće
- Ukuhavanje šećerne otopine i voća u stupnjevima (zimnica)
- Ukuvan kruh
- Ulaganje jaja (zimnica)
- Ulja BUKOVICA i RAVNI KOTARI (DALMATINSKA ZAGORA)
- Uljevak s tikvicama
- Umaci
- Umaci za ribu na roštilju
- Umak od brusnica
- Umak od celera
- Umak od cikle
- Umak od cikle i luka
- Umak od crnog vina
- Umak od češnjaka I. način
- Umak od češnjaka II. način
- Umak od češnjaka (Međimurje)
- Umak od feferona
- Umak od gljiva
- Umak od graha
- Umak od graška i kruha
- Umak od grožđa
- Umak od gusje krvi
- Kiseli umak od hrena
- Umak od hrena s grahom
- Umak od jabuka
- Umak od jabuka i hrena
- Umak od kadulje
- Umak od kapule ili kapulice
- Umak od kapara (kapri)
- Umak od kapara (kapri) Dalmatinski
- Umak od kapara (kapri) sa slanim srdelama
- Umak od kapri otočki
- Umak od kiselice
- Umak od kopra
- Umak od komorača
- Umak od krastavaca
- Umak od krumpira
- Umak od krumpira i hrena
- Umak od luka
- Umak od luka (Međimurje)
- Umak od luka i suhih šljiva
- Umak od maslina
- Umak od maslinova ulja I. način
- Umak od maslinova ulja II. način
- Umak od metvice
- Hladni umak od suhih paprika
- Umak od oraha i češnjaka
- Umak od paradajza: vidi: Pretepeni sos

od paradajza
- Umak kao pašticada
- Umak (sos) od paradajza (umak(sos) od rajčice)
- Umak od peršina
- Umak od prošeka
- Umak od rajčice, tikvica i mravinca
- Umak od ribizla
- Umak od sardela s kruhom
- Umak od smokava
- Umak od šljiva – hladni
- Umak od šljiva –topli
- Umak od višanja
- Umak od vlasca i češnjaka
- Umak s listovima osjaka
- Umak od vrganja
- Umak s listovima komorača
- Umak s pasjim lukom
- Umak s vlascem
- Umak za ptice
- Ukuhani vrganji
- Uputstva za spremanje zimnice, tj.:
O shranjenu zalihe,
Kompoti ili kuhano voće,
O ukuhavanju voća,
O sušenju voća i povrtelja,
O mirodijah.
Iz knjige *Nova zagrebačka kuharica,*
Marije Kumičić, četvrto izdanje 1900.
- Urda (sir)
- Uskrs je gizdenjak
- Uskrs u Međimurju i Podravini
- Uskrsna kobasica
- Uskrsna pogača
- Uskrsni perec
- Uskrsni peretak
- Uskršnja pogača - Posvećenica
- Uskršnji mozaik
- Ušećereno (kandirano) voće (zimnica)
- Ušećereno (kandirano) voće
- Uštipci
- Uštipci od kukuruza
- Uštipci od sala
- Uštipci od sira
- Utrackani rezanci
- Uvod
- *Kako se pravi* ***uzlivanca s višnjama***

V
- Vaganje (zimnice) potrebnih namirnica, obavljajte pažljivo prema naputcima (receptima)
- Valjušci
- Valjušci (njoki) sa šljivama
- Valjušci od kestena
- Valjušci od krumpira kuhani. (Erdäpfel-Knödeln gesotten.)
- Valjušci od krumpira pečeni. (Gebackene Erdäpfel-Knödeln.)
- Valjušsci od kalampera (Šiškrli, Šufnudli)
- Valjušci od skute
- Valjušci od svježeg sira i kruha
- Valjušci na staro zagrebački način
- Valjušci s makom
-Valjušci s piletinom (*Kažov* s piletinom)
- Vangaloci (okruglice/knedli od sira)
- Vangole na rižot
- Vanjkušeki – Posavski
- Vanjkušeki – Slavonski
- Varaždinski klipići
- Varenac od palente
- Varenac (nabujak, „koh“) od palente s Mesom
-Varenac (nabujak, koh od kukuruza s jajima
- Varenac (nabujak, „koh“) od kukuruza s jajima
- Varenika (ukuhani mošt)
- Varenik u ribljim jelima:
Marinada od srdela
Tunjevina u domaćem savuru
- Varica
- Varica – sočivo (mješavina grahorica: leća, slanutak, bob, grah)
- **VARIVA** (*var – vareno jelo)* – **cušpajz**
Dodatak začina varivima
Zaprška za variva
Temeljni naputak
Prema kulinarskoj terminologiji varivo je:
Povrće
Grahorice
Žitarice
Posluživanje variva
- Variva
- Variva od leće (III. varijante)
- Varivo od boba
- Varivo od boba i slanutka
- Varivo od buća – *Pravo purgersko jelo*

- Varivo od buče (bundeve) s rajčicom
- Varivo od graha i krumpira
- Varivo od graha s kukuruzom
- Varivo od graška
- Varivo od graška (zeleni grašak)
- Varivo od graška II. inačica
- Varivo od graška slanine, griza i krumpira
- Varivo od ječmene kaše
- Varivo od ječma
- Varivo od kelja
- Varivo od kelja II. inačica
- Varivo (cušpajz, čušpajz) od kisele repe
- Varivo od kiselog zelja
- Varivo od komorača
- Varivo od koprive
- Varivo od mlade koprive
- Varivo od krastavaca
- Varivo od krastavca i rajčica
- Varivo od krumpira
- Varivo od lobode
- Varivo od mahuna
- Varivo od mrkve
- Varivo od mrkvica s bijelim grahom
- Varivo od omage
- Varivo od poriluka (bogatija inačica variva)
- Varivo od poriluka i pileće sitneži
- Varivo od rajčica i kukuruza
- Varivo od repe
- Varivo od ribanih tikvica
- Varivo od špinata
- Varivo od tikvica
- Varivo od zelja s rajčicama
- Varivo od žute korabe
- Varivo s kotrljanom
- Vatroslav Rožić: ZBORNIK ZA NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE JUŽNIH SLAVENA, knjiga XII. Svezak 1.JAZU, u Zagrebu 1907. Spremane i priređivane mesa, smoka i sočiva Priređivane hrane (jela)
- Vazmena pogača
- Vegeta
- Velebitska kobasica
- Velebit i Dinara
- Veliki ražanj
- Velikogorička dimljena kobasica
- Velikogorička domaća kobasica (Velika Gorica, gradić pored Zagreb)
- Veliko Zdenačka bazlamača
- Vilino sito
- Vepar á la Lovrečina Grad
- Veprina
- Veprov but na „hajdučki način“(ražanj)
- Veprovina na lovački način
- Vidovečki gibanek
- Vijušac
- Godine 1870. Izlazi knjiga: „Vinogradar“
- Vino
- Vino od brekinja
- Vino od duda
- Vino od meda
- Vino od suhih smokava
- Vino od suhog grožđa
- Vino od šipka
- Vinodolska porednja
- Vinogradarska kobasica
- Vinogradarska „šnicla“
- Vinogradarski (gorički) gulaš ili podravski gorički gulaš
- Vinogradarski gulaš s bijelim žgancima
- Vinogradarski – proljetni kotlić
- Vinogradarski sir
- Vinogradarski kotleti
- Vinogradarsko cvrče (kajgana, razmućena jaja)
- Vinogradi Gorskog kotara
- Vinska cesta – putokaz do dobrih vina
- Vinska drvena bačva
- Vinska pajdašija „Društvo vinskih doktora od pinte”
- Vinske ceste – putokaz do vina
  Međimurska vinska cesta
  Podravska vinska cesta
  Vinska cesta Zelinskog kraja ili Prigorja
  Zagrebačka vinska cesta
  Zagreb i Božjakovina
  Hrvatsko zagorje
  Plešivička vinska cesta
  Vinska cesta Moslavine – škrlet s duhom rimskih vremena
  Slavonska vinska cesta s duhom rimskih vremena
  Vinska cesta Bujštine
  Vinska cesta Poreštine i vinska cesta Buzeštine
  Južna Dalmacija – Vinski biser iz loze

okupane suncem i soli
Vinski put Biokova
- Vinske molitve
Zaradi godine u sušnom vrimenu
Zaradi dobre letine
Zaradi mira općinskog
Napojnica pri stolu
So bregi ni lagvi
- Vinske popevke
Čaša moja – zašto si mi prazna
Dobro vince …
Od kmetskog stališa preštimanja
Od skrbnosti mužeka pri trsju delanja
Rodila zemla trseka
Pimo, braća, vince
Loza žuti
- Vinski običaji – Hrvatska pučka baština
- Vinski i voćni ocat
- Vinski ocat
- Vinjike (zerdelije) (zimnica)
- Virovitički prkači
- Vitalac
- Viški hjib – hib („smokvenjak"-božićni kolač)
- Viški kulin
- Viški umak od meda za pršut i ribu
- Viški umak od meda za pršut na II. Način
- Višnje (zimnica)
- Višnje u medu
- *Sirup od višanja*
- Vlaji
- Vlasac
- Vlaška kuća
- Vlaški ili „falši pršut"
- Voće i prerađevine od voća BUKOVICA i RAVNI KOTARI (DALMATINSKA ZAGORA)
- Voće s rumom (zimnica)
- Voćna kaša
- Voćna torta
- Voćna vina i likeri (zimnica)
- Voćne drhtalice (hladetina, žele, pače, „sulc") i voćni sir
- Voćne rakije
- Voćne smokve i voćne kobasice (zimnica)
- Voćni ocat
- Voćni nalivci (zimnica)
- Voćni sir
- Voćni sir od maginje
- Voćni sir od mukinja
- Voćni sokovi i voćni sirup
- Vodička pašticada
- Vojnički grah
- Vol na ražnju
- Volak na mornarski način
- Volak s vinom
- Volođerski miješani kotlić
- Voloska mirisna pržolica
- Volovski rep
- Volujak
- Vranina noga
- Vrbenska skuta (za poviticu i presnec)
- Vrbnički medenjaci (Vrnbički kolač *oplača*)
- Vrbnik otok Krk
- Vrbovečka pita
- Vrbovečke češnjovke
- Vrbovica
- Vrenje (zimnica)
- Vrenje koma i temperaturu vrenja
- Vrenje (fermentaciju) šljiva
- Vrganji na seljački način
- Vrganji s kestenovim listovima
- Vrganji u octu (zimnica)
- Vrhnjača
- Vrijedan dokument na talijanskom jeziku sačuvan nam je u knjizi Umoljenih, svezak 6. God. 1463., koji govori o Dubrovniku tijekom posjete pape Pijo II.
- Vrlička pogača
- Vrlička pogača s orasima
- Vrlički uštipci
- Vrste rakija
- Vrtanj
- Vruće pivo
- Vruće pivo s vinom
- Vučedolska deverika
- Vugrovečki domaći kotlić
- Vukovarski šaran

Z

- Zabave
- Zaboravljeni gvirc
- Zaboravljeni način kuhanja šunke (Kuhani buncek - Kolinje)
- Zacvrti krumper
- Začinska smjesa za riblji paprikaš
- Začinsko bilje
- Začinsko bilje (zimnica)

- Začinjeni bakalar
- Začinjeni bakalar na drugi način
- Zadar, 9. Srpanj 1811.
- Zagorijevanje kod pečenja
- Zagorske češnjovke
- Zagorska kobasica
- Zagorska slatka savijača od buće i sira – štrukli, štruklji
- Zagorski fileki
- Zagorski kukuruzni žganci
- Zagorski odrezak („Abšmalcani bob“)
- Zagorski puran s kostanjem
- Zagorski štrukli
- Zagorsko nadjeveno pile s kostenjem
- Zagrebačka krvavica
- Zagrebačka pečenica
- Zagrebačka voćna torta
- Zagrebačke kremšnite
- Zagrebačke pljeskavice
- Zagrebački biftek
- Zaja (izvorni naputak)
- Zaja
- Zajec ali drugo divje
- Zakiseljein krumpir (krumpirova juha)
- Zakiseljeni matar
- Zakiseljeni matar i kapari u kvasini
- Zalivena svinjetina s kožom
- Zalivena soljena svinjetina
- Zalivene kobasice
- Zalivena rebra
- Zamašćene mahune
- Zamašćeni rezanci
- Zamašćeni sir
- Zameteni grah s repom (varivo)
- Zamjena šećera medom
- Zamotanice (pofezne, prženice)
- Zamrzavanje kestena
- Zapečena bračka palenta
- Zapečena kapula nadjevena sa srdelicama
- Zapečena palenta
- Zapečena palenta s gljivama
- Zapečena riba
- Zapečene buće (bundeve)
- Zapečene jabuke
- Zapečeni buncek (svinjska kračica)
- Zapečeni bob
- Zapečeni grah (Banija i Kordun)
- Zapečeni grah (zemljana posuda)
- Zapečeni grašak
- Zapečeni goveđi želudac
- Zapečeni kruh
- Zapečeni krumpir
- Zapečeni medenjaci
- Zapečeni mladi grah
- Zapečeni poriluk
- Zapečeni puževi
- Zapečeni „sendvič“ sa smokvama
- Zapečeni štrukli
- Zapečeni žganci
- Zaprečani* krumpir
- Zapečeno proso
- Zaprešičke krvavice
- Zaprška – Zaprg
- Zapržak za dulje vrijeme
- Zaprženi komorač
- Zaruljena juha
- Zatvaranje i spremanje boca (mošt)
- Zatvaranje staklenki (zimnica)
- Zavajon, zavajun (prošek s jajem)
- Zbornjak
- Vatroslav Rožić: ZBORNIK ZA NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE JUŽNIH SLAVENA, knjiga XII. Svezak 1.JAZU, u Zagrebu 1907. Spremane i prireñivane mesa, smoka i sočiva Prireñivane hrane (jela)
- Zdigana sirova pogača
- Zdravica za purana
- Zdravice svatbene u Zagorju (Hrv. zagorje)
- Zec ispod peke
- Zec na dalmatinski način
- Zec na domaći način
- Zec na „Hvarski način“
- Zec na ražnju
- Zec na seljački način
- Zec na viški način
- Zec u umaku od bijelog vina
- Zec važanin
- Zečevina s kestenjem
- Zečica
- Zečja stopa
- *„Zeje na pomadore”* (kupus raštika s rajčicama)
- Zelena manestra

- Zelena pogača
- Zelena rajčica (zimnica)
- Zelena salata s krumpirom
- Zeleni bademi (zimnica)
- Zeljara
- *zelje na siromaški*
- Zelje s kestenima na dva načina
- Zemljana posuda
- Zidnjaci –Točkaste pregače s volanima
- Zima u Dalmaciji
- Zimnica s nostalgičnim okusom naših baka i nona
- Zimska juha od barice
- Zimsko piće – *pivo s mlijekom*
- Zlatni paprenjaci
- ZLEVANKA, BAZLAMAČA, RAZLJEVUŠA, …….
  Izvorni naputci/recepti
  Bazlamača
  Kuruzna bazlamača
  Bazlamača ze sirom
  Bazlamača z'jabukam
  Bazlamača ot šenîce
  Međimurska zlevanka
  Međimurska zlevanka s jabukama
  Podravska prosta zlevanka
  Božićna bazlamača ili poprhnjača
  Delnička bazlamača
  Bazlamača
  Izljevača
- Zlevanka od bijelog brašna
- Zlevanka s kruhom i krumpirom
- Zljevanka
- Zmijavačke divenice
- Zob
- Zobena kaša
- Zobeni kruh
- Zobeni žganci
- Zoka
- Zreli plodovi šljiva
- Zrenje – završna faza
- Zubatac s mediteranskim umakom
- Zubatac na roštilju
- Zubatac u umaku
- Zurica ili hladetina
- Zvacet od kokoši i labinski krafl
- Zvjezdan jestivi
- Zvonejski presnec
- Zvončari

Ž

- Žabarska noć
- Žabe na brujet
- Žablja krv (piće)
- Žablji kraci na baranjski način
- Ždrebeća kobasica
- Ždrebeća koljenica pod pekom
- Ždrebeća rebra
- Ždrebeći odrezak s gljivama
- Ždrebetina u umaku
- Želiranje
- Ženidba (Veliki pir, Konavli u Dalmaciji)
- Ženidbeni običaji

Iz Vrbove (kotar Nova Gradiška) u Slavoniji; Pribrao učitelj Mijo Kurjaković

Iz Imotske i Vrhgorske krajine u Dalmaciji. Pribrao učitelj Ivan Ujević.

c) Iz Dubašnice na otoku Krku (Istra). Priopćio I. Milćetić*

Koprivnička predgradja: Banovac, Bregi, Brežanec, Dubovec i Miklinoveć u Hrvatskoj. Priopćio stud. Phil. Rud. Horvat

e) „Pitomača u hrvatskoj Podravini. *) Priobćuje vjeroučitelj Valentin Cajnko.

Visočane u zadarskom kotaru (Kotari) u Dalmaciji. Priopćio župnik Mate Zorić.

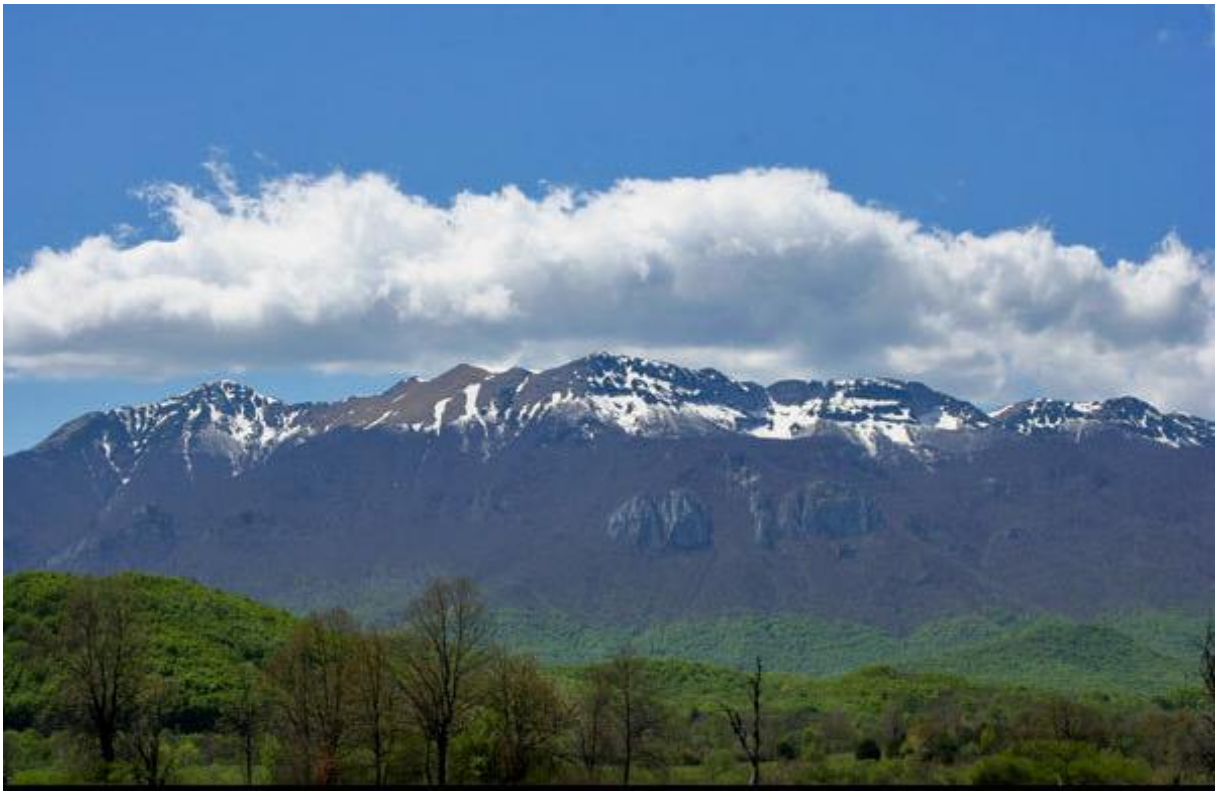
g) Praputnik i okolica u hrv. Primorju. Priopćio J. Bujanovič.

h) Hlebine u Hrvatskoj. Priobćio Dr. M. Medjumurac.

- Žetelačka pogača
- Žetelački paprikaš
- Žganci od bijelih jagli
- Žganci od heljdina brašna
- Žganci od ječmenog brašna
- Žganci od kestena
- Žganci s koščicama
- Žganci s krumpirom i suhom slaninom
- Žganci s tropom (kukuruzna krupica s preljevom)
- Žganci s vrhnjem
- Žganci z tropom (kukuruzna krupica s preljevom)
- Žganci za poslenike
- Žgvacet
- Žgvacet od domaće kokoši

- Žitarice i kruh BUKOVICA i RAVNI KOTARI
(DALMATINSKA ZAGORA)
- Život, jezik i običaji Stupničana kraj Zagreba.
Napisao Stjepan Korenić.
- Život na dvoru Zrinskih u Čakovcu – Kuharska knjiga čakovečkog dvora obitelji Zrinski
- Život u Hardomiji (zapis misionara isusovca o ishrani mještana s područja između Ljubuškog i Metkovića)
- Žito orzo
- Živelo se onako kako se moglo, razumno i brižno (Napisala Katica Barbarić)
- Žličnjaci od krumpira s bljuštom i bukovačama
- Žličnjaci od krumpira sa mrvicami (Erdäpfel-Nockerl mit Bröseln.)
- Žličnjaci od krumpira i kukuruznog brašna sa čvarcima
- Žličnjaci od jetara
- Žličnjaci s koprivom
- Žmare s verzotom
- Žmari (drobljenac)
- Žrnovski makaruli (makaruni)
- Žufenjaki
- Žufnjara ili žufenjaki
- Žuta koraba s grahom/fažolon
- Žutenica (cikorija, radić)
- Žutika
- Žutinica s jajima.

LIKA



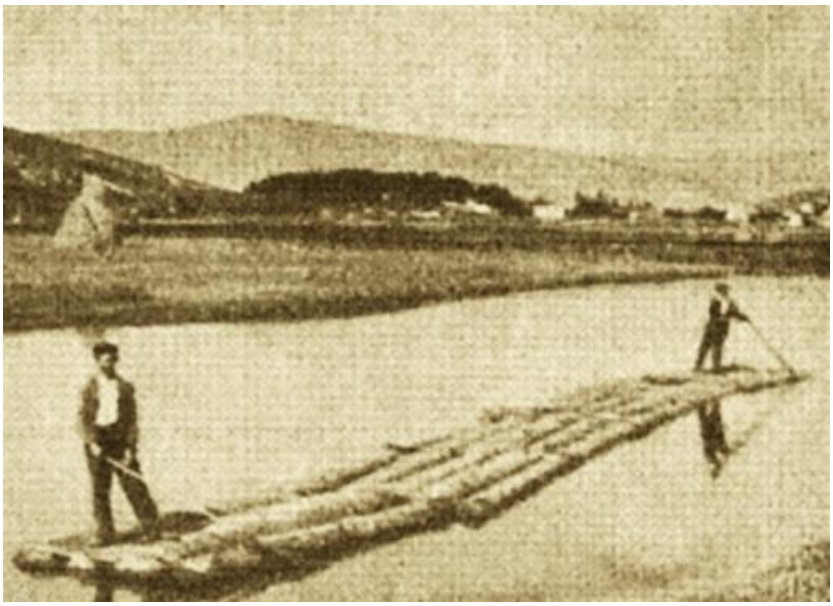
Velebit

Velebit

Sinac - izvor Gacke

Gacka

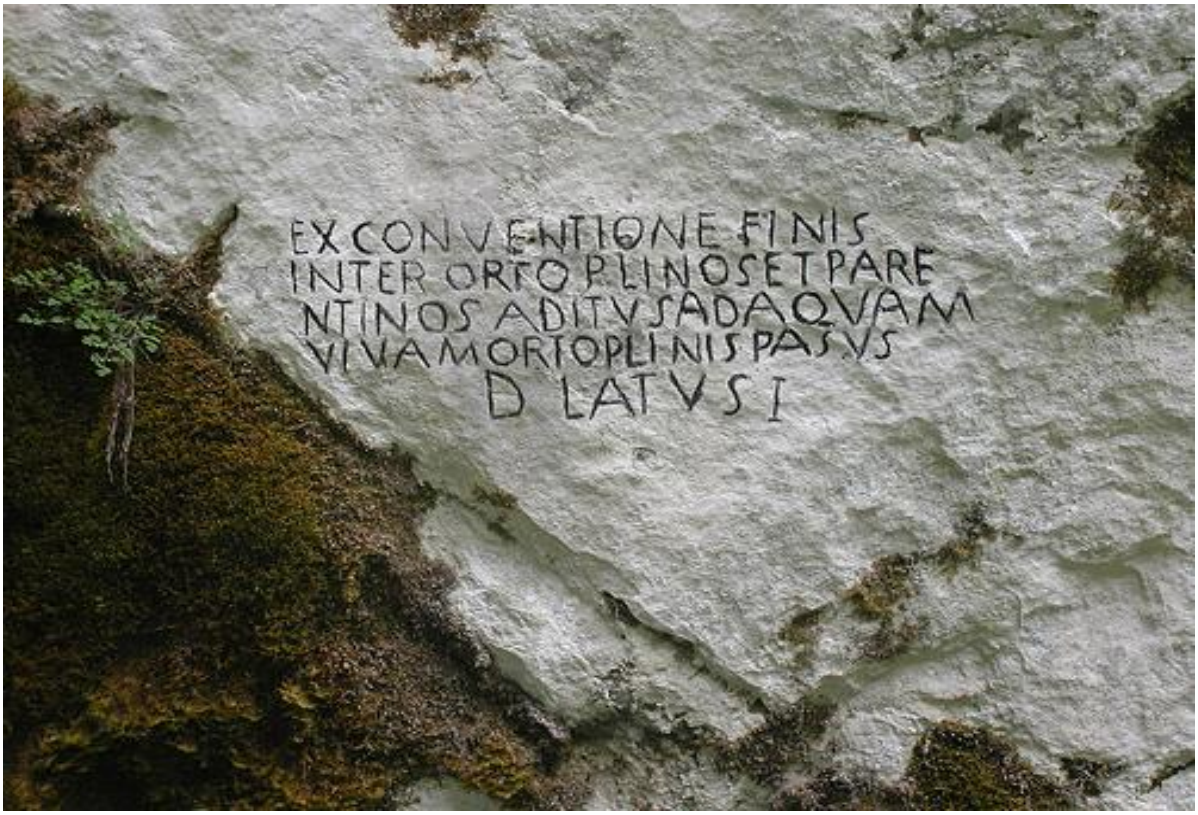
Gacka



Kerepljenje trupaca Gackom

Japodska kapa, 7. stoljeće prije Krista, Konsko Brdo, Muzej Like Gospić

Lička kapa



Vrijedan spomena je svakako i Pisani kamen. U rimsko doba postojala je cesta koja je od Arupija vodila uz rub Gackog polja do današnjeg Lešća. Odonuda se ona uspinjala prema klancu kod Janjča. Tu se nalazio lokalni odvojak u smjeru zapada, prema današnjem selu

Kosinju. Ovdje su u potpunoj osami živjeli potomci japodskog plemena Parentina, na koje upozorava tzv. Pisani kamen u Lomskoj dulibi na sjevernom Velebitu kod vrela Begovača. Na tome kamenu zapis je uklesan povodom sklopljena mira između japodskih plemena Parentina i Ortoplina. Tom prilikom, Ortoplinima je bio zajamčen slobodan pristup do vrela Begovače u dužini 500 i širini jednog koraka. Ovaj zanimljiv natpis na živoj stijeni u posvemašnjoj planinskoj pustoši, možemo shvatiti samo tako da su u rimsko doba na tom dijelu Velebita pasla stada dvaju japodskih plemena i da je među njima došlo do spora oko prava napajanja blaga na vrelu Begovače. Rimska vlast je očito posredovala u tom sporu i nakon što je za obje strane postignut zadovoljavajući dogovor, uklesan je na spomenutoj stijeni zapis kao opomena svima koji bi taj dogovor htjeli zanijekati. Rimski kameni natpis potvrđuje da su čelnici rimskih općina poznavali latinski jezik te postojeće uredbe i zakone rimske vlasti.

Misal kneza Novaka Disislavića (1368. god.) iz plemena Mogorovića

Misal kneza Novaka koji je ostavio zapis: "Let Gospodnjih 1368. Ja knez Novak, sin kneza Petra, vitez silnoga i velikoga, gospodina Loisa, kralja ugrskoga, njega polače vitez, napisah te knjige za svoju dušu."

Misal je negdje u Lici pisao knez Novak Disislavić iz plemena Mogorovića. Napisan je glagoljicom i čuva se danas u Austrijskoj nacionalnoj knjižnici u Beču.

Misal – Kosinj

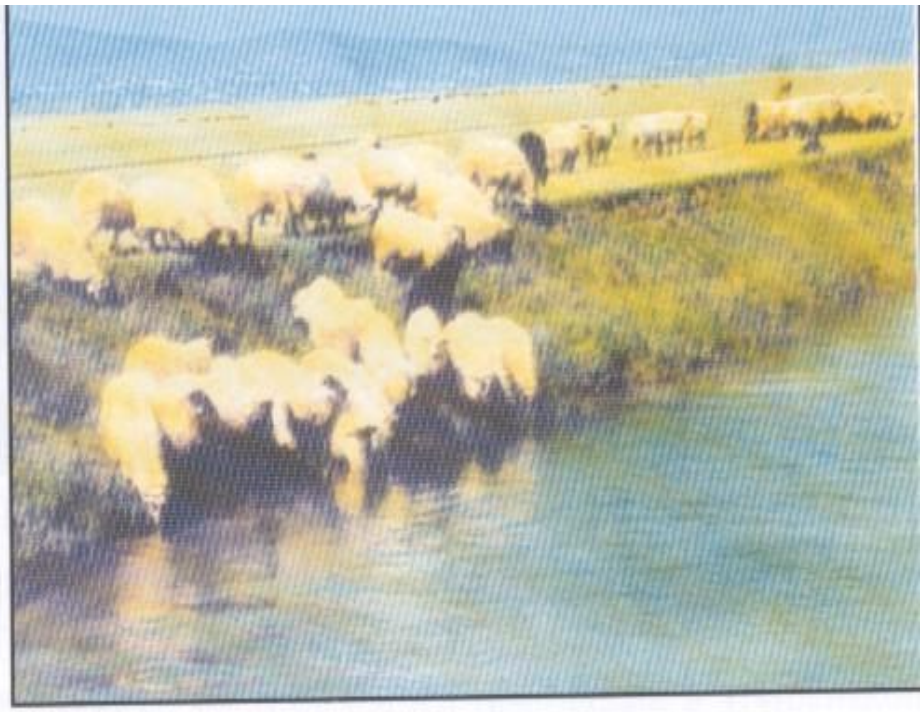
zapis popa Martinca o bitki na Krbavskom polju

Krbavska bitka

Krbavsko polje danas

Zlatni križ krbavskih biskupa

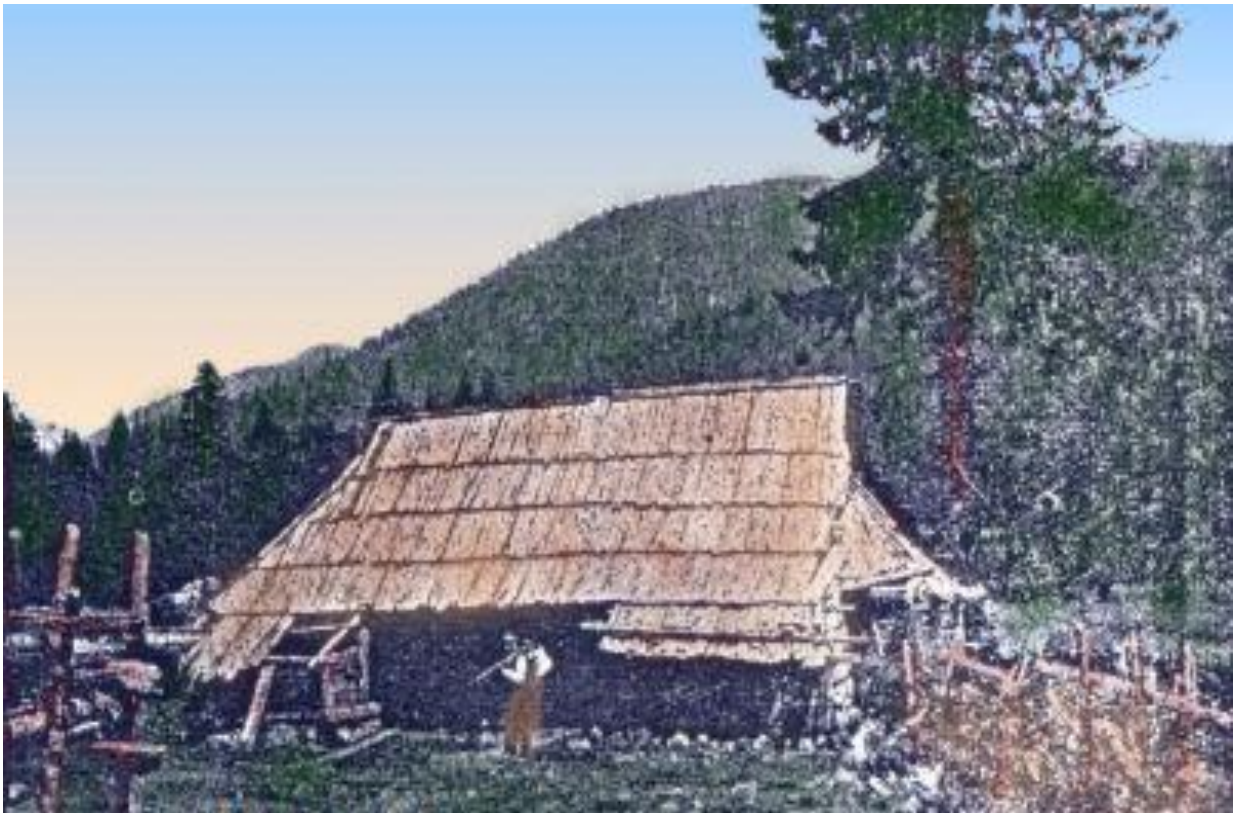
ličke ovce



Gatačko polje sa stadima ovaca i goveda

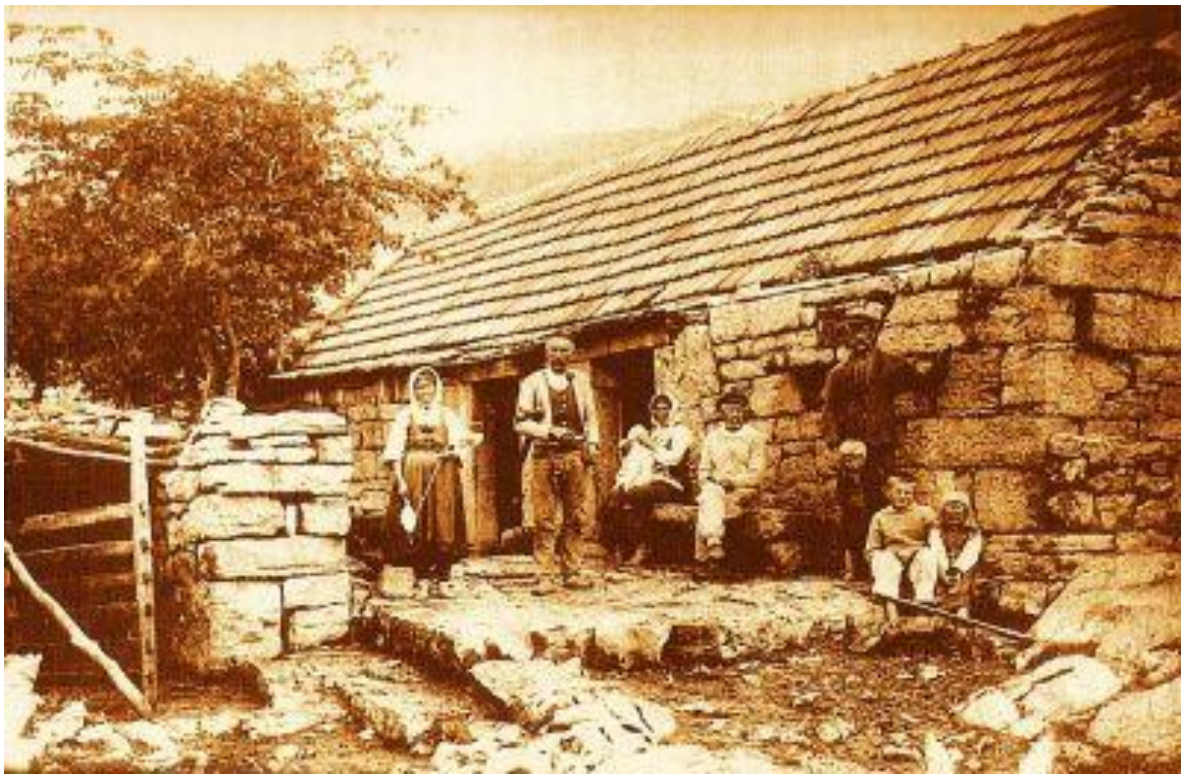
Ispaša

Planinski stanovi – pastirske kuće



pčelinjak

Pastirske kolibe

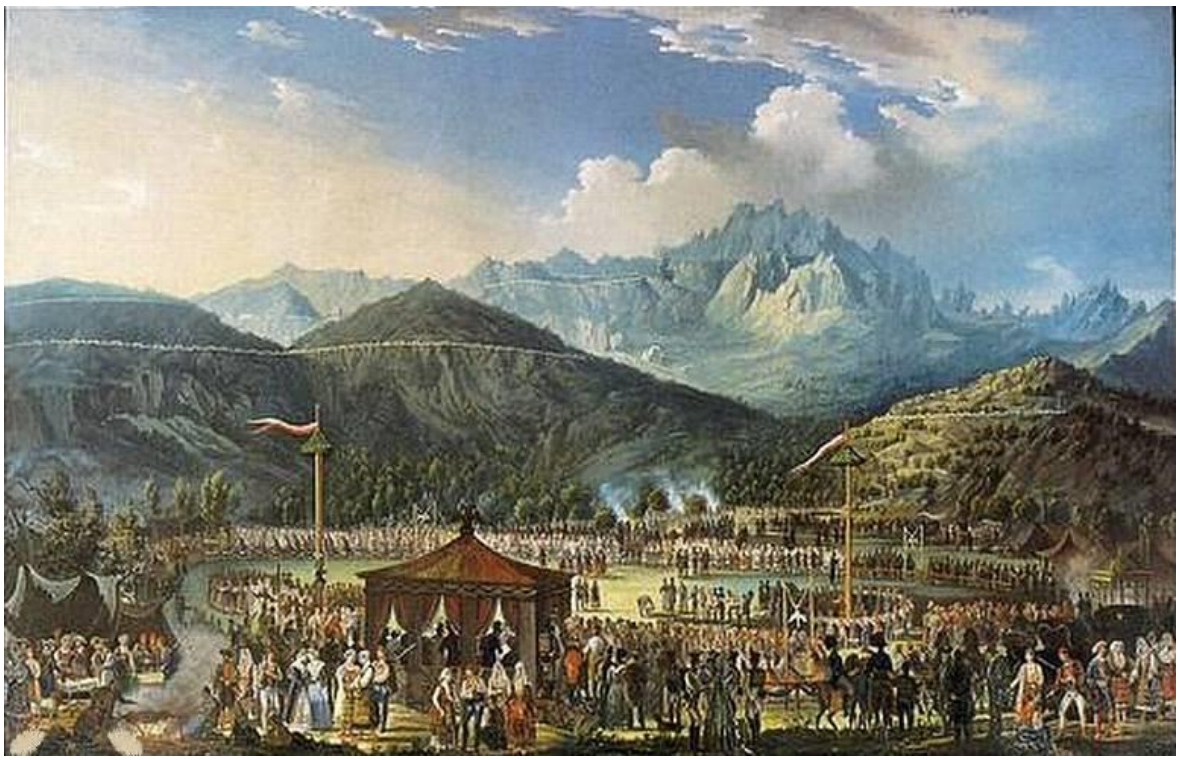


stara planinska kuća

selske kuće

Ličanka prema Hacquetu iz knjige objavljene Leipzigu 1804. godine

Ličanin prema Hacquetu iz knjige objavljene u Leipzigu 1804. godine



Svečano otvorenje prve ceste prema Dalmaciji, Sveti Rok-Obrovac 4. studenog 1832.

Kosinjski most dovršen 1936. godine

Nikola Mašić: Ličanin

Nikola Mašić, rođen u Otočcu 1852., umro u Zagrebu 1902. Jedan od prvih akademskih slikara koji je studirao u Beču, Münchenu i u Parizu u doba kad u hrvatskoj nije bilo ALU, a poznat je i po svojim studijskim putovanjima Italijom. Najveći dio života proveo je u Zagrebu gdje je bio profesor crtanja, a od 1894. do smrti bio je ravnatelj Strossmayerove galerije.

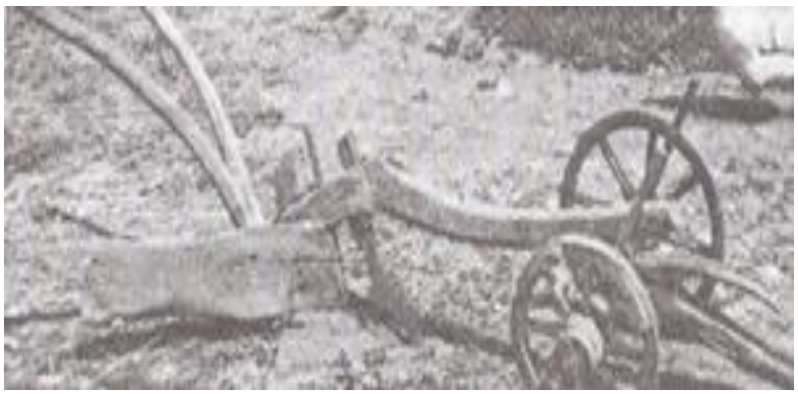
Nikola Mašić - Vršitba u Lici

brušenje kose

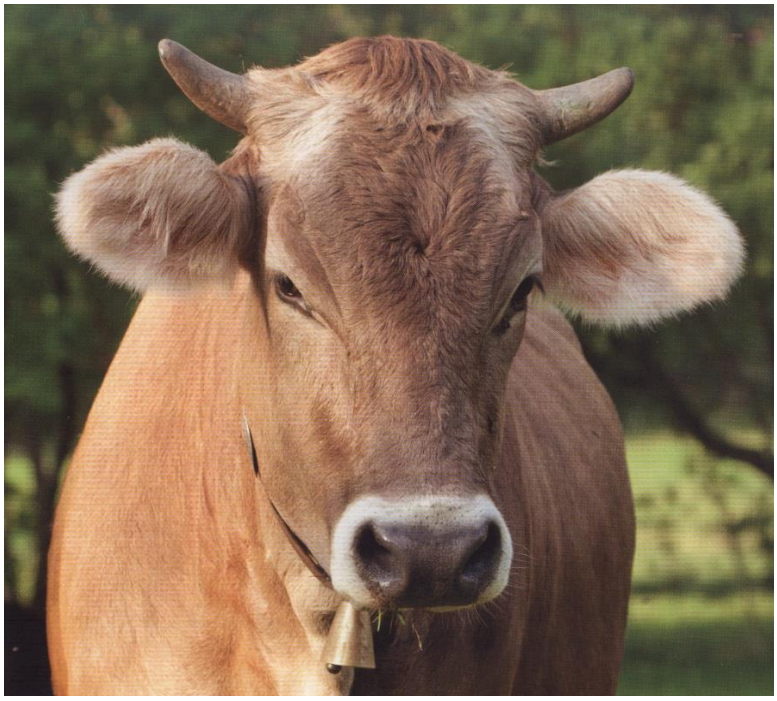
jelo nakon kosidbe

vršidba žita

vršidba – gumno



drveni plug



krava Buša

zemljane posude

ribanje zelja (kupusa)

pole

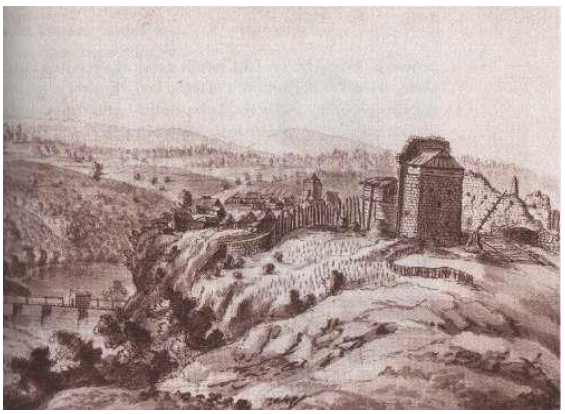
krumpir i buncek

ljetna pastirska odjeća

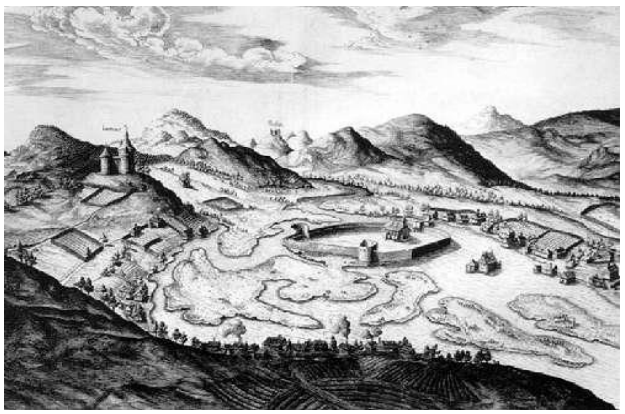
Lička nošnja

ćijanje perja

Čijam perje mislim da je trava, živ mi bio ko na njemu spava

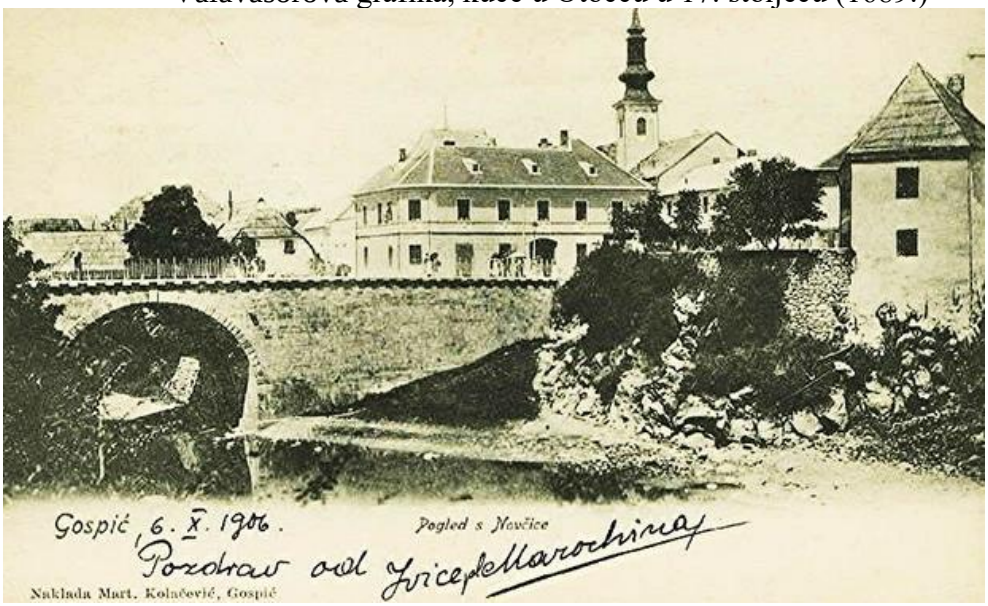


Slunj na crtežu Martina Stiera iz 1660. godine



Otočac na crtežu Stiera iz 1657. god.

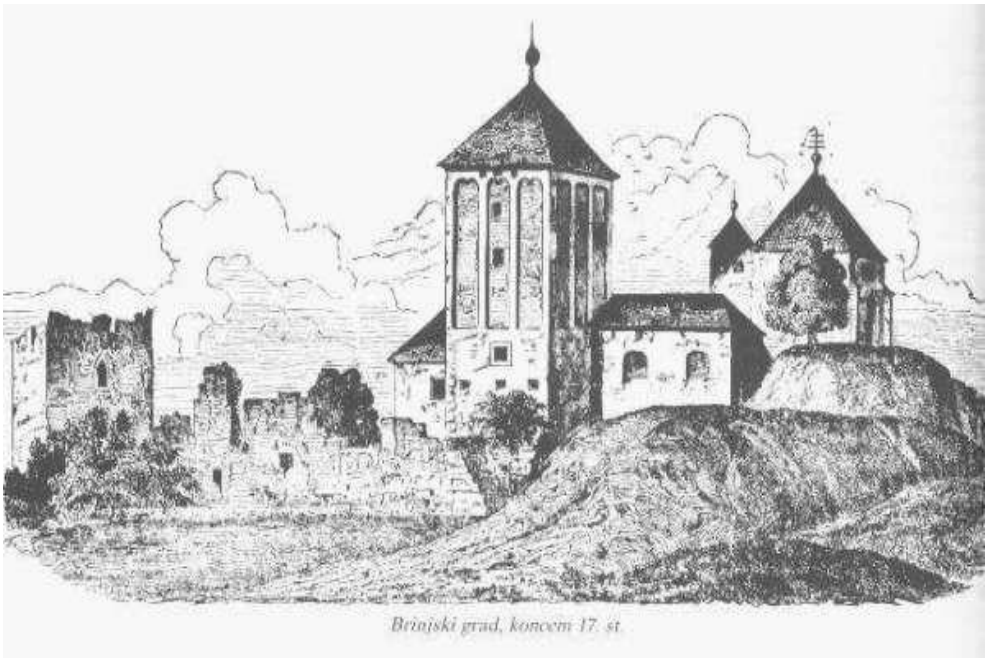
Valavasorova grafika, kuće u Otočcu u 17. stoljeću (1689.)



Gospić

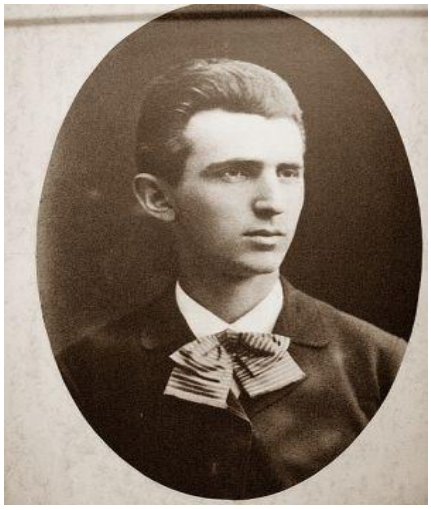
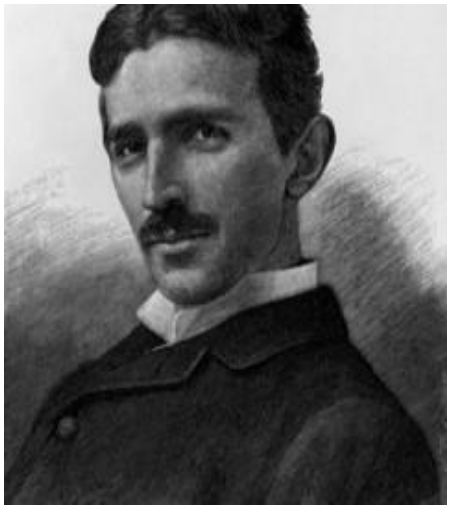
Gospić

Brinje; Crtež Martina Stiera, Austrijska narodna knjižnica, Beč.

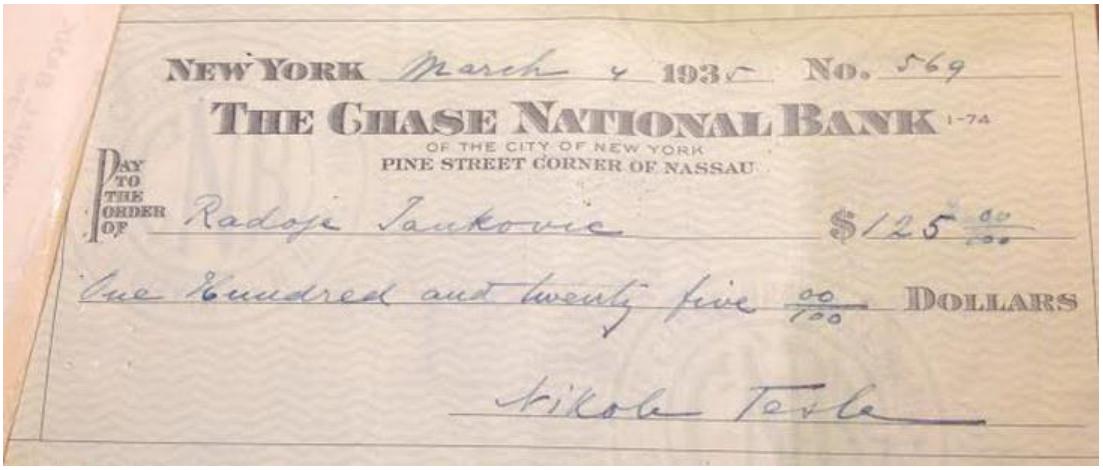


Brinjski grad, koncem 17. st.

Brinje

Nikola Tesla


NEW YORK March 4 1931 No. 569

THE CHASE NATIONAL BANK 1-74

OF THE CITY OF NEW YORK

PINE STREET CORNER OF NASSAU

PAY TO THE ORDER OF Radoje Jankovic $125 00/100

One Hundred and twenty five 00/100 DOLLARS

Nikola Tesla

ček Kraljevine Jugoslavije za mirovinu g. Nikoli Tesli
Izvor: teslaheritage.com

Stići preko planinskih vijenaca Velebita s jugozapadne strane, Kapele (iz prošlosti poznate kao Gvozd) sa sjeveroistočne i Plješivice (u starini pod imenom Pliševica ili Vražji vrtal) s istočne strane znači da ste pristigli na prostor Gacke, Krbave i Like, smještenu svaka u svoje istoimeno polje. Ova najprostranija visoravan u gorskoj Hrvatskoj, na kraškom području, zapravo je po mnogo čemu hrvatski „Tibet“. Još uvijek djevičanska, u svojoj i osornosti i pitomosti prelijepa, ali nedovoljno poznata. Za neupućene je to zemlja vukova i suroga kamena, oštre zime i visoka snijega, a stvarnost je drugačija i pravi je izazov razgolititi tko zna kako stečene predrasude o ovome kraju.

Ova tri, po mnogo čemu slična, ali i različita kraja, žive u svojim oazama plodnih polja, najvećem Ličkom, zatim Gackom i Krbavskom polju. Svako polje ima svoju istoimenu rijeku, a voda u kršu znači život, znači sve. Gacku, Liku i Krbavu treba vidjeti, njih treba upoznati, a neistraženo još istražiti, utvrditi, jer još nisu u potpunosti potvrđene sve pretpostavke o njihovoj presudnoj ulozi u razvoju naše kulture. U vrijeme srednjega vijeka, ove tri hrvatske pokrajine, koje spominje još sredinom 10. st. bizantski car Konstantin Porfirogenet, navodeći da jedino njima vlada ban (prva banska Hrvatska), bile su neusporedivo rasadište visokoga kulturnoga djelovanja. Glagoljaštvo je ovdje bilo najrazvijenije, pisale su se i prepisivale svete knjige, tiskane prve inkunabule, ukratko - ovdje su bili stvoreni svi uvjeti da se razvije hrvatska Renesansa. Usudi povijesti, zbog prodiranja Osmanlija i Martologa, nisu dopustili taj razvitak, žiteljstvo je iseljeno, a Lika i Krbava, dijelom i Gacka, ostale su na vjetrometini teških povijesnih bura sve do suvremenosti.

Knez Borna (2.pol. 8. St. – 821) knez Gačana, kao franački vazal proširio je svoju vlast najprije na Dalmaciju, zatim i na Liburniju i prvi je hrvatski knez (je li se zvao banom, latinština nam o tome ništa ne govori) koji je pod svoju vlast stavio značajan teritorij srednjovjekovne Hrvatske, kojom su kasnije vladale kraljevske dinastije domaće krvi. Vrijeme je to pokrštavanja Hrvata i njihova određenja da trajno pripadnu zapadnome civilizacijskom krugu. Upravo ovaj teritorij Gacke, Like i Krbave, reljefno težak i klimatski osoran kroz povijest bio gotovo predestiniran kao razvojno tkivo društvenih i državnih razvitaka na hrvatskome prostoru, računajući već od vremena Japoda i njihove gotovo nenadmašne bogate materijalne kulture svoga doba, rimske vladavine, hrvatskoga povijesno preteškoga srednjega vijeka, Vojne granice („krvave haljine“i te u Europi najveće ikada poznate vojarne) do prevrtljivoga 20. st. Odakle ovim trima zemljama njihovo ime? Potječe li ono od imena rijeka, ili je kraj dao ime rijeci, jer Gacka teče Gackim, Lika Ličkim, a Krbavica - Krbavskim poljem? Nije na nama da dajemo konačne sudove, ali je zanimljivo istaknuti ih. Istraživanjima poznatih lingvista prevladava teorija da su Lici ime dali starosjedioci, od kojih su ga kasnije dolaskom na ovo tlo preuzeli Hrvati. Naziv je, vjerojatno, nastao od njezine karakteristike - zemlje sa puno vode. Latinski „liquor“znači - tekućina. Albanci i danas zovu jezero „liqen“(ličen), a oni drže da su potomci Ilira. Japodi, koji ne spadaju u Ilire, živjelo su na ovome prostoru, o čijem jeziku malo znamo.

Sve se svodi na zemlju vode ili jezera, ali ni vukovi ovdje nisu rijetke divlje životinje. Lika je, po nekima, dobila ime od grčke riječi „lykos“, što bi u doslovnom prevodu značilo - zemlja vukova.

Ime Gacke također potječe od staroslavenskoga naziva vezanoga za vodu – „gat“– jaz, dubina. Ima mišljenja da je Gacka dobila naziv i od riječi „gad“– zmija (zbog njenoga lijenoga krivudavog toka), od riječi „gude“– šuma, ali i od istočnih Gota koji su na hrvatskim prostorima imali svoje kratkotrajno kraljevstvo. I danas se je još govori za rijeku Gacku: „Gacka je ovaj narod pojila, hranila i oblačila.“U davnim vremenima Gacku su smatrali svetinjom. Djevojke su išle na vodu, bacale kruh u rijeku i molile se: „ja tebe kruhom, a ti mene zdravljem i srećom“.

Gacku pune vodom tri sinačka vrila – Tonković, Klanac i Majer, posljednji su istražili speleolozi i spustili se 92 metra duboko.

Krbava najvjerojatnije u svome imenu ima staroslavensku osnovu „krb/hrb/grb“– uzvisina, hrbat, što upućuje na dominantni brežuljak u Krbavskome polju gdje se danas nalazi grad Udbina. Na toj uzvisini tj. Brežuljku nalazio se ranije i srednjovjekovni grad Krbava u koje je bilo i sjedište biskupije iz 1185.g s impozantnom katedralom Sv. Jakova., u vrijeme kada se cijeli hrvatski prostor osjećao povezanim u jednu cjelinu. Srednjovjekovna Krbavska biskupija bila je most između hrvatskog sjevera i hrvatskog juga. Arheološka istraživanja traju još i danas a konzervirani ostaci su jedno od turističkih destinacija. Patron današnje Gospićko-senjske biskupije je Sv. Jakov, prema istoimenoj katedrali. Neki su ovo ime vezali s litavskim „kirba“– močvara, baruština, odnosno latinskim „corbis“– košara. Sva tumačenja podrijetla imena rado su se vezala za vodu, gotovo nesvjesno ističući da je voda najvažnija sastavnica života ove na plodna kraška polja razlomljene visoravni.

Prostor Gacke, Like i Krbave je kao ničim obilježen svojim reljefom. Okruženje, za hrvatske prilike najvišim, gorskim vrhovima, stvorilo je nekoliko prostranih i mnoštvo manjih dolina, najniže je Gacko polje na 460 m nad morem, a te se visina penje istočno prema Ličkome i Krbavskome polju na prosječnu visinu od 550 do 650 metara. Velebit određuje klimu zatvarajući blagotvorni utjecaj mora, pa je ova visoravan najhladnije područje u Hrvatskoj, zime su hladne i duge (temperatura se spušta i do – 30oC) s mnogo snijega, a ljeta kratka i topla (do 34oC), često sušna. Takva izrazito kontinentalna, neki bi rekli i planinska klima, određuje način života na ovim prostorima. Klima određuje način stanovanja, oblačenja, prehrane, vrstu poljoprivredne proizvodnje, gospodarenja općenito. Od najranijih perioda ljudskoga bivanja u ovakvome okruženju, čovjek je shvatio da se mora prilagoditi reljefu i klimi kako bi opstao. Služio se u gradnji materijalima koji su mu na dohvat ruke (kamen, drvo), oblačio se u toplu vunenu odjeću koji je sam izrađivao od oštre vune ovce pramenke, prehranjivao se onim što je mogao uzgojiti i odgojiti, jer su mu gospodarsku osnovicu određivala koliko-toliko plodna kraška polja i voda. Obilovao je planinskim pašnjacima, zato ga je pramenka (prilagođena oštroj klimi) „hranila i branila“, dok je u ratarskoj

proizvodnji bio oskudniji, uzgajajući one kulture koje su mogle uspijevati (ječam, pšenica, pir, raž, zob, proso, kukuruz, krumpir, zelje). Maleni posjedi i brojnost čeljadi bili su preduvjet za skromnu ishranu, pamte se još uvijek priče najstarijih o „gladnim godinama“u vrijeme Vojne granice, o „bobovoj godini“(1803.) kada je carska komora narod hranila bobom, tom u ovim krajevima neomiljenom i prezrenom namirnicom, o pukom preživljavanju kuhanjem koprive i drugoga bilja koje nije bilo uobičajeno koristiti. U narodu je i danas ostala uzrečica „trbuv – mera/mjera“, što znači da se treba u svakoj prilici dobro najesti jer je pitanje kada će opet „izletiti“takva prilika. U toj općoj oskudici na najvišoj cijeni je bilo meso, bilo koje vrste. A od mesa najcjenjenija je i danas pečenka, janjeća i svinjska. Općenito su se cijenile masnoće, naročito svinjska mast, a potom je dolazilo maslo (topljeni putar). Koristio se i loj, ali se držalo da je hrana začinjena lojem nešto lošija pa se kaže za nekoga ubogoga da „ni lojem nisu imali za zasmrditi“. Od žitarica najviše se koristio kukuruz za palentu i nema kuće u kojoj se nije kuhala najmanje ujutro i uvečer. Manje cijenjena je bila prosena palenta, dok je krumpirova bila sasvim neomiljena. Pšenice nije bilo nikada dovoljno, pa se kruh mijesio najčešće od ječmenoga brašna, od pira, a samo za blagdane od čistoga pšeničnoga brašna. Krumpir je uz zelje bila glavna povrtnica.

Opća gospodarska neimaština je određivala i mentalitet naroda, utjecalo je to i na njegov kulturni segment. To se ponajbolje vidi na tradicijskoj odjeći koja je nadasve diskretna, i u boji i u šari. Nigdje nama one slavonske razmetljivosti boje i oblika. U muškoj nošnji samo su dva odjevna predmeta kićenija, kao da kroz njih provire ona iskonska potreba za isticanjem, to je crvena kapa („crljena kapa“, „crljenkapa“) ukrašena bogato crnim vezom i grljci/natikači (vrsta čarape, ukrašena crnom čipkom. Rade se iz tri dijela: donji dio, za stopalo se najjednostavnije plete, i taj dio najčešće propada, pa se iznova opleće. Središnji dio se tka u horizontalnim zonama s decentnim uzorkom, a najgornji dio se „hekla” i to dijagonalno. Posljednja dva dijela, obzirom da su izrazito čvrsto izvedeni, ne propadaju tako lako. U ženskoj narodnoj nošnji također postoje identični natikači, koji mogu biti kraći.). Ženska odjeća je bila skromnija, isticale su se sasvim male i diskretne „špice“(heklana čipka) na orukavlju i oko vrata i pršteća u bojama „kanica“(pojas).

Od najstarijih tragova civilizacije zelena kraška polja, bogata vodom i okružena šumom, bujna vegetacija i mnogo divljači, privlačili su ljude. Paleolitski čovjek stanovao je pod svodovima Cerovačkih pećina u Lici. U Gackoj je u neposrednoj blizini jednoga od izvora Gacke u Lešću u Pećini živo paleolitski lovac na prijelazu i starijega u mlađe kameno doba (10.000 do 4.000 g. pr. K.), kada se taj paleolitski lovac pomalo privikava sjedilačkome načinu života. Na glatkoj stijeni sačuvani su kameni urezi, vjerojatno, je to primitivni mjesečev kalendar. U špilji Bezdanjača, nedaleko Vrhovina, nalazi se najznačajnija pećinska nekropola u Europi (1.400 g. pr. K.), pripada srednje i kasno brončanom

dobu, a žitelji skupini tzv. „protoilira“. Pored lova bavili su se uzgojem žitarica (pronađeni bakreni srpovi) te uzgojem pripitomljenih domaćih životinja.

Na području današnje Gacke, Like i Krbave, i šire, počinje krajem brončanog doba (1.000 – 800 g. pr. K.) cvjetati kultura Japoda. Japodska materijalna kultura, kao i kultura Liburna i Histra pokazuje izražajne različitosti, koje ih izdvajaju od ilirskih plemena – Kolapijana, Delmata, Mezeja i drugih. Svoj vrhunac bogatstva materijalne kulture dosegli su u željezno doba (od 8. st. pr. K.), ostavljajući nam nekropole prebogate bakrenim i brončanim ukrasima s mnoštvo skupoga jantara i staklenih perli. Japodi su imali intenzivne kulturne i trgovačke veze s jadranskim obalnim pojasom, Apeninskim poluotokom, središnjom Europom, i preko Balkana s obalom Crnog mora, ponajviše radi skupocjenog jantara. Njihov način odijevanja upućuje nas doslovno na tradicijsku mušku i žensku odjeću (vunene halje, crvene kape, opanci, neke vrste hlača i dr.). Također ima određenih saznanja o načinu njihove prehrane koja se bazirala na stoci sitnoga zuba, uzgoju žitarica, ali i razmjeni roba s nedalekim primorjem (ostatci ljuštura školjaka). Njihove kamene kuće pravokutnoga oblika, imale su u sredini prostorije ognjište, koje se zadržalo ovdje do polovice 20. stoljeća.

Znameniti Oktavijan, budući August (35 g. pr. Kr.) poduzima veliku vojnu protiv Japoda. Iskrcavši se u Senju (Senia), maršem preko Velebita, proveo je dugotrajnu opsadu glavnog japodskog grada Metulum (Čakovec kod Josipdola, vjerojatno), pa čak je i sam bio ranjen u koljeno, a nakon toga su se svi japodski gradovi, prema antičkim izvorima predali – njihova imena su nam poznata iz razdoblja rimske dominacije – Monetium (Brinje), Avendo (Kompolje), Arupium (Prozor) kao jedini urbani japodski centar iz antičkog razdoblja, Epidotium (Kvarte), Ancus (Široka kula), Ausancalio (Medak ili Lovinac) i brojni drugi, čija su nam imena zasad, skrivena velom tajne. Arupium je bio doista grad s mnoštvom poganskih hramova, mozaicima, podnim grijanjem i svim onim što je standard uljuđenoga Rimljanina nosio sa sobom. Živa prometna aktivnost dovodi u Liku mnoštvo rimskih vojnika koji donose i rimske kultove. U 2. i 3. stoljeću iz Senja (Senie) prenosi se vrlo raširen kult boga Mitre, boga Sunca. Dva mitrička svetišta isklesana u živoj stijeni nalaze se u Čoviću – u akcijskoj sceni mladi Mitra ubija bika, a promatra ga životinjski svijet, jedan u Sincu, dok se reljefna ploča boga Mitre pohranjena u muzeju u Zagrebu. Mitra (grč. Mithras) staro indoiransko božanstvo, poznato već u 14. stoljeću prije Krista. U Vedi je usko povezano s Varunom, božanstvom koji kažnjava krivce. Perzijanci su Mitrin kult proširili u Babilon, Malu Aziju te u Grčku, a nakon Pompejeve pobjede nad pontskim kraljem Mitridatom 66. god. pr. Krista prodire među rim. vojnike. Mitra je bog koji daje ljudima hrabrost, on je „nepobjedivi“bog ratnika, poistovjećen i s Apolonom i Helijem, odnosno sa svjetlom i suncem.

Koliko je rimski Arupium bio važno naselje i u gospodarskome smislu, govori iz rimskoga vremena u Prozoru pronađen sarkofag s natpisom:

D(is) M(anibus)
T(itus) Fl(avius) Marcellvs
SEPLASIARIUS AN(nos) LXX
S(ibi) V(ivus) F(ecit)

U prijevodu: *Dobrim dušama pokojnika. T(ito) Fl(avije) Marcel, trgovac mirodijama, sedamdesetogodišnjak, sebi za života načini*.

Iz ovo malo riječi puno se saznaje, kao npr.: da se ovdje nastanio i živio trgovac mirodijama, u to vrijeme najskupocjenijom trgovačkom robom, da je imao kome prodavati svoju skupu robu, da je kupovna moć bila visoka i da se od takve trgovine moglo dobro živjeti.

U tijeku prethistorije pa kroz rimsko-bizantsku epohu, te srednji i novi vijek sve do sredine 19. stoljeća uz primorske obronke Velebita (od Senja do Obrovca) nije bilo izgrađenog pravog puta – ceste. Ali to ne znaci da se promet i trgovina nisu mogli odvijati kopnenim putem makar i uskim i teško prohodnim stazama kojima su bila povezana dosta brojna veća i manja naselja, što su se u pravilu osnivala na hridinama iznad mora ili na položajima i zaklonjenim mjestima ispod današnje magistrale.

Još od doba romanizacije počeo se preko Velebita odvijati promet Senia (Senj), Avendo (Kompolje), Arupium (Otočac) i Scrissa (Karlobag) – Gospić nalazili su se na važnim rimskim cestama, koje su povezivale more i Sisciju, tadašnje glavno središte rimske provincije Panonia Savia. Tragovi rimske ceste od antičke Scrisse preko Oštarijskog prijelaza za Liku mogu se i danas pratiti uz stari Kraljičin put, koji pored Konjskog izlazi na Oštarije. Rimska Scrissa nalazila se tada nešto podalje od obale u pozadini Baške Drage, oko današnjeg sela Vidovac Cesarički. Te stare ceste nisu u cijelosti i stručno istražene, ali se može posve opravdano pretpostaviti da su već u rimsko doba bile uređene, a kasnije su zapuštene i propale ponajviše zbog tursko-mletačke opasnosti.

Velebit u rimsko doba nije bio krš kao danas, već je Primorska padina bila šumovita, puna zemlje, stoga su tragovi starih cesta teško vidljivi. Oskudni tragove rimskih dvokolica, usječeni u živom kamenu, širine 100 do 110 cm vidljivi su tek iskusnom poznavaocu Velebita i stručnjaku. Rimski graditelji napravili su cestu između Vegiuma, iznad Baške Drage, do Baških Oštarija i dalje u unutrašnjost. Ta cesta bila je od velikog značaja za trgovinu, koja se odvijala dalje preko otoka Paga.

Cesta koju nazivaju **Karolina** građena je od 1730. do 1735. godine, njezina trasa se odvijala preko Ličkog Novog, Brušana, Baških Oštarija pa niz primorsku stranu Velebita sve do Karlobaga, a nešto kasnije radila se i druga cesta **Terezijana**. Karolina je bila vrlo strma (nagibe i do 35 posto), kao i obično štedjelo se na materijalu, radnim danima a sagrađena je u relativno kratkom, za ondašnje prilike, vremenu. Napuštena je kada je Josip II. obilazeći primorske luke utvrdio da je potrebno izgraditi novu cestu koja će biti manje strma i pogodnija za transport. Ta nova cesta se gradi od 1784. do 1786. godine, i po carskom nalogu dobiva naziv cesta Marije Terezije, odnosno – poznata „Terezijana“čiji su padovi bili najviše 25 posto. Radio ju je graničarski kapetan Filip Vukasović.

Dalje uz obalu od Karlobaga do Obrovca cesta je probijena kroz teško prohodne predjele tek 1924.

Isto tako, osim vlaka i pješačkih staza, nije bilo valjanih cesta koje bi visinski presijecale Velebit i vodile od mora u Liku. Današnje šumske ceste – vlake, zvane u narodu „**ceste Marije Terezije**“, od Jurjeva preko Oltara do Krasna, Karlobag – Oštarije – Gospić, te Obrovac – Halan – Gospić, izgrađene su u drugoj polovici 18. stoljeća i modernizirane sredinom 19. stoljeća.

U Liku je – osim ceste iz Primorja preko Velebita – vodilo još desetak poprečnih staza kojima su domorodci odlazili u planinske predjele Velebita do svojih sezonskih stanova –šumskih radilišta i dalje se spuštali u Liku radi trgovine:

Od Jurjeva preko Oltara za Krasno, Otočac – Kosinj,
Lukova, Klade i Starigrada na Zavižan – Jezera te Krasno – Otočac,
Jablanca, Mirova, Štirovaća, za Krasno i dalje Kosinj – Otočac,
Prizne, Mliništa, Štirovaća do Kosinja,
Cesarice, Skorupovac, do Kosinja,
Karlobag, Oštarije do Gospića,
Lukova Šugarja, Barić– Drage, Starigrada Paklenice do Perušića i Gospića.

Zbog teško prohodnih staza i neizgrađenih cesta najveći promet i prijenos dobara uz podgorsku obalu od Rijeke prema Senju, Obrovcu ili Ninu i Zadru vršio se morskim putem brodovima.

Od 7. stoljeća na prostor Gacke, Like i Krbave se doseljavaju Hrvati, koji se krajem 8. i početkom 9. st. počinju državotvorno organizirati. Prema Konstantinu Porfirogenetu (bizantski car Konstantin VII., vladao od 912. do 959.) i njegovom djelu latiniziranoga naziva De administrando imperio, Hrvatska ima 11 župa, a pored njih s Gackom, Likom i Krbavom upravlja ban, za razliku od drugih pokrajina kojima upravljaju knezovi. Eto, ta posebnost ovoga prostora, oimenjena u Gackoj, Lici i Krbavi, došla je do samoga Carigrada, bila poznata čak i bizantskome caru. Nemamo dostatno saznanja, a možda ga nikada ne ćemo niti imati zbog skromnih zapisa, zašto je upravo ovaj vrletni komad zemlje bio toliko poseban, različit, drugačiji? Zašto su iz njega kretale nekakve misli nečega velikog i značajnog, pa kada se ta misao rasprostranila, on ostalo ponovo zapretan u svoju zaborav? Da bi se s vremena na vrijeme ponovo ovdje javila klica nečega novog.

U razvijenom srednjem vijeku brojne su plemenite obitelji u svojim tvrdim gradovima. Među njima se ističu, knezovi Krbavski, Karlovići, Kurjakovići i Gusići, Mogorovići u Lici i krajem 13. stoljeća Frankopani (Frangepanes - kruholomci) u Gackoj. Područje je podijeljeno na nekoliko župa: osim spomenute Gacke, Like i Krbave, tu su Brinje, Bužani s Bočaćem, Odorje, Otuča, Nebljuse, Lapačka župa, odnosno Srbski stol, te župa Podgorje.

Pismenost se odvija pod okriljem samostana redovničkih zajednica – augustinaca (Brinje), benediktinaca (Bužani, Krbava, Plitvice), franjevci (Krbava), pavlini (Brinje, Turjanski, Kosinj, D. Pazarišta, Sv. Ivan u gori iznad Metka). Ovaj prosperitetni prostor osjećao je potrebu za stvaranjem jednog urbanog i snažnog, kulturnog i vjerskog centra – biskupskog sjedišta kakva je bila Krbava, odnosno Udbina, te stoga ne čudi osnivanje Otočke biskupije, kako su to nalagale povijesne okolnosti – učestali prodori Turaka, i nakon Cetinskog sabora 1527. g. podijeljenog područja između Hrvatske (Gacke s Brinjem) i Turske Hrvatske (Lika i Krbava). Utemeljitelj Otočke biskupije 1460.g. bio je Sigismund (Žigmund) Frankopan koja se održala sve do 1534.g., tj. do prodora Turaka.

Frankopani su bili i posjednici susjednoga Gorkog kotara. Nažalost, dvoglavi habsburški orao koji je raširio svoja krila nad Kupom i Unom, nad Savom i cijelom Panonijom skinuo je glave Petru Zrinskom i Fran Krsti Frankopanu u Bečkom Novom Mjestu 30. travnja 1671. g. Smrću bana grofa Petra Zrinskog i kneza Fran Krste Frankopana pali su posljednji hrvatski velikaši, koji su željeli da Hrvatska bude svoja na svome.

Oproštajno pismo F.K. Frankopana (prvobitno sročeno na talijanskom jeziku, ali se širilo u prijevodnoj njemačkoj verziji)

Preljubljeno zlato i izabranice moga srca! Konačno je i moje dugo zatočeništvo dostiglo svoj kraj, a moje zlodjelo učinjeno protiv Njegove Carske Visosti, kao mojeg prirodnog kralja i gospodara izazvalo je kaznu, naime smrt, kojoj se smjerno predajem. Jer kako se služi, tako se i prima plaća, a Bog ništa ne ostavlja neosvećeno. Moja me zlodjela ne mogu boljeti tako žestoko kako će tebe ožalostiti tuga i žalobna vijest. Ali što pomaže plač i žalost, osuda je izrečena i ne može se više promijeniti. Moja se duša danas mora odijeliti od ovoga svijeta i stupiti pred Božji sud, otići u vječni boravak.. Budući da je ovdje moj Premilostivi Kralj izrekao kaznu, a moje se srce ispunilo pokajanjem i bolom zbog počinjenih zlodjela, nadam se da će Svemogući Bog suditi toliko blaže i milostivije. Zbog toga te molim, moje najdraže dijete, uime Svetih pet rana Isusa Krista, ako sam ti u našem bračnom životu u ovom ili onom nanio bol, to mi oprosti. Moj je čas tu, smrt me očekuje, pravda mi je odredila mjesto, a izlaska nema. Moj će mladi život prekinuti mač, no uzdajem se da će ga moj Isus opet zazeleniti. U njegove ruke preporučam svoju dušu, a tijelo predajem hladnoj zemlji. Valeas

(preveo Stanko Žepić)

Grade i dvorove ke si pervo ladal,
z opravom gospockom konje bisne jahal,
sablje okovane dično g boku pasal
i viteštvo tvoje na mejdanu kazal:
vse ti je prevzela nesriča hudobna,
još i žitku tvomu postala nazlobna …...

(F. K. Frankopan u Beču, 8. svibnja 1670.)

Najstarija tiskana knjiga - inkunabula - na našim prostorima (tiskana 38 godina prije Judite) je glagoljski Misal po običaju rimske kurije, godine 1483. Prema dvojbenim dokumentima (među njima i „svjedočanstva“ senjskog biskupa Sebastijana Glavinića, iz 1696. g.) misal je tiskan u Kosinju u Lici, u doba kneza Frankopana VIII. Brinjskog (1458. - 1514.). Našu prvu tiskaru (na Gutenbergovu tiskarskom stroju) osnovali su 1482. g. pavlini blagoslovom Rima - bijeli fratri, šest godina nakon osnivanja prve tiskare u Veneciji i šest godina nakon osnivanja londonske tiskare, odnosno godinu dana prije osnivanja tiskare u Stockholmu. „Kosinjski misal“je prva crkvena knjiga na materinskome jeziku nekog naroda, a ne na latinskome jeziku. Kosinj i Kosinjska dolina u srednjem vijeku za Hrvatsku i njezinu kulturu značili su isto što danas Pariz znači za Francusku. Početkom 16. st. Kosinj se nalazi na zemljovidima naših krajeva pod imenom Khesin, Cosin ili Kosin, koje su ucrtavali kartografi Ugarske, Italije, Austrije i Nizozemske. U to doba na karte su ucrtavana samo najznačajnija mjesta.

Jedan od hrvatskih jezika, i to baš onaj koji će kasnije postati standardnim, bio je u 17. stoljeću u Katoličkoj crkvi uvršten među najvažnije svjetske jezike, nužne za širenje vjere, zajedno s hebrejskim, klasičnim i pučkim grčkim, armenijskim i arapskim jezikom, je – **čakavsko narječje**, kojim se govori u dolini Gacke. Dekretom iz 1622. u ime pape Grgura XV., koji je izdao Zbor za širenje vjere, u jednoj naredbi kaže da se: na svim visokim crkvenim školama na području Mletačke Republike osnivaju katedre za arapski i „ilirski jezik“. Drugi dekret istog Zbora za širenje vjere iz g. 1623. izdan u ime pape Urbana VIII. naređuje se da se: na svim crkvenim visokim školama i sveučilištima kao što su bolonjsko, padovansko, pariško, bečko, louvensko, salamanško, madridsko itd. uz hebrejski, pučki i klasični grčki, kaldejski (armenijski) i arapski, uči također i „ilirski jezik“. Činjenica da je najviša vlast Katoličke crkve htjela da se u 17. stoljeću hrvatski jezik uvede kao obvezan nastavni predmet na najpoznatijim europskim sveučilištima, i to u vrijeme kada su se o budućem hrvatskom jeziku tek postavljali temelji i određivao pravac budućeg razvitka, baca sasvim novo, dosad nepoznato svjetlo kako na sami jezik, tako i na važnost koju mu je pridavala Katolička crkva kao svjetska ustanova. Hrvati su u to doba bili jedini europski narod u Katoličkoj crkvi koji je imao obrednik na narodnom jeziku. Riječ je o ikavskoj čakavštini otvorenoj prema štokavštini koja je postala temelj standardizacije hrvatskog književnog jezika kakav je danas. Naziv – ilirski – služio je kao skupni naziv stanovnika nekadašnjega rimskog Ilirika (u disputama /raspravama, diskusijama/ oko rimskih jerolimskih ustanova dugo je korištena Luciusova definicija Ilirika kao geografskog pojma). Za crkvene jezikoslovce „ilirski“je zajednički rodni pojam koji obuhvaća ne samo katolike Hrvate, nego i druge (uglavnom južne) Slavene koji tada nisu pripadali katoličtvu, a možda ni kršćanstvu. Godine 1599. u Rimu su osnovali „Iliričku akademiju“(academia linguae Illyrcae) a general Družbe Claudio Acqaviva zadužio je Bartul Kašića, oca hrvatskog jezika, isusovca, teologa, književnika, prosvjetitelja i znanstvenika

(Pag. 1575. – Rim. 1650.), čakavca, „da za potrebe misionara na Balkanskom poluotoku, izradi gramatiku“koja dotle nije postojala. Kašić je objavio i priredio više od 30 knjiga, među kojima su prvi hrvatsko-talijanski rječnik, prva hrvatska gramatika „Institutiones linquae illiyricae“

Kosinj je navodno poznat i zabilježen po još jednoj zanimljivosti; slavni graditelj violina Antonio Stradivari za svoje instrumente rabio je javorovo drvo za bočne stjenke i donju ploču a smrekovo za gornju drvenu ploču, kažu, s Velebita, a navodno ga je običavao sam birati iznad Kosinja, po nekim izvorima to je radio njegov nečak ??!!.

(Kremonski majstori Amati, Stradivari i Guarneri oblikovali su još prije 4 stoljeća violine tako savršena oblika i zvuka da njihovi modeli i danas služe kao predložak. Tajna starih majstora bila je prije svega čudesni dar da za izradu violine izaberu prave komade drveta. Cremona je i danas svjetska prijestolnica violine. Od Stradivarija pa do danas, majstori iz Cremone najviše cijene tri vrste drva: javor, smreku i vrbu koji stiže iz Velebitskog i Dinarskog gorja. Ne iz šuma smreka ili javora, nego samo stojećih - samo rastućih javora i smreka, jer ta drva daju najbolja svojstva.)

Posječene trupce udarali bi drvom i osluškivali zvuk stabla. Ono što je običnom uhu samo uvijek jedan te isti udarac, drva o drvo, njima je već bila glazba iz koje su izdvajali najljepše tonove izabirući za svoju radionicu najbolje trupce. Najbolje trupce koji su u sebi imali tajnovitu praiskonsku snagu šuma. Ne samo Stradivari nego i Giuseppe Guarneri radio je violine iz tih tajanstvenih šuma što nam svojim čarobnim zvukom dokazuje i njegova poznata violina kraljevskog imena – King.

Kralj Ludwig Bavarski, veliki botaničar, na području sjevernog Velebita i Kosinja skupljao je bilje za svoj herbarij.

Prodor Osmanlija zaustavio je razvoj i odredio drugi smjer i životu i vremenu. Lika je pala tek poslije bitke na Mohaču, a ovdje su ostali sve do kraja 17. stoljeća. U bitci na Krbavskom polju 9. rujna 1493. g. turska vojska (pod zapovjedništvom Jakub-Paše) je doslovno uništila hrvatsku plemićku vojsku (vodio ju je ban Derenčin) i dobar dio hrvatskoga plemstva. Na bojnom polju ostalo je zauvijek oko desettisuća poginulih, koji su došli braniti svoje obitelji, svoj zavičaj, svoju domovinu i svoj narod.

Pred zulumima martologa (plaćenih vojnika) domicilno žiteljstvo je počelo iseljavati. Početkom 16. stoljeća Lika i Krbava su opustjele, u Gackoj ostaju naseljeni samo utvrđeni gradovi. Na ispražnjene prostore Turci naseljavaju muslimanski živalj, ali i Vlahe. Radi obrane „ostatka ostataka“hrvatskoga kraljevstva, još od vremena ugarsko-hrvatskoga kralja Matije Korvina ustrojava se u drugoj polovici 15. st. Vojna granica.

Pod vodstvom generala grofa Herbersteina krenula je austrijska vojska u oslobođenje Like i Krbave krajem 17. st. U isto vrijeme brinjski župnik pop

Marko Mesić podiže narodni ustanak u samoj Lici i utvrđeni gradovi predaju se bez borbe ili nakon teških okršaja. Do kraja lipnja 1689. g. oslobođena je zapadna Lika i pop Marko Mesić u Perušiću služi misu zahvalnicu. U slijedeća dva mjeseca oslobođena je cijela Lika i Krbava pa na sv. Rozariju, tj. prvu nedjelju u listopadu, pop Marko Mesić drži svetu misu - zahvalnicu, jer je Lika i Krbava potpuno oslobođena od Turaka. Car Leopold 1693. g. dodjeljuje za zasluge popu Marku Mesiću u nasljedni posjed Mušaluk, kojega je izabrao sam Mesić.

Uspješnim protjerivanjem Turaka, Carevina vrši naseljavanje pustih prostora novim pučanstvom. Na područje Like naseljavaju se, bunjevci s juga i istočne jadranske obale (Zagora, Hercegovina, Velebitsko primorje), iz Gorskog kotara (i danas stanovništvo Perušića, dijelom nazivaju Kranjcima).

Hrvatski sabor za ličkog Velikoga župana imenuje velikaša Petra Rikardija, starinom Ličanina, a za podžupana Pavla Rittera Vitezovića, poznatog pisca i rodoljuba. Nakon burnih događaja Lika je 1712. godine uključena u Vojnu granicu, u njezin Karlovački generalat, koja je ostala sve do razvojačenja godine 1873. i konačnog sjedinjenja s banskom Hrvatskom 1881. g.

Polovicom 18. st. Vojna granica se formira po pukovnijama (regimentama; regimenta - samostalna vojna jedinica sastavljena od četiri bataljuna u vojsci Habsburške Monarhije, teritorijalna jedinica u Vojnoj krajini), svi lički predjeli organizirani su kao Lička regimenta, na području Gacke i dijela Krbave je Otočka regimenta, dok je brinjski kraj nešto kasnije pripao Ogulinskoj regimenti. Žitelji Vojne granice nisu bili kmetovi, ali su zato od rođenja do smrti, muško i žensko, staro i mlado, bili graničari. U slobodno vrijeme bavili su se poljoprivredom, dok bi se u slučaju turske opasnosti morali odazivati vojsci. Nažalost, definitivnim slomom ekspanzionističke turske moći, krvarili su i svoje živote ostavljali po europskim ratištima u interesu bečkoga dvora.

Vojna granica nije bio samo organizirani vojni sustav i ustroj, bio je to sustav koji je gospodario na vojni način cjelokupnim življenjem. Vojne vlasti su zabranjivale narodnu odjeću, propisivale način odijevanja, šišanja, ukrašavanja, naređivali sadnju krumpira i žitarica, određivali da svako domaćinstvo ima izraditi za svoje potrebe sav tekstil i još mnogo toga. Sve je to kod Graničara stvorilo mentalitet „befela“, čekanja naredbe za sve i svašta. Tako je bilo i na području ratarske i stočarske proizvodnje, posljedično i na sustavu prehrane.

1881. g. dolazi do razvojačenja Vojne granice i njenoga sjedinjenja s civilnom Hrvatskom. U očekivanju boljega života, došlo je do ubrzanoga propadanja sela i seljaštva, započetih još 60-ih g. 19. st. kada je ozakonjeno cijepanje kućnih zadruga. Usitnjavanjem i cijepanjem posjeda utanjena je gospodarska osnovica seljaka, seljak je propadao, zalagao i gubio svoju zemlju. Sve je to poticalo znatno iseljavanje, najprije u Slavoniju i druge bogatije hrvatske krajeve, zatim u prekomorske zemlje. Najveće je iseljavanje mladih ljudi bilo iza

1880. g. Svoje običaje i navike odnosili su u tuđinu, tako su sigurno i jela pripremana po običajima iz domovine dobila nove pristalice, nova imena (jela) i „novo podneblje“, a možda su neka od njih i danas negdje „specijalitet“s ličkim rodovnikom za koji se ne zna. Bio je to početak raseljavanja Gacke, Like i Krbave, koji se je tijekom 20. st. nastavio drastičnim tempom. Neko vrijeme je vrijedila uzrečica: „Lika sve naseli, sebe ne raseli“, no to nije dugo potrajalo. Početkom 20. st. ovaj prostor je imao 240.000, a krajem 20. st. ima tek 53.000 žitelja.

Gotovo sve ljude koji žive ovdje odlikuje bistrina uma i snaga tijela, krasi ih ljepota, dostojanstvo, postojanost. Život se oslanjao na oskudnu zemljoradnju i razvijeno stočarstvo, tako da se i sa usitnjenim posjedima, teško sastavljao kraj s krajem. Mnogo ljudi je odlazilo trbuhom za kruhom u zemlje zapadne Europe, put Amerike, Kanade, i u daleku Australiju. Svuda gdje su bili, cijenjeni su kao dobri radnici, humani i osjećajni, hrabri i odvažni kad je u pitanju sloboda i domoljublje.

Ličanin u svojoj narodnoj nošnji svakome pokazuje, da je junak od pete do glave, dok mu crven kapa na glavi ističe ponos, razgaljena prsa svjedoče o njegovoj neustrašivosti, a kožun, čime se zaodijeva i opanci, koje obuva, znak su njegove žilavosti i katkada krvne osvete. S toga, kad Ličanin komu zaprijeti riječima:

zapuhat ću ti kožun ili opanke

znak je, da je spram njega opojen mržnjom i osvetom.

Sinac, izvor Gacke, od davnine kolijevka hrabrih ratnika, rodno je mjesto Stjepana Sarkotića. Hrvati su Habsburškoj Monarhiji dali razmjerno veći broj generala nego što je bio njihov brojčani udjel u ukupnom stanovništvu. Ta se tradicija nastavila i u Prvom svjetskom ratu u kojem se kao jedan od najistaknutijih vojskovođa iskazao Stjepan Sarkotić rođen 4. listopada 1858., u Sincu. Pokraj Otočca. Tijekom rata imenovan je poglavarom BIH i vojnog zapovjednika Dalmacije, a 1916. uspješno je vodio ofenzivne operacije protiv Crne Gore. To mu je donijelo titulu baruna s pridjevom „von Lovćen“U teškim ratnim vremenima pokazao se kao častan i plemenit vojnik, što su mu priznali i protivnici. Zastupajući hrvatske interese, i kao vojni zapovjednik i kao emigrant u Beču, Sarkotić je sve do smrti 1939. zastupao ideju hrvatske države.

Hodočastiti kao turist u bilo koje doba godine za lov i ribolov, sunčanje i kupanje, šetnje kroz šumu i poljane, kroz prašume i kraj vodopada, ili planinariti do vrhova Velebita, posjetitelju ni jednog trenutka neće biti dosadno. A na kraju, ljubazni domaćini će vas poslužiti jednim od domaćih specijaliteta.

Dok se po svijetu zdrav zrak prodaje u konzervama, a planinska čista i bistra voda pretače u plastične boce, pa se sve to za skupe novce nudi po dućanima, ovdje u Lici toga ima u izobilju, a baš ništa ne košta.

Ovo srce „**Rvatske“**, prstom sudbine, ostalo je - djevičansko čisto. Čisto od „civilizacijske” zagađenosti. Prirodne ljepote sa starim vrijednostima života i običaja, oplemenjuje ne samo nas, nego i sve putnike namjernike „čistog srca” i „otvorenih ruku”.

Adolf Veber-Tkalčević u svom opisu „Puta na Plitvice“1860. g. kritički se odnoseći na nedostatnu brigu ljepota ne samo Plitvičkih jezera, što dobrim dijelom i nakon stotinu i pedeset godina vrijedi za Gacku, Liku i Krbavu, kaže:

Kada ovo svoje pozorište prispodabljamo s drugim mjestima, kojima se je glas raznio svietom, onda tekar uvidjamo, da volja čovječja može od tmine načiniti svjetlost, a svjetlost pritisnuti mrakom. Kada se gdje u drugom svietu prostre koja livada po obalici ma kakva neznatna potočića, već se ondje dižu kuće i trubi u sviet, da takovih okolica nema ni u Švicarskoj. Ako gdje dva kuka strše ponad kojom jamom, već se grade mostovi, da se s njih gleda strahota; ako se gdje mu drago odkrije ma samo jedan slapić ili vodopadić, već se grade ceste i staze, da mogu varošani grnuti u romantične okolice: a ovaj naš gorostas, prenoseći se hiljadama divnih prizora svake ruke, od najnježnijih do najstrahovitijih pojava, čami u kutu i zaboravi. Petnaest koje jezera, koje basena, od trideset većih i manjih vodopada, četiri potoka, jedna rieka, sila brda i briežuljaka s nježnim dolinama i strašnim ponorima, pravjekovne šume i bujna zelen, a povrh svega i pitka voda, kakovu bi i bogovi pili, krase ovaj perpetuum mobile vodenoga svieta, za koji malo tko znade u domovini, a jedva tko u tudjinstvu.

Ono što je Olimp Grcima, to je Velebit Hrvatima. Velebit je najveća hrvatska planina, iako ne imponira visinom svojih vrhova, on je snagom svoje pojave i nedoglednom dužinom urezao dubok trag u fizičkoj i psihičkoj kulturi našeg naroda, u njegovu povijest, književnost, znanost i mitologiju. Značenje imena Velebit nepoznato je, i vrlo je vjerojatno da je u hrvatskom jeziku prije nekoliko stoljeća riječ „velebić“značila uopće planinu, kao toponim za vrh i danas se prilično često susreće.

Najviše i najveće hrvatsko planinsko selo Krasno, vjerojatno je dobilo ime po krasnoj velebitskoj dolini u kojoj se nalazi. Na 800 metara nad morem stoljećima ovdje žive stočari koji su poznati po Krasnarskom siru od kravljeg mlijeka. Mjesto se pod tim imenom spominje prvi put 1275. g. kao i da je postojala crkva sv. Marije još iz 1219. g. Krasno je postalo nadaleko poznato po svom svetištu Majke Božje Krasnarske (Velike i Male Gospe).

U šumi krasnarskoj, kazuje davna pobožna priča, pastiri su pasli svoja stada. Jednoga dana ugledaše na nekakvu panju čudesan cvijet, a u cvijetu sliku Majke Božje. Pastiri otrgnu cvijet i ponesu ga u Krasnarsko polje, gdje se od

drevnih vremena nalazila kapelica. Ali prenesenog cvijeta najednom nestane, dok ga pastiri opet ne nađoše na istom panju u šumi, gdje ga prvi put ugledaše. To se čudo ponovilo nekoliko puta: prenesli bi cvijet, a on se opet vraća na panj u šumi. Videći narod te događaje, sagradi u šumi kapelicu u čast Majci Božjoj, a nad samim panjem, gdje se cvijet ukazao, podiže žrtvenik.

Iznad Kosinjskog Bakovca, na 1407 m nadmorske visine nalazi se Begovački kuk i u neposrednoj blizini izvor Begovače, nalazi se „Pisani kamen“, stijena u kojoj je uklesana odluka rimskog suda o podjeli vode između dva japodska plemena: Parentina i Ortoplina. Smatra se da je taj najstariji rimski pravni dokument, te vrste na našoj obali Jadrana, nastao između 30. i 70. g. po K.

Na tom zanimljivom rimskom spomeniku, koji se nalazi u monolitnoj stijeni, dijelom obrasloj mahovinom, uklesan je natpis latinskim slovima:
EX CONVENTIONE FINIS INTER ORTOPLINOS ET PARENTINOS ADITUS AD AQUAM VIVAM ORTOPLINIS PASUS D LATUS I

prevedeno:
Prema ugovoru ovdje je granica između Ortoplina i Paretina; prelaz preko granice dopušten je Ortoplinima do žive vode 500 hvata u daljinu, 1 hvat u širinu.

Izgleda da su Rimljani ovdje intervenirali u sporu oko izvora Begovače između dva japodska plemena: Ortoplina iz Stinice kod Jablanca i Parenrina iz Kosinja s ličke strane.

Jedno od najvećih atrakcija Europe i jedno od najprivlačnijih mjesta je veličanstveno djelo prirode Nacionalni park Plitvička jezera. Šesnaest jezera, prekrasnih plavozelenkastih pastelnih boja, u kojima se ogleda zelenilo gustih šuma obronaka Male Kapele i Plješivice, bukovima i slapovima slivaju se jedna u druge, stvarajući jedinstvenu, neponovljivu cjelinu.

Jezera i okolina s 36 pećina, prašumskim kompleksom u Čorkovoj uvali, medvjedima, divljim svinjama, jelenima, zečevima krupnim pticama (divlja patka, poljska jarebica, prepelica) ... čini izniman svjetski fenomen.

Početci ličkog turizma vode nas u prošlost, kad je 1861. godine na današnjoj Velikoj Poljani (Plitvička jezera) podignuta prva turistička kuća u kojoj je bila lugarnica i nekoliko kreveta za noćenje. 1893. g. je u Zagrebu osnovano „Društvo za uređenje i uljepšavanje Plitvičkih jezera i okoline”, godinu dana kasnije zabilježena je posjeta prvih tisuću turista. Dvije godine kasnije (1894.) otvoren je prvi hotel s 28 soba, pored njega otvorena je i kula, vidikovac.

Kad se željeznicom voziš iz Zagreba U Dalmaciju, vidjet ćeš mnogo prirodnih ljepota. Među najljepše ipak spada pogled na Gacko polje, koje ugledaš, čim vlak iz Vrhovina izađe iz poduljeg tunela. Gacka polje sa svih strana okruženo visokim planinama, te izgleda kao veliki zeleni sag. Kudagod pogledaš, svuda vidiš livade ili plodne oranice, na kojima povjetarac ljulja blagoslovljeno klasje. Poseban čar Gackom polju pruža bijela rijeka, koja vijuga sad lijevo sad desno. To je Gacka. (...)

Dr. Rudolf Horvat, 1941.

Gacka se može pohvaliti najpoznatijom salmonidnom rijekom na svijetu – rijekom Gackom i njenom potočnom pastrvom. Rijeka Gacka je prava blagodat za potočnu pastrvu. Zahvaljujući obilju hrane, pastrva u Gacki raste pet do sedam puta brže nago u bilo kojoj drugoj vodi na svijetu, pa zbog toga spada u tri najkvalitetnije salmonidne vode svijeta. Sve to dovodi pasionirane ribiče iz cijeloga svijeta na njene obale, a pitanje je ugleda i časti riboloviti na njoj i fotografirati se s kapitalnim primjerkom pastrve. Stanovnici uz rijeku priređuju pastrvu na više načina. Nekadašnjoj gospodi iz Brinja, Otočca i Gospića prodavana je sušena kao prava delikatesa.

Smiljan naselje, 7 km mjesto sjeverozapadno od Gospića, nepoznato svijetu po svom imenu, ali kad se kaže Nikola Tesla tada svatko zna tko je to i po čemu je poznat. Rođen u Smiljanu desetog srpnja 1856. godine, kao četvrto od petero djece Milutina Tesle i Đuke r. Mandić, Nikola Tesla – briljantan um, vizionar, pjesnik znanosti – postao je izumitelj na području elektronike i radiotehnike, patentirao je 900 izuma u svojoj novoj domovini SAD, u kojoj je i umro 1943. godine.

Nakon osnovne škole u Smiljanu, nastavlja u Gospiću i Rakovcu, pokraj Karlovca, i započinje 1875. godine studij na Visokoj tehničkoj školi u Grazu. U siječnju 1880. nastavlja studij u Pragu a 1884., s četiri centa u džepu, odlazi u SAD i zapošljava se kod Edisona. Tesla umire u sobi broj 3327 hotela New York 7. siječnja 1943. Projektirao je na vodopadima Niagare prvu hidroelektranu za izmjeničnu struju. Njegov visoko frekventni generator u Coloradu Springsu, pomoću kojeg je radio mnoge pokuse, ostao je tajna i za današnje umove na polju elektronike. Današnji Memorijalni centar Nikole Tesle u Smiljanu, koji se sastoji od replika nekih njegovih ostvarenja, obnovljene rodne kuće, gospodarskih zgrada, Crkva sv. Apostola Petra i Pavla u kojoj je službovao otac Nikole Tesle, Milutin, prenose posjetitelje u drugu realnost, naprosto ga ostavljaju bez daha. Memorijalni centar je mjesto na kojim se možemo pobliže upoznati s enigmom, legendom i genijem Nikolom Teslom. Po „Life Magazine“Tesla je na 57. mjestu popisa ljudi koji su obilježili 20. stoljeće, dok je po Encyclopediji Britanici među

deset najfascinantnijih osoba cjelokupne povijesti. Veliki humanist i čisti znanstveni genij ostavio je čovječanstvu izvanredne stvari koje zbunjuju i čudesne su. Ostavio ih je jednostavno da poslužuju čovječanstvo.

Za teška života nije dobio nijedno veliko priznanje, ni zaslužnu Nobelovu nagradu, pa čak ni novčani udio od svojih patenata koji su se koristili u modernoj industriji. Tu je nepravdu 10. listopada 1960. posmrtno ispravila Međunarodna elektronička komisija, nazvavši Teslinim imenom jedinicu za jakost polja magnetske indukcije.

Hrvatska pjevačica, svjetskog glasa, gđa Milka Trnina (19.12.1863. – Zagreb, 18.5.1941.; rođena u malom mjestu Vezišće (u općini Križ u Zagrebačkoj županiji, 50-tak kilometara od Zagreba) počela je nastupati u Metrpolitan Operi u New Yorku 1900. godine, a trijumfirala je 1903. pjevajući Toscu s Enricom Carusom. Plijenila je pažnju i zbog iznimnih glumačkih sposobnosti pa su je često uspoređivali s najvećim tragetkinjama onoga doba, Sarah Bernhardt i Eleonore Duse. Prestala je pjevati u 43. godini života, na vrhuncu slave. U Zagreb se vratila 1913. godine. Nastupala je na svjetskim pozornicama, Graza, Londona, Bostona, Pittsburga, Münchena (od 1890. do 1900.), Bayreutka.

Tijekom boravka u New Yorku intenzivno se družila s Nikolom Teslom, velikim obožavateljem opere, koji je u Metropolitanu imao svoju stalnu ložu.

Slapovi (vodopad) između jezera Milan i Gavan, na Plitvičkim jezerima nazvan je – slap (vodopad) Milke Trnine. Slapovi imaju poseban šarm, zbog laganijeg prijelaza vode od jezera prema bujici djeluju mirnije i senzualnije, prolaz vode poput tekućeg stakla pruža pravu umjetničku inspiraciju. Kod slapova Milke Trnine lako je uočiti i veći broj stabala tise.

Gacka, Lika i Krbava u očima putopisaca

Johan Weikard Valvasor (1641.-1693.) etnograf, povjesničar i topograf iz Slovenije. U svojoj privatnoj biblioteci skupio je veliku zbirku knjiga, rukopisa, starina, instrumenata; stvorio radionicu bakroreza i tu okupio oko sebe znatan broj bakrorezaca i slikara, među kojima i Pavla Rittera Vitezovića. Naročito je poznata njegova zbirka grbova. Glavno mu je djelo, pisano njemačkim jezikom *Die Ehre der Herzogthums Crain, 1689. - Slava vojvodine Kranjske".*

(...) Ova granična utvrda Otočac je na vodi Gacki, i ovaj dio u kom boravi kapetan sa većinom posade je okružen zidom s nekoliko tornjeva gdje postoji crkva Majke Božje i kapela svetaca Fabijana i Sebastijana. Ostala posada i većina žiteljstva stanuje izvan utvrde, ali usred vode, tako da su pozabijali jake kolce u vodu i na njima sagradili od drveta ili granja pletene kuće oblijepljene blatom. Ove kuće tako lijepo stoje jedna pored druge, pa izgledaju kao grad te imaju ulice po kojima se mogu voziti čamcima. Ali kuće ne stoje jedna pored druge, nego svaka stoji slobodno u vodi, tako da se susjed mora poslužiti čamcem ako hoće do susjeda. (...)*

*čamac – nazvan *plav* je načinjen od debla četinara, dug 5-6 metara, ovisno o debljini i dužini debla, a širina mu je između 60 - 100 cm. Za veslanje služilo je jedno veslo dužine 1,5 – 1,7 m. Plav je u Gackoj opstojao do potkraj 20. stoljeća.

**kerep – stanovnici doline rijeke Gacke još danas se sjećaju kako se kerepilo tj. vukli kerepi rijekom do pilane. To je splav sačinjena od trupaca koja se rijekom transportirala do pilane. Riječ kerep je sinonim za skelu, pomične kabine na vodi za kupanje, ili kerepašica vodenica na kerepu (Slavonija). Kerepljenje – transport trupaca rijekom

Plovidba mladjama niz Gacka

Opat Fortis poslao je tri pisma Johnu Strangeu, ministru njegova britanskog Veličanstva u Mlecima, s puta u Primorsku Hrvatsku 1744. g. U drugom pismu piše i o Lici:

... Sadašnja carica i kraljica naredila je da se sagradi cesta od Karlobaga do Like, ali ona je vrlo loše načinjena i veoma je različita od drugih austrijskih cesta. Neprohodna je za kočije, a prilično je slaba i za jahače zato što prolazi kroz strašne klance i guste šume. (...) Nisam pohodio ni unutrašnje dijelove Like; ali mogu ponešto dodati o njezinu prirodnom i političkom ustrojstvu prema podacima što sam ih dobio od vjerodostojnih osoba.

Tu malu pokrajinu smještenu među planinama nikada još nije istražio nijedan prirodnjak ni starinar; ali koliko sam mogao razumjeti, obojica bi našli građe za svoja proučavanja. Cijelo područje okruženo je vrlo visokim planinama, a jedan ogranak, zvan Sridnja gora, dijeli ga od Krbave. Na sjeveru Lika graniči s dijelom Turske, na istoku s mletačkom Morlačkom, a od mora je odjeljuju Bebijske Alpe koje narod toga kraja zove Velebitom. Sklon sam povjerovati da je donji dio velike doline Like sličan području Knina koje je posuto vulkanskim brežuljcima i humcima. Ali to mogu dati samo kao svoje mišljenje zasnovano na izvješćima ljudi koji ne mogu suditi o razlici između dvaju brežuljaka. Rijeka koja presijeca Liku nosi ime te pokrajine i bogata je izvrsnim pastrvama. Nije plovna zbog mnogih brzica. Ponire u velikom ponoru kod Kosinja i otječe u more ispod obalnih Bebijskih Alpa. Svi manji potoci s tih strana čine to isto; i stoga se događa da se veliki podmorski izvori slatke vode često susreću duž obale gdje se ribe množe u čudesnom broju. Jedan od tih izvora vidi se blizu Svetog Jurja, drugi u luci Karlobaga, jedan pokraj Starigrada itd. Na sličan način rječica koju je stanovništvo u starini zvalo Zlaticom, a sada teče pod imenom doline Korenice u Krbavi, izvire ispod jednoga brda da bi se nakon toka od pet-šest milja izgubila pod drugim. U dolini Korenici vide se ruševine nekog staroga grada iz kojega je pobjegao Bela IV. kada su ga gonili Tatari. Na području Like i Krbave još postoje raspoznatljivi tragovi četrdeset utvrđenih mjesta koja su vjerojatno ponajviše pripadala sitnim moćnicima u kasnome srednjem vijeku; mogu se vidjeti i veliki

tragovi neke rimske ceste koja je preko tih pokrajina vodila prema Saloni. Blizu Perušića cesta je prilično cjelovita, a tu su i neki natpisi; mjesto se zove Kvarte. Nema sumnje da tu postoje i tragovi drevnih rudnika, jer pokraj turske granice ima mjesto koje se još zove Rudarnica, što znači „zemlja rudnika". Ova je pretpostavka vjerojatnija po tome što znamo da su na tromeđi Turaka, Austrijanaca i Mlečana jamačno prije postojala nalazišta kovina. Ličani tvrde da i kod Trnovca postoje rudnici, ali ne znaju koje kovine.

Podneblje Like pretjerano je studeno; snijeg se gotovo posvuda zadržava do lipnja, a u nekim se dubokim jamama, gdje ne dopiru sunčane zrake, nikad ne otopi. Grmljavina i sijevanje česti su i zimi; ali ljetni grad rijetko bije ta područja koja su ponajviše šumovita. Tlo je tanko i slabo; žito rijetko kada stigne do pune zrelosti i daje vrlo male prinose, osim kada se zemlja ostavi na ugaru nekoliko godina i dobro nagnoji. U Krbavi pšenica i sve druge vrste žita rađaju mnogo bolje. Ličani općenito siju proso, ječam i zob, te rijetko uzimlju ijedno drugo žito. Ratarstvo im je posvema barbarsko; svoje njive gnoje tako da na njima čuvaju stoku noću, pa kada misle da je jedno polje dovoljno nagnojeno, tjeraju je na drugo. Zemlju oru izuzetno loše, a jednako su nemarni i neuki u svakome drugome domaćinskom poslu. Krbavci su bolji gospodari. Oni imaju dvije vrste pšenice; jedna se zove ozimnica i siju je u jesen, a druga se zove jarica i siju je u ožujku i travnju, ali sazrijeva kada i prva. Kažu da ove dvije vrste ne bi rasle kada bi se posijale izvan pravoga doba. I u Lici i u Krbavi klima je preoštra za lozu. Glavna je hrana u toj zemlji kupus, pa njega ponajviše i goje. Kupus siju u proljeće, presađuju ga u lipnju, te prije zime postane veli i tvrd.

Ličani i Krbavci sijeku ga nasitno i slažu u bačve posipajući ga solju između slojeva. Ono što namjeravaju sačuvati do idućeg ljeta pomno se zbije, a zatim se odozgo u istu posudu naspe nekoliko mjerica zobi koja stvara koru, a ponekad počne i rasti. Tako se kupus može čuvati dvije godine. Mletački Morlaci ne spremaju kupus na taj način; oni ga samo ostave da provri i ukiseli se u vodi, pa ga tako jedu cijelu godinu. Od posljednjega rata s pruskim kraljem Ličani i Krbavci su uveli uzgoj krumpira (tako ga zovu) te im uspijeva izvanredno dobro. (...)

Baltazar Haquet u svom djelu *„Physikalisch-politische Reise aus den Dinarischen durch die Julischen, Karnicshen, Rhätischen in die Norischen Alpen im Jahre 1781 und 1783“*opisuje ljude i način njihova života:

(…) Žene su u ovim krajevima stasite i srčane, a lica, usprkos bijednomu životu, lijepa. Nose se kao u Bosni, samo rado vezu šarenom vunicom, ne samo košulje, pregače, vunene čarape i rese, već i platneni rubac „podvezaču“, što nose na glavi. Ima li žena crvenu kapu na glavi i dug haljetak, lako će je muškarac pogledati. Svi su čisti, ako su poludivlji, čemu doprinosi siromaštvo i kukavni stanovi. Kuća, ili bolje koliba, sastoji se od četiri stijene građene od drveta ili od zidana kamena, koje je počepljeno vapnom ili ilovačom, a pokrivena slamnatim ili drvenim krovom. U sredini kuće je izdubljeno ognjište, na kojem se kuha i djeca s odraslima u pepelu leže. Na jednom je kraju ove kolibe blago, na drugom stan, gdje su postelje zbijene od dasaka, pokrivene slamom ili krznom. Još su u sobi jedna ili dvije škrinje, u kojima čuvaju svoj imetak. Nekoje kuće su gore, druge bolje. Katkada je prostorija u zemlji iskopana jama, a krov dva stabla pokrivena korom ili daskama. Budući Lika nema uredanih sela zato što su kuće raštrkane, što je daleko zdravije nego u gradovima (…).

Car Franjo I. je na studijskom putovanju 1818. g. Primorjem i Dalmacijom zabilježio je i ovo:

(...) Vozimo dalje i uskoro počinje granica Otočke pukovnije. Dolina se širi i lijepo je obrađena. Na početku doline rasijane su kuće, a vide se i dvije crkve sa zvonicima. Vozimo se po jednoj od najljepših cesta (...) prelazimo zidani most na lukovima iznad nevelike rijeke Gacke koja se potom gubi u brdima. (...) Uskoro dolazimo do lijepo obrađene doline Otočca. Tu su pojedinačne kuće s vrtovima, a dolinom vijuga Gacka u nekoliko rukavaca. Livade i polja su često poplavljena što stvara močvare; dolazimo do malog mlina kod kojega nestaje voda u provaliji između stijena. Na putu dalje prema Otočcu je kapelica, vozimo malim mostom, na desno iznad kuća, polja, vrtova i močvara.

Nedaleko se zapaža na kamenitom brdašcu utvrda s tri tornja. Dolazimo do kuća i močvarnih livada s mnogo vode, prelazimo ih dugim drvenim mostovima na stupovima, do utvrde koja leži desno od puta i koja je visoka samo jedan kat, a oko nje su urušeni zidovi, tornjevi i močvare. Ovdje je glavna straža, potom se ide nalijevo i opet jednim dugim drvenim mostom iznad velike močvare. Potom između polja i dolina uglavnom s pojedinačnim prizemnicama i vrtovima dolazimo do pukovnijskoga stana (...).

Stanovnici ovoga kraja odjeveni su kao i graničari, katolici su, a žene su obučene kao i ugarske seljanke, djevojke nose bijelo od lanena platna. Neunijatski grci, odnosno njihove žene vlaške pukovnije, nose na glavi rubac, djevojke crvene kape, kao čako, a na njima umjetni ukras i kovane novčanice a na kapi obrub; grkinje imaju prugaste pregače, jednu straga, drugu sprijeda, a umjesto čarapa imaju i muški i ženske crvene platnene ili pletene povoje, te opanke. Djevojke imaju duge platnene plave suknje, prsluke s rukavima koji su ukrašeni krznom i svilenim rupcima: uopće imaju te žene lance i ukrase oko vrata; muškarci ovoga kraja nose uglavnom crvene kape. (...) Otočac je veće mjesto s razbacanim kućama, leži u obrađenoj dolini između brda; Gacka vijuga i s nekoliko rukavaca pravi ovo područje močvarnim i nezdravim, te na kraju nestaje u provaliji.

Mjesto ima uglavnom loše kuće; tu je stožer Otočke pukovnije s jednom satnijom. Brda su djelomično visoka, djelomično prekrivena travom, šumom i pašnjacima, a doline su lijepo obrađene. Zemlja je plodna.

(...) Kako nas put nosi dalje, na desnoj je strani župni ured u jednokatnici nedaleko puta, te katolička crkva sa zvonikom prema putu: crkva je lijepa, prilično velika, ima veliki prezbiterij i u njemu slobodno stojeći glavni oltar a na svakoj strani po tri kapelice s oltarom u svakoj.

Prije nego se dođe do crkve odmah uz pukovnijski stan, je preprekom ograđen glavni trg, prilično posjećen.

(...) Narod ovdje pleše kolo, muškarci i žene zajedno i pri tome pjevaju nešto što više sliči zavijanju. Odjeću žene prave same, jer su vrlo marljive, a muškarce je teško natjerati na rad u polju, iako bi to bilo za njihovo dobro.

(…) Upravo se održavao tjedni sajam; vrlo dobro je posjećen, ima mnogo marve, ovaca i rogate stoke, te maslaca kao i drugih namirnica od kojih se mnogo prodaje karlovačkoj granici; žito se također prodaje. Sajam se održava svake srijede.

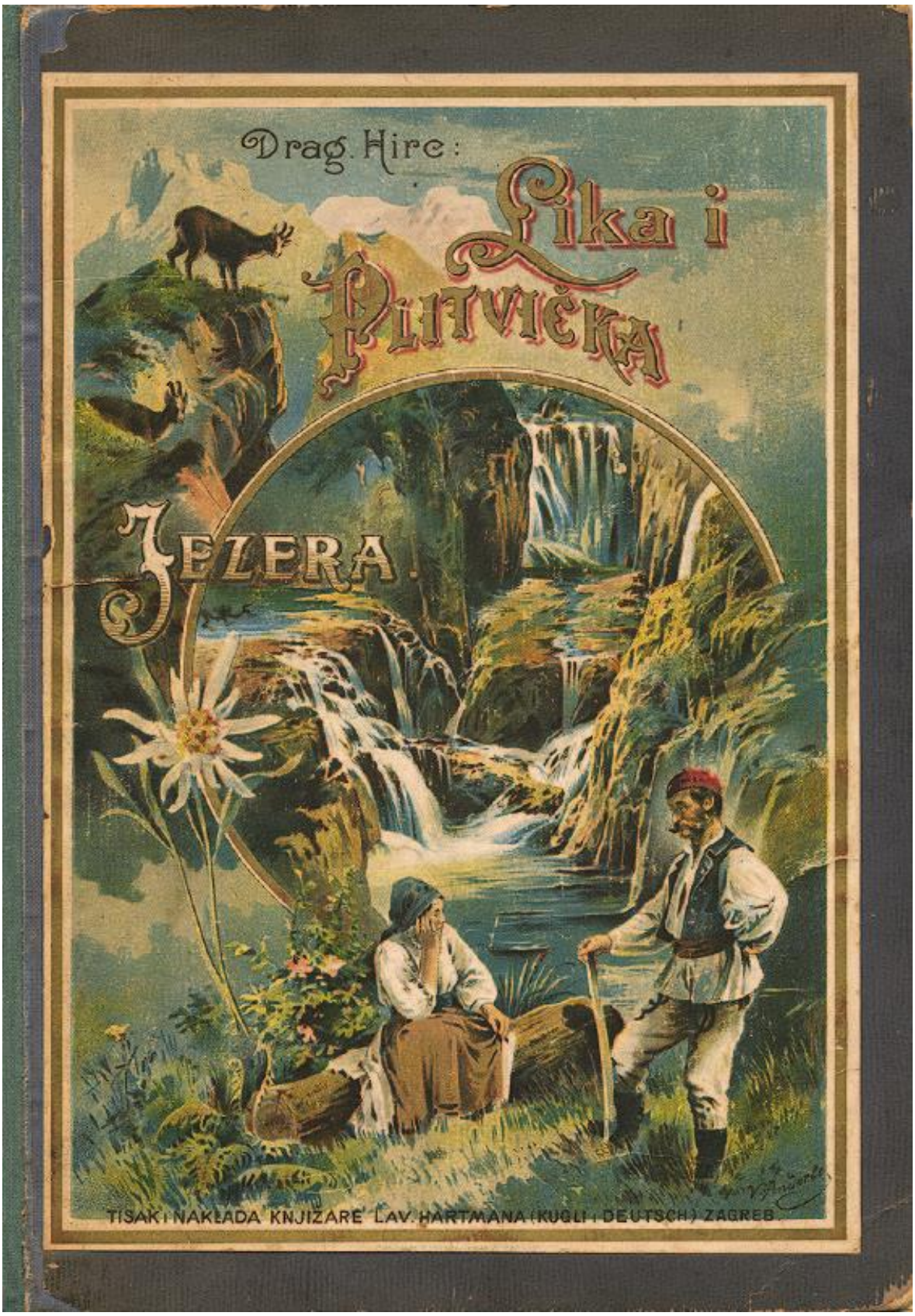
(…) To je granica Ličke pukovnije. Potom prolazimo Široku Kulu. Ispred nas vidimo nazubljeno brdo a Velebit je najviši i na vrhu prekriven snijegom. Krajolik je kao inače: neravan, ispunjen pašnjacima i poljima, zemlja je žuta. Vozimo ravnicom kroz Budak, malo katoličko selo s ograđenim vrtovima, ljudi su dobri ali siromašni. Vozimo se prema dolje, na lijevo je crkva sa zvonikom i prelazimo most preko Like. Most je drven s nekoliko nosača. Lika je šira od rječice Wien, puna je vode i brza dubokim klancem. (…) Uz put stoji nekoliko kuća i tako pomalo dolazimo dobrom cestom, poput šetališta, do Gospića.

U početku se ide uz pojedinačne kuće s vrtovima – potom lijevo između sličnih i dolazi se do maloga trga.

(…) Lička pukovnija ima 55.000 duša, 800 muškaraca je uvijek na granici. U zadnjim ratovima izgubila je mnogo ljudi i broji još mnoge nestale, koje još nije mogla pronaći. Ljudstvo tako ovdje propada, a zbog neplodna tla je i siromašno. Ljudi se ne daju nagovoriti na silazak s gorja u sela, gdje bi mogli zajedno živjeti; zbog toga imaju graničari iz okolice Baga svoje posjede pokraj Gospića.

Katolici su po izjavi pukovnika mirni i dobri, grci su loši i razbojnici. Narodna nošnja, ples i pjevanje je kao u Otočana.

Dragutin Hirc u svojoj knjizi *„Lika i Plitvička jezera“* iz 1900. g. putujući od Ogulina, preko Otočca, Gospića, Karlobaga, Zrmanje do Plitvičkih jezera i Slunja donekle opisuje način života i prehrane:



(…) Na puhove idu u lov dvojica: jedan nosi vreću, drugi konop ili ljestve. Kad dodju pred šuplju bukvu, onda onaj sa vrećom progovara. „Meni puh, bratu puh, Majci božjoj puh i sjekiri puh!" ako je bukva sdola šuplja, to tu šupljinu pokrije vrećom, dočim drugi na bvukvi zapali slamu. Pusi se probude, bježe i omamljeni dimom, padaju u vreću.

Hirc nam ostavlja jedan vrijedan zapis što Kosinjani siju i sade:

(…) U cieloj dolini siju, samo ne oko jama i bezdana, jaru pšenicu, kukuruz-bielac i šarac, ječam, heljdu, a sade krumpir-bielac, modraš, crljenac i starovjerac, koji je „tonjast" i svakako najstarija odlika krumpira u Lici. Sade još bundeve, tikvice, grah-tičjak, turski grah i leću. Zemlja, koju treba riedko gnojiti, vrlo je dobra i plodna, sieno je osobito na lučicama uz obalu Like i potoka Bakovca, tako čestito, da nijedan gospodar ne želi bolje krme. U Dolnjem Kosinju ima i sada vinograda, a jedini su to vinogradi s ove strane Velebita. U prva su vremena ti vinogradi bili dobro obdjelani, a bilo je gospodarstva, koji su ubrali 50 – 60 barila vina.

Što se jelo i kako se pripremalo jelo

Obiteljske zadruge imale su najmanje 10 do 12 članova a brigu, o svemu u zadruzi, je vodila najstarija muška glava – „gospodar". Gospodar se brinuo i za prehranu, da u kući svake godine bude dobar posik, dosta mrsa, tj. da se u jesen zakolje onoliko glava blaga koliko je potrebno da se čeljad (ukućani) može prehraniti preko cijele godine i da se sastavi staro i novo meso, tj. da slanine i pršuta bude u kući do slijedećeg klanja. Svake jeseni gospodar je odredio da se zakolje: troje do četvero starih prasaca, dva do tri frišlinga (mladi prasci), tri do četiri ovce dvizize (1 godinu stare), tri do četiri koze jalovice (dvije godine stare); ubilo bi se junicu, nekad vola. Gospodar koji je bio lovac, tokom godine opskrbljivao je zadrugu mesom divljači. U kući je „uvik bilo mlika, imalo se čime zabiliti", kazao bi gospodar. Kod gojenja krava pazilo se da se jedne tele u proljeće, druge u jesen, kad jedne zasuše, druge se tele, pa je „uvik bilo varenike, kiseline i sira". Nikad nisu bili suvotni i nisu oskudijevali ni u čemu. Gospodarica – planinka uz pomoć ostalih žena zadužena je za pripremu jela za svu čeljad, muzle stoku, spravljale sireve i održavale skromne stočarske stanove (**89**).

Današnja prehrana stanovništva razlikuje se od one s početka prošlog stoljeća, pa čak i od one prije nekoliko desetljeća. Dugo razdoblje bavljenja stočarstvom imalo je kao posljedicu i karakterističnu prehranu mlijekom i mliječnim prerađevinama (naročito kod planinskih stočara) i povrćem, a manje mesom. Meso, kao svakodnevna hrana pojavljuje se tek od polovice prošlog stoljeća, a nekada je bilo obredno jelo, i priređivalo se samo za svetkovine.

Većina naših pučkih jela, smatraju se za seljačka ili težačka tj. priprosta jela, a u stvari su naša prava izvorna jela, za koje se može reći da su pravi specijaliteti, što je posebno izraženo na ovoj visoravni. O građanskoj kuhinji ne možemo govoriti, ako je promatramo sa stručnog kulinarskog stanovišta. Gacka, Lika i Krbava je od ponovnoga naseljavanja krajem 17. st., a usprkos brojnim ratovima i gladnim godinama, povećala enormno svoje žiteljstvo, dovodeći ga do krajnjih granica prehranjivanja. No, ogromna većina je bila ruralna, svi gradiči (Gospić, Otočac, Korenica i dr.) su bili po broju žitelja manji od mnogih sela.

Nažalost, suvremeni tehnološki razvoj koji se javio i u prehrani uvjetovao je zaborav tih „priprostih jela". Neka jela teško je oponašati, jer nema starih ognjišta koja su omogućavala poseban termički postupak u pripremi (izvor topline, vrsta posuđa, dugotrajnost u pripremi, razne zaboravljene aromatične trave i na kraju namirnice koje nisu u svom sastavu imale toliko raznih kemikalija kao danas). Priprema jela zahtijevala je nekada više sati. Konzumiranje jela nije bilo „s nogu" (na što nas danas prisiljava sijaset raznih snackova), to je bio i svojstven porodični obred:

Ranije dok su svi jeli iz jedne zdjele, vladala su različita – danas već prilično zaboravljena – starinska pravila pristojnosti. Tako je valjalo uzimati jelo samo ispred sebe, a ne ispred drugoga, nije se smjelo pri jelu mljaskati s ustima, nije se smjelo kašljati ni podrigivati. Ako bi koga uhvatila štucavica, ostavio bi žlicu i sklonio se u stranu dok mu prođe. Nije se smjelo za jelom ništa ružno ili gadljivo govoriti. Nije se smjelo lakomo jesti... Planinke, koje su domarima rezale kruv, nisu smjele kruv okretati naopako, t.j. da gornja korica dođe dolje, nego onako kako je pečen. Ako bi zabunom prevrnula kruv, onda bi je odmah netko upozorio da će prevrnuti u kući sriču. Kruv su vazda rezali prema sebi, to čine i danas, premda je s gledišta sprječavanja povreda s oštrim nožem mnogo bolje rezati kruv od sebe. ……. Ranije se jako pazilo da ne padne kome pod stolicu koja mrvica. Ako bi pao komadić kruva, odmah bi se podignuo s tla, poljubio (jer je kruh lice Božje) I ostavio na stolici. Planinke su čistile nakon jela stolicu ***peračom*** *i mrve sasule u* ***spirin.*** *I danas se slično sprema sto, jer se na nj prostire stolnjak samo na veseljima i na praznike.*

(Jure Grčević, Kompolje Narodni život i običaji)

Nedostatak raznoraznih današnjih pomagala nije utjecao na kvalitetu jela, nego je čak i takav „spor“ način pripreme u mnogome pridonio kvaliteti jela. Prema istraživanjima nekada se upotrebljavalo oko 200 različitih namirnica, začina i mirodija u pripremi jela.

Koliko god nam se činilo da se prehrana naših pradjedova i prabaka činila siromašnim, za današnje pojmove okusa i jednostavne pripreme, ona je prije svega bila zdrava.

Ovce i koze, mlijeko i njegove prerađevine (sir, kajmak, maslo), peka/pekva i kupus/zelje dio su ljudske povijesti ovog područja, a ujedno su i njena kulinarska povijest.

Sitna stoka, ovca i koza koja pase planinske proplanke hrani i odijeva žitelje Like, danas jednako kao i kroz prošle vjekove. - pisao je senjski biskup Sebastijan Glavinić 1696. g.

Stočarstvo, uzgoj ovaca i koza, prisutno je od početka ljudske civilizacije na ovome prostoru. Velebit, taj hrvatski Olimp, duša hrvatske mitologije, iako ne imponira svojom visinom, on je snagom svoje pojave i dužinom ostavio dubok trag u fizičkoj i duhovnoj kulturi našeg naroda, u njegovoj povijesti, književnosti, gospodarstvu i znanosti. Mnoge priče i legende rodio je Velebit, od Crne kraljice do blaga kralja Krešimira i junačkih uskoka.

Velebit, sur i okrutan, zavodljiv i privlačan, hranio je i branio stanovnike kroz vjekove. To je planina koja spaja mediteransku smokvu s kontinentalnom šljivom i zahvaća Hrvatsko primorje, Gacku, Liku, Krbavu i Dalmaciju. Prastara je to stočarska planina. Još prije pojave Ilira na to područje živjeli su oko Velebita paleomediteranski lovci, koji su na izmaku ledenoga doba započeli slijediti stada tada još divljih ovaca i koza. Kad su ti lovci tijekom više tisućljeća uspjeli pripitomiti divlju ovcu i kozu, preobrazili su se i oni sami od nomadskih lovaca u nomadske stočare. Nadolaskom proljeća kretali su se prema planini, gdje je bilo sočnije trave u izobilju. Ljetno doba pružalo im je sve uvjete za prehranu stada i da sebi osiguraju normalan život. U jesen su opet počeli spuštati stada sve niže. Kad su na ovim prostorima zavladali Iliri, Velebit je i dalje sačuvao sve svoje ranije osobine. Uzduž primorja zavladali su Liburni. Brojni arheološki nalazi nam govore da su i oni bili sezonski stočari. Dolaskom Rimljana razvila se i prometna važnost ovog područja spajajući primorje s unutrašnjosti, ali ipak se najveći dio stanovništva bavio sezonskim stočarstvom. Dolaskom Hrvata u ove krajeve nastavlja se tradicija stočarstva ali i karavanskog puta preko planine i dolazi do živog prometa i trgovine. Stočarenje na ovom prostoru od svojih početaka u mlađem kamenom dobu pa gotovo do suvremenosti nije bilo slučajno, ono je određeno reljefom i klimom, a čovjek se samo prilagođavao prirodi.

Domaća balkanska koza najviše je rasprostranjena u brdsko planinskim predjelima. Prosječne je visine oko 65 cm u grebenu, a masa im je 34- 40 kg. Dlaka je duga i javlja se u svim varijetetima boje. Jarčevi na glavi imaju velike i dobro razvijene rogove, kod koza ti rogovi su

manji. Plodna je tek sa navršene 2 godine. Jari 1-2 jareta. Laktacija je kratka 7-8 meseci. Vrlo je otporna na niske temperature.

BILJEŠKE:

89. Čim bi u srpnju ojačala trava, dolovi su odjekivali od glasova i pjesme kosaca. Onda je sredinom prošlog stoljeća nestao i takav idiličan život. Mehanizacija je istisnula kosce, a sela su ostajala prazna i čeljadi is toke. Kosa je ostala tek kao artefakt. Prije „u davna vremena“ kosci bi se okupili oko izvora na rubu poljane, tu bi se napili vode od koje i u ljetnim mjesecima trnu zubi. Najprije bu klepali kose – u zemlju bi zabili „babu“ ili „babicu“n koju bi položili oštricu kose. Laganim udaranjem posebno oblikovanog čekića klepca kuje se i tanji oštrica da bi što lakše kosila i da bi se bolje dala naoštriti.

Jare, janjetina, kozlić (kozjevina/kozletina) i ovčetina

Ljubav prema toj vrsti mesa u nas je vrlo stara i postojana, a u davnini bila je na svojevrstan način i ozakonjena. Kao vrsta kmetskog podavanja, u obliku crkvene desetine, janjci se u Hrvatskoj spominju već u 12. st., a urbar iz 1486. godine propisuje kmetovima obavezu da svake godine daju po jednog janjca gospoštijskoj kuhinji u ime „časti" tj. čašćavanja. Ako kmet nije imao janjca, morao se otkupiti daćom od „12 jajec ter tri kruhe". Takva se „čast" donosila u kuhinje feudalnog gospodara o određenim blagdanima. Gotovo slične obaveze nametali su kmetovima urbarijalni porezi iz 1642. g., 1650. i 1652. Tek je zakon iz 1836. zabranio uzimanje takve daće.

Okus ove fine vrste mesa, možda više od bilo koje druge vrste, ovisi o paši i majke koju siše janje i nadasve autohtonoj pasmini ovce – ličkoj *pramenki*. Pašnjaci nisu svuda istim biljem i zato rasprave znalaca o sklonostima za planinsku, ličku, otočku ili primorsku, nisu samo isprazne priče, jer svako od njih ima lagani okus po mirišljivim planinskim ili primorskim travama.

Jednom riječju, može se ustvrditi da je to „meso s geografskim podrijetlom". Najfinije je meso sasvim mlade životinje koje je sisalo majku, što znači da je staro tri mjeseca, a najbolje je u kasno proljeće.

U nas je vrlo cijenjena janjetina na ražnju, uz koju se najčešće poslužuje mladi luk i pečeni krumpir. No, to meso odgovara za raznovrsna atraktivna jela od narezanog mesa (ujušci/"ajngemah s noklicama"/ – juha s komadima mesa i žličnjacima), gulaši/saft/, paprikaši, pa sve do znamenitih pastirskih kotlića) i za razliku od svinjetine, koju valja dobro ispržiti ili ispeći, dobra je i sasvim malo pržena ili pečena. Od mesa za ukusno pripremljenu juhu, dobije se izvrsno kuhano lagano meso. U jela se mogu staviti različito začinsko bilje (metvica, ružmarin, češnjak,...) koje se izvrsno slaže s karakterističnim mirisom i okusom. Sladokusci koji prate modne trendove za stolom, dobro znaju da je npr. janjetina naveliko ušla u kuhinju najfinijih svjetskih restorana. Uobičajeno je da: glava služi za pripremu juhe; but se peče, ali se od njega mogu napraviti i odresci koji su vrlo ukusni ako se paniraju; hrbat je najbolji ako se peče u pećnici ili izrezan na kotlete na žaru; prsa i trbuh obično su namijenjeni kuhanju, ali ako se odstrane rebra, prsa se mogu nadijevati i savijati; lopatice (plećke) su sočne i mekane, pogodne za pečenje, kao odresci na žaru ili kao gulaš. U narodu postoji jedna uzrečica kad je u pitanju janjetina: Glava glavi, pleća aranbaši, a fukara more i lebara. Ova dijelom ironična dosjetka je zapravo varka, jer su janjeća rebra (ovdje kažu „lebra") najfiniji dio janjeće pečenke, plećka je već manje cijenjena, dok je glava na najnižoj cijeni. I kroz ovu uzrečicu izbija specifični humor ovih gorštaka. Mladi luk i krumpir tradicionalni su prilozi janjetini, no sve više prodire i svježe začinsko bilje, umaci, mladi grah i mahune.

Po starom običaju, janjetina pečena na ražnju i složena na pladanj prilikom neke svečane gozbe ima i jedan, mnogima neznani detalj, pečeni janjeći rep stavlja se uvijek okrenut prema počasnom gostu. Pisac ovih redaka nije znao za taj običaj i prilikom takve gozbe u Sincu „na velike muke" stavio je gospodaricu kuće, ne uzimajući taj dio, iako ga je želio uzeti, nije se usuđivao da ne povrijedi starije osobe, znajući da je taj dio najslađi. Počasni gost sjedi na stožeru - vrhu stola. No, sve se završilo na zadovoljstvo gospodarice kuće i pisca ovih redova.

Kao što su npr. kavijar i jastog bila dugo vremena jela siromašnih ribara, a danas su elitna jela, tako se isto dogodilo i sa janjetinom. Meso i jela nekadašnjih stočara i žitelja zabitnih planinskih sela postaju vrhunski specijaliteti, ali i meso koje je bogato vitaminima i proteinima, hranjivo i lagano.

Recimo na kraju, da jedino janjetina nosi propisno dodijeljeno plemstvo. „Baron", hrbat kojemu nije odsječeno meso ni s jedne strane, a najčešće se ne odsijecaju ni butovi, dobio je od engleskog kralja Henrika VIII. još za stolom (pripremljen kao pečenka) baronski naslov.

Ovčetina (ne mlada janjetina, najbolja je od početka srpnja do prosinca) se također svrstava u elitnu skupinu jela, o čemu svjedoče i nazivi pojedinih jela od ovčetine, kao npr. bravlji kotleti Murillo, pa kotleti Nelson itd. Internacionalni jestvenici često uz naziv jela posebno daju oznaku, da li je ovčetina „slanih livada" tj. morske obale ili planinskih pašnjaka.

Ovčetina ima karakterističan miris i okus koji potječe od nekih hlapljivih kiselina koje sadrži mast (loj), zato meso treba očistiti od suviška masti, a ako nekoga taj miris posebno smeta neka pripremi jelo po naputku u koji se stavljaju različiti začini i mirodije. Ovčetinu u ovim krajevima zovu još i „laja". Laja je zapravo jedno od najčešćih ovčjih imena, a kad se upotrebljava kao pojam za ovčje meso, ima pejorativan prizvuk. Katkada se znade upotrijebiti i za janjeću pečenku u vrijeme kad janjad više nije tako mlada.

Iz tih davnih dana potječe i **peka/pekva** (crepulja, cripnja samo za pečenje kruha; sač - turzicam) koja se susreće na ovim prostorima kod Japoda još od starijeg željeznog doba (ulomci peke pronađeni su kod Ličkog Lešća, a u Ripču cijela peka). Iliri su imali kod Donje Dobre na rijeci Savi (blizu Bosanske Gradiške) jedno od značajnijih naselja. To vrlo uščuvano sojeničko naselje otkriva nam, među ostalim, i izgled ognjišta (unutar jedne prostorije) s polukružnim udubljenjima za ražanj, a nađeni su i ostaci četverouglastih peći od ilovače. Imali su i peći za pečenje kruha, koje se po obliku nisu mnogo razlikovale od današnjih u seoskim naseljima. U pougljenom stanju pronađeni su u spremištu ostatci pšenice, ječma, prosa, boba i leće. Ostaci životinjskih kostiju pokazuju nam da su u tom sojeničkom naselju jeli janjce i mlade svinje.

U svakodnevnom životu peka/pekva je imala važnu ulogu jer je služila za pečenje kruha na otvorenoj vatri. U obliku je obrnuto okrenute velike zdjele, od pečene gline, s drškom na vrhu ili s „ušima“ sa svake strane, poznate su i sa tri „uha“. Na ognjištu/ognjišću se ložio oganj, a nad ognjom se peka/pekva najprije dobro zagrijala, zatim se žeravica i vrući pepeo odgurnuo s ognjišta. Ognjište nije smjelo biti prevruće da kruh ne bi izgorio, „planinka“ (domaćica) je to znala po tome nisu smjele vrcati iskre kad bi mela pepeo pometačom/peruškom (odrezanim vrhom krila guske ili tuke s perjem). Kada je ognjište optimalne temperature na vruću podlogu stavljalo se umiješeno tijesto loparom (drvenom lopatom) koje se pokrivalo pekom/pekvon. Nju bi zatim zagrnuli žeravicom i vrućim pepelom, a da bi se žar zadržao na peki/pekvi, imala je na sebi koncentrična rebra.

Danas je peka/pekva simbol za ukusni „kruh ispod peke/pekve“, ali i za janjetinu, teletinu i perad pečenu ispod te praiskonske kulinarske posude, istinskim ljubiteljima specifičnih okusa pečenog mesa, a peka/pekva ih zaista daje. Da bi pekva/peka dulje trajala, obvezno se „uvezivala“ žicom. No, svejedno, bi se lako razbila. Zato se počelo graditi pekve/peke od debeloga lima. Cijena takve pekve/peke je niz godina ostala nepromijenjena: četiri deblja janjeta.

Peke/pekve proizvode se na posebnom lončarskom kolu, a domaći ljudi kažu da su sinačke trajnije od kaluđerovačkih.

Meso je sočno, ugodna mirisa, lako se odvaja od kostiju, nije pregoreno ni zagoreno, sjajne je smeđecrvene boje. Povrće koje se peče uz meso prirodnog je okusa i mirisa i ne raspada se. U soku od mesa ili povrća koji ostaje u posudi pirjaju se svi sastojci.

Kupus/zelje

Car Dioklecijan je u kulinarstvu poznat po širenju kulture uzgoja kupusa i njegovog kiseljenja.

Legenda kaže da je poklisarima cara Maximiliana koji se nalazio u teškoćama i tražio da se vrati na prijestolje i ponovo obuće purpur, kojega se dobrovoljno odrekao, odgovorio: *Kad biste vašem caru mogli pokazati kupus koji sam svojom rukom posadio i odnjegovao, on se ne bi usudio da mi predloži da mir i sreću ovoga mjesta zamijenim olujama nikad zadovoljnog častohleplja.*

Kiseli kupus/zelje, kao živežna namirnica, prisutan je na cijelom našem području i od njega se rade itekako vrsna zimska jela. Ljudi antike izuzetno su cijenili kupus (njime su čak hranili i robove), te se među njegovim obožavateljima i zagovornicima spominje Dioskorid, Ciceron, Katon i Plinije Stariji. Od Grka, preko Rimljana, kupus je stiglo do naših dana, ostavši podjednako omiljena i korisna namirnica kao nekad. Najnovija istraživanja pokazuju da u kupusu/zelju ima mnogo toga hranjivog, pa bi Emendoklo (legendarni grčki sveznadar, istovremeno i liječnik, pjesnik i znanstvenik iz Agrigenta, živio u 4. st. prije Krista, među inim bio je poznat i po svom poštovanju kupusa), da je danas živ, mogao zadovoljno trljati ruke slušajući tvrdnju znanstvenika da će se o pravoj vrijednosti kupusa za čovjekovo zdravlje još mnogo čuti.

Rimljani su bili ljubitelji i jela od puževa, i kaže se, da gdje god se danas puževi pripremaju za jelo, da je to dokaz da su Rimljani nekada bili na tom području. Takvo mišljenje bi se moglo primijeniti i na kiseli kupus/zelje.

Slavni pomorac i istraživač, James Cook, prvi je ukrcao na brod, između ostalog, i kiseli kupus/zelje radi sprječavanja skorbuta. Nakon trogodišnjeg putovanja, prevalivši više tisuća kilometara, istraživač se mogao pohvaliti sa, za ono doba nepojmljivim, podatkom: zbog skorbuta nije izgubio ni jednog jedinog čovjeka.

Na području Gacke, Like i Krbave kupus/zelje je bio neizostavna namirnica. Klima je dopuštala njegov uzgoj i sadio se u većim količinama. Trebalo je prehraniti brojne porodice, najviše s kiselim kupusom/zeljem i palentom. Koliko se do ove namirnice držalo, govore i sjećanja starijih ljudi da se prisad/rasad čuvao prije sadnje, jer bi ga krali. Ako nije bilo od 10. do 20. lipnja kiše, zelje/kupus se sadio „na vodu“, tj. zalijevanjem. Svako bi ga domaćinstvo u jesen „potkisalo/ukiselilo“ po nekoliko velikih bačava/kaca. Dok su dvojica muškaraca ribala na ribež, treći je bosim nogama „gazio“ ribanac u bačvi, tako žestoko da po završenu poslu nije trebalo nalijevati vode, jer bi toliko „istjerao“ vode iz samoga kupusa/zelja da je bilo sasma dovoljno. Kiseli kupus/zelje se za obrok jeo često svjež. Kupusa/zelja i palente i eto obroka. Kako niti palente nije uvijek bilo dovoljno, kuhala se „juva od palente“ i njom se prelijevao kiseli kupus/zelje i tako ga se jelo. Svaki komad mesa ili slanine dodan u kupus je već bila prava gozba.

Divljač, ribe i rakovi

Neprohodne i nepregledne djevičanske šume, koje su do 14 st. bile skoro netaknute, stanovnicima su vjekovima osiguravale izvor mesa i davala krzna (kao i ovca) za odjevne predmete. Jeleni (rogove su upotrebljavali za pravljenje motika, pijuka i niz drugih alatki), divlje svinje, srne, lisice, jazavci, medvjedi, dabrovi, kune, zečevi... , nekada su ovdje živjeli u znatnome broju i neometani od ljudi. I danas je područje Gorske Hrvatske bogato gustim šumama u kojima caruje ris i posljednji vuk Europe, a velebitske su šume zavičaj danas već malobrojnih vrsta životinja: surog orala, orla zmijara, bjeloglava supa, medvjeda, kune bjelice, kune zlatice, divljih mačaka, divokoza, puhova... .

Na svjetskoj izložbi trofeja u Budimpešti - „Natur-Expo „96." Hrvatski lovački savez izložio je dva trofeja ličkih veprova - velebitskih gorštaka, koji su uvršteni u rang listu „deset najboljih" na svijetu.

Najčešća vrsta ribe koja se priređivala frigana je pastrva, klenov i štuka. No, istine radi, mora se kazati da riba kao meso nije bila na osobitoj cijeni. Jela se više iz nužde nego što je bila omiljena hrana.

Rakove su priređivali za jelo kuhanjem. Nekada, negdje do 20-ih g. prošloga stoljeća, rijeka Gacka je obilovala riječnim rakovima. Bilo ih je u ogromnim količinama. Valvasor je u svom opisu Gacke s Otočcem sredinom 17. st. u svom djelu Slava vojvodine Kranjske zapisao da je bilo dovoljno podići (otkinuti) dasku s poda sojenice, rukom izvaditi vodenoga bilja i imati sasvim dovoljno rakova za objed. Također je i rijeka Lika obilovala rakovima. Ostalo je zapisano da su se rakovi prodavali sajmenim danom u Otočcu i Gospiću, svježi ili kuhani. No, račja kuga, koja ih je zadesila, gotovo je iskorijenila ovu životinju. Kako ni rak, niti riba, nije bila hrana na cijeni, ostala je do danas uvredljiva uzrečica: Nit je riba jelo, nit je Dalmatinac čovik, samo „ljuta" (najveća) sirotinja se gostila tom današnjom delicijom. Pamti se jedna anegdota iz Otočca kada je svekar naredio „snaji" da odmah zatvori „table" (slično griljama) na prozoru da ih ne bi slučajno vidjeli susjedi da jedu rakove jer „ča će narod o nami mislit!"

Šezdesetih godina prošlog stoljeća, kad je Europom vladala „račja kuga", koja je uništila riječne rakove, nadaleko poznati pariški restoran „Maksim" rakove je uvozio iz Kosinja. U košare se slagao red mahovine (ili koprive), red rakova i željeznicom prevozio u Zagreb, a odande avionom u Pariz. Prema neprovjerenim podacima tako je završilo oko 4.000 do 5.000 kilograma plemenitog potočnog raka.

Plitvička jezera i vode Like i danas dokazuju svoju čisti vodu obitavanjem potočnog raka u njima. **Danas je zabranjen lov potočnih rakova kao i njegova priprema u jelima. LOV JE ZABRANJEN**.

Ženka i mužjak se nešto razlikuju po obliku tijela. Dok mužjak ima izrazito jače prednje noge – kliješta a nešto tanji rep, to ženka ima nježnija kliješta i širi rep. Rak se može i umjetno uzgajati a njegova ishrana je relativno jednostavna, od svih vrsta mekanih mesnih otpadaka, starog sira, kuhane repe i drugog zelenja,

kruha i ostalih mekanih otpadaka. „Geslo“ je raka i njegovog želuca „ne treba da je hrana baš najbolja, ali je manjkati ne smije“. Nakon godinu dana u dobroj i bogatoj vodi račići dosegnu dužinu do 5 cm.

Zečje meso (zečevina/zečetina) i srneće meso (srnetina) peče se svježe na masti.

Suho meso puva (puha) – pušina - kuha se u kiselom zelju kao i svinjetina. Nestankom starih bukovih šuma u kojima su prebivali puhovi, prorijedili su se i puhovi pa nema više ni sušene pušine.

Glatko je drvo bukovo, slatko je meso puhovo.

Stari zapisi o prehrani

Listajući zapise stare i više od stotinu godina, o selima uz kraška polja, selima na Velebitu ili Dinari, kao i životu stočara na ovim najvišim hrvatskim planinama, saznajemo što se koristilo u prehrani, kako su se pripremale namirnice i kako se priređivalo jelo.

Koristili su meso ovaca, koza, svinja, goveda te peradi: kokoši, gusaka, „raca“(pataka) i tukaca/tukana/tuka (purana).

Rijeke i potoci davali su ribu (štuka, linjak, pastrva, čik) i rakove (koje su žive bacali u vodu i tako kuhali u slanoj vodi s listovima celera i peršina).

Najraširenija povrtna kultura je bilo kupus/zelje, „ripa“ i krumpir. Tikva/misirača (buća) je davala špice/košćice (koštice) za ulje ili se od njih, nakon što se u stupici usitnila, priređivalo i varivo za korizmu uz poparu.

Stupica/stupka se izrađivala od trešnjevoga panja, tako da se panj izdubio s jedne strane sve do korijena.

Stupica/stupka je služila za „stupanje“ tučenje „šeničnog“ (pšeničnog) brašna za keške, koje su se pripremale za Božić. No, najčešće se koristila za „stupanje jačmena/ječma“ (odvajanje vanjske ovojnice sa zrna), a koji se koristio u značajnoj mjeri za hranu.

Od šljive/slive, kad bi dobro rodila, „peklo se“ (destiliralo) jedino alkoholno piće - rakija. Ponegdje se ostavljala kao piće po jedna kaca „pivaša“. To je ostatak guste tekućine bez koštica i koma nakon pečenja rakije, u koji se dolijevalo vode i stavljao med. Kom (s košticama/košćicami), u koji se stavljala nasječena zrela tikva, koristio se kao svinjska hrana.

Brašno je bilo kukuruzno, pšenično, ječmeno, heljdino i proseno, a mljelo se u mlinicama (malenicama).

Priroda je davala i obilno se bralo: jagode, pečurke/čepurke, drenjine/drenjule, trnjine/gloginje, crne jagode/kupine, maline, zatim lobodu, štir/šćir, medić, jagorčiku, ljutiku, divlju repu/ripu.

Planine su davale bogatu pašu pčelama od proljeća do kasne jeseni, tako da je skoro svako gospodarstvo imalo nekoliko košnica (ulišta, sudi-trnka). Koliko je pčelarstvo tj. med bio važan, kazuje i narodna:

Pčele napreduju tamo gdje vlada pravda i poštenje

Uz pčele zanimljivo je i staro vjerovanje utaje nađene stvari i kako se pri tome mora postupati. Ličani vjeruju da se kod nalaza pčela ne smije čuditi, „ni na glas veseliti, već ogledaj na sve četiri strane: vidi li tebe tko, ti bježi pa reci: Majo, ne vidjeh te. Vidiš li ti koga, a ti se sakri, da te ne bi opazio. Želiš li pčele zadržati, a ne nađeš li roja, onda su krađene pčele najsretnije. Ako je komu pčelac ukraden, taj u njih više nema sreće niti koristi; neka slobodno utamani i one, što su mu ostale, pa bilo ih i stotinu. Kupljene, a neplaćene čele također su sretne”. „Pošten ne dira tuđe”, ali se kaže: „što nađeš, ne kaži!”

Medom se sve zaslađivalo, od meda se pravilo piće **„prikucanac“**- jedna vrsta medovine; kilogram meda kuha se u posudi s četiri litre vode. Kad uskipi, pokupi se pjena, a tekućina se lijeva u bačvice. Ostavi se malen otvor i nakon tri tjedna, kad već provri, može se piti. Med „samocid“, koji se dobivao iz saća stavljenog u ćup i sam se cijedio, služio je kao narodni lijek. Od voska su se radile svijeće voštanice, koje su se stavljale na Božić u božićnicu/krunčicu (božićnu pogaču), zatim u božićno žito.

Voština, vosak koji je ostao u platnenoj vrećici nakon cijeđenja meda, prerađivao se u vosak. Voština se kuhala u kotlu na vatri, zapravo na samom žaru i polagano se dodavala hladna voda. Kad se prokuha i otopi, s vrha se pokupi pjena. Voština se još jednom procijedi kroz kudjelju, preko rašljastog štapa na kojem je kudjelja namotana. Tako procijeđen vosak još jednom se prokuha, nadolijevajući hladnu vodu. Kad se ohladi pokupi se vosak s površine, a tekućina ispod voska zove se šerbet – prikucanac.

Prvi alkoholni napitci u povijesti čovječanstva bili su od razvodnjenog fermentiranog meda, tj. meda u kojem je izazvano vrenje. Medovina, to piće bogova i ljudi drevnih vremena, bila je zapravo neka vrsta piva. Zna se da su je pripremali u glinenu loncu miješajući vodu i pčelinje saće te dodavali različite biljke da se obogati okus. I proizvođači piva koji danas eksperimentiraju s raznim dodacima ne zaboravljaju med.

Spremanje i priređivanje mesa, soka i sočiva. (kako je zapisano o životu sela, uz Plješivicu, prije sto godina)

Sve, što je za jilo i što se jide, zove se jednom ričju ili jednom besidom jilo.

Komadi mesa zovu se: vrat (đi jope` triba razlikovati podvoljak i zatiljak), rebra, pleća, potrbušine, krsta, butovi, bubrižnjaci, slezena, bubreg, krilo, batak, kobilica. Meso se izreže u višalice, pa se onda nasoli i metne u kor“to. Na njega se metnu daske, a na daske kamen, da se dobro pritisne. Kad je ležalo meso u ovoj salamuri 3 - 8 dana, onda se diže više vatre na dim i tutika se suši. Deblje višalice, slanina i pršuti (šunke) stoje dulje u salamuri, da ih so bolje izgrize. Ovo se i suši dulje, nego obične male višalice. U slanine se brže ošuši potrbušina od poleđine, pa se stoga ona i skine brže. Kobasice (suđuci) prave se: meso se na sitno izica, pomiša se luk češnjak i soli, onda žene uzmu oprana criva, pa ih rukama nakljukaju. To se sad digne na pantu, pa kad bude suvo ko rog, onda se skida i jide.

Spremanje povrća i voća

Kupus se sije rano s prolića, a siče čim padne prvi mraz, a to je o Svisvetima. Sica se sikirom, ko nema za to načinjene sicalice. Ovako isican kupus zove se sicanac. Ko „oće, more metnuti i glavica za kalju. Čabar ili kaca dobro se opere, onda se meće tavan (red) sicana, tavan glavica sve do vr`a. Svaki tavan triba dobro posoliti i zgnječiti. Kad je čabar pun, onda se nalije burnom vodom, jer bi brzo počeo gnjiti. Sad se niki ljudi nabavili ili ispravili sebi ribež, pa ga ribaju.

Ripe se malo sije, pa što bude, to se izi ili friška (prisna), ili varena još u jesen. Isto tako malo se sije kompira, pa i njih nestane još u jesen. U koga ih ima dosta, on ih drži na tavanu, ili u sobi pod krevetom, da mu se ne smrznu. Samo se kod nas kopa trap za rokvu i za kupusno korenje, što ga svega izidu dica.
Za zimu su pokisele trnjine, pa se od njih jede turšija, svejedno, ko i raso.

„Prisno/presno“ (svježe) se jelo suho meso, slanina, kobasice, „pastrma“(suho meso ovaca i koza), sve voće, kiseli kupus, luk, repa, rotkva, krastavci, kupusovo korijenje, jagode crne i crvene, trnjine, drijenje, ljutika,..... .

Kupus/zelje, „kompiri/krunpir“(krumpiri), „gra/fažol“ (grah), riža/“orižje“, meso i sve što se trpa u lonac, to se vari/kuva. Kupus/zelje se često i pofrigao u tepsiji, kao što se priređivala i bijela i crna džigerica/žigerica.

Na varenici se vari „pirmič“ (riža), a isto tako često puta i „omač“ i „tarana“ i „rastrč“. Kuruzi se poprže, onda se samelju, pa se od ovog crnog brašna vari **prga**. Prga se vari onako, kao i pura. Mnogi samelju gra`, pa se razvijaju od njega **pitu.**

Varenika (mlijeko), se pomuze u **dižve**. Ovce i koze muzu se u **stružnjak**. Čim se varenika pomuze, odma` se pristavi u **kotao** na vatru. Posli se to razlije u zdile, pa se u jutro skine **kajmak** i metne u **kobu**. Ako se `oće **sir siriti**, onda se varenika jope` metne na vatru, a unutra se metne zečije ili jarećije **sirišće**. Tudika se sad rastavi sir i **surutka.** Kad se dobro rastavilo i uzvarilo, onda se procidi kroz krpu, pa surutka isteče, a sir ostane. Surutku daju psima. Ovaj se sir zove **muktesir**. A kad se `oće **maslo**, onda kajmak metnu u **stap**, pa ga **metu**. Maslo se mete **mećajicom**. Kad se maslo **ubotalo**, onda ga izvade. To je sad **mlado maslo**. Ono, što ostane iza stopljena masla, zove se **trop**. Trop se izi. U njega se umače kru`om. Ono, što ostane ritko u stapu, zove se **mlaćenica**. Mlaćenica se ukiseli, pa se jide kao i **mliko** (kiselina). A kad `oće **mliko** da načine, naliju vareniku u kobe i kablove. To metnu blizu vatre, da se brže ukiseli. Da se ne bi mliko pokvarilo, metne se malo kvasa unutra, ili jedna kašika mlika, koje je veš kiselo.

Pod *mlijekom* u Lici podrazumjeva se *kiselo mlijeko*, a tek *pomuženo mlijeko* u Lici se zove *varenika (slatko mlijeko).*

Peče se: meso, zeleni kukuruz, kruh i pita.

Za kruh se najčešće govorilo da se kuha (kod čakavaca u Gackoj se kruv misi), jer se manje priređivao u peći, a najčešće u crepulji ili pekvi. Kru se kuva ovako: Naspe se brašna u naćve. U ovo se brašno nalije mlake vode. To se dobro ukua, pa postane tisto. Tisto se metne na lopar (pravi se od široke bukove daske, na jednom kraju se daska sužuje za držak, a jedan se kraj lipo okruži) i raspleska. Onda se razgrne vatra na ognjišću, pa se kru skine s lopara na razgrnuto misto, na njeg se metne cripnja, koja je grijana na vatri, dok se još kru kuva, a na cripnju se nagrne zera mašom. Ovo je kru **prvak**. A ako se kru malo ostavi, pa se onda zapreće, to se onda zove **polažek**. Polažek je slađi, ali jope“niko voli jisti prvaka. Osim toga krua peče se od šenčena brašna **pogača i kovrtanj**. Kovrtanj je iznutra šupalj, a obično se daje dici, ili se na sv. Blaža blagosiva.

Od brašna se radila pura/palenta, omač, tarana, kljukuša, uljevača, prga.

U posudama se peče: meso, pita, uljevača, kljukuša, ribarica, a ima i“raznih: cripnje, pršule, bakre (zemljani kotlovi), lućije i dagare, koje pravi lončar.

Koto, tepsija i legen su od bakra, a kupljeni u dućanu.

Zdile, zdilnjak, naćve i korita donose karavlasi u selo, pa se od njih kupuju.

Kašike pravi majstor, a triba mu pri tome sikira, nož, srča (staklo) i dubač, da je more izdubiti.

Kaveni su sudi od lima, a pravi ih limar, a ako je đigod ibrik od bakra, to je kupljen u dućanu.

Koba, kabo, dižva, stružnjak, vodena kaca, fučija, čabar, badanj ili kadanj za brašno i parilo, pa i druge kace kupuju se gotove.

Na žaru se peče: meso, riba, šarenjak, (šarenjak je kruh u kojem je brašno i kupus pomiješano, priređivali su ga vrlo siromašni koji nisu imali dosta brašna za kruh), samun (kruh od kukuruznoga brašna i kvasa, priređivao se za korizmu).

Na ražnju se peče: bravče (janje ili jare) i tukci. A more se i jedan komad mesa na ražnju ispeć.

Kada se koje jelo jede?

Pura se jide svaki dan na ručku osim Božića i Uskrsa. Iza pure jide se **varenika** purom zadrobljena. Posli toga dolazi **mliko** (kiselina), u koje se kru“drobi. To je obično vajik za ručak. Osim toga bude kad iza **pure tarana, rastrč** ili **kupusova čorba**. Ako bude ovo, onda nema varenike.

Na **užini** je gra`, **pita** kakva bilo, i **mliko**. Ako su tuđi poslenici, onda bude malo i **mesa**.

Za **večerom** se jide opet **gra`**, za tim dođe meso, pa onda **pita** (kakva bila), pa još kakvo jilo od **kompira,** ili **kupusa**, a onda najstrag **mliko**. Večera je najobilnija.

Za posebne događaje ima posebnih jela. Tada su sva jela mrsnija i bolje su začinjena.

Gdje se kada jede ? U jutro se obično jide u kući. Ako se otišlo na posao, onda je ručak i užina na nivi, ili na livadi. Večera je kod kuće, i to pred kućom. Zimi se vajik jide u sobi.

Ruča se između malih i velikih ručanica (od 8 do 10 sati); užina se u podne (1 do 2 sata), a večera u večer odmah posli Zdrave Marije. Zimi se ukida užina, a to je po prilici od Svih Sveti do Blagovisti. U zgodnijim kućama pije se u jutro kava, s varenikom i prez varenike, kako god ko `oće. Još se pije kava i onda, kad se dođe u večer s posla. Kava se pije prije večere.

Obilnije se jide uz kosidbu i uz branje, pa onda uz velike godove (praznike). Kad se obilnije jide, onda se jide: **pirmičeva čorba**, **kalja s mesom** (kupus s mesom), **potkriža** (izrezana pogača, a po njoj posuto friško (a ne suvo) meso), **pita**, **pečeno meso**, **kupusna čorba**, pa onda mliko. A kad se svečano gosti, dođu na stol ova jila: **pirmičeva čorba sa lišnjačići** (prženim komadićima tista), **potkriža, kalja, bungur, jajaruša** (pita), **nadolmit tukac** (tukac pun pirmiča), pečeno meso, pečena kokoš, **sutlija** (varen pirmič na varenici, zaliven medom), **alva** (prženo brašno na masti i zaliveno medom) pa najstrag mliko. Kiselo je mliko poklopac svakom obroku, ko u molitvi Amen.

Za Božić se rane kokoši i tuke, pripravlja zaoblica (krme ili ovca za pečenje), bira se šenica za keške, kupuje se piće.

Za Uskrs je manja sprema. Tu se rane samo tuke i kokoši, a žene kupuju jaja za kajganu i smisu (slano kiselo mlijeko).

Za na put se spremi **brašljenica**. On (čojk) ponese pečenu kokoš, **masnicu** (vrsta pite) i pogaču.

Ako se ide na **prošćenje** ili **godovno**, od kuće ponesu jilo onako, ko kad idu na put. Na samom mistu kupi se (u birtiji-krčmi, prosto uređenoj) još pečena mesa i pića, pa se uživa. Na putovanju ili prošćenju bide štogod lipše za izisti i popiti, nego obično.

U prehrani stanovništva, kojem je glavna gospodarska osnovica stočarstvo, što je ujedno i osnovni prihodi od ovaca, koza. sira, kajmaka i masla, dominantnu ulogu imalo je mlijeko i mliječni proizvodi, što je bilo još prije nepunih trideset godina.

Obroci

Glavna tri obroka su **ručak** (zajutrak), **užina/južina** (objed) i **večera/vičera**.

Nema pravila i točno određenog vremena kada je započinjao koji od spomenutih obroka jer sve je zavisilo o gospodarskim poslovima. Zimi se ustajalo kasnije, a u proljeće i ljeto, kad počinju poljski radovi, ustajalo se vrlo rano.

Ujutro između 8 i 10 sati **ručalo** se: kiselo mlijeko/kiselina, popara (ili prga) ili varenika s kruhom/mliko i kruv ili se ponijelo na rad, u torbi, komad kruha i slanine (koma je obilat zalogaj slanine) ili sira. Dijaci (đaci) su u teki (torbi) nosili kruh, ponekad toplog ufurnjaka, slanine, komadić kobasice ili kuhanog mesa i po koju šaku lješnjaka. Večerali su kod kuće. Za orače, kopačice, kosce, žetelice i kresače lista, spremala su se štimanija (izabrana) jela. Ostali ukućani svakodnevno radnim danom su jeli prgu (u Gackoj je to nagusto kuhana ječmena kaša) ili kukuruznu palentu koju su zabilili verenikom/poljali mlikon, kiselim mlijekom/kiselinon ili maslom. Najradije su jeli prgu s ofriganim kupusom ili jamužinu (mješavina svježeg sira i udrobljenog kruha).

Oko podne, između 12 i 14 sati, je bila **užina/južina**, i tada se najčešće jela pura/palenta s kiselim mlijekom/kiselinon ili začinjena maslom. Zimi se jela pura/palenta s kiselim kupusom/zeljem. Danas se posvuda s kiselim kupusom kuha suho meso ili slanina.

Užina se ponekad sastojala od kuhanog krumpira sa sirom.

Za večeru/vičeru, kad se spustio mrak i spremao konak i kad su svi ukućani bili pod krovom, jelo se uglavnom ono što je ostalo od užine.

Međuobroci: marenda/pojužina poslije podne i povečerak/povičera kasno navečer kad se dođe kući s „prela“ (večernje druženje na selu radi zajedničkog predenja ili sličnog posla), su novije pojave.

U kući je uvijek bilo gotovih jela: sir, basa, pršut, suhe mešnjače, tako da se uvijek mogla dočekati i počastiti rodbinu, prijatelje, kumove i druge koji su mogli navratiti.

Nedjeljom se za ručak jela varenika/mliko s pogačom i katkada dželadija/žaladija/žulica. Užina/južina je uvijek bila obilata.

Nedjeljom i četvrtkom varilo se u velikom gvozdenom loncu kupus/zelje i suho meso. Uz kupus/zelje i meso jede se kuhani obiljeni (oguljeni) krumpir.

Utorkom i petkom je nemrs, pa se te dane jelo varivo, grah i koraba. Varivo se zacvrćilo/zacvrčalo maslom. S varivom se jeo kuhani krumpir.

U zimsko doba kod kidanja/snaženja (čišćenja) štale, za užinu/južinu se vario/kuval kulen na vodi, pofriga kupus/zelje i svarilo krumpire/skuval krunpir. Za južinu se u nekim krajevima bliže Bosni spremala kljukača.

Tkalicama, kad su zimi satkivale biljce za užinu/južinu se pekla krvavica/jelito pod cripnjom/pekvon, frigao kupus/zelje i kuhao krumpir.
Mlinarima, na povratku iz mlina domaćica je spremala kuhani kupus/zelje i grah u kojem se kuhala suha pušina.

Za večeru u zimsko doba spremala su se lagana jela: varenika/kuvano mliko i kruh, kiselo mlijeko/kiselina i kuhani krumpiri, pečene pole/police i slanina, pečene pole/police i basa, kuhani krumpiri i suhi sir.

Od rana proljeća do kasne jeseni radilo se na njivi i u šumi, dani su bili dugi i jelo se 4 - 5 puta dnevno. Za vrijeme poljskih radova spremana su štimanija (izabrana) jela za orače, kopačice, kosce, žetelice i kresače lista.

Rano ujutro popila se čašica mučenice (hipokoristik za šljivovicu), nekad šalica rasola/soka iz bačve, pojeo se zalogaj - dva toplog ufurnjaka, popila crna kava i odlazilo na posao.
Za doba ručka, kao i zimi, varila se/kuvala se katkad prga, katkad palenta. Oračima, kopačicama, koscima i kupelicama za vrijeme poljskih radova ručak, užina/južina i jaučina/pojužina se nosila na njivu i jelo se na prostrtom stolnjaku/rubu.

Za ručak se najprije popila rakija, zatim se jela pogača i bijela kava, iza toga pršut sa sirom i pogačom.

Za užinu/južinu se većinom varilo/kuvalo varivo, grah i ječam sa suhom bravetinom, katkad s ovčetinom, kozletinom, a katkad je bilo suhe govedine, najradije su je kuhali u grahu i tomu dodavali kuhane krpice. U grahu su se za radne dane, kuhala suha svinjska „lebra“ (rebra), mesnata slanina i tomu pridodavao kiseli kupus/zelje. Uz ova jela, jeo se ucilo/ucelo kuhan i obiljen kumpir, pilo se vino. U popasna doba, tj. za jaužinu težacima su donosili štroklje, sir, pogaču i rakiju. Večeralo se uvijek kod kuće. Težaci su jeli pršut (ako bi ga bilo), kruh, basu i pečeni ili kuhani krumpir. Ukućani su jeli običnu večeru: krumpir i kiselinu ili pole/police sa slaninom.

Žetelice su za jaužinu/pojužinu ili za večeru znale dobiti kumpirašicu. Za vrijeme velike košnje, janjci su pečeni pod bukvom, a ostala hrana, kruh i piće dovozili su na kolima ili na samaru na konju.

U nemrsne dane ljeti, jelo se:

u jutro: mali žmuljić (čašica) rakije, ako je još ostalo, zalogaj kruha i crna kava;

u doba ručka: kukuruzna palenta maslom začinjena;

za užinu/južinu: većinom je bio grah/fažol i krpice ili grah i stupani ječam maslom začinjen;

za večeru/vičeru su većinom mliječna jela: sir škripavac, kiselo mlijeko/kiselina, varenika/kuvano mliko, kruh i krumpir.

Prerada mlijeka

Stoka, ovce i koze, je ljeti bila uglavnom na pašnjacima okolnih brda i planina, tako da su u selu prerađivali najviše kravlje mlijeko. Najmanje govedo na svijetu je lička buša, još jedna autohtona hrvatska pasmina kojoj prijeti izumiranje. Do prije stotinjak godina buša je bila glavni prehranjivač ličke obitelji – malo je davala, ali je još manje tražila. No, davala je hranjivo mlijeko, isključivo ispašom, izvrsne kvalitete od kojeg je proizvedeni sir bio izvrsne kvalitete a po punoći okusa bez premca. Više nema ličkih livada i proplanaka na kojima pase buša.

Buša

Poznata je i pod nazivom domaće planinsko ili ilirsko govedo. Buša je sitno govedo grube konstitucije. Greben je visine 100 do 110 cm. Krava je teška od 180 do 250 kg, a bik oko 300 kg. Ženske životinje ostaju u rasplodu 10 do 12 godina. Živi oko 20 godina. Plodnost buše je oko 85 do 90%. Telad su sitna, pri rođenju težine oko 15 kg. Za bušu je tipična srneća gubica tj. tamno pigmentirana sluzokoža s bijelim dlakavim vijencem oko nje. Rogovi i papci uvijek su tamne boje. Na kratkim rogovima česte su svijetle presvlake oko korijena roga, a vrhovi su redovito crni. Kosti glave su nježne, čelo redovito široko, rogovi kratki, jače ili slabije savijeni, u bazi vodoravno usmjereni. Vrat je suh, zategnute kože, s neizraženom vratnom maramom.

Leđa su uska, kratka i ravna, sapi krovaste i oborene. Grudni koš je uzak, ali dubok i prostran. Noge su relativno kratke s prostranim i tvrdim papcima koji su rezultat više stoljetnog prilagođavanja na hodanje po ekstremno lošim podlogama (kamen, neravnine...). Buša je rezultat slabe ishrane i oskudne njege tako da joj muznost nije veća od 700 do 800 litara mlijeka. Mlijeko je izvrsnog kvaliteta jer ima 4 do 6% mliječne masti. Laktacija traje oko 8 mjeseci. Proizvodnja mesa je slaba jer je buša koščata i sitna, randman mesa je oko 55%. Radna snaga buše je skromna, ali zadovoljava potrebe ekstenzivne poljoprivrede svog područja. Buša je

veoma otporna na zarazne bolesti, te je uglavnom dobrog zdravlja. Goveda se i ljeti i zimi mogu držati vani, bilo na pašnjaku ili u toru, samo se po najvećoj zimi i nevremenu zatvaraju u staje.

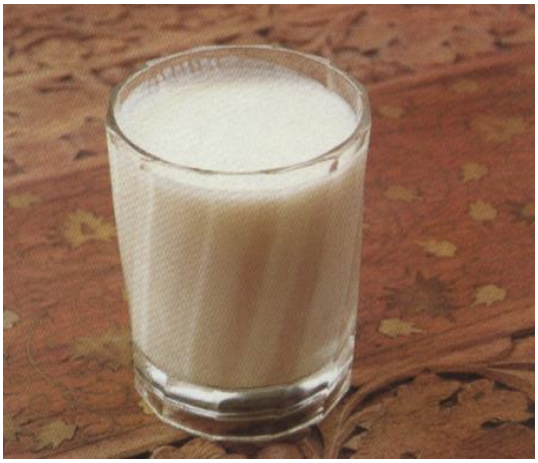
Kod mužnje služili su se drvenim posudama, dižva - napravljena od javorovih dužica i sadržaja od 3 do 5 litara mlijeka, manja susak - od bukovih dužica, rukatka - zemljana posuda s jednom ručicom i ciga - limena zapremine 2 do 3 litre. Pomuženo mlijeko prelijevali su u veću drvenu posudu susak, koja je imala dva probušena otvora za prečku radi lakšeg nošenja. Grnjajka je posuda za sirište ili vrhnje.

Evo kako je zapisivač opisao mužnju u Kompolju i Hrvatskome Polju u Gackoj:

Mlijeko se dobiva od krava, ovaca i koza. Slatko mlijeko zove se u Kompolju ***mliko****, a u Polju kod katolika* ***mlijeko****, a pravoslavnih* ***varenika****. Kiselo mlijeko zovu u Kompolju i katolici u Polju* ***kiselina****, a pravoslavni u Polju* ***mlijeko****.*

Muze se u opisanim već drvenim sudovima ***rukači*** *ili* ***kraljači*** *te* ***dižvi*** *ili* ***kabliću****.* ***Muzedu*** *(u Polju kod pravoslavnih* ***doje****) isključivo ženske. Stari momak Matan Rukavina Šanjgo iz zaselka Potkraj u Hrvatskome Polju kao samac već dugo je godina držao bika, pravog bakonju na kojem nije radio ništa, i kad bi ga savjetovali da mjesto bika drži kravu, odgovorio bi rezignirano:* ***Nema ko da mi je pomuze****. Musti muškom u ovom dvopoljcu isto je sramota kao i presti kudjelju. Ženske muzu ovako: najprije donesu* ***rukaču*** *(u Polju* ***kraljaču****) ili* ***dižvu*** *(u Polju* ***kablić****) s toplom vodom i lijepo kravi isperu* ***vime*** *da bude čisto. Zatim pomoče* ***cice*** *(u Polju* ***sise****) da budu mekše, pa zatim stave sud na tlo. Ako je krava, ovca ili koza mirna, muzu ih obim rukama, a ako su nemirne onda s jednom rukom drže sud, a s drugom muzu.*

Za **sirenje** se koristilo sirište/sirišće, koje se pravilo od svježeg ili sušenog ovčjeg, svinjskog, janjećeg, zečjeg ili telećeg želuca U Gackoj to zovu „počin“ ili „murilo“ u drugim područjima. U nekim krajevima se sirište radilo najčešće od želuca mlađih ovaca (gliza), tako da se prvo dobro očistilo i ispralo, nasolilo i stavilo u rukatku (zemljani ćup s drškom) u vodi. Da bi nastalo sirište, u rukatki je želudac morao odstajati najmanje tjedan dana. Nakon toga pretočili bi ga u boce i u njima čuvali. U drugim krajevima, npr. u Gackoj, se „počin“ solio i sušio na dimu. Na taj način je mogao trajati cijele godine i koristiti se kad je ustrebalo. Osušene ovčje želuce uvijek su imali u spremi na stanovima (planinska boravišta pastira) ako bi uzmanjkalo sirišta. Prije upotrebe „počin“ se namoči u vodi da omekša, stavlja u surutku/surotku, doda se jedno cijelo jaje s ljuskom, dvije šake soli i mala čašica rakije zbog boljeg okusa. Sirište spravljeno na ovakav način moglo se koristiti nakon nekoliko dana. Na 10 l mlijeka, što je količina za sir od kilograma i pol do dva, dodavalo se oko pola litre pripravljenoga sirišta/širišća. U posudu u kojoj je sirište nalijeva se ponovo surotka/surutka za sljedeće sirenje. Od jednoga priređenoga „počina“ moglo se usiriti do deset sireva. Zatim se pripravljalo novo sirište.



Kiselo mlijeko

Kiselina/kiselo mlijeko pravi se obično od kuhanoga mlijeka. Mlijeko se prohladi do mlačnosti, u nj se stavi žlica do dvije „kvasa“ od „stare kiseline“, poklopi i ostavi stajati na toplome najmanje pola dana. Tako se dobije „mlada kiselina“. Ako duže stoji, postaje sve kiselija pa je zovu „stara kiselina“. Izvorno, kvas se dobivao tako da se u mlako mlijeko stavljala od mladih javorovih grančica oguljena kora, a „kvas“ se kasnije održavao od „stare“ na „mladu kiselinu“. Za vrijeme dok se koristilo zemljano posuđe, „kvasa“ nije niti trebalo. Stjenka zemljane posude (ćupa/rukatke) je poprimila gljivice koje se nisu mogle ukloniti niti pranjem, pa je bilo dovoljno naliti mlijeko i sačekati gotov proizvod.

Kiselo mlijeko držali su ponegdje u plitkoj drvenoj posudi škip, a ponegdje u visokim loncima ili ćupovima.

Mlijeku od kojeg se pravi **sir u mješini** također se dodavalo sirište (i ovo je mlijeko malo toplo - smlačeno, ali ne kuhano) i sadržaj se morao neprestano miješati. Kad se počelo grušati, prestajalo se miješati i pričekalo se da završi grušanje. Kad se odvoji sirutka, a na dno padne sir, domaćica ga rukama zbija u kuglu i još jedno vrijeme ostavlja na situ da se cijedi ili ga zamata u citku, cijetku - poroznu platnenu vrećicu. Cijetku bi objesila o motku, a pod nju stavila posuda u koju se cjedila sirutka. Razrezan na komade i posoljen morskom solju spremao se u ovčjoj mješini (vreća od životinjske kože u kojoj se drže brašno, voda, vino, sir, i sl.), koja se držala na hladnom i mračnom mjestu - mljekari. Sir u dobro zatvorenoj mješini, bez pristupa zraka, mogao je stajati i do godinu dana. U jednu mješinu moglo je stati od 30 do 50 kg sira. U cijelom poslu najvažnije je odrediti količini soli prema siru.

Sir se radio i od obranoga mlijeka, kad se uklonio kajmak, ali nije bio toliko kvalitetan kao od punomasnog mlijeka.

Stočari su u planini sir stavljali u tvorilo ili tubok (bukov a kasnije metalan okvir) te pritiskali kamenom cijedili sirutku, a zatim sušili. Svježe pomuzeno

mlijeko, na planini, su pastiri kuhali u drvenoj posudi pomoću usijanoga kamena, kojega bi stavili u mlijeko.

Kajmak se radi od ohlađene kuhane varenike, koja se izlije u škipove (drvena zdjela od bukovine ili javorovine). Slijedeći dan se pokupi s površine gornji dio masnoće (budući kajmak) posoli se morskom solju i spremi u drvenu kačicu. Ako ga je bilo više tada se spremao u ovčju mješinu. Kada se mješina napuni, dobro se sveže i spremi u mljekar, gdje sadržaj dozrijeva. Tako spremljeni kajmak može stajati čitavu godinu da se ne pokvari. Što je stariji dobiva oštriji okus. Na kajmaku ili skorupu pekla su se jaja za djecu i bolesnike.

U Lici se kajmak nije pripremao ranije i to je običaj, u pojedenim mjestima uz Unu, novijeg datuma.

Skuta se radila od miješanoga kiselog i slatkog mlijeka, tako da se ulijevalo u mješinu. Iz obješene mješine polako je isticala sirutka a ostajala masnoća. Sirutka se koristila za piće ili jela s kruhom, dok je danas koriste za prehranu svinja.

Putar/maslac i **maslo** se radilo iz jedne polovine slatkog i jedne polovine kiselog mlijeka. Bucalo se ili melo u drvenom stapu, napravljenom od izdubenog bukova panja visokog jedan metar. U takva stap stalo bi oko pet litara mlijeka. Metenje se vršilo pomoću drvenog štapa - stapaje, kojim se udaralo po mlijeku gore-dolje. Udaralo se oko pola sata, za koje vrijeme se maslac obično dijelio i plivao na mlijeku u sitnim grudicama. Metena varenika izlila se u zemljanu posudu i iz nje žlicom pokupio maslac. Ostatak mlijeka zvala se mlaćenica. Kad se prikupljeni maslac oblikovao u grudu, stavljao se u hladnu vodu da se bolje stvrdne. Čim bi se prikupila veća količina maslaca, topilo ga se u **maslo**, u rajliki (posuda od lijevana željeza, na tri noge). Odmah pretopljeno i posoljeno maslo nije se kvarilo i stajalo je dosta dugo za upotrebu. Dok je još bilo tekuće, ulijevalo se u zemljane ćupove i tako se spremalo za zimu. U narodu postoji mišljenje da je najbolje maslo od kravljeg mlijeka. Putar (maslac) se čuvao i u staklenkama širokog grla preliven s tankim slojem meda (oko 1 cm). Staklenku nakon nalijevanja meda trebalo je dobro zatvoriti, a takav med koristio se za pripremanje slastica ili zaslađivanje napitaka.

U Gackoj se **putar** (maslac) pravio samo od slatkoga mlijeka, bilo svježe pomuzena ili kuhana, ili i jednoga i drugoga. Da bi **putra** bilo više, domaćice bi skupljale nekoliko dana **„škorup“** s kuhana mlijeka. Nakon stapanja u stapu,

napravljenom od drvenih dužica, u kojem se mlijeko „burga“čak i do sat vremena „stapaljkon“ na kojoj je drvena rešetka, izlijeva se putar van. Ako se želi dobiti veća količina bijela putra, mlijeko za stapanje mora biti toplije, ako se želi dobiti manje žutoga putra, ulijeva se nešto hladnije mlijeko. **Putar** se obično stapao za „pojužinu“„težacima“ na polju. Mazali bi ga na kruh i jeli. No, najčešće se stapalo da bi se **putar** pretopio u **maslo**, s čim se začinjala hrana pošto svinjske masti nikada nije bilo dovoljno.

Maslom se začinjala pura/palenta, divlje zelje a i na rastopljenoj su pekli uštipke/ušćipke. Danas se više koristi svinjska mast, ulje, maslac i margarin umjesto masla. U doba korizme jelo se začinjeno jedino maslom ili uljem.

Sirevi škripavac, urda, basa, tounjski i krasnarski, danas su obvezni sastojci predjela s polama/policama ili pršutom ili sušenim ovčjim mesom. Sir, osobito tvrde vrste, je bio zahvalna namirnica kada se na kraće ili duže vrijeme izbivalo od kuće. Komad kruha i komad sira, i nema gladi. U vrijeme radova na polju i šumi, sir je bio nezaobilazna namirnica oračima, kopačima, koscima, žetelicama…

Škripavac ili domaći sir

Domaći sir, što mu je češći izvorni naziv, ili škripavac – dobio naziv po tome jer škriplje pod zubima kada se sasvim svjež konzumira, pravi se od neprokuhanoga mlijeka. Sirovo mlijeko prvo se procijedi kroz rjeđe platno ili kroz gušće sito. Tako procijeđeno mlijeko ulijevalo se nekad u ćup – zemljanu posudu sadržaja desetak litara. Ćup se stavljao na željezni tronožac uz ognjište, da se mlijeko malo smlači. U smlačeno mlijeko ulije se domaće sirište ili murilo (želudac koji stočaru služi kao sirište). Na deset litara mlijeka stavlja se oko dva do četiri decilitra sirišta, što zavisi o njegovoj jačini. Odležano sirište ili ono koje se dobilo od svježega ovčjeg želuca bilo je jače, te ga je trebalo i manje. Nakon nekoliko minuta mlijeko se počelo zgrušavati i sir odvajati od sirutke. Kada sir očvrsne vadi se rukama i stavlja na drveni pladanj ili u posudu s rupama zvane zdilice (okrugla posuda koja ima na dnu rupice da se sir može cijediti). Da se što bolje sir ocijedi treba ga još rukama izgnječiti i ujedno soliti kako bi bio ravnomjerno slan. Soli se morskom solju. Nakon toga sir se stavljao u **ocakljenu zemljanu posudu**, - koba, u kojima se oblikovao i sušio.

Suhi sir škripavac dobiva se ako se nakon dva - tri dana vadi iz posude i stavlja na sunce sušiti desetak dana. Takav sir ima veću trajnost.

Meki sir škripavac ne suši se na suncu, već se koristi odmah iz zemljane posude. Najčešće se jede s vrhnjem.

Kako proizvodnju škripavca opisuje zapisivač iz Gacke:

Od slatkoga mlijeka pravi se u ovom dvopoljcu, kao i u čitavoj Gacki i Lici, sir ***škripavac****. Jedan dobar i punomasan sir poznat pod imenom* ***domaći sir****. Siri se ovako: slatko se mlijeko izlije u kotao koji visi na* ***komoštrami*** *(u Polju* ***verigama****) na vatri nad ognjištem i miješa se drvenom žlicom dok se ne smlači. Onda se u mlijeko stavlja malko sirišta i kotao se skine s* ***komoštara*** *(****veriga****). Masa koja se u kotlu počne stiskati, zbija se žlicom i skuplja u hrpu. Kad je hrpa prilično već zbijena, onda se prihvati čistim rukama i zbija dalje. Kad je hrpa već poprilično zbijena, izvadi se na* ***pladanj****, kojega smo opisali, i iscijedi se iz nje voda, a siru se daje oblik. U kotlu ostaje samo* ***surotka*** *od koje prave u Bjeljevinama s malo brašna* ***urdu****.*

Sir ***škripavac*** *jede se najviše svjež, a takav je i najbolji. Nekoji se škripavci suše na* ***lesicami*** *(u Polju* ***ljesicama****) zbijenim od šindre više vatre ili na suvoti u pojati. Ovaj se suhi sir riba i s njim se posipaju* ***riznaci*** *(u Polju* ***rezanci****) i druga jela od* ***muke*** *(brašna).*

Urda

Sirutka od pravljenja škripavca nije se bacala, već se od nje radi sir urda (ovo je vrlo stara riječ iz pastirske terminologije kulture sira, i označava sir koji se dobiva kuhanjem prve sirutke, izvarka; prema nekim etimolozima riječ je arbanaskog / ilirskog / podrijetla).

Sirutka se kuha na vatri i dok je još vrela u nju se ulijeva nešto nekuhanog mlijeka. Netom što se ulilo mlijeko, urda se izdvaja na površini, pokupi se i ohlađena koristi za jelo. To je manje kaloričan sir i traje vrlo kratko, dan - dva.

Preostala sirutka, ohlađena i posoljena koristila se kao piće za žeđ.

Basa (kulizdra, šaljivi naziv za basu)

Najčešće pravljeni mekani punomasni ovčji sir, nastao kiseljenjem sirutke. U kobu (drvena posuda dugoljasta dna za maslo, sirutku, mlijeko) ili veći zemljani ocakljeni ćup ulijeva se naizmjence po jedna do dvije litre kuhanog i nekuhanog mlijeka. Poslije svakog ulijevanja mlijeko se soli, a posuda zatvara. Sadržaj se ne smije miješati, već se sirenje odvija spontano bez dodavanja sirišta i bez odvajanja sirutke. U cijelom postupku najvažnije je naizmjenično ulijevanje sirovoga i kuhanoga mlijeka, jer se na taj način postiže prava gustoća base. Dobro usirena basa može stajati i po nekoliko mjeseci.

No pojam base uvijek nije jednoznačan i pripravljanje može biti bitno različito. Npr. neki basu rade od kiseline/kiseloga mlijeka. Kiselina se u loncu podgrije, ne smije vreti, tada dođe do odvajanja sirutke i mliječnih masnoća, to se sve skupa ulije u na rog sašiveno gusto platno i objesi. Ostavi se da sirutka kapa najmanje pola dana i onda se vadi van i posoli. Kiselkastoga je okusa, može se jesti takva, ali je ukusnija ako se u nju umiješa „škorup“ i pobrano vrhnje. Ako dugo stoji, jako se skiseli pa je opora okusa. Za nešto što zaudara na kiselo kaže se: smrdi ka vlaška basa. Basa se nije uvijek pravila od ovčjega mlijeka, uostalom nije ga niti bilo cijele godine već samo u vrijeme nakon janjenja, pa se češće pravila od kravljega mlijeka.

Pored base pravio se i „meki sir“. Meki sir nastaje prirodnim procesom kvarenja. U lonac se ulije nekuhano mlijeko i ostavi stajati jedan dan. Drugoga dana se pobere kiselo vrhnje (za koju u ovim krajevima nema posebna naziva) i ostavi stajati još najmanje dan ili dva, ovisno o vanjskoj toplini. Zatim se, poput base, ulije u krpu sašivenu na rog i pusti ocijediti. Istrese se, posoli, pomiješa s prije obranim vrhnjem, a koristi se obično za pripravljanje „štrudela“, odnosno nekada „presnaca“. Može poslužiti i kao prilog jelu.

Narodno mudroslovlje:
Evo Vase, koji voli base" ili „Bi li zera poje base", pa kad se riječi „poje" i „base" izgovore brže, šala ima sasvim drugo značanje odnosno željeno značenje.

Prerada mesa i mesna jela

Svinjsko meso je na području Gacke, Like i Krbave bilo pojam kvalitetna mesa. Cijenilo se više od bilo kojega mesa, pa je svako domaćinstvo gojilo barem po jednu svinju za posik/posjek. Svinje su se klale najčešće u drugoj polovici studenoga (o sv. Kati, 25. studenog ako je vrijeme hladno), mada ima sela gdje je to počinjalo (Kuterevo) već odmah po Svim Svetima, a nije bio rijedak slučaj da se svinje kolju pred sam katolički Božić i na taj način se izbjegavalo klanje božićne pečenke.

Ovako je klanje opisao zapisivač iz Gacke:

U ovome dvopoljcu i bjeljevinskim stranama volovi, svinje, ovce, koze, živad i kunići, sve se ***kolje****. Posao oko klanja i krupnije stoke ne vrše mesari nego domaći ljudi koji su vješti tom poslu. Kuniće i živad kolju žene.*

Kad ***koljedu*** *(u Polju* ***kolju****), uzmimo janje, povale ga na zemlju i drže za noge. Onaj koji kolje prereže janjetu odozdo po vratu* ***grkljan*** *i* ***berikatu*** *(to je jednjak). Kad janjetu isteče krv i ono ugine, onda mu probodu stražnje noge i objese obično pod* ***škalama*** *(to su na ovome narječju drvene stepenice) koje vode na pod, na klin probodene stražnje noge s glavom nadolje. Zatim onaj koji je klao* ***mesari****. Što znači, najprije oguli kožu do polovice, pa pori janje nožem posred trbuha i vadi mu* ***žigericu*** *(u Polju* ***džigericu****), srce i ostale* ***žlezde*** *(u Polju* ***žlijezde****),* ***criva*** *(u Polju* ***crijeva****) i loj, onda ga sasvim oguli. Janje, koje se često peče na ražnju, ostavi se visjeti na klinu da se ocijedi. Tele, ovce i koze, koje se slično kolju i mesare, rasijeku na komade. Krv se uhvati u zdjelu i prva se* ***friga*** *(u Polju* ***vriga****, pravoslavni žitelji međutim ne jedu krv).* ***Slezena*** *se baci.* ***Drob****,* ***mura*** *(dvanajsnik), želudac se nosi na Gacku, pere se i kasnije upotrijebi za jelo.*

Prasci *se također kolju, a u novije vrijeme ih bodu oštrim nožem ispod lijeve prednje noge, pravo u srce. Tako svinjče brže ugine.* ***Mesarenje*** *kod svinje sasvim je drugačije. Zaklanome prasetu najprije se očupa na hrptu* ***kočet****, od koje prave četkice za brijanje. Zatim se u Kompolju* ***furi*** *ili* ***šuri*** *u vreloj vodi. Stavi se u poseban drveni sanduk, polijeva vrelom vodom i šuri, a preostala* ***kočet*** *se struže. Kad se sasvim istruže, onda se opere hladnom vodom. U Polju se zaklani prasac opali na suhoj bujadi, pa se ispere u hladnoj vodi. Zatim se prase* ***izmesari****, tj. otvori mu se trbuh i povadi sve iznutra, slično kako smo opisali kod mesarenja janjeta.*

Kod klanja posika/posjeka zimi, od svinje su izdvajali pečenice (karmenadli bez kosti), „lebra“ (rebra), plećke, pršute i slaninu. U nekim krajevima s plećke su skidali kožu sa slaninom i sušili (to zovu špala), dok su pršute (butove) sušili s korom tj. kožom. Iskomadano meso se pere u vodi u kojoj je stučeni „luk“ (bijeli luk), soli i slaže u drvene pliće bačve, napravljene samo za tu namjenu. Drugoga ili trećega dana se nalijeva voda da meso zatone, a odozgo se stave drvene daščice pritisnute težim kamenom, što sve meso drži pod vodom. Ta voda se naziva „salamura“. Poznate su također tehnike suhoga soljenja, gdje se ne ulijeva voda, već se posoljeno meso opteretili kamenom da se voda iscijedi. Taj proces se naziva „salamurenje“.

Nakon osam do deset dana, ovisno o veličini zaklanoga praseta, meso se vadi iz salamure (sitniji komadi koji se ponegdje zovu i „sitnina“) i vješa sušiti na dim iznad ognjišta. Plećke se ostavlja u salamuri do petnaest dana, a pršute tri tjedna, a ako su veći i do mjesec dana. Na dimu se meso suši otprilike onoliko vremena koliko je bilo u salamuri, a onda se miče na podu/tavanu dalje na laganiji dim i „promaju“ (propuh). Kod dimljenja se koristi zdravo najčešće bukovo, grabovo, hrastovo ili kakvo drugo bjelogorično drvo. Ponegdje se dimi i na crnogoričnom drvetu, što daje aromu po smoli. Poslije dimljenja, meso se suši na podu/tavanu do uporabe, lopatice (plećke) i pršuti do kasna proljeća, pa i dalje.

Pored svinjetine, često se salamurila ovčetina, a tko je imao i mogao, i govedina te puhovi. Nažalost, danas se to još rijetko radi.

Od **mesnih kobasica** najčešće se rade divenice - mešnjače, i to od mesa s vrata, rebara, pečenice, kukuruznog brašna (u Gospiću su običavali dodavati i šaku pšeničnog brašna) sa soli, paprom i češnjakom. Nakon punjenja u tanka svinjska crijeva (ponegdje i debela crijeva), kuhaju se i suše na dimu 2 - 3 mjeseca.

Krvavice (u Gackoj ih kod katolika zovu **jelito** ili **kulen**) se nadijevaju u debela crijeva, a izrađuju od poprženoga i „pofurenoga” kukuruznoga brašna, žmara/čvaraka/ocvirkov, krvi, soli, mljevena češnjaka i papra. Nakon „obarivanja“ (termičke obrade u vodi koja ne smije vriti jer bi popucale), suše ih na dimu iznad ognjišta.

Kuleni se rade od svinjskog želuca (mure), nadjevenog sitno izrezanim svinjskim mesom od glave, krvi, kukuruznog brašna, sitno izrezanog češnjaka, soli i mljevenog papra. Kuha se kao i krvavica.

Bezbušt se pravi od kuhane „glavine“ (obično gornjega dijela svježe svinjske glave), srca i kožica. Posoli se, popapri se, doda dosta crvene paprike i nadjeva u svinjski želudac, želudac se zašiva i ponovo sve kuha. Kad je kuhano, stavlja se na dasku, pritišće drugom daskom i opterećuje kamenom da bi dobio plosnat oblik. Potom se još stavlja na dim.

Kuleni i divenice zatvaraju se kličkom (drvenim štapićem kao za ražnjić ili dretvom (tankom špagom). Kažu da najbolje kulene i divenice radu Lovinčani.

Pršut se jede sirov narezan što tanje, a špala (ako je nedozrela) se moči u hladnoj vodi i nakon toga kuha sa sjemenkama trnine i slamom. Ostavi se hladiti sat - dva u vodi od kuhanja, polije se hladnom vodom, osuši i jede sutradan.

Narodno mudroslovlje o pršutu:
Evo ga suv, ka' kost, ni dalmatinski mu nije ni zere uteka' ili nije mu ravan

---

Svinjska crijeva su ponegdje pržili na tavi ili žaru, prethodno malo prokuhana, osoljena i sušena na dimu.

Nažalost, danas se više suši meso svinja (posik) nego prije kad su od bravetine i koza radili pastrme ili kaštradinu (općenito, pastrma je posoljeno i sušeno meso koza, ovaca ili svinja), što je isto samo se različito zove u pojedinim selima, kao i ovčje i kozje pršute.

Braveću i janjeću iznutricu, srce, žigericu i bubrege prireñivali su pofrigane na masti s lukom. U prošlosti su ovčje bubrege ostavljali uz meso kad se sušilo. Crijeva braveća i janjeća prireñivala su se odmah za jelo, tako da su ih oprali, prokuhali u slanoj vodi, izrezali na komade i popržili na masti s lukom, crvenom paprikom, brašnom, paprom, soli i ječmom.

Suho svinjsko meso, svinjetina ili prasetina više se jela kuhana, a mešnjače i pršut suh i nekuhan. Krvavice su pekli na ognjištu pod cripnjom. Kulen se kuhao u vodi, ponekad i u kiselom kupusu. Bubrezi svježe pofrigani (isprženi) na masti u tavi na ognjištu. Svježu crnu džigericu/žigericu (jetru) pekli su na žaru.

Suho ovčje meso - ovčetina, kozje meso - kozletina (oboje) kuha se u grahu. Samo se kozji pršut jeo suh nekuhan. Suha govedina kuha se u grahu s tijestom.

Dželadia/žaladija/žulica (hladetina) kuha se od svinjskih nogu, ušiju i repa. Kad je dobro skuhano, razlije se u tanjure, doda češnjak i mljeveni papar. Jede se ohlađeno.

Pečenica/pečenka je na ražnju pečeno janje, jare, ovca i prase. Najviše su se pekli janjci i mlade ovce. Pekli su na ognjištu na sovicama (rašlje koje drže ražanj) uz umjerenu vatru na žaru, nikako na plamenu. Nakon pečenja od skoro četiri sata, pečenicu su osovili (okomito prislonili) uza zid da malo odune i dođe k sebi da se može sići (rezati).

Na velikom panju pečenica se sjekla bradvom (sjekira široke oštrice). Presjekla se po sredini po bubrezima, izvadile prve noge (lopatice), zadnje noge (bedra), lebra (rebra) i ostali dijelovi. Izrezano meso tj. pečenka jede se s kapulom (crveni luk) i kruhom. Pečenica se peče najčešće za Božić, ali i za druge velike crkvene blagdane (Lozariju – Rozarij, Ilijinju, Stipanju, Ivanju, Mijolju, Petrovu i dr.), za pir (svatove, krstitke, podušje i za veliku košnju.

Perad se priređivala najčešće pod pekom/pekvom na ognjištu ili se kuhala u juvi s tistom/teston (tjestenina).

Sječenje pečenice za Božić (znakovi za proricanje)

„Od čitave pečenice odsjeklo se pažljivo cijela plećka/celo pleće i pritom se pazilo da se nožem ne ošteti ili ne okrnji, jer u tom se slučaju ne bi znali ništa. Gospodar kuće ovakvu cijelu plećku očisti od mesa, pa je stavi na stranu da se ohladi da bi se njeni znaci bolje raspoznali. Zatim je iza užine drugi dan Božića uzima u ruku i prema stanovitim znacima na njoj pogađa zdravlje ukućana, kućni napredak, stanje blaga, rod žita i t.d.

Odlično je čitala plećku spomenuta……..

Otac mi je pripovijedao i pokazivao razlikujući na plećki: gornji dio koji je Jovo zvao krst i donji stup. Proricao je većinom po gornjem dijelu. Kad su rubovi na krstu bili tako blizu da se plećka mogla objesiti za kažiprst, onda će te godine kuća biti sita, a inače bit će i oskudice. Ispod čašice krsta desne plećke nalaze se male jamice na kojima je Jovo razlikovao kolijevke i grobove. Ako je u dnu čašice veći ubod, to je značilo da će domaćin u kući umrijeti, a ako manji, onda netko od ukućana. Jovo je razlikovao i tko, da li muško ili žensko. Čašica ozgo na plećki značila je Jovi kuću. Ako je čašica dublja, onda će kuća biti prazna, a ako je čašica puna, onda će kuća te godine biti bogata. Ako se na čašici vide bijele pjege, po njima je Jovo razlikovao da li će mu te godine biti u kući svatovi ili krštenja. Ako bi u čašici našao tamnu pjegu, onda bi te godine Jovo očekivao sprovod iz kuće (smrt). Ako se na čašici konci od mesa ne dadu dobro očistiti, onda kuća ima neprijatelja. Žile od čašice zvao je Jovo ular. Ako su te žile kratke, onda će domaćinstvo napredovati, a ako su duge, onda će pretrpjeti štetu. Gornji kraj kosti koja je iz desne strane plećke izrasla, zvao je on šljeme. Što je ta kost duža, to je kućno šljeme jače i tvrđe. Tanji široki kraj plećke zvao je polje. Ako je polje čisto bez ikakvih pjega, bit će dobra ljetina, a ako je mrljavo - slaba. Jovi su bili poznati i drugi znaci na polju plećke po kojima je on čitao kako će ta godina biti u selu, kako kod komšija, kako u svijetu, i premda je i te znakove kazivao mome ocu, on ih – jer su bili previše suptilni – nije upamtio, a dosta toga i ja sam zaboravio što mi je otac kazivao. Sjećam se još da mi je otac kazivao da je na polju plećke Jovo razaznavao znakove za štetočine u polju. …….“

Jela od žitarica

U prošlosti, najpoznatije mlinice za mljevenja žita bile su na rijeci Gacki u Sincu. U malenice se dolazilo i iz udaljenijih krajeva Like i Krbave, naročito u sušno doba godine kada njihove mlinice nisu mogle mljeti. Na meljavu se čekalo i po nekoliko dana, a uz malenice se znalo skupiti i po pedesetak kola natovarenih žitom. Neke od njih i danas melju, doduše sve manje, a turisti ih rado pogledaju. Pored mlinica, Gacka je privlačila žene iz svih okolnih i daljnjih sela, donosile su biljce, suknene deke i sukno na valjanje i stupanje u stupe i koševe, drvene naprave koje su zgušnjavale sukno. Jedan koš i stupa je još i danas u uporabi.

Nekada se najviše sijao pir, zatim ječam, šenica, raž, zob, proso i neznatno elda - heljda. U prošlosti postojale su dvije vrste pšenice: brkata pšenica ima osi - tanku vlas klasa, dosta je osjetljiva pa se manje sijala. Bezbrka ili pšenica golica nema osi, otpornija je i bolja pa se više sijala. Jara pšenica sijala se koncem ožujka. U 18. st. prodire u Hrvatsku kukuruz, na ovu visoravan tek u drugoj polovici 19. st. i u vrlo kratko vrijeme, svega za pedeset godina, postaje glavna žitarica za prehranu seljačkog stanovništva i stoke. Najviše se sadio žuti kukuruz, a zvali su ga cinkvantin. Dobro je uspijevao s obzirom na relativno skraćenu vegetaciju, za sjeme ga je trebalo znatno manje nego za žito, a koristio se za prehranu ljudi, svinja, goveda i konja. Uzrok je naglom širenju bilo i to, što se od kukuruza u mnogim krajevima nije plaćala crkvena desetina i druga podavanja, jer nije bio spomenut u starim urbarima.

Kruh ili **pogača,** ili strven kruh (strnina ili strvno - zajednički naziv za pšenicu, raž, žito) pripremala se svaki dan u naćvama. Naćve su duboko korito izdubljeno od jednog komada bukve, javora ili brijesta. Duge su najmanje metar, široke oko pola metra. Stajale su na klupi ili na stalku na četiri noge. Brašno se posije u naćve, stavi kvas, nalije se malo mlačne vode, razmuti se, posoli, doda brašno, rukama kuva (mijesi) i dobro natare. Mora se paziti da ne bude tvrdo.

U Gackoj pogača nije bio svakodnevni kruh. Pekla se za Božić, Vazam (Uskrs) i u nekim drugim crkvenim blagdanima, pekla se za krstitke, kada se odlazilo k curi na zaruke, odnosno samo u svečanijim prigodama. Evo kako je zapisivač opisao miješene pogače:

Pogača *se pravi bez kvasa od pšeničnog brašna prosijanog na gusto sitašce. Mijesi se u* ***naćvami****, gdje se obično razgrne brašno s prstima uokrug kao kod kruha, a u udubinu stavi se sol, maslo, više razbijenih jaja i malo vode s mlijekom, pa se mijesi. Kada se umijesi, onda se odozgo namaže* ***žumanjcen*** *i našara* ***pinjuron*** *(to je na oba dijalekta vilica). Negdje se uresi i* ***ticami****.* ***Tice*** *se prave na pogači s malo tijesta koje se na kraju gdje će biti glava zaokruži, stisne između dva prsta i stavi na već umiješanu pogaču. I pogača se peče pod* ***pekvon*** *ili u* ***tepsiji****.* ***Pogača*** *je u ovome dvopoljcu veoma cijenjeno pecivo. Nosi se obično na dar sa sirom* ***škripavcom****, umotana u laneni rubić u* ***kićenoj klječanoj torbi*** *kad se ide rodu u pohode, u svatove i na druga veselja.*

Ukuvan kruh i pomazan brašnom stavljao se u toplo drveno korito ili u okruglu drvenu zdilu (prvotno drvena, a kasnije zemljana posuda, koju je izrađivao gospodar kuće od jednog komada drveta jasena ili javora), pokrije se zdilnjakom i na toplom se mjestu kvasa. Kad kruh na površini počne pucati, to je znak da se može zaprećati (staviti pod cripnju). Prije nego se to uradili, obično se od kruha otkinula bubla tijesta kao kvas za drugi dan. Kvas se spremao u malu drvenu ili zemljanu zdilicu, pokrije zdilnjačicom i ostavi u klitić.

Domaćica bi mašom ili ožegom/popečkon razgrnula žeravku na ognjištu, peruškom/pometačom pomela, vlažnom krpom pobrisala ciglu, prikrižila kruh i na vruću ciglu ga istresla iz zdile. Vrućom cripnjom/pekvon pokrila kruh, mašom/popečkon nagrnula žeravu/ževarku po cripnji/pekvi sa strane po obručićima i po vrhu. Nakon pola sata skinula je cripnju/pekvu, kruh je okrenula, tj. ona strana koja je bila do vatre okrene se na drugu stranu gdje vatra ne gori i žeravka se pogrne po cripnji/pekvi. Kruh pod cripnjom/pekvon peče se oko 1 sat. Pečen kruh stavljao se kraj prozora da se ohladi, jer se topli kruh ne jede, da se ne povrne, tj. da ne bi ostalo nepečena tijesta.

Kruh je bio okrugao, težak do 4 kg, u sredini visok do 16 cm, širok 25 do 30 cm. Dijelovi kruha su: sa strane okrajak, gornja i donja kora i sredina.

Beskvasna pogača najstariji je oblik kruha, a radila se od ječma, sirka, kukuruza, prosa i raži, pekla se na ognjištu ispod peke/pekve.

Kvasni kruh ukuhavao/misil se od pola domaće raži i pola pšenice (ova vrsta pšenice poznata je kao planinska pšenica). Kao kvas služio je komadić ukiseljenog tijesta, koji je odvajao od prethodnog miješenja.

Pogača velika od bijelog brašna bez kvasa obredno je jelo za godišnje blagdane Božić i Uskrs.

Pavenka je, u nekim krajevima, manja pogača prošarana pinjurom (vilicom) i premazana žumancem.

Domaćica je često kuvala pogačicu uprisno, uprosto bez kvasa, na brzu ruku ukuvanu, ponekad i na loparu, pečenu pod malom cripnjom. Ova se pogačica nije rezala nožem, već se lomila i jela dok je topla. Pogačica uprisno najčešće se pekla djeci, čobanima i gostima.

Karaškovnica je, u nekim krajevima, kruh od mješavine zobi i pira.

Kljukača (kljukovnica) je jelo od beskvasne pogačice izrezane na sitne komadiće, začinjene maslom, kojem se doda malo vode i češnjaka. Tipična je za sela uz bosansku granicu.

Ufurnjak ili **uprošnjak** je beskvasno tijesto od ječmenog brašna, razvaljano kao malo deblja juka (kora; poput mlinca) koja se zapreće na vruće ognjište i zagrne vrućim pepelom i žeravicom. S ufurnjakom se dočekuju đaci i čobani. Ufurnjak se lomi i jede dok je još topao. Nije poznat u svim krajevima Gacke, Like i Krbave, osim oko Ivčević kose.

Štrokalj/štroklje je tijesto s kvasom, malo deblje takačom/takalicon razvaljano u dvije četverouglaste juvke (tanki plat razvaljanog tijesta) koje su umiješane od pšeničnog brašna i vode. Donja juvka se premaže smjesom svježeg sira i jaja, i prekrije drugom juvkom. Obje strane treba sa strane prstima stisnuti i zavrnuti na gornju stranu. Štrokalj se kuva (priprema) na loparu i kad malo odstoji s lopara se polagano spusti na vruće ognjište, pokrije vrućom cripnjom/pekvon i peče da požuti. Dobro pečen i ohlađen štrokalj čitav se kuha u kipućoj vodi, u kotlu na verugama/komoštrami, iznad ognjišta. Malo se prekipi i kad omekša izvadi se, ocijedi u zdjeli, izreže na malo veće kocke i začini topljenim maslom. Obično se priređivao za kosce.

Popara je svakodnevno jelo za djecu i čobane. Komadići kruha izrezani na kockice posole se, pospu crvenom mljevenom paprikom i poliju kipućim rastopljenim maslom u kojem ima češnjaka i vode. Popara se priprema u rajgliki. Pripremala se i kao kompletno jelo.

Prga je kašasto jelo od brašna poprženog prosa ili od brašna poprženog ječma (u Gackoj samo od jačmena). Vari se u kotliću na verugama/komoštrami. Kad voda zakipi, posoli se i u kipuću vodu uspe brašno (mali malić od 2 do 3 litre, u Gackoj ujam). Drvenom mišajom probode se kroz sredinu brašna i ostavi da dosta „krklja/brklja". Kad se osjeti miris prge, ocijedi se juha (voda) i još dugo miješa. Kotlić sa skuhanom prgom stavi se na tronoge na ognjištu. Još vruća prga mišajom se vadi i stavlja u drvenu zdjelu iz koje se jede.

Kazivalo se da je najbolja prga bila prosena i ječmena, a palenta i kaša kukurzna.

Pura/palenta (žganci) kašasto je jelo od kukuruznog brašna koje se priprema kao prga. Dugo vremena je bilo svakodnevno jelo, najčešće za užinu. Jelo se s kiselim mlijekom, začinjeno maslom ili uz kiseli kupus/zelje. Pravila se na tri načina: *palenta na bote, palenta na prpu - mrvice* i *miza* (vrsta dosta rijetke palente više slične kaši).

Pod pojmom na bote u Lici se govorilo: *mrcu, mrčuk, mrčku misleći* „na vrlo malo".

Narodno mudroaslovlje:
Idem za čas zera palente svariti

Palenta se može mješati u *bote* značilo je koliko se u jedan mah izvadi palente žlicom iz posude u kojoj je stajalo brašno, tj. „nas mah", (*bota;gruda tvrdog jela, onako kako se oblikuje kad se zahvati kuhačom; mješajom – kuhačom,* napravljena najčešće od javorovog ili bukovog drveta) i u „prpu" - *na mrvice* značilo je manja količina brašna (*izvorno prpa – vruć pepeo pomiješan s vodom (služi kao obloga), prpor, cijed, lug, lužnica; piljevina*), što zavisi od odlivene kaše.
Ako se odlije manje kaše onda se palenta umješa u *bote*, a ako se odlije više, onda se umješa u *prpu*. Kad se palenta počne mješati onda vatra mora biti jača, a kasnije slabija, tako da se „istija" umješa i da se razabere.

Palenta se može i začiniti, na način da se mast „ugori" ili „ucvrči", pa se njom polije palenta, i tom prilikom cvrči.

Pura sa slaninom. Najprije se skuha slanina i kad je gotova u istoj vodi se kuha zajedno s kukuruznim brašnom. Prema broju ukućana slanina se rezala na komade.

Taloga (u Gackoj to zovu **žmare**) je začin za puru/palentu, a prireĎivala se od kukuruznog brašna, soli i taloga koji ostane kad se topi maslo. Inače za nešto što je tečno govorili se da je – žmahno.

Ječam/jačmen, osim što je služio za ishranu svinja i kokoši, koristio se za priređivanja zimskog jela; kuhan sa suhim svinjskim mesom ili slaninom; ili samo s krumpirom kad nema mesa. Koristio se najčešće stupani jačmen/ječam, ostupan u stupki/stupici ili u malenicama/mlinicama koje su stupale jačmen/ječam.

Od pšeničnog brašna i jaja priređuje se tjestenina – tisto/testo. Na velikom loparu zamijesi se brašno s jajima i razvalja takačom/takalicon. Tako razvaljane juke/testo se malo prosuši, zatim se reže na tanke duge rezance ili na kockaste krpice. Krpice se kuhaju, preliju hladnom vodom i začine vrelim maslacem. Rizanci se mijese za juhu. Krpice i rizanci su ljetna jela.

Božićni mlinci se zamijese kao rezanci, peku pod cripnjom/pekvon na ognjištu. Pečene juke/testo se ohladi i kuha u kipućoj vodi u kotliću, ocijedi se, izreže na kockice i stavi u zdjelicu. Mlinci su posno jelo za Badnju večeru.

Cicvara, jelo za svečane dane i Božić. Radi se od skute iz mješine ili kajmaka. Prvo se u vodi istopi skuta u kotliću na verugama, pomalo se razmišuje mišajom, zatim se doda malo vode i soli. Kad se voda uvari (ukuha) doda se kukuruzno brašno (u bogatijim kućama doda se i šaka bijelog brašna). Kuha se nad vatrom uz stalno miješanje drvenom žlicom. Kad masnoća dođe na površinu i stvori tanku koricu, jelo je gotovo. Stavi se na tanjur i izreže na komade kao kolač. U Gackoj su cicvaru pripravljali samo pravoslavni. Cicvara je u najkraćem opisu jelo od brašna, masla i sira.

Uz ovo jelo obično se poslužuje bijeli kuhani krumpir i kiselo mlijeko. Pravi se od mladog kravljeg sira ili kajmaka koji se miješaju s brašnom dok se ne oslobodi masti. To je obrok visoke energetske vrijednosti, lijepog ukusa koji se doslovno topi u ustima.

Bog se javi, cicvara se vari

Kajgana je slična palačinkama ali je puno deblja, barem dva prsta. Radi se od bijelog brašna, vode, jaja i soli. Napravi se rijetko tijesto, ulije u zamašćenu tavu i peče. Da se bolje ispeče razreže se na četiri dijela. Priređivala se samo za blagdane.

U Gackoj se pod **kajganom** podrazumijevaju smućkana (umućena) pečena jaja, tj. cvrče, cvrtje ili ajeršpajz kako se govorilo u hrvatskim gradovima. Riječ kajgana je zapravo balkanski turcizam perzijskog podrijetla.

Krafnice se rade iz iste vrste tijesta samo što se oblikuju pomoću čaše, što je utjecaj građanske kuhinje, i peku se u ulju. U Gackoj nisu poznate.

Kuruzovnica/kukurzovnica, je slična zoki, i mijesi se od kukuruznog brašna, vode, soli i iskrižane kapule (izrezanog luka). Sve se dobro prokuha i ispeče od

pekom. Prije pečenja se ukrasi (iskriža) vilicom (pinjurom). Bila je često jelo, odmah iza kruha i palente. Kad bi se ohladila kukurzovnica/kuruzovnica je bila izuzetno tvrda jer se u tijesto nije stavljao kvas. Bila je pogodna za ponijeti je u torbi blagu, u školu ili kamo na put. Finija kukurzovnica se rijetko spremala, a mijesila se tako da se u tijesto dodavalo maslo, koje jaje i eventualno cukra/šećera.

Makaruni, svakidašnje jelo od pšeničnog brašna s vodom koje se miješalo drvenom mišajom u drvenoj zdili/zdeli. Žlicom se otkidao komad po komad i stavljao u kipuću vodu u lonac na tronogi/tronogama na ognjištu. Kad se makaruni dignu na površinu (na ključ) gotovi su. Ocijede se, preliju hladnom vodom, ocijede i začine vrelim maslom.

Maslenica ili **maslenjača** je kolač koji se peče za poklade, za pokladnu večeru. Za maslenicu su potrebne tri juke od umiješanog pšeničnog brašna s jajima i obilat pladanj (tanjur) sitno izrezanih topljenih komadića slanine. U brončanu padelu stavi se okrugla juka tijesta i polije rastopljenom slaninom. Na isti način se slože preostale dvije juke i padela se stavi na pripremljeno toplo ognjište, poklopi cripnjom i zagrne žeravicom.

Ovo jelo se u Gackoj naziva **masnica**. Priprema se na dva načina. Po jednom, u umiješeno tijesto od brašna, vode, jaja i soli se „našopadu“ (utisnu) sitnije narezani komadi slanine i pršuta, odnosno kakva drugoga suhoga mesa. Po drugom, masnica se pripravlja samo od tijesta i obilja masti. Tijesto se mijesi i u njega se uvijek dodaje krute masti kao pola jajeta. Tako se mijesi sve dok maste ne počne probijati iz tijesta. Kad se takva masnica *speče*, višak masti se iz tepsije odlije, a ona se lista poput lisnata tijesta. U Kuterevu u masnicu dodaju sjemenke „kimljena“ (kima), što joj daje finiji ukus.

Mješanica jestvina od kupusa i tijesta.

Povitica je okrugli kolač bez kvasa, okolice Ivčević kose. Tijesto se umijesi s jajima, takačom se razvalja na juke nešto deblje nego za rezance. Na okruglo razvaljanu juku razmaže se smjesa sira i jaja, zamota u okrug i u zemljanoj padeli peče se pod cripnjom na ognjištu. Ovo jelo je u Gackoj nepoznato.

Prisnac je štrokalj koji se ne kuha i ne začinja. Jede se kao suhi kolač. Priprema se za svatove, za Božić i druge blagdane.

U Gackoj se priprema **presnac**. Evo kako ga zapisivač opisuje:

*Za Božić se peče **božićni kolač**, a za Uskrs **presnac** (u Polju **prijesnac**). Ovi se kolači prave od fino prosijanoga pšeničnoga brašna i svježega sira **škripavca**, pomiješanog s maslom i žumanjcima od jaja. Tijesto se umijesi i razvrne na dasci s **takalicon** (u Polju **valjačom**) po prilici na prst debelo, podvrne se na krajevima pa se prepokrije s komadima sira škripavca (negdje na jednom kraju dođe mjesto sira izrezana **kapula**). Zatim se razmuti nekoliko jaja i dobro izmiješa s maslacom, pa se razmaže drvenom žlicom po siru. Zatim se krajevi tijesta stave u krug, dade mu se oblik - drugačiji za Božić, a drugačiji za Uskrs – i kolač se peče pod **pekvon**, u krušnoj peći ili u tepsiji. U božićni kolač stavljaju se, kada je pečen, gore voštene svijeće (obično trostruke), a presnac se redovito uresi s **ticami**.*

Lička planinka (žena, gospodarica)
prijesnac priprema i ukuva kao i štrudlin, s tim da se valjuškom rastare (razvije) tijesto samo u 'ednu krpu, koja se razgrne po tepsiji, prekrivši je potpuno, a krajevi tijesta prevjese se preko tepsije. U drugi sud prosije se kukuruzno brašno u koje se stavi basa, sir, jaja i putar. Tako pripremljena masa dobro se izmješa drvenom žlicom i izlije na krpu od tijesta, do u vr' tepsije, a krpa se premota i njom prekrije ulivena masa i metne se peći. Prijesnac je veoma ukusan, a jede se kao kolač.

Narodna izreka kaže:
Da je lipe, i oblipe i moja baka bi znala prijesnac ispeći

Šušnjići su kolačići, okolice Ivčević kose, od razvaljanog tijesta pšeničnog brašna s jajima. Rezani su na četvorine 13 x 5 cm, i pečeni u vrućoj masti u tavi na ognjištu. To su kolačići najčešće rađeni za svatove i goste. Kolačići okolice Ivčević kose, u Gackoj nisu poznati.

Uštipci/uščipci se prireĎivali od bijelog brašna s jajima, soli, vodom i bez kvasa (s kvasom se rade danas). Izrađivali, mutili su se u zemljanoj zdili/zdeli. Peku se u tavi na maslu ili na masti, na tronogi/tronogami na ognjištu iznad žeravice. Tijesto mora biti dobro stučeno i meko da se može žlicom otkidati i stavljati u mast. Pečene se odmah pospu šećerom. Obzirom da su velika poslastica, prireĎivali su ih za posebne prilike, kao npr. svadbe, babine i godišnje blagdane.

Zoka. Od kukuruznog brašna umijesi se tijesto kao za kruh bez kvasa. Kuhan krumpir se usitni, luk (kapula) nasjecka i umijesi u tijesto zajedno s bobicama grožđa. Peklo se ispod peke ili u teči (metalna niska posuda - „rajngla") na ognjištu. Poznato u okolici Ivčević kose u Gackoj nepoznata.

Jela od povrća

Kupus/zelje i **krumpir** dugo su bile nezamjenjive namirnice u prehrani stanovništva. Kupus se priprema svjež, kuhan s krumpirom i začinjen s mašću ili uljem, i na druge načine ovisno o selima. Ukiseljeni kupus bilo glavno je zimsko povrće i prireñivalo se s purom/palentom ili suhim mesom.

Zeleni kupus/friško zelje u jesensko doba kuhao se sa svježom bravetinom i krumpirom. Ovo jelo zove se **ovčetina na zelju**, a pravoslavni ga zovu **jezgra**.

Kiseli kupus/kiselo zelje se vari/kuva s mesom u gvozdenom loncu na ognjištu. Blagdanom i kad se rade teži poslovi, u loncu je više mesa nego kupusa. Na dno se stavljao kupus na to oprano suho meso: mesnata slanina, isika (na tanko narezan kupus), rebra i mešnjača. Nalila se mlačna voda i polagano pri kraju ognjišta varilo - krkljalo. Kuhano jelo „skrene se“ (istrese se) u veliku drvenu zdilu/zdelu, a meso se stavilo u manju zdilu/zdelu.

Kiseli kupus/kiselo zelje se također frigalo (pržilo) u tavi na ognjištu. U vrelu mast se stavljao kupus, drvenom mišajom okrenuo 2 - 3 puta, i kupus je pofrigan. Kiseli kupus/zelje siječe se i sprema o sv. Luki (18. listopad) na suho mjesto da odstoji. O sv. Martinu (11. studeni) kupus se može ribati i kiseliti.

Mladi grah u ljusci – **maune**/**mavunje**/**komune** pripremao se ljeti kao varivo s krumpirom i začinjao maslom ili mašću. Suhi **gra/fažol** kuhao se sam, s kiselim kupusom, ili se još dodavalo i suho meso. Na isti način se kuha i slanutak (slatki gra).

Grah trkljaš ili žuti grah vario se u loncu na ognjištu. S kuhanim grahom miješali su zimi kiseli kupus/zelje ili žutu korabu, od proljeća do jeseni stupani ječam, krumpir na kriške ili krpice. Grah ili varivo kako su ga zvali, za nemrs zapržio se (zacvrčio) maslom. Grah trkljaš sadio se kraj krumpira iza Jurjeva (24. travnja) a ponekad i poslije. Rodio je, došle su mahune – komunje o Ilinju (20.srpnja).

Bob nekad česta, premda silno neomiljela, namirnica danas je skoro zaboravljen i, nažalost, vrlo malo je danas jela od njega. Sadio se o sv. Marku.

Zelena salata se malo koristila za jelo. Oprana i posoljena salata začinjala se mašću od topljene suhe slanine i prelijevala kiselim mlijekom/kiselinon.

Lukovača jelo od kukuruznog brašna i luka. Na poprženi kosani luk na masti dodala se pura i sve zajedno dovršilo uz miješanje, dok je **lukovnica (i lukmira)** jelo koje se prireñuje od zelenih stabljika mladog luka, brašna i kiselim vrhnjem.

Krumpir

Za razliku od ostali dijelova Hrvatske (pod vlašću Austro-Ugarske) u kojoj se **krumpir** počeo intenzivno uzgajati u 18. st., u Gackoj, Lici i Krbavi njegov uzgoj počeo sredinom 18. st. Evo kako to bilježi Franz Bach u svom djelu „Otočaner Regiments-Geschichte“: 1763. godine sklopljeno je primirje s Prusima i nekoliko kolona (vojnika) vratilo se kući, prilikom čega su vojnici u svojim ruksacima sa sobom donijeli prvi krompir koji su ovdje posadili (…). Kako je postojao otpor sadnji nove kulture, vojne krajiške vlasti su doslovno naređivale koliko svaka kućna zadruga mora posaditi krumpira.

Naredbom Marije Terezije, krumpir se, u Lici, morao uzgajati na svim područjima gdje ne uspijevaju žitarice, kako narod ne bi gladovao. U podnožju Velebita, na ličkim kraškim poljima i uzvišenjima - brižinama (brižina - svodovit pristranak brda; obrežina – pobrđe; obrižina – obala potoka; briježnjača – iskopana peć u brijegu za hljeb) - krajolicima sa čistim tlima i specifičnim agro-klimatskim uvjetima, krumpir je dao najbolje od sebe.

Godine 1806. poglavarom građanske uprave Dalmacije postaje Mlečanin Vincenzo Dandolo sa starim mletačkim naslovom „generalnog providura”. Njegovo vladanje traje od 1806. do kraja 1809. g., a to je i doba francuske vladavine u Dalmatinskoj Hrvatskoj. Tri i pol godine vladanja i donošenjem reformi u Dalmatinskoj Hrvatskoj udareni su temelji za prijelaz iz srednjovjekovnog u novovjeki poredak, koji će tek nakon dva desetljeća pokazati prve uspjehe. Među inim stvarima u pokušajima razvitka poljoprivrede, šumarstva i stočarstva Dandolo upućuje svim župnicima Dalmacije u rujnu 1807 godine „knjigu”- radi sadnje krumpira:

„Pričastni Gospodine Xupnice.
.....
.....
.....
Ti sada, Gosp. Xupnice, podatichies jedan novi biligh tvoga nastojanja i tvoje gliubavi i za tillesnu korist tvoizih Seglianna.
Ispisaosam jedan KRATKI NAUK varhu Temagna radgne od Krumpora. Sa mallo truda, a mallo ne brez ikakoce troscgne mojtichje tvoji dobri Segliani uklonitise od glada. Ti znadesc velle dobro da vic od glada mori cesto Dalmacziu i daje izrok od tolliko drughih pritesckih nevogliaa, i grihaa. S ovom mojom Kgnigom ti hochies pirati ovi Nauk: nastojaosam kollikomije bilo moguchie, daga mogu razumiti svi kolliczi.
.....
.....
.....

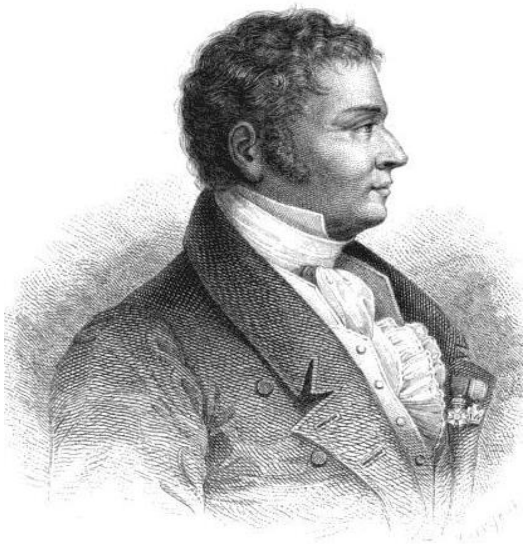
Akobi znao, Ti Gosp. Xupnice, da immade kod tebe koji komad zemglie Opchiene na kojoj mogaobi ti posaditi i raditi Krumpire, uccechi tako i nutkajuchi tvojim gliuveznivim izghledom tvoje Segliane, Ti neimmadesc nego prositiga, i bittichieti odma dopuscten.

.....

.....

Pozdravgliamte najvechim casctju

DANDOLO"



Vincenzo (*Visko, Vicko*) Dandolo (Venecija, Italija, 12. listopada 1758. - Varese, Italija, 12. prosinca 1819.), talijanski ljekarnik, civilni upravitelj Dalmacije (generalni providur) za vrijeme francuske uprave.

Krumpir se priređuje na različite načine; ucilo/ucelo varen/kuvan u kotlu, pečen u lugu (pepelu) na ognjištu ili izrezan na polovine – pole/police i posoljen pod cripnjom/pekom/pekvon. Kuhan sa sirom kao samostalno jelo za užinu ili kuhan kao dodatak uz kiseli kupus ili s kuhanim svinjskim mesom..... . Oguljen i razrezan na kriške kuhao se u slanoj vodi. Krumpir se jeo više nego kruh. Sitan krumpir nazivali su - pišmoljak.

Kumpirašica, posno kašasto jelo od sitnog krumpira, kuha se na ognjištu u bakru (lonac) kuha se iskrižani (razrezani) krumpir i kad je kuhan doda se ječmeno ili kukuruzno brašno (često su kukuruzno brašno nazivali - pura) i sve zajedno kuha. Dobro izmiješana i kuhana krumpirašica začini se maslom. Najčešće se radila žeteocima. Nije bila na osobitu glasu.

Izrazito planinsko podneblje, oštra klima i studen, te nešto kasnija vegetacija, što sprječava brojne bolesti i štetočine, te poželjna nadmorska visina, je vrlo slično

domovini krumpira u peruanskim Andama, što daje kvalitetan i nadaleko poznat krumpir.

Bile su poznate tri vrste „starog dobrog krumpira“ **crveni** – rani krumpir sadio se od 12-31.ožujka, pa je ranije i dospijevao. **Bijeli** i **modri** krumpir, dosta krupan, vrlo kvalitetan sadio se početkom travnja, okopavao oko Duhova, a zagrćao o sv. Anti. Stare vrste krumpira izrodile su se, nestale su tokom drugog svjetskog rata. Nova vrsta sjemenskog krumpira dobro uspijeva, ali s njome je donesena krumpirova zlatica, koje prije nije ovdje bilo.

Divlje zelje - **jestive trave**, koje su oduvijek brale žene, jelo se u proljeće i obavezno kao posni obrok na Veliki petak. Priređivalo se s krumpirom i začinjalo s mašću ili uljem. Danas još samo stare žene poznaju dvadesetak različitih jestivih trava, kao: crijemuš, divlja mrkvica, kopriva, loboda, mak, maslačak ili mličika, sliz, škripavac, šparoge, štavelj, štir, tušac, vranija nožica, zečji kupus, zvonce.

Voće

U jesen su sušili voće i spremali ga za zimu.

Kruške/rušve se režu na tanje i duže komade, nanižu na dretvu (konac) i suše blizu ognjišta.

Šljive/slive se suše na odsječenoj grani negdje u kući obješene. Ubrane šljive često su prelijevali kipućom vodom (da ne pucaju) pa sušili na dasci na suncu ili u rešetu pored ognjišta. Osep/ošep je graničarsko jelo od kuhanih šljiva.

Osim pitomog voća, jeli su se i plodovi divljeg voća, naročito kupina, divljih jabuka od kojih su pravili i ocat, kostele, drenjke i mukinje.

Drnile/drenjke/drenjule (drijenak) suše se kao šljive.

Od divljih krušaka/rušvic pravila se u kasnu jesen turšija. Obrane i probrane kruške moraju nekoliko dana odstajati. Kad se smekšaju, stavljaju se u manju kačicu/bačvicu, nalije se hladna voda i pokrije. Za tri tjedna kruške se mogu jesti, a voda pije kao sok. Turšija ne može dugo stajati i mora se brzo potrošiti.

Brekinje i oskoruše, sitno šumsko voće najviše spremaju djeca u slamu da smekšaju.

Pića

U planini, gdje nema vode, nosile su žene sa izvora u drvenim posudama zvanim – vučijama/fučijami. S bunara se voda donosila u škafu, kablu, bremenu ili fučiji (drvena posuda sastavljena od jelovih dužica i drvenim ljeskovim obručem opasana). Brema i fučija su zatvorene posude, brema ima okrugli otvor i čep na gornjoj strani kroz koji se ulijeva i izlijeva voda. U fučiju se voda ulijevala na gornji otvor, a izlijevala kroz otvor sa strane. Staro piće – zamlaza – radilo se od kiselog mlijeka u koje se umiješalo svježe pomuženo mlijeko od krave, ovce ili koze. Prije konzumiranja se promiješalo.

Voda je bila glavno piće koje je čovjek ovoga podneblja unosio u svoj organizam.

Vino se malo pilo, samo na blagdane i uz užinu kad su se radili teži poslovi. Armutive su nazivali mutno vino s dna bačve.

Rakija se pila umjereno svaki dan, jer zimi daje toplinu, a ljeti gasi žeđ, kako su govorili stari ljudi. Prva rakija cvit pila se kao lijek, srednja rakija pila se najviše, a kera - slabije prepečena rakija, pila se u neradne dane.

Drinovača-drinovica lagana je i ljekovita rakija, te se pila ujutro natašte.

Pelimovača, pelinača (rakija s lišćem pelina) pila se s gostima kuće, dok je špira umjetno napravljena rakija od špirita.

Rasad/sok iz bačve (rasol), se pio kroz čitavu godinu, čist ili pomiješan s vodom za utaživanje žeđi. Kuhao se lipov čaj, čaj od zobike/bazge, lista jagode, lijeske i stolisnikov (ramanov) čaj.

U ne tako dalekoj prošlosti za žeđ se pilo kiselo mlijeko/kiselina i sirutka/surotka, musa, turšija i šerbet.

Gacka, Lika i Krbava danas nemaju vlastita **vina**, ali u srednjem vijeku postojali su zasadi vinograda u Kosinju, što drugim riječima znači da je postojala „mala“proizvodnja vina, kao i na području Pazarišta i Mušaluka. Istraživanja g. Ivana Šestana iz Etnografskog muzeja u Zagrebu potvrdila su pronalazak, prije je nekoliko godina, postojanje podivljalih trsova, što samo potvrđuje navode Radoslava Lopašiča:

Dok nisu elementarne nepogode toliko poharale hrvatske planinske predjele, rodila je Lika i Krbava, obilno i žitom i voćem, a i vinom. Po Lici je toliko rodilo vina, da je od toga znatan bio dohodak i crkvi i biskupom, a osobito je vrsno vino rodilo po glavicah oko Pazarišta i Kosinja, gdje je danas gola stijena.

Terenski izvještaj ekipe Muzeja Like, 1960., kaže:

Dalje od crkve, prema Štirovači, nalazi se vinograd s vanredno dobrim urodom grožđa. Vinova loza se odlikuje bujnošću i veličinom listova. Vlasnik vinograda priča: da je prošle godine ima 500 litara vina i 200 litara rakije iz svog vinograda. Grožđe dozrijeva na vrijeme.“Uz ovaj terenski izvještaj Zvonimir Kulundžić dodaje:“Iz starih historijskih dokumenata proizlazi, da su nekad bila čuvena kosinjska vina, a ovaj vinograd tu, kao da stoji kao svjedok nekadašnjeg blagostanja toga kraja.

Šest desetljeća ranije, Dragutin Hirc piše:

U Donjem Kosinju ima sada vinograda, a jedini su to vinogradi s ove strane Velebita. U prva su vremena bili ti vinogradi dobro obdjelani, a bilo je gospodara, koji su ubrali 50-60 barila vina.

U „Zemljopisu Hrvatske“(Hranilović i Hirc) iz 1904. na 496. stranici piše*:*

Kosinjsko polje ili Lipovo polje prostrano je 23 km, u njemu vodi od davnine loza, u njemu uvire rijeka Lika.

U Frasovoj „Topografiji“- Agram/Zagreb 1835. navodi se da u

kosinjskoj kumpaniji br.1“između ostalih statističkih podataka ima i 22 jutra vinograda.

Teško je bilo povjerovati da bi se i danas moglo pronaći starih trsova, ali zahvaljujući inženjeru g. Bošku Varičak-Keranoviću (kome je Kosinjska dolina djedovina i mjesto ljetnih i zimskih odmora) i prof. dr.Nikoli Miroševiću, ipak je „otkrivena“loza sorte euroazijske vrste Vitalis vinifera. Slijedom istraživanja do sada je utvrđeno postojanje loze pršljivke, prhljivke ili prhulje obujma 57 cm (do sada najdeblja u Europi) i loze obujam 47 cm čiji točan naziv sorte još nije potvrđen ali se pretpostavlja da je vingor, s debelim grožđem.

Pršljivka je sorta bobica različitih veličina što je odmah uputilo da je riječ o onima koje su besjemenih plodova bez oplođivanja, što drugim riječima znači da se razvija bez oplođivanja.

Kad se govori o ovoj „ličkoj lozi“mora se spomenuti da je u blizini Kosinja i ostatak rimskog municipija Tesleum, te postoji ozbiljna pretpostavka da je „pronađena“lička loza ostatak stare rimske. Isto tako nije nevažno da u Gornjem Kosinju postoji crkva sv. Antuna iz 1712. godine u kojoj je jedan oltar posvećen Sv. Martinu.

Nestankom „domaćeg“ vina ali i zbog nedostatne proizvodnje Lika se okreće, u nabavci vina, prema Hrvatskom primorju, otoku Pagu (paška žutica) i sjevernoj Dalmaciji.

Brojnost samostana u Lici utjecali su ne samo na kulturu stanovništva, nego i na način življenja. Naime, samostani su bili i svojevrsni „hoteli“, jer su u svom sastavu imali objekte kao: klauzuru, sobu za goste, refektorium (blagovaonicu),

sobu za odjeću, novcijat, oratorij, spavaonice, i gostinjac. Po pravilu gosta ili putnika se mora prihvatiti, jer je to „ius descensus“- sveto pravo prenoćišta. Prostori koji se odnose na jelo i piće bili su staje, poljoprivredne ostave, vrt, pekare, smočnica, podrum i kuhinja. Od tih davnih vremena sigurnost i opskrba hodočasnika bila je jedna od najvažnijih crkvenih briga, tako su nastali i novi samostani uz glavne hodočasničke putove a time je nastao i prvi oblik turizma – hodočašće. U samostanima se razvijaju kuharske vještine do umjetnosti, održavaju se raskošne gozbe za plemstvo i crkvene veliko dostojanstvenike. Na stolu je vino (autohtono ili iz drugih krajeva) i pivo, koje se proizvodilo još od davnina, o čemu nam govori i Sv. Jeronim (Sofranije Euzebije) oko 340-420. poslije Krista, porijeklom Dalmatinac (Hieronimus, Comment, in Isaiam, VII, 19 Sv. Jeronim) i kaže: uz medovinu Iliri su pili i pivo što su ga pravili od ječma, a nazivali su narodnim imenom sabaium ili sabaia. Bilo je to, po riječima Ammianusa Marcelina i Diona Kasija, piće za siromahe, a cara Velensa, Ilira podrijetlom zvali su podrugljivo imenom sabaiarius, jer je volio to piće.

Pivo, kao piće seljaštva, vojnika i kasnije viših slojeva, Ličani su upoznali i kao vojnici u ratovima na frontovima diljem tadašnje Europe, tako da nije nimalo čudno da su postojale i – vojničke pivovare na području Like (i Gorskog kotara) duže nego u Slavoniji i Srijemu (npr. u Osijeku je postojala pivovara 1664. godine vlasnika Bauera). „Ličke pivovare“ nisu proizvodile puno piva, prema sakupljenim podacima, 1885. g iznosi - 1291 hl, a 1889.g. - 792hl, 1902.g. – 1212hl. Za pivovaru u Gospiću zna se da postoji zasigurno od 1892.g. (vlasništvo Koste Ristovića koji je u 73 dana proizveo 876 hl). U to vrijeme postoji i pivovara u Udbini.

Vrlo je stara pivovara u Otočcu, ali ona 1888. g. više ne radi, krajem 19. st. i nakon privatizacije postaje industrijska, oko 1900. g. modernizira se i radi kao „Otočka pivovara i tvornica slada“ Ilije Bogdanića i Dominika Milinkovića, odnosno 1904. postaje pivovara „Otočkog dioničkog društva za proizvodnju piva, šljivovice i promet vina“. Radila je i 1943. g. za potrebe ZAVNOH-a pod upraviteljstvom Šuteja. Pivovara je proizvodila svijetla i tamna piva, još uvijek u sjećanju je ostalo „Otočko pivo”, „Ožujsko pivo”, „Lički biser” i crno pivo „Kralj Tomislav” – prvo crno pivo proizvedeno u Hrvatskoj.

Ličke pivovare su propale vjerojatno oko 1928. g. u vrijeme Velike krize i kao druge pokrajinske pivovare postale su samo skladišta Zagrebačke pivovare i tvornice slada d.d.

Tradiciju ličkog piva obnovila je – danas jedina pivovara – „Ličanka“ (vlasnika Karla i Mande Starčevića) u Donjem Pazarištu s pivom naziva „Velebitsko“ (svijetlo i tamno), koja je započela s radom 1998. g. Pivo vareno po naputcima češkog piva Pilsner Urquell iz 1842 s izuzetno čistom i mekom vodom iz ponornice Ričine dobilo je prema anketi svjetskih profesionalnih degustatora

piva u Oxfordu 2003 godine, od moguće najviše ocjene 10 za kakvoću, „Velebitsko svijetlo pivo“ dobilo je izvrsnih 7,5 i osvojilo treće mjesto na svijetu.

Pivo ohlađeno oko 8 oC, što se smatra idealnom temperaturom, poslužuje se kao: aperitiv, uz hladne zakuske (općenito se smatra da uz njih najbolje odgovara pivo), juhe, gulaše, grah, dimljenu ribu, divljač, janjetinu ili ovčetinu, dimljeno meso i jela iz lonca, svježi nedozreli sir, jake sireve, savijače i drugi desert pripremljen sa svježim ili suhim voćem i na kraju kao digestiv.

Rakiju su pekli od šljiva, krušaka, drijenka, borovice (plodova zimzelene biljke Juniperus communis), murve (duda). Rakijski kotao u koji stane do 80 litara koma peče se šest sati. Čistog cvita ili prve rakije dobije se do dvije litre, zatim tri litre srednje rakije i tri litre kere, najslabije, prepečene rakije. Kad se peče rakija, u kom se stavljaju suhe šljive da rakija dobije ugodan miris. Poželjno je da rakija bude srednje žute boje, dok bijela rakija nije na cijeni.

U starini ni jedno okupljanje – prelo nije moglo proći bez rakije, a nezamislivo je bilo ne ponijeti rakiju na dar.

Po svojoj kvaliteti je još prije desetak godina bila na glasu „Plitvička rakija”, koju je proizvodio Nacionalni park Plitvička jezera najviše za svoje goste, ali i za tržište.

Lozovaču, koju su nabavljali od trgovaca pridošlih s druge strane Velebita, koristili su kao lijek i najčešće još u nju stavljali korijen srčenika (lincure). Pojedina domaćinstva obogaćivali su lozovaču ljekovitim travama i biljem velebitskih gudura i livada (danas stručnjaci kažu da ih ima i do 2.700 različitih vrsta, a od toga 27 biljnih endema, kao npr. najzanimljivije i glasovite Degenija velebitica, Sibirea croatica, Seseli Malyi, Saxifraga prenja i Aubretia croatica), te je koristili kao piće za posebno značajne događaje. Ta rakija, znana je pod imenom - velebitska travarica.

Degenija velebitica

Danas je poznata krasnarska **Velebitska rakija**, oplemenjena ljekovitim travama i medom koju proizvodi tvrtka Degenija u Krasnu. Čuvar svetišta Majke Božje Krasnarske Nikola Komušanac je idejni začetnik (1997. g.) proizvodnje rakije koja je na tržištu postala poznati proizvod. Za razliku od tvorničkih rakija u kojima se ljekovite trave kuhaju, Velebitska rakija se proizvodi maceriranjem, tj. ljekovite trave odstoje u rakiji, otpuštajući postepeno svoje tvari.

Pivu i šljivovici (općenito rakiji) zajedničko je da trebaju kvalitetnu i čistu vodu čime se Lika, kao jedna od malobrojnih zemalja, može pohvaliti.

Nazdravica

Na blagdane ili uz druge svečane prilike, kad se pilo vino, održavale su se i nazdravice, kao npr. kad kumu napija stari svat, pri vjenčanju:

Zdrav brate i pomaga`te Bog

Evo nam mili kum de od gospodina Boga u ovaj dom, pod ovaj krov! Donese nam kruva i vina, Bog mu dava`svake sreće i mira za najviše mužkoga roda i žitnog ploda i šarene pogače: na vjetru je vijata, na situ je sijata, medom je ukuvana; `oćemo je brate lomiti - i dragom se Bogu moliti - na dvie pole, na četiri četvrti, a na osam komada i na šesnajst mali komadića, u sto dobri časa! Koliko ti na njoj pismî, toliko ima` sini! Koliko žarî, toliko snajî! Ti se s njima ponosio, kao soko visinom, riba dubljinom, zec brzinom, junak na vranu konju, na širokom polju! - O junače i junački sine, ko bi ti bio zlotvor, ubio ga gosp. Bog svojom strielom! Tanjio ka` konac, crnio ka` lonac u luli noge prekrstio, a kroz kamiš se provlačio! Bog mu dao voštenu glavu, a lojene noge; niti smio zimi na buru, niti ljeti na sunce, odkravio se! Otiša` u saske lugove kupiti dugove; niti dugova skupio, niti kući rupio! Ako bi kada moga` po nesreći kući rupiti, šuba mu oko pete; ne razdra je crkvi odeći, niti se Bogu moleći, već kroz trnje verući! A daklen junače i junački sine, ako je ova rakija žeženica, rodit će nam proja i šenica i u brdu vinova lozica, u šljivaru šljivova grančica. Vala ti kume, koji si donio, niesi prolio; ne ima mikakva zaraza, veće krstio i vjenčava, crkve prekriva` i namastire dariva`! Bog ti dava` svitloroge volove i vilaše ovnove i zubate prasce! Kum prodade svitloroge volove i vilaše ovnove i zubate prasce, dok darova kume i prijateljice i ostale kumice; on ostade bez biela groša i dukata. Daklen priporuči se g. Bogu, da mu dade Bog oštro gvoždje, ravno polje, uputne težake, jake vôke, da on ore šenicu bjelicu. Tija godina poraša sv. Petar i Pava na zlatne se štape podbačaju; rodi njemu šenica bjelica; po dnu je busjata, po sredini je perjasta, po vrhu je klasata: sve klasi ka i djaci, snopovi ka i popovi, strnika ka i vrljika.
O junače i junački sine oslobodi te Bože ponajveće senjske drage, žute lokve, vratničke bure, nemile cure, tiesna sokaka, napaka Bošnjaka, vrbova mosta, rdjava gosta, šuplje tave, smutljive maje, starî divojaka, šuplji opanaka, vitoračke livade i begovca, koji vodu proždire! - Daklen kod vina duga napitka gotova sramota! Sad ću zasukati brčinu, dozvati vrčinu, uliti u kupicu, podnjet ću pod ustnicu. Zdrav Omere prvi do mene! Zdrav i živili i pomaga nas Bog sviju skupa i svakoga po se! Kraj kuće nam klenje i jasenje, u kući nam zdravlje i veselje! Bele nam se iljadile ovce; svaka ovca po dvoje janjaca, a selo krave nadvisile, vrani konji ploče pogubili, ma goneći vino i rakiju, ženeći momke i udavajući djevojke!

Zdrav brate i pomaga"nas Bog sviju skupa i svakog po se!

ili nazdravica domaćinu pri gozbi, koju je izgovarao točimbaša:

Kućanine domaćine veselo nam stoj!
Nisu ovi gosti došli, da idu kući!
Već su ovi gosti došli da piju s tobom,
I da piju z` suda vino, od sto godinah,
I da jedu šaru koku, koja ne nese,
I pjetlića bez repića, koji ne pjeva,
I još k tomu pogačicu triput sijanu.

Prehrana pastira, stočara

Osnovna prehrana je bila od mliječnih proizvoda: mlijeko i kiselo mlijeko/kiselina s purom/palenta (žganci), sir, maslo, skorup, kukuruzni kruh. Grušalina/grušelina dobivena od prvog mlijeka mlade ovce ili krave iza telenja imala je poseban značaj. Kad je mlijeko uzavrelo, na površini sirutke pojavile su se grudice sira. To je gusta tekućina žućkaste boje s posebnim mirisom. Grušalinu i sir nitko iz kuće nije smio okusiti, već se poklanjala susjedima, kao znak da ukućani ne žele ovcama odnijeti mlijeko. U Gackoj se od grušaline pravile **štroklje**.

Zamuza se pravi tako da se u lončić stavi do polovice kiselog mlijeka i u to mlijeko pomuze ovca. U ljetno doba najčešće piće.

Pura/palenta se kuhala na ognjištu u mjedenim ili crnim gvozdenim kotlovima, tako da se prvo zagrijavalo brašno uz stalno miješanje i zatim zalilo vrelom slanom vodom. Još kašastoj puri dodavalo se maslo. Pura s maslom tečnija je od one bez masla. Jela se topla ili hladna uz vareniku ili kiselo mlijeko, i uz svako drugo jelo.

Evo kako zapisivač u Gackoj opisuje kuhanje palente:

***Palenta** se **peče** (u Polju **vari**) od kukuruznog, a nekada i prosenog brašna. Peče se u bakrenom kotlu koji visi nad ognjištem na **komoštrami** (u Polju **vrigama**). U kotlu uzavrije voda u koju se zaspe prosijano kukuruzno brašno. Brašno se **mišajon** (u Polju **mješajom**) na vrhu probuši i zalije vrelom vodom iz kotla. U rupicu se stavi soli koliko treba i **palenta** se neko vrijeme kuha bez miješanja. Zatim se oko 25 minuta dobro izmiješa i isprevrće s mješajom. Kad zamiriše (i pečena palenta ima svoj ugodan miris kao i pečen kruh) iskrene se iz kotla u zdjelu u jednom komadu, malo se ohladi i žlicom u **boticami** vadi iz zdjele. Jede se palenta umjesto kruha s juhom, mlijekom – slatkim i kiselim – s kupusom i varivom i t.d.*

Priznati se mora da se u ovom dvopoljcu i njegovim bjeljevinskim stranama peče palenta majstorski, gotovana venecijanski način.

Kruh (hljeb) radio se od kukuruznog brašna, ponekad i sa dodatkom pšeničnog, a mijesio se u naćvama. Brašno se držalo u luburama (šuplji, izdubeni panj sa drvenim poklopcem od smrekovih dužica). Lubura je sadržavala od 40 do 80 kg brašna. Za vađenje brašna služile su drvene posude pomalićak (sadrži oko 2 kg) i malić (sadrži do 5 kg), iz izdubljenog lipovog panja, a dna iz smrčevine.

Kruh se pekao na ognjištu pod zemljanim saćem. Odjednom se radilo više hljebova, tako da je od stajanja znao postati tvrd te su ga jeli nadrobljenog u toplom ili kiselom mlijeko.

Meso nije bilo česta namirnica, osim kad bi vukovi poklali i teško ranili više ovaca. Čobani su bili naoružani kuburama i puškama (potajice) no dešavalo se da ipak nisu mogli zaštiti stado.

Gospićkim ugovorom iz 1886. g stočari su smjeli nositi u planinu oružje, što je bilo evidentirano u posebnoj iskaznici. Tadašnje vlasti bojale su se naoružanih čobana na planini tako da su dozvolu dobivali samo mirni i pouzdani, i to samo za jednu kuburu po čovjeku.

Obilje mesa koje su tako dobili, čuvali su u snježištu ili jamama ledenjačama, gdje je meso moglo stajati i po nekoliko dana. Meso su prirađivali kuhanjem, pečenjem ili na paprikaš.

Osim mlijeka i mliječnih prerađevina trošili su krumpir, kupus/zelje, grah i luk (bijeli/češnjak i crveni). Kupus/zelje su kuhali i začinjali maslom ili skorupom. Svaki planinski stan imao je u dnu ponikve li dolca (doca), gdje je plodna crljenica, krumpirište. Spremali su ga najčešće pečenog na ognjištu cijelog ili prerezanog na dvije polovice pečenog u ljusci pod pekom/pekvon/saćem. Pečeni krumpir jeo se uz sir ili sa skorupom umjesto kruhom.

Bolje jelo se kuhalo za svetkovine: Jakovlje, Gospojinu i Ivanje. Na te dane pekle su se pečenke, tako da su mnogi dolazili na stočarske zborove uživati u druženju i jelu. Ni na tim zborovima nije se pilo alkoholno piće, osim rakije i to za posebne goste.

Svakodnevnu, jednoličnu ishranu stočari su dopunjavali skupljajući razne planinske plodine. Najčešće su brali divlje voće: maline, jagode, oskoruše, lješnjake, mukinje, divlje jabuke i kruške, vrganje... Šuplje bukve i jele, staništa divljih pčela davala su med, a pod zemljom osinjaci, saće. U nedostatku kukuruznog ili pšeničnog brašna, koristili su sjemenke biljke muhar, koje su u stupi mljeli i pravili kruh. Štir, stabljiku, lišće i cvijet, su kuhali i pripremali poput blitve začinjeno maslom i češnjakom. Prema ovoj biljci mnoga mjesta su dobila i ime, Štirovac, Štirovač, Štirovčić, Štirovača.

Posebna poslastica je bila **mezgra**, mlado liko ispod javorove kore i **musa,** sok iz bukovog, grabovog i javorovog drveta. U zasjek drveta stavljali su drvenu cjevčicu, ispod nje malu drvenu posudu u kojoj se skupljao sok. Grabova musa je malo gorkasta okusa, bukova kiselkasta i dobra za žeđ, a najslađa je javorova. Za sušna ljeta javorova musa bila je vrlo slatka i gusta poput meda. Javorovom musom zaslađivale su žene, umjesto šećerom, uštipke ili cicvaru, i davale djeci u mlijeko.

Jedino piće bila je voda, koja se držala u vučijama/fučijami ili burilima (mijeh od životinjske kože). U nedostatku žive vode topili su komade smrznutog snijega, na suncu, iz jama ledenjača i držali je u drvenim naćvama od izdubljenog

javorovog panja. U takvim panjevima voda je mogla stajati i po dvadeset dana a da se nije kvarila. Voda se grabila drvenom žbanjicom iz koje se i pilo.

Obzirom da su u planini bili stočara i iz Dalmacije i Primorja, lički stočari usvojili su i neke njihove prehrambene običaje. Kao npr. spremanje mesa soljenjem i stavljanjem u salamuru (prokuhana voda samo sa morskom soli bez drugih dodataka) i spremanjem u hrastove bačve, pravljenje pure (palente, primorski i dalmatinski naziv) u zakuhaloj vodi i sipanjem hladnog brašna, i začinjanjem sa skorupom, dodavanje graha kuhanom kupusu (Dalmatinci) ili tijesta grahu (Primorci).

Pastirska

Be, ovčice, bijela žuno
koja nosiš snježno runo,
koja nosiš život, sreću,
nama toplu tu odjeću.
Ponosiš se ti sa time,
spasavaš nas cijele zime.
Kroz to teško zimsko stanje
donosiš nam mlado janje.
Donosiš ga u proljeće,
kano bašća šaro cvijeće.

Od vune ti svilenice
djeve pletu čarapice, šarenice
za vojake rukavice.
Pod imenom živiš bleka
ti nam daješ slatka mlijeka.
Slatka mlijeka, masna sira,
jake hrane za pastira.
Pastir frulu svira rado
te on čuva svoje stado,
da ne pojde naše žito
da mu bude stado sito.

(Pok. did Jerko Rukavina-Dašin,
Trnovac kraj Gospića.
DANICA hrvatski katolički kalendar 1990.)

Blagdanska jela

Od prve nedjelje iza sv. Kate (sv. Katarina 25.studenog) do Božića traju zavez. U to vrijeme provode se pripreme za božićne blagdane: provodi se strogi post u srijedu, petak, subotu (i u utorak post sv. Anti, zaštitniku blaga). U zavezima nema vjenčanja, ne pjeva se, ne igra kolo.

Na **Badnji dan/Badnjak** jelo se tek kad se smračilo i upalile svijeće. To je posni dan i izbjegava se svaki mrs. Trgovci iz Primorja su donosili raznu robu, pa tako i sušenu ribu, koja se priređivala isto kao i danas bakalar. Nadalje, za jelo su priređivali kuhani grah, kiseli kupus s purom/palenton ili kuhanim krumpirom, bez ikakvog začina, Božićnica-čobanski kolač od beskvasnog tijesta koji mora biti težak do 4 kg, s rupom u sredini i ukrašen krugovima od čaše i pogača od bijelog brašna i bez kvasa. Oboje su išarali pinjurom (ispisali vilicom) različitim ornamentima. Sve je bilo okruženo i ukrašeno lješnjacima, bademima ... i raznim voćem.

Djecu su ujutro darivali jabukom, suhom kruškom, lješnjacima i svakom davali veliki komad pogače. Odrasli su popili zamećenu rakiju i crnu kavu. U podne djeca i čobani dobiju poparu, toplu pogaču i suhog sira.

Poslije podne gospodar u svojoj šumi siječe badnjak (drvo). Izabere mladi hrast visok otprilike do 1,5 m. Pri debljem kraju širina mu je u promjeru 20 do 30 cm. Badnjak može biti i veći što ovisi o ognjištu. Okresano drvo gospodar nosi na lijevom ramenu, tako da je deblji kraj okrenut prema kući. Došavši kući badnjak prisloni pod strijom uz vrata i tu stoji dok sunce upočine. Kad se sredi konak, planinka blagoslovljenom vodom blagoslovi staju i blago, gumno i stožer sa željom da blago napreduje i da bude dobar urod u žitu. Gospodar svečanije obučen, gologlav, s rukavicama na rukama, izlazi pred kuću, uzima badnjak, stavlja ga na lijevo rame, deblju stranu okrenu prema vratima. Prelazeći preko kućnog praga on naziva: Hvaljen Isus i Marija, na zdravlje vam došo Badnjak, Božić i božićni dani. Ukućani svečanije obučeni, poredani oko ognjišta zahvaljuju se. I ono njemu žele dobro zdravlje I sriću. Gospodar nosi badnjak do ognjišta, nalaže ga preko priklada na vatru, ali pazeći da mu je odsječena strana okrenuta k vratima. Nakon što je badnjak unešen u kuću, momci pucaju preko kuće u znak veselja i da protjeraju zle duhove.

Dok badnjak gori gospodar šuteći ulazi u kuću, sada više ne pozdravlja, s košem na leđima punim ječmene slame. Planinka preuzima koš, prostire slamu po prvoj kući, po sobama, stavlja je na stol I sve prekriva domaćim bijelim stolnjakom.

Na stol se sada donosi božićnica, suvi sir, božićni kruščići (jedan povrh drugoga), zeleni bor u petnjaku posijan na dan sv. Lucije. U maliću su sve vrste suhog žita: pšenica, ječam, raž, pir i dr. U žitu u maliću složene su božićne voštane svijeće. Ima ih pet, smotane u kolut; samo jedna strana može gorjeti. Svijeće su ovako namijenjene: na božićnici je svijeća za narod, za žive. Na gornjem kruščiću

gorjet svijeća za blago. U žitu, tj. u maliću gorjet će tri svijeće: i to za mrtve, za pčele i za litinu. Na stolu su i drvene zdjele s jelom. Planinka blagoslovljenom vodom blagoslovi narod i sve što je na stolu, zatim kuću, tj. sobe sa slamom, prvu kuću s vatrom i badnjakom na prikladu, koji će pomalo gorjeti cijelu noć.

Božić je bogat jelima. Ručak se obično sastojao od: *kokošje juhe s domaćim rizancima, kiselog kupusa kuhanog sa suhom ovčetinom - pastrmom (negdje zvanom i pastrma), suhog svinjskog mesa - pečenica, krvavice, kulen janjetine s ražnja, sarme, obiljeni krumpir, pogače, cicvare, šušnjići, i uštipci. Posebno se pekla božićnica, ukrašena pogača i božićna glava kruha ili božićna pogačice. Božićna glava kruha kuvana je u naćvama, kvasena na loparu, pečena u zidanoj peći i zeljanica kolač (pita) od zelja. Viđenije kuće pripravljale su i kuglof/kuglov.*

Osim rakije, od pića je bilo i vino.

Stol je pun svega, samo još *fali tičjeg mlika.*

Iza večere se donosi vino i most (slatko vino za žene, koje nijesu pile vino, pa se za njih ostavljalo neprevrelo) i domaćin diže zdravicu u čast nadolaska najveselijeg praznika u godini, ponovo sazivajući božji blagoslov na kuću, na sto druž inaodgovara sa - Amin. Kad se ispije vino, izbacuje se iz čaše poslijednja kap uzrijeci: a Bog da ovoliko trunja u žitu, štete u toru i nesloge u kući!.

Za Badnjak i Božić za stolom je sjedila sva čeljad, pa i mlađa koja inače jede za stolicon i svaki jede iz svog pladnja.

Gostima, u boljim kućama, koji su došli između obroka ponudila se crna kava i rakija, a na stol je zdjela s orasima, lješnjacima, jabukama, keksima, kolačima i obaveznim **borakom - božićnim žitom.**

Odrasli, koji nisu otišli na ponoćku peku na ražnju pečenicu/pečenku.

Borak ili **božićno žito** sije se kao i u ostalim dijelovima Hrvatske za svetu Luciju, 13. prosinca, ali nešto drugačije. Otpiljak, okruglu cjepanicu dužine do 30 cm, na jednom se kraju suzi tako da sliči stogu sijena ili zvonu. Na užoj strani napravi se udubljenje za svijeću a sjekirom po površini lagano zasiječe da drži borak - mješavinu žita (pšenice, raži, zobi ili ječma) i zemlje. Ovako oblikovano drvo postavi se na tanjur ili neku drugu podlogu, i oblijepi blatom tj. smjesom žita, zemlje i vode. Blato se učvrsti, omota uzicom da ne pada od vlastite težine. Sve treba imati oblik zvona ili stoga sijena. Stavi se u prozor i zalijeva da uvijek bude vlažno. Iz zemlje će žito brzo proklijati i do Badnjaka će biti visoko i zeleno. Oblikuje se podrezivanjem da ima lijepi oblik i okruži vijencem od voća.

U Gackoj se sije **šenica**, bez obzira o kojoj se vrsti žita radi. Sije se u petnjake, plitke zdelice, na pladnje, sa zemljom ili samo zrnje. Da brže poraste stavlja se na toplo, zatim na hladno da se dobro zazeleni, škarama se ravno podreže i sveže oko vlati žita crvenom vunicom ili u novije doba hrvatskom trobojnicom. U **šenicu** se stavlja tanka voščenica (voštana svijeća).

Narodno vjerovanje kaže: *kako lijepo i bogato izgleda borak, tako će u obitelji iduće godine biti plodnosti i blagostanja.*

Borak

Za mlado leto/ljeto (Nova godina) pripremao se frtanj/vrtanj pogača koja je u sredini bila provrtana šuplja, jela se uz rakiju.

Sveta tri kralja, to je završetak božićnih blagdana, sprema se sve što je bilo na božićnom stolu. Na taj dan svećenik blagoslivlja kuću a mežnjar (zvonar) kupi mežnjarinu.

Na **Cvjetnicu/Cvitnicu, Cvjetnu nedjelju** se nosio drijenak/drenjula ili/i maslinova grana na blagoslov cvijeća, a zasađena grančica ispod križa na obiteljskom grobu donijeti će uspjeh u gospodarstvu. Svi članovi obitelji umivaju se u cviću (prije sunca, u vodi s cvijetom drijenka i jednim jajem) i vjeruju da im drijenak donosi ljepotu i zdravlje a jaje je znamenje plodnosti i donosi obilje i sreću.

Na **Veliki četvrtak** vežu se zvona (odvezuju se tek za večernicu na Veliku subotu) i počinje korota.

Na **Veliki petak** je posni dan, ujutro se pio samo rasol, u podne se pojeo zalogaj - korica kruha, ali se pilo dosta crnog vina. Danas više nije običaj prireñivanja jela od divljeg zelja, ali ostao je običaj pripremanja kuhanog graha začinjenog samo uljem i sušene ribe – nekad tabinje, hobotnice i muzgavca (što su dolazili iz Primorja) a danas bakalara.

Na Veliki petak ne rade se veliki poslovi, ne ore se, ne melje žito. Samo se može krumpir posaditi na već uzoranu zemlju. Gospodar tvrdi da je najbolji i najkrupniji krumpir koji se sadi na Veliki petak.

Velika subota je dan kad se šaraju jaja, piskom, pčelinjim voskom i trščicom (kora brazilskog drveta koja kuhana u vodi daje crvenu boju) ili crvenim papirom. Šarena i obojena jaja mažu se slaninom, da jaje dobije sjaj.

Blagoslov jela općenita je hrvatska pučko-crkvena tradicija, a obavlja se još i danas (ali manje) na Veliku subotu ili rjeñe na Uskrs. U prošlosti iz svake je kuće jedna žena nosila na blagoslov košaru punu jestvina (kruh, meso, jaja), zvanu svetenje, posvećenje, posvećenica, posvetilište. Raširena je bila tradicija umivanja na Veliku subotu kad se razvezuju crkvena zvona na jutarnjoj maši (misi) u cvjetnoj vodi proljetnog cvijeća, vjerujući da će im to umivanje donijeti zdravlje i ljepotu. Najčešće su se u vodu stavljale biljke drijenak, ljubice i bršljan. O njihovoj moći govore i uzrečice; kaže se da je netko „zdrav k“o drinić/kaj dren”, da je djevojka *lipa k`o/kaj fijolica (ljubica) ili da dijete treperi i raste ko bršljan”*

Izostavljanje namirnica mesnog podrijetla, štovalo se tijekom cijele korizme, jer ne izdržati iskušenje mesnog jela bilo je sramotno i izdajnički. U Gackoj, Lici i Krbavi je vladao običaj vrlo strogoga posta na Veliki petak, u starije se doba ujutro pio samo rasol, a u podne uzimao zalogaj korice kruha i crno vino (zato što se toga dana, vjerovalo se, ono pretvaralo u krv). Na Veliki petak se zemlja nije smjela taknuti, niti noktom zagrebati jer se u njoj već tada, po vjerovanju nalazilo tijelo Isusovo.

Na **Uskrs** ujutro planinka daje ukućanima: rakiju, bijelu kavu i pogačicu. Nakon toga sprema se blagoslov koji se nosi u crkvu i posvećena kasnije jede: jaja, pršut, sir iz mišine, ljutika/škanjola (lučice), pogača, prisnac/presnac (beskvasna pogača/kruh od pšeničnog brašna, sira i jaja), kuhana šarena i neobojena jaja, sol, kruh, rakija i vino. Često se za doručak jela žaladija/žulica/dželadija.

Košara s blagoslovom se pokrivala stolnjakom a nosila se na podvitku (cvitku, svitku) na glavi jer je put do crkve obično bio dug. Na povratku su se djevojke s košarom na glavi utrkivale, jer su vjerovale da će prvoj konoplja bolje rasti.

Za uskršnju užinu/južinu (ručak) peku se kokoši, tuke ili race (patke) pod pekom/pekvon s krumpirom, ili se kuha ovčetina. Od kolača prave se uštipci i slane pite (savijače sa sirom). Bogatije kuće pekle su uskrsnu pečenicu (janje na ražnju) ili patku ili gusku također na ražnju.

Blagoslovljena jela nisu se smjela okusiti prije Uskrsa, smatrana su svetima, tj. da imaju posebne moći. Kad se jela blagoslovljena hrana (npr. prijesnac, pršut i šarena jaja) dobro se pazilo da mrvice ne padnu na pod. Sve te mrvice pokupile su se i bacile u oganj (vatru). Stanovnici Like čuvali su jedno jaje ispod strehe da se zmije ne zavuku ispod grede, jedno su zakopavali u žito na njivi da ga ne bi crvi podgrizali, a jedno stavljali u hambar u sjemensko žito da bi urod bio bolji. Uskrsna jaja bojali su bojama od korijena biljke broć, od kore crvenog luka (jaja su dobivala lijepu crvenu boju) ili, što je noviji običaj, varzilom - bojom od kore brazilskog drveta. Močenjem u kuhanu šljivinu koru kako bi dobila žućkast boju. Razne šare na jajima radila su se kupljenom bojom. U Lici je bio običaj i stavljanja kuhanog jaja u mravinjak gdje su mravi kiselinom izveli šare na jajetu. Ova vjerovanja i običaji u Gackoj nisu poznati.

Dječja igra s jajima, valjanje ili kotrljanje, bilo je omiljeno. Valjalo je što je najdalje moguće otkotrljati jaje niz kosinu, pobjednik igre dobivao je jaje od gubitnika.

Na Uskrsni ponedjeljak stariji idu u goste k rodbini i svojti. Uobičajeno je da gosti planinki donose kolače (uštipke i prisnac), djeci daruju šarena jaja, gospodaru litru rakije. Slavlje i svečanost je kao i na drugi dan Božića.

Na crkveni god Rozarij (prva nedjelja u lipnju) posjećuje se rodbina, kumovi i prijatelji. Hrana se sprema kao na Božić, a glava kuće dočekuje goste svečano obučen. Na stolu je rakija, pršut, pogača, prisnac. Kako gosti dolaze tako ih časte.

Užina je nešto ranije nego običnoga dana. Sve je svečano i obilato. Prije užine pije se rakija, a žene i djevojke donose redom jela: kokošju juhu s rezancima, iza toga kuhani kiseli kupus, suho meso i kuhani krumpir, malo poslije topla janjeća pečenka. Na stolu je pogača, kolači, prisnac, uštipci, šušnjići, vino i crna kava. Čašćenje traje do pred noć. Prije odlaska gosti se počaste pečenkom, pogačom, basom, suhim sirom, vinom, kolačima i crnom kavom.

U Gackoj je blagdan Majke Božje od svete Krunice ili Majke Božje od Ružarija poznat pod imenom **sv. Lozarija**. Velik je to blagdan u Lešću kada domaćini pripravljaju hranu za sebe i svoje brojne goste kao za Božić.

Prelo – jedan od načina sastajanja, a koja su se održavala u kasnu jesen i zimi, najčešće u subotu, ponekad u utorak ili/i četvrtak. Na prelima, koji je bi prvenstveno sastanak mladih, prela se vuna ili konoplja, radio ručni rad, čijalo perje.

Započinjala su predvečer a završavala oko ponoći. Prela su uglavnom bila mjesta kad su se mladići i djevojke – „zagledavali", što je ponekad završavalo prosidbom, zarukama i na kraju svadbom. Tijekom prela nije se puno jelo, a tipični kolač koji se posluživao bila je masnica ili gužva.

Prosidba – nakon što su se mladić i djevojka dogovorili, mladić je s roditeljima, svečano odjeven, odlazio u dom djevojke. Prosci su sa sobom, kao dar svojoj – „golubici", nosili pogaču (išaranu vilicom i namazana maslacem/putrom), jabuku, vino ili rakiju. Prosci su od mlade dobili za dar coklje (pletena obuća s podšivenom ovčjom ili telećom kožom) i vunene čarape, a mladiću je poklonila jabuku.

Zaruke – nakon prosidbe, ubrzo (obično nakon dva tjedna) održavale su se zaruke i to subotom u domu djevojke. Mladić i njegovi roditelji došli su s prstenom i pogačom, koju je pekla mladićeva majka pod pekvom. U nekim mjestima mladićevi roditelji donijeli su piće i pečeno prase. Jedan od poklona je bio i jabuka s cekinom (dukat, zlatnik) utisnuta u pogaču.

Prije svadbe, stari je običaj igranja **pavenke** večer uoči vjenčanja. Ovako pavenku opisuje zapisivač iz Gacke:

……Narodni obredi pri vjenčanju započinju u Kompolju kod djevojke oko 4 sata po podne na dan prije vjenčanja. U Kompolju dođu na ***pavenku*** *momci i djevojke iz susjednih zaselaka i* ***pavenka*** *(obično kolo) se igra do mraka. Jedan momak, brat ili rođak djevojčin, iznese u vrt pred djevojčinu kuću barjak, na vrh kojega je zataknuta* ***jabuka****, razvije ga i drži visoko u ruci. Oko momka se saberu drugi momci i djevojke, uhvate se u kolo i* ***zaigradu pavenku****. U sredini kola stavi se pletena* ***košara*** *i momci i djevojke stavljaju darove za mladu (ručnike, čarape, coklje, rukavice, a negdje i novac). Za to vrijeme puca se iz* ***kubure*** *ili male puške i razliježu se vesele svadbene pjesme. Treći djevojčin rođak donese* ***frtanj*** *(veliki šuplji kolač), razreže ga i časti prisutne vinom i tim* ***frtanjen****. Vino su prije pili iz* ***tovarije*** *(ili čuture), a sada se toči iz boce u čaše. I tako se za vrijeme igre pavenke sve do mraka reže frtanj i donosi boca za bocom vina i časte se igrači.*
Kad se smrači, igrači se ***pavenke*** *raziđu i djevojke, koje su sa strane mlade pozvane na svadbu, i djevojčina najbliža rodbina i kum pođu u kuću. U kući odmah* ***divojke*** *(u Polju* ***đevojke*** *ili* ***djeveruše****) počnu prirađivati za* ***venac*** *(u Polju* ***vijenac****) vazda zelenu* ***pavenku*** *i* ***cmilje*** *(u Polju* ***smilje****). Ubrzo dođu u kolima momak, njegova najbliža rodbina i kum i navijeste svoj dolazak pucnjavom. Vrata im se ne otvore odmah i momak obično uđe u kuću kroz* ***puneštru*** *po* ***škalami*** *(u Polju* ***ljestvama****). Kad ovako neobičnim putem uđe mladoženja u kuću, otvara vrata i ostalima koji su s njime došli. Iza toga se večera i pije vino. Usred* ***vičere*** *(u Polju* ***večere****) donesu* ***divojke*** *u rešetu priređeno cvijeće za vijenac i počmu plesti uz tužnu i lijepu svatovsku pjesmu, u kojoj mlada ište darove i oprašta se sa svojom kućom. Darove kupi jedna* ***divojka****. Ako djevojka ima oca i majku, brata i sestru, a momak je sa sobom na venac doveo sestru i kuma, onda ta pjesma glasi:*

Naša Mare venac plete,
Od pavenke, od zelenke,
I od cmilja primorskoga.
Pita Boga blagoslova,
Išće dar od svakog svoga.
Daruj oče svoju ćerku,
Sutra će ti odlaziti,
Ove dvore ostaviti,
Za njom će ti žao biti.

Otac ubaci nešto novca u košaru, **divojka** pokrije košaru **rubićen**, a one koje pletu vijenac zapjevaju istu pjesmu: majci, bratu, sestri, djevojčinom kumu. Pjesma se pjeva istim redom i samo se šesti stih mijenja umjesto „Daruj oče svoju ćerku!“dolazi:

Daruj majko svoju ćerku!
Daruj brate svoju sestru!
Daruj sestro svoju sestru!
Daruj kume svoju kumu!

Iza toga se pjeva mladoženji, zatim svima onima koji s njim došli. Kad se rodbina i svojta izredaju, onda se zapjeva ostalima:
Darujte je sva družino!

Ako djevojka nema oca i matere, onda joj zapjevaju kod pletenja vijenca:

Naša Mare venac plete,
Od pavenke, od zelenke,
I od cmilja primorskoga.
Pita Boga blagoslova.
Darujte je svi sa strane,
Nema oca ni matere,
Sutra će vam odlaziti,
Ove dvore ostaviti,
Za njom će vam žao biti.

Opletu se dva **venca** (u Polju **vijenca**), jedan za mladu, a drugi za barjak. Oba vijenca se opletu od **pavenke** i **cmilja** (u Polju **smilja**), kako se u pjesmi pjeva. Čitav običaj se naziva **pavenka** (u Polju **vijenac**, u susjednom kotaru Brinje **krunica**). Iza opletenih vijenaca još se neko vrijeme zabavljaju, vesele se i pjevaju pjesme. Pri polasku **mlada** preda sestri **đuvegije** jedan zavežljaj u kojem je lijepo izvezena košulja, pa gaće, čarape i rupčić, što će mladoženja sutra obući na vjenčanje. Kumu mladoženje se preda manji vijenac, jabuka i ručnik, što će sutra staviti na barjak kada pođe u svatove. Jabuku će nadjenuti na vrh koplja, a iznad barjaka će staviti **ručnik** i **venac**. Iza odlaska mladoženje, divojke se još neko vrijeme vesele u kući mlade, onda se i one raziđu.

Svadba/pir - svečani dan spajanja dva bića u zajednicu obilježen je i jelom, koje se pripremalo od 3 do 6 dana u kući mladenke i mladića. Kako za mladence tako i za sudionike, peku se janjci i odojci na ražnju, sprema se sir i pršut, rade jela s kiselim kupusom, i uštipci. Okupljeni svatovi, ujutro, u kući mladoženje počaste se rakijom, dželadijom (hladetinom), pogačicom, šušnjićima i crnom kavom. Nakon toga odlazi se po djevojku. Dolaskom u mladin dom dočekuje ih prostrt stol pun ića i pića. Kum sjeda na vrh stola, on je stožer (to je počasno mjesto stola), pije se cvit (rakija), jedu šušnjići, nakon toga dolazi juha (goveđa, juneća ili kokošja s rezancima), kuhano meso (s umakom i pire krumpirom), sarma, obiljeni krumpiri, pečena jalovica ili odojak, pečeni krumpir, salata od kupusa. Kolači su stalno na stolu: suhi, pošećereni, s pekmezom. Kuglof – kruh od bijelog brašna s jajima i mlijekom, pekao se uvijek za važnije događaje, najviše za svadbe. Vino se kala (pije, uzima) malom bukarom iz kablića.

Babine - dok žena još leži nakon poroda, i za kumstvo (donosi krsna kuma): rodbina joj nosi maslo, jaja, kuhanu kokoš u juhi, pečenu pogaču, zaklanu kokoš, uštipke dvije boce vina i jednu rakije, suhi sir, kolač prisnac i uštipke.

Šišana kuma kad dolazi dijete šišati donosi darove majci djeteta, svojoj kumi: pogaču, prisnac, uštipke, pršut, rakije i vina.

Podušje/karmine - rodbina, prijatelji i susjedi poslije pogreba, u sjećanje na pokojnika, u njegovoj kući počaste se juhom od živadi, pečenim ili kuhanim mesom uz rakiju i vino. Najbliža rodbina pokojnika donosi nešto od hrene: kruh, zaklanu kokoš, tuku, janje, pogaču, prisnac, sir, rakiju ili vino. Za podušje se pripremi kao za svadbu, stariji su zaslužili da se s njima dostojno oproste, jer to zahtjeva i ugled zadruge.

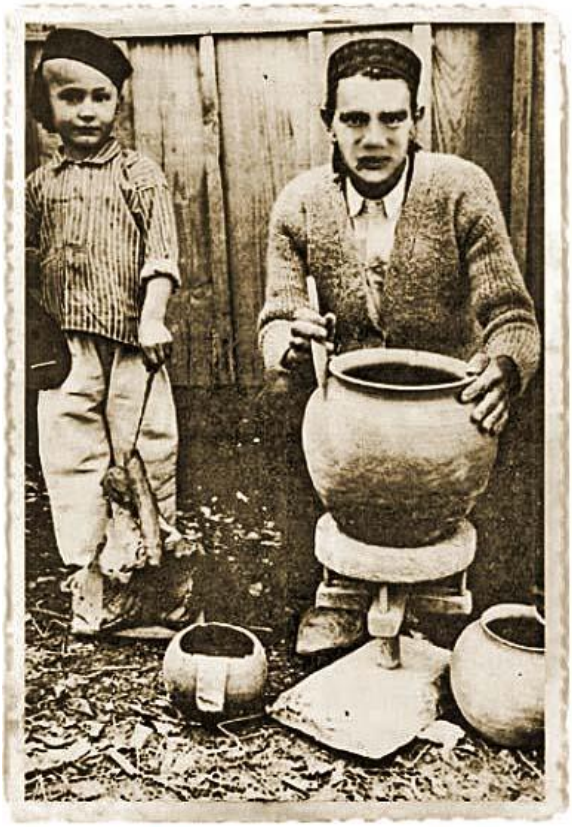
Pokladni običaji - na poklade se mora devet puta jesti i piti. Navečer, nakon obilaska seoskih kuća prerušeni - namaškarani muškarci, dobili su svareni kupus i meso, pole/police i maslenicu/masnicu I uštipke, sir, rakiju i vino. Tijekom dana maškare su se častile po kućama rakijom i vinom, pogačom, a za darove dobivali slaninu, meso i rakiju.

Gradnja kuće - kad se završi drvena konstrukcija krovišta kuće domaćin istakne na krovištu ručnik, koliko majstora - toliko i ručnika.

Pribor i posuđe

Kod loženja vatre upotrebljavao se priklad, kovani željezni naslon dug oko metar i pol, visok jedan pedalj s kratkim nogama na kraju. Na njega su bila naslonjena drva dok se gasila vatra. Na verugama/komoštrami iznad ognjišta visio je kotao, a bilo ih je većih i manjih midenih (bakrenih) u kojima se varila/kuvala/pekla palenta, prga i cicvara. U većim midenim kotlovima varila se varenika/mliko. U velikim željeznim (gvozdenim) kotlovima kuhao se krumpir, repa i drugo. Kotlovi su okrugli i njihov držak (povrazdac/vratezica) u obliku luka. Uz priklad su i željezne tronoge, tripije za lonce rajlike (ranjlike) i padele u kojima se kuhao kupus i meso, grah. To su željezne posude na tri noge s dugom drškom. U manjoj rajliki varila/kuvala se popara za đake i čobane, a u većoj rajliki peklo meso. Uz priklad i tronoge su maše i mašice/popečak za poticanje vatre. Njima se vatra zapreće i raspreće. Kotlovi, željezni lonci i rajlike kupovali su u dućanu, a sitni pribor kovali su Romi. Osim željeznog pribora na ognjištu je bilo zemljanog posuđa. Među njima cripnja/pekva zauzimala je posebno mjesto, koje je zadržala do danas. Najpoznatije cripnje/pekve u Gackoj su bile od pekvara iz Sinca, nekada velikog mjesta pored Gacke, s puno mlinica i iz Kompolja, na zapadnoj strani Otočca. Osim zemljane cripnje/pekve upotrebljavala se i od lijevanog željeza ili debelog lima. Ova pekva nema obruč sa strane nego samo ručku na vrhu i ispod te ručke rupicu kao odušak.

Zemljano posuđe dijeli se na crno i ciglano ili glazirano. Crno je čvršće i bez glazure, a koristilo se za mlijeko i mliječne proizvode. U rukatkama/ćupima se držala varenika/mliko, kiselo mlijeko/kiselina, basa i sirište/sirišće. U crnim padelama varila/kuvala se varenika/mliko, kukuruzna kaša, a iz crne zdile/zdele jelo se sve do između dva svjetska rata. Postojala je i mala rukatka/lončić u kojoj se kuhala crna kava. Jelo se kuhalo u zemljanim glinenim loncima, gore užim u dnu širim s jednom zemljanom ručkom. Ti kompoljski lonci bili su bolji od kaluđerovačkih i kazivalo se da je jelo u njima bolje kuhano, a da se u njima hvata bolji kajmak.



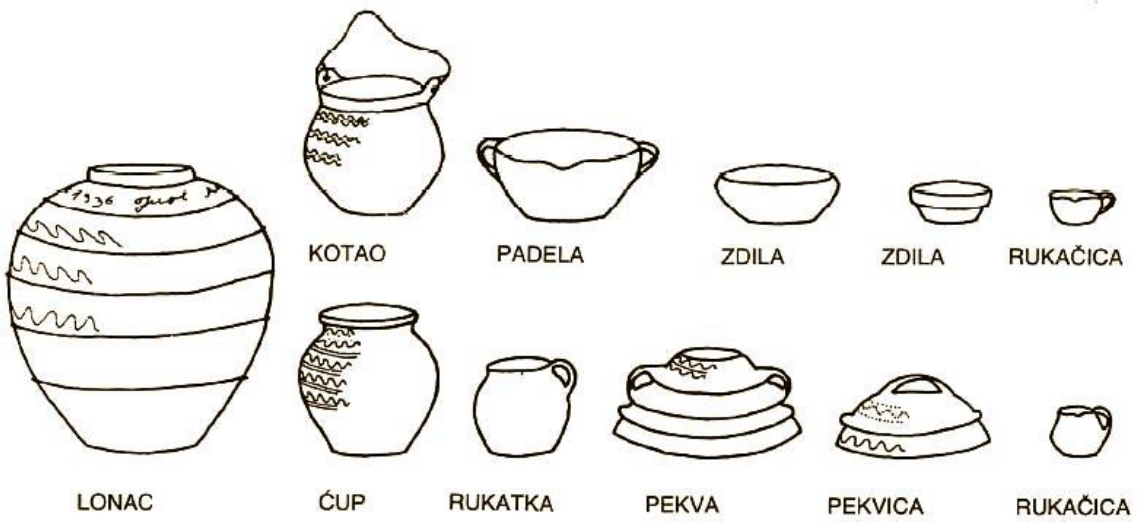
Nikola Jelić sa sinovcem Markom

Izrada zemljanog posuđa

Nikola Prša, Kaluđerovac, 1929

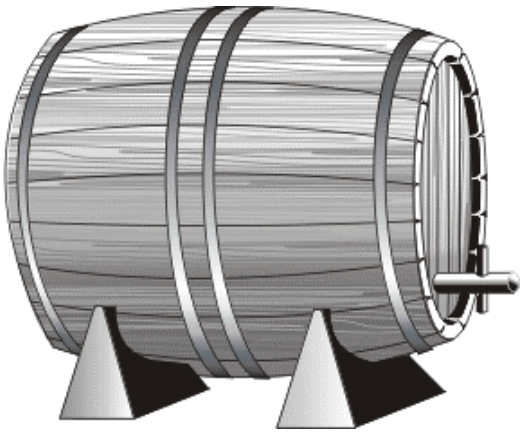
Ručni žrvanj (mlin)

Ciglani lonci, ćupovi za maslo i **vrčevi** za vodu su glazirani samo s unutarnje strane, a ponekad i s obje.

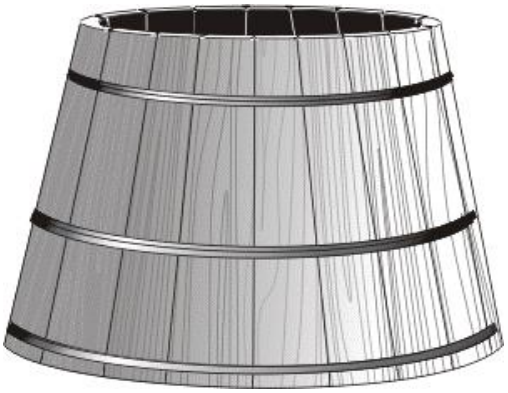


Drveni sudovi/suđe izrađivali su se dubljenjem iz jednog komada drveta, većinom od javora ili sastavljeni od dužica. Kopani su najčešće bile zdile/zdele, žlice, pladnji, korita za soljenje mesa, naćve za kuvanje/mišenje (miješanje) kruha, malić/ujam (mjera za brašno), luburica (drvena posuda za sol), stupa (za stupanje -ljuštenje ječma). Sastavljeni sudovi od dužica su: za držanje vode škaf, fučija, brema, dižve i stružnjaci/rukače za muženje ovaca i čuvanje mlijeka, stap za stapanje mlijeka i proizvodnju maslaca. Glavni materijal koji koriste bačvari je drvo, najčešće hrastovo, prvoklasno bez i jedne kvrge, zatim ljeskovina za obruče, koje su kasnije zamijenili metalni.

U kutu je stajao kameni žrvanj, najbolji kamen za njega dobivao se iz Brušana.

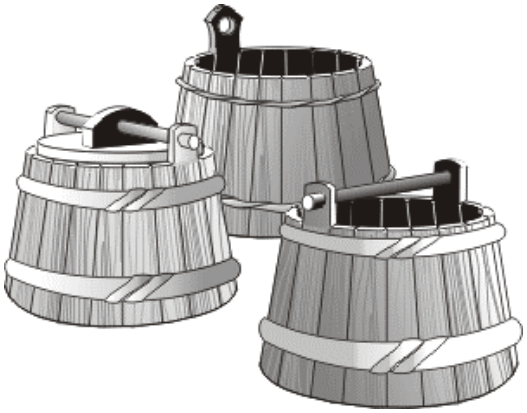


vinska bačva

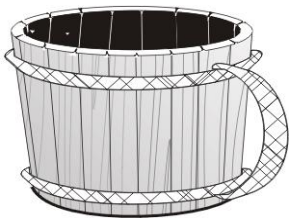


kaca za kom

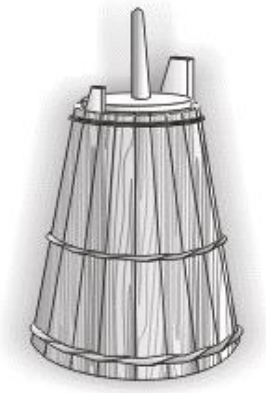
fučija (vučija) za vodu



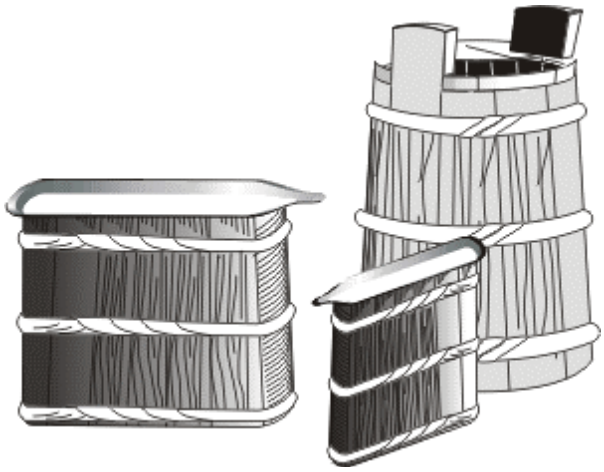
čabrovi za vodu



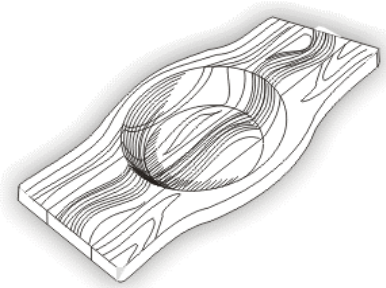
bukara za vino od smrekova drva



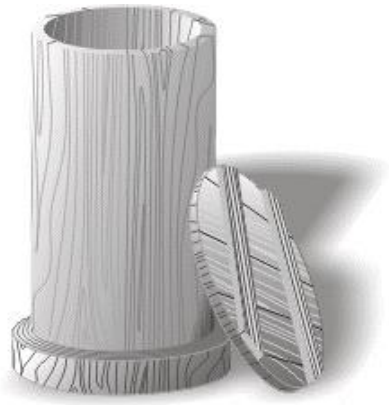
mučkalica i stap



posuda za nošenje mlijeka, kaca za sir i kajmak

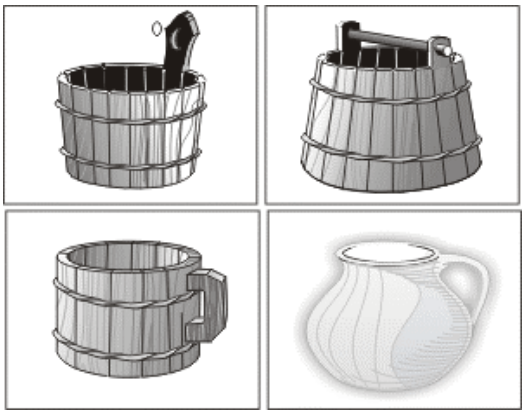


drveni škip za razlijevanje mlijeka i pobiranje skorupa na velebitskim stanovima

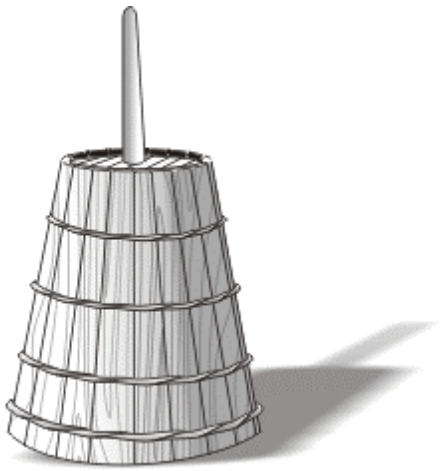


lubura (šuplji panj) s drvenim poklopcem za čuvanje brašna

drveni sudovi za zakvaćenje brašna iz lubure: a) malić sadržine oko 5 litara, b) pomalićak sadržine oko 2 litre



posude velebitskih stočara za zahvaćanje mlijeka: 1. dižva, 2. stružnjak, 3. susak i 4. rukatka



stup za stapanje mlijeka na Velebitu

Ognjište

Centralno mjesto drvene (brnašice, kuće od bukovine) ili kamene kuće (još početkom prošlog stoljeća, a ponegdje i iza drugog svjetskog rata) pokrivene slamom od raži ili drvenim daščicama (od jele) dugim do jedan metar šimlom - šticom, je **ognjište/ognjišće** ili **komin**. Kvadratnog je oblika, napravljen od nabijene zemlje i zaglađen razmočenom gnjilom (ilovačom) uzdignut je od poda za oko 10 cm, i zagrađen kamenom ili prije drvom (zvanim branik). Bilo je ognjišta podignutih od dva pedlja pa do metra visine. Dim iz njega slobodno je izlazio kroz otvor na krovu (badžu/bažvu, vidalicu), koji se mogao dugačkim štapom (badženjakom/bažvenjačon) po potrebi otvarati ili zatvarati. Iznad ognjišta na drvenoj gredi verižnjači (višalici ili varilici) visila je na komaštrami ili verigama (željeznom lancu) glinena posuda bakra, bronzin (kasnije mjedeni kotao), u kojoj se kuhala hrana. Prema jakosti vatre sve se moglo pomicati ulijevo ili udesno. Uz ognjište stajala je glinena (a kasnije metalna) peka/pekva, drveni lopar, pomoću kojeg se stavljao kruh na ognjište, naćve od izdubljena drveta u kojima se mijesio kruh, željezni tronožac tripije/tronoge (stalak za kuhanje), tava i ožeg/popečak (vrsta lopate) za podjarivanje vatre.

Ožegom/popečkon se grijalo i vino u bukari (stavili bi ga u vino u bukari) ako je zimi bilo prehladno. Bukara je bila napravljena od smrekovog drveta bez ijednog metalnog dijela. Drvene zdjele i žlice bile su na polici/zdelnjaku koji je visio na zidu. Sjedilo se na niskim drvenim tronošcima (od jednog drvenog komada) oko ognjišta, a jelo na niskom okruglom stoliću – zvanom stolica ili sinija, koji je inače visio na zidu. Postojali su i veći tronošci za gospodara kuće i gosta. Jelo se iz zajedničke drvene ili zemljane zdile/zdele, a kasnije limenog posuđa, drvenim žlicama. Voda se držala u drvenim posudama vučijama/fučijami ili burilu/kablici koja je obično stajala uza zid blizu vrata. U škrinjama s poklopcima spremalo se brašno, suho meso i slanina. Za rasvjetu je služila borova luč pričvršćena na metalni stalak na tri noge nevjestu, svičaja ili svitljaj. Naziv nevjesta potječe još iz starih vremena, kad je u kućama najmlađa nevjesta morala držati luč i svijetliti kućnoj družini oko stola pri večeri. Lučevinu su radili od suhe jelovine ili smrekovine a nazivali su je i smugor (etimološki, nešto zapaljeno ili osmuđeno).

Vremenom je ognjište nestajalo i zidala se peć (prvo za grijanje kuće, a kasnije grijanje i kuhanje) u kutu kuće. Podnožje peći bilo je od tesanog kamena, a gornji dio od zemlje ilovače pomiješane vapnom i sitnom pljevom (plivom) što drži i učvršćuje. Gradnjom takvih peći i stol se mijenja, tako da se izrađuje masivni hrastov stol. Uvijek smješten na čelu sobe između dva prozora. Prvo se za njim jelo samo za svečane prigode i kad dođu ugledniji gosti. Uz stol su bile klupe s naslonom ili bez i sidalice - katrige - kantrige (stolice) s naslonom.

Na ognjištu na tronogama je stajao željezni lonac pun pomuženog, neobranog mlijeka iz kojeg se radio sir. U pržnici (željeznoj posudi na četiri noge)

pržilo se žito iznad žara, čim je žito malo iskokalo (zapucalo kao kukuruz) i zamirisalo, prženje je bilo gotovo. Poprženo žito mljelo se na žrvnju.

Kuće

Najstarije kuće su bile prizemnice od dvije prostorije, u prvoj (prva kuća) je bio zemljani pod, dok je vremenom druga (kamara, soba) dobila drveni pod (od dasaka). Toalet (sekret/abort/nužnik) je bio samostojeći izvan kuće u blizini štale ili jame za đubar. Vremenom počinje izgradnja većih kuća – visokoprizemnica. U donjem dijelu su bile štale (staje) i konoba/pivnica (podrum), a u gornji dio, štuk ili kat, namijenjen je za boravak ukućana. U sastavu kuća pojavljuje se natkriveni drveni dograđeni dio – trijem (ganak), u čijem jednom djelu je bio i abort (zahod). U štalama su držali blago, marvu tj. stoku, dok je konoba/pivnica spremište za prehrambene namirnice (krumpir i povrće), kace/bačve za kiseljenje zelja/kupusa komljenje šljiva, salamurenje mesa itd.. Iz visokoprizemnica nastaju katnice. Gradili su ih uglavnom trgovci i gostioničari. Donji dio takvih kuća, tj. štale i konoba, pretvaraju se u dućan ili gostionicu.

Tavan – pod, nalazio se iznad cijelog stambenog prostora i služio je, kao i konoba, za spremanje i odlaganje živežnih namirnica kao npr.: brašna u drvenim škrinjama – pridel, ili vrećama, sušenog mesa (mrs – salamureno svinjsko meso), graha (fažola), sira, mlijeka ili kiseline.

Uz ognjište pojedinci su gradili i krušnu peć koja je bila uzidana od cigle. Krušna peć, samo ime već govori da je služila prvenstveno za pečenje kruha a i za veće pečenja u pleju (lim, oblik za pečenje).

U *kamarama* (sobe za spavanje) nalazila se peć za grijanje obično u nuglu (kutu). Ove starinske peći bile su visoke oko 2 metra, dolje široke oko 1,5 m, a pri vrhu sužene na 1 m. U zidove peći ugrađivani su petnjaci (zemljane posude izgledom slične loncima za cvijeće) udubljenjem prema unutrašnjosti peći. Udubljenja su omogućavala bolje isijavanje topline. Petnjaci su postavljeni u razmaku od 3 do 4 cm, tako da ih je u jednoj peći bilo od 70 do 73 komada. Uz peć se nalazio somić, drvena naprava, na kojoj su se sušila drva. Osim za grijanje zidane peći služile su djeci da u petnjacima prže kukuruzne kokice i peku krumpir. U zapećku, prostoru između zida I peći spavala su djeca po danu u zimsko doba.

Uz namještaj u sobi obavezno je bila i kolijevka ili beška sastavljena od malih jelovih daščica, poput male škrinjice, a noge su joj dvije polukružne daščice. Po danu beška stoji pod krevetom, po noći na škrinji pred materinim krevetom. U maloj beški nosili su dijete na krstitke, na podvitku na glavi ili na leđima pomoću uzice. Dijete je ležalo na lanenoj plahtici ispod koje je bila ječmena slama.

Vremenom je ognjište nestajalo i zidao se šparket, najviše poslije prvog svjetskog rata. Kad su i oni otišli u povijest, poslije drugog svjetskog rata umjesto njih ugrađivale su se limeno-gusnato-željezne peći.

Na podu gornjeg dijela kuće napravljen je otvor konturata ili kapak koji je služio da se ljestvama može spustiti u donji dio kuće. Razlog je vrlo jednostavan i star, onemogućavanje pljačke stoke ili prehrambenih proizvoda, zbog čestih pljački u nemirna vremena.

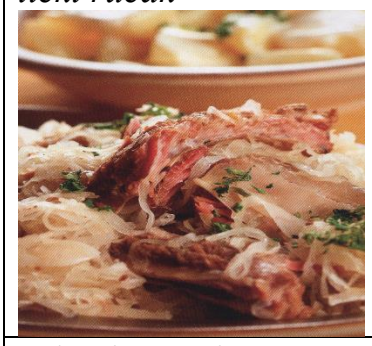
Pored kuća nalazila se i kuvarija, samostojeći objekt tj. ljetna kuhinja. Kamenom zidana, zemljanog poda i često s ognjištem služila je za pripremu hrane i dnevni boravak od proljeća do klanja svinja. U njoj je kućedomaćin pekao božićne pečenke.

Svaka kuća ispod prozora ima svoj mali cvjetnjak. U njemu je samo jedna vrsta niskog zimzelena – pavenka. To je cvijet mladosti, cvijet djevojaka i momaka. Njome su se kitili, pleli vijenac za pavenku (prije vjenčanja) za svatove i za grob.

Izgradnjom novih kuća nestalo je otvorenog ognjišta i zidane peći i sad se kuha na šparketu. Tako su nestala i neka tradicionalna jela. Nema više popara, zamuza, ufurnjaka, i uprisno pečene pogačice. Više se ne rade za kosce štroklji, za žetelice kumpirašice, niti kljukača za one koji kidaju štale. Za Božić nema više blagdanskih jela, božićni mlinci, za svatove šušnjići, kolač za pavenku, povitica i pokladna maslenjača. Ljeti se ne pije ošep, u jesen se ne sprema turšija niti šerbet, ne suši voće, ne prži se žito na ognjištu.

Nema više graha trkljaša, finog graha poput trešnjevca, a suđe i pribor je suvremeno i kupljeno u dućanu, a ne ručno izrađeno. Nema više lončarstva, zemljanih ili drvenih posuda i sajmova u Gospiću, Otočcu (Marija Terezija svojom listinom iz 1774. dala je srijedu za sajmeni dan, nešto kasnije dopustila je održavanje dvaju godišnjih sajmova, koji su u to vrijeme bili među najvećim u Hrvatskoj, a 1775. učinila ga je i trgovištem uz dopuštenje uređenja vojnog magistrata; i Perušiću, gdje su ih mještani kupovali. Kaluđerovačko lončarstvo (na Krušičkom jezeru) je netragom nestalo (posljednji keramičar umro je 1996.g.). Ta lončarija je bila crne boje i često ukrašena šarama – motivom valovnice, koja je svoje ishodište nalazila u hrvatskoj ranosrednjovjekovnoj keramici. U Kompolju živi posljednji lončar koji ima iskustvo pravljenja zemljanog posuđa. Samo na rijetkim starim fotografijama ili fotografijama novih „kuharica" možemo vidjeti pripravljena i poslužena jela u tim starim posudama.

Mnogobrojni ugostiteljski objekti uslužiti će vas raznim jelima ličke kuhinje, kao npr.:

lički ručak 	kuhana sušena ovčetina s kuhanom vratinom, kuhanim dimljenim pečenicama i kuhanom slaninom s pirjanim kiselim kupusom i krumpirom u ljusci
seljački ručak	sarma, kuhana janjetina, kuhana slanina i svinjsko pečenje uz zapečeni grah, žgance i pirjano zelje, pole/police (pečene polutke krumpira) s basom (mekanim sirom za mazanje od domaćeg kuhanog mlijeka), janjetinu na ražnju ili ispod peke/pekve, ali i teletinu, odojka, puricu, patku

Nažalost, malo je naših restorana koje će nam moći sve te lijepe stare i autohtone slike pretočiti u stvarnost, da, osim očima, možemo uživati i nepcima. Sa sjetom slušamo priče o tim starim vremenima, teškog života ali i miomirisnih užitaka.

Lički kokteli

Pripremajući jedno od ovih jela, poslužite goste, ukućane i sebe, pićem „alkemije mašte i alkohola" - koktelom:

Plitvice	*Vila Velebita*
1/4 Maraschino	1.3 Maraska Core
1/4 Cognac-Martell	1/3 Triple sec
2/4 Bakarske vodice	1/3 Gin
uštrcak limunova soka	uštrcak Mente
mala kriška naranče	dopunite s Ginger Ale

JELA

Juha od rasola

Sastojci: 25 dag kiselog kupusa, 1 l rasola, 6 dag ulja, vlasac, celerovo i peršinovo lišće, slatka mljevena crvena paprika.

Kiseli kupus, celer, peršin i vlasac sitno iskošite i dobro promiješajte sa crvenom paprikom i rasolom u posudi za juhu. Ovaj se specijalitet ne kuha, već se kao juha jede hladan.

Juha od rasola - kuhana

Sastojci: 1,5 l rasola, 3 glavice luka, 2 dag masti, 4 dag brašna, crvena mljevena paprika, 2 žumanca, 2 žlice kajmaka.

Rasol procijedite i kuhajte, čim se počne pjeniti, skinite pjenu. Kuhajte oko pola sata. Posebno zagrijte mast, dodajte nasjeckani luk i brašno, a kad brašno porumeni dodajte crvenu mljevenu papriku i još malo popržite. U zapržak dolijte malo rasola, promiješajte i umiješajte u skuhani rasol. Posolite, popaprite i kuhajte oko pola sata. Prije posluživanja umiješajte razmućena žumanca i kajmak.

Juha od rasola nekada je bilo omiljeno jelo i uvijek se iznosilo prvo na stol i jelo se s vrućom projom (žgancima). Za kuću koja zimi nema rasola (misli se na rasol i kupus), a ljeti luka i lijeha (gredica), govorilo se da nije „domaćinska".

Juha od kiselog mlijeka/kiseline

Sastojci: 0,5 l kiselog mlijeka/kiseline, 1 l voda, malo kima, sol, 5 dag brašna, sušeni kruh.

Prokuhajte vodu s kimom i solju. U kiselo mlijeko/kiselinu umiješajte brašno i miješajući ulijte u vodu. Ako je premalo kiselo, zakiselite octom. Prokuhajte i odmah poslužite sa sušenim kruhom izrezanim na kockice.

Juha od kiselog mlijeka/kiseline s krumpirom

Sastojci: 0,5 kg mladog krumpira, 1 l vode, sol, papar, 0,5 l kiselog mlijeka/kiseline, nasjeckani peršin.

Očišćeni i oprani krumpir stavite u vrelu vodu da se skuha. Posolite i popaprite. Skuhani krumpir zdrobite u kašu, dodajte mu kiselo mlijeko/kiselinu, začine i nasjeckani peršin. Poslužite hladnu juhu.

Juha od poriluka s ovčjim sirom

Sastojci: 15 dag ovčjeg sira, 50 dag poriluka, 4 dag maslaca, 2 jaja, 3 žlice brašna, 1 dl kiselog mlijeka/kiseline, 1 l vode, sol, papar, žlica nasjeckanog peršina.

Poriluk očistite, operite i izrežite na kolutiće. Na zagrijanom maslacu (nekad masti) pirjajte 15 minuta poriluk, začinite brašnom, solju i paprom, podlijte vodom i kuhajte dok poriluk ne omekša. Uklonite juhu s vatre, umiješajte izmrvljeni sir, razmućena jaja s kiselim mlijekom/kiselinom i pospite nasjeckanim peršinom.

Lička juha iz Kosinjskog Bukovca

Sastojci: po 1 žuta i crvena mekva, korijen peršina, vezica zelenila za juhu (grincajg), četvrt glavice crvenog crvenog luka, list lovora, 50 dag mladog krumpira, 1-2 žličice slatke crvene mljevene paprike, 50 dag teletine od potrbušine, mast (danas ulje), 1 jaje, 20 dag brašna.

Na rastopljenu mast (ne vruću) stavite sitno naskeckani crveni luk, popirjajte da postane staklast, dodajte na kocke narezanu teletinu i pirjajte uz podlijevanje (čistom juhom ili toplom vodom). Kad meso dobije lijepu boju, a voda ispari, pospite žličicom do dvije crvene mljevene paprike i dodajte 1 – 1,5 l tople vode i na polovice prerezanu mrkvu, korijen peršina i zelenilo, te lovorov list. Kad su mrkva i krumpir kuhani, izvadite zelenilo i dodajte kuhati domaće rezance, tako da juha bude gustio zakuhana. Rezance izradite od jaja i brašna a kad ih razvaljate i režete ostavite da budu deblji i širi.

Recept i priprema ove juhe prenosi se s koljena na koljeno.

Orzo - ječam

Sastojci: 0,5 kg ječma, 2 - 2,5 l vode, dosta dimljenih kožica, dvije - tri na kolutiće izrezane mrkve, malo crvene mljevene paprike, papar u zrnu, sol, češnjak, suha slanina, zelen peršina.

Ječam kuhajte u hladnoj vodi zajedno s mrkvom, crvenom paprikom, paprom i soli, dok ne postane gusto. Dodajte kuhane kožice i začinite mješavinom nasjeckanog češnjaka, slanine izrezane na sitne kockice i nasjeckanog peršina.

Ovo je staro gurmansko jelo naših predaka.

Kisela repa s grahom

Sastojci: 0,5 kg kisele repe, 0,5 kg graha, 30 dag svinjetine (svježa svinjska rebra ili prsni vršak), sol, papar, mljevena crvena paprika, 1 - 2 glavice luka, zelen peršina, 2 režnja češnjaka, žlica brašna.

Kiselu repu operite ako je suviše kisela i stavite je kuhati zajedno s mesom. Grah kuhajte posebno, kad voda zavri ocijedite grah i stavite ga u drugu vodu zajedno s krupno narezanim lukom. Kuhajte dok ne omekša. Kad su repa i grah kuhani, pomiješajte ih zajedno i dodajte zapržak (na rastopljenu mast dodajte usitnjeni češnjak, papriku i brašno, i pustite da blago požuti). Po želji popaprite, dosolite i umiješajte nasjeckani peršin.

Jelo možete začini i lovorovim listom. Umjesto jednog dijela vode možete dodati i goveđeg temeljca.

Varivo od žute korabe

Sastojci: 1 kg korabe, 0,5 kg krumpira, glavicu luka, mljevena crvena paprika, list lovora, nekoliko zrna papra, 5 dag masti, žlica brašna, sol.

Korabu ogulite, izrežite je na kockice i operite. Krumpir ogulite i izrežite na kockice, operite i stavite kuhati u vrelu posoljenu vodu zajedno s korabom. Dodajte list lovora i papar u zrnu. Kuhajte dok omekša. Na masti popržite sitno nasjeckani luk, dodajte brašno i miješajte dok blago porumeni, dodajte crvene mljevene paprike i umiješajte u varivo. Malo prokuhajte i poslužite. Ponekad se posluživalo s kuhanim krumpirom u ljusci (pod ljuskom).

Žuta koraba je danas nepravedno zapostavljena kao korjenasto povrće za pripremu variva. Najbolja uspijeva u Lici i Gorskom kotaru, gdje je zovu komorada, koromada ili po delnički - krmoada.

Žuta koraba s grahom/fažolon

Sastojci: 40 dag graha/fažola, 1 srednja koraba (60 dag), 15 - 20 dag suhe mesnate slanine, 2 lista lovora, papar u zrnu, 1 žlica masti, glavica luka, žlica brašna, sol.

Grah/fažol očistite, operite i namočite preko noći. Drugi dan odlijte vodu, dolijte svježu i prokuhajte nekoliko minuta. Odlijte vodu i stavite kuhati u hladnu vodu, dodajte list lovora, papar u zrnu, pola glavice krupno narezanog luka, sol. Kad je grah/fažol prokuhan, dodajte očišćenu i na kocke izrezanu korabu, te kuhajte dok sve omekša. Na masti popržite sitno nasjeckan luk i na kockice narezanu slaninu, umiješajte brašno i pržite dok lagano porumeni, dodajte crvenu mljevenu papriku i prelijte u grah/fažol. Dobro promiješajte i još malo prokuhajte. Poslužite uz kuhane ili pečene kobasice ili kuhano sušeno meso.

Gacki čerimoš (divlji češnjak)

Sastojci: naberite 2 kg čerimoša i skošite, 20 dag krumpira, mast.

Divlji češnjak polite vrućom vodom (blanširajte), krumpir izrežite na kockice, skuhajte i napravite pire (zgnječite ga). Pire od krumpira stavite na zagrijanu mast i promiješajte zajedno s kosanim čerimošem (divljim češnjakom). Poslužite uz palentu.

Kosinjska povatica – savijača

Sastojci: 1 kg brašna, kvasac, topla voda, malo soli, 4 srednja luka, 6 dl ulja.

Brašno umijesite toplom vodom, kvascem i solju, isto kao da radite kruh. Ostavite tijesto na toplom mjestu, da odstoji, dvadesetak minuta. Luk sitno izrežite, posolite ga i ispirjajte na zagrijanom ulju, 15 minuta i ostavite da se ohladi. Na oveće platno prospite malo brašna i na njega stavite tijesto, razvaljajte ga razvucite na sve strane da bude što tanje. Na razvučeno tijesto rasporedite pirjani luk i zavijte sve u „rolu-savitak"- savijaču – štrudl - povaticu. Tijesto premažite uljem od pirjanog luka. Povaticu podvijte sa svih strana do polovice i stavite u podmazanu zemljanu posudu (danas lim, pleh), cijelu površinu malo izgnječite prstima i pecite pola sata u pećnici zagrijanoj na 200 oC. Nakon kratkog hlađenja povaticu istrgajte rukama i poslužite uz hladno mlijeko ili kiselinu (kiselo mlijeko).

Povatica, povitica - *savijaša* se najčešće posluživala na prelima. Ako se povatica konzumira hladna, tada se poslužuje toplo mlijeko.
Za povaticu/savijaču/štrudl domaćice su radile vrlo tanko tijesto (pitanje časti bilo je što tanje tijesto), bez obzira o kojem dijelu Hrvatske se radi. Da li je savijača (stručni izraz) austrijsko jelo ili „naše"teško je reći, ali jedno je sigurno, mnoga jela na bazi tijesta su naša autohtona jela i zato spomenimo staru uzrečicu, za koju kažu da je austrijska: kora – tijesto za savijaču (štrudl) mora biti dovoljno tanko kako bi se moglo pročitati staro ljubavno pismo s jednakim uzbuđenjem, kao i u trenutku kada ga je poštar donio.
Načini obrade tijesta i nadjevi za „štrudlu"trebalo bi pomno istražiti, jer jela, među inim, kao pituljica i gibančić ukazuju na vrlo slične postupke pripreme a starija su od „štrudle".

Jaja u kiselici

Sastojci: 4 jaja, 1/4 kg kiselice, 1 žlica maslaca, 3 žlice kiselog vrhnja, 1 žlica brašna i sol.

Kiselicu sitno nasjeckajte i zatim je pirjajte na vrućem maslacu. Pobrašnite i posolite i na kraju dodajte kiselo vrhnje. Ogulite tvrdo kuhana jaja, razrežite ih po duljini i prelijte dobivenim umakom.

Jaja s kiselim mlijekom/kiselinon

Sastojci: po osobi 2 jaja, 0,5 l kiselog mlijeka/kiseline za 6 jaja, po želji češanj češnjaka, sol, umjesto masti koristite maslo.

U odgovarajućoj posudi zagrijte mast (ili maslo) i ispecite umućena jaja. Pečena jaja posolite i stavite u dublju posudu jedno na drugo i prelijte s kiselim mlijekom/kiselinom. Po želji u mlijeko možete staviti i nasjeckani češnjak. Prelijte dobro zagrijanom mašću ili maslom i zapecite u zagrijanoj pećnici.

Ličke okruglice

Sastojci: 30 dag brašna, 15 dag kiselog kupusa/zelja (izrezanog na sitne rezance ili naribanog, dobro ocijeđenog), 10 dag kockice pržene slanine, 1 jaje, malo papra, sir ribanac (tvrdi ovčji sir), sol.

Umijesite zajedno sve sastojke u jednu veliku okruglicu, umotajte je u platneni ubrus i stavite u uzavrelu slanu vodu kuhati 20 minuta. Izvadite, ostavite da se malo ohladi, ubrus razvežite, a okruglicu stavite na veliki tanjur. Izrežite je na kriške i prelijte preprženim mrvicama. Poslužite kao predjelo ili kao prilog.

Grah/fažol s kiselim mlijekom/kiselinom

Sastojci: 40 dag graha/fažola, 4 dag ulja, 0,5 l kiselog mlijeka/kiseline, 2 češnja češnjaka, sol, papar, mljevena crvena paprika.

Grah/fažol skuhajte i ocijedite. Zagrijte ulje u dubljoj posudi, dodajte crvenu mljevenu papriku i kuhani i ocijeđeni grah/fažol. Sve to malo propirjajte, prelijte kiselim mlijekom/kiselinom i pospite sitno nasjeckanim češnjakom, začinite solju, paprom i stavite u pećnicu, i zapecite na 200°C. Poslužite uz mladi luk, rajčicu i svježu papriku s domaćim kruhom.

Bob u umaku

Sastojci: 1 kg boba, 35 dag kožica, 15 dag dimljene slanine, 1 celerov korijen, 1 glavica luka, 1 dl bijelog vina, ulje, sol, papar, 20 dag ukuhane rajčice.

Očistite bob i prokuhajte u slanoj vodi. Kožice očistite, narežite i pristavite u slanu vodu. Luk nasjeckajte i popržite sa slaninom. Dodajte naribani celer i propirjajte. Podlijte vinom, dodajte kožicu i začine. Nakon 15 minuta dodajte bob i rajčicu i kuhajte još 15 minuta.

Kljukuš

Sastojci: 30 dag brašna, 3 do 4 češnja češnjaka, 1 žlica masti, 2 dl kiselog vrhnja, malo soli.

Od brašna napravite ne odveć gusto tijesto i posolite ga. Namažite zemljanu posudu mašću i ulijte tijesto. Tijesto mora biti u tankom sloju, debela kljukuša nije dobra. Pecite tijesto u pećnici, ali ne do kraja. Na tijesto stavite sitno kosan češnjak i zdrobite viljuškom tijesto. Zatim prelijte kljukušu kiselim vrhnjem, dobro promiješajte i pecite do kraja.

Zaja

Sastojci: tijesto za rezance, 0,5 kg čiste govedine, 1 žlica masti, 1 glava luka, malo slatke crvene paprike, vrh noža mažurana, 2 dl kiselog vrhnja, 1 jaje, 10 dag sira ribanca, 1 žlica maslaca i sol.

Tijesto narežite na dvije ploče veličine tave. U namašćenu posudu položite jednu ploču. Napravite nadjev od mljevene govedine, kosanog luka, vrhnja i jednog jaja. Smjesu posolite, dodajte mažuran i crvenu papriku. Sve dobro promiješajte i time namažite ploču tijesta u posudi. Drugom pločom tijesta pokrijte nadjev. Zaju namažite otopljenim maslacem i ispecite u vrućoj pećnici na umjerenoj vatri. Kada je zaja pečena, narežite je na manje rombe ili kvadrate, i pospite sirom.

Riječ *jaz* označava; odvod, nešto ograđeno, ponor, provaliju, prepreku, jarak, jaruga.
Jaziti- praviti jaz
Riječju zajaziti opisivalo se kad je trebalo nešto regulirati; nasipom, gatom; urediti korito vode tekućice, usmjeriti dio vodene mase, izgraditi jaz, odvesti u jaz.

Prema svemu sudeći naziv zaja – jelo – nastalo je zbog dvije ploče tijesta koje ograđuju samljeveno meso u jednu cjelinu.

Štroklji iz Gacke (jelo od grušaline)

Sastojci za *tijesto*: 1 kg prosijanog pšeničnog brašna, 0,5 l tople vode, malo soli, kvas ili malo germe.

Umijesite tijesto i razvaljajte u četvrtasti oblik debljine pola cm. Tada je spremno za nadijevanje.

Sastojci za *nadjev*: 1 kg grušaline ili mekšeg sira, 1 veća kapula/crveni luk, 5 jaja, malo „kimljina".

Kapulu/crveni luk sitno izrežite i dodajte grušalini ili siru, dodajte cijela jaja (bjelanjak i žumanjak) i kimljen/kim i sve zajedno izmiješajte. Ovaj nadjev premažite preko tijesta i tijesto preklopite sa sve četiri strane, tako da prekrije nadjev i ostavite u posudi da odstoji pola sata. Nakon toga pecite 30 minuta na 200°C. Nekad su se pekli na ognjištu.

Može se posluživati narezano na veće kocke i toplo i hladno kao predjelo. Ako poslužujemo za glavno jelo, što je prije najčešće i bilo, onda ćemo kad se ohladi zakuhati vodu i zaroniti veće kocke u kuhanu vodu pola minute i poslužiti na širi oval i preliti začinom.

začin: 20 dag putra ili masla, žličica slatke crvene paprike.

Kad se maslac dobro zagrije dodajte crvenu papriku i prelijte po posloženim štrokljima.

Grušalina: prvo mlijeko nakon teljenja krave (kolostrum) ulije se u posudu i doda jednu trećinu vode na količinu mlijeka, posoli, stavi se kuhati i stalno miješa. Kada se zgruda i zgusne procijedi se, dobro stisne, da se dobije suha i prhka smjesa.
Postoji vjerovanje u narodu, na području Gacke, da se grušalina nije smjela nositi van iz kuće kao i jela koja su se spremala od nje. Jela su se samo u kući a kako se mladovno mlijeko imalo rijetko u godini to je za obitelj bilo svečano jelo.
Kad su se štroklji spremali od sira najčešće su se nosili u polje težacima i to samo kod bogatijih kuća.
Danas štroklje pripremaju na slijedeći način:

Sastojci *za tijesto*: 1 kg brašna, 1 kvasac, oko 5 dl vode, malo soli, mast; *za nadjev*: 1 kg sira škripavca narezanog na tanke ploške, 3 jaja.

Umijesite tijesto, ostavite ga da se diže oko pola sata i naknon toga razvucite na debljinu 2 cm u dvije veličine dna tepsije za pečenje (juke). Umiješajte sve sastojke za nadjev. Na zamašćeno dno tepsije stavite prvi dio tijesta, premažite nadjevom i prekrite drugim dijelom tijesta. Krajeve tijesta uz rub tepsije pritisnite da nadjev ne može izlaziti. Pecite u zagrijanoj pećnici na 200 oC oko 50 minuta. Ispečeni i ohlađeni štrokalj zamotajte u čistu platnenu kuhinjsku krpu i prokuhajte u kipućoj posoljenoj vodi oko 5 minuta. Narežite na manje komade (kocke) i po želji prelijte topljenim maslacem (*ucvrčanim putrom*) i poslužite uz kiselo mlijeko (*kiselina*) ili samo pospite sa šećerom.

Riječ štrokalj - označuje uleđenu nakapljevinu pod strehom, ledeni mosur, ledenicu tj. ledenu sigu. U Primorju i Dalmaciji se pod tim imenom (štrokalj) podrazumijeva jelo od sušene hobotnice (ili mrkača) pripremljen na jedan od željenih načina.

Gacki trenci (treniši)

Sastojci: 0,5 kg brašna, voda, 1 dl masla ili masti.

Umijesite prhku smjesu i oblikujte razne sitne komadiće između dlanova. U prokuhanu slanu vodu stavite trence i kuhajte desetak minuta. Procijedite i stavite u širu zemljanu zdjelu, začinite maslacem ili mašću.

Trenci su se također mogli posluživati i tako da se odozgo stavi još i kiselo zelje/kupus ili kiselina/kiselo mlijeko.

Čepurki s jajima (pečurke s jajima)

Sastojci: 0,5 kg čepurki/pečuraka, 1 kapula, 4 jaja, papar, sol, ulje.

U ulju pirjajte kapulu/crveni luk izrezanu na listiće. Dodajte na listiće izrezane čepurke/pečurke. Dinstajte dok voda ne ispari. Dodajte tučena jaja, kratko promiješajte, osolite i popaprite. Jelo za doručak ili marendu.

Janjetina kuhana s pršutom

Sastojci: 25 dag pršuta, 50 dag janjetine, 1/2 glavice luka, 2 mrkve, 2 rajčice, peršinovo i celerovo lišće, sol, papar;
za prilog: domaći rezanci, umak od rajčice.

Pristavite pršut u 2-3 l vode (uzmite najviše osušeni dio koji se ne jede sirov). Kuhajte sat i pol te dodajte janjetinu izrezanu na komade, oljušteni luk, očišćene mrkve i rajčice te celer. Kuhajte i više od jednog sata. U međuvremenu napravite umak. Procijedite juhu, stavite opet mrkve i zakuhajte rezance. Prije posluživanja, juhe, pospite nasjeckanim peršinom. Skuhanu janjetinu i pršut poslužite s umakom i tvrdom purom.

Janjetina u pivu

Sastojci: 50 dag janjetine, 40 dag svježih rajčica, 45 dag luka, boca tamnog piva, 4 dag brašna, 5 dag maslaca, sol, papar, malo mljevene crvene paprike, zelen peršina.

Brašno, sol i papar izmiješajte u tanjuru. Meso izrežite na kocke i uvaljajte u mješavinu. Maslac zagrijte i na njemu pirjajte meso oko 10 minuta. U vatrostalnu posudu stavite pirjano meso, dodajte nasjeckani luk, oguljenu i na kockice izrezanu rajčicu, prelijte pivom, poklopite i pecite u zagrijanoj pećnici, na 180°C, jedan sat. Preostalu mješavinu na tanjuru izmiješajte s malo vode, prokuhajte tri minute, pospite nasjeckanim peršinom i poslužite uz gotovo jelo s prilogom – „restani“ krumpir, domaći kruh i hladno pivo.

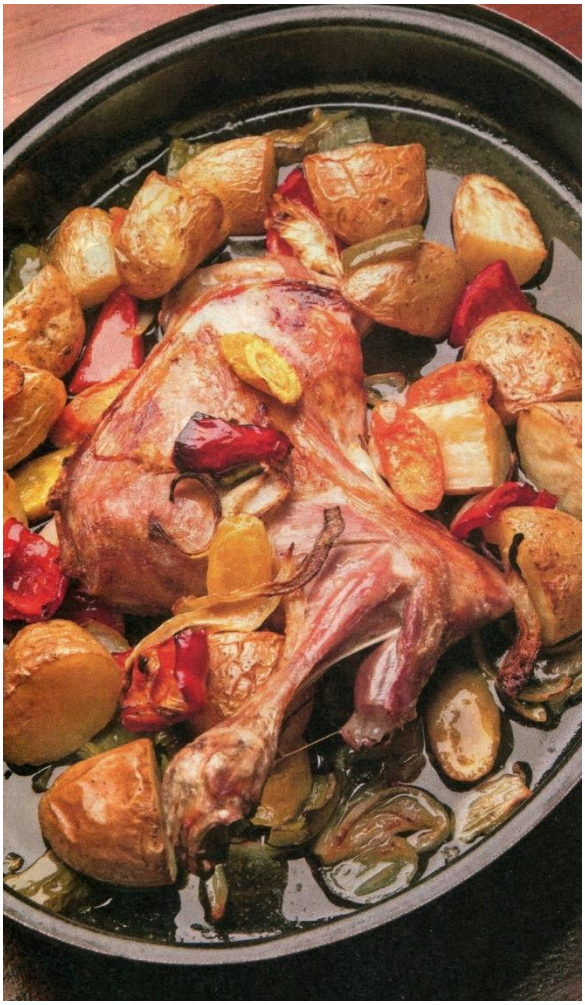
Kuhanje s pivom priznati je oblik u kulinarstvu kojim se jelu daje novi, specifični okusi. Opće je poznato da se prilikom pečenja mesa, npr. odojka, hladno pivo premazano preko kože pečenke ima za posljedicu posve nov okus. Pivo umjesto mlijeka u smjesi za paniranje (pohanje) dat će piletini ili svinjskom odresku sasvim specifičnu hrskavu koricu. Umaci s pivom imaju pikantan okus.
Dodatak piva jelu u Lici nije nepoznato, obzirom na postojanje nekadašnjih vojničkih pivara.

Pečeni janjeći butovi

Sastojci: 2 manja janjeća buta, 1 janjeća maramica, 40 dag suhih šljiva, 15 dag oraha, 20 dag sezonskog povrća, 20 dag suhih mahuna, ulja po želji.

Janjeće butove ukrstite i stavite u posudu za pečenje. Izbodite ih nožem i u svaku šupljinu stavite očišćeni orah, Pokrijte maramicom i podlijevajte kako maramica ne bi izgorila. Za to vrijeme prokuhajte suhe šljive i očistite ih od koštica. Posebno prokuhajte suhe mahune. Gljive prokuhajte cijele. Tako pripremljene priloge složite u posudu zajedno s butovima. Na jednu stranu šljive, na drugu gljive, na treću mahune. Sve još malo posolite i pomastite, pospite sitno kosanom mrkvom, peršinom, odnosno onim čim raspolažete od svježeg povrća. Malo podlijte vodom i zapecite zajedno s butovima. Jelo iznesite na stol u posudi u kojoj se peklo. Uz butove možete poslužiti mlaćenicu (tekućina koja ostane nakon izrade maslaca).

Ovaj način pripreme najčešće se radi uz granične predjele Plitvica i Bihaća.



Janjeća lopatica (plećka) s krumpirom

Sastojci: 1 janjeća lopatica (plećka), oko 1,5 kg, sol, papar, 3 žlice maslaca, 60 dag krumpira, 6 manjih glavica luka.

Meso odvojite od kostiju, rastanjite batom, posolite, popaprite i savijte u rolu, učvrstite uzicom i stavite u duboku vatrostalnu posudu. Posudu poklopite i zapecite odozdo, u pećnici oko pola sata. Oko mesa složite krumpir izrezan na četvrtine i nasjeckan luk i propržen na maslacu, posolite, popaprite. Sve zajedno pecite u umjereno zagrijanoj pećnici dok meso ne omekša. Tijekom pečenja meso podlijevajte vlastitim sokom i masnoćom da bi bilo što sočnije.

---

ili

janjeća lopatica od 1,5 kg, 80 dag krumpira, 10 dag mrkve, 20 dag crvene i zelene paprike, 1 glavica luka, 1 rajčica, 2 dl suhog bijelog vina, 5 dag svinjske masti, sol, papar.

Meso posloite i stavite u veliku posudu za pečenje s poklopcem. Dodajte svo povrće izrezano na manje komad, podlijte vinom, i rastopljeno mašću. Pecite u zagrijanoj pećnici na 200 ºC oko 1,5 sat, zatim još pola sata otklopljeno, dok meso ne dobije zlatnu boju.

Nadjevena janjeća prsa

Sastojci: 75 dag janjećih prsa, 20 dag mljevenog mesa, 0,5 dl vode, 1/2 žlice škrobnog brašna, 1 - 2 češnja češnjaka, 4 žlice nasjeckane zeleni peršina, sol, papar.

U odgovarajućoj posudi pomiješajte mljeveno meso, vodu, škrobno brašno, fino usitnjeni češnjak, nasjeckani peršin, sol, papar i druge začinske trave po želji. Nakon što se dobro promiješali odložite na hladno. Oštrim nožem zarežite uz svako rebro na janjećim prsima, izvucite rebro tako da dobijete veliki odrezak mesa. Posolite ga i popaprite. Pospite meso sa 2 žlice nasjeckanog peršina i premažite nadjevom tako da 1/4 mesa ostane nepokrivena. Uvijte meso tako da onaj nepokriveni dio ostane na kraju. Cijelu roladu dobro zavežite uzicom. Posolite i popaprite roladu, zavijte u nauljenu alu-foliju i pecite sat i četvrt na 175 ºC u pećnici. Odstranite foliju, premažite roladu uljem i pecite do kraja da dobije lijepu boju. Ispečenoj roladi odstranite uzicu i odmah poslužite.

Janjeća pletena crijeva

Sastojci: 1 želudac, 1 plućica, crijeva, 5 dag ulja ili masti, sol, papar, lišće peršina, crvena mljevena paprika.

Crijeva očistite, operite, izrežite na dužinu od oko 2 metra pa ih objesite da se osuše. Plućica i želudac isto izrežite na trake široke 2 cm, te i njih objesite da se osuše. Od crijeva, plućica i želuca ispletite pletenice a krajeve vežite koncem. Posolite, popaprite, zavijte u krug i stavite u namaštenu posudu. Pospite nasjeckanim peršinom. Na ulju ili masti popržite crvenu mljevenu papriku, podlijte s malo vode i prelijte preko pletenice. Pecite u pećnici na jakoj vatri. Kad je pečeno, izrežite na komade i prelijte sokom od pečenja. Poslužite s kiselim mlijekom. S pletenicom možete peći i janjeću glavu.

Ovčji but u maramici

Sastojci: ovčji but, 2 šalice ulja, sol, češnjak, trbušna maramica.

Meso operite, izribajte češnjakom i nabodite češnjakom. Premažite uljem, solju i pecite u zamašćenoj posudi dok meso ne omekša. Tijekom pečenja povremeno ga okrečite i premazujte sokom od pečenja i toplom vodom. Kad but omekša izvadite ga i omotajte maramicom. Pecite dalje, premazujući sokom od pečenja, dok se maramica ne zapeče. Poslužite izrezano na odreske i prelito sokom od pečenja uz prilog po želji.

Pašteta od gacke pastrve

Sastojci: 1 kg pastrve, 30 dag slanine, 12 dag putra/maslaca ili margarina, sol, papar, lovorov list, slatke crvene paprike.

Pastrvu ispecite na žaru. Odstranite glavu i peraje i sameljite zajedno s kostima. Posebno na maslacu pirjajte slaninu izrezanu na sitne kockice, dodajte lovorov list. Sve sameljite ili propasirajte. Pomiješajte sa samljevenom pastrvom. Posolite, popaprite i po želji dodajte crvene paprike. Dobro izmiješajte da dobijete namaz. Stavite u kalup po želji i prije posluživanja neka odstoji nekoliko sati u hladnjaku. Pašteta se može i zamrznuti.

Salata od gacke pastrve - I. način

Pastrvu kuhajte u vrućoj vodi u koju ste prethodno dodali sol, papar u zrnu, 2 - 3 lista lovora, kriškice limuna. Kuhanu pastrvu očistite od kostiju, zatim izlomite na sitne komadiće. Prešanu šunku sitno iskošite, dodajte majonezu i začinite po želji (sol, papar, crvena paprika). Sve izmiješajte i dodajte kuhanu pripremljenu pastrvu.

Salata od gacke pastrve - II. način

Pečenu pastrvu ohladite, odvojite glavu i peraje, očistite od kosti i izlomite na sitne komadiće. Začinite limunovim sokom i posolite. Dodajte na kockice sjeckanu kapulu/crveni luk.

Nadjevena štuka

Štuku očistite tako da kroz škržne otvore izvučete utrobu. Nadjev pripremite od usitnjene slanine, šunke, i luka. Kroz škrge nadjenite štuku i lagano pecite na žaru.

Grgeč u glini

Ulovljene grgeče nemojte čistiti od krljušti. Pomoću oštrog noža napravite dugačak rez na trbušnoj strani i izvadite utrobu. Ako ima ikru, vratite je u trbušnu šupljinu i cijelu unutrašnjost dobro osolite. Ribu zatvorite i dobro je obljepite tankim slojem gline. Ako su grgeči krupni, sloj žeravice treba biti deblji. Ovako pripremljenu ribu zatrpajte u žeravicu i ostavite da se peče 30-45 minuta. Dužina pečenja zavisi od veličine ribe. Pečenu ribu izvadite iz žeravice i ostavite da se malo ohladi. Očistite pepeo i pažljivo odstranite glinu. Na njoj će ostati koža i krljušt, a meso odvojite u posudu. Ovako pečenim grgečima se lako odstranjuje kralježnica (središnja kost) s većinom kostiju. Iako u prvi mah ne djeluje baš primamljivo, grgeč u glini je izvrstan specijalitet. Čim se spusti u žar, glina postaje sterilizirana i idealno oblikovana zemljana „posuda“za pečenje.

Štuka s mrazovačama

Mrazovača, gljiva koja se nalazi u većim količinama u kasnu jesen i zimi na vrbovim panjevima

Sastojci: 75 dag mljevenog mesa od štuke, sol, papar, nekoliko češnjeva nasjeckanog češnjaka, pola male glavice luka, nasjeckani peršin, pola nasjeckanog feferona, 5 dag mljevenih mrazovača.

Sve sastojke izmiješajte i podijelite na dva jednaka dijela. Na dno posude za pečenje nalijte ulje, razvaljajte polovicu smjese ali tako da ne zahvati rubove posude. Duž tog dijela smjese složite tanko narezane listiće mesnate slanine, a četiri tvrdo kuhana jaja izrezana na polovice ravnomjerno utisnite u smjesu između listića slanine. Pokrijte zatim sve to drugom polovicom mljevenog ribljeg mesa, lagano nauljite i stavite u pećnicu da se peče. Povremeno prelijevajte bijelim vinom. Poslužite s vrganjima zakiseljenim u octu.

Sitna pržena riba

Sitnoj i „nekvalitetnoj“ribi, kederi (uklija, zelenika), duljine 6-8 cm ne čistite utrobu. Nije potreban čak ni nož, jer se krljušt može lako odstraniti pomoću oštrog kamenčića ili nekog sličnog pomagala. Ovako pripremljene ribice operite, osolite i ostavite jedan sat u hladovini, na nagnutom mjestu, da se dobro ocijde. Uvaljajte ih u brašno i pržite u dosta ulja dok ne dobiju reš koricu. Ovako pečene ribice se jedu zajedno s kostima, jer su one lomljive i hrskave.

Salata od sušene štuke

Sušenu štuku stavite u zdjelu, dodajte dobro oprani krumpir u ljusci, nalijete hladnom vodom i sve zajedno kuhajte dok krumpir ne omekša. Vodu odlijte, krumpir ogulite i izrežite na kolute. Ribu nalijte ponovo hladnom vodom i čim proključa izvadite je, očistite od krljušti i izrežite na komade. Krumpir i ribu izmiješajte, pospite kosanim lukom, uljem, paprom. Octom i dodajte koju ljutu papriku feferonku. Prije posluživanja treba odstajati desetak minuta.

Lovački kotlić

Sastojci: 1 kg zečevine od plećke, 15 dag suhe slanine, 2 glavice luka, 2 mrkve, 4 režnja češnjaka, 50 dag vrganja, lišće peršina, ružmarin, 2 dl kiselog vrhnja, 2 dl crnog vina, 1 list lovora, 5 borovnica, ulje, papar, sol.

Meso narežite na veće komade. Suhu slaninu narežite na štapiće. Luk nasjeckajte i popržite na ulju zajedno sa slaninom i nasjeckanim češnjakom. Mrkvu narežite na kolute. Vrganje narežite na listiće. U kotlić slažite naizmjenično povrće, meso, slaninu i vrganje. Svaki sloj pospite nasjeckanim peršinom i ružmarinom. Dodajte lovor i borovice. Posolite i popaprite. Zalijte vodom da bude pokriveno. Kuhajte na srednje jakoj vatri oko 3 sata. Tijekom kuhanja povremeno protresite kotlić. Ukoliko je potrebno, dodajte malo tople vode. Petnaest minuta prije nego je jelo gotovo dodajte crno vino. Prije posluživanja prelijte vrhnjem.

Salata od sira i mladog luka/kapule

Sastojci: 35 dag mladog kravljeg sira, 15 dag mladog luka/kapule, 2 grančice peršina, 1 dl vrhnja, papar, sol.

Mladi luk/kapulu očistite, narežite na sitno zajedno s perima, posolite i pustite da odstoji pola sata. Nasjeckajte peršin i umiješajte sa sirom i vrhnjem, i ocijeđenim mladim lukom. Posolite, popaprite, izmiješajte i odložite na hladno mjesto. Poslužuje se kao predjelo uz domaći kruh i pole, kao dodatak pečenjima i salata.

Salata od mladog boba

Sastojci sastojci: 2 kg boba, sol; za umak: bijeli vinski ocat, ulje, sol, papar, malo mažurana, 2 češnja češnjaka, zelen peršina.

Očistite bob i skuhajte u slanoj vodi. Ocijedite ga i stavite u zdjelu. U zdjelici pomiješajte ocat, ulje, sol, papar i usitnjeni mažuran. Češnjak i peršin nasjeckajte i dodajte u ocat. Razblažite umak po potrebi s vodom u kojoj se kuhao bob. Začinite salatu i poklopite da odleži barem pola sata da se sastojci dobro povežu.

Salata od boba s rajčicom

Sastojci: 30 - 40 dag boba, 30 dag rajčice, papar, 1 glavica luka; za marinadu: 4 žlice ulje, 3 žlice octa, sol, 1 žlica isjeckanog peršina.

Skuhajte bob u posoljenoj vodi i ocijedite. Rajčice izrežite na kolute, luk na manje komadiće. Pomiješajte sve sa bobom, začinite marinadom i ostavite kratko vrijeme prije posluživanja.

Lička pogača sa sirom

Sastojci za 10 osoba: 18 žlica brašna (25 dag), 1 čaša kiselog mlijeka (2 dl), 30 dag ribanog ličkog sira, 1 čaša ulja (1,5 dl), 1 vrećica praška za pecivo, 3 jaja, 1 žličica soli.

Umiješajte jaja s kiselim mlijekom, dodajte prašak za pecivo, ulje, sol, brašno, i ribani sir. Plitki okrugli pleh premažite masnoćom, pospite brašnom i stavite tijesto. Ispecite pod pekom ili u pećnici na temperaturi 180 oC, oko pola sata. Poslužite još toplu.

Raženi kruh/kruv

Sastojci: 65 dag raženog brašna, 20 dag oštrog bijelog brašna, 1 vrećica kvasca, 1 žlica soli, 1 žličica smeđog šećera, 1 žlica ulja, malo maslaca za mazanje posude.

Raženo i bijelo brašno pomiješajte zajedno u posudi, dodajte kvasac, sol i šećer, i sve dobro izmiješajte. Dodajte toliko ulja i mlake vode da možete umijesiti tijesto. Tijesto stavite na pobrašnjenu dasku i mijesite oko 10 minuta. Povremeno pospite dasku brašnom dok mijesite. Trebate dobiti glatko tijesto. Oblikujte tijesto u kuglu i stavite natrag u posudu, u kojoj ste počeli raditi, prekrijte čistom krom i ostavite dva sata na toplom da uzađe. Ponovo ga stavite na dasku i dobro promijesite. Nožem, izrežite na četiri jednaka dijela i svaki oblikujte u štrucu. Maslacem namažite posudu i na svaki stavite po dvije štruce. Prekrijte vlažnom krpom i ostavite 40 minuta na toplom mjestu, da ponovo uzađe. pecite u zagrijanoj pećnici na 190°C oko 1 sat, odnosno dok štruca ne nabubri.
Dobro pečeni kruh je zlatnožute boje i odzvanja „šuplje“ kad se s donje strane kucne zglobovima prstiju.

Heljdin kruh/kruv

Sastojci: 70 dag heljdinog brašna, 70 dag bijelog brašna, 5 dag kvasca, 1 žlica šećera, 1 dl mlijeka, 5 dl mlake vode.

Kvasac pomiješajte sa šećerom otopljenim u mlijeku i ostavite da uzađe. Obje vrste brašna izmiješajte i u sredini napravite rupu. Stavite kvasac, dolijte mlake vode i umijesite kruh. Tijesto stavite na stranu da se digne i ponovo ga izmijesite. Stavite u podmazanu posudu, ostavite da se ponovo digne i ispecite u srednje toploj pećnici. Peče se otprilike 40 minuta. Poslužite kad se ohladi.

Kruh/kruv od krumpira

Sastojci: 1 kg brašna, 30 dag krumpira, 2,5 dag svježeg kvasca, 4 dl vode, sol.

U manju posudu stavite kvasac, malo šećera, malo brašna i malo mlake vode. Dobro promiješajte i ostavite pokriveno da uzađe. Krumpir skuhajte i napravite pire. Brašno i krumpir spojite, posolite, dodajte uzašli kvasac i sve dobro izmiješajte. Napravljeno tijesto ostavite pokriveno na toplom mjestu oko 40 - 50 minuta da se digne. Pecite u pećnici na temperaturi 200°C oko 45 minuta.

Proja

Sastojci: 0,5 kg kukuruznog brašna, 2-3 žlice bijelog brašna, žličica soda bikarbone (novi dodatak), sol, 1 jaje, 2 žlice ulja (prije mast), 15 dag svježeg kravljeg sira, 1 do 2 žlice kajmaka (novi dodatak - kajmak nije lički specijalitet, po starom naputku dodaje se samo kiselo mlijeko), 2 dl kiselog mlijeka, voda.

Kukuruzno i bijelo brašno pomiješajte, dodajte sodu bikarbonu, jaje, izmrvljen sir, razmekšani kajmak, ulje (rastopljenu mast) sol i kiselo mlijeko. Vodom

zamijesite gusto tijesto. Stavite u posudu namazanu masnoćom i pecite oko 40 minuta. Poslužite toplo.

Kruh koji se najčešće radio u selima oko Plitvičkih jezera i planine Plješivice. Proja se na našem području radila na više načina (priloženo je nekoliko naputaka), jedan od njih je i slijedeći: u 1 l vode umiješajte šalicu raženog, ječmenog, zobenog i pšeničnog brašna (kasnije se stavljalo i kukuruzno) s malo ulja, soli i kvasca (nekad komadića starog kruha). Peklo se u posudi namazanoj mašću. Ponegdje su površinu ukrasili i sjemenkama buća i suncokreta.
Proja (proha) je okruglog, malo pljosnatog oblika, dobro pečene i raspucane rumeno-smeđe kore. Unutrašnjost je žute boje, zbijene strukture i sitne poroznosti, te slatkastog mirisa i ukusa kukuruza. Koristila se u svakodnevnoj ishrani posebno 60-ih godina prošlog stoljeća. Način pripreme proje je specifičan i radi se tako da se kukuruzno brašno popari vrelom vodom zamijesi, oblikuje i ostavi da prenoći tj. da se upoležači (škrob fermentira do šećera pa je malo slatka) i tek naredni dan peče.

Lukmira - posna razljevuša

Sastojci: 60 dag pšeničnog brašna, 1 dl ulja, 1 šalica vode, češnjak, sol, ocat, 3 žlice ulja za mazanje lima.

Pomiješajte ulje i vodu, posolite, dodajte brašno i zamijesite gusto tijesto, dodajte vode da dobijete tijesto kao za palačinke. U posudi zagrijte ulje, ulijte tijesto i pecite u pećnici. Preko pečene razljevuše prelijte ocat u koji ste dodali usitnjeni i stučeni češnjak.

Za jelo koje se pravi od: skosanog zelenog dijela mladog luka, sira vrhnja i soli, također se kaže – lukmira.

„Bogata“ pita

Sastojci: 80 dag vučenog tijesta za savijaču, 20 dag krumpira, 20 dag celerovog korijena, 20 dag mrkve, 20 dag gljiva, 10 dag luka/kapule, 30 dag masnog sira, 20 dag base ili kajmaka, 6 jaja, 2 dl slatkog vrhnja, lišće peršina, sol, papar, ulje.

Oljuštite luk/kapulu, nasjeckajte i ispržite. Sve povrće očistite i nasjeckajte što sitnije. Stavite na luk/kapulu i pirjajte da omekša. U ohlađenu smjesu umiješajte sir, basu i dva jaja. Dobro promiješajte, namažite na tijesto i savijte u savijaču. Stavite u nauljenu posudu i pecite otprilike jedan sat na 200 oC. Pomiješajte jaja i vrhnje, umiješajte nasjeckani peršin, prelijte preko savijače i pecite još dvadeset minuta.

Suva pita

Sastojci: 2 kg tankih kora (vučenog tijesta), 7,5 dl ulja, 1,20 kg samljevenih oraha, 25 dag grožđica; za preljev: 2,5 kg šećera, 2 limuna.

U zauljenu posudu stavite šest kora (svaku od njih, kao i svaku novu, poprskajte uljem), te pospite orasima i grožđicama, dalje naizmjenično stavljajte po dvije kore, pa nadjev. Na vrhu neka bude deseta kora. Ostatak ulja prelijte preko kolača i narežite ga još sirovoga. Pecite sat i pol na 150 oC. U međuvremenu skuhajte sirup od šećera, 2 l vode i limuna narezanih na kolute. Njime prelijte ispečenu, vruću pitu, koja nije vlažna kao baklava.

Torta od kiselog mlijeka/kiseline

Sastojci: 2 jaja, 0,5 kg šećera, 0,5 kg masti, 27 dag brašna, 2,5 dl kiselog mlijeka/kiseline, kvasac.

Pjenasto umutite jaja sa šećerom i masti. Dodajte malo kvasaca, brašno i kiselo mlijeko/kiselinu. Sve zajedno promiješajte, stavite u namaštenu posudu i ispecite u pećnici.

Božićna pletenica

Sastojci: 1 dl mlijeka, nekoliko žlica vrhnja, pola kocke kvasca, 3 žlice šećera, 0,5 kg brašna, 1 žlica rastopljenog maslaca, prstohvat soli, 1 žumance.

U čaši mlijeka rastopite pola kocke kvasca i šećer. Kad se kvasac digne, dodajte ga brašnu i umijesite tijesto s mlijekom. Izrađeno tijesto razdijelite na tri jednaka dijela i ostavite da se digne. Odvojite malo tijesta za figurice i rukom oblikujte okrugle komade – trake - duge 25 cm. Tako oblikovane komade ispletite u pletenicu, a početak i kraj čvrsto spojite. Od odvojenog tijesta izradite figurice (likove) kvočke i pilića (simbolizira majku i djecu) i njima ukrasite pletenicu. Na kraju namažite razmućenim jajem, i po želji pospite makom ili tucanim orasima. Pecite oko pola sata na temperaturi od 170 –200 ºC, u namašćenoj posudi, do svijetlosmeđe boje. Nakon pečenja odmah je umotajte u čistu krpu da se dobro ohladi.

Uskrsna pletenica priprema se na isti način ali se u nju (sredinu) utisne kuhano jaje (u svaku pletenicu po jedno). Ovakava pletenica se radi uz neznatne razlike u svim našim krajevima

---

Pekmezice

Sastojci: 0,5 kg brašna, 20 dag maslaca ili 15 dag masti, 5 žlica šećera, 2 jaja, malo kajmaka, ribane limunove kore, kvasac, malo mlijeka, sol.

Kvasac umiješajte s malo vode i šećera da se digne. Dignuti kvasac umiješajte s ostatkom šećera, mlijekom, limunovom koricom, jajima i kajmakom. U brašno umiješajte mast ili maslac, mješavinu s kvascem i malo posolite. Izradite tijesto glatko tijesto, razvaljajte i kotačićem izrežite u komadiće široke 2 prsta i 4 prsta dugačke. U sredinu svakoga stavite pekmez (po želji, iz domaće zimnice), preklopite po duljini u oblik slova **S**. Ostavite da se digne i ispecite, u pećnici, kod umjerene temperature.

Posna savijača za Badnjak

Sastojci: 30 dag glatkog brašna, malo soli, 1 žlica ulja, 2 dl mlake vode, 1 žlica octa; nadjev: 15 dag suhih šljiva, 15 dag suhih smokava, 15 dag suhih marelica, 15 dag oraha, sok jednog limuna, 1 žlica šećera, 1 žlica ruma, 1 žlica cimeta.

Tijesto dobro izradite i ostavite ga stajati jedan sat. Voće močite jedan sat u mlakoj vodi, ocijedite i izrežite na grubo (komadiće nejednake veličine). Povežite (izmiješajte) sa sokom od limuna, rumom, cimetom i dobro izgnječite rukama. Tijesto razvaljajte, ne na jako tanko. Na trećinu površine rasporedite nadjev i tijesto savijte. Pecite oko 50 minuta na 200 ºC.

Nemasna savijača radila se različitog sušenog voća, pa tako i od kruške tepke (tepsti – stresti; jesenjska kruška koja se jede kad se ugnjili), koja se sušila i od nje pripravljao fini kompot, koji se posluživao poslije posne badnjačke večere.

Žele od grožđa (ćupter, ćukter)

Ova delicija u prošlosti, žitelji sela oko ***Gračaca*** (Lika), korištena je zimi oko Božića. Naime, kako ovdašnji žitelji nisu radili vino, oni su pred Božić s konjima išli u donji kraj, u većini slučajeva u Brotnjo po vino i rakiju, a domaćini su im na dar davali ćupter. Kao dijete uvijek sam se tom veselio i očekivao dolazak *vindžija* (tako su se nazivali ljudi koji su *izgonili vino*).

Žele od grožđa se spremao u sezoni berbe grožđa, kada se ocijeđeni sok od grožđa ukuhavao s brašnom i pretvarao u masu sličnu želeu, te se na pijatima (tanjurima) oblikovao u krug debljine do 1 cm. Ćupter se posluživao narezan na trakice. Uz njega, kao i uz suhe orahe i smokve prija rakija. Djeca su to jela umjesto slatkiša.

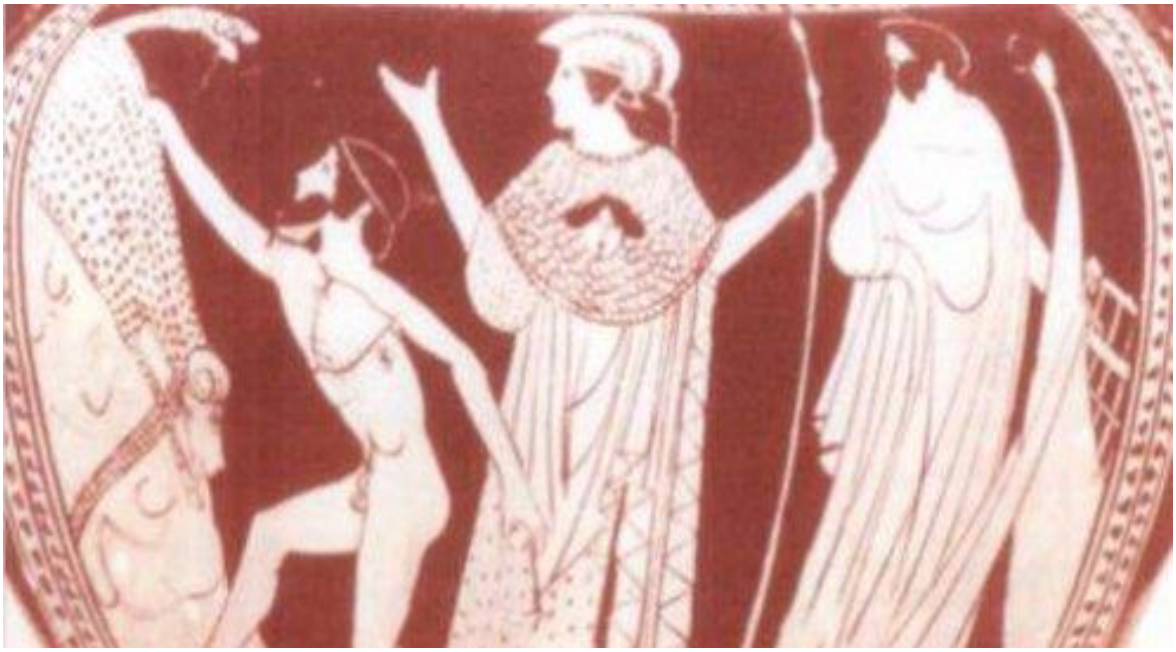
Ocjedi se màst od vina i stavi se kuvati. Doda se kukuruzno ili pšenično brašno, a može i mješano. Povremeno se mješa, a kada se masa zgusne razlije se u veću i širu posudu u debljini od pola centimetra. Ostavi se da se suši, može i vani na suncu. Kada se masa počne stvrdnjavati izreže se na kocke i naniže na špagu (konac). Ostavi se u odgovarajućoj prostoriji da se dosuši. Ćukter je sličan rogaču, tvrd, ali sladak.

ISTRA

Bertius, Petrus. Histria, cca. 1600

Istra

Jazon i Argonauti na mitskom brodu "Argo"

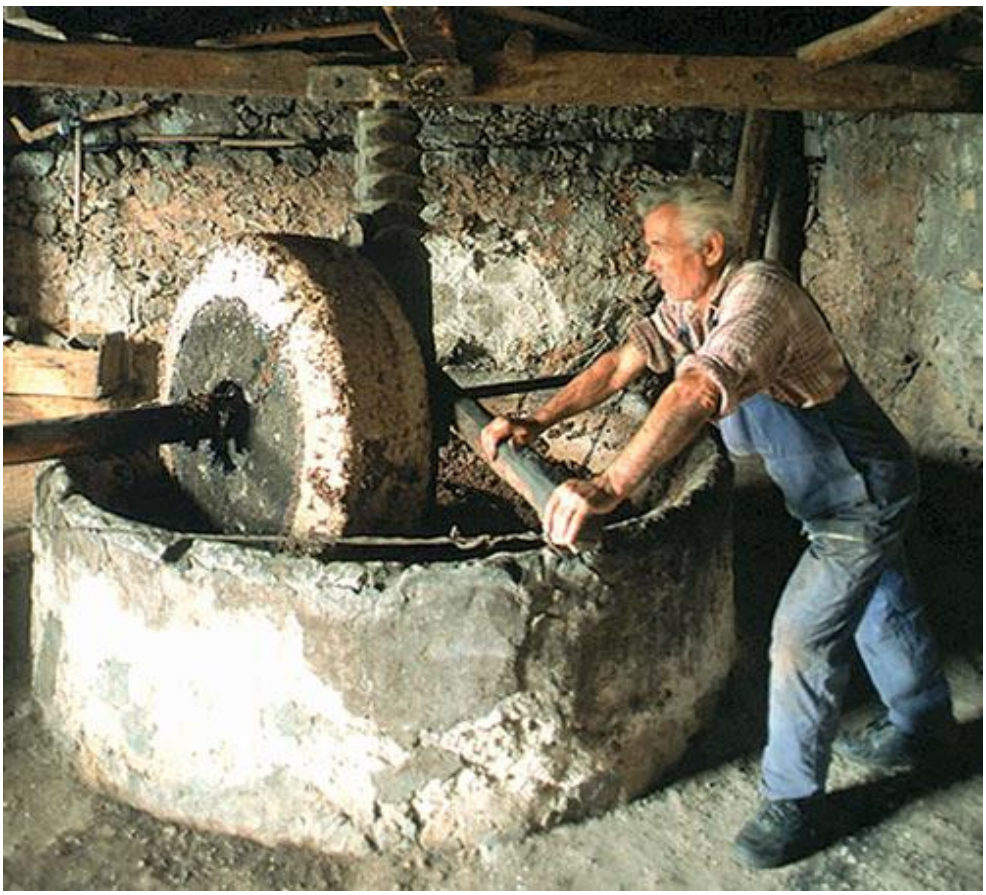


Jazon i Argonauti

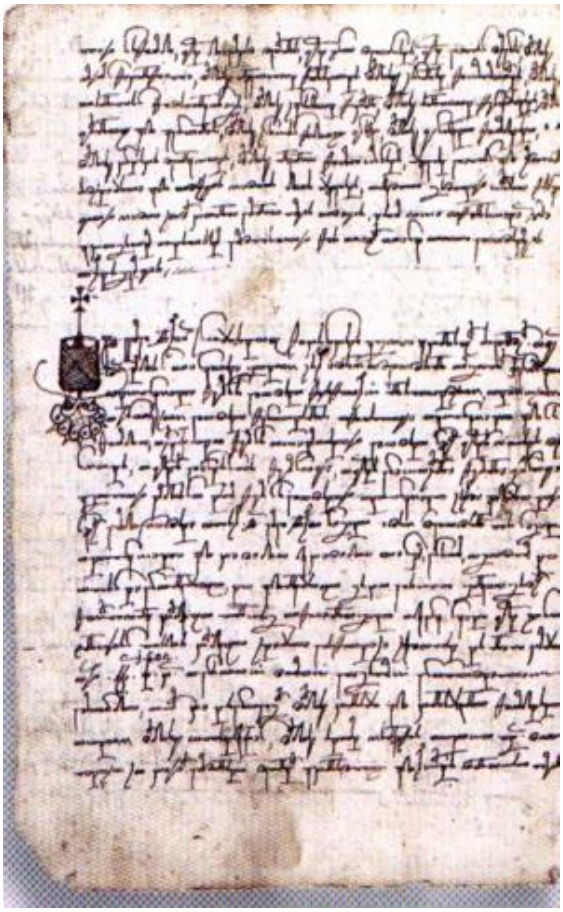
Augustov hram u Puli

Rimska vila na Brijunima

Rimska vila na Brijunima

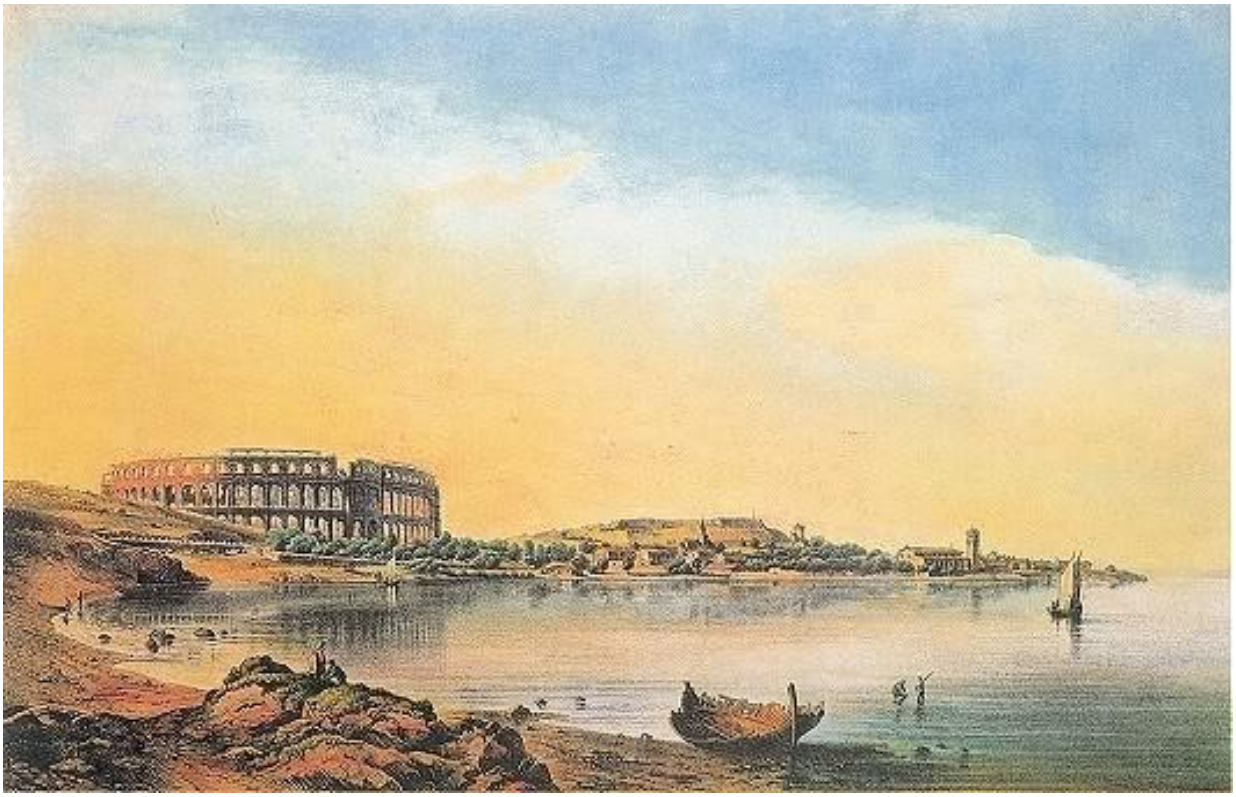


Tijesak za masline iz rimskog doba; Fažana (antičko ime Vasianum, smješteno nasuprot otočja Brijuni, dobilo po ondašnjoj tvornici amfora i raznih posuda).

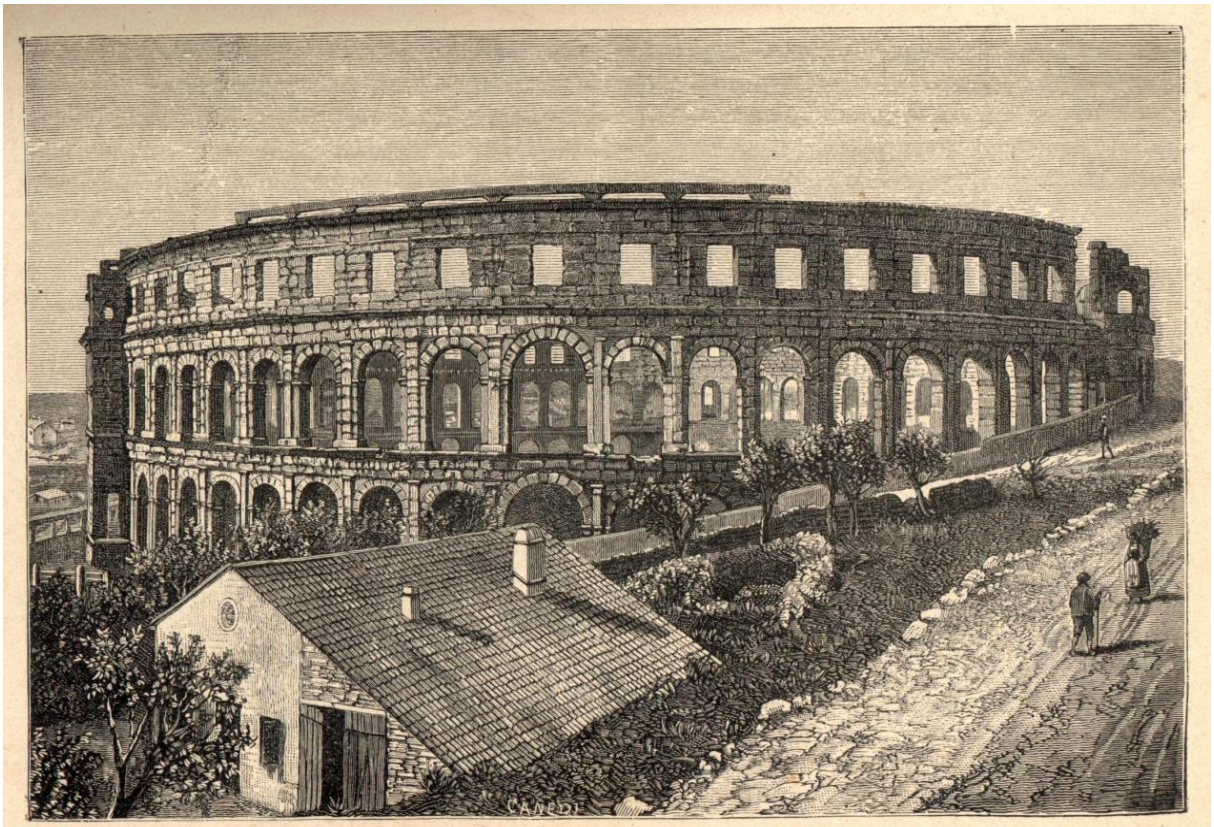


Istarski razvod (razgraničenje granice) od 25. ožujka 1275.

Pula



Teško je to danas zamisliti, no u 18.st. pulska je luka bila prepuna *riba, sipa*, pa čak su znale zalutati i *jegulje*. Kod Valelunge je do polovice prošlog stoljeća bilo uzgajalište *dagnji* i *oštriga*. Vallelunga (*Valle lunga* – „duga uvala“) prigradsko naselje u Puli, sa sjevera graniči s Paganorom, s istoka Karšiolom, s juga Pulskim zaljevom, a sa zapada Monumentiom.

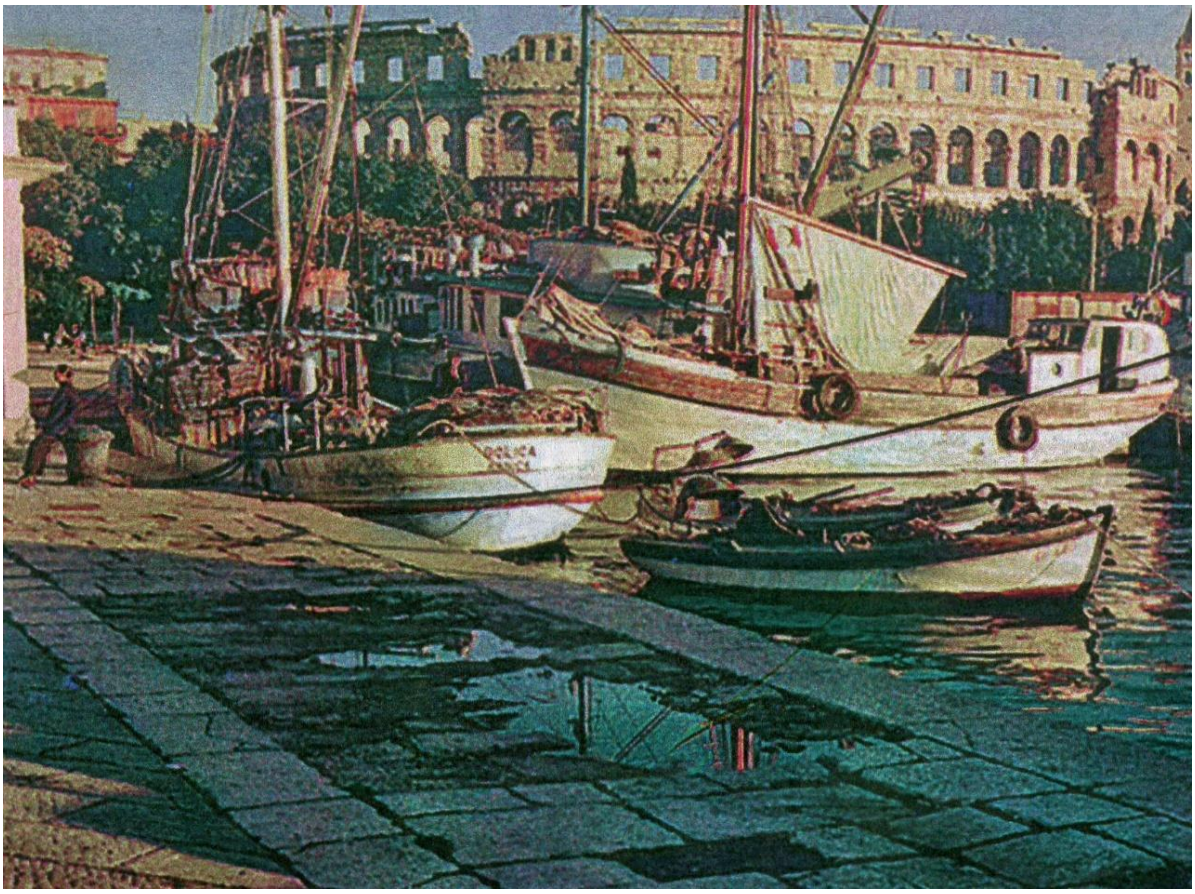


Amphithéatre de Pola; d'après une photographie de M. l'abbé P. Bauron (voir page 76).

Pula

Hafenpanorama.
A Pola. après une magnifique traversée
(Vue de l'Escadre Austro-Hongroise)
5 Septembre 1901
Cordialités
Verl. F. W. Schrinner, Pola. — Phot. Alois Beer, Klagenfurt.

Pula



Pula

Kuća iz 1370. godine, Pula

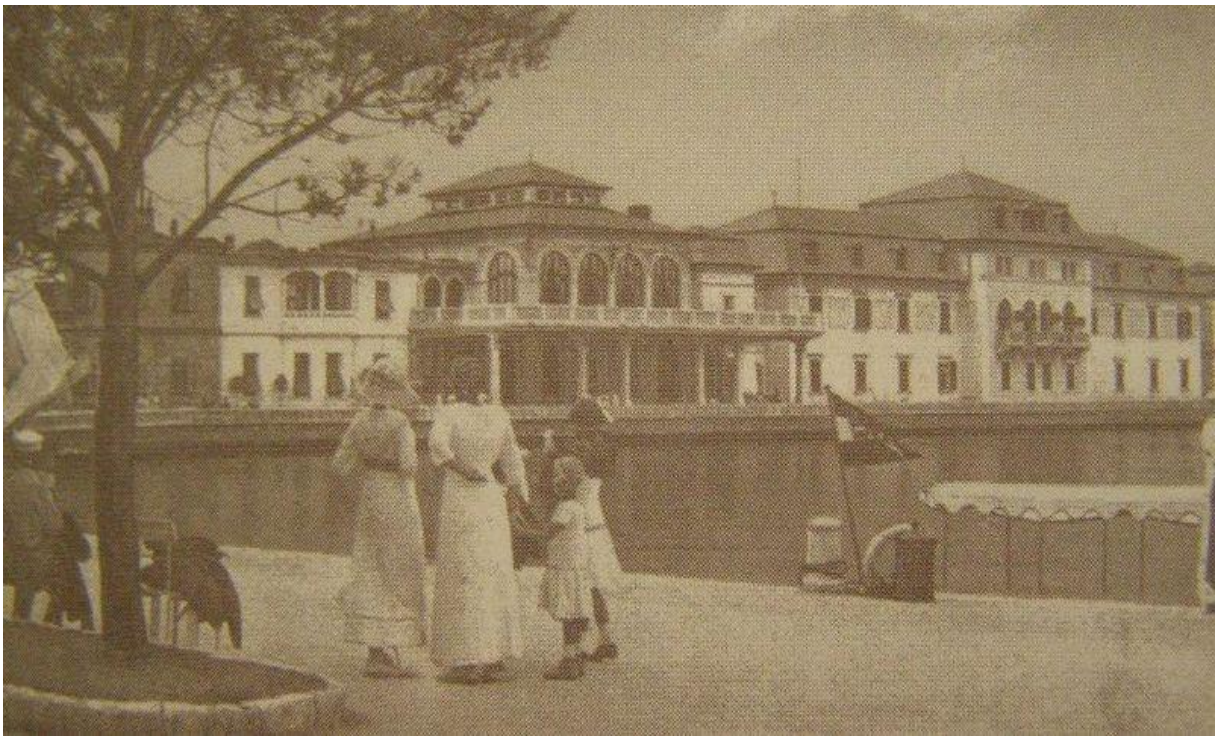
Na tada već omiljenom gradskom trgu Port'Aurea br. 2 radi Caffe'Commercio u vlasništvu Bazarini & Co s telefonskim brojem 208. Kavana je imala dvije dvorane, u jednoj stolovi za bilijar a u drugoj stolovi i naravno užitak konzumacije kave i drugih pića uz dobru cigaru. Lijevo od ulaza šank,sa zidom od ogledala .....otmjeni konobar Fritz tih godina poslužuje goste ovog renomiranog Pulskog mjesta. Kavana je osvijetljena plinskom svjetiljkama a za vrijeme hladnih zimskih dana grijana. Mnoge poznate osobe dolaze u kavanu: admirali Herman Freiherr von Sapun i Rudolf grof Montecuccoli, grossadmiral Anton Haus, zapovjednik mornarice i flote te kapetan korvete Miklos Horty, budući najmlađi kontraadmiral. Uz brojne druge goste u kavanu su zalazili i mornarički dirigent Franz Lehar, libretist Felix Falzari, maestro Antonio Seitz, godinama kasnije i James Joyce poznati književnik sa suprugom Norom.I mnogim poznatim puljanima kavana je bilo omiljeno mjesto izlaska: odvjetnici dr. Matko Laginja, dr. Lodoviko Artusi, dr. Lodovico Rizzi i Guglielmo Vareton, gradonačelnici Pule dr.Ivan Zuccon, i liječnici Domenico dr. Benussi, dr. Mauro Depiera ....

U vrijeme Kraljevine Italije preimenovana je u Caffe' Italia 1922 godine objekt preuzimaju doseljenici iz Rovinja Giacomo i Maria Bazzarini.

U ovom prostoru kavana djeluje kao gradska kavana i nakon 2. sv. rata. Kao gradska kavana bila je otvorena preko dana a posjetitelje je zabavljala glazbom poznata obitelj Rocco i Ema Janković.

Na mjestu nekadašnje fotografske radnje s kraja 40 otvoren je "Caffe bar Uliks" (svibanj1989.godine), nazvan po najpoznatijem djelu Irskog književnika Jamesa Joyce-a ("Ulysses"; latinsko ime Odiseju, sinu Laertovu, mužu Penelopinu, kralju itačkome). Irski književnik, njegovo djelo i blizina Berlitzove škole bile su nadahnuće u izboru imena ovom caffe baru.

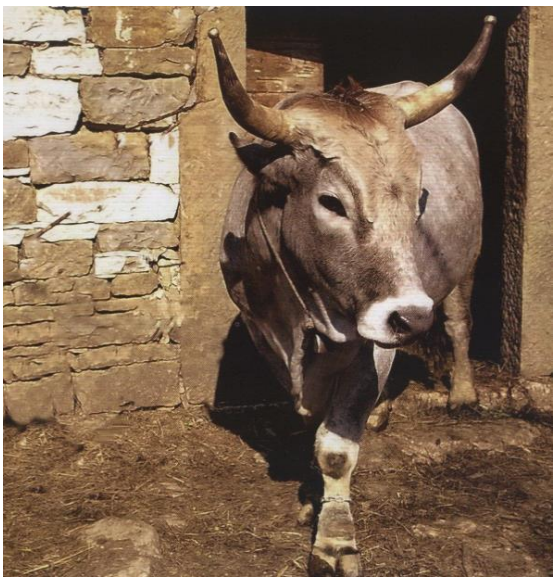
Zlatna vrata – Pula



Brijuni (doba Kupelwiesera)

Poreč

Istarska kuhinja



Boškarin

Dvigrad

Istarska koza

kažun

Istarska kuća

Hum

Biska

Vodenica u Istri

Divlja šparoga je autohtono, samoniklo povrće. Ona je istovremeno i hrana i lijek.
Travanj i svibanj je sezona šparoga,

Fritaja s divljim šparogama

tartuf

drvo marona (maruna)

Lovranski maron

Lovranske trešnje

Najpoznatija kulinarska manifestacija je *Marunada u mjesecu listopadu*. Kolači i slastice od pitomog kestena (maruna) rade se prema starim domaćim receptima. *U mjesecu travnju održava se Festival divljih šparuga*, a *u mjesecu lipnju Dani trešanja.*

Istra je najveći poluotok na istočnoj obali Jadrana, između Tršćanskog i Kvarnerskog zaljeva. Obuhvaća greben Učke i Ćićarije na sjeveroistoku (tzv. Bijela Istra), niže flišno pobrđe (Siva Istra; naizmjenični sedimenti lapora, glinenih škriljevaca, pješčenjaka i vapnenca) i vapnenačka ravan na jugozapadu (Crvena Istra). Pretežno sredozemna klima pogoduje poljodjelstvu, vinogradarstvu, voćarstvu i ribarstvu. Trešnja je simbol središnje Istre, a i lovranska autohtona trešnja, *brtošinka*, je poznata, pa se i u Lovranu svake godine organizira fešta od trešnji u čast – *Dani črešanj va Lovrane*.

Za Istru se također kaže da je to minijaturni kontinent podno Alpa uronjen u Mediteran, koji je sačuvao iskonske prirodne vrijednosti.

Pokorene starosjedioce Rimljani su postupno romanizirali, priključivši Histre regiji Venecija i Istra, a Japode i Liburne provinciji Ilirik (pod Skardonitanski konvent /Skradin). Na prijelazu između 6. i 7. započelo je naseljavanje Slavena i dovršeno je dva stoljeća poslije. Od sredine 10. stoljeća Istra pripada Hrvatskoj.

U dalekoj prošlosti Istru su nazivali „zeleni poluotok", jer je obalno područje bilo pokriveno bujnim zimzelenim šumama. Duž obale od Kopra do Pule i na istoku do Raške Drage, gdje su prelazile na otoke Cres i Lošinj, rasle su zimzelene šume crnike, zelenike kao i druge biljne vrste, u obalnom pojasu širokom nekoliko kilometara. Prema unutrašnjosti poluotoka razvila bujna vegetacija hrasta medunca, graba i pitomog kestena, a u planinskom pojasu bukove šume. Istra je i rasadnik raznog aromatičnog bilja i trava poput: bosiljka, koromača, lobode, majčine dušice, mažurana, lovora, pelina, radiča, rokulje, ružmarina, rute, smrče, šparoga, trnka, itd., stotine vrste gljiva.

Nedaleko Ližnjana na lokalitetu Kargadur nalazi se neolitičko naselje – istarski Vučedol. Pronađeno ribarsko naselje, prema dosadašnjim nalazima, staro je oko sedam do osam tisuća godina. Naselje je bilo u funkciji od 5710. do 5630 prije Krista, zatim je dvijestotinjak godina bilo napušteno, a kasnije opet naseljeno. U to doba čovjek je prestao biti lovac i postao je ratar i stočar. Pronađeno je osam udica (samo je još na jednom mjestu na Jadranu iz tog razdoblja pronađena udica), tragovi ribljih kostiju različiti vrsta riba, žitarica (sjeme ječma i pšenice), mahunarki, lješnjaka i drugih plodova. Po tragovima su stručnjaci ustanovili da su Ližnjanci jeli i divlje svinje i jelene, ali i ovce i koze. Tragovi upućuju da su stanovnici održavali trgovačke veze s ostatkom svijeta i morskim putem. Pronađenim strelicama za lov od kremena, udicama od životinjskih kostiju, nakitu od morskih školjki, žetelačkih srpova od kamena, te dijelovi kultnih posuda od keramike omogućuje rekonstrukciju barem djelić svakodnevnice tadašnjih stanovnika.

Feničani, Saraceni ili možda prema legendi, starogrčki moreplovci Argonauti, koji su navodno osnovali Pulu (Polis) bili su sigurno zadivljeni onim što su našli, zimzelene šume, široke zaravni plodne zemlje, lako pristupačna obala i bistro plavo more bogato ribom. Tada su uzorane i prve brazde, zasijane prve njive, posađene prve sadnice masline i reznice plemenite vinove loze. U toj novoj sredini grčki su kolonisti otkrili i bogatstvo šuma u unutrašnjosti poluotoka sa svim plodovima i svakovrsnom divljači. U Raškoj dragi grčki su mornari i drugi moreplovci našli zaštitu od nevremena, jednom su dijelu drage dali ime Kalavojna, što znači - dobro vino. Kalavojna nije jedini toponim grčkog porijekla u Istri, duž istočne obale Jadrana susrećemo ih na mnogo mjesta i otoka. Veliki plovni put prolazio je istočnom obalom Jadrana između otoka, uz zaljeve, uvale i drage, svuda gdje se mogao naći dobar zaklon od oluja i jakih vjetrova. Tim je putem plovilo sve više ljudi, prometala su se razna dobra, razmjenjivala iskustva i vještine u zanatstvu, poljoprivredi, pomorstvu i ribarstvu.

Kad su Rimljani krenuli u osvajanje prvi su na udaru bili Histri (Istri), pleme koje je nastavalo istarski poluotok. Oko Pule su zatekli bogato poljoprivredno zaleđe, polja s velikom proizvodnjom žita, ulja i vina. Žito je zbog potrebe vojske, ispred svih drugih proizvoda, stoga je car Domicijan (51-96. god. prije Krista) čak zabranio podizanje vinograda preko potreba domaćinstava, a naredio je sijanje žitarica. To je pogodilo južni i zapadni dio Istre, jer je vino, koje se tamo proizvodilo, bilo najtraženiji proizvod trgovine Istre. Uz mnoge su antičke vile (villae rusticae) na obali zapadne Istre nađene muljače za proizvodnju vina i kamene posude (kamenice) za držanje vina ili ulja.

Plodna ravnica Valturskog polja bila je posjed obitelji cara Klaudija I (37-41) i njihovo najvrijednije poljoprivredno zemljište.

Nengon, Ningun, Nengo, Laims, Layme, Lemo, Aine i Leme, nekadašnja su imena rijeke Mirne, koju su Mlečani nazivali Quieto, smatrajući je mirnom i sigurnom za plovidbu dok su svojim drvenim jedrenjacima uplovljavali u unutrašnjost rijeke u potrazi za kvalitetnim drvom. Prema dostupnim podacima rijeka mirna je do 1500. godine bila plovna do Ponte Portona, mjesta na kojem se i danas nalazi most (ponte), ali ne i lučica, kao što je nekad bilo. Tu se utovarivala, istovarivala i razmijenjivala različita roba, a stari su Rimljani svojim malim barkama mogli doploviti i dalje – čak podno dvorca Pietrapelosa.

Pula ili Pola rimski, u 1. stoljeću imala je čak 70.000 stanovnika (prema novim izvorima) dok je cijela Istra imala oko 230.000 stanovnika, sam amfiteatar (arena) mogao je primiti oko 25.000 gledatelja a dva kazališta oko 19.000 gledatelja. Prvo oko 7.000 a drugo 12.000 gledatelja. Pula je zapravo bila rimska kolonija u Istru, koju su „Rimski urbanisti“„osmislili“i „oformili“oko 50. godine prije Krista, kao četverokut s jednakim stranicama. Prirodno zaštićena luka Pula sa strateškim položajem te 10. italske regije, kojoj je pripadala cijela Istra postala

je poželjan grad. Pula je u svojoj okolici razvila vinogradarstvo, maslinarstvo, školjkarstvo, ribogojstvo a posebno je značajna bila trgovina. Bogati Puljani imale su izvan grada svoje ville rusticae a latifundisti svoje rezidencijalne vile. Trgovci i obrtnici, i poneki građani Pule, živeći u gradu svoje potrebe prehrane i pića, zadovoljavali su u različitim ugostiteljskim objektima, kao:

caupona	krčma, gostionica
diversorium	javno prenoćište
hospitium	gostoljublje, noćište, prenoćište
mansiones	boravak, prenoćište
palatia	zgrada za ukonačivanje careva i visokih državnih službenika
papina	krčma u koju su dolazili samo najprostiji ljudi
stabulum	prenoćište za putnike i stoku
stationes	prenoćište na poštanskim stanicama
taberna	gostionica s krevetima
thermopolium	krčma gdje se prodavalo i toplo piće

Sve te radnje imale su svoje jestvenike, reklame, ali i svojevrsne račune. Moglo se objedovati i sastati u lokalima različitih imena, koji su stajali iznad ulaza – „cimeri“. Iz tog doba poznata je „rimska gostionica“ u Sisku. Uz natpis slijedio je popis svega čime mogu gosta poslužiti, često s dodatkom „na velegradski način“.

Rimljanin, stanovnik Italije ili provincije mogao je – ako ga nije hranila vojska – jesti u svojoj kući i/ili u nekom od ondašnjih restorana. Tri dnevna obroka: ientaculum, prandium i cena otprilike odgovaraju zajutarku, objedu i večeri, s time, što je prvobitno glavni obrok bio u rano popodne i tek kasnije, u doba republike, pomaknut u večernje sate.

Za zajutrak se poslužuje vino i kruh ili bi se k tome dodao još med, masline i sir (jede se s nogu, izvan stola), objeduje se uz stol: hladno meso (svinjetina), riba, šunke, svinjeća glava, potrbušina, variva, povrće (najčešće masline), voće (suhe smokve, orasi) i vino. Večera je pravi rimski obrok. Blaguje se u prostoru triclinium. Muškarci i žene poluležeći, a djeca sjede do nogu. Prelazak sa „selskog“ na „gradsko“ radno vrijeme (s glavnim vremenom za razonodu i društveni život navečer) vrlo je slično na današnje zapadno europskom raspoređivanje vremena. Jutarnji i dopodnevni obrok bio je lagan, često „s nogu“, kako nam kaže Seneka (učitelj cara Nerona; filozof i pisac) a navečer je, ovisno o društvenom statusu, poslije kupanja bila gozba. S večernjim obrokom počinjalo je računanje novog dana.

Car Honorije iz Ravene (404. godine) obratio se Istri da bi se opskrbio namirnicama. Pismena svjedočanstva iz 1. stoljeća izvješćuju da je Istra prekrivena maslinama, bogata žitom, izobiljna vinovom lozom te da u njoj zavidnom plodnošću rađaju svakovrsni proizvodi; da se zato opravdano naziva „ravenskom Campanijom”, da je „smočnica kraljevskog grada”, poželjno i

dražesno mjesto razonode; da je bogata ribom i oštrigama; da opskrbljuje svim potrebnim kraljevu miliciju; da krasi imperij; da je raskošna za bogate i da prehranjuje srednje stojeće.....

Došavši od konca 6. do 8. stoljeća u Istru, franački car Karlo Veliki imenovao je vojvodu Ivana (791.) glavarom i uveo feudalni sistem. Da su novo pridošli stanovnici prihvatili vinovu lozu i maslinarstvo kao vrijednu kulturu, potvrđuje bizantski zakon iz 7. stoljeća u kojem se kaže da su dobri gospodari i sposobni vinogradari te da namiruju svoje daće vinom i uljem. Prema Listini Rižanske skupštine (blizu Kopra) iz 804. godine, predstavnici gradova su se pred oglejskim patrijarhom Fortunatom, pred istarskim biskupima, pred izaslanicima cara Karla velikog i pred mnoštvom građana istarskih gradova pritužili na vojvodu Ivana, jer da ih on prikraćuje u njihovim pravima, da ih obvezuje na davanja u ulju i vinu....; bilo je rečeno i da vojvoda Ivan ima posjed u Pojacelu sa zemljama, vinogradima i maslinicima, u Novigradu javno dobro (Fiscum publicum), gdje više stotina kolona u dobroj ljetini izbacuju preko sto sudova ulja, više od 200 žara (amfora) vina (226 hl) itd.; da oni (građani) od vinograda nikada nisu davali (vojvodi) trećinu nego samo četvrtinu, itd....

Tri su glavna proizvoda što ih navode razni dokumenti o dužnim davanjima od 9. do 13. stoljeća u Istri; to su najvažniji predmeti trgovine poljoprivrednih proizvoda - žito, vino i maslinovo ulje.

Darivanja razumijevaju zemljišta sa zgradama, pašnjacima, njivama, vinogradima, maslinicima i dr. Kopar je bio primoran na davanja Veneciji (932. g.) - 100 žara (amfora) najboljeg vina godišnje „u znak posebne počasti". Na takva su „davanja" prisiljavani i drugi istarski gradovi pošto su jedan po jedan bili pokoreni. Tako su pristizali vjernost duždu Dandolu i gradovi Trst i Milje (1202. g.), pa se Trst obvezao plaćati godišnje 50 orna (30 hl), a Milje 25 orna (15 hl) čistog vina.

Iz 11. stoljeća sačuvana je svjedočanstvo o dužnostima i podavanjima seoskog stanovništva. To je „securitas" iz 1017. godine što je daju stanovnici „in vico sancti Salvators" porečkom biskupu Siginbaldu o godišnjem cenzusu. Podavanja plaćaju po kućama (per mansiones et per curtes et per ortos insimul continentes er quamlibet casam). Ako su u tom ugovoru ubilježena zaista sva podavanja, onda su se „darovi" sastojali od svega dvije kokoši godišnje. Stanovnici su vjerojatno bili pretežno seljaci i naturalna su odavanja odmjeravana prema broju volova za oranje. Naime, samo onaj seljak koji je imao dva vola plaćao je modij žita i zobi odnosno jedan kosac sijena. Seljaci su očito imali i vinograde. Od njih su davali određenu količinu vina. Uzgajali su i stoku. To pokazuju podavanja od ovaca: svaka „quarnerija"(četrdeset ovaca) davala je godišnje janje. Upada u oči da seljaci ovoga sela porečkog biskupa nisu obvezni na tlaku. Oni su potpuno slobodno raspolagali selišnim zemljama, ali je biskup od

njih zahtijevao da se pod kaznom vrlo visoke globe od 400 maraka obvežu da neće napuštati svoje selište. Ako su sve odredbe unesene u ugovor početkom 11. stoljeća, onda posljednja odredba upućuje na težnju vlastele da podložnika zadrži na svome posjedu.

Istarski razvod (razgraničenje granice) od 25. ožujka 1275. sačuvan u dokumentu na tri jednakopravna jezika identičnog sadržaja, na hrvatskom (glagoljicom), latinskom i njemačkom opisuje razgraničenje i uređenje granica između istarskih komuna, na temelju starih listina i prema pamćenju „časnih staraca". Spominjanje vinograda gotovo u svim mjestima, pa i središnjoj Istri, pokazuje da je u to doba vinogradarstvo bilo rasprostranjeno gotovo svuda u Istri, osim na planinskom dijelu, Ćićariji.

U kasnijim razvodima spominju se vinogradi. Pa i u statutima, kao što je mošćenički, propisuju se obvezna davanja u vinu, o zabrani paše u vinogradima i sl.

Godinama su Rimljani i Venecija iz Istre izvlačila njeno prirodno bogatstvo; obala je bila bogata ribom, zemlja je davala ulje i vino, drvo iz bogatih šuma (naročiti iz Motovuna) i kamen (drvo i kamen su koristili za gradnju grada na lagunama). Poradi nerazumne sječe koja je trajala stoljećima, ogoljene su i degradirane skoro sve šumske površine.

Na početku prošlog stoljeća identificirana su posljednja stabla zimzelene šume u selu Kmeti kod Umaga. kakve su bole dimenzije tih stabala pokazuje podatak da je jedno izmjereno orijaško stablo zelenike imalo opseg 4,15 m oko korjenastog vrata i 3,07 m na 1 m iznad zemlje. Bili su to relikti nekadašnjih veličanstvenih zimzelenih šuma.

Stanovništva je bilo malo a mnoga polja ostajala su neobrađena. Gubitci ljudstva u mnogim ratovima, od kuge i malarije, između 1347. i 1650., osnovni su uzroci malobrojnog stanovništva u selima i gradovima. Ponestalo je hrane i radne snage, u cijeloj je pokrajini vladala bijeda i glad. U Puli je 1631. godine ostalo poslije kuge 300 stanovnika a u Poreču 100. Stoga je Venecija dovodila nove doseljenike, uglavnom iz Dalmacije. O njihovoj prilagodbi novim uvjetima Tommasini kaže da su to jaki ljudi, vični poljskim radovima, pristali i naočiti, da proizvode mnogo pšenice, da tamo gdje prije nije bilo ništa podižu vinograde, da obrađuju njive. Bilo ih je oko dvjesta ognjišta. To su bili doseljenici iz Dalmatinske zagore, a nastanili su Tar i Vabrigu (Poreč).

Na zemlji se uglavnom proizvodilo žito, stoka, vino, ulje i uz obalu sol (još od Rimljana). Žita je bilo malo, tako da se nisu mogle podmiriti potrebe stanovništva, osobito u vrijeme oskudica, koje su bile česte. U gradovima i većim mjestima postojala su skladišta, iz kojih su građani mogli dobiti žita, ali je otplata duga za žito bila teška za siromašno stanovništvo, pa je dovodilo do utjerivanja dugova.

Vino i ulje ostali su i dalje glavni prihod zemljoradničkog stanovništva, a ta dva proizvoda vrlo su se mnogo izvozila, te je osobito ulje predstavljalo dobar dio prihoda mletačke blagajne. Stoga su mletačke vlasti poticale i potpomagale uzgoj maslina sve do kraja Republike. Proizvodnja ulja u drugoj polovini 18. st. toliko je narasla, da se sva količina, osim malog dijela, mogla izvoziti iz pokrajine. Osim mlinova za žito, koje su vlasti poticale, najunosniji su bili mlinovi za masline.

Mjere koje su koristili za određivanje količine svojih proizvoda bile su, za tekućinu: *spud* (za tekućinu) otprilike 33 naše litre, likuf i librica. Za žito i sol imali su mjere: *star* – otprilike vagan, *polovnik* – ½ stara, kadnica i rotnica. Sijeno i slamu mjerili su po *tovarima*. Tovar je sijena bio, koliko je mogla jaka žena na leđima odnijeti. Vuna se računala na *runa*. Jedno runo vune bilo je koliko se od stare ovce u proljeće oštrigalo. *Odliv* je količina samljevena brašna koji se davao mlinaru za njegov posao mljevenja žita.

Nezaboravimo kakvim su se pokućstvom ili pohišćinom koristili: stol, kantrida (stolci), klipe, ormar, kasela (škrinja), postelj i zikva. Ormar je služio za spremanje robe muške i ženske. Kasela bilo je u kući više, jedna za rublje, a druga za pohranu brašna, soli, graha, boba, itd. U kuhinji je bilo ognjište nisko, povrh ognjišta visio je sa stropa lanac, o koji se objesio manji kotao, kad je trebalo skuhati palentu, a veći, kad je valjalo prigrijati vode. Osim kotla bilo je u kuhinji lonaca, padela, gradela za ribu peći i zdjela. Za jedeći pribor bili su pijati (tanjuri), samo u imućnijim kućama, žlice, piruni (vilice) i noževi.

Važan proizvod, osobito za mjesta na obali, bila je riba, a bio je značajan i izvoz usoljene ribe. Od toga je velike koristi imao Rovinj. U to doba, u Rovinju se podiže kožara i tvornica tjestenine.

U toku stoljeća Istra se iz Venecije i preko Venecije opskrbljivala predmetima obrta i dijelom namirnica; iz slovenskog primorja dolazilo je drvo i proizvodi stoke za sol, ulje i vino.

Boškarin je autohtono istarsko golemo, govedo – **podolac** (uz konja – hladnokrvnja, slavonsko-srijemskog podolca, buše /buša – sitno govedo kratkih rogova uzgajali su još Iliri, i njeni križanci rasprostranjeni su u brdskim krajevima Like, Dalmacije i BiH, poznato je po izvrsnoj kakvoći mlijeka koje sadržava 4-6 posto mliječne masti, što se dokazuju i autohtoni sirevi od tog mlijeka/, magaraca - u nas se prvi put spominje 1214. godine u Statutu grada i otoka Korčule/ ili zagorskog purana, nebriga za njihovo održavanje je zabrinjavajuća), kojem nažalost prijeti potpuno izumiranje i odlazak u zaborav. Slavonsko-srijemskom podolcu, nažalost, također prijeti potpuni nestanak kao i najmanjoj pasmini goveda na svijetu – ličkoj buši. Podolac je zapravo jednostavna,

primitivna pasminam otporna na vanjske uvjete i ništa joj ne treba, i najdraži joj je život na otvorenom. Ta stara vrsta goveda Podolac (lat. Bos taurus) bila je najzastupljenija od Podravine (Virovitica), Slavonije, Sriema i Baranje. Osim kao radni stroj uzgajali s ga i kao cijenjeno kvalitetno meso

Strojevi, traktori i druga poljoprivredna mehanizacija zauzeli su mjesto boškarina i podolca kao radnog goveda, pa su ga ljudi prestali uzgajati. Naše najsnažnije govedo s najvećim i najjačim kosturom jako dugo može ploditi, ogromnog je radnog kapaciteta i skromnim prohtjevom za hranom. Ako nema drugog zadovoljava se brnistrom i kupinom. Privržen je, inteligentan i pažljiv. Stariji ljudi pričaju da je, kad se njime orao vinograd, uvijek glavu držao ustranu, da rogom ne ošteti lozu.

Naši stari hvalili su se svojim govedom, pazili ih i uređivali; češljali, glancali, mazali rogove. Postojali su određeni kriteriji za ljepotu: govedo je moralo imati određenu formu rogova, npr. nije smjelo imati široke rogove jer se oralo u lozama. Pojedina najljepša goveda ljudi čak i nisu izlagali naporima, samo da bi zadržali njihovu ljepotu. Ružnih goveda ljudi su se gledali rješavati. Ako je netko gonio ružno govedo, ljudi su vlasnika izvrgavali ruglu. Boškarin je kruna, simbol seoskog domaćinstva u Istri, a svog gosšpodara služio je i 20 godina. Bik teži do 1000 kg, krava 550-650 kg, a volovi 900-1100 kg.

Podrijetlo istarskog goveda nije do kraja razjašnjeno, a korijen ima u govedu koje je na to područje stiglo prije 2500 godina iz stepa južne Rusije i Besarabije (zemlja između Dnjestra i Pruta, naseljavali je Dačani preci današnjih Rumunja). Na oblikovanje istarskog goveda utjecaj su imale populacije goveda susjednih regija, pogotovo podolca podunavske regije.

Njegovo meso, biološki prirodna hrana, u mnogočemu je kvalitetnije od mesa običnih mliječnih krava, ali i načina njegove valorizacije, odnosno formiranja cijene na tržištu. Kvaliteta mesa istarskog goveda daleko je bolje od mesa običnih krava. Da bi tele istarskog goveda postiglo pravu težinu, za tradicionalnu prehranu, potrebno je 6 mjeseci, dok tu istu težinu od, primjerice, 200 kilograma drugi telci postignu za 3 mjeseca. Mlijeko boškarina daje gustoću od 7-9 posto što je i razlog da je njegov sir rijetki specijalitet. Od mesa muškog goveda stvara se kulinarski brend,

Godine 2007. registrirano 370 rasplodnih krava, stotinjak junica i dvadesetak bikova, koji ne služe kao nekad svom gospodaru, ali su ponos Istre, ljepotice i ljepotani, koji se mogu i turistički valorizirati i pokazivati na izložbama. U Istri se organiziraju dva puta godišnje u Kanfanaru i Višnjanu. Naziv boškarin ima korijen u riječi boška –šuma.

Obnavljanje tradicionalnog sajma (uz postojeće i do danas sačuvane žminjski Bartolj i rovinjski Sv. Fuma) **Jakovlja** vezano je u obnavljanje i boškarina. Jakovlja je bila drevni sajam, velike tradicije i korijena u kraju oko Kanfanara. Još se u Istarskom razvodu (navodno je pisan 1325., a neki povjesničari ga stavljaju u 1275. godinu) nalazi podatak kako je neposredno kraj

crkvice Sv. Agate bila i crkva Sv. Jakova te benediktinski samostan. Tu je prolazila granica dvigradskog i žminjskog komuna, a Istarski razvod spominje da se ovdje svake godine održavao „samanj“za sv. Jakova. Svaki su bili na svojoj strani granice, i vjerojatno kako je stari rad Dvigrad propao, taj se samanj i tradicija slavljenja i sajmovanja preselila u novo općinsko središte Kanfanar.

Još nedavno malo mjesto Premantura na najjužnijem mjestu Istre (nakon pada Venecije imalo je više stanovnika od Pule, koja je naglo narsla nakon što ju je Austro-Ugarska pretvorila u ratnu luku) „prije istarskog turističkog buma“imalo je 2000 ovaca i 1000 stanovnika. Proizvodilo je sve za svoje potrebe i još izvozilo deset vagona pšenice. Bio je nadaleko poznat **premanturski sir**, danas još možda samo u tragovima, rajčice osebujnog okusa, luk koji se čak i izvozio. Danas, na tim njivama koje su davale hranu i još se izvozilo nalaze se apartmani za turiste.

Rolada od boškarina s domaćom palentom i šumskim „mesom“ (gljivama)

Jedan od načina pripreme mesa boškarina kako ih priređuju istarski majstori kuhinje.

Sastojci: potrbušina od boškarina („flam“ – mekani dio goveđeg mesa uz rebra), 20 dag korjenastog povrća, prstohvat soli, 2 glavice luka, grančica ružmarina, lovor, 2 dl bijelog suhog vina, maslinovo ulje, 20 dag kukuruzne krupice, 0,5 l vode, gljive – žute trubače.

Flam posolite, zarolajte ga i povežite koncem. Stavite u posudu i dodajte korjenasto povrće, ružmarin, lovor, vino i maslinovo ulje. Pecite u pećnici zagrijanoj na 180 oC tri sata. Povremeno polijevajte goveđim temeljcem, sokom od pečenja. Na maslinovom ulju popržite gljive. Posolite vodi i u njoj skuhajte kukuruznu krupicu, Miješajte cijelo vrijeme dok se palenta ne počne odvajatio od stjenki lonca. Ukoliko palentu radite od kukuruznog brašna tada brašno morate prvo pofuriti (preliti) vodom. Poalužite odmah, sve toplo, tako da uz palentu narezanu roladu, pokraj nje gljive i sve prelijte umakom od pečenja.

Perkelčt od podolca

Sastojci: 1kg mesa od vrata, lopatica i flama, 2 žlice domaće svinjske masti, 50 dag luka, 2 češnja češnjaka, 1 svježa crvana paprika,1 žlica soli, 1 žlica papra, 2 žličice slatke crvene mljevene baranjske paprike, 1 žličica ljte crvene mljevene baranjske paprike, 1,5 l goveđeg temeljca, 2 dl crnog vina.

Luk o meso izrežite na kockice. Otopite mast i na nju stavite luk i meso. Dodajte žlicu soli i papara, te pirjajte najmanje 1,5 sat, na laganoj vatri. Tijekom pirjanja

podlijevajte pomalo temeljcem. Kad sastojci puste sokove dodajte pariku iskosanu na namjanje kockice., mljevenu slatki i ljuti papriku. Podlijte vinom. Pirjajte joj oko 50 minuta ili dok ne dobijetevželjenu gustoću umaka. Perkelt mora biti gušći od paprikaša. Poslužite ga s domaćim širokim rezancoma kojima ste dodali malo domaćeg svježeg kravljeg sira, i hrslavu prženu slaninu izrezanu na kockice.

Lovranski maruni, tartufi, šparoge i škampi su kulinarske delicije Istre i Kvarnera.

Šparoge, povrće koje se uzgajalo u Egiptu u trećem tisućljeću prije Krista, poznavali su i Rimljani dolaskom na područje tadašnjih Histra, današnja Istra. Po grčkom mitu nastalo je iz ovnovog roga zabodenog u zemlju. Istarske šparoge svrstavaju se u najbolje. Način kuhanja u okomitom položaju, ostatak je rimske kulinarske kulture, i smatra se najboljim načinom. Posuda u kojoj se kuhaju, iako modernizirana, također je ostatak rimske kuhinje; lonac je uzak i dubok, po mogućnosti s perforiranim uloškom kako bi se peteljke kuhale u vodi a vrhovi u pari.

Poznato je oko tristotinjak vrsta šparoga od čega jestivih dvadesetak. Većina konzumnih šparoga je zelene boje, a dvije su bijele (rastu ispod zemlje, pa ne sadrže klorofil) i najčešće se prodaju konzervirane.

Zelene su najzastupljenije i prodaju se u „pušlekima“koji mogu biti kratko, srednje i dugo odrezane. Režu se 5-6 cm od vrha i na dnu moraju biti ravno odrezane. Povezuju se koncem u male snopove i kuhaju uspravne u slanoj vodi, pomiješanoj s malo maslaca ili limunovog soka.

Divlje šparoge su nježni izdanci bodljikavog grma. Najukusnije su na početku sezone. Tijekom pripremanja pustite da „uvenu“na poprženoj ljutici i maslinovom ulju, umjesto na luku, dodajte malo domaće šunke i razmućena jaja. Za razliku od uzgojenih šparoga, koje mogu izdržati u hladnjaku dva do tri dana, divlje treba što prije iskoristiti da ne izgube na okusu.

Deset zapovijedi za lov na slasne zelenosmeđe kulinarske vjesnike proljeća, u zelenim uvalicama, ostacima kamenih ograda, ***mekana zelena sočna glavica s dugačkim vratom - divlja šparoga (šparugi)***

Ne žuri se i ne gubi vrijeme na prve šparožine (mjesta na kojem rastu šparoge), to je *prvo pravilo.* Svatko tko počinje berbu odmah će obrstiti prve grmove tako da je to samo gubljenje vremena (isto je i kod berača gljiva).

Drugo pravilo je posjedovanje štapa kojim razmičemo suho granje, stare šparužine i najavljujemo domorodcima - eventualnim gmizavim stanovnicima, svoj dolazak, koji su najubojiti upravo sada kad su i šparoge.

Ne beri nasuprot sunca niti s naočalama za sunce, to je *treće pravilo*, jer trebaš dobro vidjeti vitku zelenosmeđu stabljiku.

Kad vidiš šparogu stani, dobro je osmotri i odaberi smjer odakle ćeš je najbolje ubrati, jer su šparoge lukave djeve - pretvaraju se u sivkasti osušeni prutić ili zelenu vlat trave. To je *četvrto pravilo* - staloženo promatranje stanja.

Pažljivo štapom istražujte kamenjar i najavljujte svoj dolazak, što je *peto pravilo,* kako se ne bi iznenadili i vi ni stanovnici grmlja i kamenjara.

Ne berite tek iznikle primjerke, mladice, što je *šesto pravilo*.

Uvijek će nakon svakog šparogora ostati šparoga, nitko ne može ubrati baš sve. To je *pravilo broj sedam*.

Kad ste završili sa branjem ne odbacujte štap, sačuvajte ga, što je *osmo pravilo*. Na taj način nećete bespotrebno svaki put rezati ili otkidati grane, čuvajte prirodu.

Deveto pravilo upućuje nas da odmah, još u prirodi, ubrane šparoge raširimo na novine ili papirni ubrus, otkinemo žilavi od mesnog mekanog dijela, prvi bacimo s novinama (ne u prirodi), a drugi iskidamo na komadiće veličine dva-tri centimetra, na maslinovu ulju uz dodavanje malo vode kratko popirjamo, dodamo jaja i - *fritaja* je gotova.

Ako ostane onako cijele stavite u staklenku (od krastavaca ili pekmeza), nalijte vodom i ostavite na prozoru, na suncu, do slijedeće fritaje ili rižota ili salate, … - *deseto pravilo*.

Šparogada koja se održava tjedan dana nakon Uskrsa u gradiču Kaštela sa 1200 žitelja, kolijevci divljih šparoga, jedanaesta po redu (2008. god.) sjedinjuje: pršut, fritaje, fritule i istarsko vino. Lokalne šume pružaju učesnicima mogućnost natjecanja u branju šparoga koje ocjenjuje i komisija. Stručak ubranih šparoga mora lijepo izgledati i biti dugačak oko 25 centimetara, a kilogram uglavnom čini četiri stručka.

Koliko su šparoge značajne za Istru govori nam i *„Bluz* (blues) *beračа šparoga"*od pjevača Šajete (Dražen Turina; *šajeta* - munja).

Gre ovako nekako: *Marica, daj mi škornje i staru stomanju, ja gren va šume, ja gren va graju ...*

Graja su zapravo – šparužina, a pul šparužini bi morala biti - šparuga. *Koje su šparoge najslaje i najceneje - one šparugi ke sami poberemo*. Istrijani kažu: *najjednostavnije je prodinstat šparugi i zgora hitit nekoliko jaj. To je ono ča zovemo fritaja (izljevača sa šparogama – jaja sa šparogama). Od njih se more storit gusta al krem juha, moru se paricat na salatu z jaji ka su kuhana na trdo, pa rižot ...*

Palačinke z šparugami *– najprvo paricamo testo za palačinki (cvet, mleko, jaja, sol ali bez cukara) i spečemo oko deset palačinki. Zavisi kolika je familija. Frigane palačinki napunimo z smjesun ku smo prej tega paricali. Nju storimo tako da zdinstamo na sitno narezanoj kapulice očišćene i oprane šparugi. Kad one omekšaju dodamo 15 dek šunki ili domaće panceti, a more se i kombinirat. Nakon tega va smjesu dodamo 15 dek naribanega mehkega sira i s ten namažemo palačinki ke potle posložimo va štamp. Prej nego ča ih stavimo va peć da se zapeču prelejemo ih z kiselen vrhnjem va ko smo zmešali dva cela jaja i naribali malo trdega sira. Se se to peče dok se ne zažuti, a potle drito na stol. Ovako spravjene šparuge z palačinkami moru se poslužit za obed kot predjelo al kot dodatak, a moru bit i glavno jelo, zavisi kakov ki ima apetit.*

Starodrevni liburnijski gradič Lovran, podno istočnih obronaka Učke, ime je dobio prema gustim šumama lovora što ga okružuju. No pravu je slavu, barem kada je riječ o kulinarstvu, zaslužio svojim voćnim specijalitetima – trešnjama, divnim, tamnocrvenim, hrustavim i mekanim „lovrankama“, a možda još i više - plodovima pitomog kestena – **marunima**. Riječ je o sorti endemična za kvarnerski kraj je je nastala križanjem kestena Dalekog istoka i ovdašnjih domaćih vrsta.

Godine 1973. održana je kulinarska izložba u koju su bili uključeni i lovranski hotelijeri te ugostitelji koji su pripremili jela od maruna za samu izložbu. To je i početak manifestacije – ***Lovranske marunade*** (Maronenfest, Marronfest, Festa dei marroni), koja traje - tri vikenda u listopadu, koja se kasnije nastavlja na Bela Nedeja. Marun je glavno lice zabave u podučkarskim mjestima Liganj i Dobreć. To je vrijeme kada možete kušati stotine različitih specijaliteta: krem juha od maruna, tjestenina s marunima, rižoto s marunima, pureća prsa nadjevena marunima, salata od maruna, kolača, spravljenih od maruna prema izvornim domaćim naputcima lovranskih nona i bižnona. Torte od kestena, kesten-rolade, obični pečeni maruni na jačoj vatri (u tavi, na peći, u štednjaku) i svi drugi kolači u kojima je marun jedan od glavnih sastojaka te, naravno, pire nad pireima – kesten-pire.

Najpoznatija staništa naših maruna su na padinama Učke; Lovran, Opatija, Veprinac, Poljane, Dobreć; točnije od potoka Banjina u Iki do potoka u Mošćeničkoj Dragi (i to prema Učki do 600 metara visine), područja oko maruna očišćena su poput maslinika. Šume maruna su toliko stare da je svako stablo priča za sebe. Najstariji pričaju kako poneki kesten u Lignju ili Dobrežu pamti i prelaske rimskih legionara – nekima se, naime, starost procjenjuje na gotovo dvije tisuće godina. Najstarije drvo običnog kestena u Istarskom mjestu Heki (kraj Pazina) procjenjuje se na starost od 750 godina.

Drvo maruna služilo je za izradu prvoklasnih bačava za vino koje nimalo ne zaostaju za vrlo cijenjenim slavonskom hrastovinom (izrađivali su ih još Iliri, Histri), kolja za vinograde, izgradnju barki i drvenih brodova, jer ovo drvo nije brzo trunulo.

Nažalost, marun je „na izdisaju“. Glavni razlog je nametnik osa *šiškarica*. Svake godine sve je više suhih i potpuno mrtvih stabala. Rak kore pitomog kestena – maruna potpuno je pao u drugi plan otkako se pojavio nametnik osa šikarica koja se u kratkom roku proširila cijelom šumom i dovela do ozbiljnog pada prinosa.

Upozorenje izletnicima Učke, iako maruna nekad ima, kad je naročito rodna godina, toliko da ga nema tko brati – to ne znači da brati može tko se sjeti. Mnogi misle da se smije dirati hrpe maruna ili da se mogu brati plodovi ispod stabala, ali to nije točno. Većina maruna nalazi se u voćnjacima, barem se tako vode u katastrima. Za privatni posjed stvar je jasna, no ni za državno zemljište

nije jednostavno jer brati mogu samo oni koji marun na tom tlu oplemenjuju. U pravilu oni koji odlaze u berbu maruna ulaze na tuđi posjed i – kradu marune.

Kestenovo stablo može doživjeti duboku starost, ali je i vrlo osjetljivo. Stoga ih valja budno njegovati. Trava je u kestenovim gajevima košena kao u engleskom parku, svako je stablo okopano, tijekom ljeta dohranjivano. Mnogo je posla oko naizgled običnog ploda.

Berba maruna je u desetom mjesecu, prve šetemane, kad počinju zoriti i traje do dvajsetega desetega, jer uzore za deset – petnajst dan. Berba se ne obavlja za vrijeme bure (teško pada sa stabla), nego za južine. Postupak berbe podijeljena je u dva dijela. Najprije se skupljaju plodovi koji padnu na zemlju i odvoje od bodljikavog kožnog omotača – „žujice“, to je marun branac. Plodovi moraju odmah konzumirati (uglavnom se potroše na marunadama), jer se ne mogu dugo čuvati. Dubenac je marun koji traje do tri mjeseca ako stoji va žajicah (u omotaču – žujici). Oni plodovi koji se zadrže na stablu, moraju se do početka berbe oklatiti odnosno drvenim kolcima pobacati sa stoljetnih, ponekad i tridesetak metara visokih stabala. Za pobirat marune treba: *stuba, gnjavica, šćipanica* i *šćap*. Nekad dok još nije bilo rukavic su ženske imale šćipanice, drvena, bismo rekli: *klešta ka su hodila na slovo U pa su s timi šćipancami ćapevale žajice i hitale ih va tarvez ili boršu ka je bila vezana oko pasa i onda su se žajice nosile na kup, pokrivale i tako pokrivene stale 40 dan, i onda se to dubilo*.

Gnjavica je dugi štap kojim se lupa po granama da bi marun otpao, a nekad su potu gnjavicu ljudi išli duboko u šumu jer tamo raste jesenevo stablo, a štap mora biti dug i ravan. *Ženske su odvavek pobirale poklaćeni maruni i nosili na kup, a muški bi onda, kad je bilo vremena za dupst šli dubst. Pokle su to grabljami potezalo, marun je ostal spreda, žajica zada, a da bi se bilo iskorišteno ženske su još odozada ćoklae po žajicami z mićemi grabljami, da ako j ostal još ki marun va žajice, da ne propadne. …..* Oprema za branje maruna bez *bocunić*a nije kompletna, jer bez piti se ne more klatiti.

Ti plodovi, koji su još uvijek čvrsto omotani „žujicom“, skupljaju se na gomile u nekom kutu dvorišta ili kestenova gaja te pokrivaju lišćem, travom ili drugim prikladnim pokrivačem. Tako pokriveni, kesteni se ostavljaju „fermentirati“ nekoliko tjedana, čak i mjesec dana, a nakon toga se odvajaju od bodljikavog omotača. Tako „fermentirani“ plodovi mogu se potom čuvati i nekoliko mjeseci pa čak, ali u idealnim uvjetima, i do naredne godine.

Stari način konzerviranja kestena – „kura“. Veliki kabao napuni se do 2/3 zapremine kestenjem i prelije vodom. Sve se to obavlja u prostoriji zagrijanoj na 24 ºC. Pomoću cijevi ili motke koja se osloni na dno, masa se kestenja premeće. Na površinu će izranjati šuplji (zakržljali ili crvljivi) plodovi. Dan-dva kasnije, po površini će se pojaviti mjehurići, znak da je zdravo kestenje u „kuri“počelo fermentirati. Neki su ubrzavali postupak fermentiranja dodavanjem mliječnih

fermenata iz trgovine: na 100 l vode u kablu po 1 gr fermente. „Kura“ traje 7 do 9 dana, dovoljno da se unište gljivice plijesni. Kestenje se potom ocijedi i stavi na pleter ili rešetku (do 10 cm debeo sloj), nikako na betonski ili popločeni, tj. nepropusni pod. Nakon 4-5 dana (sušnih, bez kiše) ovako osušeno kestenje trajno se ostavi na pleteru ili daskama. Ili se spremi u platnene vrećice koje treba da vise u zraku.

Da li današnji učesnici manifestacije – Lovranske marunade – znadu da je svake jeseni na stol Njegova veličanstva, cara i kralja Franje Josipa stizala košarica lovranskih maruna. Dok se sladio „lovraner marunom“ monarh je prisjećao i mondenskog klimatskog lječilišta, Opatije, koju su posjećivali i okrunjene glave Habsburške monarhije. Na plemenitu stolu uvijek se očekuje plemenita hrana, a marun je, u usporedbi s običnim kestenom, plemenita voćka.

Pridite, zabavite se, uživajte „va marune“- kako bi rekli Lovranci.

Marun su naši stari najčešće jeli kao samostalan obrok, pečen ili kuhan za marendu da lakše dočekaju objed ili za večeru uz „žmuj domaćega vina“. Za Božić i druge velike blagdane kuhao se i pasirao, pa su se pripravljale kestenove kuglice koje bi se, ako se moglo, uvaljalo u čokoladu. Nije se koristio kao sastojak slanih jela, jer, kažu starije domaćice, „purica ovdeka ni, a ne zamo da ide u druga jela“. Mlađe ga danas rabe kao sastojak kremastih kolača.

Pravi lovranski marun izvozio se nekad u Beč, Trst i Graz, a danas se rijetko može kupiti i na primorskim tržnicama, a na tržnicama u unutrašnjosti je rijetko viđen gost.

Ne zaboravimo oporuku popa Redene iz 15. stoljeća u kojoj se spominje marun, pa zbog poštovanja naših predaka koji su živjeli od maruna, ne smijemo dopustiti njihovu propast.

Mjesto Medveja, prema priči, dobilo je ime po marunu. Ubrane marune ljudi su stavljali na hrpu i pokrivali lišćem ili kako po domaćem kažu „med veje“ (veje – lišće). Kad bi nekoga pitali u doba godine kad se beru maruni „kamo greš“, odgovorio bi „grem med veje“ („Medveja“).

Brašno i kruh od maruna

Od maruna pravi se i tjestenina i kruh. Kruh se poslužuje najčešće uz gulaše – jela sa žlicom. Brašno se radi od mljevenih sušenih maruna koji se prije sušenja moraju kratko prokuhati.

Rezanci od maruna

Sastojci: 50 dag brašna, 3 žlice brašna maruna, 5 jaja, 1 žlica maslinova ulja, 0,15 dl mlake vode.

Od navedenih sastojaka umijesite tijesto, razvaljajte ga i izradite rezance. Kuhajte ih u posoljenoj kipućoj vodi. U nedostatku brašna od maruna možete koristiti kremu od maruna.

Kruh od maruna

Sastojci: 50 dag glatkog brašna, 20 dag brašna od maruna, 1 jajae, 3 dag svježeg kvasca 1,5 dl mlake vode, 0,5 dl vrhnja, 1 žlica octa od smokava, malo soli, 25 dag maslaca.

Zamijesite tijesto i ostavite ga se udvostruči. Otopite maslac i polovicu prelijte u kalup koji ste obložili papirom za pečenje. Položite štrucu tijesta u kalup ostatkom maslaca. Pecite u zagrijanoj pećnici na 200 ºC oko 45 minuta.

„**Prišal je k Matuljan voz kapuza, voz kapuza kiseloga** …“pjevaju Matuljci o kupusu (zelju) koji je od davnina stizao iz Velikog Brguda (Brgoda) i ostalih sela, oko jugoistočnog dijela Raše, koja su se bavila poljodjelstvom, vinogradarstvom i stočarstvom. Prema starom običaju, za proslavu su se svi težaci iz svojih „leha i lešica“ skupljali u zajedničku povorku - voz - koja je od vrha sela kretala prema njegovu centru, i u kojoj su prezentirali rezultate svog mukotrpnog cjelogodišnjeg rada. Njima bi opskrbljivali cijelo matuljsko područje, a o tome koliko su im se Matuljci radovali, svjedoče i citirani stihovi.

Brgujski kapuz (kapus), kasni kupus**,** svjetlocrvene je boje (crvenkastobijele boje), čvrstih glavica i poput Varaždinskog i Ogulinskog – odlično prilagođen podneblju u kojem se uzgaja. Dva su tipa ovog kupusa, jedan je okrugli, a drugi plosnatih glavica. Nakon što se rasad uzgoji presađuje se u lipnju na njivu, poput krumpira zahtjeva da se zemlja oko njega nagrne. Obzirom da je otporan na bolesti i štetočine i danas se uzgaja bez dodatnog tretiranja raznim kemikalijama, osim što se okopavanjem rješavalo korova. Pravi ekološki proizvod, koji se gnoji isključivo stajskim gnojem.

Krajem rujna i u listopadu dio kupusa se ostavljao na gredicama za svježu potrošnju sve do Svih svetih, pa i duže, jer je otporan na hladnoću.

Kupus se kiseli, još i danas, na stari način – u velikim kacama. Na dno se stavljaju glavice koje se posipaju krupnom morskom solju i doda po koji češanj češnjaka. Na glavice se rezani kupus, pa opet red soli i tako redom. Da bi kiseljenje bilo kako valja, kupus gazi (opranim nogama). Fermentacija se obavlja u nešto toplijoj prostoriji, a nakon toga se kace premještavaju u hladniji – podrum, da ne postane prekiseo, i da se bolje čuva.

Kad je brgujski kapuz postigao potrebnu kiselost, dio se koristio za ukućane, a dio nosio na prodaju, ne samo u Matulje i Opatiju, nego i u udaljenija mjesta.

Kapuz s kombasicama ili pirjani sa suhim mesom, jota, salata samo su neka poznata jela i priznate delicije.

Volosko, nekad ribarsko naselje, danas sastavni dio Opatije, tipično mediteransko naselje zbijeno oko male luke, a uz cestu, koja vodi do Rijeke, redale su se klasične kuće kapetanskih brodovlasničkih porodica (uz svaku kuću uzdizale su se lovorike, smokve, praskve) bilo je poznato i po svojim gostinicama s odličnim kruhom i hranom.

Volovske krušarice (žene koje peku kruh) od vajkada glasovite po svom kruhu „il pane di Volosca"koje su ga prodvale i u Rijeci, kao i okrugle kolače, nalik bodulskim prijesnacima, otišle su u zaborav, kao i voloska mirisna pržolica – „deorum cibus", pripremljena na „temfanje" s krumpirom, bresinom (osogriz, kameni vrijesak; gusti razgranati grmić s bijelim cvjetom; služi kao začin) metvicom i malo ružmarina, sve uz mirisavo domaće vino.

„Stare kuhinje naših nona" vračaju nas u djetinjstvo, manje stresno doba, vjerojatno i materijalno siromašnije nego što je danas ali nesumnjivo sretnije doba. Ta stara kuhinja, na zemljano-limenom ili samo limenom *špakeru*, veže nas uz specifične mirise i okuse, koji pobuđuju lijepa sjećanja i na davnašnja jela, jela koja danas postaju nutricionistički hit, a nekada su bila jela siromašnog puka.

Poput sunca *žuta pura*, *palenta*, danas nam se čini gušćom i ukusnijom, *šuga* (umaci) koji su se kuhali i po tri sata, uglavnom nedjeljom, u kombinaciji s *njokima od krumpira* (domaća pašta) ili *lazanjima* (rezancima), vraća nas u doba kad se nije kuhalo na brzinu. *Fuži* ili njoki *sa šljivama ili marmeladom*, u krušnim mrvicama, *bakalar na bijelo* (obavezno za Badnjak), mali je dio bogatog repertoara siromašne kuhinje. *Mendule, sardele, sardoni, moli, špari, žgombri, trilje, mušule, kalamari, sipe*, …dio je jela ribarskog karaktera, posluživana uz verdure, povrća ili salate, ili uz palentu i kelj. Frigana riba, poput *menule*, bila je svakidašnja hrana.

Kava, kava od ječma (Divka/Kneipp kava ili limenih kutija), uz obilje mlijeka i dosta tvrdog kruha (ostatak od jučer), bilo je često prvo jutarnje jelo. *Spasapan* tipični rovinjsko/vodnjanski doručak ili marenda, od ribara do građana, izgubi se danas iz naših jestvenika (*na stari se kruh stavi malo maslinova ulja i potom bi se kuhao u toploj vodi s nekoliko maslina, tko je imao, dodao je malo sira*).

Prežgana ili broštulana juha kuhala se bolesnim ukućanima (*od brašna poprženog na ulju, uz dodatak vode, starog kruha i možda malo sira*). Često jelo bilo je *maneštra sa slanutkom, ječmom i spasapan-om* (maneštra čiji su sastojci kruh, maslinovo ulje i jaja).

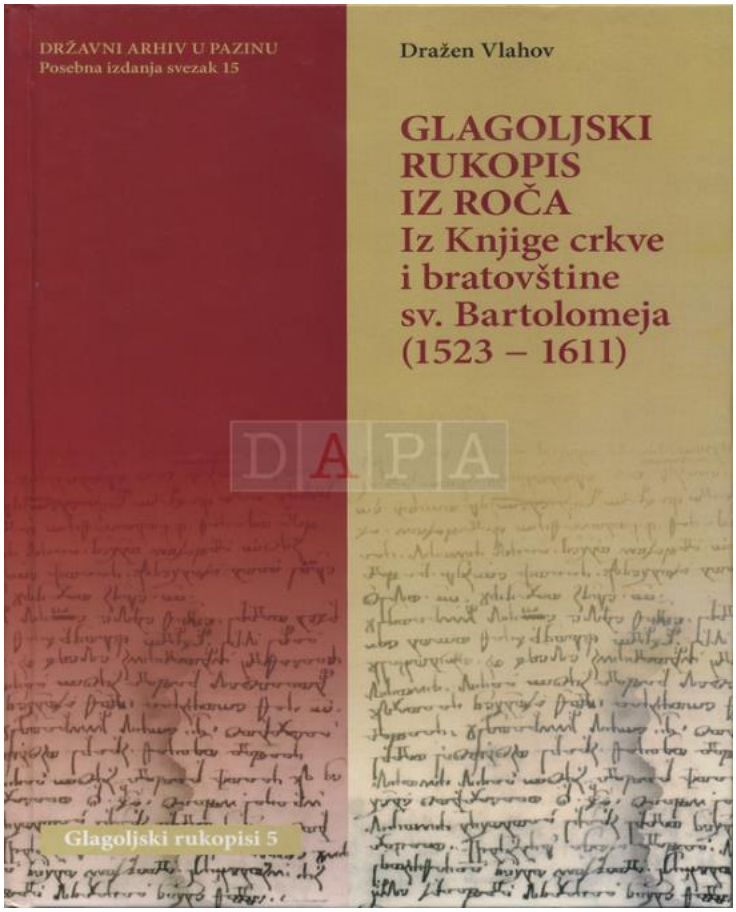
Danas je teško shvatiti da je *rakovica* bila namirnica koja nije predstavljala posebnost, bilo po cijeni ili rijetkosti. Bilo ih je mnogo za malo novaca.

Osobitost i jedinstvenost stare kuhinje naših nona *makaroni u umaku od pijetla, palenta s puževima, janjeće tripice* (jelo koje se zametnulo-izgubilo, zbog predrasuda), *umak od janjeće koljenice umotane u janjeće tripice* (jelo je od staroga vijeka, kada se običavalo pripremati za Uskrs).

I na kraju kolači: *busoladi* (tipični keks Venecije) od brašna, šećera, maslaca, žumanjaka, vanilije, ribane korice limuna, ruma i malo soli, peče se na 170 ºC, 15 minuta, do zlatnožute boje. Bez pretjerivanja može se reći da su u zapadnoj Istri „postali domaći keks“. Ne previše tvrdi slatki keksi oblika kotačića (izvornog oblika busole (kompas) sredina im je velika šupljina) danas u raznim oblicima (i kao S oblik) odličan su dodatak kavi, čaju ili za umakanje u istarsko vino. U Vodnjanu ih nazivaju *busolai*.

busoladi

Villa Caldogno, glavna dvorana, freske Giovannia Antonio Fasolo (1530-1572) završena prije ili 1570;
detalj: tipični kolačić Vicenze.



„Knjiga bratovštine svetog Bartolomeja“
pisana glagoljskim kurzivom najobimniji je spomenik glagoljskih rukopisa Istre

Roč istarski gradič (**90**) na brežuljku, uz cestu Buzet-Rijeka, žarište je hrvatske glagoljske pismenosti i književnosti, u Istri, od 13. stoljeća (**91)**. Jedan od najvažnijih ročkih glagoljaša bio je pop Šimun Greblo, pisac i prepisivač glagoljskih tekstova. Jedna od cjelina iz Greblove ostavštine „Knjiga bratovštine svetog Bartolomeja“pisana od 1523. do 1611. (**92**) vrijedan je dokument iz kojeg se iščitavaju i običaji života tog vremena. U knjigu su zapise unosili i svećenici Jeronim Greblo i Ivan Kovačić, te Ročki općinski notar Ivan Benčić.

Zapisi nam govore o godišnjim prihodima i rashodima bratovštine sv. Bartolomeja, o imenovanju starješina, troškovima za održavanje crkvene imovine, za dogradnju crkve i nabavu novog inventara, o iznajmljivanju „crkvene živine“, njiva, vinograda i crkvenih kuća, o kupnji njiva, o crkvenim svečanostima - jednom riječju o detaljima gospodarskog, crkvenog i društvenog života jedne od malih istarskih sredina u 16. i početkom 17. stoljeća. Knjiga će poslužiti kao korisna građa koja će odgovoriti na mnoga pitanja „kako je nekad bilo i kako se nekad živjelo“.

Osnovni prihodi bratovštine su bili od iznajmljivanja zemljišta i živine, od prodaje vina, ulja, pšenice, sira, skute, mesa, kože, vune, iznajmljivanja kuća,

kamata te od članarina. Na svojim posjedima su uzgajali vinovu lozu i masline, zemljište su davali u petogodišnji najam (zakup) a vinograde na tri ili pet godina. Volovi su se davali u godišnji najam kao tegleća stoka, dok su se krave, ovce i koze davale na „spolovinu“ što je značilo da se priplod dijelio na dva dijela između bratovštine i najmoprimca (još prije tridesetak godina takav se najam nazivao „na pola“). Zarađena dobra bratovština je koristila za izgradnju, dogradnju i održavanje sakralnih objekata, za kupovinu umjetnina i gospodarskih dobara, za plaćanje radnika i za svečanosti (na Veliku srijedu na ročkome je trgu bratovština besplatno dijelila po „spud“ vina), ali i za socijalne potrebe ili za hitne potrebe grada (razne popravke).

Iz obilja podataka u knjizi može se saznati što se u to doba proizvodilo i jelo, koliko su pojedine namirnice koštale i čime se sve trgovalo. Od žitarica se spominju pšenica, raž, pirevica, proso, ovas, sirak. Cijene vina su se u spomenutom razdoblju mijenjale i do trostrukog raspona od najniže do najviše, pšenica čak osmerostruko dok je ulje je imalo najstabilniju cijenu.

Trgovalo se stokom (volovi, krave, junice, junci, telad, ovce, janjad, škopci, koze i kozlići), kokošima, jarebicama, pjetlićima mesom, kožama, o čemu se detaljno vodila evidencija kako o količini tako i cijenama.

U vrijeme pisanja Knjige bratovštine nije spomenuto da se trgovalo svinjama što bi se moglo protumačiti da svinje nisu bile gospodarski važan dio proizvodnje i trgovine, drugim riječima tada nije bilo ni Ročkih pršuta. Danas se kao poslovica spominje da su „najbolji pršuti Istre od Roča do Kožljaka“ (smješten na jugoistočnom dijelu Čepićkog polja). Od ostale trgovačke robe spominju se: vosak, tamjan, svijeće, sir, vuna, posuđe (bačve, badnji, mašteli, škrinje).

BILJEŠKE:

90. prapovijesno naselje Histra; mnogobrojni nadgrobni spomenici iz rimskog doba.
91. Ročki glagoljski abecedarij – ispisan u crkvi sv. Antuna, Brevijar Vida Omišljanina, Misal Bartola Krbavca.
92. sv. Bartolomej apostol; aramej. bar Tholomaj sin Tolmajev, skraćeno Bartol; prema legendi djelovao u Mezopotamiji, Armeniji i Indiji, na povratku je uhvaćen u Armeniji, živom mu je oderana koža i razapet je na križ.

ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE
Knjiga 33, JAZU u Zagrebu 1949.
Boljun (Istra)
Frane Lovljanov
Građa ovog prinosnika pisana je po „Osnovi“A. Radiča 1905 godine.

Ž I V O T N E P O T R E B Š T I N E
Hrana i posuđe

S p r a v l j a n j e i pripravljanje m i e s a, z a b e l i i s o č i v a. – Se, ča je za jes, zove se h r a n a, a nie je, moremo reć, tri vrsti: ot t i e s t a, s o č i v l j e ali s o č i v o i k u h i n j a. Ot tiesta zove se saka hrana ali jes od muoki umiešana. S o č i v o (s o č i v l j e) je cielo zrnje kuhano, od više vrsti skupa za jes pripravljeno, na priliko: fažul, kumpir i ječmik. K u h i n j a je zelienje, pa se tako zove i jes pripravljeno od više vrsti, samo ku je jena vrs zelienje, n.pr. kapus (ali repa), kumpir i fažul skupa.

P r a c s c a ubijao ovako: Puste ga vis hlieva, pa tku okoli kuć za njn, neka se zapuše, da potle lagje krepa. Kad ga uhite, povale ga na tla, prvi kraj stave na cok, pa ga zaguše tako, da mu čez vrat probodu nuoš. Nuoš za prasci klat je napoušni: velik, oštar i dobro zašiljen, Njega nima saka kuća, nego ga posojujo jedan drugemu. Takuov nuoš daduo doma okovat ot kakove stare kosi, ali pak kupe onega z nuožnicami ot kakovega „Turčina“- bi rekli – ča po Rieke te stvari prodava. Ali najviše so se teh nuoži dobavili va Bosne, kat so tamo bili va vuojske kako soldati. – Puli ubijanja krv teče po nuožu va posiebno posodo. Unput odvukuo ubitega prascana kakovo mesto, pa mu s rženico opale i čisto ostržo kožo. Tako delajo, ki ne žele, da in koža buo dobra za upanki, a drugi stržo ali brijo tako z oštren nuožien. Ovako čistega zanesuo va kućo, pa ga povale na kakovo kaselo i počno parat. Najprvo mu pod vrat na prsah zariežo okoli vrata se do miesa i parajo na jeno i drugo stran, kako nogi zapoviedajo. Tako znamo z a j č i ć: to je un debieli špeh pot trbuhom. Znimljo s a l o: tustilo med zajčićen i olitami (o.a.;crijeva). O l i t a znamo i daduo žiensken, neka ih čiste. Pak znamo d r o u p: srce, pluća, jitra i žuć, čmar i slezenico. Zajnovirežujo manje pečenjice i ovo se skupa daduo žiensken, neka čagot ofrigajo, da se zajno sve premarse z mladen marson. Za tien znamo p l i e ć a, to će reć prve nogi, i viriežo veće pečenji: dvie so duge kako jene ribi puli vrat, a dvie pod olitami na hrtu, kie zovuo i l u o m b u l i c i. Puli jeno i drugo stran hrtnie kosti so ž l u o m p r t i. Potle znamo p r š u t i, r i e b r a i h r t n u o k u o s, pa zustane sam špeh na kože. I to razriežo na dva kusa, g l a v o odriežo i njuo rasiekuo na dva kusa, a rilac zasien otsiekuo, pa so r a s p r a v i l i ali razbekarili c i e l e g a prasca.

Kat so prasca raspravili, puste neka se mieso malo ociedi, pa ga p o s o l i e va kakoven ali va maštele Na dno stave pršuti, na nje plieća, špeh, žluomprt, glavo i saki kus dobro-dobro posolie. Met suol zmiešajo i malo speštanega lišća od lavriki, da buo mieso gušneje. Tako va s a l a m u r e se pusti jeno osan dan, a

unput se zname i stavi se va kuhinjo pod griedi, neka se n a d i m u s u š i. To se dela sam gospodar. – Gospodarica pak ali ka druga žienska ot kući s c v r e t u s t i l o – ali salo ne, njega suše – i zlije va obljak, posodo ot kamika. To je tuk (o.a.; mast), i rabi da se š njin pomalo bieli jes čez leto. Ona kora, ča zustane, zove se u c v i r k i (o.a.; čvarci). – O l i t a dobro-dobro operuo, malo ih soljuon zmeljičajo, do buodo čišće, pa ih obrnuo. Vele olita lahko obrnuo na prsti, a male obraćo na vreteno. Va pijate se stori kako jedan skrobić od muoki trukinjeve, krvi i ucvirak, pa se stori kako jedan skrobić od muoki trukinjeve, krvi i ucvirak, pa se stavi, malo papra, gruojza, aku kiega peža. To napaljkajo va vele olita do polu, pa ih viežo i stave va kotal kuhat. Kat se kuhajo, ne smie se pot kotal puhat, a va kotal se stavi kuhat žlic i pirouni, da se ne raspado. Olite se nakuhajo i prido pune. Kat so nekoliko vremena kuhale, bode ih se z jenom iglon – ku teče ž njih čista voda, kuhane so, pa ih se mora zniet. To so olita. Njih riežo i jiduo kako kruh, ali niso za durado. – K r n a t i se nadene va druge vele olita. Tu se nadene krvi i druge drobnini nuotre, malo se prokuha i stavi sušiti. To jiduo po korizmenih nedeljah i na vazan, a kigot spravi i za leto.

S m i e h, najvećo olito, nadeno kako olita ali kako za krnati, kako se kiemu vidi; ali ga triebe brzo pojes, zač je debiel, pa se ne more prosušit, nego bi zasmrdie. – P e č e n j i se zriežo ali zdrobir, pomieša se malo zdrobljenega česna i lavriki, pa se nadieva va male olica (olita) na jeno svito bekvo, da se lagje stavlja kako na liječić. Vieže se na kolačići, po dva ali tri skupa, i stavi se sušiti. To so k l o b a s i c e. - Ž u č se suši i spravi za samodeline i rani, a m e h u r i č m a r rabe za sirenje. - S i r e n j e se pripravlja unput zajno, i to ovako: Čmar dobro-dobro operuo, odlieve vanjsko kožo od nuotrenje. Prvo skuhajo va kapuz ali repe i pojiduo, a drugo, ka ima ono grampo, još bolje operuo i rastriguo na kušćići. Naribljo sira. Va njin otaco oni kušćići i složie va mehur, pak stave sušit.

Tako skoriste cielog prasca, a više put ćeš čut reć puli nas: *Prasac je grdo ime, ali joh ti kuće, kade ga ni!*

Ovce se istešo zaguši, ali ni potreba nuoža, nego je dosta b r i t v a n a š u š t o. To je ries na fuormo nuoža storien, ali je manji, pa se mare zapriet i va žepu nosit. Kad se otpre, ćapa klinga va čvečiće s posiebnem kušćićen va skuljico od šušti na koricah, i tako ni strah, da će se zapriet i čoveka urezat. Takovo britvo ima saka kuća, i rabi njin čuda. Zaklane ovce rasparajo zadnje nogi, obese jo za jeno zadnjo nogo i s u k u o k o ž o od zadnjeh nuoh pa se do glavi. Rasparajo trbuh i znamo, ča je nuotre, a drugo rasieku na četiri, četrti, sakon noguon jeno četrt. G l a v o otsekuo zasien. Tako delajo i z j a n j c e n i z drugen m a l e n b l a g o n.

V o l a rietko kada ubijo, unput ga udro z ušimi ot sekiri po glave med rogi.

L e t u ć e se zakolje, pa se stavi va vrelo vodo, da se laglje pierje oskube; to će reć, da se je letuće opalužilo.

R i b e stržo ljuski, znamo glavo ot škrg i proparajo trbuh pa znamo blato.- Za sako blago se reče, da se ga ubije, ali velo se samo ubija, a malo se guši i kolje.

Prasci, uovci i janjci ubija i bekari sam gospodar, a drugi mu samo pomoro i dodavajo do ruok, ku je ča potreba. Letuće pak ubija sama gospodarica.

K a p u s posiekuo na kapužnjake s kosieruon ali z mršanon. K o s i e r je kako velik zavit nuoš, a m r š a n kao nuoš ali širok kako sekira. Peljo ga doma, očiste suho i stari lišće, pa ga ribljo na veli ribež za kapus ribat. Ta ribeš je ovako storien: Jena daska, nekako čoveku spodobna, na sredine je prodelana na četiri kantuoni. Tu nuotre so zadelene klingi (četiri ali pet) krivo na popriek, a ne ravno. Zgora je škatula, ka teče po lumbelu. Ribeš se stavi na dva stola, na glavo čovek siede, napuni škatulu s kapuzom i potieže tamo. Kapus pasuje po klingah, a one ga ribljo, pa tako zriban pada na tlo na kup. Zdola se stavi čagot, da ne pada na blatno tlo. Tako zribanega se ulaže va maštiel, nalije se, kigot stavi sol, pa se zgora stavi dašćice, a na njekamienja, da buo pritis veći. Za desietak dan je kisel, i mora se ga znimat, pa kuhat. – G l a v i c e se stavi kisat z repon. – R e p o n se rije, nat se obrieže za blago, pa se pusti tako malo vremena, da proviene i proraste. Potle se joulaže va mađtiel. Na dno se klade glavice ot kapuza, ku ih jie, a zgora repo. Na vrh se klade drupin, nalije se i stavi pritis. Da se repa skisa, triebe cieli mesec dan i više. – Ovako se dela s p e š o n. To je vrst krvave i dugoljaste repi. Peša je čuda slaja od repi. – K a l a r a v o (vrst tvrde i debiele repi) porijo, nat obriežo i tako sprave za zimo, pak jo freško kuhajo. Ona je tvrda, pa more durat cielo zimo, a nieće se pokvarit Samo kadgot uža bit strženiva, to će reć odrevenjena, pa se ne da skuhat, drugače je dobra kuhana i pečena. – K u m p i r se kopa i spravlja va stare bačvi i kaseli, a shitajo ga i na kup va konobe.
– M i e r l i n se kopa ali rije i spravlja na kup za zimo kako i kolaravo, a kuhajo ga za ljudi i blago.

Pres ovega spravljajo za zimo ljuden za hrano i f a ž u l. Njega poberuo, omlate i sprave va kaseli i banjčići. – Spravljajo i se vrsti ž i t a. A ot ž i r , kad ga jie, spravljajo j a b u k i, f r u š v i, s u h e č e š p i u š k o r u š v i, u r e h i i l i e š n j a k i.

M u o k a i s o č i v o. – Muoki je najprvo dvie vrsti, i to: muoka sameljena v a m a- l i n e i muoka sameljena v a ž r n o v e. Po žitu, ot kiega je muoka, je š e n i č n a, j e č m- e n a, t r u k i n j e v a m u o k a i t.d. Šenična muoka zove se i biela, a fina biela muoka je puh. Za tien je muoka prosijana ali za prosijat. Kad se muoka prosieje, zustano poseji ali utroba. Utruoba ot šenici zovuo se sredice. – Ječmik se hpe (hve) va muntare ali va stope. M u n t a r je storien od debelega drva, malo kraćega od metra. To drvo se liepo zgladi, puli dna se stori kako jedan vrat, ki dieli gorenji kraj od dna. Tako pririejeno drvo se zdube. Kad se hpe, drži se muntar met kolenami, nuotre se naspe močenega ječmika, pak se tuče s toporišćen ot pikuona. S t o p a je od debieloga drva zdubena. Va škuljo prihaja macuola, ka stoji na dugen toporišće. To toporišće ima va sredine (valje puli macuoli) zvrtano škuljo, čes kuo gre klin, ki je zadelan va dvie griedi, ča so po strane. Ječmik se naspe va stopo, pa se stane na drugi kraj toporišća z noguon i pritišće i pušća, pa tako se i macuola zdiže i spušća, pak ječmik hpe. Za kuhat se hpe i šenice i trukinja.

……
……

J a g o d i c e pobirajo otroki i pastiri za zobat, tako i r u b i d n i c e i d r e n j u l i. G o b i pobirajo, samo ku ih jie, i gledajo, da š njimi pašt odvrno. Istešo pobirajo i jiduo r a d i ć i r i g o. Ali sega tega niedan ne spravlja nikakuor.

P r i p a v l j a n j e h r a n i. – jes se pripravlja ali paričuje. Tiesto, kuhinja i sočivo se kuha, kuhano se zmaneštruje. Jaja i riba se friga. Pečenje se peče. Ako je jes pokvareno, reče se, da je decipano ali pokvareno. Ljudi će najraje reć onako za smieh: „Ala nam je dobro jes pripravi (prića), opari, napari, napravi (selata se napravlja) kako za prasci!“a kigod će još ča domišljatijega reć.

S i r o v se ji pršut, saki žir frežak i suh, sir, skuta, selata, radič, riga, mierlin, freška repa, luk, česan, žbula, kigot ji žluomprt, a za potrebo i drugo.

P e č e se kruh, kumpir, trukinja, jabuki, kostanj, mierlin, repa, kolarava i mieso (pečenje). F r i g a j o se na špehe, ulje ali masle jaja, sakovrsno mieso, gobi, šparogi (z muokuo ali jaji), luk baci ot česna. To se dela va cure, padele, ali na dno kotlića. Kuhano jes se kadgot na padele obrne na masle, da buo bolje.

K r u h. – Gospodarica vispe na dasko muoki na kup. Va sredine zname z ruokuo jeno muoki tako, da na sredine zustane jena škulja. Va škuljo zmuli kvas, hiti soli, lije malo mlačnie vodi i z rokami razmače kvas. Unput se pomalo muoko zgraće va vodo, tako škulja raste, a va sredine je tiesto. Ovako zajno dela i liva vodo, dokle cieli kup muoki ne pasa va kup tiesta. Sada to miesi, mladi nekoliko vremena na makarun, pa na hlep, dokle se vidi, da je dobro zmlajeno. Ono muoko, ča je prvo zniela, posiplje po daske, da se tiesto ne ukića za dasko, kat miesi. Zmlajeno tiesto raskine na kusi i otsakega kusa miesi hlep. H l e p je umiešan kako jena bala, a na jenie strane so storeni delići. Hlep je razdieljen na četiri delići. Njih dela žienska na kriš, kat miesi, s palcen. Hlebi stavi jenega puli drugega, pokrije ih s čisten pokrivalon, neka se va teplen kisajo. Do jeno uro i još manje je kruh kisel. Unput se rashrani ognjišće na kuolo (kade uganj gori s taveli, da buoravno za kruh peć). Kruh složie na ugnjišće na stran, kade so delići, pokrijo s črepnjon, a gore zgrno sa uganj. Č r e p n j a je skovana od železa, okole šest prst visoka, a široka kako kada. D a s k a z a k r u h m i e s i t je velika koliko i pokruov ot kaseli. Ona je tremi dašćicami obruobljena s tri strani, a stran, s kie se miesi, je pruosta. Kigot ima za miesit n a ć v i. To je od debelega diebla zdubena posoda kako zikva. Puli miešanja rabi i s t r g u l j a za postrgat, ča se ćapa za dasko. Ona je skovana od železa kako sloga T. Za dolenjo palico se drži, a z gorenjo se strže, pa je storena kako nuoš.

P i n c a je kako i hlep, samo ča je spinčasta, a more se pod golien popelon peć. – K o l a č je ot šenične muoki. Stori se makarun, to se svije kako kuolce i stavi peć kako pinco. - O b e t i c a je ot fine muoki storena kako i kruh, nuotre je zamiešana pašta od sira i jaj. Tiesto se rastače, kako za fuži, gore se stavi pašta kako za rafijuoli, to se zavije, a se skupa svije kako kolač ali na hlep i stavi se peć kako drugi kruh. – P u g a č a se miesi za Vazan. Nuo storie, ča ki bolje more.

Velika je kako i črepnja, a zgora se razrieže na kvadratići. Pomaže se žuknjakuon od jaja i peče pot čripnjo. – N a p r a v n i k r u h miese za Vazan z mliekuon, maslon i jaji. Puli nas niedan ne uža kvas kupovat, nego sakiput se pusti jedan hlebić tiesta, kat se miesi kruh. To je k v a s.

V a s a m i e n o g n j u s e p e č e kumpir, kostanj, mierlin, repa i kolarava, ali to se pohrani kako i pinco. R a ž a n j je duga, oštra železna palica. Na nj se nabode purmana, kapuna, janjca, telca, ali ča se će, pa se vrti nad ugnjien i vrti. Da se pečenja ne zgori, a da se jenako propeče, triebe jo mazat z obeljo i močit z juhuo.

F r i t a l j a se ovako f r i g a: Va cure se zvrući obel, jaja se stepe i hiti va vrućo obel. Sat se to friga, dokle ne zatrdne i zažutieje, a obraće se ovako, da se na tuondić hiti, curo se malo zvrući, pa se fritalja nazda nuotre hiti. Tako se dela, dokle ne postane tvrdo malo fali kako kruh. Jaja se friga i na mehko. – C u r a je od železa storena kako palj z dugen riepuon. T u o n d i ć je oni niski, kupuovni pijatić, vis kakovega gospoda juho sriebljo i drugo jiduo. Cura je za malo česa frigat, a za više je p a d e l a. Ona je od zemlji, četiri, pet prs visoka, a široka kako kat. Zdola ima tri nogi na mesto grackiega trenoga. – Gobi se skuha, ožme i stavi frigat na vrelo obel. Tako se more stavit i š p a r o g i i b a c i, ali se more kako i luk stavit valje sirovo frigat. Kat je frigano, stavi se nuotre muoki ali jaj, pa se čeka, dokle se i to skupa sfriga, i unput se ji. K u h a n k u m p i r se stavi na padelo, da se na masle zažuti. Na padelo stave i više vrsti zelienje, kako š ć i r, l o b o d o, b r o s k v i. Zelienje se prvo skuha. – Mieso: teletovino, janjčevino, purovino, kokošovino i pulaštra f r i g a j o n a m a s l e, ali i na š p e h e.

T i e n f a n j e delajo na padele. Mieso zriežo na kusi, frigajo ga na špehe, muoko zažute i podliju, pa puste, da zakuha. D r o b n i n o frigajo ali na cure ali na padele. D i v l j a č i n o najviše stienfajo. T r i p i se friga na padele na obelje. Kat so frigane, stavi se na nje malo muoki ali ribanega kruha; potle ki će tako na suho, a ki će podliti kako tienfanje.

N a v o d e s e k u h a p a l i e n t a i s k o r u p od žute muoki. Va kotle – posode ot kotlovini s kračunuom – zakuha se vodi. Unput se zamete z muokuo: z jenuo ruokuo se muoko siplje, a z drugon se mieša z g u m u o l j n a r i c o – palico za tiesto takat – ali pak s kakovo pruosto palico. Ku se zamete guosto, skuha se palienta, a ku rietko, umput skrop. Paliento se vis kotla znimlje na kusi žlico, a skrop se razliva. – G u m o l j i. Ot šenične muoki miese, kako da će kruh storit, ali hlebi ne umiese zasien, nego ih rastačo u gumuoljnarico. Kad je dobro rastakano, zavijo na jedan makarun i riežo s nuožien, britvon ali struguljon, To se rastriese z rokami, igumolji, kak jene kordelice, so gotove za stavit kuhat.

P o s u t i c e. Miese i rastačo kako i za gumolji, ali ne zavijajo, nego tako razriežo na kvadratići. To so posutice već pripravne, da ih se stavi kuhat.

F u ž i. Storie posutice, ali kvadratići zavijo ovako: dva kraja stave skupa, a umput još jedamput previji i stisno.

R a f i j u o l i. Rastačo kako i za ove prve stvari, ali plahtico ne razriežo, nego storie pašto od sira i jaj (kigod i malo masla), to žlicon stavljajo po riedu na plahtico kako paliento. To zavijo z ruokuon, pritisno se okolo, da bude pašta nuotre zatrta, i razriežo saki kus sebe, pa stave kuhat.

Š t r u k l j i miese kako kruh, ali hlebi razmieso na drugi makaruni; saki makarun spinčajo z dlanon i razriežo kako gumolji, pa stave kuhat. Fuorma štrukalj je kako mala paličica, koliko male prs duga, a na četiri kantuoni.

M a k a r a n u i delajo kako i štriklji, ali one paličice još tačo pod rokami, da buodo lepče glatke.

R e z a n c i umiese, kad nimajo vremena miesit gumolji; oni su kako gumolji, samo ča so deblji i širi.

F r k l j i ć i. va pijate zafrkla se muoko, to će reć: va muoko lijo malo vodi, pa mišajo z rokami, tako malo muoki gre na kušćići, a malo zustane suhie. Frkljići so od biele muoki, a zovuo ih i b i e l i s k r o p, zač so kuhani kako i skrop od žute muoki. Jena vrs štrukalj se dela kako i frkljići, samo se stavi toliko vodi, da sa muoka postane tiesto. Mieša se žlicon, zač je mehko, a š njuon se štrukalj po štrukalj znimlje i stavlja va kotal kuhat. Ove vrsti jela se zovuo ot t i e s t a, a stavljajo ih kuhat, kad voda zavre.

Paliento, posutice, fuži, rafijuoli i makaruni pripravljajo opet, potle ča so kuhani, prvo nego jiduo. Na suho se čuda ribanega sira posiplje i s obeljo polije ji. Paliento jiduo z mliekuon, ali s posiebnom juhuon, kuo skuhajo od vodi i muoki, pa je zabiele. Sve ovo jiduoskrop, gumolji, štruklji, frkljići i rezanci kuhajo na juhe, vode i mlieke ali zabieljene juhe pa jiduo se skupa i guošć i juho.

S u h i m a k a r u n i. Supi bielega kruha skuhajo na vode, ociede i delajo š njimi kako i z makaruni.

P a n a d a je bieli kruh, kuhan na mlieke. – Tiesto na suho znimljo van s p e n j a r i c o. To je kako jedan plosnateji proškuljnast palj. Kigot ciedi na s i t i c o. To je posoda od lata kako mali kablić s proškuljasten dnuon.

Na s a m e n m l i e k e kuhajo za otroki frkljići, gumolji i riži. Se drugo, čagot se kuha, kuhajo na vode. Tako k u h i n j o: kapus, repo, kumpir, zelienje, broskvi, luk i drugo; s o č i v o: ječmik, fažul, šenico, trukinjo i t.d. Saka vrs kuha se napose, a kuhano još pripravlja.

P r e ž g a n a j u h a. Vodo zakuhajo, na cure scvruo obeli i gore stave muoki pa zažute, to hite zakuhano vode, stepuo nekoliko jaj i to hite va juho. Va prežgano juho pomule kruha.

S e l a t o, r a d i ć i r i g o ščiste i operuo. Sfrigajo obeli, a na frigano obel lijuo va curo osta i sve skupa ppolijuo po salate, pa miešajo z rokami i dobro gnjave, da buo selata meča. – kumpir zmaste kako paliento s kuharnico, i to naprave na selato.

K u h a r n i c a je spodobno palju storena od drva, a rabi za miešat jes, kat se zmaneštruje. Radič ali rigo užajo s kumpiruon miešat.

Puli nas miešajo više vrsti hrani skupa, n.pr. kapus, kumpir i pažul; repo istešo (kadgod još i ječmik, šenico ali trukinjo); ječmik, kumpir i pažul; broskvi i

kumpir ali muoko; freško repo, kolaravo, mierlin i kumpir, i t.d. Našen ljuden je jako smiešno, kako gospoda jiduo samo repo, sam kapus, sam kumpir, sam pažul i t.d. pa se znajo met sobon smejat, da gospoda ne znajo, ča je dobro, a ča bi komać bilo, da ka domaća gosšpodarica donese pret kiega onako bedasto decipano jes, kako gospoda jiduo.

Puli nas jako rada i čuda rabe p a p a r, s i r, o c a t, k i m e l, a i l a v r i k o, m e t o i l u ž m a r i n. P a p a r sakamo, kamo samo moro. Tako ga stavljajo i va kruh. S i r na tiesto. O c a t rada livajo va sočivo. K i m e l ne smie nikat falit va šeničnen kruhe. L a v r i k o i l u ž m a r i n rabe puli miesa, a m e t o za va obetice i rafijuoli.

K a d a s e k u o j e s j i. – Jutro, malo potle ča sunce vilieze, je f r u š t i k. Za fruštik jiduo prežgano juho, fritaljo, sam kruh, ali ča je od večeri zustalo; sada ih je dobar diel poče pijat kafe. R u č n j a je jutro od 10-11 uri po prilike. Umput jiduo ča kuhinji, sočiva ali tiesta. J u ž i n a od 2-3 ura za puolne. Za južino se ji, ča je od ručnji zustalo, sam kumpir ciel ali na selato, kruha i s kruhon (s kruhon je kada luk, kada česan, kada nič, a samo rietko kada sir, a ča mrsnega, kat so težaki), ali čagot o(t) tiesta (na suho). V e č e r a o zdravemarije, ali uža bit i potle desiete večer (po letu). Za večero jiduo ciel kumpir, ali ča O(t) tiesta (jušno).

P o v e č i e r č i ć je samo kat se lupi trukinjo, ali skube uno (više na svojien mestu) do kasne noći. Za povečieričić je kumpir cielega i kruha.

K a d e s e k a d a j i. – Kat so n a d e l e, jiduo tamo va kakoven hladu. V e č e r a je vavek doma, po letu je vane p r e t k u ć o na hladu. Ku so doma, jiduo malo fali vavek v a k u h i n j e, samo o godieh, pir i kat ki priđe, jiduo v a k a m a r e. Bolje se ji na ovi dnevi: na b u o ž j o v i l i j o, b a d l j i d a n, B o ž i ć, P u s, V a z a n, J u r j e v o, T i e l o v o, M a r i n j i n o i K v a t r n i c o; malo bolje jiduo na saki malo veći blagdan: kad je p i r, p o h o t k i, k r s t i t k i, p o t l e p o k o p a, kad je m r t v a č k i p i r, p i r o b i e r m e. Bolje jes pripravljajo t e ž a k u o n, a posebno k o s c i e n. Kat kakovo delo oprave, slave l i k u f. Za bolje se drži sako tiesto, a osobito makaruni, fuži i rafijuoli, mieso, riži, kuhinja dobro zabieljena i vino. Zato, ku će se reć, da se bolje ji, muora bit ča od ovega. Razumie se, da je užanca na neki blagdan i neko napuošno jes.

BOŽIĆ

Širom Istre božićni običaju prilično se razlikuju, i svaki kraj ima svoje posebnosti. Najzanimljiviji su božićni obredi na Pazinštini, Poreštini i Buzeštini.

Najzanimljiviji dio božićnog obreda počinje na Badnji dan („Vilia božja“) kada se u pravilu posti ili vrlo malo jede, a na Poreštini, primjerice, ukućani se obuku u svečana odijela, a domaćin iziđe pred kuću te opali hitac iz puške ili pištolja, čime najavljuje večeru.

Za stolom pri večeri, koja je u pravilu blizu ognjišta na kome gori „badnjak“ ili „did“, sve počinje molitvom, prije koje se tamjanom okadi kuća, a zatim se zapali dušica. Ispod stola su svežnjići sijena i slame, za stoku, koji se ujutro na Božić odnose u jasle i tako blago dobije – poklon. Prije večernjeg jela, najstariji ukućanin s čašom vina priđe ognjištu, od svakog jela uzme po jednu žlicu i pospe po „badnjaku“ i sve zatim zalije crnim vinom, poželivši tako da u narednoj godini bude dosta hrane i pića. Na Poreštini, poslije večere domaćin se još jednom oglasi pucanjem, a domaćica donese lješnjake da se njima ukućani zabavljaju. Poneki udaraju mašicama po „badnjaku“, a onome tko izazove najviše iskri kažu da će biti sretan u idućoj godini i dugo živjeti. Iste večeri domaćin dobo nahrani stoku i u pravilu zatvori štalu da spriječi krađu.

Ujutro na Božić ukućani su opet oko „badnjaka“, gledaju koliko je izgorio i što je ostalo od posutog jela i ostataka vinove loze. Ukoliko je dosta ostalo, ljetina će biti dobra. Ako je noću cijeli badnjak izgorio – i to je dobar znak. Pepeo od badnjaka domaćica će skupiti metlom i čuvati ga tijekom godine kako bi njime posula lišće mladog kupusa protiv gusjenice.

U Buzeštini u rano božićno jutro domaćin ustaje i žuri nahraniti stoku. Prije odlaska u staju mora se umiti – da ne bi urekao stoku. Poslije toga, ukućani doručkuju i zajedno odlaze u crkvu. Posebno se pazi da kuću na Božić prvi posjeti – muškarac, da donese sreću. Starijeg posjetitelja časte rakijom, a dijete dobiva lješnjake i orahe. Na Božić se u pravilu ne odlazi u posjete, a čestita se kod crkve, poslije mise.

Na Pazinštini pepeo od „badnjaka“ se čuva kao lijek. Pepelom se posipaju i rane, a ljeti ga se pospe protiv nevremena. Susjedi se posjećuju drugog dana Božića, na Stipanje.

Tradicionalni proizvodi

Istra, naša najpoznatija turistička regija, osim poznatog tradicionalnog proizvoda – istarskog pršuta, diči se i istarskim kobasicama, žlomprtom (ili ombolom ili zarebnjakom, kako ga nazivaju u pojedinim istarkim područjima; natrljan morskom solju, paprom, češnjakom, sušenim lovorom), kosnicon (kobasica koja se davala koscima poslije kosidbe), krodigin (vrsta kobasice nadjevena kuhanom kožom, srcem, plućima, obrescima mesa i začinima), i pancetom (potrbušinom). Svi ti proizvodi osim što su proizvedeni od svinja (najmanje teških oko 190 kg) hranjenih na stari način, sušeni su na zraku – oštroj hladnoj istarskoj buri.

Istarske kobasice, od samljevenog svinjskog mesa, začinjene su morskom solju, paprom, češnjakom, lovorom, nadjevene u tanka crijeva, oblikovane na duljinu od 12 cm, kuhaju se u malvaziji, koja im daje osebujan karakterističan okus. Nakon sušenja na hladnom zraku spremna je na konzumiranje.

Hum, najmanji grad na svijetu, spomen-grad, jedan od rijetkih sačuvanih primjera urbanog razvoja isključivo unutar ranosrednjovjekovnih zidina, dočekat će vas natpisom dobrodošlice na bakrenim vratima: „Tom malom gradiču u pohode dođi, na kamenu tvrdu toplina vri“. Vrata su spojena rogovima koji simboliziraju bakina/boškarina – istarsko govedo.

Uz mir koji će vas okruživat, kao da je stalo vrijeme, nalazit će te se i u središtu glagoljaštva, hrvatske srednjovjekovne pismenosti. Nakon duhovne okrepe i višestoljetnih priča slijedi i tjelesna okrepa u uživanju lokalnih specijaliteta uz staro ognjište: istarski pršut, ovčji sir s tartufima, maneštra od bobić, fuži s gulašom, ombolo i kiseli kupus, kroštule i *istarska supa – istarska juha* (začinjeno vino (šećer, papar) s prepečenim kruhom na maslinovu ulju zapravo je specijalitet preživio još od rimskih vremena; 9 dl crnog vina terana, 15 dag kruha, 5 dag šećera, 1 žlica maslinova ulja, malo papra).

Kruh se *supa u vinu* – umače u vinu i pojede i nakon toga pije vino, sve se završava ukusnim kroštulama.

43. Juha od vina.
(Wein-Suppe).

Uzmi 7 decilitara vina, 3 decilitra vode, komadić sladke korice i šećera koliko hoćeš, da ti bude dosta sladko. Kad je to neko vrieme kipjelo primiešaj komadić maslaca i 4 žutanjka. K tomu možeš dati glazirane komadiće žemlje.

U knjizi Nova zagrebačka kuharica, Marije Kumučić, navodi se recept/naputak za juhu od vina.

Na početku će vas poslužiti – **biskom** – ljekovitom rakijom od bijele imele i četiri vrste trava, koja se navodno radila još u vrijeme Kelta, koji su tu boravili.

U drugim dijelovima Istre ponuditi će vas i **rutom** ili **rudom** i **medicom**, autohtonim istarskim ljekovitim pićima. Za obje rakije postoje parametri proizvodnje kako bi se zaštitila njena izvornost i pravo na dotično ime.

Osim po svojoj drevnoj ljepoti mjesto Oprtalj poznato je i po „Župnikova travarica“ koju proizvodi oprtaljski župnik Antun Tonči Jukopil, sakupljač ljekovitog bilja i priređivač biljnih preparata. Travaricu izrađuje već 35 godina po drevnom naputku (recepturi) dubrovačkih franjevaca iz 1570 godine, jedne od triju najstarijih ljekarni u Europi – ljekarne „Male Braće“. Posebnim postupkom od 22 do 25 vrsta trava (sublimira mirise i okuse stolisnika, mente, kadulje i niza drugog bilja), travarica se izrađuje manufakturno, jer bi inače izgubila na kvaliteti, i mora odležati (odstajati) i do 20-tak mjeseci. Danas travaricu traže mnogi a došla je i do Vatikana kao dar papi Ivanu Pavlu II.

Nedaleko Limskog kanala, duge i široke morske uvale, nalazi se ruševni „ukleti“ grad – Dvigrad, Dvograd, Dvagrad, do kojega je nekada vodio prometni kolni put. Grad su žitelji napustili 1630. godine kad ga je opustošila kuga. Limski kanal je zakonom zaštićeno uzgajalište školjaka i mrjestilište riba, tako da obližnje konobe pružaju pravu raskoš delicija.

Branič kula utvrđenog grada još nadvisuje brežuljak na kojem stoji grad u stijeni. Kamene ulice Dvograda ili kako se još spominje Dvagrada, još uvijek odišu tajnovitim šapatom njihovih stanovnika koji su se sjedinili u jedan grad od dviju utvrda Parentino i Moncastello. Kako je u Parentinu život zamro, Moncastello je nazvan Duecastelli iz čega je i nastao naziv Dvigrad, koji je kontrolirao Limski kanal.

Osim što je Dvigrad jedinstven po sačuvanoj srednjovjekovnoj urbanističkoj kulturi opasan s dva prstena zida i ulazom kroz čak troja vrata, vrijednom trobrodnom crkvom sv. Sofije iz 11. stoljeća, tragači za izgubljenim blagom znaju za njega po – Morganovom blagu. Legenda govori da je gusar, svjetskih mora, kapetan Henry Morgan (**93**) opljačkano blago morskih prostranstva donio, u 17. stoljeću, na obale Istre i zakopao. Prema legendi, ovdje je imao i nekoliko žena i mnogo djece. Možda je prema njegovim potocima i obližnje selo Mrgani dobilo ime, koje se do 1931. godine zvalo Morgani. Avanturisti i znatiželjnici još se i danas svraćaju u Dvigrad u potrazi za Morganovim blagom.

BILJEŠKE:

93. rođen u Njemačkoj, od oca Engleza i majke Njemice god. 1635. a umro 25 kolovoza 1688; godine 1674. dobi naslov Sir za svoje zasluge u ime engleskog kralja i za njegovu blagajnu. Morganovo ime je postalo besmrtno u nazivu ruma koji se i danas proizvodi u Puerto Ricu.

JELA

Fritaja (cvrtje, razmućena jaja)

1 - Fritaja s tartufima 2 - Fritaja sa šparugama
3 - Fritaja s puževima

Fritaja s mladim lukom

Sastojci: 8 jaja, 25 dag mladog luka, 0,8 dl ulje, sol, papar.

Mladi luk očistite, izrežite na kolutiće i popržite na ulju. Posolite, popaprite i prelijte razmućenim jajima. Malo promiješate i kad su jaja skrutnuta poslužite.

Fritaja od klica mladog češnjaka

Sastojci: 8 jaja, 20 dag klica mladog češnjaka, 0,5 dl ulja, papar, sol.

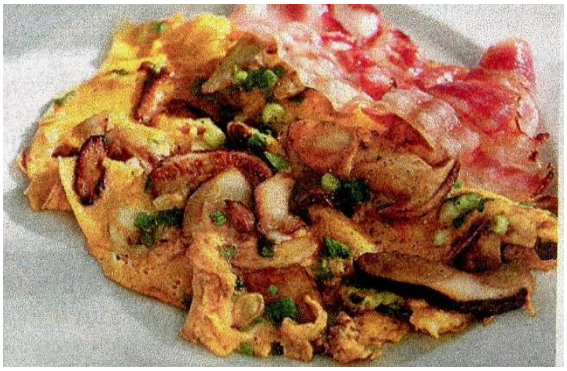
Klice mladog češnjaka izrežite na sitne komadiće i lagano popržite na zagrijanom ulju. Posolite, popaprite i prelijte razmućenim jajima. Na laganoj vatri ispecite miješajući.

Fritaja od šeljina

Sastojci: 8 jaja, korijen celera, 1 dl ulja, papar, sol.

Celer izrezan na sitne komadiće malo popirjate na zagrijanom ulju i dolijte toliko vode da ga prekrije. Pirjajte na umjerenoj temperaturi dok celer ne omekša. Tijekom pirjanja dodajte malo vode, jer se ona prva pokuha. Kad je voda potpuno pokuhala i celer bi trebao omekšati. Posolite i popaprite ako treba, dodajte razmućena jaja i pržite da se jaja skrutnu.

Fritaja od guba (gljiva)



Sastojci: 8 jaja, 60 dag gljiva, 15 dag luka, mast ili 1 dl ulje, papar, sol, kosani peršin, majčina dušica.

Na ulju popržite kosani luk. Kad postane staklast dodajte očišćene, oprane i na ploške izrezane gljive. Pirjajte poklopljeno i povremeno promiješajte. Kad gljive omekšaju i ukuha sva voda, popaprite, posolite i dodajte razmućena jaja. Pržite da se skrute, pospite kosanim peršinom i majčinom dušicom, i odmah poslužite sa zelenom salatom. Preko fritaje možete položiti poprženih 4-5 ploški slanine.

Tartufi (Gomoljače, Jelen gljive)

Tartuf je poput očaravajuće osobe zbog koje je čovjek pripravan izložiti se vječnom prokletstvu.

James de Coquet

(16. srpnja 1898 Bordeaux – 1. ožujka 1988. Patiz; dramski kritičar, pisac i kritičar gastronomije, pariški kroničar)

Gioacchino Rossini bio je jedan od najmarljivijih kompozitora svih vremena, ali po vlastitom priznanju više je volio kulinarsko umijeće od glazbe. Kaže se da je samo triput u životu plakao:

kad su izviždali „Seviljskog brijača",
kad je čuo Carafu gdje pjeva jednu ariju i
kad mu je na nekoj vožnji čamcem pao u vodu puran
nadjeven gomoljikama.

Brillat Savarin naziva gomoljiku - **„dijamantom kuhinje",** a Dumas je zove - **„sacrum sacrorum"** svih gurmana.

Tartufi su plemenite gljive, koje rastu 20 do 40 centimetara ispod zemlje najčešće u hrastovim šumama, ali i u bukovim, lipovim i šumama crnog graba. Posve su neugledni, kuglasti, spljošteni i nepravilnog oblika podsjećaju na krumpir. Kako nemaju nadzemne biljke, može ih se pronaći samo uz pomoć posebno dresiranih pasa. One se mogu i uzgajati, tako da se hrast posadi, kako bi pospješio rast tartufa.

Prema boji se razlikuju crni i bijeli tartufi. Samo u Francuskoj, Italiji i Istri ima bijelih tartufa.

Kod nas su pronađeni osim u Istri, ljetni crni tartuf (Tuber aestivum Vitt.) na šumovitim otocima Krku, Cresu, Lošinju, Braču, Hvaru, Mljetu, uz tokove rijeka Sava, Drava, Una, Neretva, Cetina, Zrmanja, Krka, Raša, Mirna, Dragonja, u Podravini, Slavoniji (Kutina, Lipovljani i Novska) Turopolju, obroncima Papuka, Psunja i Krndije. Tartufi rastu najviše u šumama hrasta lužnjaka, topole i graba, a bijeli uvijek uz tokove rijeke, nikad u brdima. Crni je nešto pliće pod površinom zemlje, osim kada je vruće, onda je dublje. On je nešto kvrgaviji iima ga najviše u ljetno doba. Tratuf se mora vaditi dok je zreo, nikad dok je mlad, jer mora se ostaviti da raste.

Najveći bijeli tartuf (Tuber magnum Pico) pronađen do sada je iz Istre (na terenima Bujštine) težak 1310 grama, a u Guinnesovoj knjizi stoji da ga je pronašao istrian Giancarlo Zigante. Vrijeme „berbe" je od rujna do prosinca/siječnja. U rujnu počinje sezona sakupljanja najkvalitetnijih vrsta bijelog tartufa.

Zaljubljenici tartufa mogu zavidjeti divljim svinjama, jelenima, srnama, vjevericama i različitim kukcima, kao i hrvatskim kozama (podno Velebita i rijekama Zrmanje i Krupe) što mogu uživati u tartufima tokom cijele godine i kad ih je volja. Njihov njuh nepogrešivo će ih dovesti do tog slatkog a za ljude skupocjenog začina jelu.

U Istri postoji tri vrste bijelih tartufa: *Tuber magnatum, Tuber borchii* i *Tuber asa*, a jeftinijih crnih je sedam vrsta. Najbolja nalazišta bijelih tartufa, uopće u Europi, su u „sivoj zemlji“ Motovunske šume uz mjestašce Livade, općina Oprtalj, te na Buzeštini gdje je Buzet već znan kao grad bijelih tartufa. Nadalje tartufa ima, ali ne bijelih, uz rijeke cijele „bijele“ Istre, uz Mirnu, Rašu, potok Pazinčicu Boljunčicu i Boljunsko polje, i u Motovunskoj šumi.

Da bi se ubrane gljive sačuvale od kvarenja treba ih odmah očistiti od zemlje i kamenja, pazeći da se ne ošteti pokožica, koja je često vrlo mekana i osjetljiva. Pri berbi treba lagano stisnuti prstima, da se provjeri jesu li gnjile ili crvljive. Neoštećena i zdrava gljiva je čvrsta (elastična) i ne udubljuje se jako pri stiskanju prstima. Ako je djelomično gnjila, treba taj dio izrezati i baciti, da se gnjiloća ne širi dalje. Kraće se vrijeme mogu čuvati u hladnjaku na temperaturi od 2-4 oC, tako da se nakon čišćenja, pranja i brisanja suhom krpom stave u staklenke (za kiseljenje; širokog grla) i zatvore metalnim poklopcem. Svaka 3-4 dana treba skinuti poklopac i kratko prozračiti i opet zatvoriti. Bez gubitaka mirisa mogu se čuvati do 15-tak dana. Oprane u hladnoj vodi i pažljivo obrisane krpom, zalivene uljem u staklenki, odložene u hladnjaku na 2-4 oC, mogu se sačuvati 50 dana. Na dulje vrijeme, od toga, mogu se sačuvati samo konzerviranjem u steriliziranim staklenkama ili konzervama pod visokim pritiskom na pari (način konzerviranja).

Stari i dobar način konzerviranja je u vinu i ulju: očišćene i oprane gljive kuhaju se 15-tak minuta u bijelom vinu, stave u čiste staklenke, preliju uljem i čvrsto zatvorene metalnim poklopcem.

Klase se određuju prema veličini tartufa, pa tako oni teži od 10 dekagrama spadaju u ekstra klasu, prvoklasni teže od pet do 10 dag, druga klasa je od 2 do 5 dag, a treća manja od 2 dag i može biti i desetak puta jeftinija od ekstra klase. Osim veličine, na cijenu utječu i oblik i cjelovitost tartufa. Više vrijede oni koji prilikom iskapanja nisu oštećeni.

Koliko istarskih tartufa „zbriše“ preko granice i prodaje se kao glasoviti Tratufo d`Alba` (regija Pijemont) to ni Bog ne zna, intanto, rekli bi u Istri.

Ta najskuplja gljiva, o kojima su još Egipćani, Grci i stari Rimljani ispredali priče zbog navodne magične moći, prema priznanju sladokusaca, iz naše Istre nadmašuje i one iz Francuske. Spominju ih Dioskorid, Ciceron (za njih kaže sinovima zemlje) i Plutarh (čudom prirode).

Istarska viagra – kako se popularno danas nazivaju tartufi – prema legendi natjerala je i caricu Mariju Tereziju, na putovanju iz Trsta u Beč, skrenuti u Livade kako bi kušala tu deliciju.

James Joys, glasoviti irski pisac, boraveći u Puli (predavao je engleski jezik u Berlitzovoj školi uglavnom austrougarskim časnicima, od listopada 1904 do ožujka 1905. U Trstu je boravio u dva navrata – od 1904 do 1915, te od 1¸919 do 1920. Danas na pulskom Trgu Portarata uz Slavoluk Sergijevaca stoji spomen-ploča na istoj zgradi gdje je Joyce predavao engleski jezik. Na terasi „Uliksa" danas sjedi brončani Joyce, djelo akademskog kipara Mate Čvrljka.), Pazinu, Motovunu, Sečovju, Piranu i Portorožu, kušao je i Istarske specijalitete, a medu njima i ***pršut u bijelom vinu s tartufima***, koji se radi na slijedeći način:

- *pršut se izreže na tanašne ploške i poprži s jedne i druge strane na ulju. Popapri se, zalije vinom, malo prokuha i dodaju oprane i na tanke ploške izrezani tartufi. Sve se malo prokuha*.

Kako piše Stelio Crise, biograf irskog književnika, pisac je ostavio svoje zapise iz kojih se može sačiniti i „Joysov jestvenik", i saznati mnogo ne samo o Istri nego i o njenim delicijama.

„Nora, Eyers, gospođica Globočnik i ja išli smo malim parobrodom na otok Brijuni (slavan po siru). Svaka i najmanja gozba je praznik u ovoj zemlji …" napisao je među ostalim u pismu bratu Stanislausu 7. veljače 1905., slavni pisac, koji je živio u Puli s nevjenčanom suprugom Norom Barnacle. Bio je među prvim izletnicima kada se otočje tek počelo razvijati kao mondeno ljetovalište. Pisac je bio toliko zadivljen sirom da o ljepotama Brijuna i ostacima rimskih vila u pismu nije „zucnuo" ni riječi.

Nedovoljno iskorišteno, u turističkoj promociji, osim našeg kulinarstva su i drugi znameniti ljudi kao npr. glasoviti zavodnik Giacomo Casanov, koji je u 18. stoljeću dvaput boravio u Vrsaru. Možda se u Vrsaru krijepio i skupljao snagu domaćim delicijama, za nove pustolovine.

Jules Vern, otac znastvene fantastike i poznati francuski pisac koji 1885. godine u svom romanu „Mathias Sandorf" pisao o Pazinu, i to nakon što se prethodno dopisivao s tadašnjim pazinskim gradonačelnikom. Osim Pazina, Verne je u svojih sedamdesetak romana nekoliko puta koristio hrvatske krajeve ili likove.

Uživati u tartufima možete i na poluotoku Pelješcu, mjestu *Bilo polje* iznad Orebića. U zimskim mjesecima, kada je glavna sezona vađenja tartufa (pelješački crni tartuf), gospođa Marija Jurković iskopa i po nekoliko kilograma koje sprema za svoj restoran u kojima priprema autohtona jela.

Kulinarska osobina:

Do danas nije definirano je li tartuf hrana ili dodatak jelima, no činjenica je da je vrlo delikatan. Samo jelo u koje ga dodajemo mora imati neutralnu bazu kako drugi okusi ne bi prevladali. Tartuf je zapravo – **ukras jelu**.

Bijeli istarski tartuf izrazito je intenzivnog okusa i koristi se samo u izvornom obliku, kao začin. Nikada se ne obrađuje termički. Jela s kojima se sljubljuje trebaju biti jednostavna, neutralna. Kada se koristio kao začin mesu, treba paziti da meso nije samo po sebi aromatično, a u desertu će tartuf biti savršen dodatak čokoladnom souffleu.

Crni tartuf može se i kuhati i peći, stoga su jela s njime drukčija, a termičkom obradom ne gubi osnovna svojstva.

Ako ga jedemo u jajima, pašti ili rižotu – nekadašnjoj sirotinjskoj hrani koja su i izvorna jela s tartufima - trebamo ga poslužiti s bijelim vinom koje ne smije biti pre agresivno i s previše alkohola kako ne bi prevagnulo.

Vino koje se konzumira s tartufima ne sljubljuje se s tartufima već s jelom koje ide s tartufima. Ako se konzumira npr. juneći biftek tada se biraju vina koja odgovaraju bifteku i kako je još pečen. U Istri je najbolje uzeti mladu malvaziju i teran, ne bi bilo loše kušati ni onu iz barriquea, ali treba pripaziti.

Jednaka je situacija i s crvenim vinima ako jedemo mesna jela. I sir koji se koristi u pripremi pašte ili rižota s tartufima ne smije biti preagresivan, pa je najbolje ribani ovčji sir koji će ga malo ublažiti. Tartuf se obično posebnim nožem tj. „mandolinom“„nariba“u tankim listićima na tjesteninu, jaja, meso, povrću, medu, maslacu, ulju, i konzumira bez začin osim eventualno s malo papra.

Poneki ugostitelji stavljaju u jela svega 8 do 12 grama tartufa što je pogrešno, da bi jelo dobilo svoj specifičan okus i miris, koji mu daju tartufi, tada treba staviti barem 20 grama tartufa.

Tijekom listopada nezaboravan je posjet „Danima tartufa“(održavaju se od 1993.) u mjestancu Livade (Levade), u neposrednoj blizini Motovuna, gdje je iznimna prilika upoznavanja i degustiranja cijenjenih vina, maslinova ulja, sireva, meda, rakije-travarice, i drugih izvornih istarskih proizvoda. Kralj sajma je – istarski bijeli tartuf, kojeg je na dražbi moguće i kupiti. Restorani će vas ponuditi s jelima kao: tartufi s vrganjima ili pečurkama (šampinjonima), maslinovim uljem s okusom tartufa, te ovčjim sirom s tartufima.

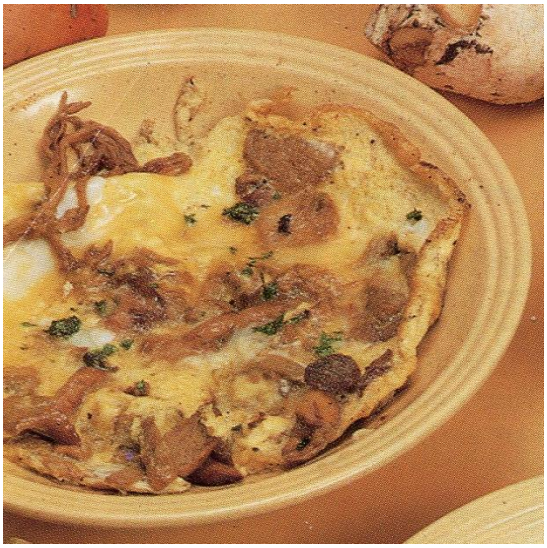
Tartufe bi trebalo jesti svježe, ubrzo pošto se pronađu. Bijeli bi se trebali pojesti u jednom tjednu, a crni unutar dva tjedna. Tartufe koji se ne pojedu odmah trebalo bi zamotati u papir u koji se inače zamata kruh da ostanu svježi. Tako zamotane treba ih staviti u staklenku, a nju čuvati na hladnom mjestu, ali ne u hladnjaku. Papir u koji se zamataju tartufi treba mijenjati svakoga dana, kako se ne bi upljesnivio te ostao suh. Suprotno uobičajenim uvjerenjima o njihovu čuvanju, ne treba ih se spremati u kutiju u kojoj se čuva riža, jer ga riža isušuje. Tartufi se mogu čuvati i u umaku u kojem ima ulja. Crni se tartufi mogu čuvati u pripravku od maslaca i soli.

Pršut u bijelom vinu s tartufima

Sastojci: 40 dag pršuta, 1 dl maslinova ulja, 10 dag maslina, 1 dl bijelog vina, papar, 20 dag tartufa.

Pršut izrezan na tanke ploške popržite s jedne i druge strane na ulju. Popaprite, uspite masline (prethodno izvadite koštice), podlijte vinom i malo prokuhajte. Kad je skoro sve gotovo dodajte na ploške izrezane tartufe i malo prokuhajte.

Fritaja s tartufima



Sastojci: 8 jaja, 20 dag tartufa, 1 dl ulja, 1,5 dag lista peršina, papar, sol.

Na vruće ulju ulijte razmućena jaja, pospite vrlo tankim listićima tartufa, popaprite i posolite. Pecite dok se sve ne zgruša. Pospite kosanim peršinom i poslužite.

Pršut s jajima i tartufima

Sastojci: 4 jaja, 15 dag pršuta, 1 dl ulja, 20 dag tartufa, sol, papar.

Na vrućem ulju popržite na kockice izrezan pršut, dolijte razmućena jaja, posolite, popaprite, ravnomjerno pospite tartufe izrezane na tanke listiće. Malo promiješajte i zgusnite.

Fuži s tartufima

Sastojci: fuži (za **fuže** vam je potrebno: 40 dag brašna, 2 jaja, sol, voda), 20 g tartufa, 12 dag maslaca, 12 dag ovčjeg ribanog sira, 10 dag pršuta, 2 dag peršinova lista, sol, papar.

Od brašna, jaja, soli i vode umijesite glatko tijesto, razvaljajte ga u tanku plohu i izrežite kvadratiće veličine 4x4 cm. Od njih oblikujte **fuže** tako da se dva suprotna ugla savinu prema sredini i pritisnu da se zalijepe. Stavite ih kuhati u vrelu slanu vodu i kuhane ocijedite. Na rastopljenom maslacu popržite izrezane tartufe na listiće, pršut izrezan na kockice, dolijte 1 dl jušnog temeljca, sol, papar i kosani peršin. Pustite malo da proklјuča. Dodajte kuhane fuže, promiješajte, pospite ribanim sirom i poslužite.

Ravioli s fartufima

Sastojci: 50 dag oštrog brašna, 3 jaja, 1 žumanjak; *smjesa za punjenje (nadjev):* 50 dag skute, 100 dag ribanog ovčjeg sira, 2 jaja, 30 g sitno ribanog tartufa (bijelog ili crnog); *za umak*: 1 ¼ šalice povrtnog temeljca, 2 žlice maslaca (putra), 2 žlice brašna, 10 g ribanih tartufa (crnih ili bijelih)

Brašno stavite na hrpu i oblikujte u sredinu rupu (kao vulkan), u sredinu stavite razmućeno jaje. Lagano umiješajte brašno i jaje kako bi dobili tvrdo tijesto. Omotajte umiješano tijesto i oblikovano u kuglu prozirnom folijom i odložite u hladnjak na jedan sat. Tijesto razvaljajte na tanko, izrežite krugove promjera 8 - 10 cm. Rubove tijesta premažite žumanjkom, nadjenite smjesom, preklopite i dobro stisnite rubove prstima da se sve zatvori. Za smjesu dobro izmiješajte sve sastojke.

Fuži s pršutom

Sastojci: 40 dag svježih ili 30 dag suhih fuža, 3 usoljen inćuna, 15 dag šunke, 15 dag tanko narezanog nemasnog pršuta, 30 dag svježeg kozjeg sira, 1 glavica luka (ljubičastog), 1 češanj češnjaka, 3 žlice maslinova ulja, ružmarin, sol, papar.

Isperite i nasjeckajte inćune. Oljuštite i usitnite luk i češnjak pa popržite s dvije žlice ulja. Tanko narežite šunku, i popržite na preostalom ulju. Vilicom zgnječite sir i umiješajte šunku. Primiješajte luk, češnjak, inćune i narezani pršut. Zagrijavajte na niskoj temperaturi da se sir otopi, posolite, popaprite i pomiješajte sa skuhanim, ocijeđenim fužima. Ukrasite ružmarinom.

Livadske ledvice

Sastojci: 60 dag telećeg filea, 20 dag tartufa, 6 dag maslaca, 16 dag suhog kravljeg sira, 4 dag brašna, 0,8 dl bijelog vina, sol, papar.

Teleći file izrežite na odreske, istucite s jedne i druge strane, posolite, uvaljajte u brašno i popržite na maslacu s jedne i druge strane, da porumeni. Dolijte vino i isto toliko vode, pirjate oko 5 minuta. Meso izvadite i stavite u posudu za pečenje, u umak dodajte papar i tartufe izrezane na tanke listiće, malo popirjate i prelijte odreske. Sir izrežite na ploške stavite preko tartufa i posudu stavite u pećnicu na temperaturu od 220 ºC. Kad se sir počne topiti, izvadite i poslužite uz prilog od povrća ili krumpira.

Puževi

Povijest puža kao „prehrambenog artikla“ seže daleko u prapovijest – hrpice puževih kućica pronađene su u špiljama dokaz su da je prethistorijski čovjek već tada obilno konzumirao meso tog mekušca. Životinja koja se danas svrstava u plemenite, vuče podrijetlo iz Azije, odakle se rasprostranila po cijelom svijetu.

U staroj Grčkoj puževe su, slično kao i danas, jeli uz pomoć posebnog pribora. U Rimskom Carstvu bili su poslastica bogatih aristokrata, a rimski su ih brodovi dovozili iz Afrike, Španjolske i Ilirskih provincija (iz naših predjela) Uz te male i neugledne životinjice vezana je i legenda o propasti Kartage – rimski je vojnik, tražeći puža, naišao na podzemne hodnike kroz koje su Rimljani izvršili kobni napad.

Uz stare Rimljane veže se i organizirani uzgoj puževa. Oni su ih na specijaliziranim farmama hranili aromatičnom smjesom na bazi lovora, vina i mekinja da bi im meso bilo što ukusnije, a neke od antičkih tehnika uzgoja koriste se i danas.

Rimljani su puževe i uzgajali u tzv. „rimskim vrtovima za uzgoj puževa“, o čemu piše Plinije za vrijeme građanskih ratova s Pompejom, a izmislili su i poseban tov mlijekom, vinom i brašnom. Prvu farmu-uzgajalište napravio je Fulvije Lupinus s puževima raznih vrsta iz rimskog carstva, a hranio ih je mirišljivim travama s dodatkom mlijeka, oraha i badema, kako bi bili debeli i što ukusniji. Apicius Marcus, glasoviti izjelica - gurman, ostavio je i svoj naputak tovljenja puževa; „stavite puževe u zdjelu, u koju ste ulili mlijeko i stavili šaku morske soli. Slijedećih dana, dolijevajte mlijeko, ali odstranjujte nečistoću. Kad se puževi udebljaju toliko da se više ne mogu uvući u svoju kućicu, pržite ih na maslinovu ulju. Plinije mladi u svojim „Pismima“opisuje obrok od „ribe, tri puža, dva jaja i kolači ... „.

Najviše puževa su jeli za obroke koji su se priređivali poslije sahrane, u Pompejima su pronađene velike količine kućica kraj nadgrobnih spomenika.

Puževima su već tada bila pridavana i ljekovita svojstva – Plinije i Hipokrat savjetovali su da se kod bolesti jetre, mršavosti i umora pije voda u kojoj su kuhani.

Julije Cezar i Flavije Herinije prenijeli su naviku jedenja puževa u Francusku, a upravo su Francuzi danas najstrastveniji konzumenti ih mekušaca na svijetu.

Prodorom barbara u Europu, kulinarska strast prema puževima gasi se sve do srednjeg vijeka. Tada se iz bogataških puž seli u sirotinjske tanjure. Jeli su ih svećenici koji su ih smatrali nemasnim mesom za dane posta i korizme, i u vrijeme dugih 40-dnevnih postova, te siromašni puk kojem je puž često bio jedina dostupna hrana.

Povjesničari gastronomije navode da se već gotovo 2.000 godina puževi nalaze na jestvenicima kineskih careva.

Tijekom srednjeg vijeka puž je postao hrana za sirotinju a svećenstvo ih je smatralo „posnim obrokom“. Zaslugom francuskih gastronoma, puž 1814. god. vraća se na bogataške stolove u velikom stilu. Nakon što su posluženi na danas najpoznatiji burgundski način ruskom caru Aleksandru I., ponovno su postali nezaobilazna delicija za profinjena nepca.

Delikatesno meso puževa uobičajeno je jelo našeg pučkog kulinarstva, mnogih naših krajeva. Kod nas se ta gastronomske potrebe koriste kontinentalni (kontinentalni puževi dozrijevaju za komercijalnu upotrebu nakon 2 – 3 godine) i primorski puž (komercijalnu težinu doseže nakon godinu dana), a jestiv je i šumski. Puževe su visoko cijenili antički Rimljani, pa se smatra da se upravo pod njihovim utjecajem do danas zadržala navika da se uživa i to meso na prostoru nekadašnje rimskog carstva. Prve istarske kolovoške kiše poziv su i za branje puževa, koji su se preko ljeta „nadebljali“uživavši u raznoraznim travama.

Kod pripreme puževi moraju proći dva pranja u vodi, ispiranje, kuhanje, vađenje mesa („stopala“) iz kućice, skidanje utrobe (crijeva), trljanje kukuruznim brašnom (običaj se ne koristi svugdje), drugo kuhanje, te ovisno o načinu pripreme vraćanje natrag u kučicu.

Od ranog srednjeg vijeka, kada su buktali građanski ratovi, vladala je glad i harale epidemije, poznate su čuvene proklamacije vrhovnog katoličkog poglavara, pape, u kojima je preporučivao da se jedu puževi.

Prema staroj preporuci najbolje ih je uživati u mjesecima koji imaju u svom imenu slovo „R“, dok Francuzi kažu za njega:

„Puževi su kao lutrija - ne koštaju mnogo ali mogu mnogo donijeti”.

Fritaja s pužima

Sastojci: 8 jaja, 2 kg puževa, 1 dl ulja, 15 dag luka, 5 g češnjaka, papar, sol.

Na ulju popržite kosani luk da postane staklast, dodajte kosani češnjak i na sve to pripremljene puževe (očišćene i kuhane). Pirjajte oko 5 minuta, popaprite, posolite i dolijte razmućena jaja. Kad se jaja zgrušaju odmah poslužite.

Puževi u šugu (umaku)

Sastojci: 2 kg puža, 1,5 dl ulja, 15 dag luka, 2 dag češnjaka, 2,5 dag pirea od rajčice, 2,5 dag lista celera, 1,5 dag brašna, 1 dl vina, sol, papar.

Na ulju popržite kosani luk, dodajte kosani češnjak, brašno, rajčicu i kosani celer. Promiješajte, dodajte očišćene i kuhane puževe, malo popirjajte. Posolite, popaprite i zalijte vinom. Uz povremeno miješanje i dolijevanje vode pirjajte oko 40 minuta. Poslužite uz palentu.

Kad ste sakupili puževe ostavite ih 3-4 dana u zatvorenom sanduku da se očiste. Puževe prvo dobro operite u nekoliko voda a zatim ih pustite neko vrijeme u slanoj vodi (kojoj ste dodali ocat) kakao bi ispustili svu svoju sluz (ako ih niste prije toga držali u sanduku). Nakon toga kuhajte ih oko 1 sat, izvadite iglom iz kućice i ponovo prokuhajte u vodi kojoj ste dodali luk, češnjak, korijen i list peršina, lovor. Ovako se puževi pripremaju za daljnju obradu.

Brašnjeni puževi

Sastojci: 2 kg puževa, 2 dl ulja, 5 dag brašna, sol.

Očišćene, kuhane i ocijeđene puževe posolite, uvaljajte u brašno i pržite na ulju dok porumene. Ocijedite od masnoće i poslužite.

Puževi s vrhnjem

Sastojci: 10-15 puževa, sol, 2-3 žlice masti, 1 dl kiselog vrhnja, 2 jaja, 2 žlice kukuruznog brašna.

Dobro oprane puževe skuhajte u slanoj vodi, izvadite ih iz kućice, očistite im crijeva i dobro ih operite. Tako očišćene spustite u kipuću slanu vodu i kuhajte četiri sata. Ocijedite ih, stavite na ugrijanu mast i dodajte preljev koji ste napravili od vrhnja, jaja i brašna. Miješajte na vatri da se dobro poprži.

Puževi s vrhnjem i kukuruznim brašnom

Sastojci: 1 kg očišćenih puževa, 3-4 glavice luka, 2 žlice masti ili ulja, 2 žlice brašna, 2 žlice fino mljevenog kukuruznog brašna, 3 dl vrhnja, 1 žlica mljevene crvene slatke paprike, papar, malo juhe.

Puževe spustite u kipuću vodu i kuhajte 5-10 minuta. Odvojite kućice i crijeva, pa ih operite u više toplih voda. Kuhajte još 2-3 sata. Skuhane ocijedite i dobro operite. Isprženi nasjeckani luk, dodajte puževima i pirjajte još pola sata. Pospite kukuruznim i običnim brašnom, nekoliko puta promiješajte, dodajte papriku, sol i papar, zalijte juhom, prokuhajte i na kraju dodajte vrhnje. Poslužite s okruglicama od kukuruznog brašna.

Puževi u bijelom vinu

Sastojci: 24 skuhana puža i toliko kućica, 2,5 dl suhog bijelog vina, 2,5 dl pilećeg temeljca, 4 grančice kozlaca (*trajna zelen iz porodice kozlaca, upotrebljava se kao fina začinska biljka za slana jela*),17 dag maslaca, 2 žlice kosanog peršina,2 žlice kosanog bosiljka i kozlaca, 3 češnja češnjaka, krupna sol.

U posudu stavite vino, temeljac, grančice kozlaca i jednu čašu vode, pustite da ključa 2 minute. Dodajte puževe i kuhajte još 7 minuta. Skinite s vatre i ostavite hladiti oko 2 sata, u istoj tekućini. Ocijedite i stavite po jednog puža u svaku kučicu. Pomiješajte kosani češnjak, bosiljak, peršin i kozlac s omekšanim maslacem. U svaku kućicu stavite malo smjese, puževe stavite na lim (protvan) prekrijte krupnom soli. Pecite na 180 ºC u zagrijanoj pećnici oko 8 minuta. Odmah poslužite.

Salata od puževa

Sastojci: 2 kg puževa, 8 jaja, 0,6 dl ulja, 15 dag luka, 1,5 dag lista peršina, 2 lovorova lista, , 2,5 dl vinskog octa, papar, sol.

Očišćenim i kuhanim puževima dodajte luk izrezan na kriške, kuhana jaja izrezana na kockice, začinite uljem, octom (kvasinom), soli, paprom, pospite kosanim peršinom, promiješajte i poslužite.

Maruni

Juha od maruna

Sastojci: 1 l vode, 40 dag čistih, kuhanih i pasiranih maruna, sol, papar, kosani peršin, vrhnje za kuhanje.

Marune skuhajte, očistite, stavite u vodu i sve zajedno izmiksajte. Juhu začinite i ostavite da se lagano kuhan još 10 minuta. Na kraju dodajte vrhnje za kuhanje.

Pire od maruna

Sastojci:1 kg maruna, vrhnje za kuhanje, malo soli, muškatni oraščić.

Očistite marune od prve kore koja je puna tanina. Prokuhajte dok ne omekša, a potom ogulite drugu koru s još toplih plodova. Marune propasirajte i razrijedite s vrhnjem za kuhanje. Smjesi dodajte malo soli i muškatni oraščić.

Ovaj naputak osnova je svih jela na bazi maruna, pogotovo slastica.

Rezanci s marunima i vrganjima

Sastojci: 30 dag kuhanih maruna, 20 dag vrganja, 40 dag rezanaca, maslac, sol, papar, kosani peršin, ribani ovčji sir (parmezan), vrhnje za kuhanje.

Na maslacu popržite gljive izrezane na listiće i pustite da se lagano pirjaju nekoliko minuta. Dodajte vrhnje za kuhanje, sitno kosane marune, peršin, posolite i popaprite po ukusu. Kad je umak gotov dodajte ribani ovčji sir i pomiješajte s kuhanim rezancima.

Jelo možete pripremiti samo od kuhane tjestenine, kuhanih kestenja pomiješano sa žlicom kopra, maslinovim uljem i paprom. Kestenje popržite na ulju, dodajte kuhanu tjesteninu, pospite koprom, soli i paprom.

Patka s umakom od maruna

Sastojci: 4 odreska pačjih prsa, grančica ružmarina, 1 češanj češnjaka, maslinovo ulje;
za umak: 45 dag maruna, 5 ml ulja, 3,5 dl mlijeka, 1 mali luk sitno nasjeckan, 1 mrkva sitno nasjeckana, sol, papar, 30 ml zagrijanog ulja.

Marinirajte 2 sata prsa u mješavini ružmarina, listića češnjaka i ulja. Marune ispecite 20 minuta na 180 stupnjeva, a potom ih ogulite. Očišćene marune stavite u posudu s mlijekom, lukom i mrkvom i kuhajte 10-15 minuta dok ne omekšaju. Ocijedite ih, posolite i popaprite, te propasirajte. Dok se peku prsa ugrijte umak, a prije posluživanja razrijedite ga vrhnjem. Polijte umakom pečenje i ukrasite kuhanim marunima.

Ovaj umak može se koristiti uz sve vrste pečenja.

Složenac s marunima

Sastojci: 0,5 kg krumpira, 35 dag teletine, 35 dag pilećih bataka, 30 dag prešane šunke, 30 dag kuhanih i očišćenih maruna, 2 dl prošeka, 1 čaša vrhnja za kuhanje, 2-3 žlice ribanog ovčjeg sira, 2 luka, lovor, maslac, 2 dl mlijeka.

Na kockice izrežite teletinu, šunku te meso bataka. Popirjajte izrezan luk na maslacu, dodajte lovor, meso, sve začine, prelijte prošekom i ostavite da se pirja. Kad meso omekša dodajte vrhnje, malo vode i ostavite na laganoj vatri još 10 minuta. U međuvremenu ogulite krumpir, narežite ga na ploške i skuhajte u slanoj vodi pomiješanoj s 2 dl mlijeka. Kad je meso gotovo stavite ga u namašćenu vatrostalnu posudu, te ga prekrijte ocijeđenim kuhanim krumpirom, pospite listićima maslaca i ribanim ovčjim sirom. Pecite u pećnici na 200 ºC sve dok se krumpir ne zažari, tj. posmeđi.

Nadjeveni teleći odrezak s lovranskim marunima

Sastojci: 70 dag teleće ružice, 8 kriški sira, 8 kriški šunke, 4 dag kuhanih lovranskih maruna, 1 jaje, krušne mrvice (prezli), brašno, začini po želji.

Odreske malo potucite, posolite i na svaki stavite dvije kriške sira, dvije šunke i pospite mljevenim marunima. Zamotajte odreske, učvrstite koncem ili dugim tankim štapićem i panirajte u brašno, jaja i mrvice (ako želite panirati na „bečki način“tada to uradite na slijedeći način: pomiješajte brašno i mrvice, odreske uvaljajte u mješavinu brašna i mrvica, razmućena jaja i ponovo u mješavinu brašna i mrvica). Pržite u dubokoj masnoći. Odrezak poslužite na umaku od maruna uz „restani“krumpir. Ukrasite jelo (tanjur) kriškom naranče, tučenim vrhnjem i cijelim marunima.

Gulaš od kestena

Sastojci: 80 dag govedine, 4 glavice luka, 2 češnja češnjaka, 1 zelena paprika, sol, mljevena crvena paprika, 70 dag kestena, masnoća.

Na masnoći popirjajte kosani luk, dodajte meso izrezano na kocke, papriku izrezanu na male kockice. Podlijte vodom i pirjajte dok meso potpuno ne omekša. Dodajte mljevenu crvenu papriku, posolite, podlijte vodom, dodajte skuhane i očišćene kestene. Sve zajedno na tihoj vatri kuhajte još desetak minuta.
Jelu (luku) možete dodati i slaninu, kasnije malo crnog vina u isto vrijeme kad i vodu, i lovor. Dobiti će te novi okus.

Janjetina i kesteni

Sastojci: 1,5 kg janjetine (lošiji dijelovi), 2 žlice ulja, 1 žlica brašna, 0,5 l juhe, sol, papar, majčina dušica, lovor, 2 mrkve, 4 glavice luka, 1 grančica celera, 2 češnja češnjaka, 1 kg kestena.

Ogulite i nasjeckajte luk. Meso narežite na kocke i popržite na ulju da dobije smećkastu boju i pobrašnite. Pržite dalje miješajući. Ostružite, operite i narežite mrkve. Isprženite luk na ulju, dodajte meso i mrkvu pa pirjajte podlijevajući juhom. Dodajte usitnjeno začinsko bilje i češnjak nasjeckan na vrlo sitno. Posebno skuhajte i ogulite kestenje. Umiješajte u zgotovljeno meso, posolite, popaprite i pirjajte još 5 minuta. Odstranite sloj masti s vrha, jer bi jelo bilo premasno.

Istarska ovca; Istra je u prošlosti bila napučena ovcama, 1869. bilo ih je nešto manje od 160.000. Postoji krupniji tip istarske ovce (južna Istra) i manji tip (Laninština i istočna Istra). Riječ je o pasmini mliječne ovce koja u vrijeme laktacije (210 dana) daje 135-145 l mlijeka od kojega se proizvodi tradicionalni polutvrdi, punomasni sir, te janjad.

Janjetina, fuži i kesteni

Sastojci: 70 dag janjetine s kostima, 1 svežnjić korjenastog povrća za juhu, 60 dag fuža (istarska tjestenina) ili makarona, 18 skuhanih i oguljenih kestena, 1 glavica luka, 1 manja konzerva nasjeckanih rajčica, 1 dl crnog vina, 1glice ružmarina, 2 režnja češnjaka, maslinovo ulje, tvrdi sir, sol, papar.

Odvojite kosti od janjetine. Kosti kuhajte 40 minuta u 1 l vode s korjenastim povrćem, solju i paprom. Ocijedite. Oljušteni luk ispržite sa 4 žlice ulja pa primiješajte sitno narezano meso. Kad dobije boju, zalijte vinom i juhom, posolite i popaprite pa pirjajte 40 minuta. Oljuštite češnjak te nasjeckajte s ružmarinom i dodajte tjestenini kad i narezane kestene. Primiješajte skuhanu i ocijeđenu tjesteninu te još malo ulja. Pospite listićima sira i odmah poslužite.

Juneći gulaš s kestenjem

Sastojci: 50 dag junetine bez kosti (vratina), 40 dag kuhanih i očišćenih kestenja, 2 glavice luka, 10 dag suhe mesnate slanine, 1 paprika babura, 3-4 češnja češnjaka, 1 žličica slatke mljevene crvene paprike, mast, lovor, papar, sol, 2 dl vode ili još bolje bijelo suho vino.

Na zagrijanoj masti popržite slaninu narezanu na kockice, dodajte iskosani luk (posolite ga), očišćenu papriku narezanu na rezančiće, usitnjeni češnjak, sve zajedno kratko popržite. U posebnoj posudi na zagrijanoj masnoći popržite meso narezano na kocke da dobije smeđu boju (meso možete prije prženja uvaljati u malo brašna; dobiti će te gušći umak). Preženo meso umiješajte ranije prženom luku i paprici, dolijte toplu vodu i pirjajte da meso posve omekani. Pospite mljevenom crvenom paprikom, posolite, popaprite, podlijte s 2 dl tople vode (ili vinom), dodajte posebno skuhano i očišćeno kestenje. Sve zajedno kuhajte oko 10 minuta. Gulaš poslužite uz domaći kruh, svježu ili ukiseljenu salatu prema želji.

Gulaš od boškarina

Sastojci: 75 dag boškarina (zamjena junetina), 20 dag dimljene pancete, mast (ulje)4 glavice luka, 4 češnja češnjaka, 1 l mesnog temeljca (čista mesna juha) 50 dag svinjetine od lopatice, 20 dag usitnjene rajčice (konzerva pelata), 2 žličice crvene mljevene paprike (miješajte ljute i slatke u željenom omjeru), sol, papar, 2,5 dl suhog bijelog vina, 4 velika krumpira, 4 žlice domaćeg kiselog vrhnja, 1 žlica kosanog peršina, 2 lista lovora.

Mjeso boškarina izrežite na kockice. Nasjeckajte luk i popržite ga na zagrijanoj masnoći. Kad se počne karamelizirati dodajte kosani češnjak. Lagano popržite i dodajte kosanu pancetu i sve prepržite. Dodajte meso boškarina, promiješajte i malo podlijte temeljcem. Posolite, dodajte rajčice, lovor, mljevenu papriku i ostavite da krčka (termička obrada na laganoj vatri) oko 45 minuta. Nakon toga dodajte na kockice narezanu svinjetinu, promiješajte i po potrebi dolijte još temeljca. Krčkajte još oko dvadesetak minuta, podlijte vinom i dodajte krumpir izrezan na kockice. Kuhajte dok krumpir ne omekša. Pazite da se krumpir ne raskuha. Po želji još začinite solju i paprom.

Teleći odresci s kestenjem

Sastojci: 40 dag teletine za odreske, 20 dag kuhanih i očišćenih kestena, 1 žličica meda od kestena, 12 lovorova lista, 2 bobice kleke (borovnice), 4 dag maslaca, 2 dl bijelog vina, sol.

Oprano i obrisano meso narežite na tanke odreske te dobro istanjite lupajući batićem. U velikoj tavi zagrijte maslac s klekom i lovorom, i u tome ispržite odreske s obje strane. Zalijte vinom i posolite. Pirjajte na srednje jakoj temperaturi 6 -7 minuta. Povremeno okrećite odreske. Umiješajte kestene i poslije 2-3 minute i med da meso i kesteni dobiju sjaj.

Istarski fileki

Sastojci: 1 kg kuhanih fileka, 4 dag ulja, 3 dag suhe slanine, 1/2 glavice luka, 2 češnja češnjaka, 1 dag paprike, 1 žlica pirea od rajčice, lovorov list, sol, krušne mrvice, 1/4 dl kiselog vrhnja, peršinov list.

Kuhane fileke narežite na tanke rezance. Na ulju i nasjeckanoj slanini prepržite luk i češnjak. Dodajte papriku, pire od rajčice, mrvice i još malo prepržite. Dolijte malo vode i kuhajte 15 minuta. Umiješajte fileke i lovorov list te posolite. Jelo mora biti gusto. Pustite kipiti još pola sata. Na kraju umiješajte vrhnje i nasjeckani peršinov list.

Žgvacet (žvacet, primorski gulaš)

Žgvacet se dijelila na pravi i *lažni.*

Žgvacet, onaj pravi, *istrijanski*, sprema se od kokoši. Današnji - moderni, *lažni*, samo se naziva žgvacetom, *telećim, goveđim...*

Nekad davno, kroz mnoga stoljeća, stanovništvo Istre teško je živjelo od svog rada, baveći se uglavnom poljoprivredom i vinogradarstvom, često se boreći s neimaštinom i glađu. Govedo je bila radna životinja koju nije imala svaka obitelj. Veliki i snažni istarski volovi – boškarini, radili su zajedno sa svojim gospodarima koji su u njima gledali svoje partnere-težake, supatnike i pomoćnike u teškom radu, svoje bogatstvo, i nije se o njima razmišljalo kao o hrani.

S druge strane, kokoši je bilo oko svake kuće. Kad bi odslužila svoj vijek kao nesilica, najveća uloga jedne kokoši bila je prehraniti obitelj. No i tada se moralo štedjeti, pa se od jedne kokoši moralo izvući najviše što se moglo da bi se svi zasitili. Žgvacet od jedne kokoši, uz palentu koja se gotovo svakodnevno kuhala, ili domaću tjesteninu u nekim svečanijim prilikama, zaista je bio ukusan i obilan obrok za cijelu obitelj.

U kvarnerskom zaleđu i na otocima pastirski način života i ovčarstvo imali su glavnu ulogu u prehranjivanju domaćeg stanovništva. Tako se *kvarnerski žgvacet* od onog istrijanskog razlikuje u vrsti mesa - umjesto kokošjeg, janjeće je meso ovdje glavni sastojak. I dok se u Istri uz žgvacet, od tjestenine uglavnom poslužuju *fuži*, na Kvarneru se spremaju *šurlice*. Najpoznatije su one dubašljanske, s otoka Krka.

Razlika pri pripremi žgvaceta u odnosu na gulaš je već na samome početku, dok se kod gulaša najprije pirja luk na vrućem ulju, u pripremi žgvaceta najprije se na vrelome ulju prže komadi kokošjeg ili janjećeg mesa. Tek kad se meso zarumeni, dodaje se luk.

Količina luka i način zgušnjivanja, druga je razlika između gulaša i žgvaceta. Dok se u gulaš stavlja manja količina luka koji se pirja dok gotovo ne nestane, a zatim se cijela masa zgušnjava dodavanjem brašna, pravi se žgvacet zgušnjava isključivo velikom količinom luka koji se pirjanjem pretvara u vrlo bogatu želatinastu bazu.

I komadići rajčice su ono što dodatno obogaćuje žgvacet u odnosu na gulaš u kojem će se te malo rajčice naći jako rijetko ili nikako.

Na kraju, „prava“ razlika, onu koja daje osebujan miris i okus pravom žgvacetu, daje vino. Vino u istarskoj kuhinji ima vrlo veliki značaj i gotovo je nezaobilazno još od antičkih vremena. Tako je i u pripremi žgvaceta. Uz male razlike u odabiru vina, bijela malvazija ili možda crni merlot, ono je osnovno čime se podlijeva dobar žgvacet, uz sasvim malo vode ili eventualno temeljca.

Odabir začinskih trava (lovorov list, bosiljak i mažurana).je posljednji čin po kojem će se žgvacet razlikovati od kuhinje do kuhinje.

Žgvacet od domaće kokoši s fužima

Sastojci: pola domaće kokoši, 10 dag luka i češanj češnjaka, 1,5 dl maslinova ulja, 3 oguljene rajčice, mala žlica brašna, 2 dl malvazije, 10 dag brašna za fuže, 1 jaje, sol, papar i nekoliko iglica ružmarina.

Upotrijebite stari lonac s poklopcem, po mogućnosti nonin (zbog boljeg dojma). Ukoliko kokoš slučajno nije domaća, već kupljeno pile, zagrijte ga na laganoj vatri.

Na zgrijanom ulju, u posudi s poklopcem, popržite izrezanu kokoš na komade dok ne dobije boju zlata. Meso izvadite i na istoj masnoći pirjajte sitno nasjeckani luk dok ne izgubi tekućinu te dodajte oguljene rajčice narezane na kockice. Vratite meso u posudu, poklopite i pirjajte 10-ak minuta da se sastojci sjedine. Pospite brašnom i prelijte čistom pilećom juhom, temeljcem ili toplom vodom. tek toliko da prekrije meso. Poklopljeno kuhate na laganoj vatri dok meso ne omekša uz dodavanje soli, papra i ružmarina. Na samom kraju ulijte vino.

tijesto za fuže: u brašno stavite cijelo jaje (žutanjak i bjelanjak) i malo soli (istarski omjer je na 1 kg brašna, 6-8 cijelih jaja). Mijesite dok se tijesto ne počne odvajati od prstiju. Razvaljajte ga što tanje i izrežite na kvadratiće 4x4cm. Svaki kvadratić omotajte oko kuhače i stisnite krajeve da se spoje. Kuhajte u kipućoj slanoj vodi, izvadite, procijedite i dodajte u posudu s mesom kokoši, kratko prokuhajte. Poslužite istim vinom koje ste koristili pri kuhanju, malvazijom.

Teleći žgvacet

Sastojci: 80 dag mesa od teleće lopatice (plećke), 2 glavice luka, 6 češnjeva češnjaka, 25 dag rajčica, 2 dl bijelog suhog vina, prstohvat mažurana, prstohvat bosiljka, 1 vezica peršina, 1žličica brašna, 1 dl ulja,sol, papar.

Meso narežite na kockice i popržite na zagrijanom ulju. Kad meso dobije smeđu boju, izvadite ga i na istom ulju popržite kosani luk, češnjak i peršin. Vratiti meso, začinite mažuranom i bosiljkom, posolite i popaprite. Pirjajte na laganoj vatri, povremeno dolijevajući juhu, temeljac ili toplu vodu. Kad meso omekša, a voda ukuha, pospite brašnom, promiješajte i podlijte vinom. Kuhajte ("krčkajte") na laganoj vatri dok ne dobijete gusti umak.

Žgvacet od teletine, svinjetine ili piletine poslužuje se uz razne priloge od tijesta ili uz palentu. U Istri se žgvacet ipak najčešće poslužuje uz fuže, originilan prilog istarskog kraja.

Domaća lignja nadjevena marunom, pršutom i škampima

Sastojci: 1,20 dag lignji, 30 dag pasiranog maruna, 10 dag pršuta, 15 dag škampi, papar, peršin, maslinovo ulje.

Napravite smjesu za punjenje od sitno nasjeckanog maruna, pršuta i škampi, te time napunite lignje koje ste prethodno očistili. Lignje ispecite na žaru i kad su gotove prelijte ih peršinom pomiješanim s maslinovim uljem. Kao prilog poslužite lešo blitvu ili krumpir.

Pjenasta krema od maruna

Sastojci: 50 dag svježeg slatkog vrhnja, 20 dag kreme od maruna (može i pire), 10 dag mlijeka, 5 dag šećera, malo brandya, 2 dag meda, 9 g želatine u listićima, 12 maruna (kuhanih i oguljenih).

Kuhajte mlijeko sa šećerom i medom, te rastopite u tome listiće želatine koje ste prethodno namočili u hladnoj vodi. Ostavite da se sve ohladi. U međuvremenu izmiješajte kremu od maruna, brandy i zgnječene marune. Slatko vrhnje izmiksajte u čvrsti „šlag“. Kada smjesa sa želatinom počne čvrsnuti umiješajte kremu od maruna s brandyem, tučenim vrhnjem, te kremu podijelite u nekoliko zdjelica ili u jednu veću. Ostavite sve da se odmori 4 sata. Poslužite s preljevom od rastopljenog šećera na maslacu.

Puding od maruna

Sastojci: 45 dag maruna, 3 dl mlijeka, 12 dag šećera u prahu, 2 jaja, 2,5 dag gorkog kakaa, ½ žličice ekstrakta od vanilije, 5 dag šećera za glazuru, svježe tučeno vrhnje za ukras i ušećereni maruni.

Razrežite marune i kuhajte ih par minuta u kipućoj vodi, a potom ih ogulite dok su topli. Stavite ih u posudu s mlijekom i polovinom šećera u prahu. Kuhajte miješajući dok ne omekšaju. Kad se ohlade propasirajte ih. Žumanjke tucite s ostatkom šećera dok e dobijete svijetlu pjenastu smjesu. Utucite kakao prah i vaniliju. Posebno tucite bjelanjak dodavši im šećer. Umiješajte sve smjese i na kraju bjelanjke. Stavite puding u namašćeni kalup i pecite 15-20 minuta na 180 ºC. Izvadite, pustite ga da se 10-tak minuta ohladi, istresite iz kalupa i ukrasite tučenim vrhnjem i ušećerenim marunima.

Lovranske kuglice

Sastojci: 1,2 kg maruna, šećer ili med po ukusu, 20 dag čokolade za kuhanje.

Skuhani marun propasirajte i izmiješajte sa šećerom ili medom. Oblikujte kuglice i kada se potpuno ohlade umočite ih do pola u rastopljenu čokoladu. Ova količina dostatna je za 15-tak kuglica.

Štangice od maruna

Ispecite bijelo biskvitno tijesto po uobičajenom naputku, a zatim ga, ako je deblje, prerežite na pola ili ako je tanko kao za rolat, na dva komada. Tajna je u kremi: tucite 0,5 l slatkog vrhnja, dodajte ohlađeni puding od vanilije (od 1 vrećice). Marunu očistite vanjsku koricu, kuhajte ga, pa očistite i unutarnju pokožicu, a najljepše komade ostavite za ukras. Dobro ga ispasirajte i umiješajte u kremu te njome premažite biskvit, preklopite ih, izrežite na štangice (može i kocke), pa svaki komad ukrasite cijelim kuhanim marunom.

Pita od maruna

Sastojci: 50 dag maruna, 30 dag svježeg sira, 5 jaja, 1 žumanjak, 10 dag grožđica, 10 dag oguljenih i nasjeckanih badema, 20 dag šećera, cimet u prahu, 2 dl kvalitetnog bijelog vina, tijesto za pitu.

Namočite grožđice u vinu i ostavite ih da omekšaju. Promiješajte pire od maruna, sir, jaja, bademe, 15 dag šećera, grožđice namočene u vinu skupa s vinom. Pospite cimetom. U kalup za torte stavite list tijesta za pite tako da visi preko ruba. Stavite nadjev i prekrijte ga drugim dijelom tijesta. Dobro zatvorite rubove. Namažite površinu žumanjkom. Pecite 50 minuta na 180 ºC. Pečeno posipajte ostatkom šećera.

Kolač od maruna

Sastojci: kutija piškota ili 25-30 keksa „petit-beurre“, 20 dag maslaca, 20 dag šećera, 3 žumanjka, 30-40 dag protisnutih kuhanih maruna, 5-6 žlica mlijeka, 6 rebara čokolade, rum.

Marune skuhajte, ocijedite, očistite i još vruće propasirajte. Pjenasto umutite maslac, šećer i žumanjke. U tu smjesu umiješajte ohlađene protisnute marune, mlijeko i 4 rebra naribane čokolade. U zdjelu najprije stavite toliko kreme da pokrije dno, zatim slažite red piškota ili keksa, nakvašenih mlijekom i rumom, zatim red kreme itd. Odozgo ukrasite ribanom čokoladom.

Torta od maruna

Sastojci za biskvit: 6 žumanjaka, 6 bjelanjaka, 20 dag šećera u prahu, 3 žlice čokolade u prahu, 40 dag čistog pasiranog maruna, ½ praška za pecivo; za nadjev: 36 dag maslaca, 36 dag šećera u prahu, 2 žlice ruma, 2 vanilin šećera, 50 dag pasiranih maruna.

Pjenasto izmiješajte žumanjke i šećer, te čokoladu u prahu. Dodajte marun izmiješan s pola praška za pecivo i na kraju snijeg od bjelanjka. Rukom lagano sve izmiješajte. Smjesu stavite u namašteni kalup i pecite sat vremena na 170 ºC. Kad je gotovo ugasite pećnicu, otvorite vrata i ostavite tortu unutra još neko vrijeme da ne bi „pala“. Za nadjev izmiješajte sve sastojke mikserom i namažite tortu kad se ohladi. Nadjev je dovoljan za jedno „filanje“ iznutra i ukrašavanje torte.

Neka od ostalih istarskih jela

Salata od slanih srdela

Sastojci: 20 dag slanih srdela, 25 dag luka, 0,5 dl maslinova ulja, 0,5 dl kvasine (vinskog octa), papar.

Slane srdele očistite od ljusaka, većima izvadite i kosti. Dodajte im na ploške narezan luk, začinite uljem, octom i paprom.

Poslužite kao predjelo.

Juha od dunja

Sastojci: 8 dl crnog vina , 30 dag dunja, 10 dag šećera, 1 žlica maslinova ulja, malo papra.

Dunje narežite na kriške, poslažite ih na lim, zalijte s malo vina i ispecite u pećnici. Ispečene stavite u zdjelicu, prelijte mješavinom preostalog vina, šećera, ulja i malo papra. Uživajte malo u dunjama i malo srknite vino.

Juha od bobića

Sastojci: 1 kost od istarskog pršuta, 15 dag graha, 3 lista lovora, 4 krumpira, 10 dag suhe slanine, 1 rajčica, 2 češnja češnjaka, malo korijena celera, 1 šalica bobića, sol, papar.

Grah prokuhajte, ocijedite i stavite u posudu u kojoj se kuha kost od pršuta, s nastruganom suhom slaninom, kosanim češnjakom i naribanim celerom. Kuhajte na laganoj vatri sat i pol., a zatim dodajte bobiće, na kockice narezan krumpir, posolite i popaprite. Ako juha nije dovoljno gusta, pred kraj kuhanja dodajte žlicu gustina umiješanog s malo vode.

Juha sa školjkama i škampima

Sastojci: 1 žlica maslinova ulja, 10 dag mesa škampa, 10 dag mesa školjaka, peršinovo lišće, 1 žlica gusto ukuhane rajčice, 1 režanj češnjaka, sol, papar.

Pristavite 1 l vode, posolite i popaprite. Oprano meso školjki i škampa stavite u provrelu juhu. Umiješajte rajčice pa kuhajte 5 do 10 minuta. Na kraju dodajte nasjeckani češnjak i peršinovo lišće.

Bistra juha od šparoga

Sastojci: 6 dag suhih gljiva, 1 kg šparoga (narezanih na komade od 5 cm), 7,5 dl bistrog temeljca od povrća ili piletine, 1 žlica maslaca, sol, svježe mljeveni papar.

Pećnicu ugrijte na 150 stupnjeva. U šalici tople vode močite gljive 30 minuta. Ocijedite ih i narežite. Donje dijelove izboja šparoga i gljiva stavite u vatrostalnu posudu. Podlijte kipućim temeljcem i stavite u pećnicu. Kuhajte 30 minuta. Dodajte pupove šparoga i maslac. Prema ukusu začinite solju i paprom. Smanjite temperaturu na 140 stupnjeva i nastavite kuhati još 30 minuta.

Krem juha od šparoga

Sastojci: 1/2 kg zrelih šparoga (kad šparoge počnu gubiti na kvaliteti najčešće se rade krem juhe), 1 kg krumpira, 1 mala glavica luka, 3 dag maslaca, 1 žlica brašna, 7,5 dl vrućeg pilećeg temeljca, 2 žumanca, 1,25 dl vrhnja, bijeli papar.

Oprane i očišćene šparoge narežite, nakidajte šaku najboljih vrhova za ukrašavanje. Narezane šparoge stavite u lonac i nalijte s toliko slane vode da ih pokriju. Dodajte očišćen i narezan krumpir i luk, te zakuhajte. Pokrijte lonac, smanjite vatru i kuhajte polagano 15-20 minuta, dok povrće ne omekša. U pari

posebno skuhajte vrhove šparoga i odložite ih. Rastopite maslac, dodajte brašno i napravite svijetli zapržak. Postupno dolijevajte pileći temeljac i dobro miješajte da se brašno ne zgruda. Zakuhajte i izlijte na neprocijeđeno povrće. Sve zajedno usitnite u miješalici ili fino pasirajte. Ako ima vlakana, pire protisnite kroz sito, zatim smjesu ponovo stavite u opran i obrisan lonac. Istucite žumanca i vrhove tako da se dobro izmiješaju, a zatim ih umiješajte u juhu. Posolite i popaprite. Dodajte vrhove šparoga i uz miješanje polagano ugrijte. Juha ne smije zakuhati, jer bi se žumanca zgrušala. Ako je previše gusta, razrijedite je temeljcem ili vrhnjem. Poslužite odmah.

Šparoge s vrućim umakom od maslaca

Sastojci: 1 kg šparoga, 1,4 kg maslaca, limunov sok, 4 žlice nasjeckanog peršina, gruba sol, sveže mljeveni papar.

Šparoge stavite kuhati. Rastopite maslac, ali pazite da nije prevelika temperatura, jer će cvrčati i požutjeti. Posudu s rastopljenim maslacem stavite u kipuću vodu, tako da se maslac rastopi i jako ugrije. Dodajte po ukusu limunova soka i umiješajte nasjeckani peršin. Poslužite vruče šparoge, posute grubom solju i paprom, a umak (posebno za svaku osobu) poslužite u zdjelicama kako bi svaki sam mogao umakati šparoge.

Na ovaj način se pripremaju najkvalitetnije šparoge

Šugo od šparoga

Sastojci: 10 dag šparoga, maslinovo ulje, 1,5 dl kiselog vrhnja, lišće peršina, sol, papar.

Prokuhane šparoge popržite na zagrijanom ulju. Dodajte vrhnje i kosani peršin, promiješajte, začinite i prokuhajte 3-5 minuta.

Salata od šparoga

Sastojci: 50 dag šparoga, 1 tvrdo kuhano jaje, 1 glavica luka, 2 žlice ulja, 1 žlica kvasine (vinskog octa), 2 žlice nasjeckanog peršina, sol.

Šparoge očistite, odrežite im drvenasti nejestivi dio, a vršKove narežite na komadiće duljine oko 3 cm. Stavite ih u kipuću vodu sa malo soli i kuhajte na laganoj vatri dvadesetak minuta. Kad omekšaju, ocijedite ih i ostavite da se ohlade. Ulje, ocat, nasjeckani luk i peršin čvrsto izmiješajte i tim umakom prelijte šparoge. Ukrasite ploškama tvrdo kuhanog jaja.

Šparožina

Kuhajte šparoge u posoljenoj kipućoj vodi oko 15 minuta. Dobro ocijedite, zauljite i ohladite. Jede se hladno, poliveno kvasinom i ukrašeno tvrdo kuhanim jajima.

Šparoge s pršutom u vinu

Sastojci: 20 dag šparoga, 20 dag pršuta narezanog na tanke *fete* (ploške), 20 maslina, 2-3 žličice kapara, 1,5 dl bijelog vina, maslinovo ulje, sol, papar.

Na vrućem maslinovu ulju naglo popržite pršut. Izvadite ga i stavite na topli tanjur, na ostatku ulja popržite šparoge, dodajte ostale sastojke i kratko popirjajte (1-2 minute). Ako želite malo gušći umak pirjajte nešto duže. Pršut vratite u umak, i odmah poslužite.

Ravioli i šparoge na mornarski

Sastojci: 50 dag brašna, prstohvat soli, žlica maslinova ulja, vode po potrebi, 10 dag šparoga, 2 žlice maslinova ulja, sol; *umak*: 8 škampa, 16 dagnji, 4 lignje, 2 dl bijelog vina, 2 češnja češnjaka, 10 maslina, 1 izrezani pomidor (rajčica).

Pomiješajte sve sastojke i umijesite tijesto za raviole. Razvaljajte ga na debljinu oko tri milimetra. Šparoge nasjeckajte, propirjajte i složite na kupčiće po polovici tijesta u razmaku od 5 cm. Preklopite drugom polovicom tijesta i izrežite raviole

(kvadratiće tijesta). Kuhajte u kipućoj vodi. Kad isplivaju na površinu, gotovi su. *Umak*: na vrućem maslinovu ulju popržite škampe, lignje narezane na kolutiće te dagnje. Dovoljno je minuta, dvije. Dodajte kosani češnjak, cijele masline, narezani pomidor i podlijte bijelim vinom. Začinite i kratko popirjajte. U gotov umak umiješajte raviole i odmah poslužite.

Juha od koprive

Sastojci: mlade koprive, maslac, luk, 1 l tople vode ili ostatak tekućine od kuhanja povrća.

Mlade koprive prokuhajte u vreloj vodi i iskošite. Na maslacu zažutite sitno kosani luk, dodajte koprive, popirjajte kratko i zalijte vodom ili tekućinom od kuhanja povrća. Prokuhajte kratko i začinite po želji.

Bijela maneštra

Sastojci: pešt, 30 dag krumpira, 8 dag korijena celera, 10 dag svježe rajčice, 10 dag suhe slanine, 2 dag češnjaka, 1 lovorov list, sol, papar.

Očišćen krumpir i korijen celera izrežite na kockice i kuhajte u vodi u koju ste prethodno dodali pešt. Posolite, popaprite, dodajte rajčicu izrezanu na veće komade i lovor. Začinite još po potrebi s peštom, dodajte željenu tjesteninu (rezance) i kuhajte 20 minuta.

Istarska maneštra

Sastojci: 45 dag krumpira, 30 dag graha, kost pršuta, 15 dag pešta (isjeckana slanina) sol, papar, češnjak, 45 dag kukuruza.

Očišćeni i opran grah stavite kuhati s kosti pršuta, koju ste rasjekli. Kada prokuha, ocijedite vodu i dodajte čistu, posolite, popaprite, dodajte češnjak, pešt i krumpira izrezanog na kockice. Kuhani krumpir izvadite, protisnite i vratite natrag u posudu. Dodajte kukuruz i po želji istarske kobacice. Kuhajte još oko pola sata.

Maneštrica s ječmom

Sastojci: 20 dag graha, 15 dag ječma, 2 lista lovora, pola manjeg korijena celera, 1 mrkva, 1 češanj češnjaka, 1 manji luk, 4 tanke ploške sušene slanine, sol, papar.

Dan prije stavite grah močiti u vodi. Ocijedite ga i kratko kuhajte u neslanoj vodi. Ocijedite ga i premjestite u lanac s hladnom vodom. Dodajte lovor, oguljenu i sitno narezanu mrkvu, celer i češnjak. Poklopite i oko sat i pol kuhajte na laganoj vatri (nekada su se jela lagano kuhala“ krčkala“, zato su i bila bolja nego danas, kad se sve radi „na žurbu“). Ječam kuhajte 40 minuta u kipućoj i slanoj vodi, ocijedite ga i primiješajte grahu. Nastavite kuhati dok grah ne postane mekan. Grabilicom (šupljom kuhačom) izvadite grah i ječam, pa ih usitnite vilicom (ili izmiksajte) i vratite u lonac (to je novija inačica, nekada se tako nije radilo). Jelo posolite i popaprite, u tavi popržite komadiće narezanog luka i slanine. Kad slanina postane hruskava, primiješajte sve maneštrici i odmah poslužite.

Maneštra s koromačem

Sastojci: 20 dag graha, 45 dag krumpira, nekoliko grančica koromača, 50 dag dimljenih rebara, 15 dag dimljene slanine, 5 dag češnjaka, 1 vezica lišća peršina, 2 lista lovora, 25 dag oguljene rajčice (svježe ili iz konzerve), sol, papar.

Dan ranije namočite grah. Pristavite grah i kad dobro provri, ocijedite ga i ponovo pristavite s novom svježom vodom. Dodajte dimljena rebra, lovor, sol i papar. Očistite češnjak, iskošite ga kao i peršin i slaninu. Sve zajedno izmiješajte i dobili ste – „pešt“- istarski začin (istarska „vegeta“). Umiješajte u maneštru – juhu. Ogulite krumpir i narežite na kockice i dodajte u napola skuhan grah. Kad sve omekša, dodajte rajčicu narezanu na kockice, krupno narezane koromača, sol i papar. Još samo da juha provri i - poslužite.

Maneštra sa slanutkom (Bijela maneštra)

Sastojci: 15 dag graha, 25 dag krumpira, 30 dag slanutka, 0,5 dl maslinova ulja, 2 češnja češnjaka, sol, papar.

Slanutak dan ranije potopite u vodu, drugi dan ocijedite i kratko prokuhajte. Isti postupak uradite s grahom. Grah i slanutak kuhajte u loncu, kada su polukuhani dodajte krumpir i nastavite kuhati tako dugo dok se krumpir ne raspadne (raskuha) i odredi gustoću maneštre. Začinite kosanim češnjakom, solju i paprom. Neposredno pred kraj kuhanja dodajte maslinovo ulje.

Ako maneštra nije dovoljno gusta, možete je zagustiti i laganom zaprškom, ili izdvojite nekoliko žlica slanutka i krumpira, protisnite i vratite natrag.

Repa i fažol na lovranski

Po kazivanju Lovranke: *stavila sam kuhat fažol na mrzlo, a nutra još zapešta od pršuta, domaće panceti, malo maslinova ulja, sol, papar. Posebno sam skuhala repu, domaću kiselu repu, kuhala je jedno pola ure, pa onda procijedila i ožela. Repu sam onda stavila na domaću mast i češanj, dodala skuhani fažol, još malo kuhala sve skupa i gotovo*.

ili

Friška repa z fažolom

Sastojci: *kilo friške repe, fažol (za sakega po pest; po osobi onoliko koliko stane u šaku), sol i papar, smok (mast), četiri zrna česna, žlica muke.*

Repa se olupi, opere i nareže na kusi. Stavi se kuhat va posoljenu mrzlu vodu. Stavimo kuhat i fažol z kakovun suhun prašćun kožicun. Posolimo ga pri kraju kuhanja. Kad je repa kuhana (to će van pokazat pirun, ako ga zabodete va repu), ocedimo je i propasiramo na pasiralicu za konpir. Va padele otopimo smok (masti ali dve žlice uja), pobrašnimo z mukun i malo zažutimo, narežemo česan i popaprimo. Podlejemo z mrzlun vodun pa neka zagusti. Lejemo va repu i dodamo kuhan fažol i malo njegove vode. Zmešajmo.
Jušto tako moremo parićat repu z konpirom. Meso fažola morete skuhat konpir, tomfajmo ga i stavimo va repu. Ovo jilo je malo bledo, aš je konpir gled bez kolora. Uz uvu repu gredu jako dobro juneće šnicle na umido, al koltlete „na brzo“ i palenta. Mesto mesa jako su dobre i ofrigane slane ribe al friške sardelice.

Repa na padelu

Sirovu repu narezat i stavit kuhat z dva-tri kopirića, a pred kraj stavi se nutra kuhat i narezana nat!. Kad je skuhano ocedi se i hiti na ule i česan i još sledić prodinstat, soli i papri i stavi na stol.

Repa na belo

Repu se zriba i hiti na ule i česan dik ne omekša. Onda se malo popapri i tako ji.

Repa gulašon

Fažol se stavi kuhat, zapešta se s pancetun i česnom, stavi nutra suhega mesa i tri-četiri kopirići ki se potle zmaste. Kuha se dobre tri ure. Posebe se stavi kuhat zribanu repu. Kadagod se kuha par minuti a nekad rabi i pol uri ako je repa trja. Onda se repa ocedi, prodinsta ju se na malo česna i potle desetak minuti zmeša s fažolon. Doda se sled papra i soli koliko rabi pa se još kuha tako skupa jedno desetak minuti. Z dobrun repun treba bacilat tri i pol ako ne i četiri uri. I na kraju, kako bi to zgledalo baš iušo, kot da bi za nekakovu feštu, na pijat tako parićane repi se poleje palčić dobrega gulaša.

Merlin i konpir na padelu

Posebno va slanoj vode skuhat merlin (mrkva) i kopir. Na ule pofrigat kapulu, dodat merlin i konpir dokle se ne dobije gusti pire. Dosolit i popaprit. Prilog za se mesa.

Bakalar s posuticama (pasutice)

Sastojci: 1,30 kg dimljenog bakalara, 1 svežnjić povrća za juhu, 2 lista lovora, sol, papar u zrnu, 20 dag krumpira, 8 dl običnog i 2 dl maslinova ulja, 2 srednje velike glavice češnjaka, mljeveni papar; za posutice: 1 kg brašna, 2 jaja, sol; za umak: miješano obično i maslinovo ulje, 4-5 slanih srdela, krušne mrvice (prezli).

Bakalar močite jedan dan. Istucite ga batom pa močite još jednu noć. Skuhajte ga s povrćem, lovorom i paprom u zrnu. Skuhajte krumpir u slanoj vodi. Skuhani bakalar očistite pa čisto meso tucite s krumpirom da biste dobili glatku smjesu. Umiješajte pomalo ulje, usitnjeni češnjak, sol i papar. Polijte maslinovim uljem. Zamijesite tijesto za posutice, narežite i skuhajte. Za umak usitnite srdele, malo ih popržite na ulju, umiješajte mrvice te ispržite i prelijte preko posutica.

---

posutice (pasutice) - domaća tjestenina; tijesto se izreže u kvadratiće 4x4, skuha u slanoj vodi oko 10 minuta, i poslužuje uz zelje i bakalar ili preliveno s poprženim slanim srdelama. Bakalar s posuticama je „staro“ jelo istarskih ribara.

Rižoto od šparoga i škampa

Sastojci: 30 dag šparoga, 50 dag manjih škampi, 40 dag riže, maslinovo ulje, 2 češnja češnjaka, sol, papar, maslac, ribani ovčji sir(istarski ili paški).

Očistite repove škampa, a od glava skuhajte temeljac (glave stavite u gazu, zavežite i uložite u vodu da vidi na kuhači). Na ulju popržite rižu, dodajte iskidane šparoge, kosani češnjak, te podlijevajte temeljcem. Kuhajte na laganoj vatri uz povremeno miješanje. U pola kuhanu rižu dodajte očišćene škampe, sol, papar, maslac. Sve zajedno kuhajte dok riža ne omekša. Poslužite toplo s ribanim sirom za posipanje.

Parićana rakovica po istarski

Nakon što se rakovici skinuli travu s oklopa, dobro je operite i četkom izribajte. Stavite je kuhati u vrelu vodu, tako da joj prvo uronite leđa/hrbat. Kuha se oko 15 minuta. Izvadite je, odstranite noge, izvadite iz oklopa meso, jaja (ikru) ako ih ima i smeđu masu. Sve to stavite u posebnu posudu, nakon što ste usitnili meso. Izmiješajte s mrvicama, nasjeckanim peršinom i češnjakom, paprom, podlijte s malo kvasine i maslinovim uljem. Ispecite nakratko u tavici i stavite natrag u oklope. Oklope nakratko stavite na vatru da se poprži. Poslužite u kori.

Uz rakovicu poslužuju i *istarsku supu* (juhu), koja je često bilo prvo i jedino jelo za zajutrak (kuhano vino i stari kruh). Supa/juha je u lončiću iznad rakovice.

Kuhane rakovice

Najjednostavniji način pripremanja ovih vrlo ukusnih rakova je kuhanje. Rakovice stavite u kipuću posoljenu vodu i kuhajte 20 minuta (zavisno od količine). Kad su kuhane, izvadite meso iz tijela i kliješta. Začinite po želji.

Na ovaj način ribari su na brodu jeli rakovice.

Brodet od mrkača

Sastojci: 2 kg mrkača (hobotnice), 1 kg luka (kapule), 2dl maslinova ulja, 0,5 kg pelata (ili izvorno rajčice), lovor, ružmarin, sol, papar.

Mrkače očistite i sirove izrežite na komadiće, i stavite „na hladno“ u lonac („na hladno“ – znači stavite bez ugrijane masnoće i zaista u hladnu posudu). Dodajte izrezani luk, sve podlijte maslinovim uljem, poklopite i stavite kuhati oko 45 minuta. Tijekom kuhanja mrkači će pustiti svoj sok u kojem će se kuhati. Nakon 45 minuta dodajte lovor, ružmarin, sol, papar te uspite izrezane rajčice (ili pelate). Sve zajedno kuhajte još oko 45 minuta. Povremeno miješajte. Poslužite s palentom.

Mrkačići na ribarski način

Uzmite po potrebi mrkačića (može i većih mrkača) koje najprije očistite. Zatim ih stavite u vodu i dobro skuhajte. Kad ocijenite da su gotovi izvadite ih iz posude, a dio temeljca u kojem su se kuhali sačuvajte. Dok se mrkačići hlade stavite kuhati krumpir u kori, kojega po završenom kuhanju ogulite i izrežite na ploške. Mrkačiće poslije kuhanje nemojte oprati već ih također izrežite na sitne ploške. Tako pripremljen krumpir i mrkačiće stavite u posudu, podlijte temeljcem, posolite, popaprite i začinite octom, maslinovim uljem i sokom limuna. Sve dobro izmiješajte i poslužite kao marendu ili predjelo.

Mrkači u zelenom umaku (šugu)

Sastojci: 1 kg mrkača, 1 veća mrkva, 1 korijen celera, 4 dag luka, 2 lista lovora, limun, 1 vezica lista peršina, 2 češnja češnjaka, usitnjeni sredina kruha, čaša aromatiziranog octa (ne balzamik), čaša maslinova ulja, sol, papar.

Mrkače očistite, isperite pod tekućom vodom i dobro ocijedite. U većoj posudi zavrite vodu u koju ste stavili narezanu mrkvu, celer i luk, lovor i limun bez kore narezan na kriške. Posolite i pustite da kuha deset minuta. U vodu stavite mrkača i kuhajte na srednje jakoj vatri pola sata. Skuhanog mrkača narežite na manje komade i stavite na pladanj za posluživanje (topli). Zeleni umak pripremite od sredine kruha (koliko stane u šaku) koji ste natopili u aromatizirani ocat, potom ocijedili i stavili u posudu sa kosanim peršinom i češnjakom. Sve dobro izmiješajte vilicom, dodajte maslinovo ulje, sol i papar. Prelijte preko mrkača, u međuvremenu već ohlađen, promiješajte i poslužite.

Jegulje po istarsku

Jegulju izrežite na komade dužine 5 do 10 cm zavisno od veličine i ostavite barem 2 sata u salamuri koju ste pripravili od: nekoliko žlica maslinova ulja, soka jednog limuna, nekoliko zdrobljenih češnja češnjaka, kosanog lišća peršina, soli i papra. Zeleno lišće vinove loze (možete zamijeniti lišćem kupusa), računajući po 2 lista za svaki komad jegulje, operite. Komade jegulje i malo salamure stavite na list, zamotajte u jednom smjeru, a završite sa dugim listom poprijeko. Pomoću komada tanke žice osigurat ćete omot od otvaranja i sačuvati sokove kod okretanja. Na dobro ugrijanom roštilju ili žeravici, na srednje jakoj vatri, pecite sa svake strane po 6 ili 7 minuta. Maknite s roštilja, uklonite žicu i stavite na tanjur, tako da list ostane odozdo. Uz pomoć masline, kriške limuna ili malo kosanog lišća peršina dotjerajte izgled. Jede se jegulja i lišće. Neki smatraju lišće velikom poslasticom.

Fuži s junećim gulašom

Sastojci: 80 dag junećeg mesa bez kosti, 25 dag luka, 2 dl ulja, 25 dag svježe rajčice, 3 dag brašna, 2 dl bijelog vina, sol, papar, list lovora, češnjak.

Nasjeckani luk popržite na ulju i kad požuti dodajte na kockice izrezano meso. sol, papar, nasjeckani češnjak, list lovora, i usitnjenu rajčicu. Pirjajte uz postepeno dolijevanje vode. Kad meso omekša i tekućina prokuha dodajte brašno. Malo promiješajte, dolijte vino i vode toliko da prekrije meso. Pustite da kuha na laganoj vatri.

fuži: 50 dag brašna, 2 jaja, sol

Od brašna, jaja, soli i vode umijesite glatko tijesto, razvaljajte ga na tanko i izrežite na kvadratiće veličine 4x4 cm. Kvadratiće oblikujte tako da dva suprotna kuta savijete prema sredini i pritisnete da se zalijepe, ili vrhove komadića tijesta, koja ste izrezali na romboidne oblike, namatate pomoću vrbovih štapića i stisnete u sredini. Fuže kuhajte u kipućoj vodi, kuhane ocijedite i prelijte junećim gulašom. I danas vrijedi pravilo da što je fuž manji to je kvalitetniji. Kućanica koja je pripremila gostu *fuže*, ukazala mu je veliku čast.

Istrijani su poznati po jelima od tijesta koja se poslužuju uz različite slasne umake. Nekada su se takvi obroci pripremali za težak, a jedan od njih je i poznata štracada (krpa, prnja) odnosno – široki rezanci, čiji okus se upotpunjuje maslinovim uljem i ribanim sirom. Tijesta su se često miješala i sa slanim srdelama.

Istarski njoki: 40 dag brašna, 1 kg krumpira, 2 jaja, sol ulje. Kratko umiješajte i isto toliko kuhajte u slanoj ključaloj vodi. Njoki se ne rade od mladog krumpira jer je vodenast.

Pljukanci – tjestenina istog sadržaja ali se oblikuje trljanjem između dlanova, u tanke omanje valjuške (oblika vretena, u sredini deblji a na krajevima uži).
Za fuže i pljukance radi se isto tijesto. „Stare domaćice“ kažu da za tijesto od 1 kg brašna treba 10 jaja, 2,5 do 3 dag soli i vode po potrebi.

Obični pljukanci

Sastojci: 50 dag glatkog brašna, 2,5 dl tople vode.

Umijesite od vode i brašna glatko tijesto, izrežite na komadiće i oblikujte među dlanovima u male valjuške veličine 3-4 cm. Skuhajte ih u posoljenoj vodi.

Od kukuruznog bijelog brašna kuhali su se *bijeli žganci* koji su, kao i palenta, bili seljačka i lako probavljiva hrana.
Rezanci od heljde pripremaju se od 1 kg heljdinog brašna, 3 jaja, malo soli, maslinova ulja i vode. Ne treba ih dugo mijesiti.

Palačinke z šparugami

– najprvo paričamo testo za palačinki (cvet, mleko, jaja, sol ali bez cukara) i spečemo oko deset palačinki. Zavisi kolika je familija. Frigane palačinki napunimo z smjesun ku smo prej tega paričali. Nju storimo tako da zdinstamo na sitno narezanoj kapulice očišćene i oprane šparugi. Kad one omekšaju dodamo 15 dek šunki ili domaće panceti, a more se i kombinirat. Nakon tega va smjesu dodamo 15 dek naribanega mehkega sira i s ten namažemo palačinki ke potle posložimo va štamp. Prej nego ča ih stavimo va peć da se zapeču prelejemo ih z kiselen vrhnjem va ko smo zmešali dva cela jaja i naribali malo trdega sira. Se se to peče dok se ne zažuti, a potle drito na stol. Ovako spravjene šparuge z palačinkami moru se poslužit za obed kot predjelo al kot dodatak, a moru bit i glavno jelo, zavisi kakov ki ima apetit.

Brancin s artičokama

Sastojci: 1,20 - 1,50 kg brancina, 12 artičoka, 3 dag luka, češnjak, 4 zrna kapara, 4 l ribljeg temeljca, 2 dl bijelog vina, 1 dl vinjaka, 2 dag ribljeg začina u prahu, 12 dag maslaca, 4 slane srdele.

Na dno lima stavite alu-foliju, premažite je umućenim maslacem i slanim srdelama. Na sredinu stavite brancina i oko njega blanširane artičoke. Po ribi i artičokama pospite nasjeckani luk, češnjak i suho začinsko bilje. Dodajte malo maslinova ulja i kapara. Foliju savijte s obje strane tako da je gornji dio otvoren, ali tako da umak ne bi iscurio. Odozgo dolijte riblji temeljac, konjak i bijelo vino. Pecite u pećnici na temperaturi 180-200 ºC oko 35 minuta.

Švoje (listovi) u pećnici

Sastojci: 4 lista (švoje) 0,5 kg krumpira, 10 dag maslaca, 2 žlice maslinova ulja, 1 dl bijelog vina, kosani peršin, sol.

Listove očistite, operite, posušite, posolite izvana i unutra, te ih uvaljajte u rastopljeni maslac, a preostali ulijte u lim i poslažite listove. Obložite ih listićima preostalog maslaca i stavite u zagrijanu pećnicu i pecite na 200 ºC. Podlijte vinom, pa pecite još 10 minuta, izvadite ribu i pospite kosanim peršinom. Poslužite s kuhanim krumpirom, začinjenim maslinovim uljem, maslacem i peršinom.

Jedno od božićnih istarskih jela. U Istri poštuju staru uzrečicu – „Božić kući – Nova godina svakud“.

Fazan na „Istarski način“ (nadjeven kestenjem)

Sastojci: fazan, 30 dag kestenja, 20 dag suhe slanine, 2 tartufa (gomoljače, jelen gljive - nisu obavezne), glavica luka, lišce peršina, 5 dag masti, 2 dl crvenog vina (teran), sol, papar.

Očišćenog fazana posolite, nabodite prsa i batake režnjevima slanine. Uvucite pod kožu na prsima nekoliko odrezaka tartufa. Na malo masti prepržite luk sitno nasjeckan, dodajte ostatke slanine, nasjeckani peršin i dobro zarumenite, ohladite i izmiješajte s kuhanim oguljenim kestenima, posolite i popaprite. Ovom smjeso nadjenite fazana. Zatvorite otvor čačkalicama i pecite ga na malo masti. Podlijevajte vinom. Pečenog fazana narežite na komade i prelijte sokom od pečenja.

Fazan na tingul*

Sastojci: 1,20 kg fazana, 10 dag suhe slanine, 15 dag luka, 4 režnja češnjaka, lišće peršina, 1 veća jabuka, 10 dag mrkve, 5 dag suhih šljiva, 1 dl maslinova ulja, 1 dl bijelog vina, 2 lista lovora, grančica ružmarina, papar, sol, ovčji sir za ribanje.

Fazana nabodite rezancima slanine i krupnije narezanim češnjakom, prerežite na četvero i stavite u posudu za pečenje s uljem, svim začinima (osim vinom), očišćenim i na komadiće izrezanim voćem i povrćem. Pirjajte na laganoj vatri. Povremeno zalijevajte vodom i pirjajte dok meso ne omekša (ne potpuno). Izvadite meso i izrežite na manje komade, a umak protisnite. Umak stavite natrag u posudu, dodajte meso i zalijte vinom. Pirjajte dok meso ne omekša a umak zgusne. Poslužite s valjuščima od krumpira i ribanim sirom.

---

tingul; dolazi od talijanske riječi t*ingare* ili *tingolo*, a u prenesenom smislu znači paprikaš od živadi ili drugog mesa; umanjeno *tingulet.*

Tingul od pivca

Srneći hrbat s prošekom

Sastojci: srneći hrbat, malo kiselog mlijeka, sol, 7 dag suhe slanine, 7 dag masti, malo mrvica, korijen celera i peršina, 2,5 dl kiselog vrhnja, nekoliko žlica prošeka.

Ako srneći hrbat nije od mladog srnjaka, stavite ga u kiselo mlijeko da odleži dva dana. S hrpta skinite tanku kožicu, posolite meso i nadjenite ga slaninom ili obavijte ploškama slanine. Pecite na vrućoj masnoći, od 45 do 60 minuta. U sok dodajte male kockice mrkve, korijena peršina i celera, ispirjajte i dodajte prošek.

Kuhana špaleta

Svinjsku polu suhu lopaticu sušenu najmanje 100 – 140 dana pripremite za kuhanje. Najprije odvojite po zglobu lopatice koju kuhate. Preostali dio po rezu blago posolite i popaprite pa vratite dalje sušiti do slijedeće potrebe, kad tanko režete i odreske popržite na maslinovom ulju. Lopaticu kuhajte 40-50 minuta, ovisno o veličini, u kipućoj vodi.
Kuhanu lopaticu pustite da se skoro ohladi u vodi u kojoj se kuhala, mlaku izvadite iz vode i malo pošećerite ako želite da izgleda blago zlatna.

Špalèta je na sličan način kao pršut obradjena i sušena svinjska lopatica (plećka) od prednje noge, samo što je manja i mekša od pršuta. Nakon sušenja konzumira se slično pršutu, tj. odrezane *šnite* (*fete*) se podgriju na maslinovom ulju i dodaju kao delikatesni prilog uz razna jela, ili se veći komadi suhe lopatice ukuhavaju u primorskom mesnom varivu (*žvacèt*).

Prije pravog pršuta od stražnje butine, obično od Uskrsa se načinjala sušena plećka ili špalèta kako ju zovu u Istri i na otocima. Dio lopatice se obavezno kuha, a dio priprema na način *gira-volta* (okreni samo jednom; što znači u tavi je okreni samo jednom).

Na maslinovom ulju se kratko zaprže (ili bolje reći zagriju) fete mladoga nezrelog pršuta, a pri kraju doda još malo malvazije i to pusti neka se sve zajedno prožme.

Za Vazmeni doručak u Istri (prije velike Svete mise) uobičajeno se priređuje:

- kuhana špaleta (polusuha svinjska lopatica)
- kuhana slanina
- tvrdo kuhana jaja, sol
- mladi luk (ljutika)
- pinca

U nekim dijelovima Istre se uz lopaticu konzumira kuhana panceta, kuhane kobasice i hladno janjeće ili jareće pečenje. Meso janjetine i kozlića je uglavnom bilo prigotovljeno „na padelu“ za ručak, poslije fuži, kao glavno jelo.

Jota

Sastojci**:** 70 dag krumpira, 25 dag graha, 35 dag kiselog kupusa, 60 dag dimljenih rebara, 12 dag dimljene slanine (samo bijeli dio bez mesa), list lovora, 15 dag luka, 3-4 češnja češnjaka, maslinovo ulje, morska sol, papar.

Dan prije namočite grah. Dimljena rebra stavite u hladnu vodu. Kad napola omekšaju, odlijte vodu, stavite novu (svježu), grah i lovorov list. Kad grah napola omekša, umiješajte oguljeni krumpir. Kupus stavite u malo vode. Češnjak i slaninu iskošite, i spojite zajedno u gustu smjesu – pešt. Umiješajte u kupus, posolite i popaprite. Skuhani krumpir izvadite, zgnječite u kašu i stavite u juhu. Umiješajte kupus. Sve prokuhajte, začinite s maslinovim uljem i poslužite.

Jota za ljude od mota (mot – sažeta misao na početku književnog ili drugog djela, osnovna misao)

Složenac od graha i kiselog kupusa ili kisele repe.

U Istri je obavezan dodatak krumpir, dok je u Dalmaciji ječam.

Istarska jota obogaćena je još i sastojcima, delikatesama: istarskim kobasicama, suhim komadima svinjetine, slaninom, čak i bravetinom. Jelo se zgušnjava kuhanim pasiranim grahom i zaprškom s većom količinom pirjanog luka. Istarska jota poslužuje se na način da se prazni tanjur pokapa maslinovim uljem i kvasinom.

Jota se radi i od kisele repe koja se kiseli u ostatku tekućine od prešana grožđa.

Jelo koje se priprema i tijekom karnevalskih dana a ne samo zimi. Riječ *iota* je tal. podrijetla i označava pojam - nimalo, ništa, ne vrijedi, što se ne bi moglo reći za ukusnost toga jela. Slično je i s buzarom, sama riječ je u kontradikciji s jelom.

A kakva jota mora biti: *ko je hitiš u zid, da drži ko melta*

Za „maškare“ se pripravlja jota na otvorenom (na „korzu“ ili „pjaci“) i po 700 porcija. Za što je potrebno: 50 kilograma kupusa, 30 kilograma vratine, 30 kilograma kobasica, i 10 kilograma suhih kostiju.

Primorci ovo jelo nazivaju *štuketi* u koje se stavlja u jednakoj količini graha i kiselog kupusa (po 50 dag), 10 dag ječma, 70 dag suhog svinjskog mesa, 10 dag luka, sol, papar, lovorov list i sve zagusti zaprškom od masti, brašna, češnjaka i slatke crvene paprike.

Pogača od šparoga

Izradite tijesto kao za pogaču (slično kao za kruh samo s nešto manje kvasca), i ostavite da se digne. U mješavini maslaca i maslinova ulja sasvim lagano propirjajte (da dobije laganu zlatnu boju) 10 tankih kosanih odrezaka pršut (ili pancete), dodajte listiće ovčjeg sira i skinite s vatre. Kuhane vrhove šparoga (15 dag) izmiješajte s umućenim jajem, posolite i popaprite. Izrađeno tijesto raspolovite i jedan dio stavite na dno veće okrugle posude. Na njega stavite šparoge s pancetom i sirom. Pokrijte ostatkom tijesta i dobro spojite krajeve da sadržaj iz sredine ne izađe pri pečenju. Tijesto po vrhu namažite maslinovim uljem iecite u pećnici na 180-200 ºC oko 40 minuta. Kad je pogača pečena nekoliko minuta je prekrijte vlažnom krpom te je odmah poslužite.

Istarska pogača iz Dvigrada

Sastojci: 70 dag glatkog brašna, 2 jaja, 20 dag šparoga, 20 dag mišancije (samonikle trave), 3 dl mlijeka, 15 dag bobića (mladi kukuruz), 15 dag mladog boba, 4 dag kvasca, 0,5 dl maslinova ulja, 2,5 dag maslaca, sol, žumanjak.

Na zagrijanom ulju lagano popržite kosanu mišancu, dodajte narezane šparoge i kratko popirjajte (teko toliko da uvenu. Sve stavite u cjedilo da se ocijedi. Brašno, jaja i toplu mišancu sa šparogama dodajte brašnu, podlijte s maslinovim ulje, sve izmijesite, dodajte maslac i ulje od procijeđene mišance i šparoga. Sve posolite i dobro sve izmijesite. Otopite kvasac u mlijeku, dodajte smjesi i sve još jednom dobro izmijesite. Tijesto razvaljajte, u njega utisnite bobiće i bob, i sve izmijesite. Oblikujte 8 pogača (hljepčića), stavite u namazanu tepsiju (lim za pečenje) i ostavite pola sata da se tijesto digne (uzađe). Mješavinom žumanjka i maslinova ulja premažite pogače i pecite u zagrijanoj pećnici na 210 ºC oko pola sata.

Poslužite pogaču izrezanu na kriške (*izvorno*: ne režite pogaču već je trgajte na manje komade) i premazanu kozjom skutom i posutu listićima tartufa.

Kruh s maslinama

Sastojci: 3,5 šalice krušnog brašna, žličica suhog kvasca, i sito toliko timijana (majčine dušice), jedan svježi kvasac rastopljen u mlakoj vodi, šalica odstajale vode, 1,5 žličica sine morske soli, po pola šalice očišćenih crnih i crvenih maslina, pola šalice maslinova ulja.

Sve sastojke osim maslina stavite u veliki mikser i miješajte na nižoj brzini oko 10 minuta. Postepeno dodajte vode, vrlo polako, kao što se pripravlja majoneza. Morate dobiti jednoličnu masu. Nakon deset minuta masa bi se trebala odvajati od stijenki. Dodajte očišćene masline i sve opet dobro izmiješajte. Tijesto stavite na dobro pobrašnjenu dasku, i dobro ga izradite „mlaćenjem". Napravite od tijesta „štrucu" i njome dobro udarajte po podlozi, što je moguće jače i s visine. Nakon udaranja tijesto dobro izmijesite, ponovo napravite „štrucu" i udarajte. Što je mlačenje duže, kruh će biti bolji. Masu razdvojite u dvije polovice i od svake napravite okrugli kruh. Stavite u košaricu s kuhinjskom krpom (tako se to nekad radilo) na dnu, pokrijte čistom krpom i na sobnoj temperaturi ostavite da odstoji oko 2,5 sata. Ponovo ga izradite (mlaćenjem i premijesite) i još jednom ostavite da odstoji, da se diže. Kruh je dobro napravljen ako se pritisnuto tijesto vraća u prvobitni oblik. Pecite 45 minuta na oko 150 ºC zagrijanoj pećnici.

---

posno jelo Istre, jede se uz ribu i crno vino

Kruh s koprivun

Kopriva se napol skuha. Kvas se s teplun vodun, cukaron i žlicun cveta stavi zdignut. Onda se doda va cvet, posoli, stavi malo putra al ula i vodi i dobro zmesi. Pa pusti da se zdigne. Ponovno se premesi i zamesi na sitno zrezana kopriva. Stavi se va pleh i peče va teploj pećnice.

Istarske fritule

Sastojci: 60 dag brašna, 3 dag kvasca, 3 žumanca, 6 dag šećera, 3 dag maslaca, 2 dl mlijeka, 0,5 dl rakije (neki stavljaju suho bijelo vino (1,5 dl) umjesto rakije), naribanu limunovu koricu, 1 žličicu soli, ulje za prženje, šećer u prahu za posipanje, 10 dag grožđica.

U 1 dl mlakog mlijeka razmrvite kvasac, dodajte malo šećera i stavite na toplo da uzađe. U posudu s okruglim dnom stavite brašno, sol, žumanca, šećer, otopljeni maslac, pola količine rakije, koricu i uzašli kvasac, te mlijeko. Dobro izradite tijesto kuhačom pa kad uzađe, umiješajte grožđice i ostavite još 30 minuta na toplome. U dubljoj posudi ugrijte ulje, tijesto grabite žlicom da dobije oblik kuglice i ispržite sa svih strana. Pržene poškropite preostalom rakijom i pošećerite.
U tijesto po želji možete dodati i 20 dag grubo naribanih jabuka.

(Karnevalske slastice razlikuju se u Istri, Dubrovniku i Slavoniji uglavnom samo po imenu. Sve su to kolači slični među sobom, prženi na ulju i pošećereni. Ovdje se navode samo istarske: fritule, cukerančići, lepirice i poderane gače).
Bumbari su fritule koje rade u Vodnjanu (prema nazivu u Istri za Vodnjance), od brašna, ribane korice limuna, ribane jabuke, narezane naranče, ribane čokolade, cimeta i grožđica. Čekajući do ponoćke uživaju se uz crno vino. Badnja noć ili, kako se u Istri kaže, „Vilija Božja“ ne može bez fritula i kroštula, a blagovala se maneštra od slanca, bakalara in banco s pasutice (krpicama od tijesta) i zelje (kelj) na ulju.

Vodnjanske fritule
Barano se kuha sa šećerom i vodom, pa se tek onda mijesi na dasci uz dodatak po želji. Nakon toga se oblikuju i kratko prže u ulju jer je tijesto već skuhano.

Bumbarska torta (Vodnjanska torta)

Sastojci. 30 dag mljevenih badema, 30 dag šećera, 8 jaja, maslac, 1 žlica brašna.

Jaja istucite zajedno sa šećerom i polako umiješajte bademe u pjenastu smjesu. Kalup za torte premažite maslacem, lagano pospite brašnom, višak brašna, iz kalupa, istresite i ravnomjerno rasporedite smjesu. Pecite u zagrijanoj pećnici na 170 ºC 40 minuta. Gotovu tortu izvadite iz kalupa i poslužite kad se ohladi.

Bumbarska ili Vodnjanska torta autentična je torta Vodnjana. Ime je dolazi od starog imena žitelja Vodnjana – Bumbari koji i govore bumbarskim dijalektom

(istroromanskim ili istriotskim). Priprema se od davnina jer se oko Vodnjana sadilo mnogo badema a kasnije su osnovane i plantaže. Osim badema bilo je puno i pinjola koji su također bili osnova, osim badema, za mnoge slastice – kolače. Svaka domaćica imala je svoj vlastiti recept tako da je bilo više interpretacija od istih ili sličnih namirnica kojima su osnova bili bademi ili pinjoli.

Pakljunci

Sastojci za tijesto: 3 jaja, brašno, malo vode, sol, malo ulja; *za šalšu*: 2 luka, 2-3 češnja češnjaka, malo ulja, nekoliko rajčica (ili pasiranu rajčicu u konzervi).

Izmiješajte sve sastojke i izradite tijesto. Razvaljajte ga i oblikujte komade u obliku mlinaca (okrugli nepravilni komadi). Pecite ih s obje strane dok se ne počnu stvarati mjehurići. Maknite s vatre. *Pakljunci ili mlinci* kako ih nazivaju u unutrašnjosti (Zagorje, Međimurje i Podravina) pekli su se nekada na gornjem djelu metalnog „šparheta“ (peći). Pečene komade razlomite i kuhajte oko 3 minute (u posoljenu uzavrelu vodu stavljajte komade tako da svaki komad dolazi između prethodno stavljanog u vodu i ruba posude. Znači, redom jedan iza drugog. Kuhane pakljunce prelijte šalšom koju ste pripremili na slijedeći način: na ulju popržite kosani luk, dodajte kosani češnjak i na kraju usitnjenu rajčicu (ili pasiranu rajčicu).

Istarske kroštule

Sastojci: 50 dag brašna, 0,5 dl ulja, 10 dag kristal šećera, malo soli, kora limuna, 0,3 dl rakije.

Ulje, šećer, sol, rakiju i ribanu limunovu koricu izmiješajte i dodajte u brašno. Umijesite glatko tijesto. Od tijesta izvaljajte četiri plohe i nazubljenim kotačićem izrežite prutiće široke 1,5 cm, a duge toliko da od svakog možete napraviti jedan čvor (uzao). Kroštule pržite na vrućem ulju dok ne porumene, izvadite i pošećerite.

Tijestu dodajte rakiju da bi se spriječilo pretjerano upijanje ulja prilikom prženja.

Savijača od šparoga

Sastojci: 40 dag šparoga, 5 dag pršuta, 50 dag lisnatog tijesta, 9 jaja, kiselo vrhnje, malo ulja, brašno, sol i papar po želji.

Šparoge par minuta prokuhajte i ocijedite. Pršut izrežite na tanke rezance. Od šparoga, 8 jaja i pršuta napravite kajganu (cvrtje, fritaju). Tijesto razvaljajte na određenu debljinu, po sredini stavite kajganu i preklopite. Premažite jajem i pecite u zagrijanoj pećnici na 220 ºC, od 20 do 25 minuta. Poslužite toplo s kiselim vrhnjem.

Savijača od trešanja (štrudel od trešanja)

Sastojci za tijesto: 30 dag brašna, 2 žlice ulja, 1 žlica octa, malo vode, maslac, 1 jaje za premazivanje; za nadjev: 1 kg trešanja, 10 dag šećera, vanilin šećer, 5 dag krušnih mrvica.

Umijesite glatko tijesto od brašna, ulja, octa i malo vode. Ostavite pola sata da odstoji. Tijesto razvaljajte na što tanje i ostavite ga da malo prosuši i lagano ga poškropite s malo rastopljenog maslaca. Nadjenite smjesom od trešanja i savijte (zarolajte). Premažite razmućenim jajetom i pecite u pećnici na 180 ºC 40-tak minuta.
Nadjev: trešnje očistite od koštica, dodajte im šećer, vanilin šećer i krušne mrvice. Sve dobro izmiješajte. Po želji kratko ih propirjajte na šećeru da malo omekšaju.

Inačica za manifestaciju *Dani črešanj va Lovrane*

Sastojci: gotove kore za savijaču (štrudel), 50 dag trešanja bez koštica, 3 jogurta, 3 jaja, 2 čaše od jogurta šećera, 1,5 čaša od jogurta ulja, 1,5 čaša od jogurta bijelog griza, 2 vanilin šećera, 1 prašak za pecivo.

Očistite trešnje. U posudite umutite jaja i šećer te dodajte ulje, bijeli griz i prašak za pecivo. Sve izmiješajte ručno. Smjesu ostavite u hladnjak najmanje 1 sat. Lim (protvan) namažite uljem (ili maslacem, ili obložite papirom za pečenje). Koru premažite ohlađenom smjesom, na nju položite drugu koru koju također premažite smjesom, pa treću s kojom ponovite postupak i još dodajte trešnje. Smotajte koru u savijaču (štrudel). Ponovite postupak s preostalim korama. Na kraju štrudel premažite preostalom smjesom i stavite peći u zagrijanu pećnicu na 180 ºC oko 45 minuta.

Torta od trešanja

Sastojci za biskvit: 4 jaja,m 15 dag šećera, 1 vanilin šećer, 10 dag glatkog brašna, pola praška za pecivo; za kremu: 1 l mlijeka, 2 jaja, limunova korica, gustin, šećer, 2,5 dag oštrog brašna, 75 dag trešanja.

Izmiksajte posebno bjelanjke, posebno žutanjke sa šećerom. Smjesi od žutanjaka dodavajte, lagano miješajući, ostale sastojke i na kraju bjelanjke koje ste vrlo oprezno i lagano umiješali. Sve zajedno još jednom lagano promiješajte i ulijte u namašćeni kalup i ispecite. Pečeni biskvit razrežite vodoravno po sredini.
Za kremu na laganu vatru stavite mlijeko i kad prokuha dodajte brašno, jaja, šećer, gustin i ribanu limunovu koricu. Lagano miješajte dok se krema ne zgusne. Pazite da ne zagori.
Trešnje operite, očistite od koštica (manji dio ostavite za ukras) i kratko ih popirjajte (dvije do tri minute) da puste malo sok ali da previše ne omekšaju. Donju plohu biskvita namočite (mlijekom ili voćnim sokom iz kompota) te na nju posložite polovicu pirjanih trešanja i sve prelijte trećinom kreme. Preklopite drugom plohom biskvita, prelijte ostatkom kreme te na nju posložite ostatak trešanja i sve zajedno prelijte preljevom za torte. Ukrasite „šlagom“ i svježim trešnjama.

Črešnjada – trešnjada, početkom lipnja u Lovranu, poseban je doživljaj kad poznate sočne crvene slatkice zvane lovranske črešnje, *brtošinke* – autohtone trešnje koje dozrijevaju nešto ranije od *belice*, zamirišu i stignu na stolove svježe ili prerađene u raznim oblicima, raznim kolačima.

Cukerančići

Sastojci: 1 kg brašna, 5 jaja, 25 dag šećera, 2 dl mlijeka, 25 dag maslaca (nekad kad nije bilo maslaca koristila se svinjska mast), 3 vrećice vanilin šećera, malo soli, 2 dag sode bikarbone ili praška za pecivo (u izvornom naputku stavlja se amonijak za kolače; 7,5 dag na 1 kg brašna). Za umakanje: 2,5 dl rakije (u Istri su se umakali u malvaziju), 25 dag šećera.

Dobro izmiješajte jaja i šećer. U malo mlijeka dodaje sol, vanilin šećer i sodu bikarbonu. Izmiješajte maslac u pjenu. Pomiješajte s jajima i šećerom, dodajte brašno i umijesite tvrđe tijesto. Ostavite ga da odleži (da se „odmara“) desetak minuta. Tijesto razvaljajte na 3-4 mm debljine. Izrežite u trake široke 10 cm i duge 15 cm. Oblikujte pomoću kotačića za rezanje tijesta u oblik potkove, slova X ili neki drugi po želji. Poslažite u namašćenu posudu za pečenje i ispecite, u zagrijanoj pećnici, na temperaturi od 180 ºC deset do petnaest minuta. Nekad su se pekli pod pekom nakratko, 10 do 15 minuta na temperaturi 180 do 200 ºC. Pečene, malo ohlađene – cukerančiće – namočite samo s jedne strane u vino, rakiju lozovaču ili u prošek a potom u šećer.

U pripremi cukerančića najveću pažnju posvetilo se pripremi amonijaka, koji se stavlja u vruće mlijeko te se pričeka da se zapjeni, a zatim se pjenica dodaje brašnu.

Isti kolač, skroman zalogaj od prhkoga tijesta, pod imenom *cukarini* pripravljaju se na otocima Hvaru i Korčuli za vjenčanja.

Bez cukerančića nema ni jedne fešte; *krštenja, berme, pričesti, svata, za Vidove.*

Tekstura cukerančića pećenim pod pekom ovisila je i o vremenu. Ako puše bura, tvrdi su, a ako je jugo, više su prhki i raspadaju se.

Uobičajena količina cukerančića za svadbu bila je jedna *manigala* – velika pletena košara, koja se nosila na glavi. U domu udavače sakupile bi se žene iz okoline kako bi pomogle obitelji udavaće pripremiti cukerančiće.

Lepirice

Sastojci: 1 kg glatkog brašna, 4 jaja, 0,4 l mlijeka, 2 dl vode, žličica soli, 2 žlice masti (danas 1 dl ulja), šećer u prahu.

Umijesite tijesto od brašna, jaja i mlijeka, vode i soli. Tijesto mora biti glatko i podatno. Razvaljajte ga na debljinu od centimetra. Jednu polovicu premažite rastopljenom mašću. Preklopite i opet premažite mašću. Ponovo preklopite i pustite da odstoji oko pola sata. Razvaljajte, ponovo preklopite i premažite mašću, kao u prethodnim postupcima. Tijesto treba ponovo odstajati oko pola sata. Razvaljajte na debljinu od oko dva centimetra, oblikujte kvadratićne jastučiće u (kotačićem za tijesto - *šarlicetom*) i pecite u vrućoj masti (danas u ulju), dok lepirice ne porumene sa svih strana. Pospite šećerom u prahu po želji.

Poderane gače

Sastojci: 0,5 kg glatkog brašna, 2 cijela jaja, 4 dag maslaca, žličica šećera, prstohvat (priza) soli, 2 dl kiselog vrhnja, 2 dl običnog ulja.

Umijesite tijesto od brašna, jaja, maslaca, šećera, soli i kiselog vrhnja. Razvaljajte na debljinu jednog centimetra. Izrežite na pravokutnike i u sredini ih nekoliko puta razrežite, ali ne prorežite tijesto do kraja (do ruba) da dobiju „oblik poderanih gaća“. Pecite u zagrijanom ulju. Pospite šećerom u prahu.

Lepirice i *poderane gaće* (*potrgane gaće*) sličan su kolač koji se razlikuju u tome što se u jednima koristi mlijeko i mast a u drugim kiselo vrhnje i maslac. Jedan i dugi pekli su se u vrućoj masti. Za poderane gaće koristio se i izraz – *listarići*. Poderane gaće također pripremaju i Bunjevci - *Bunjevački listići*.

Istarska pupica (Uskršnja pogača) – Titola ili u nekim dijelovima Istre – jajarica

Sastojci: 1 kg brašna + za lim (kalup), 3 dag kvasca, 7 dl mlijeka, 20 dag šećera, 2 vanilin šećera, 8 dag maslaca + za lim, 4 jaja, 2 žumanjka, 1 limun, 0,5 dl lozovače.

U 1 dl mlakog mlijeka namrvite kvasac. Dodajte po žlicu brašna i šećera, promiješajte i stavite na toplo da uzađe. U zdjeli izmiješajte 3 jaja, žumanjke, rakiju, obje vrste šećera, naribanu limunovu koricu i na kraju otopljeni maslac. Brašnu primiješajte uzašli kvasac, smjesu jaja i pomalo dodavajte preostalo mlijeko, da umijesite glatko, ali ne prečvrsto tijesto. Ostavite na toplome da uzađe. Premijesite i opet ostavite na toplom 20 minuta. Tijesto podijelite u 4 dijela i od svakog načinite pletenicu (kečke), bilo od tri, bilo od dvije trake. Tradicionalno se na vrh pletenice utakne sirovo cijelo jaje, no može se i spojiti u vjenčić, pa u sredinu ispečenog staviti obojeno jaje. Prije pečenja premažite razmućenim jajetom.
Najjednostavniji je načiniti veći vijenac. Stavite u okrugli namašten i pobrašnjen lim, a u sredinu namašten i pobrašnjen lončić da se pletenica ne spljošti. U vijenac utisnite 5 jaja (može drvena), a kad se ispeče, u udubinu stavite obojena jaja. U pećnici, zagrijanoj na 180 ºC, male slastice pecite 15-20 minuta, a vijenac 15-50 minuta.

---

pupa (*lat.* pupa; njem. Puppe); 1. igračka u obliku lutke; lutka, beba; 2. tip žene koja ostavlja dojam lutke (oblo lice bez bora i plava kosa) i dugo ostaje mladolika; 3. pozicija mesa bez kosti, krtina, mekač; 4. sredina kruha (bez kore); mekač.
pupica – tip fizionomije ženske osobe bez obzira na dob; pupast – koji je mekane tjelesne građe.

Na uskršnjem blagdanskom stolu uz domaći kruh, kroštule, fritaju s prvim šparogama ubranim na okolnim poljima, obavezna je i titola koja se jede s pršutom i sirom ili umjesto kroštula za desert.

Picanje jaja za Vazem

Picanje jaj za Vazam va Mošćenicah ima dugu tradiciju. Neki govore dvjesto, neki tristo let. Ki će ga znat. Ovist užancu imaju i još neka mesta va Istre, a Mošćeničani su je oživjeli i stavili na jedan veći nivo pred nekih petnest let (oko 1995.) ka se j` inženjer Dušan Rubinić spametil da stori jenu veću atrakciju va koj bi mogli uživat i turisti.

Na saki Vazam smo još kot deca uživali doma picat jaja, tako da ustvari moremo reć da je to jedna familijska tradicija. Stariji se spamete kako je to još nekad užalo poć, kada bi doma deca užala z miću kovanicu zbijat jaje za Vazem. Kemu bi kovanica ostala va trdo kuhanen jaje, mogal bi ga onput pojist. Govore kako su va to vreme jaja bila luksuz, a šoldi verovatno još i više, pa se para da su va to vreme onisti ki su picali bili još čuda već žvelti nego ča je to danas.

Va Mošćenicah su otkrili i to da ni bez vraga ča euro bolje stoji od kune na tečajneh listah aš, kako govore najbolji „pisači“ va Mošćenicah, kovanica od jedne kune lagja je eura, i teže ju je zabit va jaje. Zato se va Mošćenicah pica s kovanicu od jenega eura.

Pravila izgledaju jednostavno – pica se va stražnice, a onisti ki pica mora bit dva metra i osandeset centimetar od jaja, a bod se dobije samo ako šoldi ostanu zapicani va jaje.

Prženi kolačići

Sastojci: 60 dag bijelog brašna, 2 dag svježeg kvasca, 2 dl ulja, 4 dag šećera, 1 dag soli, grubo samljevenih oraha za ukras.

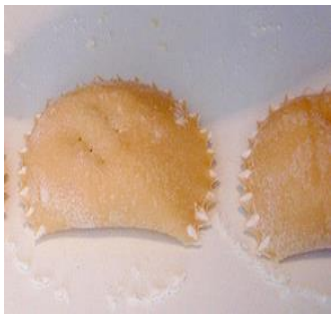
Namrvite kvasac u mlaku vodu da uzađe, dodajte brašno, sol, 1,5 dag šećera, 0,5 dl ulja i zamijesite mekanije tijesto. Ostavite ga da uzađe na toplom mjestu, opet premijesite, oblikujte dugačak valjak i narežite na komadiće dugačke 2 cm. Oblikujte ih u roščiće i ostavite na pobrašnjenoj dasci. U dubljoj posudi zagrijte preostalo ulje i na njemu popržite po nekoliko roščića. Kad je koji pržen uvaljajte ga u šećer u koji ste umiješali samljevene orahe. Poslužite kolačiće još tople.

Istarski krofi (krafi) sa sirom

Sastojci za tijesto: 50 dag bijelog brašna, 4 žumanjka, 4 žlice ulja, malo soli; za nadjev: 15 dag tvrdog istarskog ovčjeg sira (zamjena je trapist), 1 jaje, 10 dag šećera u prahu, 5 dag otopljenog maslaca, šaka grožđica, 1 jaje za mazanje, sol, maslac i krušne mrvice (prezli) za preljev.

Zamijesite tijesto od brašna, žumanjka, ulja, soli i 4 žlice vode, kao da radite rezance. Razvaljajte vrlo tanko. Za nadjev naribajte sir, dodajte sve ostale sastojke (grožđice unaprijed namočite i ocijedite). Tijesto narežite na kvadrate, premažite jajem i na svaki stavite žlicu nadjeva. Presavinite i pritisnite čašom da dobijete polukrugove. Ukuhajte u kipućoj slanoj vodi 10 -15 minuta. Ocijedite, prelijte mrvicama isprženim na maslacu.

Krafi



Sastojci za 30 komada *krafi*; *za tijesto:* 40 dag brašna tipa 00, 3 jaja, prstohvat soli, 3 žlice maslinova ulja. *Nadjev:* 30 dag blagog mladog (svježeg) kravljeg sira, 10 dag ovčjeg sira i 1 žlica ribanog starijeg (tvrdog) sir, 2 jaja, 3 žlice šećera, 1 žlica tamnog ruma, 5 žlica rastopljenog maslaca, 1 šalica grožđica (5 dag); noviji dodaci: sok od 1/2 limuna, 1/2 paketa (5 g) vanilin šećera ili žličica ekstrakta vanilije.

Tijesto umijesite kao za rezance. Trebate samo nekoliko kapi vode, jaja će vam dati dovoljno tekućine kako bi izradili lijepo tijesto. Kad ste tijesto dobro izradili, ne lijepi se više na prste razvaljajte ga na debljinu 1 mm. Kotačićem za tijesto oblikujte kvadratiće veličine 5 cm. Na razvaljano tijesto - kupčiće stavite po 1 žlicu nadjeva: zajedno umiješajte sve sastojke u jednoj posudi (zdjeli). Poklopite drugim kvadratićem tijesta i dobro utisnite krajeve (slijepite tijesto) da nadjev ne izađe. Posebnim okruglim rezačem oblikujte nazubljene polu okrugle *krafe*. Osušene na pobrašnjenoj dasci možete ih zamrznuti i čuvati do tri mjeseca.
Kuhajte ih u slanoj kipućoj vodi desetak minuta. Kuhane ocijedite i poslužite kao toplo jelo uz umak.

Turistička zajednica Općine Kršan i ove godine (2011.), po osmi put, organizira **Krafifest.** Riječ je o tradicionalnom jelu s područja Labinštine, a pripravlja se od vrlo jednostavnih namirnica - brašna, masti, jaja i sira. Skromna istarska kuhinja stvorila je brojne maštovite kreacije, među kojima i ovo slatko tijesto sa sirom u obliku *raviola.*

Mnoge vrste tjestenine i dalje su sada izrađene na tradicionalan način kod kuće, kao što su *fuži, pljukanci i posutice*, pogotovo za neke posebne prigode, kao npr: praznici – *fešte*, vjenčanja, krizme, božić, ... Najplemenitija tjestenina Labinski krafi nadjeveni s tri vrste zrelih sireva: ribanim blagim kravljim sirom, ribanim ovčjim sirom mlađim i starijim, grožđicama, maslacem i koricom limuna.

Odlično se sljubljuju sa slanim ili slatkim umacima, vjerojatno zahvaljujući slatkim nadjevom. Pripremaju se kao glavno jelo i desert. Kao tradicionalno glavno jelo poslužuju se s umakom od govedine i piletine (*šugo*, vrsta gulaš ili raguom). Kao desert, možete koristiti umak od višanja, malo šećera i crno vino teran (koje daje kiselost) ili možete samo preliti mješavinom ribanih oraha, maslaca, malo šećera i nekoliko kapi domaće rakije travarice.

Umak za krafe: 1 slatko vrhnje, 1 ribana narančina kora, sok 1 limuna, 5 dag mljevenih oraha, šećera po želji.
Stavite u tavu vrhnje, ribanu narančinu koru i sok naranče. Zakuhajte i dodajte orahe, promiješajte i zakuhajte. Prelijte vruće po krafima i odmah poslužite.

slatki krafi

Istarska povetica

Sastojci za tijesto: 50 dag glatkog brašna, 25 dag kvasca, 10 dag šećera, 7 dag maslaca, 2 žumanjka, 1 jaje, 1,5 dl mlijeka, korica naranče, vanilin šećera, rakija po potrebi: nadjev: 25 dag oraha, 2 dl mlijeka, 12 dag šećera, 10 dag slatkih mrvica (od keksa), 10 dag šećera, 1 jabuka, rakija po potrebi.

U zagrijano mlijeko i šećer dodajte kvasac, otopite, ulijte u brašno i jaja, zamijesite i na kraju dodajte rastopljeni maslac i rakiju. Kad ste dobro izradili tijesto ostavite ga, pokrivenog, da se diže na sobnoj temperaturi. Na suho popržite sitno isjeckane orahe, dodajte mlijeko i prokuhajte te u tako pripremljenu smjesu dodajte preostale sastojke. Tijesto razvaljajte na debljinu od pola centimetra, premažite nadjevom, zarolajte i složite u namašteni protvanu (limu) u obliku puža. Dodajte listove masline i ostavite još pola sata da se tijesto diže. Premažite jajem i stavite u zagrijanu pećnicu na 180 ºC i pecite 40 minuta.

Bucolaji

Sastojci za 10 kom: 50 dag glatkog brašna, 1 dag soli, 10 dag šećera, 8 dag svinjske masti, 1,25 dl mlijeka, 3 žumanjka, 4 dag svježeg kvasca, 1 dag ruma, korica limuna i naranče.

U mlakom mlijeku, s dodatkom malo šećera, razmrvite kvasac i ostavite na toplom da se digne (uzađe). Brašnu dodajte kvasac s mlijekom i zamijesite mekano tijesto. Ostavite da se diže sat vremena na toplijem mjestu. Ponovno premijesite, dodajte po potrebi malo brašna, i podijelite na 10 jednakih komada, razvaljajte i spojiti rubove kako bi dobili oblik kruga. Oblikovane kolačiće – bucolaje ostavite da se dižu oko 20 minuta. Stavite na papir za pečenje i pustite da se diže još pola sata. Pecite u zagrijanoj pećnici oko 10 min na 220 ºC. Kad su kolači pečeni umočite ih nakratko u mlijeko i pospite kristal šećerom.

Svojim oblikom prstena, bucolaj se obično veže uz svadbene svečanosti, ali i uz veća obiteljska ili vjerska slavlja. Motovunska se verzija obično veže uz vino muškat ružu, a u nekim receptima vino dolazi i u tijesto.

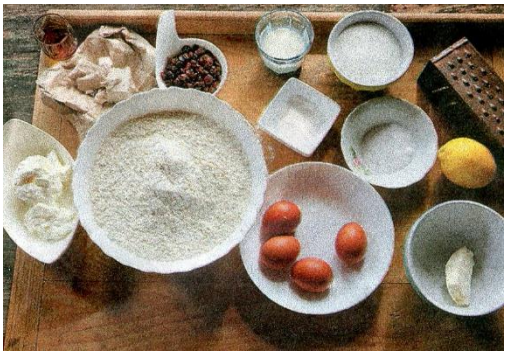
Stari istarski recept:

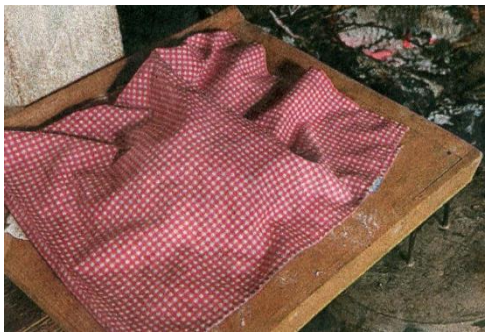
potreban je kilogram brašna, šest žutanjaka, kvarat mlijeka, 20 dekagrama šećera, duplo manje kvasca, te 15 dekagrama svinjske masti. Mogu se upotrijebiti maslac ili margarin, ali onda kolač neće biti tako mekan. Zatim, treba dodati još ribanu koricu limuna, prašak od vanilije i kapljicu ruma.

Tijesto treba puno mijesiti, a ako treba valja dodati malo vode. Spremno je kada se samo od sebe odlijepi od prstiju, a onda mora odstajati pola sata. Zatim se narežu komadi i naprave forme bucolaja, koje ponovno treba pustiti da odstoje još dvadesetak minuta. Sve to treba raditi u toploj prostoriji. Pećnica se zagrije na 150 stupnjeva, a onda kolači idu unutra na 15 minuta. - zadnjih pet minuta treba ih peći na 180 stupnjeva, da dobiju lijepu boju.

Prije nego se bucolaji izvade iz pećnice, sa strane na štednjaku treba u padeli skuhati mlijeko, pomiješano s dvije vanilije. Netom pečene kolače treba samo umočiti unutra i odmah izvaditi, pa ih posuti šećerom, što im će im dati dugotrajniju mekoću.

Pinaca ili slatki kruh, simbol uskrsnog stola





Sastojci: 1 kg brašna, 20 dag šećera, 2 kocke svježeg kvasca, 1 žlica soli, 4 jaja (dva cijela + dva žutanjka), 8 dag maslaca, 1 vanilin šećer, korica 1 ribanog limuna, 10 dag grožđica (namočenih o,5 istarske rakije ili ruma; za grožđice se nekada uzimalo najbolje grožđe i sušilo na lozi iznad bačava u konobi), 2 dl kiselog vrhnja, 4 dl mlakog mlijeka.

Izradite tijesto sa svim navedenim sastojcima i ostavite ga, pokriveno čistom kuhinjskom krpom, da se diže 45 minuta u toploj prostoriji. U prostoriji ne smije biti „propuha“ (strujanja zraka). Ponovno izmijesite tijesto i stavite ga u posudu u kojoj će te ga peći. Ostavite da se diže oko 40 minuta. Prije pečenja na vrhu izrežite križ i umetnite četiri lista masline.
Ovako pripremljenu pincu – slatki kruh pekli su na ognjištu ispod peke, 40-50 minuta, na Veliki četvrtak. Na 200 ºC. Pečena na ovakav način u pinci ostanu sva svojstva jer se ne isparava kao u pećnici. Pečenu premažite maslacem kako bi bila mekša.
Na isti način su pripremali *jajarice, tičiće, kolumbine – Uskrsna golubice* (izvorni kolač iz Lombardije koji se radi od „lievito mandre“ – prirodnog kvasca) i *sotoriće.*

Kristova kruna

Kristova kruna (foto: Glas Istre)

Sastojci: 20 dag badema, žlica šećera u prahu (neki naputci navode običan šećer), 2 bjelanjka.

Bademe blanširajte (prelijte kipućom vodom, pofurite), ocijedite i odložite da se ohlade. Ohlađenim bademima skinite (gulite) kožicu ,uzdužno razrežite na popola

i svaku polovicu izrežite na tanke listiće. Bjelanjke i šećer u prahu lagano umutite, u zdjeli (ne u snijeg već ostavite tekuće) i stavite listiće badema. Na dno lima (pleh, tepsija) stavite papir za pečenje (pek papir) i žlicom stavljajte na papir na pečenje, u sredini napravite rupicu (otvor), oblikujte prsten sa otvorom u sredini. Pecite 35 minuta u zagrijanoj pećnici na 150 ºC (ili desetak minuta na 180 ºC. Prije posluživanja krune pospite šećerom u prahu.

Starinski kolač Žminja Kristova kruna (corona di Christo) nekada se radile žminjske gospođe - bogatije obitelji i nije se pravila za svetkovine kao što su Uskrs i Božić već isključivo za krštenja, pričesti i slično. Recept nije kompliciran već zahtijeva strpljivost pri radu.

Fažanski gušti i delicije

Tjestenina sa salsom od kapule i inćuna (umakom od kapule/luka i inćuna)

Sastojci: 35-40 dag tjestenine (*bigoli*; tjestenina nalik špagetima samo deblja i duža), 2-3 veće kapule (luk), 8-10 slanih inćuna ili srdela, peršin, maslinovo ulje, sol, i papar,

Očišćene kapule raspolovite pa narežite na tanke ploške (polumjesece) i pirjajte na maslinovu ulju, na laganoj vatri oko 1 sat, dok ne dobijete „pekmezasti“ umak. Povremeno miješajte, pazite da ne zagori te po potrebi ulijte malo vruće vode. Pripremate li jelo od usoljene ribe, operite ih od soli, očistite od kostiju i nasjeckajte, ako koristite filete iz ulja samo ih malo obrišite kuhinjskim papirom i nasjeckajte. Kad je kapula potpuno omekšala dodajte inćune i još par minuta miješajte na vatri, posolite i popaprite po ukusu i umiješajte svježe kosani peršin. Skuhajte špagete (sačuvajte nekoliko žlica vode u kojoj se kuhala tjestenina ako bude potrebno razrijediti umak), procijedite ih, promiješajte s umakom i poslužite toplo.

Prema povjesničarima gastronomije ovo je tradicionalno venecijansko jelo, koje su Istriani „usvojili“ i pripremaju za Badnjak, Veliki petak i Pepelnicu (Čista srijeda).

Bobići (Fave; *fave dei morti* ili *fave dei santi*)

Sastojci: 60 dag badema, 1 kg kristal šećera, 1 jaje, 0,5 dl 70-postotnog alkohola, 60 dag mandula (*badema, bajama, mandule*) stavite u toplu vodu dok se kožica ne počne lupiti odmah ih izvadite i skinite kožicu (stisnite bademe između palca i kažiprsta, kožica bi trebala sam kliznuti). Ovako očišćene bademe dobro osušite (sušite na plehu (limu) u pećnici na 50 ºC, povremeno promiješajte). Osušene i tvrde bademe sameljite i mlinčiću za mljevenje oraha. Pomiješajte samljevene bademe sa šećerom. Dobro istucite batom (da nema grudica) i prosijte kroz sito. Sve stavite u zdjelu, dodajte toliko cijelih jaja koliko je potrebno da dobijete dosta tvrdo tijesto. Uspite malo alkohola (alkohol je umjesto kvasca (germe) i učiniti će tijesto prhkim i nadignut će se). Ako želiš kolačiće kao čokolada stavite malo kakaa (smjesu razdijeliti na dva dijela, u jedan dio umiješajte 3 žlice kakaa u prahu ili čokolade, u drugi dio, koji će ostati bijele boje dodajte ekstrakt vanilije – 2 ampule). Izgled kolačića može biti prema boji koju stavljate u tijesto (triještinske fave rade se u tri boje: bijeloj, ružičastoj i smeđoj. U tom slučaju se smjesa podijeli na tri dijela pa se u svaki umiješaju dodaci – ekstrakt vanilije, čokolada ili kakao i za roza fave par kapi boje za hranu s okusom jagode ili maline). Od ovako pripremljenog tijesta oblikujte male kuglice među dlanovima. Pecite ih u pećnici 50 ºC 2-3 sata.

Izvorni naputak najpoznatije sušačke „Slastičarnice Radman“ iz prve polovice 20. stoljeća. Kolačići koji se pripremaju u vrijeme blagdana Svih svetih na Sjevernom Jadranu i u Dalmaciji.

Obzirom da ovaj naputak (recept) ne sadrži sastojke, kao neki drugi u koje se dodaje brašno, maslac, soda bikarbona, limunova korica, cimet, umjesto alkohola se koriste rakija, maraskino…dobro je da bobići odstoje dva, tri dana dok malo ne omekšaju.

Grancipora (rakovica) na buzaru

Sastojci: 2 kg grancipora, 25 dag luka, 2 dag češnjaka, 2-3 žlice koncentrata rajčice, kosani peršinov list, 3 dag krušnih mrvica, 1dl maslinova ulja, 4 dl suhog bijelog vina, papar, sol.

Rakove dobro očistiti četkom i staviti ih kuhati u vrelu slanu vodu tako da im se najprije hrbat uroni u vodu (Možete ih pripremiti na način kao da pripremate temeljac; rakovicu operite, otvorite i izvadite iz oklopa, zajedno s njenom tekućinom pripremite je u dubokoj posudi – loncu). Kada pocrvene nakon 15-20 minuta kuhanja, izvaditi ih iz vode, izvadite iz oklopa i očistiti meso. Na ulju popržiti sitno isjeckan luk, dodajte češnjak, rajčicu, očišćeno meso od rakovica, podlijte vinom, pospite krušnim mrvicama i sitno isjeckanim peršinom, i ostali mediteranskim začinima po želji (okusu). Popaprite i kuhajte još oko 20 minuta.

Oni koji nisu jeli buzaru ne mogu si dočarati koji je to užitak: iako prizor dugačkih, bodljikavih nogu rakovice koja strši iz tanjura nije toliko primamljiv, okus je nešto sasvim drugačije; kidanje, lomljenje, špricanje i prljanje (kao kad jedete škampe ili jastoga) dio je rituala kod uživanja u ovom jelu.

Morski pas u umaku (*kadel* u umaku)

Sastojci: 50 dag kadele (vrsta malog morskog psa), 2-3 češnja češnjak, vezica lišća peršina, maslinovo ulje, 1 dl bijelog suhog vina, 1 žlica krušnih mrvica, 2 žlice usoljenih kapara, 1,5 dl domaćeg kiselog vrhnja, sol, papar.

Kadel izrežite na odreske i kratko popržite u tavi na maslinovu ulju. Izvadite odreske i odložite na toplo. U istu tavu ulijte 0,5 dl maslinova ulja i na laganoj vatri propržite usitnjeni češnjaka i pola vezice usitnjenog peršina. Vratite odreske kadele u tavu, dolijte bijelo suho vino, pospite sa žlicom krušnih mrvica, lagano protresite tavu i pirjajte oko desetak minuta. Sitno nasjeckate dvije žlice kapara, dodajte ih u tavu i sve zalijte sa 1,5 dl kiselog vrhnja. Sve proključajte 1 – 2 minute. Skinite s vatre, pospite kosanim peršina i stavite na vatru da ponovo jednom provri. Skinite s vatre i ostavite par minuta da se vrhnje stisne u umak (toč).
Poslužite domaće fuže i salatu po želji.

---

marinirano meso morskog psa, ili morska divljač, izrezano u fete (odreske) uz brojne začine te dodatak octa i vina kuha se u umaku od rajčice, a poslužuje se uz pečenu palentu.
Morski pas kadel (ćukov, kadić, kucin, mekuš, orijal)ima sve isto kao i kostilj, samo nema bodlje na hrptu (skini), svrstva se u kategoriju – divlje ribe.

Nadjevene lignje

Sastojci: 10 većih lignji, 15 dag slanine s pršutom, 4-5 ribljih fileta slanih srdelica, 10 dag kuhane riže, 3-4 češnja češnjaka, vezica lišća peršina, maslinovo ulje, pire od rajčice, lovor, prstohvat majčine dušice, ružmarin, nekoliko usitnjenih dagnji, sol, papar, 0,5 l suhog bijelog vina.

Lignje očistite i operite, pazite da tijelo ostane cijelo. Glave i krakove sitno nasjeckajte pomiješajte s kosanim češnjakom, peršinom, sitno isjeckanom slaninom od pršuta i sitno nasjeckanim fileom slane sardele. Sve umiješajte i ispržite na malo maslinova ulja, posolite, popaprite i dodajte rižu. Pirjajte još kratko, 1-2 minute. Ovako pripremljenom smjesom nadjenite lignje, zatvorite ih čačkalicom, i pržiti na vrelom ulju dok ne dobiju lijepu žućkastu boju. Nauljite maslinovim uljem vatrostalnu posudu i u nju poslažite lignje. Izmiješajte 0,5 l

suhog bijelog vina sa ukuhanom rajčicom i prstohvatom majčine dušice, malo ružmarina i nekoliko usitnjenih dagnji, sve prelijte preko lignji i stavite ih u zagrijanu pećnicu. Pecite oko 30 minuta. Kada su lignje gotove stavite ih na posudu za toplu posluživanje i prelijte mješavinom: 3-4 žlice ulja, soka od pečenja lignji, ako je potrebno malo posolite i popaprite. Poslužite uz *lešo* krumpir.

II inačica

Nadjevene lignje

80 dag liganja (8 kom), 10 dag očišćenih repova morskih kozica, 2,5 dag slanih fileta inćuna, 3,5 dl pasirane rajčice, ½ glavice luka, 2 žlice krušnih mrvica (prezli), 1 limun, 40 dag rajčice, 8 dag pršuta, ½ žlice kosanog peršina, 2 grančice majčine dušice, 5 dag iskoštenih crnih maslina, ekstra djevičansko maslinovo ulje, sol i papar.

Lignje očistite, operite, tijela liganja ostavite cijela, a krakove usitnite. Očišćene repove morskih kozica usitnite, dodajte usitnjene krakove, slane filete inćuna, malo maslinovog ulja i sve zajedno izradite u jednoličnu smjesu (to možete uraditi u sjeckalici). U tavi ugrijte maslinovo ulje, dodajte kosani luk, posolite i na laganoj vatri pržite dok luk ne omekša. Rajčicama ogulite kožu i narežite na kockice, dodajte omekšali luk, krušne mrvice, malo naribane limunove korice, sjeckani peršin, pasirane kozice i krakove lignje, pršut izrezan na sitno, po potrebi začinite solju i paprom, te sve zajedno izmiješajte u jednoličnu smjesu. Dobivenom smjesom nadjenite lignje, te ih stavite u sredinu vatrostalne posude s maslinovim uljem. Pasiranu rajčicu stavite u zdjelicu, posolite, izmiješajte i prelijte preko liganja, začinite s nekoliko listića majčine dušice, pospite s kolutićima crnih maslina i stavite peći u pećnicu zagrijanu na 190 ºC, 30-ak minuta. Gotove lignje stavite na tanjure, prelijte umakom i poslužite.

Pašareta/pasareta (*pašareta/pasareta* 1. voćni sirup; 2. objestna, nestašna o djevojci ili objestan/nestašan o momku) bezalkoholno gazirano piće crvene boje, jako poznato i omiljeno u Istri. Proizvodi se još samo u Pazinu, a iza njenog imena se krije originalna receptura obitelji Ferenčić koja je proizvodi od 1924. godine. Okusom podsjeća na nar.

Kolač od pašarete

Sastojci: za *biskvit*: 30 dag brašna, 20 dag šećera, 1 vanilin šećer, 1 prašak za pecivo, 4 dl mlijeka, malo ulja, malo soli; *žele*: 1 l pašarete, 3 pudinga od jagode, 5 žlica šećera; *krema*: 5 dl mlijeka, 2 pudinga od vanilije, 2 žlice oštrog brašna, 7 žlica šećera, 1 vanilin šećer, 25 dag maslaca, šlag ili čokoladne mrvice.

Izmiješajte (u električnom stroju) sastojke za biskvit, izlijte u namašćenu posudu i pecite na 180 oC 25-30 min. Za žele zakuhajte pašaretu, dodajte puding, miješajući kuhajte dok se ne zgusne i vruće prelijte po ohlađenom biskvitu. Za kremu sve sastojke, osim maslaca, pomiješajte i kuhajte dok se sve ne zgusne. U ohlađeno dodajte maslac, dobro izradite izmiješajte (nabolje u mikseru (električnom stroju). Na žele izlijte kremu te sve ukrasite šlagom ili čokoladom u prahu.

KVARNER i HRVATSKO PRIMORJE

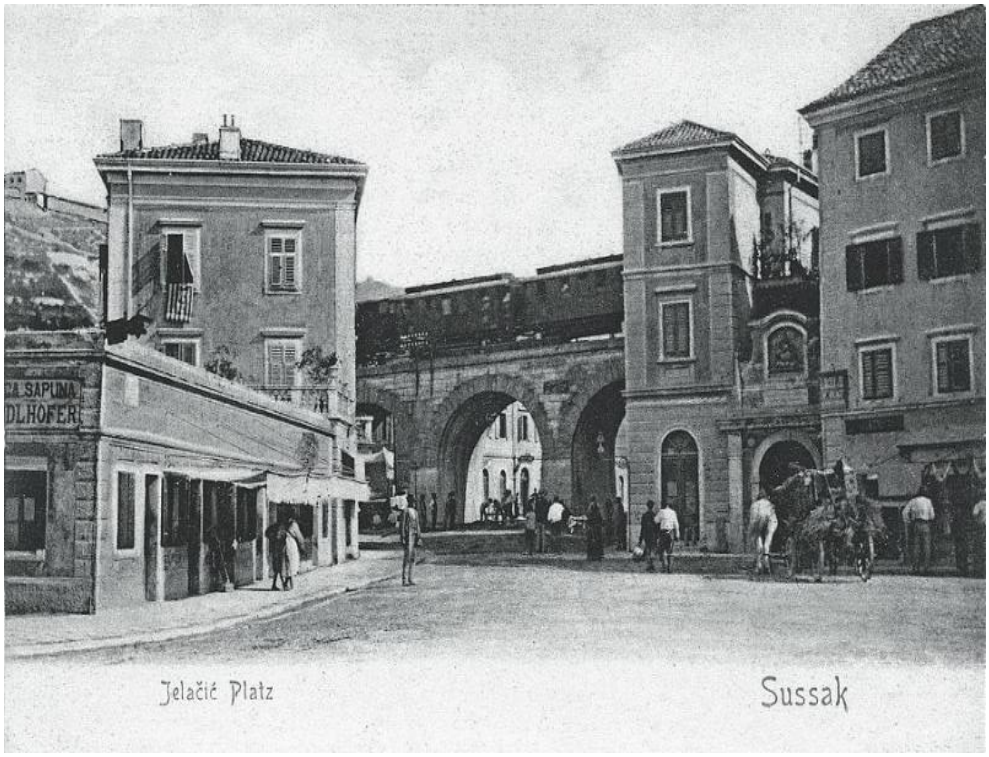
Opatija

Opatija

Opatija

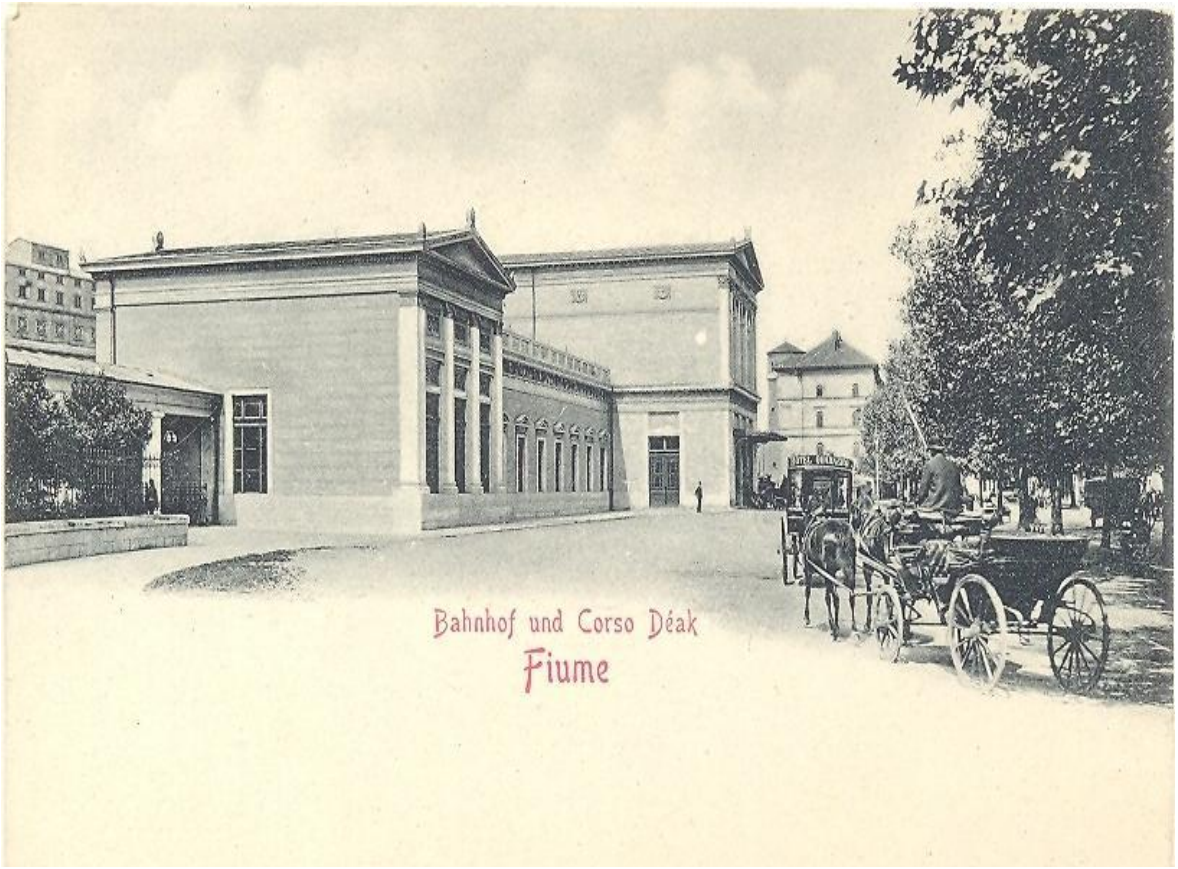
Tramvaj u Opatiji

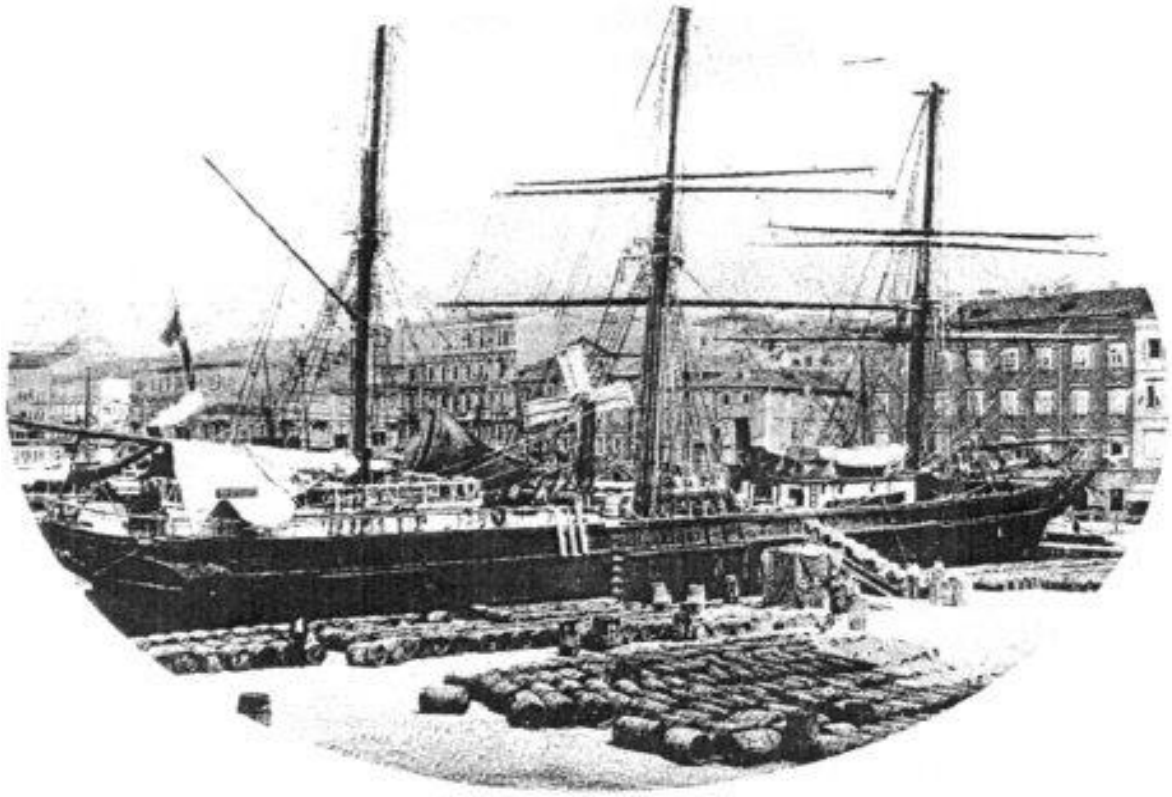
Rijeka oko 1700. godine



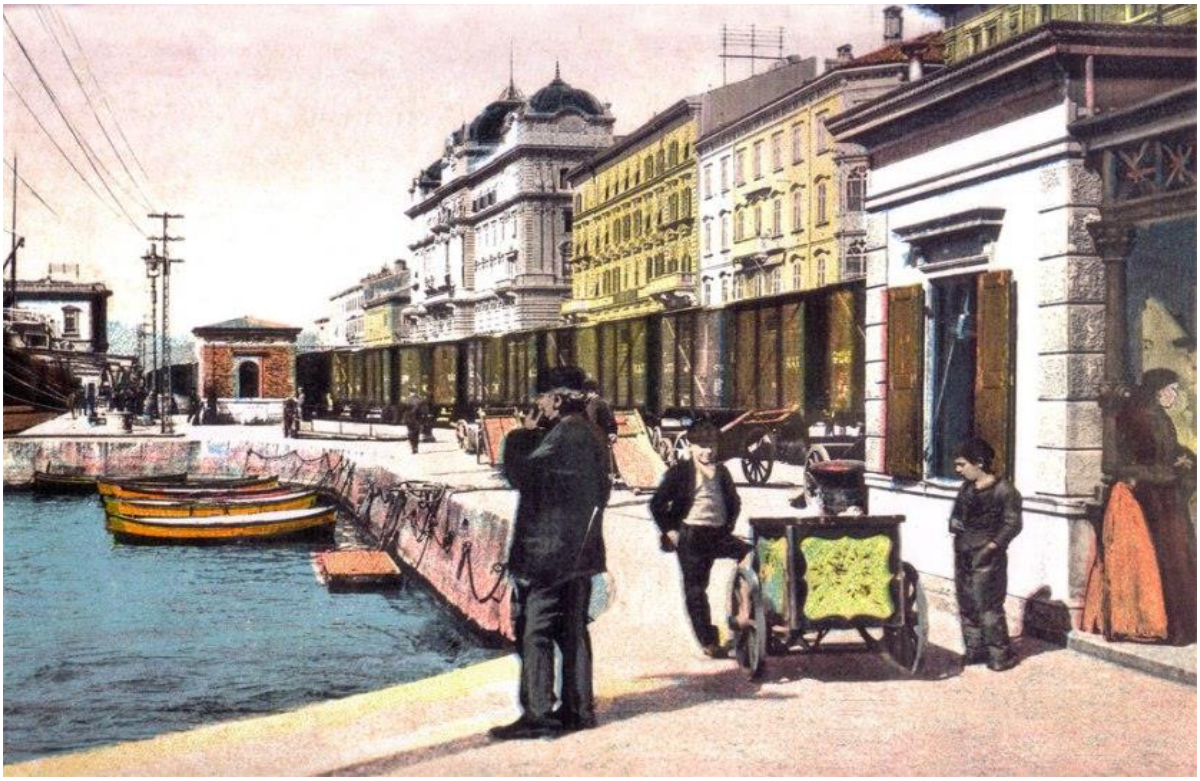
Sušak – Rijeka

Sušak; Granični most

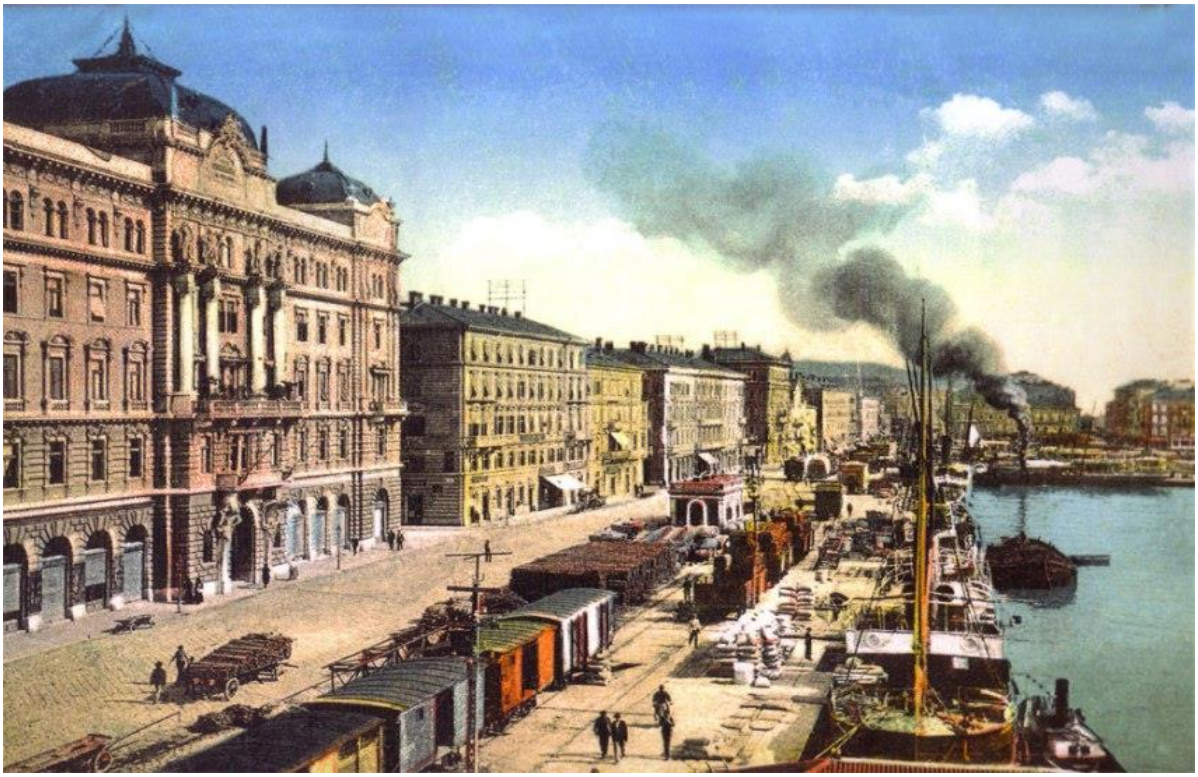




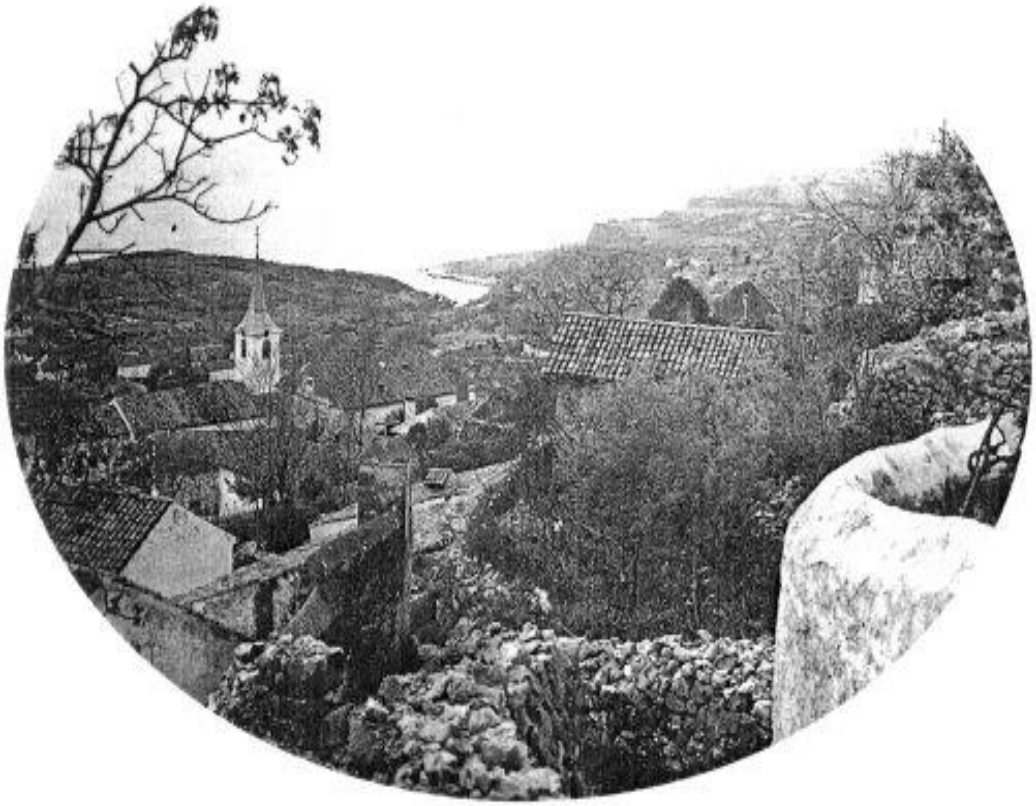
Rijeka



Rijeka



Rijeka



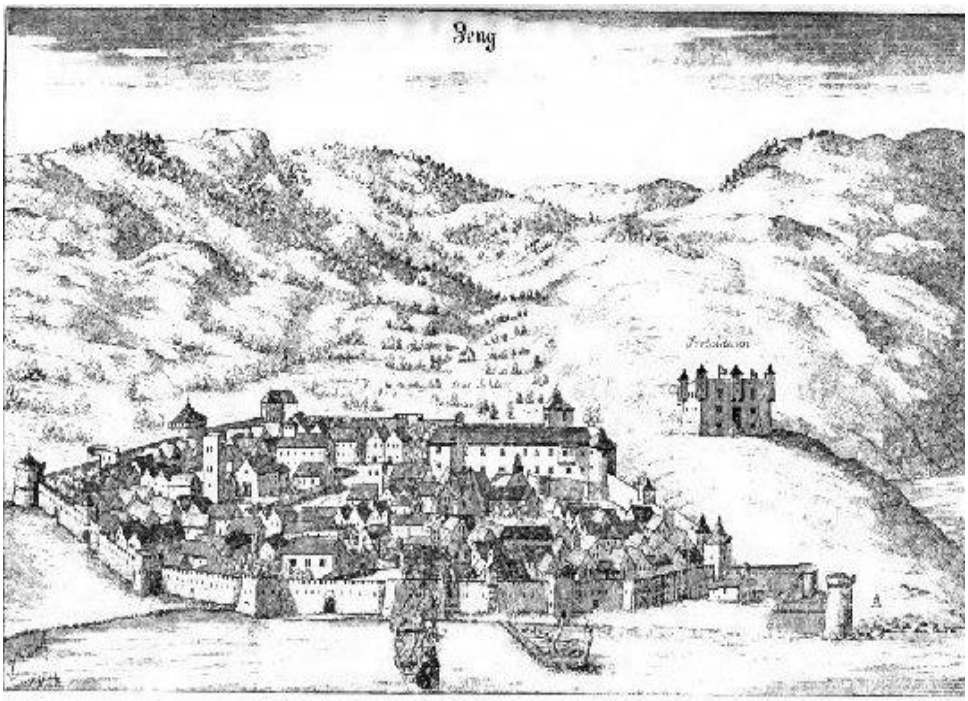
Kostrena

Bakar

Bakar

Bakar

Georg Keller: Uskočki pomorski okršaj ispred Senja 1617. Hrvatski povijesni muzej, Zagreb



Sl. 19. Senj i Nehajgrad god. 1689.

Senj

stara primorska kuća

Krk 1857.

Krk, Hotel Frankopan, Omišalj

Krk, Vrbnik

Krk, Vrbnik

Krk, Vrbnik

Krk, Krk

Punat; crkvica

Crkva svetog Dunata je uz crkve u Ninu i u Zadru jedna od najznačajnijih spomenika starohrvatske arhitekture. Kako se vrijeme nastanka ne može sa sigurnošću utvrditi prema nekim nagađanjima izgrađena je između devetog i dvanaestog stoljeća. Prvi puta se spominje u 16. stoljeću nakon posjete biskupa Petra Bemba. Nakon smrti biskupa Donata a Turre, njegovi rođaci prodaju terene oko crkve te slijedi propadanje crkve.

Samostan Košljun

Drvene jaslice na Košljunu (otok Krk)

Juran dvori; Baška, Krk

Bašćanska ploča, Juran Dvori, Baška, Krk

Rab

Rab, Rab

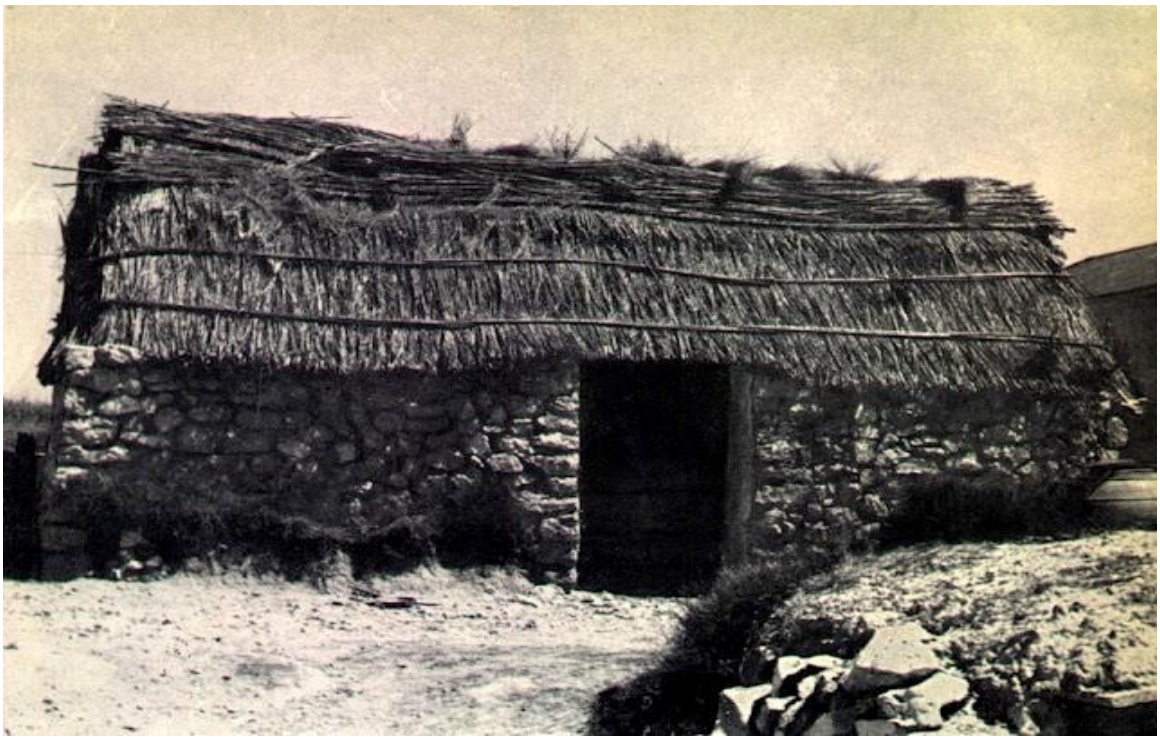
Rab, Rab

Beli, otok Cres

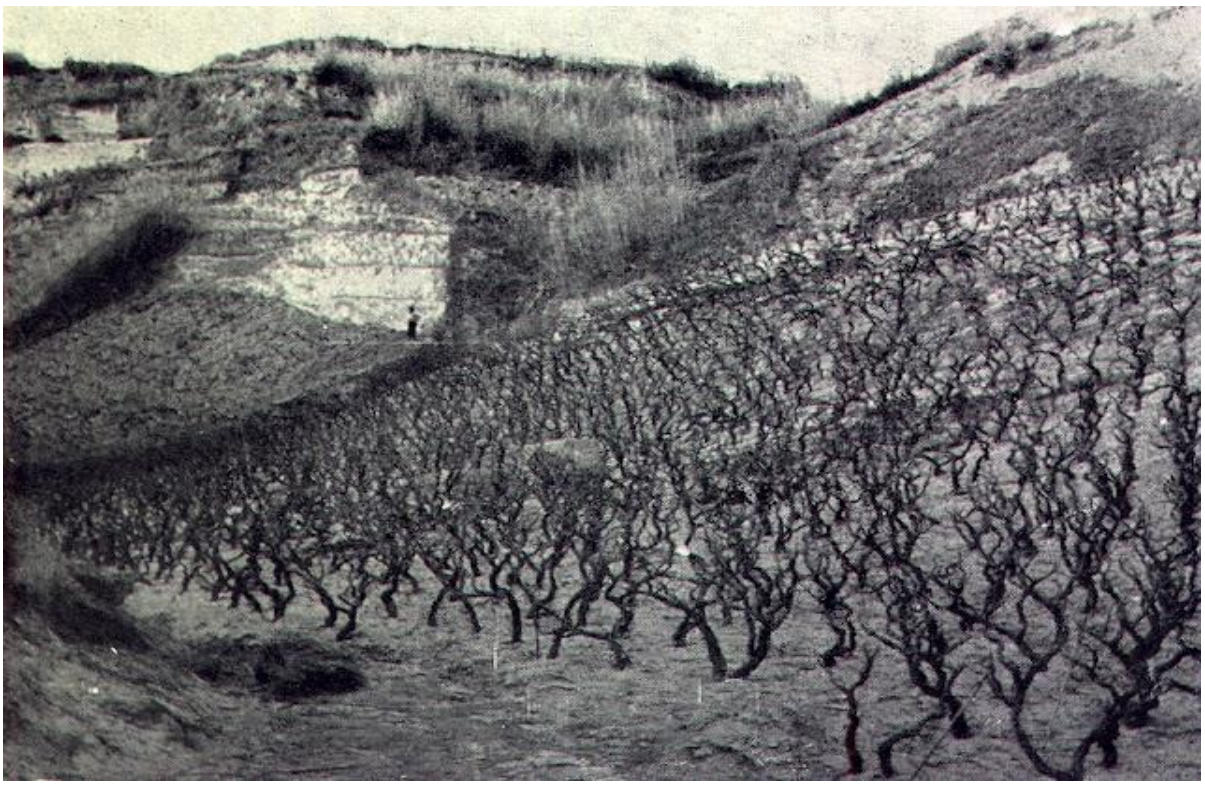
Vransko jezero, Cres

Cres, Cres

Nerezine, otok Lošinj

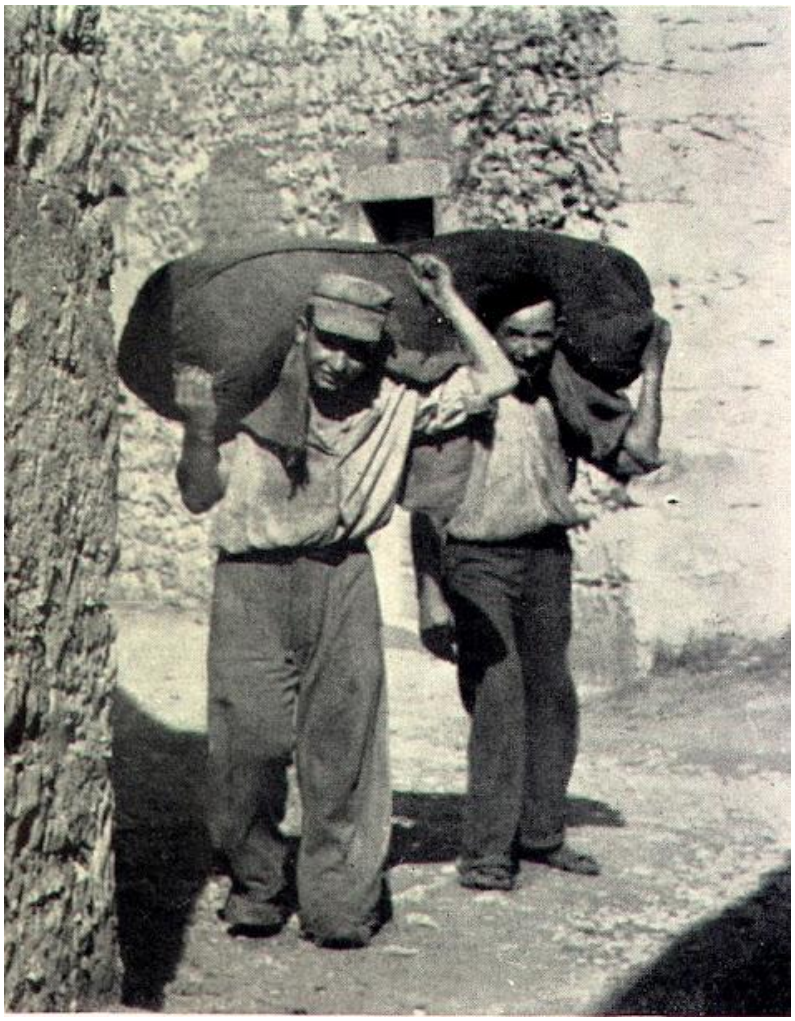


Kuća na Susku prekrivena trskom



Stari vinograd

Nekadašnji susački vinogradi



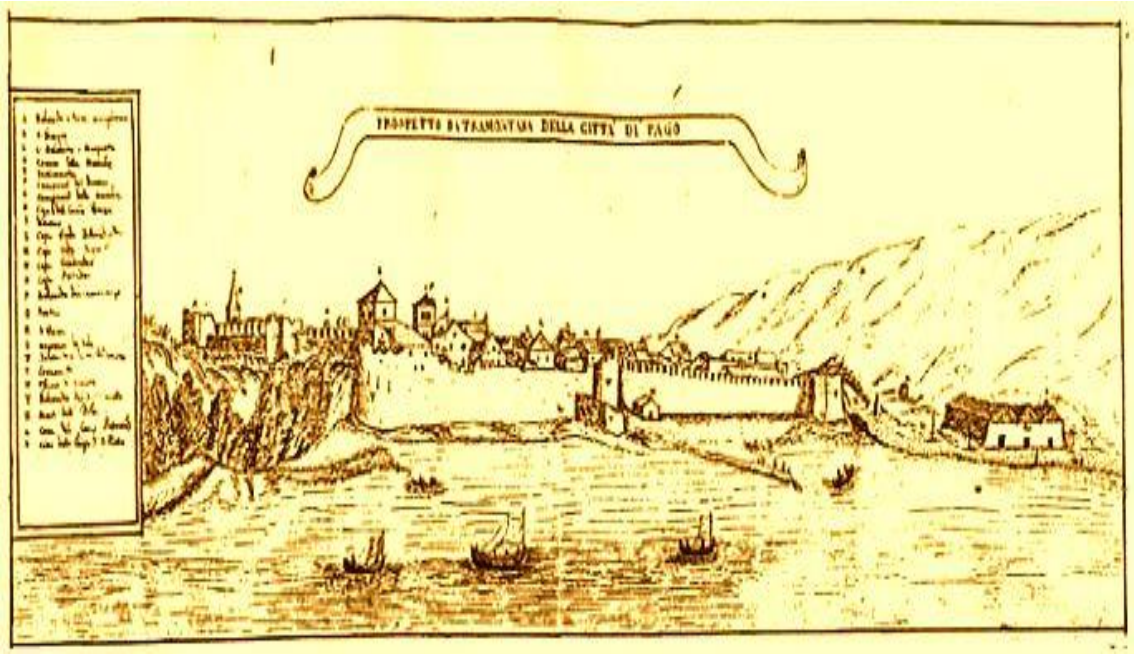
Muškarci nose u vrećama grožđe na prešanje

Susak 1915 g. dječje lječilište

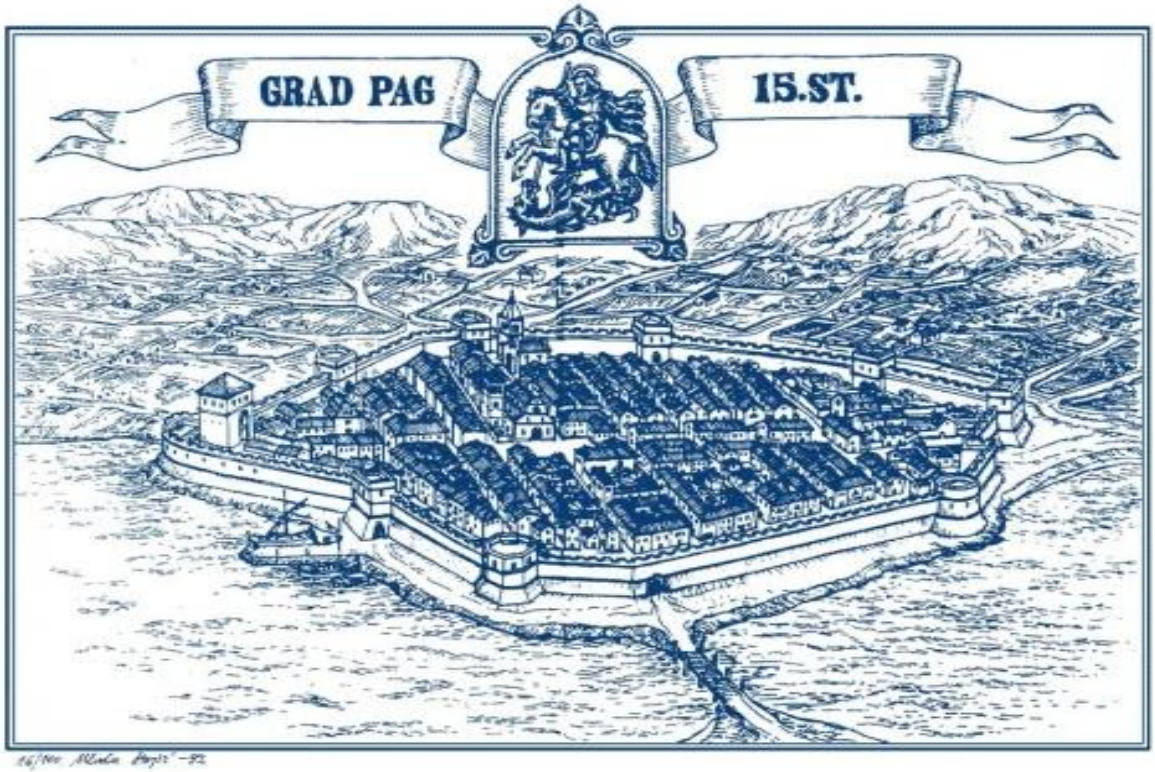
Mladenka sa svečanom „krunom“ – vijencem, jirland, Susak

Susački ribari izvlače mrežu pune iglica (vrsta ribe)

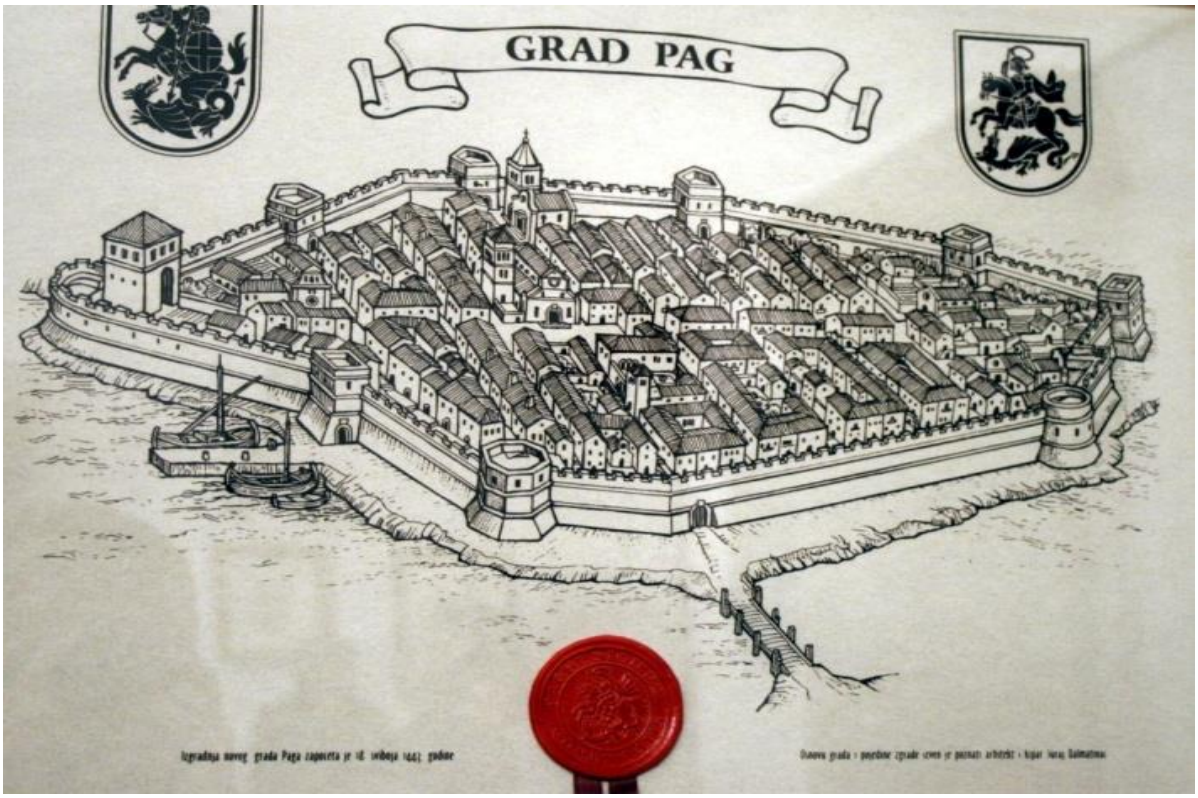
Kaštel – kula izgrađena u 16. stoljeću
za obranu Oliba od gusara.



Grad Pag, otok Pag



Grad Pag, otok Pag



Izgradnja novog grada Paga započela je 18. svibnja 1443. godine.
Obnovu grada i pojedine zgrade izveo je arhitekt i kipar Juraj Dalmatinac

Paške ovce

Paška ovca

Ovcu s punim pravom naš narod drži blagoslovljenom životinjom, jer ga ona hrani i odijeva. Tijekom stoljeća postupno su se izdifenrencirale različiti sojevi pramneki, svaki u svom kraju i svaki za svoje uvjete podneblja,ishrane i načina držanja. U gorskim krajevima – Lici i Gorskom kotaru najraširenija je *lička pramenka*. Mediteranski tipovi pramneki su najbrojniji, gotovo svaki otok ima svoj posebni soj, a najpoznatije su i po broju najviše - *paške ovce*, *creske pramenke* (*creske ovce*), *krčke pramenke*, *istarske i rapske ovce* (*škraparice*). Od *dubrovačke rude* preostalo je tek kritična mala populacija. Među ravničarskim, panonskim pramenkama najpoznatija je *cigaja* koja je zbog malog broja jedinki također ugrožena.

To je ovca kombiniranih proizvodnih svojstava (meso-mlijeko-vuna). Živa mjera ovaca se kreće između 25 i 55, a ovnova između 35 i 80 kg. Proizvodnja mlijeka je relativno mala, a znatno varira između sojeva (od 40 - 100 l i više u laktaciji od 6 mjeseci) i zavisi također od ishrane. Težina runa u prosjeku iznosi 1,4 kg. Boja runa je najčešće bijela, mada kod nekih sojeva može biti mrko pa i crno. Plodnost pramenke je relativno dobra. Od 100 ojagnjenih ovaca dobija se 100-110 jagnjadi. Porođajna težina jagnjadi je između 2 i 4 kg, što zavisi od soja i nivoa ishrane majki. Jagnjadi su otporna, a mortalitet je nizak.

Stara Novalja, otok Pag

Baškotin

Kuća na otoku Olibu

Kvarner je dio Jadranskog mora između istarske i vinodolsko-velebitske obale. Otočnim nizovima (Cres-Lošinj i Krk-Rab-Pag) podijeljen je na Riječki zaljev, Kvarnerić, Velebitski kanal, Vinodolski kanal i Kvarner u užem smislu.

Hrvatsko primorje izvorno je naziv za obalni pojas od Rijeke (rijeke Rječine) do naselja Tribanj na padini Velebita (Velebitsko podgorje).

Prema sačuvanim starim zapisima iz 16. i 17. stoljeća saznajemo da su sokači (kuhari) krčkim knezovima (Frankopanima) pripremali ribu svake srijede, petka i subote dok je za post bila obvezna.

Iz zapisa Jurja Zrinskog pisanog 1600. godine saznajemo da su bili veliki gurmani, da su voljeli ribu, i što je trebalo za njihov stol:

„.. jednu ili dvi ladice oštrig i datal i prilipkov što najveć more, lian na ocat grancepore i inih vsake fele primorskih stvari, ter neka dan i noć šetuje teklić s tuju simo...“

Petar Zrinski je 1610. godine od svojih podanika u Vinodolu naručio da mu hitno u Čakovec donesu „za njega i njegove prijatelje suhe hobotnice“, koje su bile cijenjene puno, puno prije nego što je on i njegovi sladokusci uživali u njima.

Prema sačuvanim starim zapisima iz 16. i 17. stoljeća riba se knezovima pripremala svake srijede, petka i subote, i bila obavezna u vrijeme predbožićnog posta.

Knezovi Zrinski i Frankopani među svojim vlastelinskim pravima imali su monopole na vino, masline i ribu, a njihove tunolovke na Pagu, Rabu, Cresu, Krku, na području Vinodola, Selca, Povila, Žrnovice i Klenovice …donosile su im najveće prihode sve do smrti Frana krste Frankopana i Petra Zrinskog.

Bilo bi zanimljivo sastaviti knjižicu „Kulinarske putositnice kaštelima Frankopana i Zrinskih“ kako bi se prikazao život slavne obitelji naše najznačajnije plemićke loze.

Krk, Rab i Pag bili su već stoljećima poznati po sušenju hobotnica, dok je na Rabu to bio poznati izvozni artikl naročito u Austriju, dok su soljenim opskrbljivali i Vatikan. U to vrijeme je bio poznat specijalitet, danas potpuno zaboravljen, dimljena ikra cipla.

Iz tog vremena poznat je naputak konzerviranja - mariniranja ribe: očišćenu ribu treba kuhati u blagoj salamuri 20 minuta. Kuhana riba se slagala u posude i zalijevala tekućinom od kuhanja. U tekućinu za kuhanje dodavali su: klinčić, šafran, ružmarin i cimet, a marinirali su i jegulje, gire, ciple, šarune i tune. Tako pripremljena riba nazivala se *galatina, galetina, zeladija, želadija* (što danas nazivamo - hladetina). Taj kulinarski i ribarski termin poznat je zapravo već u 12. stoljeću u Dubrovniku koji je izvozio tako pripremljenu ribu.

Naputak iz 1552. govori nam kako pripremiti zubatce, komarče i pagare marinirane za izvoz u Anconu i Veneciju: riba se rasiječe na dva dijela i kuha u octu i soli. Nakon kuhanja slaže se u posude i zalijeva tekućinom od kuhanja. Tako pripremljena mogla je stajati tri do četiri mjeseca.

Iz zapisa biskupa Tommasinia (Novigrad) iz 1645. godine saznajemo o vrsnim soljenim i mariniranim jeguljama, girama, ciplima, šarazima i tunama. Jedinica mjere za soljenu ribu bio je baril, a temeljni naputak za baril soljene ribe bio je: 55 kilograma srdela i 20 kilograma soli.

Dragutin Hirc, u svojoj knjizi ***Hrvatsko Primorje***; Kugli&Deutsch, Zagreb,1891., ostavio nam je zapisano i slijedeće:

Primorska kuća

Primorske su kuće sa svoje čistoće i reda daleko znane. Gradjene od vapnenca kamena, liepo su obieljene prizemnice ili jednospratnice i pročeljem obično prama moru okrenute. Nisu poklobučene slamom ili pokrivene criepom, već radi jake bure sa žliebcima. Ima li koji siromašniji kućerak drven krov, tad je kamenjem potršan, da mu bura daske ili šindre ne raznese. Prozori su na kućama veliki s toga sobe svietle i zračne; ne ima tu škulja, kroz koje bi jedva glavu promoliti mogao, ni te hvata driem, ako dulje vremena u njima boraviš. One su iznutra liepo pobieljene i popodjene i malo je kuća bez poda.

……. namještaj jedne kuće jednospratnice. Stupiv preko praga, obično ti je na desnu ruku kuhinja. Ognjište je na jednu stopu visoko, od opeke gradjeno, a nizko zato, da se za burnih dana oganj ne razleže. U sredini je jamica, a nad njom garav lanac o koji se vješa kotao, kad se palenta kuha. Ima tu i konjić ili tronog na kojem se drva suše. Nad ognjištem ima krović, a pod njime i polica, ako nije gdje sa strane. Na polici ima lonaca, padela i padelica, pijata (tanjura), pokrovića. Što je sve od ila pečeno. Još ima u kuhinji: žličnjak sa kuharicama (drvenim žlicama), žara, maštela, palentar, solnica, pinjata, popečak, lopiža, feral (svjetiljka), sura i gradele za ribu, ribižnjak, kopanjica, u kojoj se kruh miesi, malinac, u kojem se kava melje, sviča-uljenka, petrolejka, bruštulin, u kome se kava bruštula (peče), tučaljnik (tučak ili mužar), ormar, banak (klupa), pak koj panj, cipnje, treske i prašće. Ako se ne začinja uljem, vise sa svoda kusovi slanine, koja se po malo reže i troši.

Od kuhinje vode stube u prvi sprat, gdje su obično po dvie spavaće sobe. Tu je stol sa stolicama ili klupama, tu ormar, škrinja i krevet. Primorski su kreveti na poldrug metar široki, jer muž i žena po selima, a tu i tamo i po gradovima, zajedno spavaju. Stramac (madrac) i kušini (jastuci) napunjeni su vunom. Po stienama vise razne svete slike, a ako je muž na moru tad pred slikom Majke Božje gori žižak i prije, što žena zaklopi oči i usne, odašalje molbu pred prestolje Svevišnjega, da mu muža sačuva živa, i zdrava kući povrati.

……

Ne ima u primorju kuće i kućerka bez zelena nakita. Nad uličnim vratima nadvija se vinova loza, ukrasujuć i cielo pročelje kuće, a uz nju uzdiže i hladovita smokvenica. Ima tu i kamenita klupa, na koju domari posjedaju i odmaraju. Na prozorima goje „liepu" mažuranku i „sitan" bosiljak, tu njeguju i po koj ugledni šipak (ružu), rutvicu, fratriće (Tagetes), a po vinogradima ružmarin, neven-cvieće, trandovije (althaea rosea) i obljubljene „garofule" (klinčiće).

……

Vidiš li na primorčevoj kući cimer od morske borovice, lovorike ili crnike, tad je tu „oštarija". Pivnica je riedka, jer je težko u živi kamen takovu udubsti, već imadu „konobu", gdje u bačvama ili mješinama (u Vinodolu) vino stoji. Tu su i stolovi, kod kojih se iz staklenih boca ili iz zemljanih, našaranih vrčića pije.

P r i m o r s k a j e l a. Prema kraju, u kojem primorac živi i njegova je hrana. On jede priprosto, u jelu je i pilu umjeren, zato zdrav i dugoživ. Značajna je hrana „Palenta“, koja ne manjka kod ni jednoga primorskoga stola, jer tko palentu ne jede, tomu vele, da ne zna, što je dobro i zdravo. Ona se kuha u bakrenom kotlu nad jakim ognjem. Čim je voda uzavrela, usipava se kukuruzna muka i neprestance „palentarom“miješa. Ona je skuhana, ne slana, a kad je kuhana, prevrne se na dasku, ohladi i razreže. Kad se dječica probude, palenta je na stolu te ju mliekom jedu, ona je u podne i na večer na stolu, ona je djetetu uz materinje mlieko prva hrana i prati Primorca od „žikve“(koljevke) do groba.

Osim palente troši se krumpir, mrkva, repa fažol (grah), jačmik (ričet), a u zimi zelje ili kupus. Jede i „kašicu“(na debelo smliven kukuruz), koju su prije zalievali vinom. Imućnije kuće troše i praščevinu, koja su u kupusu kuha ili kao „pršut“i priesna jede. Mnogo se troši i ribe, a naročito slane. Seljaci kupuju ribu kad je jeftinija i to običnije vrsti, kao golčiće, bjelce, sardelice, plavice i rumbače, a pogotovo troše sami mrkače i hobotnice. Jela se začinjaju uljem, riedko mašću ili slaninom, a još riedje maslom. Da se vidi, kako u Primorju jela priredjuju, spomenut ćemo pripremu nekojih najznačajnijih jestvina: Klapunice, klapavice ili kokoške (Mytilus edulis, Miessmuschel) kuhaju u vreloj vodi, gdje se od vrućine lušture otvore, tad ih meću u zdjelu i na stol nose. Lušture se prstima razkrenu, kožica od lašta odbieli i meso pojede. Čim je medju lušturama više mora, tim su slasnije i tečnije, a najbolje da su o mladju i za morske plime. Tečan je od klapunica i „rizzotto“; one se naime ukuhaju, očiste, na pladanj stave, kuhanom rižom pokriju i jedu. Hvale i „brudet“od klapavica. Ukuhane ostanu u lušturama, posiplju se prženim peršinom, ribanim kruhom i do vrha zaliju vrelim uljem. Ovako pripravljaju i „datulje“ ili „prstiće“ (Pholas dactylus), „pokrovače“(Pecten) i „priliepke“(Patella).

Morske rakovice (Maja squinado), koje u veliko love oko Rovinja u Istriji, kuhaju, poslije ih otvore, uljem začine, zapapre i žlicom jedu iz korepine.

Od većih riba priredjuju takodjer brudet. U padeli najprije ugriju ulje, metnu unutra „cvet od muke“(fino bielo brašno), zatim „petersimun“(peršin), fino kosan češnjak, ugrijan ocat, priliju vode i ribu kuhaju. Brudet Primorci u veliko ciene naročito od tune, rumbača, zubatca, lokarde, skarpoća, lubina. Osim toga pripravljaju ribe i „na gradele“. Riba se očisti i položi na tronožac, a od nju metnu jake žeravice. Sa strane je mala zdjelica u kojoj je češanj i peršin uljem pomiešan u koje se gusje ili puranovo pero moči i riba maže. Ovako pripravljaju osobito lokarde ili skuše (Scomber scombrus; Makrele), a od mesa i pržolicem samo ih papre. Od riba frigaju u Primorju jedino olige koje kao selice dolaze k nama mjeseca ožujka, a jer su pune ikre, to su frigane osobito tečne. Od glavonožaca frigaju „sipe“(Sepia) i „sipice“(Sepiola), kojima je bielo meso tečno, nu presladko. „Hobotnice“(Octpus vulgaris) i „mrkače“, jer su tvrde i žilava mesa, treba dobro kuhati. Poslije se razrežu, octom i uljem priprave.

Od mesa se u Primorju u velike cieni mlada janjčevina. Čim su janjci porasli, saberu se prijatelji u družtva, da na janjčevinu podju. Radi vrstne paše, glasoviti su janjci kostrenski.

Od primorskih šalata spominjemo „cimicu“(Brassica acephala) i „rigu“(Eruca sativa). Ona se pripravlja od vršika broskve ili brokulice, dočim ova od izverugana lišća. Troše još i lišće od „radiča“(Taraxacum officinale) i „uzlikovine“(Cichoria Inthybus).

Od biela brašna priredjuju razna peciva i kolače. Značajni su „paškoti“, „škrnatice“, „hruštini“i „ručice“. Osobito je slastna primorska „pogača“, koju k Uskrsu i Duhovnom peku, a od povitica običnija je ona, što se puni pinjolima. Obljubljena su tjestenina i „makaroni“, a naročito oni, što dolaze iz italskih krajeva.

Primorci spremaju ribu i za zimu. Bolje kuće spravljaju tuninu. Meso se razreže u četverokutne komadiće, pomno od masti očiste, po dvie ure kuha, a zatim osuši. Suha se tunina meće u badnjiće ili staklene posude i finim uljem zalije. Tunina je biela, prhka, razrezana razpada se u pravilne komadiće.

Umjeren u jelu, umjeren je Primorac i u pilu. U njega nije običajno, da bi puna čaša vina na jedan mah iztrusio, već ju izpije na dva, tri puta. Dodje li u društvo ili u kuću tko od rodbine, ponudi ga vinom prvi najstariji, a tad svi ostali redomice i kad ne bi uzeo, drućštvo bu uvriedio. Od svakoga gucne samo malo, kao da vino kuša i zahvaliv se, položi čašu na stol.

……
……

(U zaštiti autohtone primorsko-kvarnerske kuće od „urbanog zagađenja“tj. njene zaštite kod adaptacija, moraju se poštivati neki osnovni elementi, koji mogu pratiti moderan način života a to su:
-pravokutni oblik tlocrta, ovisno o dimenzije kuće samo prizemnica, prizemlje i kat, dva kata, drvene škure na prozorima, drvena ulazna vrata za kuću o konobu, ulaz orijentiran prema jugu, ispred ulaza šterna, dvostrešni krov, uvijek postoji „šufit“. Sastavni dio te tradicije su kotorata – unutarnja drvena podna vrata prema konobi, kamena volta, kamene erte na prozorima i vratima, metalni kanjoli (šarke) na prozorima i vratima, kameni grot na šterni).

Svaki bolji Primorac hranio je „prasca godišnjaka“, jer da drži samo jednu godinu. Uši i jezik prasca, osobito kad su suhi, u Primorju se smatraju izabranim i najslađim zalogajima.

*Kad ubiju debela ovna ili škopca (utučena jarca), onda gazda za se ili prijatelje najprije na **rašpilju** (gradele) ispeče s r c e i b u b r e g e, i to drže najslađom i najčasnijom zakuskom.*

*O Božić, najbogatiji, ubiju **tukca** (purana) i za jutarnji „ručak“na tavi poprže („poprigaju“) njegovu džigericu, srce, bubrege i isprana crijeva („prčevac“), i to drže za osobitu delikatesu, a redovito se to prži skupa s razmućenim jajima.*

Jela i svetkovine u Primorju

*Na **veliku subotu** miese se pogače i jajnici, a prave ih od finog brašna. Jajnici nalikuju pletenjaku i imadu na vrhu usadjeno jaje-pisanicu. Kuha se pršut (šunka) i zakolje „vazmeno janje“. Zorom na Uskrs ide svatko k ranoj misi, kod koje se i svetanje (blagoslov) sveti. Poslije svete mise moli svećenik nad jestvinama stanovitu molitvu, a onda se žene i djevojke stave u dva reda te razrieše svoje košare. Svećenik hodeći uzduž redova, škropi „blagoslov“svetom vodom i kadi tamjanom.*

Gospodarica dočeka svetenje noseće na privratu i podje s njima bielo prostru stolu. Roditelji posjedaju oko stola i podaju svakomu djetetu komadić pogače, kruha, slanoga mesa, mlada luka i što već imaju.

Za objed se obično izpeče janje, od kojega polovicu za večeru puste. Oko pet sati poslije podne sakupe se djeca ne daleko kuće, nalože oganj i kuhaju jaja.

*Za **vesele božićne** blagdane štedi, čuva i sprema Primorac najbolje, što mu je Bogu jeseni dao: cvet mûke (bielo pšenično brašno), pečenku, pa bilo kakovu, dobro vino, jaja, suhih smokava i što boljeg i ljepšeg može. Oko kuće i u kući sve se počisti i uredi i tako u miru božjem dočeka „vela božja“(badnjak). Oko Zdrave Marije prostre se stol bielim stolnjakom i stave poda nj soli, zobi, češnja, smokava, graha, mrvice kruha i brus. Domaćina klade (metne) na stol „lumin“(u čaši ulje), na ulje dušicu, ter to zapali, što za pokojnike gori cielu noć. Prije, što posjedaju za stol, stoje i mole skoro pô sata, a tad večeraju: juhu sa grahom, kiseo kupus ili cimicu, krumpir sa pečenkom ili kuhanom ribom ili mjesto toga bakalaj (tresku), makarone, pastu, sardelice na gradele. Pije se dobro vino, od kojega za badnjak četiri boce pričuvaju. Jedan drži čašu, a drugi mu natače, dočim gospodarica reže pogaču, od koje svaki jedan komad dobije. Na stolu su tri hljeba kruha, u jedan utaknuta lovorika i ovaj stoji tu do Sv. 3 kralja; to je „božičnjak“.*

Sajam u Primorju

Zanimanje ljudi i proizvodi onoga kraja, u kojem živu, označuju i sajam. U tom je pogledu osobit primorski sajam, a jedan od najvećih Margaretski ili Margaretinju u Bakru, koji se obdržava po tri dana, tj. 12., 13. i 14. srpnja.

Nekoliko dana prije sajma zalaze pojedine brodice u liepi bakarski zaliev, i to ponajveć one, koje plove s dalka, kao: iz Zadra, Splita, Šibenika, sa otoka Paga, Raba, Krka, Cresa. Kad se približe k luci, spusti družina na gospodarovu zapovjed jedra, te ih podmata. Prispjev kraju, privežu konopom brodicu o jaki kameniti stup, te se usidre. Poslije toga ode gospodar u lučki ured, tu se izkaže odkud je doplovio i čime mu je brodica nakrcana. Plativ propisanu pristojbu za mjesto u luci, vrati se opet k svojoj družini. Brodice, nakrcaju vinom, pristaju uz istočnu obalu bakarske luke, dočim se one, u kojima stovarena vuna, ulje, kapula, usidre u maloj bakarskoj lučici pred viećnicom. Do 11. srpnja pribere se priličan broj brodica, nu preko noći on se podvostruči.

Splitske brodice jedna su do druge, a na njima gromotni Splićani u modrim dimijama crvenim, a crno obrubljenim haljincem i crvenom čepicom na glavi. Oko bokova im pas s omanjim nožem i s dva, tri dugačka kamiša. Krševiti su, jedri i jaki, obžgana lica, vatrenih očiju. Brodice pune su im dalmatinskog, običnog crnog vina. Za njima su prispjeli Cresani i Krčani sa ženama i djevojkama, koje su lagane, okretne, žive i vatrene. Krčanke-Bodulke padaju u oči svojim velikim crnim šeširima i žutim ili bielim rubovima.

Kad zamrači i zvonce na crkvi sv. Margarete oglasi Zdravu Mariju, skupi se družina na krovu brodice, gdje se, pomoliv se Bogu, sprema na večeru. Na krmi nalože vatru, o lanac objese kotlić i naliv vodu, kuhaju palentu. Pristarija žena čisti slanu ili svježu ribu, snaži sir, pripravlja šalatu, da družinu podvori, koja medjutim sjedi na okupu, te pušeć pjeva ili čavrlja. I tako zatitra vatra čas na ovoj, čas na onoj brodici, dok se po malo razsvjeti more.

12. srpnja prije podne već je u gradu živahnije, jer je svaki svoju robu stovario. Na trgu Marije Terezije, u hladu jagnjeda, poredala se kola sa zemljanom robom, koju privezoše bivši Krajišnici od Otočca i Slovenci iz Kranjske. S druge strane ima čitavih humaka sita, rešeta, barilaca, lodrica, kabala, zdjela, čaša i druge drvenarije. Ovu privedoše iz Istrije, Kranjske ili iz okolice bakarske. Pod jagnjedima poredale se zažarene Primorke, namjestiv tu cielu Bateriju omašnih bačava. Na svakoj je čaša do polovice napunjena, nu ne vinom, već octikom (octom). Do Primoraka evo ti vatrenih Talijana kod velikih kupova „k a p u l e“ (luka crljenca). Naheriv si modru kapu, odbija dimove iz bielih zemljanih lulica, šiknuv crnim okom po koju prolazeću Primorku. Pristupi li k njemu, nudi joj kapulu tako sladkim riečima, kao da bi melem prodavao, koji bi srdcu njezinu možda rabio. Okretan je, svjež, živ, kao živo srebro, ne može da časak na miru stoji. Sad zapjeva, sad zafućka, sad prstima zapucketa, sad se opet primiri.

Na zidu Jaza skladište je „češnja“ (češnjaka). Tuj su posjeli Kastavci i Kastavke, najkrupnije i ponajljepše žene na sajmu bakarskom. Prislone se uz zid ili posjednu, da prodavajuć i odmaraju, jer je dalek put, što ga provališe sa punom vrećom na ledjima od Kastva do Bakra. Uza zid Jaza i tvornice je limunade. Krezuba, debela starica, gnječi pod razastrtima okrpanim suncobranom limune, i sok kroz rešetce u hladnu vodu prekapljuje, poslije nekoliko boca napuni i u kabel hladne vode postavi. Dalje na ulici vidiš štacunare iz Rieke, koji su razmjestiv stolove, poredali tu zlatninu, srebrninu i kojekakovu sitnariju. Drugi su po zemlji razmjestili kose, srpove, vile, grablje, noževe, nožice, kosire, sjekire, bradve, svrdle i drugu željezariju.

Pred brodicama vina izdigli se šatorovi, poredali platnom nadstrti dugački stolovi i klupe. Domaće vino stoji na kolima. Pred šatorom uz brentu vinom napunjnom stoji žena ili djevojka, vabeć i nudeć vino, dočim drugi prodavaju tustu janjetinu, koju su u kojoj ulici izpekli, grobnički sir, kolače, pogače, priesnece, hruštine, paškote, škrnatatice, cizibama (cvebama) napunjen hljeb, kruške, naranče i drugo voće.

Čim je na gradskoj viećnici dvanaesta odbila, izpale top, i sad je prvi sajam započeo. Ovim časom snizi se ciena vinu za 4 novč. Po litri. Na Primorju (glavnoj ulici) nastaje sada živahnije svieta se sve više pribire i mnogi je kod stola već zapjevao. Po podne u pet sati oglasi se zvono na crkvi sv. Margarete, pozivajuć ljude blagoslovu božjemu. Stara se crkva dubkom napuni, sviet stoji i pred vratima. Mnogi tu hvali dragomu Bogu, što je preko daleka mora sretno u Bakar prispio i toplo se preporuča , da mu Bog i na povratku bude od pomoći.

Drugi se dan sakupi na tisuće duša; to je vika, krika, žamor, halabuka, kao na svakom sajmu. Niz vrh Rebar dolaze ljudi iz Krasice i bližnjih selaca. Lujzijanom spušta se sviet sa Praputnjaka, Meje, Hreljina, Plase i od fužinskih šumovitih krajeva. Iz Bakarca, Kraljevice i Vinodola vrve uz more; nekoji nose mreže na prodaju. Vinodolci dolaze u modrim prtenim hlačama, žene u crnim suknjama, bielim rubcem na glavi. Preko vrha Ravne spuštaju se marni Kostrenjani i Kostrenke, ove sve skoro u crnim svilnicama, zlatnim lancem oko vrata. Niz kameniti vrh Kalvariju dolaze pjevajuć Dražani, Kukuljančani, Grobničani, Morem doplovi pod bielim jadrima i mnoga barka, iz koje se izkrca po gdjekoja ljepušna Primorka. Po podne dojedri i parobrod s Rieke sa gradskom glazbom, koja izkrcav se, prodje svirajuć gradom.

U gornjem gradu, pak u Zagradi, ne ima skoro ni žive duše, sav se život usredotočio na sajmištu. Staneš li na trg Star i gledaš s ove visine, vidiš silu božju ljudi, raznih nošnjom, kretanjem i zabavom. Najživahnije je oko brodica sa vinom. Tu se razgovara, igra, pije, pjeva i zabavlja. Bodulke plešu uz miešnice kao na igli, prašna se vitla, a drugi se okreću uz tororo i sopelice. Mnogi prodju preko brvi i sjedu na krov brodice, da ondje užiju dobru kapljicu. Vino piju iz zemljanih vrčića.

Kada sunce pripeče, nesnosna je to vrućina, a u njoj dobro onima, koji dodjoše iz Rieke, da trguju limunadom. Trkaju medju onom vrevom neprestance

vapeć: „Fresca in giazzo, primo – vac – vac primo, chi bevi, uno bevi, due, - vae,vae!“ Ovaj se: „vae“ razlieže, da ti u ušima zuji.

Cresanke u modroj prtenini, za uho spužvasto svitim kosama, nudjaju poznato cresko ulje, vičuć: „Ajde, ajde, dobra ulja, dok je doba!“ Ulje nose u velikim limenkama od nekoliko litara, a prodavaju litru po 50 – 60 novč.

Pod večer, kad je zahladilo, zavrvi sviet bakarski iznovice Primorjem, jer je jedva dočekao, da malo prošeće. Šatore i brodice razasvietljuje sada slabo svjetlo malenih titrajućih svjetiljaka i do kasno u noć ori pjesma Primorjem.

Sviet za dobe sajma odlazi i dolazi. Mužkarci nose strojenu kožu, kose, srpove, grablje itd., a žene kable, lodrice, lonce, kozice i drugu sitnariju. I Bakarke obilno toga nakupuju, jer je običaj, da kupe na Margaretinju bar koji lonac, pa bila ih i puna kuća.

14. srpnja prije podne jagmi se sviet oko vina, jer je postalo još jeftinije. Ima litra dobra vina po 14-16 novč., a lošijeg po 12, dapače i to 10 novč. Žene dolaze pred šator bocama, barilcima ili velikim, slamom opletenim staklenkama, što ih „bocun“ zovu, kupuju vino i kući nose. To potraje do 12 sati, kad iznovično izpaljen mužar naviesti, da je Margaretinja prošla.

Već po podne spremaju se pojedine brodice na put. S njih odjekuje pjesma oprostnica ili štropoću lanci, jer iztežu sidra. Sve se pripremi, a u noći ili rano s jutra ostave brodice zaliev bakarski; on je za godinu dana opet opusti.

(o.a

Po primorsko-goranskom kraju i otocima sajmovi se održavaju i tijekom cijele godine. Kalendarski, počevši od velikog proljetnog sajma u gradu Čabru u petak prije Velikog tjedna, poznatog kao *Cvitni pitek*, koji služi najviše za opskrbu Gorana tog dijela Gorskog kotara svim što je potrebno za Uskrs, osobito za nabavu mladog luka koji su na *Cvitni pitek* u grad Čabar u velikim količinama donosili Primorci i Primorke pa sve do sajmova u miholjsko ljeto pred nadolazeću zimu.

Takav je Margaretin sajam u gradu Bakru 13. srpnja koji je živo i osobito slikovito za 19. stoljeće opisao Dragutin Hirc, creski *semenj* u gradu Cresu i sajam u Krivom putu 5. kolovoza na blagdan Majke Božje Snježne, Lovrečevo u gradu Krku na blagdan sv. Lovre 10. kolovoza, *samanj* u Crikvenici 15. kolovoza na blagdan Velike Gospe, *sajam* u Mrkoplju 15. rujna na blagdan Majke Božje Žalosne, *samanj* u Jelenju na blagdan sv. Mihovila, 29. rujna …

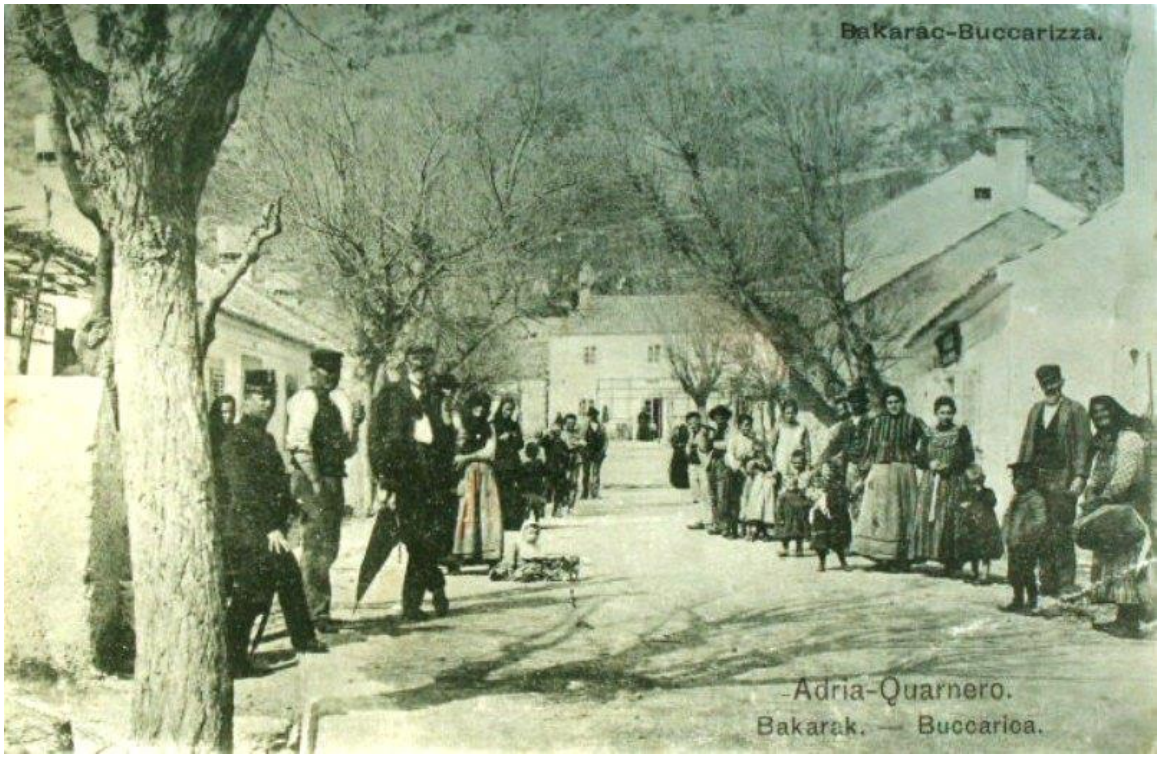
Najveći sajam u vremenu Miholja i miholjskog ljeta je sajam u gradu Kastvu na dan *Bele nedeje*, prve nedjelje u listopadu na koji dolazi i danas mnoštvo ljudi iz bliže šire okolice radi druženja, okupljanja i vlastitog veselja, što je jedno od obilježja sajmova. Sajmovi nose značaj okupljanja i povezivanja naroda po neposrednom ili posebnom interesu i zbližavanju.

Kao i mnoga druga velika narodna običajna okupljanja u godini, sajmovi se ostvaruju u danima kad su za njih najpovoljniji uvjeti, u danima kad su veliki

poslovi završeni, a do sljedećih još ima vremena. Mnogi glavni sajmovi u održavaju se poslije košnji, žetvi i berbi.)

Dio Primorja s porušenom obalom

Dio Primorja s porušenom obalom



Sajmeni dan u Bakarcu

Pred brodicama vina uzdigli se šatori, poredali platnom nadstrti dugački stolovi i klupe. Domaće vino stoji na kolima. Pred šatorom uz brentu vinom *napunjenom stoji žena ili djevojka, vabeć i nudeć vino, dočim drugi prodavaju tustu janjetinu, koju su u kojoj ulici izpekli, grobnički sir, kolače, pogače, priesnece, hruštine, paškote, škrnatice, cizibama (cvebami) napunjen hljeb, kruške, naranče i drugo voće.*

Prvi poznati mesopustov teštament

Za skupljanje narodnih običaja Kvarnerskog primorja, ali i šireg hrvatskog prostora, najzaslužniji je najznamenitiji Senjanin Pavao Ritter Vitezović (1652-1713) hrvatski književnik, povjesničar, političar i kartograf.

Godine 1696. u Zagrebu je tiskao poziv gospodi, plemićima i građanima, cijelome „slovinskome“ili „ilirskome“narodu da se poduhvate skupljanju, pored drugoga, i „običaja“. No, rezultat tog proglasa o skupljanju povijesne i etnografske građe bio je poražavajući. Trebalo je proći još vremena kako bi se u hrvatskom društvu shvatilo koliko veliko bogatstvo leži u narodnom životu i običajima, bili oni plemićkoga ili kmetskoga podrijetla (o.a; nešto slično je i danas s našim kulinarstvom). U veljači 1682. godine – vjerojatno za pokladnu zabavu tamošnjih klerika u hrvatskom kolegiju – napisao tekst „Mesopustyicia Aliti cin od Mesopusta u Beču u Hervatskom Collegyu na 9. iskazana. Predgovornik“.

Neki istraživači smatraju da je to prvi u nas napisani dramski tekst koji u sebi sadrži mesopusni motiv, a napisao ga je neki od poznatih hrvatskih književnika. Ivan Franjo Sorgo piše o pokladnim običajima otoka Lastova, također u 18. stoljeću. Iz pera župnika, Ivana Uravića Dobrinjski, iz Dobrinju na otoku Krku, koji je živio između 1662. i 1732. potekao je prvi do sada poznati tekst na glagoljici o – mesopustu (zapisan 1718). Nekada je bio običaj da i svećenici sudjeluju u mesopusnim zabavama i maškarama. Iako se uz te mesopusne dane šali, pije i boje jede, oni su i dani iskazivanja – istine, tako pop Uravić kaže, i o onome što je i danas aktualno:

Štenta nebog za popove,
kopa trudan za fratrove,
znojan, trudan poti plove,
rad soldatov i gospode.
A gospoda barunaju
i u hladu pak igraju
i težaku još se grde,
ki mu jidu žuji tvrde.

Čitav ondašnji istočnojadranski prostor tada je bio u rukama Mletačke Republike, dakle Istra, kvarnerski otoci, Dalmacija bez Dubrovačke Republike. Bijeda, muka, trud, žuljevi tijekom mesopusta, u maškarama tražio se i zaborav u teškom životu ili kako se govorilo: „to mu ralo i motika, njemu hrana se do vika“.

Senjski mesopusni običaji imaju dugu tradiciju o čemu govori i zapis iz 1658. godine austrijskog časnika Valvasora (Johann Weickhard, 1641-1693, kranjski plemić), koji je službovao u Senju. Zapisao je senjske mesopusne običaje, tj. pokladni utorak, kad se ljudi u Senju okrabulje i po gradu zbijaju svakojake šale i ludorije „kakve samo čovjeku na um mogu pasti“. Na čistu srijedu ili

Pepelnicu oblačili su se također u neobično i čudno odijelo, namazali bi lice čađom od trava, pa su tako trčali okolo po ulicama, zvonili na vratima i pitali brašna, ulja, kruha i vina. Kad bi se sakupio veći broj krabulja na trgu ili ulici ložili bi vatru, od brašna i vode umijesili bi kolač i ispekli ga, a onda sjeli jesti piti i oplakivati smrt Bacha, rimskog boga vina i veselja.

Sama riječ mesopust znači posljednji dani mesojeđa prije korizme, kad se dobo jede i pije. Meso, kobasice, slanina, jaja jela od brašna (kuhano i prženo tijesto), kolači sve se to brižljivo priprema, i konzumira. Ovisno o regijama različiti su i načini pripreme kao i sastojci jestvenika.

Danas su najslikovitiji naši karnevali, i njihova tradicionalna suđenja, u Senju, Samoboru, na Lastovu i u Donjim Kaštelima.

Kostrena

Naselje i poluotok između uvale Martinšćice i Bakarskog zaljeva. Nekad „mjesto kvarnersko maleno“, danas prigradsko naselje Rijeke, sačuvalo je svoju autohtonost u brojnim vilama i šetalištu kao uspomenu na jaku pomorsku tradiciju. Kostrenska padela – ili kuhinja, pokazuje svoju mediteransku čiji sadržaj je diktiralo godišnje doba, sastojci kostrenskih vrtova i brižljiva i dugotrajna priprema jela. Posebno su ponosni na svoj grašak i prve trešnje u svibnju, kao i na sočne „glavanke“ u lipnju. Uz mladu janjetinu obavezno se posluživao kostrenski luk sađen u grmiće u kolovozu kako bi se našao na uskrsnom stolu. Nažalost, kao i mnoge druge namirnice i tog luka više nema u izobilju, kao nekada. Okus jelima nije se postizao samo začinima već odabranim sastojcima i pripremom.

Svo bogatstvo kulinarstva moglo se najbolje vidjeti za slavljeničkim stolom, a naročito u prosincu od sv. Barbare i sv. Lucije (kostrenske zaštitnice), Božića i Nove godine.

Za sv. Barbaru pripravljao se bakalar na gulaš, prva zimska sarma, uz kiselu repu ili fažol, i orehnjaču nije mogla proći ni jedna sv. Lucija. Kažu se da su se najbolji kolači pripremali za sv. Luciju.

Prosinac je doba svinjokolja i tada nije manjkalo mesnih jela a posebice specijaliteta – halduna ili jetre. Badnjak je bio uz ribu i broskvu na padelu u kojoj je morao uvijek biti neparan broj povrća. U broskvu se dodavalo raznovrsno povrće i vršKovi ostruge (primorska kupina), biljke koja se još i danas može naći u uvali Svežanj.

Na *Viliju Božju* tj. Badnjak nezaobilazan je, ponovo, bakalar na gulaš uz koji se radila palenta kompirica. Za Božić je obavezno bila pečena kokoš ili purica s krumpirima, salata od radiča ili rige.

Po starim običajima, jer „prasac riva naprvo“i tako nagovještava uspješnu godinu koja predstoji – spremala se pečena ili pohana (panirana) praščevina.

Kostrenjani su svoje blagovanje gotovo uvijek započinjali juhom, osim ako toga dana nije maneštra. Omiljena riba, i najčešća na stolu, bila je plava riba, točnije inčuni, golčić i lokarda. Od omiljenih slatkih jela – štrudel je bio najzastupljeniji. Jedna od karakteristika je i salata od rige i radiča.

Maneštra od ječma i fažola (jašmika i fažola/graha)

Sastojci: 20 dag fažola, 10 dag ječma, 25 dag suhog mesa (svinjska koljenica i rebra), 2 velike mrkve, 1 mala kapula (luk), 2 lista lovora, peršin, 10 dag pancete, sol, papar u zrnu, voda, maslinovo ulje i češnjak.

Fažol namočite u hladnoj vodi preko noći, prokuhajte, ocijedite, dodajte mu ječam (po želji možete dodati istu količinu kao i graha) i dolijte hladne vode, narezanu mrkvu, dva lovorova lista, suho meso (prije ga malo prokuhajte da pusti masnoću), usitnjeni luk. Kada je skoro kuhano, dodajte pripremljen pešt od pancete, peršina i češnjaka. Posolite, dodajte dvije žlice maslinova ulja, popaprite i još malo prokuhajte na laganoj vatri.

Ovo jelo, tj. maneštru, u Istri nazivaju i stupanje. Stupica/stupka je služila za tučenje „stupanje“; „stupanje jačmena/ječma“(odvajanje vanjske ovojnice sa zrna), koji se koristio u značajnoj mjeri za hranu.
Maneštra, kao nekadašnje jelo sirotinje, ponovno se vraća.
A kakva maneštra mora biti, tj. *pjat maneštre*: *dobra maneštra mora na tanjuru ostaviti masni rub i nakon prvog , uvijek se pojede još jedan tanjur*

Luk ili šparoge na jajima

Sastojci: 1 glavica luka izrezanog na tanke ploške (ili kostrenskog luka) ili šparoge (ili cimice – kuhani mladi izbojci broskve), 2 jaja, sol, ulje.

Na vruće ulje stavite luk, popržite, a zatim dodajte jaja, promiješajte, posolite i ispržite do kraja.

Lignje punjene na *močicu* (u umaku)

Nadjevene lignje

Sastojci: 2 kg očišćenih liganja, češnjak, lišće peršina, malo riže, ulje, 2 velike glavice luka, brašno, pire od rajčice.

Krakove izrežite na male komadiće i pomiješajte s kosanim češnjakom, peršinom i rižom. Smjesom nadjenite lignje i zatvorite čačkalicom. Lignje stavite na toplo ulje popržite sa svih strana dok ne ispari voda i izvadite ih. Na ulje stavite kosani luk, 2 češnja kosanog češnjaka, malo brašna i pire od rajčice. Promiješajte i na to stavite lignje, podlijte vodom i lagano pirjajte daljnjih pola sata.

Lignje na saft – *lignji va saftu*

Sastojci: 1 kg lignji, 3 velike glavice luka, maslinovo ulje, češnjak, sol, pire od rajčice.

Lignje očistite, odvojite krakove, luk i češnjak iskošite. Na maslinovo ulje stavite lignje i pirjajte. Kad su dobro pirjane dodajte pire od rajčice, češnjak, sol, podlijte vodom i pirjajte dalje. Pred kraj začinite s još malo maslinova ulja.
Kao prilog poslužite palentu izrezanu na fete (komade, ploške) malo popržene s obje strane.

Bakalar na gulaš - *bakalar po kostrenski*

Sastojci: maslinovo ulje, bakalar, čepnjak, malo brašna, pire od rajčice, bijelo vino, krumpir, papar u zrnu, kosani peršin, sol,

Bakalar skuhajte i očistite od kostiju. Krumpir ogulite i narežite na ploške. Na toplo ulje stavite kosani češnjak (2-3 češnja) i dodajte bakalar, sve zajedno pirjajte. Na bakalar složite krumpir, pospite malo brašnom, prelijte pireom od rajčice i na kraju podlijte s malo bijelog vina. Posolite i dodajte 2-3 zrna papra. Kad je krumpir kuhan jelo je gotovo. Dodajte mješavinu kosanog peršina, češnjaka i maslinova ulja.
Tijekom pirjanja jelo ne miješajte kuhačom nego posudu samo protresite.

Kostrenski bakalar se razlikuje od „dalmatinskog“ načinom priprema što se očituje u tome da se ovdje bakalar najprije skuha i očisti, dok se na „dalmatinski“ način stavi kuhati neočišćen (s dračom) tako da mu se samo skinu peraje. Tajna dobrog bakalara je u što bjeljoj potrbušini. Suhi bakalar se moči dva dana s tim da se vodu mijenja barem tri puta dnevno, a onda se kuha.

Opatijci pripremaju bakalar kuhan u ulju koji se pretvara u pjenu dugotrajnim i ritmičkim „treskanjem“poklopljene posude uz lagano dodavanje maslinova ulja.

Bakalar dalmatinskih otoka (bakalar s dračom), najstariji naputak (recept pripremanja bakalara): 0,5 kg bakalara, 2 kg krumpira, 3 dl maslinova ulja, 2 glavice češnjaka, vezica peršinova lista, papar, sol.

Prethodno namočeni bakalar kuhajte u hladnoj vodi zajedno s oguljenom krumpirom dok se ne raskuha. Iscijedite višak vode, ostavite onoliko vode koliko treba da se umiješaju začini. Bakalar s kostima miješajte s krumpirom, dodajte maslinovo ulje, kosani češnjak i peršin, sol i papar.

Splitski bakalar, na ugrijano maslinovo ulje popržite luk, dodajte češnjak, kosani peršin i pasiranu rajčicu. Dodajte bakalar prethodno kuhan u slanoj vodi, očišćen od kosti i kože. Podlijte juhom i kuhajte s dodatkom grožđica i krumpira (40 dag bakalara, 60 dag krumpira i 5 dag grožđica). Kad je kuhan začinite i još dodajte malo meda (1 žlica), umjesto meda možete koristiti varenik, koncentrat mošta. Podlijte vinom i lagano prokuhajte da se sve sjedini. Ovo je gusto i slatkokiselkasto jelo.

Nadjevene rajčice (pomidori)

Sastojci. 4 velike zrele rajčice (pomidori), 8 žlica krušnih mrvica, 3 češnja češnjaka, maslinovo ulje, kosani peršin, sol.

Rajčice operite, odrežite im kapicu (vrh) i izdubite unutrašnjost, izvadite „meso“. Od mesa rajčice, krušnih mrvica i kosanog češnjaka napravite smjesu, i nadjenite rajčice. Stavite natrag kapice, na svaku kapnite malo maslinova ulja i složite na nauljeni lim. Zapecite ih u pećnici. Poslužite s ribanim ovčjim sirom.

Okruglice s marmeladom ili pekmezom

Sastojci: 1 kg krumpira, glatko brašno, jaje, ulje, maslac, sol, marmelada ili pekmez po želji.

Krumpir s korom skuhajte u slanoj vodi. Dok je još vruć ogulite ga i zgnječite (zdrobite). Na radnu površinu stola (nekada se to radilo na dasci za tijesto) prospite glatko brašno, dodajte krumpir, pomiješajte i napravite sredinu u koju ste stavili razmućeno jaje, žličicu soli, 2 žlice ulja, 2 žlice omekšanog maslaca i izradite tijesto. Dodajte brašna koliko treba da možete umijesiti tijesto koje se ne lijepi za prste i dlanove. Tijesto podijelite na manje komade da ga lakše razvaljajte na debljinu od nekoliko centimetara. Razvaljano tijesto izrežite na kvadrate i na svaki stavite u sredinu marmeladu ili pekmez. Preklopite krajeve tijesta i dlanovima oblikujte okruglice. Vodu posolite i stavite žlicu ulja, i kad zakipi skuhajte okruglice. Čim okruglice isplivaju na površinu izvadite ih velikom šupljom žlicom. U posebnoj posudi rastopite maslac i na njemu popržite krušne mrvice do svijetlosmeđe boje. Okruglice poslužite vruće prelivene poprženim mrvicama i po želji posuto šećerom.

Trešnje na padelu

Sastojci: 1 kg trešanja, 10 dag maslaca, šećer i krušne mrvice (prezli) po potrebi.

Trešnje operite i odstranite im koštice, stavite ih u padelu (tavu) na zagrijani maslac. Pirjajte na laganoj vatri da trešnje puste sok i omekšaju. Dodajte šećer i kad se potpuno otopi, dodajte mrvice. Pirjajte još nekoliko minuta uz stalno miješanje.

Naši „stari“ primorci sladili su se izvornim voćem iz svog okruženja, svojih vrtova: jabukama petrovačama, trešnjama iliti črišnjama/črešnjama, grožđem, smokvama, kruškama, šljivama, lubenicama, dinjama, jagodama, borovicama, murvama (crnim i bijelim) i od 17. stoljeća nešp(o)ulama.

Živelo se onako kako se moglo, razumno i brižno

(Napisala Katica Barbarić)

Treba se prisitit dugih protuletnih dani, kad su se kroz pasanu zimu spraznili trapi, škrinje i se ča j` bilo spravno za zimu od hrani, a na gruntu još ni ništa rodilo. Va tu dobu leta ni bilo lahko prehranit familiju, se delo obdelat, a malo se moglo kupit zač ni bilo s čin.

Život se odvijal skromno samo s onim ča se doma priskrbelo. Duga zima spraznila bi zalihi od kronpira, žita i sega drugoga ča se spravilo kroz pasano leto. Bilo je na gruntu črnega zela (raštiki), kadi ča blitve, zimske salati, a počel je i koromač zihajat zemlje. Živelo se onako kakao se moglo, razumno i brižno. O šparićnosti se vodila vela briga zač su si va kući znali ča se more, a ča se ne more. Nikada nikomu ni palo na pamet da išće ono čega doma ni. Grunat se moral obdelat, sime zasadit i set, trebalo je ostavit i na vrime se va zemlju stavit. Ki je na gruntu delal mogal je ipak puno toga imit, pa ni bilo gladi.

Puno se toga kroz leto pospravilo, kronpira nakopalo, šenice i jačmika naželo i omlatilo, smokav nasušilo i sega drugoga, ali leto je dugo pa se i potrošilo. Se ča se moglo pospravit da dura kroz zimu i za drugo leto bi doteklo, niš ni propalo, o semu se vodila briga. Puno dani mora proć dok pride žetva i pobirani sega ča rodi na gruntu. Ni bilo lahko oskrbit familiju za celu zimu, a tribalo je i za protuleti doteć. Kroz zimu hrana se šparala kako bi se moglo nahranit težak iki su pomagali va velon protuletnom delu, a i za pomoć ionin va selu kin bi svalelo hrani.

Prihajaju dugi jurjevski protuletni dani kad cvate i diši, a od sakud se čuje kako motiki zvone na si kraji. Dela j` puno, a hrani se manje, zač još ni niš urodilo. Neimaština je špijala na si kraji, ali su se ljudi med sobun pomagali.

Kad radič zazeleni salata od njega je prva protuletna zdrava hrana, za ku govore da čisti krv va protuletu. Kokošice veselo kokodaču, počnu nest više jaja, a kvočki na jajih brižno side čekajuć da se zlegu pilići. Na si kraji cvate žuta pucalovina, pobira se za ovce i kozi da dadu više mlika. Mliko i sir bili su sakidanja glavna hrana, ali se šparićno trošilo kako bi se prodala ka litra mlika ili ki sir. Kupovalo se jako malo, ono ča je bilo najpotribnije: cukar, sol, cikorija, petrolija, ka litra ula, kukurzna muka za kašu i palentu, kukuruz ki se doma mlel i se ča to.

Ni se razmišljalo ča će se kupit, nego ča imamo doma to se skuhalo, a vavik se nič našlo po makar zelenoga zela. Uz šporhet najviše su bile stare matere, mladi su morali delat po gruntu ili nigdi drugdi da ča zarade. Kuhala se redon hrana od onoga ča se imelo doma, ali se kuhalo redovito već od rana jutra. Obed je moral bit kuhan do polneva i o polne bil je na stolu, uz vrč vina za čeljad ka se našla na okupu. Kuhala se maneštra, misilo se testo, delala slata (zelena i od rigi), kuhal se cel kronpir, pekal kronpir na paru ili va rolu, kronpir gulaš, domaće lazanje s kronpirom na juhu s peršinom, kiselo zeli, fažol, mirlin, zeleno zeli, koromada,

koromač, a i sirak bi se znal smlit i stavit va kruh. Kaša, palenta i palenta kronpirica kuhale su se nigda i po dva put na dan. V jutro kaša s mlikom ili belun kafun, a za vičiru kaša ili palenta malo posirena i čagod pofrigano. Kaša je jila i z vinon. Za nedilju znalo se kupit malo mesa, najviše za juhu. Stariji bi rekli „ne triba zibirat, zač dan začas projde, a od čega sit od toga i debel“. Od prošloga leta pričuvalo bi se i drugoga povrća: mirlina, „konzerva“ od pomidora, kapula, češanj i drugo, ko i pekmez od domaćeg voća ki se rabil za kolači, najviše za pekmezaču. Dica su volela kad bi jin se pekmez namazal na kruh. Bela kafa bil je sakidanji obrok, a kuhala se od prženoga jačmika i cikorije.

Rekli bi: Kaša i palenta su nas odgojile, pa ćemo šnjimi i umrit, glavno da nismo lačni ni dužni. Vino se šparalo da se ča proda va protuletu kad je bila veća cena. Naša domaća vina podmirivala su se birtije va Vinodolu, Crikvenici i celoj Kiriji (o.a.,Crikvenica i mjesta koja joj gravitiraju bez Senja, katkad i otočanin obližnjih mjesta).

Sakidanja briga bila je i samlit žito va žrni, a hodilo se i va malenicu. Kruh se pekal dva tri put tjedno, a posebno ga se štimalo i ni se smelo hititi ni komadić kruha. Reklo bi se: „nemoj hitat kruh, more prit dan kad ga nećeš imit“.

Ljudi va ovon našen vinodolskon kraju od vavik su bili gostoljubivi i sakoga su voleli pogostiti, makar žmuljen dobroga domaćega vina.

Va dugih dani protuleta, punih truda da se ča više grunta obdela, skrbelo se od jutra do škure noće. Jedina prilika da se ča zaradi bila je prodat ono ča se doma priskrbelo: janje, tele, mliko, sir, jaja, vino i drugo. Familija je uz velo delo moralo bit dobro organizirano, kako bi mogla uz se brigi odgajat dicu, brinut se za starce i va sen ton nadat se boljen žitku. Va sen ton velon protuletnom delu kad je trebalo su zemlju obdelat, posadit kronpir, poset protuletno žito i se drugo raštvi, obdelat trsi, očistit ravnice i gaji, a i potlačit puti ki su od zimi bili razrovani, si va kući od zori do mraka bili su angažirani va delu.

Vrbnik otok Krk

ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE
Knjiga 33, JAZU u Zagrebu 1949.
Ivan Žic

Prireďivańe hrane

1. Seku hranu je tribi prepravit, pariоćat; posmočit; načinit; niku je skuhat; dat na vrutek, ovarit; speć; pofrigat; zatim znet, stresnut, hitit va čašu i dat na stol, dase jî. Sve ovo skupa je kuhani, prepravjani, parićavani. Hranu pripravjaju na tri modi: kuhaju, peku ali pek frigaju.

K u h a s e: kafe, parelina, kaša, palenta, zeli, sočivo, lezańe, makaruni, šurlice, praščiće, kunpir, ripa, dibjač, meso, riba i oriže.

P e č e s e: kruh, pogača, beli, friti, jaja, meso, ribi i presnec i laže.

F r i g a s e: meso, ribi i jaja, kvašenica i zeli, ripa, a smok se žari.

Ako ni pomńiv, ki kuha (na piru kuhar, a doma mat, gospodarica), hrana se pokvari, pohabi ali ne biva dobro prepravna. Kuhajuć se zapali, prepali, a ontrat vońa s paležinum, daje palon, smerdi po dimu, ako je jako kurelo pod ńun. Frigajuć i pekuć se meso zgori, pregori, zbroštula. – Ako nî hrana dobro pripravjena, onda se rugaju: ohejvala je nikoliko praščić, osmudila je ribu, ofurila jaja, oparila zeli, ovarilapest dibjača, zgrudala kašu; na pol skuhala. Ako se hrana sama od sebe skvari, ontrat je prestala, zastarala, zakisala, šla po zlu, skavarila se je. Meso i riba se zavońaju, a kad se ruga ki, ontrat reče: diši; pehne; vońa lipo, kot kasal; daje; smerdi, kako rožica; smerdi koti cangul, i žsekako, kakogod mu pride na pamet za reć va žnon hipu, času momentu. – Ako nî dosta soli va hrani, ontrat je mledna, neslana, fali ńoj zerno soli; „vajda je gospodarica mela preveć soli“. Preslanu hranu opet gruńaju: „slana, koti more“, „gospodarica tribida sol ne kupuje“, „još si mogla pest soli nuter dat“.

2. Što se jede prijesno? Sirovo se more jist slano meso i slana riba. Od mesa se jî praščevina slana, i to p e r š u t, a kigod žote jist i k u r b a s i c e. R i b i su slane za jist sirovi: golčiće, lokardi i sardeli. Sirov se jî l u k i č e s a n, a niki žote jist i k a p u l u. Sirova se jî s a l a t a, ma ńe je čudo: salata, radič, želtenica pojska i tersovna, indivija, riga, beršača, ostek i mek. Svwe skupa se to zove salata, ali da je pripravno na salatu. Na salatu mogu se prepravit l u k i k a p u l a i s l a n e r i b i, a i z e l i, k u n p i r, ma mora bit prija kuhano; tako i fažol. Salata se načińa z oston, popron i ulin.

3. Što se peče? (I. Š t o s e p e č e o d m ú k e?) Od muki se peče k r u h: strusni, splošni, černi, semučni, beli kruh, kolače, kolačini, bubice (ručica ili patica), hjibec, hjibi, curundi, pogača, šćeta pogača (sćeti kruh), presnec, baki, mužiće, kokošice, šeširki (ove četire za dicu), friti, laže, fjoki (ove dvi delaju kigod), pogačica (za nevoju), i žurenica (o mesopusti), a nigda i olače, medeńaki ali popreńaki, oblije. S t r u s n i kruh je od dvih muk zmišanih zaježno: šenične i fermentunove, ali kupnene i fermentunove. S p l o š n i kruh je od više múk

zmišanih skupa. Č e r n i kruh ali sirčeńak, sirčeni kruh je, va kon je malo više sirčene muki.
Ako je kruh od samo jene muki, ali da je nutri jedne muki više nego drugih muk, pek ona premaže, ontrat je: jarčeńak, proseńak, fermentuńak, šenični kruh ali beli. Ov se zove semučni, ako se muka ne osije.
1.“B e l i, šenični kruh“, kolače“(kadagod i samol „kruh“: ovako ga zove teržica, ka kruh prodaje i peče, i žena, ka ima rodit(?); nigda mu reku „boji kruh“) se dela ovako: Semeji šenicu lipo, osij ju najprija, ako te je voja, na vojako sito, a ontrat na cvilno, da se očisti od otrub, zemi kopanicu i vespi muku nuter, zatepli vodi va pińati ali va lapiži, na verh kupca od muki udelaj jmicu z rukun i hiti nuter pest soli, to će reć, koliko je dosti. (Moreš pervo sol raztopit va čašici, ako ti se je ne će dat va muku) Sedaj daj na muku kvas. Ov mora bit zadelan od večera, prije nego greš misit, i dobro kisel. K v a s se zadela ovako: Zemi on hjibčić kvasa kiseloga, ki je ostal od zadńega puta, kada si pekla, razmervi ga s persti na male mervice, polij s teplun vodun, ku si zateplila va lončići (a moraš za to imit čistu padelicu, lonec ali zdelicu), sedaj mišaj ze žlicun, a kada si dobro razmišala, da već nî ni ježne mervice, vesipji pest po pest belne muki i žseježnako mišaj, da ne bi ostala muka suha, a po malo donalivaj z vodun. Kada si potrošila svu muku, ku si bila odredila za kvas zadelat, i vidiš, da je dobro otežana, pokrij ze zdelicun, ali s pokrovom, da ti se ne nasmeti, i položi v peć, ali kamogod drugamo, da do jutro kisa. Pazi se, da ti ne bi prekisal, zač će ti morat bit ontrat kruh jut, ti ne ćeš imit vrimena, da opališ peć, prije nego ti prekisa. Seda misi. Dji suricu po suricu one teple vodi žs pińati i mišaj z obimi rukami, da se zmoči sva muka i kvas posvuda razmete. Pokla si dobro omisila, razvajaj kvas (ovo je seda kruh) ali testo pod rukami na curundu i razriži z nožićen na onoliko bokuni, koliko misliš speć glav kruha. Sveki bokun jeden za drugin zimji na desku, ali na čist pokrov od iškrińe z dolińe bandi, daji pod ńega mlo po malo pest po pest povala i nańetaj, dokla ne bude dobro utežan. Kada si ga dobro utežala, udelaj od ńega glavu – kolač, bubicu, curundu, curundicu, baku, mužića, šeširek*, kokošicu, pogaču – i položi na drugu desku, pek pokrij ze čistin lancunon, a ožzgora daj odelo i kotigu, da se ne zahladi i da prije skisa. Ako nimaš deski za kruh, a ti prostri po stolu lancun i opravi, kot sen ti rekla. Ze žsun deskun moreš dat kruh kisat i na postiju: beržije će ti bit kisel, ma toga se čuvaj, zač žseki muž toga ne jubi. Ako ti ne će kruh berzo da skisa, još češ to morat i udelat. Pod desku, na koj kisaš kruh, moraš v zimi podložiti (položit) čripju, li staru padelu u ugjevin, da se deska stepli i čini kruh prija skisat. Nakon malo vrimena obajdi kruh, pretisni ga s krajen od perston, već ti je dobro kisel. Pali berzo peć, da ti ne prekisa kruh. Ako ti se žsa peć žari, sviti nutri, ona je opajena. Da budeš segurija, je lž ti peć opajena, ali ne, zemi lopatu i daj na ńu pahej velni, pek ga položi na ńoj va srid peče na tla. Je lž se vežgal, ali počel tlit, peć ti je pajena, opajena. Seda ju slobodno ometi i daj kruh nuter. Belomu nî tribi zapika nego samol zaprit usta od peče. Gjedaj još i to, da ti ne bude peć prepajena, zač će ti kruh ćapat nagla peć, pek će ti zgorit, a ako i ne zgori, žoće ti se podkorit, oprišćit, ali pek jako stverdnut, bit žoće tverd, koti kost pečen, a to sve ne vaja.

Kruh ti je pečen, kada već nî nutri kvasa, kada vidiš, da se je zagrašil: pari se, da je začevjenel, kada pod kučicun rošta, kada na dolińoj kori rošta. Još ga ne smiš znet žs peče, pusti ga, da zleža, da nutri počine, ontrat će biti boji za jist. Beli ne smiš pustit preležat, zač stverdne. Sedaj znemi žs peče ven, oteri s čistun kerpun popel i razgerni na desku, da se ohladi, a ontra ga spravi va verńu i obisi pod gredi. Mogla bi ga dat i va iškrińu, ma kruh žz iškrińe ne vońa lipo. Ako žoćeš kruh deržat više vrimena, ali ako ti gre rado po zlu (to biva v leti), - tribi ti je, da ga beškotaš. B e l i kruh ostavi,piokla je zležan, još va peći. Č e r n i kruh, kada je pečen, znemi ven, i žseki hjib rasplati na pol po sredi mej dolińun i gorińun korun, pek ontrat one plati daj po žz nova v peć. Ako si to zaboravela opravit, moreš udelat i drugi dan, ma vaja da peć po žz novaopališ (ne pravo onako, kako da žreš peć, ma tribi da je dobro tepla). – Ne zmirite da sen popisal, če biva ze kruhon od žernav, dokla ćemo ga poć jist, na žv način. Otel sen van ovdi pravit, kako mat puti hćer, dokla se nauči peć kruh

---

šeširek danas poznatiji kao *šiširek*. Uz ukusne uskršnje delicije janjetinu, mladi krumpir i luk, šunku te tvrdo kuhana, u pravilu bojana jaja, ne smije se zaboraviti i na slatke – pogače, orehnjače i pletenice – koje na otoku nazivaju *šiširkima*. Ti uskrsni slatki kruhovi/pogače posebni su i po tome što u njih, uz standardne sastojke poput brašna, vode i jaja najčešće idu i sušene grožđice odnosno kandirano voće. Šiširek je izuzetak jer se spravlja bez voćnih dodataka, ali u njega obavezno, kao dekorativni detalj ide i jaje. Sušeno i kandirano voće na neki način svojom slatkoćom i šarenilom simboliziraju proljeće koje dolazi s uskrsnim vremenom.

Sastojci za šiširke (***vrsta pogače***): uz standardno brašno, sol i vodu u tijesto ide i masnoća (maslac ili ulje), šećer, jaja, aroma i grožđice. Tijesto se mijesi nešto duže , nakon toga treba odležati oko 45 minuta, potom slijedi ručna obrada (isplete se vrsta pletenice, kečke od dva duga kraka, na kraju se omota kuhano jaje u ljuski na jednom kraju pletenice. Oko jajeta, uzdužno, se pruža jedan krak od pletenice dok je drugi preko jajeta, da ne ispadne) jednostavno „kisanje“ u komori, premazivanje jajetom te na koncu polusatno pečenje na temperaturi oko 180 oC. Zbog dosta šećera koji je u njima pogače se ne smiju peći na previsokoj temperaturi jer bi u suprotnom došlo do njegovog „pregaranja“, a time bi se promijenio i okus pogače.

Šiširek je nekada bio nešto posebno. Djeca koja bi tu poslasticu na Uskrs dobila od svojih roditelja ili baka bila su sretna, kao danas djeca kad dobiju kinder-jaja ili neki drugi proizvod koji je zavladao tržištem.

---

2. S t r u s n i i s p l o š n i k r u h se dela žse, kako i beli, samol ga nî tribi nańetat ni po sebi kisat žseki hjib. Kada je omišen, sprave ga va jeden kraj kopanice, pokriju s krušnim odelićen (z odelon) i još prehite kaban, ali kotigu priko. Kisel je, kada je gori na sredi razpucal. Sede ga opet malo promišaju z

rukami. Na praznom kraji kopanice pospu z mukun (povalon), odkinu z rukami hjib robi, urede ga na balu, ovajaju va povali i fuk! Š ńin va peć. Tako drugi, treti i sve (najviše jih biva po osen do deset). Najzada ne smi falit hjibec dva ali curundica, od beloga kolačić, pogačica – za dicu, zač oni ne moru nigdar doprečekat, kada će se ta kruh speć, a peče se vavik, pokla se je stari kruh pojal; tako bivaju dica po pol dana prez kruha, a ne mogu bit ni u mumenta – oni ne moru biti ni živi ni mertvi, ako kruha ne jidu. Najzada se ze stergujicun posterže kvas po kopanici i poberu mervice sve va jeden hjibić. Još se da malo i povala nuter i sve skupa omisi: to je povajek, a od beloga nańetek ali curundica. Najzada prež dvermi od peče mora se udelat ogeń, zapik, ma ne velik. Derva pozgore, a če ne zgori, hiti se na ogeń. Žeravica, superavičina – ostaje od zapika na čerenci, dokla se ne gre kruh znet žz peče.

3. P o g a č a je beli načińen. Va ńoj je zamišen sir, poper, kanela, kjinčiće i jaja stepeni, a pomazana je ožzgora ze jajen. (Za to je černek od jaja.) Još zamise va ńu i cukara, da bude slaja. Na okolo je udelana, koti i hjib.

4. Š ć e t a p o g a č a, š ć e t i k r u h je gol beli kruh umišen na hjib koti i pogača, ma nî nutri ničesare ostran malo popra i nî pomazan z jajen.

5. P r e s n e c je od friškoga sira i cukara z malo belne muki i kanelun s kjinčići. Dejau ga ovako: Zmise friški sir, va ńega pomišaju malo belne muki i cukara, a predadu mišance (kjinčiće, kanela i garofulani poper), udelaju testo, kako da žredu beli peć, a v ńega zamise bilen od jaja. Pokli je dobro utežano testo, ratače ga ze vertenom (vretenom) i razmire na krunicu od čašice ter odrižu s tujun od nožića. Na žseko kolo testa (na kožu, kožibnu, a mora bit tenka) polože jeden hjibčić one paštri od muki i sira, kožu nadvignu s persti i gorika stisnu okolo paštri, da ju zapre okolo na okolo, verh ostane opert. One rožčiće, ke su se tako udelali od kožem nastrigu ze škaricami, a kožu mej ńimi našćipju ze šćipačami i pomažu ze černekom od jaja. Peć se opali, ma ne jako, a presnece se dadu nuter dije nekiseli, presni, da se speku. Ne ležaju je va peći, nego znemu i posole ze prahom od cukara.

6. Ž u r e n i c a je splošni kruh, more bit i beli, ze žurki. Razrižu malo sala, loja, svinini, ali i sve troje zaježno, i zamise va hjib kruha, ali va hjibce, i peku va peći skupa z drugin kruhom.

7. M e d e ń a k i, p o p r e ń a k i, o p l a č e – to je bivalo žse jedno, ma pokli je nestalo meda, nestalo kje i toga. Bili su to nikakove kolačiće z medon zamišeni.

8. O b l i j e je beli kruh, kako i drugi, ali se daje popon na mertvin god, a to biva četiri puta na leto.

9. K o l a č je prosti beli kruh raztaskan, pokli je utežan, z rukami, narizan na jabelka ožzvena i zapert koti ježno kolo, pek takov kisan i pečen. Od kola mu je ime kolač.

10. a) K o l a č i n a je kolač od jarčene žmuki, ali nîna jabelka, nego je samo z nožićen razrizan do polovice okolo na žkolo. – b) H j i b e c je malo hjib od splošnog kruha. – C u r u n d a je hjib na podelgovato, a e na kolo. Na krajih je obel. c) B u b i c a je koti curunda, samol je va sredi šira, nego je na krajih. Ona

se još zove u ručica i patica. Vavik je od beloga. Najradije je, nasvalito u teržice, razdijena na četiri deli v križ po dejini i širini. Pol bubice se zove tri šoldi, a četiri del bubice „krajcar kruha“.
11. **O Božić** se peku hjibe, baki i mužiće za dar dici. – a) Hjibice su od fermenutnove muki, a baki i mužiće od šenične. – b) Mužić je mali, od kruha ima glavu, ruki i nogi koti dite. Za udelat ga rabe ruki, škarice i šćipače . – c) Baka je mala od kruha. Ona je šira od mužića (zač ima kamižot, a on brageše.) Jeden i drugi imaju oči od grašice.
12. **O Vazmi** se peku dici za zabav šiširki i kokošice. – a) Š i š i r e k je delg jeden pedeń, a četiri persti širok; na jednon kraji je deblji i ima koti dvi ručice, a va ńih stoji jaje ze žsun korinun; ne bi rekel, nego da je rep od kokoše. Ves je našćipan ze šćipačami. – b) K o k o š i c e nosi ime sobun. Oči ima od grašice. Kadagog ima na plećih jaje. Jedne i druge su od šenične muki.
(o.a.; Primorsko-goranski običaj), na Veliki petak:
navada je bila ujutro ne popit bilo kafe nego črno, od dovke, cikorije i raži ka je sijana samo zato da se more broštulati i mlit skupa s kafon. Za južinu va bogatijih obitelji jila se slana riba i pašta, a poli siromašnih su jili kuhane pokrive i palentu (pokrin; biljka Nicandra physaloides) iz porodice Solanaeae – zeljaste biljke rasprostranjene kao samonikle). Cili dan se jiv črni kruh i pilo črno vino, aš se je verovalo da su čro vino i pokrive dobri za krv.
Na Velu subotuje biv običaj sniti ognjišće od blagoslovljene žeravke. Doma se je po navadi pekla vazmena pogača ka se je zamisila od cvita, jajac, mlika i czib, za dicu se je pekav šišor od istoga testa, ali je nutri bilo cilo jajce pa su to dica jako rada imela.
Na Vazan za južinu je bila navada jist juhu od kokoševine ili govedine, meso i kompir s kakovu salatu. Zapovdan se je pilo bilo kafe ali se ni jiv obični kruh nego pogača. Va bogatijih kućah se je jila orihnjača i drugo slatko, a poli siromašnijih ako je ča od tiga bilo.
13. Pod čripi, pod ogeń i pod pepel se peče h j i b, p o g a č i c a od splošnog kruha samol va potribi, kada nî kruha od česa peć va peći, ali kada nî dosta muki za kruh namejeno.
14. F r i t i. Najprija e osije belnu (ki ima, domaću; ki ne, kupnenu) muku na cvilno sito, za tin se ju da va čašu, ontrat se zaliva z vodun i tepe s kuharicun, ali ze žlicun. Kada je dosta vodi, već se ne daje, a tepe se, doklagod se ne počnu spod kuharice dvizat mihiri od testa. Seda se udela dober ogeń od suhih derv i nalije suru ula ter zažari. Kada je uli žareno, onda se ze žlicun zimje onoga testa, koliko more na ńu, i cidi na kup va suru na uli. Va ńen se testo speče, pečeno zneme na pjat i posoli ze cukaron. To su friti. Da budu boje, more se va testo, dokla se tepe, kanut žmujić, dva rakije. Niki dadu suhu grozdova, suhih smokav i kaneli, da friti vońaju lipče.
15. L a ž e ali f j o k i. Omise testo, dobro utežaju, raztaču s palicun takavicu i razrižu ju na perst široki kurdelice, pek frigaju na ulu, ali na masli, koti friti. To biva tverdo, hersta pod zubmi, a dobro se za lažami pje.

(II. Š t o s e p e č e n a g o l o j v a t r i?) Na živoj žeravici se peku frižke, slane ribice*****, pečeńice (iod friška i od slana mesa) i kurbasice. Najvole poda sve to dat klišća, ali gradeli, zač na golon ugjevu nî zdravo, more se s popelon otrovat, ako i ne dije, malo po malo se čovik potruje.
Ako imaju peć ča veće: kokoš, peteha, puru, janca, skopca, to se već zove pečeńa, a ova se peče na ražńi. Ražeń je od železa. Sprida ima oštru puntu, a zada ručicu, sredi dva berkeja. Pečeńu se nabode na ražeń od zadńega kraja na glavu i potegne na one berkeja, da stoji tverdo. Ako jih nî, ontrat se dobro sveže. Prvi kraj od ražńa se upre na jednoga „kona“, a drugi na drugoga. Pod pečeńu se nahita ugjeva i mora ju jeden šaldo obraćat, da se ne pregori, nego ga jednako speče. Mala pečeńa se peče va padeli na smoku.
Ako se j a j e peče, odgerne se ogeń do čista i na delgo, ontrat se jaje dobro opjuva ze slinun i položi va jamicu, ter žse duron obraća, dokla se slina ne osuši i jaje spoti: seda je pečeno.
„Pod ogeń“se peče kunpir i kostań, a i jabelka. Kunpiru se skopa s klošći jamica i povredi se jeden do drugoga, pokrije s popelon, zagerne ze žeravicun i neka nutri puhta. Tako se drži do ježne dobi, a ontrat se razgrebe kupec i prime v ruku mej persti jeden kunpir, pek stisne pest; ako se je ražńavil, ontrat je ves kunpir pečen. – K o s t e n vaja pervo razrizat (zač ako ne, bi razhital ogeń po kući, a mogel bi i kuću vežgat), a ontrat ga se pogrebe, koti i kunpir. Ako se z jednoga kostańa lipo korina znimje, ves kostań je pečen. – J a b e l k o se dobro zavije va hartu i dobro pokrije s popelon golin, a ontra nagradi z ugjevin.
G l a v i c e o d f r i š k o g a f e r m e n t u n a peku se na žeravici, a suhe zerne na kvadreli va jamici: ovo se zove kokošice, zač žseko zerno pukne i onda ga vaja znet, zač bi
zgorelo. - K u ń v i se peku va peći s kruhon.

***** na curundicu stišńeni, curundice. Ova curundica se udela tako, da se ribice znemu (dosegu) žz barila, peru, ocide (a to najradije na metli povajenoj na tla), omuče i stisnu ježna do druge glava z glavun, a rep z repon, Kigod je duplaju: jednu glavu gori, jednu doli. Curundicu se dela na pesti. Kada se derži tako dvajsetak ribic, curundica je udelana. Ki će frigat curundice, udela male, ali razpolovi vele od glavi na rep, po dejini.

(III. Š t o s e p e č e u p o s u d a m a?) Na surici se vavik friga, čegod se va ńoj parićiva. Nutri se frigaju r i b i, j a j a, r i b i c e, m e s o, na landice. Va ńoj se žari smok i uli, ako je tribi za posmočit jizbinu. Ako se va ńu zdrobi loj, salo, ali svinina, ontrat se ove stvare zižare, ž ńih se smok ziemari, a ostanu najzada gole žurki (to su one mervice, ke se ne moru ocvrti). Kada se hrana ze žarenim smokon, ali ulin posmoči, onda se zacvre, začverkne.

1. Slane r i b i, a i friške se najpervo omuče (omišaju va muku belnu, ali fermentunovu),a ontrat hite na žareno uli va suricu.

2. J a j a se razbiju i ocide va čašicu, posole i nutri stepu, a kada su stepani, ontrat se hite va suricu na žareno uli, ali smok; ov biva najradije od svinini. Jajen se preda malo stergana sira, do budu boje, ali belne muki, da bude više jist. Ako se frigaju na smoku, preda ńin se kurbasice, peršuta, ali slanoga bravjega mesa. Dodar i ribi i jaja se zaježno frigaju na ulu. Kapuli more ńin se li predat, ma ju vaja prija samu dobro pofrigat.

3. D e b e l e č r i v a prašće se tolikalše frigaju na surici.
Va suri se friga, kada se friga česa više. Va ńoj frigaju z e l i, bilo friško, ali kiselo, i kiselu ripu. Friško zeli mora bit prija kuhano, a kiselo i ripa ne moraju, ma ako su, po ton boje.
……
……..

3. Što se kuha? Seka hrana, ka se kuha, kuha se na svoj mod i posmučuje, posmičiva, posmoči na svoj način. 1. N a m l i k i se kadagod kuhaju lezańe, oriže, a drugo se na ńen ne kuha niš.

K a f e. Kupit se moraju zerna, zbroštulat, kadagog speć va broštulini i semlit va melinci. Stene se, udela se ogeń. K ogńu se da kogomica od lati, ali medena, lončić, obisu se na komoštra lapižić z vodun. Kada voda zakuha, vespe se nuter žlicu, dvi (po okrutu) kafe. Da ne prekipi, vaja ga mišat ze žlicun. Kada već ne dela pini, ontrat je kuhano. Seda se zneme z ogńa, položi na komin i vlije nuter malo vodi, a najbolje je pervo odlet va čašicu onu vodu, ka je kuhala va kogumici. Tribi je počekat, da fundaće legu na dno. Va čašicu se da grudicu (koliko je tribi) cukara i skrozi napočnoga cidila precidi kafe. Razmiša se ze žlicun va čašici i kuša, ako je dosta sladko. Seda se podrobi kruha va kafe i kafe se popje, poji. Ne pija se već seda golo kafe, zač to je zgoritek za fameju, nego je tribi va ńega zbroštulat žita, šenice, reže, dodar zbroštulaju niki i želuda. Kafe se da va to samol za seńal, da ima nikakov gušt, voń od kafe.
---
prva kavana na Krku otvorena je 1766. godine, a 1802. spominje se „trgovina kave“.
……
……
…….

3. P a r e l i n a. Najprije se nadrobi čašu kruha, na ńega se hiti zerno soli i prah popra, zakuha se lapiž vodi i zilije na žn kruh. Berzo se užari kap ula z dva lučića ali rižnića kapuli, čli ti se užari smok i zacvre va čašu, još se zeme žlicu,

dvi onoga va suricu i omete, da ne bi ča ostalo po ńoj smoka, pek hiti nazad va čašu i razmiša sve ze žlicun ter ontrat jî.

4. P r e ž g a n a, p e r ž g a n a, s p e r ž g a n a j u h a. Užari se na surici, ali va padelici, smok, bil postni (uli), bil mersni; nuter se hiti žlicu muki i žari a miša ze žlicun, a se ne pregori. Kada je muka zaželćena, se nalije z vodun i miša dobro. Pokla je udelala dva vrutka, zilije se va čašu (porugjivo reku: zdela, gergu), na kruh, koti da je parelina. Zovu ju b r o š t u l a n a j u h a, ma ovu rabe za nemoćnici i va ńoj se mora četo kuhat.

5. P a l i n b r o t je dobra tusta juha zileta na podrobjeni beli. Jidu ga samol na Božić jutro.

6. a) P a n a d a. Nadrobi se kruha va lončić, ali va lonec, i da k ogńu, neka kuha. Kada je kuhan, vlije se va ńega žlicu sirova ula i dobro razmiša, pek stresne va čašicu (čašu) i jî panadu. – b) P a n a d a za ženu od rojena je koti perva, ali biva još ze siron. Ńega se na tenko zdrobi va lonec i nalije z vodun, da se dobro skuha.

7. J u h a se kuha samol za nemoćnika. Va lonec (lončić) se da dober bokun frižkega mesa: govedini, bravjega, ali kokošjega; nuter se hiti zasojaj soli i nalije z vodun, a pokrije s pokrovcem, pek položi k ogńu, da kuha. Dobro vaja gjedat, da se ne bi zapalila, ali na plamiku kuhala, zač takova bolniku škodi. Kada je tri, četire persti pokuhala, nalije se lonec opet z vodun, da po žz nova dva, tri persti pokuha. Kada je po tretuč (!) pokuhala, kuša se, ako još vońa z dibjinun; ako ne vońa, već je kuhana.

8. a) Ž v a c e t. Na padeli se zažari smok, nuter se hiti prah popra za vidit, ako je žaren smok, i da bude, koliko je tribi, popreno; zriže se još i dva rižnića kapuli ali ti dva luka, i to se friga da zaželtije. Na to se hiti nuter friško meso bravje zrizano na merviće (mraviće, bokuniće) i miša žseko toliko ze žlicun, dokla se dobro ne pošufiga, da zaželtije. Z meson se zaježno dâ nuter i nikoliko landic od kuńve, ako je je, i pero javoriki ali petrasimuna, ako ga je. Pošufigano meso se nalije z vodun bilo kuhanun, bilo teplun, i pusti, da kuha. Još se žseko toliko razmiša i preda vodi, da ne ostane na suhi, i da je bude dosta za polivat jizbinu. Kada je kuhano meso, kuhan je i žvacet, zvacet. Ne vaja ga zaboravit posolit.

b) T e n f a ń e je, če i zvacet, saml se va ńega preda landicu kunpira. Ma to se redko dela. – Nike ženi rabe za udelat žvacet još i suricu. Va ńoj najprija dobro pošugigaju meso, a onda ga dadu va padelicu i naliju dije. Žvacet pride najbolji, kada se kuha na bandi na tripijah i na ugjevu, a ne na plamiku.

9. B r o d i t. Va lapišćić (lapižić), ali va padelicu daju ula, koliko je tribi, i užare ga; hite nuter popra i luka ali kapuli; prez toga ne smi bit. Kada je to zaželćeno, hite nuter ribu. Ova mora bit prija lipo pstergana, očišćena i oprana. Ńu je tribi lipo pošufigat i hit nuter zerno soli. Po ton, koliko imaju udelat brodita, juhi za polivat, i po ton, kako ima jut ocet, miri žena, koliko žće dat vodi va brodit. Pokla je brodit naliven, kuha, dokla se riba skuha, a tada se odmekne, ali baš spravi kamogodare na seguro, kadi ne moru maški do ńega. Kada nî prava riba za brodit (kako: degni, pelžiće, glavočiće i gladuniće, sve ribice od maloga

povraza), ontrat se zažari va brodit malo belne muki, koti za prežganu juhu delat, a ontrat se dadu ribi nuter.

10. J u h a z a p o l i v a t. a) Kada se kuha fažol, ostavi se nikoliko žlic one vodi, juhi od fažola, i nikoliko zern od večera za jutrodan. Jutrodan se zažari smok i vlije nuter onu vodu ter dobro miša, da se ražńave one zerna. - b) Ovakova juha se dela i tako, da se, kada se počne mest palentu, odlije va čašicu one guste vodi z mukun (juhi od palenti); pokla je palenta skuhana, udela se na surici koti i prija, a nalije nuter onu juhu od palenti i preda kapju osta, da bude na grano. - c) Još se dela i tako, da se pofriga slana riba, glava ražńavi od ńe i malo boje zifriga, seda se nalije gola voda, ali juha od palenti, ali juha od fažola i hiti osta. Ovakova je još najboja za polivat.

11. Z a p e š t. Obili se nikoliko zern česna i zriže na fino. Ontrat se odriže bokun svinini ali sala. Ova se tada nariže popriko na križ i položi na dašćicu. Po svinini se pohitaju one mervice od česna i počne se peštat po ńoj ze nožićen (ali i ze škinun od ńega, a najzad i pjeskomice), Kada se je smok zipeštal, ontrat se hiti va hranu, da bude smočnija, ma ne miga va žseku, samol va žnu, koj se pristoji.

12. Ž a l a d i j a se kuha od govedjih nog. Ove se lipo očiste i operu, ontrat se hite v lonec, da se dobro skuhaju, neka va ńih žili omeknu, a meso ž ńih popada. Onu juhu se zilije va čašu i pusti, da se ohladi. Kada je studena, onda je smržńena. Ako se tekne, sva drhće, koti da ńoj je zima. Ovoga ne dela žseki. To je više za obid i za nemoćnike, ako mu likar prepiše.

13. K a š a. Lapiž z vodun se dâ nad ogeń. Osije se na fermentunovi siti fermentunovu muku i spravi va zdelicu. Kada voda zakuha, hiti se nuter pest soli, zasojaj. Pokla se je sol raztopila, umoči se nuter kuharica i zanese v usta, za kušat, je lž dosta slano. Sedaj se vesipje pest po pest muki ne daje, nego samol miša do ježne dobi. Kada je već dosta kuhana, se pozniva po ton, da se odpušća od kuharice i po ustih, ako se kuša, pek ne daje sirovinun. Kuhana kaša se dâ ze sin lapižićen doli, posmoči va ńen i ontrat se nagne lapižić na bok nad čašu, a kaša se ziteče nuter. Če ostane po lapižiću, ono se pobere s kuharicun. Najzada osteržu dica lapižić ze žlicun. Pokli je lapižić ostergan, naliju ga z vodun, da se razmoči ono, če se nî dalo ostergat, pek se ontrat lapižić opere, a ona voda hiti za pomije va prašću dižicu. Kaša mora bit redka („redka kaša, po putu bi tekla“) i gusta: to je po ton, koliko je vesuto muki. Kada je ostala redka, zač nî bilo dosta, uki, ontrat se više vrimena kuha, ga zgusne. Redku kašu se ostavi i va čaši malo vrimena, da se ohladi i zgusne. – Kaša se more skuhat i od j a r č e n e muki, ma to je samo za velu-velu potribu. – Z a m e t e n a k a š a je, kada se nuter ča zamete: kunpir, kvašenica, ripa, tikvi, friško zeli, lezańe, makaruni, šurlice. Ostran kunpira i tikav, kvašenice i ripi bivaju to ostanki od perve vičere. Ma i ripa i kvašenica su čudo puti ostanki. Ako će se kunpir zamest, vaja ga najpervo skuhat, obilit i ražńavit, a ontrat, kada zakuha voda v lapiži, hiti se kunpir nuter i razmiša, pek počne mest kaša. Na ta način se zametaju i tikvi. Ripu i kvašenicu se pervo pofriga, pek zamete, kada je kaša kuhana. Ostanki se vavik zametu, pokla je kaša kuhana. Ki neće zamesti ripi, ali kvašenice, ta ju friganu daje malo po malo na kašu, pek jî s

kašun. – Smok za kašu je sol, uli i poper, beli smok (loj, salo, svinina); mliko, suroti i vino. žSeko se rabi, kada se more. Mliko se navodni i zakuha, ontrat malo po malo naliva na kašu i serbje. Suroti se skuha i rabi, koti i mliko. Ježno i drugo je serbani, serbat. Vino se poliva po kaši, koti i mliko, pek serbje. S čin ke kaša posmočena, po ton se i zove: kaša ze solun prez smoka, z lojen, ze salon, z ulin, z vinon, s kunpiron, s tikvami, ze zelin, s kvašenicun, z ripun, z makaruni, z lezańami, ze šurlicami.

14. a) P o l e n t a je gusta kaša, tribi je za ńu više muki i više se kuha. Z lapiža se ne zitrese, nego znimje va čašu s kuharicun i ze žlicu na hjibce i vredi jeden do drugoga po čaši okolo na okolo, pokla se je pokrilo dno. Kada su pod hjibci i bandi, ontrat se vredi po sredi, dokla se žsa ne zneme. Dica posteržu lapiža, a voda ga opere. I va palentu se more zamest kunpir,ali ripa. Smok za palentu je: juha za polivat, golo uli, gol beli smok (svinina), brodit, žvacet, sir, mliko celo nevodńeno. Rabi, ki ča more. Kvašenica , ripa, zeli, ostanki od pervoga dana se pofrigaju i hite na palentu, pek š ńun jidu. Va vrime se jî palenta suha z otin, va vrime polivena po mogućnosti. S protuleta i v leti se jî palenta z dibjačen i ze salatun.

b) P a l e n t a p o g o r i n s k u, t v e r d a p a l e n t a, p a l e n t a n a h j i b – je žsa, koti druga palenta, samol se tako jako kuha, da se žsa od lapiža opusti i stresne ven na desku, ali na pladeń, koti jeden hjib, a ontrat se riže n bokuni i jî s kunpanadigon. (Ovo je žse, če se s palentun jida, kaka sen gori rekel, i još se va to broji sir, landice od svinini, ribi, meso slano, kurbasice.) Ovakovu palentu redko ki kuhaju. Najvole ju, da je na hjibce.

c) Ve s p e n i c a je palenta, samol muku se malo po malo ne vespije, nego najednuč vespe na kuhanu vodu va lopiž i pusti, da onako malo kuha prez mišat, a ontrat se miša, dokla se skuha. Smok je koti i za palentu.

15. G o j e n i c a se misi od jarčene muki: nit je tesato, nit je muka, nego žse mervice na balicu. To se hiti va kuhanu vodu i ontrat miša, dokla se skuha, ma balice moraju ostat, a onda posmoči z ulin ali belin smokon i stresne, zilije va čašu. Kada se prohladi, ontrat se jî. More se i serbat z mlikon, ali surotvun, dodar i z vinon.

T e s t o su: lezańe, bečiće, praščiće, makaruni i šurlice.

16. L e z a ń e. Osiju dobro po dva puta jarčenu muku na vojako sito, zamise testo ze studenun vodun, ali malo-malo vjačnun. Po ton toga sprave testo na hjib, ali na curundu, i rižu z nožićen, ali kidaju z rukun pest po pest toga testa, dobo popovale i malo nańetaju. Za tin zemu lezańnu palicu, pospu povala ožzgora po testu i ožzdola po deski, ali po kopanici na široko, koliko će prit široko testo, takavica, kada se raztače. To se prevraća i obraća, dokla se razteńi, da bude debelo, koliko koža. Raztakanu palicu naviju lipo na palicu i razrižu od kraja do kraja po dejini. Pervo nego ju žote navit, još ju jednuč dobro opovale, da se ne bi kvas, testo, scvalo. Seda prerizanu takavicu rižu li tako na uske kurdelice, široki pol malega perstića od ruki. Razrizane lezańe još pospu z mukun i razgernu po deski, da se ne svetu, i malo stverdnu. Onda steknu ogeń. Dadu nad ogeń lapiž

(pińaticu, beli lapižić, kotlić, ki ča ima) pelž vodi, neka zakuha. Va kuhanu vodu hite lezańe i mišaju. Kada splavaju, su kuhani. Sede se posmoče va lapiži i ziliju va čašu. Ako je bilo preveć vodi, pervo nego posmočit, mora se je odlet, neka ostane samol, koliko je dosta. Kada se imaju lezańe serbat, ontrat se boje ocide od one u juhi (jušini), va koj su se skuhali. – Lazańe mogu bit i od b e l n e m u k i. Seda veći del i bivaju. Da budu boje, razbiju va ńe, kada je mise, dva, tri jaja. – Lazańe od šenične muki mora se kuhati na mliki, ali na juhi; ontrat se ze žsun juhun pojidu. Juha je od friškoga, ali slanoga mesa, više od pervoga.

17. B e č i ć i, b l e č i ć e, m a k a r u n i ć e – su sve, koti lazańe, samol su široki po perst, dva, a kratki, malo veće, nego jeden šold, ma na kantuni zrizani. Kuhaju se, kot lezańe, i smoče tako.

18. M a k a r u n i su udelani, kako i lazańe, ali su vavik od belne muki i razrizani na široko, koliko je četerti del palice, a onda popriko, tako da je makarun jedna kerpica testa, koliko delga, toliko široka. I one vaja kuhat na oplovit. Kada voda va pińati zakuha, pernesu makaruni ze žsin siton (zač su se sušili na ńen jeden na drugonm koliko jih se je odrizalo od jedne takavice z jednim prerizajen) na komin, pek jitaju jeden po jeden nuter i mišaju se ze kuharicun. Kuhani se, kada plavaju i nî va ńih poznat sirova testa. Pińata se odvisi s komoštar i položi na tlo. Do ńe se položi čaša, zdelica ze sterganin siron i padelica ze žvaceton. Mat derži v ježnoj ruki železnicu, a v drugoj ruki pirun. Prevernula je gorińi kamižot, da ga ne ošporka, i počučnula pokraj pińati. S pińati je zdvignula pelnu železnicu makaruni i cidi je nad ńun, a upertu ji ima na krunicu od pińati. Dokla se makaruni cide, ona z drugun rukun posoli ze siron dno čaše. Ocijeni dâ va čašu i s pirunon raztegne ter posoli ze siron; začerpe drugu železnicu makaruni i cidi, a dokla se cide, odkrije padelicu i ze žlicun zimje žvaceta s padelice, pek polije one makaruni va čaši. Ontrat opet dâ makaruni, posoli, polije, i žse tako, dokla ne napelni čašu i zneme ven sve. Seda zanese na stol. – Nigda su delivali makaruni na ruku; nî nin bilo tribi palice za takat, ni nožića za rizat. Ma tejste makaruni su bivali po perst debeli, a koliko dlan od ruki veliki. Zvali su je taki. Još i seda reku taki za porugat se z makaruni, kada su debeli. Tâk nisen videl nigdar ni delajuć, ni kuhajuć, nit sen jih još jal; žse bojin se, da već i nê, zač su se zaterli tribida posve.- Pravi smok za makaruni je žvacet, ma nisu hudi ni z broditon. Ako je post, a nî ribi, posteržu se makaruni ze kruhon i posole s cukaron, a poliju z golin žarenin ulin, ali i z bakalejen na brodit.

19. P r a š ć i ć e. Mat najprija umisi testo, kako i za lezańe, ali makaruni, odkine ontrat jeden ušćipaj i rastače ga po deski pod rukami na ćurlu debelu, koliko je persž palec. Ontrat to testo riže popriko na žbrišo a na bokunić dva persta delgi, dobro je opovali i dâ na bandu; ontrat drugi ušćipaj tako i žse do kraja. Seda zeme stergujicu, ali čistu belu verńicu. Seki on bokunić (praščić) prime s trimi persti: presžpalcen, kazalcen i velin perston, z ježne bandi po polovici, a drugi bok pretisne na stergujicu, ali verńici na bok i malo zaverne k sebi. Če je pretisnula na verńicu, ima po sebi biri, koti zukvice: a če je deržala va perstih, ima tri kavčice i koti da je malo prerizano. Praščiće raztegne, dokla ńoj zakuha voda

va pińati. Kada je zakuhala, spravi je va zdelu i stresne va pińatu, a razmiša s kukaricun. Gusto pusti to dela, još dokla se skuhaju. Kada su kuhani, ontrat je ze železnicun zneme va čaše i posmoči. Praščiće su najviše od jarčevine muki. Ako se žote malo bojnije, ontrat se udelaju od šenične muki. Ki žoće još boje praščiće, on je udeja s kunpiron. Ovoga skuha, obili, ražńavi, pek zamisi va testo i ontrat udela praščiće. Posmoče je: z ulin, ze smokom, ze žvaceton, moru i z broditon. Ako se z ovimi dvimi kin imaju posmočit, ontrat moraju bit boje praščiće i dobro ocijeni. Ako se smoče s kin od onih dvih pervih, tako jih nî tribi na fino ocidit, nego se još hiti va ńe kuharicu, dvi one jušini, va koj su se kuhali, i ontrat zacvre. Ako su z broditon, sole se ze sterganin kruhon i cukaron. Ako su ze žvaceton, sole se ze sterganim siron, žse koti makaruni.

20. Š u r l i c e. Paštra, kvas, testo – koti i za žseko drugo testo, samol uvik od belne muki. Kvas se razdili na balice (kako za makaruni), žseku vaja dobro utežat i položit na bandu. Kada je to opravno, sede mat (sestra, ali kagodare druga žena) na katridu sprid kopanice, na krilo položi zdelicu, zeme ježnu balicu testa u ušćipńuje od ńe žse po ježnu smoki robi, ali koliko pol praščića, ima va zdelici i malo povala, ma ńoj malo rabi. Sedaj zdvigne vertenicu (vretenicu*****) upre ju va dno od zdelice, pod verh ńoj prilipi onu smoki testa i počne vertit mej dlani: neka se testo raztegne na zdolu. Raztegńeno zitegne gori na verh ven i položi lišto na bandu od zdelice, neka malo visi priko krunice ven. To je ježna šurlica. Položi ju lišto, da ńoj se ne bi škunja zatvorila, zač šurlica mora bit šupja. Seda udela drugu šurlicu i položi pokraj one perve, i tako naprid. Kada je okolo na žkolo napelnila zdelicu, razgerne šurlice po dnu kopanice jednu do druge, pak ontrat po bokih, dokla god sve ne podela, koliko je zamislila. Udelani šurlice se kuhaju i smoče, kakao i makaroni.

Ostran domaćeg testa je i kupnenoga,a zove se biguli (debele, tenke, fine), najzad ga već zovu i pašta, a daju mu ime po žnon, va čž traži: zvezdice, naperšńaki, pilice, košćice i tako naprid. Kupneno testo se je redko kuhalo, ako nî bilo za nemoćnika tribi kuhat ga na juhi. Sedaj bi reć, da ga rabe više.

Vertenica je debela železna zbica, na jednon i drugon kraji ima verh. Četire persti nad dolińin (debjin) krajen ima četire persti delgo a perszpalec debelo dervo, da more legje stat na zgoru. Va potribi odrabi za vertenicu čista bela žukvica od verńe, a i debela zbica, na se hoveje pletu.

---

21. Z e l i f r i ž k o. Koren raste va mesti, ali va verti. Najprija je nabrat zela, žoćeš „na pera“, oćeš „na koremčić“, kako te je voja. – **a**) „Na pero“se pobira, kada se pero skerši ali odriže s korena. To mora bit najdolińe pero. Sekomu korenu se zeme po jedno ali dva pera, dokla se nabere jeden skuhaj zela. Doma pek se složi pero s perom, šćut (s) šćuton, koliko se more obać s perszpalcen i persti va pest: ovo je jeden udrobaj. S kosiračun, ali z nožićen odrižu se šćutini do onuda, kadi počne pero, i drobi se redon na pol persta širini, dokla se ne zdrobi

celi udrobaj. Seda gre drugi, treti i žse, dokli se sve zeli ne zdrobi. Drobi se va rešeto, kebel, lavaduricu, keblaču, ali va velu čašu. Lapiž, ali pińata z vodun je nad ogńen. Već kuha. Zeli se opere va jednoj, dvih do trih vod, da se opere od zemjini i mela. Ze zadńe vodi se znimje z obimi rukami i daje va lapiž, a pretiska ze kuharicun. Seda neka kuha, a mora bit na oploviti: tribi da je dosta vodi. Kada se dvigne na vrutek, ontrat se dolińa banda od zela s kuharicun pretisne, da se zeli preverne (oberne) s čin gori, s tin doli. Kuhano je zeli, kada su mu pera metki, da se razkaše pod persti, a korenčiće ražńave. Skuhano zeli se zneme ze pińati ze železnicun va čašu i dobro popretisne nutri, da se ocidi, ako je još ča ostalo zelene vodini, juhi od zela. Za tin se posmoči, ze čin žoće, more, ali smi. Ovako skuhano zeli reku: skuhali smo pest zela. – **b**) Skuhali smo koremčić zela, to će reć: Veni je rasel koren, posikli smo ga s kosirom (kosiračun, sikirun), permesli doma, zdrobili i skuhali. Koren se drobi ovako: žse vele pera se z nožićen (ali š čin se drobi) porižu do serca od korena (to je: do onih želtih per) i drobe, koti zeli na pera (ali kadagod reku: hajini). Ontrat se odriže (odsiče) korenina i osterže još one šćutiće, ke su ostali od per (ako je koga voja) va zeli. Serce se na korenu po ńegovoj debjini razriže na dva, četire, šest deli, a na isto toliko v križ na priko i zdrobi na veliko, na bokuni od tri do četire persti pervi i drugi, a treti na meńe i žse na meńe do kraja. Ovo se dela zato, zač je mlado, pek bi se razkuhalo pervo, nego bi se skuhalo zeli. Drugo se dela žse, koti i z onin pervin zelin. – Ovako zeli, neka j još boje posmočeno, nî verlo za jist. Najboje mu se pristoji kunpir. Ov se dâ cel kuhat va zeli, kada je već na pol kuhano, da se ne razpade. Prije ga vaja dobro oprat. Kada je kuhan, se zneme, obili i ražńavi va zeli, pomiša i posmoči sve zajedno. – **c**) Ze l i n a m e s i. Najprija dadu va lonec frižkoga, ali slanoga mesa, i naliju z vodun, pek dadu k ogńu, ka kuha. Preprave zeli, kako i pervo, ma ga skuhaju na pol, ali ne po sve, i znemu ze pińati, ožmu va čaši i hite meso z juhun va pińatu, (pervo, to se razumi, ziliju ća juhu od zela). Va juhu od mesa hite zeli. Kunpir operu i drobe na landice, pek dadu kuhat va zeli. Načine zapešt i ńega hite nuter. Seda kuha sve zaježno. Kada je kuhano i pokuhano, da je jušno, ma nî čudo juhi, zavise na komoštrih, a ogeń potuhnu, ali pek znemu z ogńa i polože na bandu, da se počine, ali ne ohladi, neka bude vjačno. S kuharicun ga znemu va čašu i jidu. – **d**) Z e l i n a p a d e l u. Va padelu se dâ smok, kuhano friško zeli na ńega. To se miša i malo pošufiga (kunpir ne smi falit) i zneme. – **e**) Z e l i n a s a l a t u. Friško kuhano zeli prez kunpira se dâ studeno va čašu, posoli, opopri, polije z oston i pokane z ulin sirovin.

(o.a.; zelje – kupus nazivaju i „kralj od zeljija“(povrća).To je visoki primorski kupus, koji ne propada ni zimi, već raste i više od jednog metra u visinu. Kad mu i vrh s lišćem porežu, on se omlađuje, a te se mladice, kad su sitnije, zovu“ćimule“, a kad su malo krupnije, onda su „sridice“. Primorci drže, da je kupus najzdravije zelje.)

22. K v a š e n i c a, k i s e l o z e l i. a) Nikoliko korenčić se doseže ze čebra, operu se onako celi i dobro ožmu, da se ocidi ž ńih ona vodina, ka ne vońa lipo. Ako su veliki koreni, se zirižu venske pera do toliko, da se more koren obać

s pestun. Seda se drobi, koti i friško zeli, ali se položi na stolec, ali na napočnu dešćicu, s persti jedne ruki derži se pera, a z drugun se priko pretiska nožić ter drobi, kako i drugo friško zeli. Zdrobjenu kvašenicu se opet opere i ožme na hjibce, hjibce raztresu va lapiž i naliju ze vodun, pek obisi se lapiž na komoštra, neka se kuha. Kuhana, ali na pol kuhana kvašenica se zneme va čašu ze železnicun i posopet š ńun ožme, ontrat se raztrese va drugu čašu i ondi moči va vodi, ako ima rabit za više dan. Če ima rabit, to se skuha požse, posmoči i poji. – Friško zeli nî dobro golo, kamo lž da će bit kvašenica: i ńoj je tribi kunpira, a juhi jako i fažol, nasvalito, kada se smoči z ulin, ali belin smokon. Fažol se skuha va lonci, a kada će se poć kvašenicu posmočit, ontrat se strese ze žsun juhun va ńu. Na mesi se kvašenica prepravja žse, koti friško zeli. – **b**) F r i g a n a k v a š e n i c a. Nî ju baš tribi na pol skuhat i dat močit, kot sen malo pervo pravil: Dosta ju je zdrobit, oprat, ožet, raztrest i nalet z vodun. Kada je prepraven kunpir, ali fažol, ali oba zaježno, ontrat se na padeli, ali na suri užari smok, ožme hjibec, dva kvašenice i dâ na žn smok, pomiša kunpir, fažol, oba malo povaja, da se dobro stepli, pofriga kvašenica i ontrat jî.

23. F r i ž k a r i p a. **a**) Pernesite ripu z mesta, kadi ju morate poskust, odrižite ńoj nit s kosirićen, a tako i rep (žilu), očistite ńoj kavčicu i obilite ju s kosirićen, š ńin ju zdrobite na landice. Zakuhajte vodu va lopiži i zilijte je malo na zdrobljenu ripu, da ju va žnoj vodi operete, pek ripu hitite kuhat va lapiž. Sama, ga ne vaja: morate zdrobit kunpira. Ne zaboravite ga prija oprat. Hitite i landice od krunpira va ripu, neka se sve skupa skuha. Posmočite va lapiži i znemite s kuharicun va čašu, pek jijite. Ripa van se ne će karat, ako pomišate va ńu i kuhana fažola: š ńin je tečnija. Sama ob sebi je koti voda. – **b**) R i p e n a m e s i kuhana je najboja za jist.

24. K i s e l u r i p u vaja doseć ze čebra, oprat i zribat, pek kuhat z fažolon i kunpiron, ze samin fažolon, ze samin kunpiron, a golu né. Jušto, ako je na mesi, more bit i gola, ma ako je z ulin, ali ze smokon, prez ježnoga od onih dvih ne gre. Ńu se more frigat ne smoku, koti i kvašenicu. Takova je dober kunpanadig ze pelentun suhun, a još boji s pelentun polivenun. Dva dobri se nikad ne karaju.

25. Š p i j e c lipo očisti, opuši, operi i daj v lonec, nalij z vodun i daj k ogńu. Ako ti je pokuhal, nalij ga. Čuvaj se, da ti se ne prepali, zač je matrunožin juden otrov. Kada je kuhan, zažari uli (ako žoćeš, ako ne) i daj ga va ńega. Smok je tribi da užariš. Pusti, neka počine: tepel nî za jist. Zilij ga va čašu. Ako ti je preveć juhi od špijca, prije nego posmočiš, zilij ća, če je previše. Špijec ti je silni prijatelj fažolu, a ne gerči ni na kunpir: najboje, da jih žsih trih zajeno kuhaš. Ako ne ćeš, kuhaj makar žsekoga po sebi, ma jih zmišaj i posmoči zaježno z ulin. – Špijec na mesi gre kuhat, kako i va vodi, samol se v ńoj kuha meso ponajveć slano.

26. **a**) K u n p i r je dober ze sekun kuhińun, ali je dober po sili i san z ruku, s tabarićen, ze solun. Ovako ga parićaju: Operu i skuhaju cela ter s pirunon znemu z lapiža va čašu i stave na stol. Ki će jist, zeme cel kunpir v ruku, obili mu kožinu ako žoće; ako ne će, jî ga ze žsun kožun, a da bude boji, umače va sol.

Zato govore:kunpir z ruki, ze solun, ze tabarićen. Ako je moguće pofriga se ribi, pek jî ze kunpiron i kunpir umače va žno uli od ribi.

b) Kunpir se skuha cel, zneme, obili i ražńavi, preda mu se malo one iste vodi, va koj je kuhan, i zacvre ze smokon. –

c) K u n p i r n a s a l a t u se skuha, obili i razriže na landice, polije z oston, posoli ze solun i popron, a pokane z ulin. Tada je načińen na salatu.

d) N a p a d e l u se prepravi, kako i kada se zacvre, ma ga je tribi malo pošufigat.

e) Kunpir je dober i z drugun salatun pomišan, nasvalito želtenicun, radičen, bersačun, rigun, invidijun i tersovnun želtenicun.

27. D i b j a č se nabere, očisti i opere, pek skuha, koti zeli, a posmoči z ulin. Kunpira mu se ne premiša, ako ga nî.

S o č i v o se jî friško i suho, kako nanese vrime i prilika.

28. F a ž o l, ako je frižek, a star, se omuli. Mošńini se hite ća, a zerna va lonec, da se skuhaju, posmoče i pojidu.

29. F a ž o l z m o š ń i c a m i, m o š ń i c e – je zeleni, friški mladi fažol, nego pobran. Tribi mu je očistit stińe. Zato se z nofton perszpalca i kazalcen ćapa za šćut, ali za verh od mošńice, prekine ga se žse do stińa, a ontrat potegne zdolu, da se zneme. Mesto nofta služi i kosirić, ali nožić za čistit mošńice. Očišćeni se operu i dadu kuhat ma kuhanu vodu, koti i zeli. Znemu se z železnicun va čašu i posole, a kada su malo vjačni, posole se s popron, pokanu z ulin i jidu. Kunpir ńin se pristoji, bil na landice, bil žńavjen. - F a ž o l n a s a l a t u (m o š ń i c e n a s a l a t u) je, kada se još na ńega dâ kap osta, da bude garbo.

30. S u h f a ž o l se pobere, omlati, osuši i spravi. Kada ga je poć kuhat, se opuše od plivini, ako je je ča ostalo, i prebere na zerna, da ne bi va ńen ki pešćić, ali ča drugo, pek se skuha, kako i frižki, i posmoči z ulin. Jeden i drugi ne zamire, ako ńin se preda landic od kunpira, fermentuna, nasvalito friška. (Vaja da ne mislin landice, nego zerna od fermentuna.) Dobro je suhu fažolu, pokla je udelal nikoliko vrutak, hitit vodu ća i dat ga kuhat na čisto. Potla je juha od ńega boja. Suhi fažol, pokla je kuhan, hiti se va lezańe.

31. B i ž a se frižka omuli, očisti od mošńe i dâ kuhat. Kada je skuhana, se ocidi i posmoči. Tako se dela, ako je gola. Najradije se kuha ma mesi z orižami.

32. S u h a b i ž a se kuha sama, zneme va čašu, pokane i jî. Ona je zadovojna, ako ńoj se preda kunpira, ali frižkoga fermentuna.

33. Č i č (slanutak), b o b, c i c e r i c a i l e ć a su se skoro uterli. Ako se kuhaju, to se kuhaju suhi, samol bob se kuha i frižek. Prepravjaju se, kot i drugo sočivo i jidu zaježno z juhun, kâ se od ńih udela.

34. F e r m e n t u n frižki i suhi se kuha, koti i sočivo, i zove se takajše sočivo. Glavicu se omuli, glavičinu hiti, a zerna skuha i pokane z ulin. Suh fermentun kuhan zove se kopuniće, zač se ves razkokoši.

35. O r i ž e se kuhaju na mesi, ali se moru i na vodi. Ovu se ne hiti ća, nego se skupa posmoči i poji.

36. O l i t a. Kada smo partili prašca, rekli smo, da su ženi dobili pelnu lavaduricu olit, da je idu oprat. Parićajmo seda i ńe, kada smo već žse poparićali, če se je mogla parićat. – Olita debele se zvernu, da žńih spade paša, pek dobro operu; tako i tenke; a jako tenke olite se dije peruć z vertenom, začžote rabit za nič drugo, ma to ću pravit malo kešńe. Kada se pernesu doma, ontrat se razrižu s kosirićen na bokuni delgi po jedan laket najviše, a najradije po pol lahta. Još se pasaju skroz vodi. Na jednon kraji se preveže seko olito ze platnenin koncen i ostavi se vez, da se bude mogel vezat š ńin i drugi kraj. Po ton toga udela se paštra. Va čašu zrižu loja i sala, prašće kerve prija kuhane i vespu na to muki šenične, jerčene, obi zmišani, ali jarčene i fermentunove, hite na to soli, koliko je tribi, i popra, poliju s teplun vodun i razmišaju s kuharicun, ali z golun rukun; ako je pregusto, dolivaju još vodi i mišaju. Kada je paštra udelana, nadivaju ovako: Zemu črivo v ruki, operti kraj dvignu gori i zabodu nuter dva persta, kazalec i veli, razšire je vilice, da bude sredu meja ńe škuja; drugu ruku načine na pogrišć i čerpaju š ńun paštru, pek po škuji vlivaju v olito. Če se razlije priko, ono se s persti pobere zdolu po olitu va čašu. Kada je črivo pelno, olito je nadiveno i svežu se oba kraja skupa; još se pogladi, da se očisti od paštre i položi va drugu praznu čašu. Tako žre do kraja. Još prija, nego su olita nadivani, zakuha va lapiži voda, va ńu se daju olita kuhat ježno po ježno, aki i više jih zajedno. Nakon nikoliko vrimena se na kuharici znemu i dadu va čašu, seda se zbadaju z iglun, da ide ž ńih parina (zač bi se drugačije mogli razkupat, razpast, puknut), pek se nabadani opet hite kuhat i tako malo kuhaju i opet znemu. Po drugoč se badajku samol debele za vidit, su lž kuhani. Ako šterkne žspod igli sirova paštra, tribi je olito kuhat još. Najzada se pek znemu i jidu. – Boje olita se nadivaju s paštrun prez kerve, još boje pek s paštrun od šenične muki, stergana sira, kjinčić, kaneli, garopfulanoga popra i cukara. Ovakovi bi mogli jist žseki gospodin, kako su dobri! – Gužično olito od brava se zverne i očisti od brabonak još kada se brava dere, pek dobro opere i opeta zverne tusto na nuter i nadije s paštrun. Niki razrižu sluzenicu i z otin nadiju guzično olito, pek skuhaju. – Baba od prašca, devenice, druč, kńigi ali kńiževec se nadiju s paštrun, koti i olita ma se naberu na drvce s kučicun i prevežu ze platnenin koncen, pek ontrat kuhaju.

Ako se olita tepli ne pojidu, ontrat se potla moraju poteplit, kada se žote jist, a zato se peku na gradelah, kliščih, dodar na golu ugjevu, ali se razrižu na landi i frigaju na surici, ma tribi da se dâ poda ńe mrav smoka, ali kap ula (ako ne, bi zgoreli).

37. Još se kuhaju p e l ž e, p e l ž i ć e i d e g n i. Kada su kuhani, se očisti od kućic. Dgni se znemu sami, a pelže i pelžiće se zibaju ven z iglun, seda se dobro operu od pašini, pek preprave. Pelže se omuče i pofrigaju. Pelžiće i degni se preprave na brodit.

Kada se što jede? Kada se ča jî? Kada se ča ima! U nas judi jidu na obrok ali na pašć: jutron i večer vavik, a na tujen deli gre još k otomu marenda i južina. Dici i

ženan ne derži nijeden verńice na ustih: zagrizu se va kruh, kadagod jih je voja, ma kuhana ne jidu ni oni, kako ni otec, kada je veni, ako ne dva puta na dan, a na blagdan tri.
Vjutron se jî ruček, o polne obed, a večer vičeta (!). Mej ruškon i obedon je okolo osme, devete ure marenda, a mej obedon i večerun je okolo trete četerte ure za polne ovičerńi, južina. Za ruček gre: kafe, parelina, prežgana juha, smokvi i kruh, rakija i smokvi, kaša, palenta, gol kruh frigano slano meso s kruhon, potepjeno zeli, kvašenica, sočivo od prvoga večera, frigana riba s kruhon. Za obed biva: kaša, palenta, gujenica, lezańe, bečiće, praščiće, oriže, zeli, sočivo, ripa; na blagden kadagod makaruni, šurlice i jedno od onih pervih: zeli, ripa, oriže. Vičera je koti i obed, nasvalito na segdeń, kada se redko za obed kuha. Kaša, gujenica i palenta su reje za vičeru, a gušće puti zeli, ripa i sočivo, pek kunpir z ruki, lezańe. Marenda je kruh i čegod š ńin kunpanadig: sir, skuta, jaja, riba, meso, friške smokvi. Za južinu gre tolikajše, če i za marendu.
Težak, kot sen već gori nasiknul, kada je veni, ne jî kuhana za obed, ako je na svojen deli, a više puti ni ontrat, ako dela u tujini na žurnadu. Ńegov obed je žaložaj(!) kruha i ako je ča š ńin, ako ne, za to jî kuhano jutron i večer. Venkari, pravno je već na ježnon mesti, nimaju potribi obedvat ovako, zač su blizu domi gušće puti na deli, fadigi.
Makaruni i šurlice gredu, kada se plive šenica, žene i verše, onda na žseki veli blagden na mesopust i na piru, a kadagod i drugda, kada je kakov štov v kući, najviše, kada ima poć ki od kuće za čudo vrimena i na delgo ća. Praščiće, lezańe, blečiće, gujenice imaju svoje vrime najviše v leti, kada je najmańe druge hrani, o Petrovi do agusta. – Kaša je najveć v zimi, i kada je srbat od Vuzema do kraj maja, a poteže i žse do razgona, prve nedije po Petrovi. Tada je pestirski blagden. Palenta je na rotu vavik, kada ju je od česa kuhat, dodar i na blagden. – Zeli ne fali, od kada počne tamo nigdi okolo Ivańe, pek žse, dokla ide zgoru (udela cvet); a kvašenica se jî, dokla stepli, tamo nigdi do Vezma. – Sočivo se kuha friško, kada kô pride. Najranije gre bob, pek biža, pek fažol veli, pek mali. Suho sočivo se kuha žseku doba, samol da ga je. – Dibjač gre na favur s protuleta, kada nî zela, a druge kuhińe malo.- Salata se načińa žeku doba, ma gola samol v leti za vičeru s palentun, ali s kruhon jî. – Kunpir žsekamo svoj nos zabada, more se reć skroz celoga leta, a gol z ruki služi za vičeru, kada nî drugoga. – Kruha se jî čudo. Sekih osen dan (a i još prija) speče se po peć kruha. Beli jidu judi najviše o tergadbi, kada nî lezno peć, a nemoćniku je tribi vezda. – Pogača gre na vele prazniki, kada makaruni i šurlice. Presnec se jidu na blagden, dokla je frižkoga sira. Panadu jidu ženi od rojena, mali dica i nemoćnici.
Kada se d i t e k e r s t i, biva južina: frigana utrobica; kruh (beli) i sir, ali supa: ovo je va vino močit kruh, pek jist onako moker i pit vino.
Kada k i u m r e, dadu kaparon (to su, ki nose mrtvih) pojubicu: pit, utrobicu i kolač.
Na mesopust je povičerica: kruh i meso, ali kruh (pogača) i ča drugo: kurbasica, prašći zajik najradije.

Ma če bih šel već toliko glavu razbijat! Najboje, da finin, koti sen i počel: ji se, kada se ča ima za jist, a ne, kada se ča žoće, kada se ča komu zvoji.

Gdje se kada jede? Gradar i venkar, kada su doma, jidu v kući za stolon, ali pek na komini, najveć po zimi i v jutron. Veni se jî, kada pride ura od obeda, na mesti. Ako je teplo, se gre pod hlad, ali za gromaču, ali pod kraj, ali pod kakovogod stablo. More se reć, da nijedan obrok ne smi bit prez bivandi, a na blagden prez vina, ma ako toga nî, ne grusti se juden poć i na kebel (to je: pit vodu).
Po navadi se jî na pašć samol jedna hrana. Ako se jî malo više, ontrat su po dvi hrani. Ako se štuje, ontrat su dvi, tri, i ako ki umi pripravit, više. Na piru je ovako: oriže na juhi, frigana utrobica, kuhano meso ze hrenon, zeli ze slanin meson kuhanin, šurlice ze žvaceton, salata s pečeńun, a najzad pogača. Tako je obed. A vičera nima samol jetar. Ako se malo više jî, ontrat je zeli, meso, šurlice, žvacet, oriže na mesi, meso, pečeńa i salata, ali gola salata.
Kada sen već kôru dvignul od jidena, a bil sen već odredil mučat, majkol da van pravin još ježnu. Na verh zajika mi je, - žse po ustih mi se mete. – „Pomozite mi reć!“ Ne rugajte se, zač sen se domislel. N a n a b e d ń i, nabedńi je, jist se ne smi celi dan. Jutron gre kruh, smokvi i rakija. Rakiju moreš pit i devet puti, ma kuhana va kjun do vičera niš. Sunce zajde, zvoni kanpanaju, dimjaki se kure, a na žsekon ogńi perškoće va lonci sočivo, na padeli se obraća zeli s kunpiron, na suri cvrče friti, slane ribi, friške ribi (ako jih jež, a va lapiži se pokraj moči, ako već ne kuha na komoštrih, bakalaj. Ńega kupe va butigi, pernesu doma, poliju s teplun (ne mari, ako je i studena) vodun, popadu ga z ježnun rukun za rep, a v drugu zemu sikiru, ali bet, ali derveni bet, povale ga na prag, na stup ob stelbi i udri po ńen, neka pravi, kadi mu je glava. Počmu ga peštat od onud, kadi mu je bila glava, pek k repu, ontrat ga telku od repa ke glavi, pek ga mlate po košeju, po terbuhu, pek opet koti pervo. Kada se je omeknul, da se more lipo navit na kolač, ontrat je stelčen, spešten. Seda ga prignu, operu (ako ši, ako ne) prija, i prevežu ze spagon ali z uzun, vrenu ga va lapiž i neka se moči do večera. Kada je moker, hite onu vodinu od bakalaja ća, naliju ga ze čistun vodun i neka kuha na komoštrih. Pokla je udelal nikoliko vrutak, znemu ga ze železnicun va čašu i očiste od košćin; za to rabe dva pruna, ma ni persti od ruk ne stoje zaman. Lipo očišćen i razmervjen bakalaj posole, dadu na ńega popra i pokanu dobro z ulin, neka bude na dni kajužica, zdrobe va ńega i zerno, dva česna. Niki ga vole zacvrit z ulin od frit; drugi ga posopet povajaju na suri va ulu od frit; ježni ga povale va uli od ribi, - ki ča voli. – Znaju bakalaj prepravit i na padelu z malo juhi, ali i š čudo na brodit. To udelaju evako: Na padelu dadu ula, koliko je tribi, užare ga na ugjevu i hite nuter prah popra i malo zdrobjena česna, pek na ton pošufigaju moker bakalaj, a ontrat hite nuter nikoliko zdrobjenih kuhanih kunpiri i naliju z vodun, neka kuha. Kunpir niki dadu i sirov. Najprija ga osteržu, operu i zdrobe, ontrat zaježno z bakalajen šufigaju. Ovako je boje, ma ni ovako ni onako bakalaj ne vaja niš za jist. On je najboji pokańen ali povajan na suri, ali zacvret z ulin od ribi.

V e l i k i p e t e k ima isto koti i nabedńi, samol se na veli petek i obedve.

Kada je t u j i n a v k u ć i: težaci, ali težakińe, ontrat gredu na stol po dvi i tri hrani: zeli (ripa, sočivo) i testo, najradije makaruni, meso po dvoje. Na postne dani gre redko kada testo, nego friti, bakalaj, sočivo, zeli, ripa.
……..

..... Nakon polaganja mreže, negdje na obali na žalu, priređivali su si ribari jednostavno jelo. ..... Na ognju na kraji speku i po kugod ribu, peku ju onako s popela i prez soli i prez popra i prez ula pojidu još i prez kruha, a biva njin slatka kako med, najboja. .....

Spremanje hrane
..... S l a n a r i b a se također jede na salatu. Tko je ima kod kuće, ide u konobu i izvadi iz barila, koliko mu treba. Ako je nema ili mu je možda zmankala, onda kupi u susjeda ili u onoga, koji ima i prodaje (a taj nemora biti butiger - trgovac). Za salatu se uzimlju obično slane srdele, lokarde i plavice. Izvađene iz barila, ribe se najprije dobro očiste, tj. ošćamaju im se šćami (ostružu ljuske), odreže glava i pera po strani te izvadi drob, ako nije bio izvađen prigodom soljenja. Čini se to na samo za to određenoj daski s pomoću nožića. Ovako očišćene ribe još se dobro operu i propjahnu, a onda metnu na sitašce ili panarić (spleten od šiblja kao dno od korbice ili košića), da se ocijede. Još ih valja samo načinit. Uzme se pijat (pladanj), obično dubok, ribe se na to sitno razrežu i metnu na nj. Pijat je zemljan i okrugao. Ribe se sada pospu poprom, nadrobi se malo česna ili kapule, rjeđe luka (kozjaka), a nad sve to se ulije dobrog ulja i kiseline. Tko hoće, može promišati, no nije baš nužno, jer i onako riba i sve drugo s njome u ulju i octu pliva. Jedino kad se jede, valja bolje zamočiti. Ovako na salatu pripravljena riba zove se: riba na inbijanko (talijan. pesce all“in bianco=riba na bijelo). Tko ne će da je tako jede ili riba možda još nije za salatu, skuha je na vodi u curici (curica je okrugla, sad veća sad manja posuda od tankog željeza te ima dug rep, koji ja na kraju kukast ili probušen, da se može vješati. Za taj rep se kod uporabe drži), a onda začini kao i onu. I riba na inbijanko se obično jede uz toplu ili hladnu palentu, ali i s kruhom, kako tko voli.

R i b e. kao meso, peku se i ribe, i svježe i slane, na gradelama, na goloj žeravici ili na kliještima. Prije nego se počnu peći, dobro se očiste i operu; zatim se posole, a onda poštivaju (nanižu) jedna do druge na gradela ili kliješta, ali tako, da im hrbat bude okrenut prema ognju, a glave postavljene mitoma, tj. jedna amo, druga tamo, ako je samo jedan red riba za pečenje; ima li više redova, onda su im ili glave prema glavama, ili repovi prema repovima okrenuti. I riba se za pečenje maže uljem. Tko to ne čini, dok se ribe peku, taj ih poslije, kad su pečene, na tanjuru polije uljem.

Ribe, i svježe i slane, frigaju se na ulju u većoj ili manjoj curici. Najprije se dobro ošćamaju, očiste, izvadi drob, pa se prema potrebi u jednoj ili dvije vode operu, a zatim omuče bijelom ili žutom kukuruznom mukom. Jesu li ribe velike, onda se razrežu na manje komadiće, bokuniće. Kad je ulje u curici vruće, metne se u nju onoliko omućenih riba, koliko može stajati. Okreću se običnim pirunom, kojim se jede, no neki imadu za friganje ili za porabu pri kuhanju veće, dvozube pirune ili kao malu penaricu od late, koja je sva išupljikana, da se kod vađenja ulje ili voda procjeđuje. Kad su ribe frigane, onda se preko njih baci nekoliko zrna soli.

Slane se ribe ne kuhaju, nego samo radi riblje salate. Svježa pak riba se kuha na dva načina: na lešo i na brudet. Na lešo se kuha riba na vodi. Kad je kuhana, izvade se sve kosti, a onda se pusti ohladiti. Sada se posoli, metne malo papra, nariba cesna, ulja i octa. Na brudet se kuha riba ovako: U lavečić ili padelicu se metne prema potrebi mjerica ili dvije ulja, koje se dobro ugrije. Zatim se nadribi luka (kozjaka) i petarsimula. To se dobro posufiga, ali da ne pregori luk i petarsimul ili pomidori. Kad je posufigano, metne se u to riba, a povrh nje malo para i soli. Sada se to dobro promiješa i nalije, koliko treba, vodom i octom, da bude ljuto. Ovako se stavi padelica na žeravicu ili, ako je lavečić, na komoštra, da se kuha. Miješati se ne smije, jer bi se riba raspala. Brudet ne smije biti ni pregust ni prejušan. Kad je brudet kuhan, jede se topao ili hladan, s kruhom ili po palenti. Slepi brudet je isto, samo bez ribe, a s puno luka i peršina.

Jastog i jarožica kuhaju se na vodi, a onda se razbiju. Meso se stavlja na tanjur, a kosti bacaju. Sve ono meso, koje se iz nogu (šćipanaka) i repa dobije, načini se kao i riba na lešo kuhano, samo tko hoće, nacijedi malo limuncina.

Kako je gore opisano, pripravljaju se sve ribe, i velike i male, i bolje i gore, a isto tako i habotnica i sipa i datulje (vrste manjih školjki). Jedino se habotnica i sipa mora prije kuhanja očistiti od čarnila. Habotnica se još i dobro istuče, jer bi inače bila pretvrda, dok u sipi ima siga, koju valja izvaditi. I sipe i habotnica se prije kuhanja razrežu, kao i druge ribe, koje nisu male.

Bakalar se najprije - obično dan prije - stavi kvasiti. Sutradan se na coku (drvenom panju) sjekirom dobro istuče, da bude posve mekan, a onda se na vodi skuha. Kad je kuhan, pusti se da se ohladi, očiste se iz njega kosti i razmrvi nasitno. Dalje pripravljanje je posve jednako kuhanju zvaceta*, jedino se bakalar uvijek pripravlja na ulju. To je jušno pripravljanje bakalara. No bakalar se pripravlja i na suho, tj. na padelicu se stavi koliko treba ulja, malo cesna ili kapule, to se sufiga, a onda se metne već kuhani i razmrvljeni bakalar te se sufiga, dok nije posve dobar. Tko ne će ni na prvi ni na drugi način, priredi ga ovako: Kad je bakalar kuhan i razdrobljen, nareže se po njemu malo cesna, uzme preza popra i polije uljem sirovim ili vrućim. Dobar je na sva tri načina.

---

*Zvacet se pravi od svakoga svježega mesa, bilo volujskoga, ovčjega ili kokošjega. A radi se ovako: U padelici se rastopi slanine ili kojega drugoga smoka

(ulje ne). U onu se mast metne razrezanoga luka ili kapule ili cesna i to se sufiga. Na to se u padelicu metne na malo razrezano meso te se i to neko vrijeme sufiguje (sufriguje). Kad je dosta sufigano, metne se malo papra i nalije vodom. Ovako se na žeravici kuha, dok nije kuhano. Tko hoće, pravi zvacet od samo mesa, no dobro je, ako se uzme i par krumpira. Zvacet se jede s kruhom ili po palenti. Juhom od zvaceta se poliju makaruni, fuži, biguli i praščići (tijesto se radi od brašna, tople vode kao za kruh. Može se dodati i par jaja i nekoliko izgnječenih kuhanih krumpira. Tijesto se razvalja rukama na dugo, razrežu mali komadići kao palac debeli i pritisnu na ribež da ostanu rupice. Kuha se u slanoj vrućoj vodi)

---

3. K u r b a s i c e. Pokla su olita oprani, zibere žena nikoliko tenkih olit od šrašca, na jednom kraji sveže s koncen i puše z usti (kagod i po civčici) nuter, da se kožina napuhne. Napuhńenu kožinu sveže i na drugon kraji, da ne mora parina ven, pek obisi na pruti pod gredi, neka se osuši. Dokla je kožina ondi, pečeńice su va soli. Pokla su dosta slani, zivredi je na desku, ali va kopańić, i razriže, zmezga na male čičiće. Na žarenoj opuki, ali va peći, ako je pekla, osiši lusmarin, onda ožuli pera va zdelicu i ze členon od kosirače, ali ze balicun od mora (nigdi se još nahaja i železnih balic, kadigod pek imaju dodar muntar) stere je na prah. Z ovin prahon pospe razrizane pečeńice i promiša nikoliko puti ze rukami, da se lusmatin zamiša nuter. Suhu kožinu od olita odvisi i zemeškarice, pe ju raztriže na kusi, žsekikus po priliki dva pedńa delg. Na ježnon kraji se ta bokunić olita sveže ze platnenin koncen i ostavi se viseć vez. Z ježnun rukun derži (ma ne stiska) kožinu, a z drugun rukun zimje bokuniće od mesa i stavja va kožinu, za perston pońeta nuter i z obimi rukami po malo gladi ožzvena, da se mervice lipo porede. Kada je koža napelńena, ontrat se prigne ke vezu i sveže kraj s krajen, pek se pari, da je to jeden kolačić: to van je verbenska kurbasica. – Kada je žena potrošila sve mesa i povezala sve kurbasice (a biva jih po dvajset do trajset, - asva sila od jednoga prašca), ontrat je obisi pod napu na prutić, da se malo nadime i osuše, a ontrat gredu na prutić pod gredi. – Debele črive od prašca se opere i posole, pek osuše i jidu malo po malo – frigani, ali pečeni.

S a l a t a. Ima je više vrsta, im to: domaća slatka salata (vrtna), glavatica, pa divlji i pitomi radič, riga, ostak, žaltenka, indivija i barsača, koje posljednje rastu svuda, po poljima i vrtovima, gojene i negojene. Želimo li jesti salatu, tada najprije naberemo nožićem (naparamo) jedne ili druge, i to u bubnju, kakvom starom situ ili rešetu, košiću ili rubu i neočišćeno donesemo kući. Kod kuće se salata lijepo očisti, tj. odstrani se sve ono, što ne valja, kao što su korjenčić, žile i uvelo lišće, pa se to baci, a uzima samo, što je dobro, zeleno i svježe. Osobito valja paziti, da se odstrane oni mali palžići, koji se osobito iza kiše nalaze na salati. Očišćena salata baca se u već pripravljenu zemljanu zdjelu ili veliku drvenu čašu, drvenku, sličnu zdjeli, u kojoj ima čiste vode. Kad je ta zdjela puna ili kada je sva salata očišćena, onda se dva, tri puta dobro opere i ožme. Dobro ožeta salata metne

se i raširi na dnu staroga, za to određenog rešeta, da se još ona preostala voda ocijedi. Kad je i to izvršeno, istom tada se salata može načiniti. Uzme se velika zemljana zdjela - po mogućnosti što veća, da salata prigodom miješanja ne ispada - i u nju se metne onoliko salate, koliko mislimo, da će se moći pojesti. Salata se sada najprije posoli, zatim se na nju metne koliko treba sirovog ulja i kiseline (octa), a onda se sve to s pomoću dvaju piruna (vilica) dobro promiješa, da bude sva salata i jednako slana i zasmočena i ljuta. Tako je salata načinjena te se može jesti. Jede se obično uz palentu, bilo toplu ili hladnu, ali može se jesti i s kruhom. Osim toga jede se salata pomiješana s nadrobljenim krumpirom, suhim grahom ili kuhanim jajima. Krumpir joj daje bolji tek. Tko hoće, može u nju metnuti i nešto luka ili cesna, osobito kad ima mladoga. Sve vrste salate pripravljaju se na jedan način.

Ženidba

Nikola Zec

Dubašnica otok Krk

Zbornik za narodni život i običaje južnih Slavena, knjiga XXVI. Svezak 1., JAZU, Zagreb 1926.

……..Obed je već spravan, a ji se u kuću od nevestice. Sprave ga svoji stariji. Stari svat reda gosto po stolu. Kumpari sede na glavu od stola. Blizu njih z jedne bande sedi mladoženja, a z druge nevestica, pak stari svat, ontrat prva divojka, a kol nje bandirnjak. Sada pridu mladićeve prve tete i barbi do daljnjega roda. Za njimi po redu pridu po istešomu redu poznanici od nevestice, aš gospodar i gospodarica žele, da budu čašćeni svi od roda od svoga zeta, a tako će i on tornat njin milo za drago, kada budu bili u svoju kuću na vićeru. Na pir se ne vidi stariji mladića, a ni stariji od mlade ne će prit njemu na vičeru. Kada su svi seli okolo stola, dvignu se sopci, ki sede zajedno s svojin kumparon za drugi stol, i zasope mantinjadu, a kada fine, gre njihov kumpar gornjemu stolu i ju naruči kako navadno. Svaću služi gospodar od kuće i gospodarica, a pomaže njin i ka žena od roda. Stari svat pazi vavik, da komu ne fali ali žlica, ali pirun, ali kruh i vino i da budu svi z meston kuntenti. Najprvo razdile svakomu jedan kolač, a mladoženjima, starom svatu, prvoj divojki i bandirnjaku po dva, pak nose friganu žigaricu od škopca ali od vola. Od svakoga pijata jidu po dva, oni ki jedan proti drugomu sede, samo gorinji stol ne: mladoženje i kumpari jimaju svaki svoj pijat. Za tin pride broskva (ako je doba od broskve) na teću. Za broskve nose riži, ali već ne u pijati, nego u male zdelice. I z zdelice jidu po dva. Sada se dvignu sopci i zasope mantinjadu, a kumpar ju kako svaki put naruči. Za riži pride žgvacet i makaruni. Prvo nego se pošne jist makaruni, sope sopci mantinjadu, a kumpar ju naruči. Po makaruni nose kuhano meso od vola i od škopca. Kuhari pošalju sada na pirun nevesticikuhani rep. Kada to vidi ki kumpar, skoči brzo i presiže z nožen rep. Kumpari daju sada kuharon čagod: ali ki šold, ali ki cigar. Na stol sada još nose meso pečeno i salatu, a kuhari pošalju na pirun kumparon jednu jabuku i zabiju va nju duplo nego je bilo; ako je bil u jabuku fijorin, zabodu još oni svaki svoga i tornaju jabuku kuharon. To njin je kako dar, da su dobro parićali jist. Najzada nose na stol i kakovu slasticju, a jedam kumpar se dvigne i zahvali gospodaru i gospodarici na veselje, ko su njin pripravili, i kuharon, ki znaju tako dobro kuhat. ……

Obed je finjen. Svi se dignu od stola i zemu ća svoj na pol pojiden kolač, da mogu jutro dilit svojin susedon „pira“. Mladoženje ne zemu niš, a sopci zemu sve ča njin je ostalo: i kolač na pol pojiden i makaruni i žgvacet i kuhanog mesa, a gospodarica njin daruje još svakomu šest kolači veženi na špažić. ……

ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE
Knjiga 33, JAZU u Zagrebu 1949
Vladimir Mraković
Punat otok Krk

Svadba

…….. na piru ji svaki zi svoga pijata i pije saki zi svoga žmulja. Jila se nosi ovin redon: juha, jatra, zelje, meso od juhe, testo (obično šurlice), zvacet, a obično još pečeno i salata, a kadagod i slatkarija. Kol zadnjih jil se počne nosit butilje. Za stolon je sve živo i veselo. ……..

Kad je već obed gotov, d i l i n e v e s t i c a ž u t e k o l a č i ć i (p o p r e - n j a k i). Svin mužen i ženan, ke su na piru, da takov kolačić a i svakomu mladiću, ki već more poć š nju tancat. Divojkan pošalje na kuću. Nevestica ne dili sama, leh polaže na pijat i reče ovo tomu, to onomu, a golice nose. S v a k i h i t i č a g o d n a p i j a t, kad mu pride poprenjak. Puno jih da i po fijorin, a ni navada manje od 30 šoldi. I otac i mat nevestice hite. Sve, ča spravi, je nje. Ovo je ona dobila n a p i r u.

ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE, knjiga 37, JAZU u Zagrebu 1953.

Prema rukopisu, „NIKE USPOMENE STARINSKE“Josipa Antuna Petrisa (1787-1868) pisanom između 1853. i 1858, obradili Ivan Gršković – Vjekoslav Štefanić. Rukopis sadrži ilustraciju narodnog života u Vrbniku i pomalo na čitavom otoku Krku u prvoj polovici 19. stoljeća.

Vrbnik – otok Krk

…… …….. I u staro vrime biše običaj, da je brašćina (o.a. što je crkva davala na post za Ivanje) ova dilila u oni večer svakomu, koji je dohajal na večernju, jednu libricu friškoga bravjega mesa, jedan kolač beloga kruha i mezanu vina. Ova pak bilo je u kriposti odredjenja privredroga dužda vnetačkoga Pola Reinera na 21. svibnja 1781. prominjeno u pinezih i plaćalo se je svakomu kmetu za to po 11 soldini, tj. soldini za libricu mesa, 3 sold. Za kolač kruha, a 4 sold. Za verč vina . Ovo se je davalo do 1809.

…… ……..

Na dan sv. Ivana, tj. 24-ti lipanj, kuhavali su se veliki kotli i lonci mesa i testa, to za obed bratom i sestrama svim od pobožnosti, koji hotihu dojti na njega, a sestram nosil se je obed u njihovu kuću.

……

Ov brašćina imijaše dužnost dat žmulj vina svakomu, koji dohadjaše na plac po večernji na dan Triju Kralja, jer u isto doba dohodjahu ona dva redovnika, koji malo prije pošli bijahu ovu vodu blagosloviti i okropiti, kako su pervo obeda bili okropili i blagoslovili sve kuće u gradu; i oni davahu po mervu beleoga kolača za napiti se svakomu koji hotijaše uzeti, a plovan i sudac donašahu po dvi tičice od Mladoga leta ter s njimi razdrobljenimi poslužahu sudca, rotnike i starišine. Što su te tičice bile, kazat ću ti malo kašnje. ……

Za učinit ovi dar, moraše biti svakomu po 25 glav kruha (o.a. hljebova, komada) medvenoga i žafrananoga. I to moraše biti vidjeno i prikazano prid svima ljudi. Za to poklam ispečen i pripravan bijaše ta kruh, nabadahu ga svagu glavu na svoju grančicu od jednoga visokoga kitastoga driva ter jedno to drivo prid plovana postavljahu, a drugo prid sudca, kot sam rekao, u crikvi, i to u jutro rano prije oficija postavljaše se utverdjeno na koru plovansku i sudčevu. Običajeno bijaše, da na sakomu tomu drivu bude jedan lipi veliki kolač, pak jedna pogača na zrake spodoba Sunca, pak drugo pol pogače ka i pol miseca, pa jedna zmija savita i jedan gad protegnuti, pak jedna košarica, ali ne prazna; pak knjiga zatvorena, pak ocale, pak žaba pokrovača (punga) i jedan pas, pak do 13 malih tičic i jedan muž i jedna žena najzgora, da se gljedahu podbočenim rukami. To bijaše sve lipo razredjeno po granah od driva, a medju tim po malih grančicah jabuke natakнjene; i to tako stojaše do po vičernji, a po vičernji dohodjahu sakristani izručiti te dare

gospodinu plovanu sa redovnici i gospodinu sudcu sa starešinami. ……

A naslidovaše gospodina plovana vas do u kuće, a sudca svi rotnici do u kuću. Pak za njima vas puk do dvora. Onda gospodarica od kuće sudčeve počinjaše hitat komade kruha, orihe, kostanje, suhe smokve i jabuke iz poneštre doli na put meju ljude, koji se za tim jagmeći bvaljahu ka i mihovi. Dvi muške glave pak izlažahu iz konobe svaki svojim verčom u jednoj ruci a u drugoj sa žmuljem i s belim rubcem na ramenu, ter svim davahu piti koliko koji hotijaše. Dospivši ovde ta čin, hodjaše mnoštvo do kuće plovanove. Kadi tolikajše bijahu na isti način posluženi. Od ovih darov dakle ona dva kolača donašahu se na Tri kralji na placu. Kot sam ti kazao, da na blagdan Vodokarstja braščina svetoga Ivana davaše na placi svemu puku pit vina (stara uzrećica glasi: „koliko crnog vina na Tri kralja, toliko zdrave krvi u godini“).

. ……

Kako pastiri kuhaju mliko i kakav im je stan - Krk

Eto nas na lipoj ravnici! Sva je razorana i na sidbu težana; ima nigdi ter nigdi nikoje brajde, a skoro okolo svake oranice ima tersi redovito gojene; nigdi ter nigdi krušva ili jabuka, a čršanj dosta i dosta orihov. Eto ti selo Paprata spadajuće pod crikvu svetoga Jerolima od Risike!

……. Kako sve ove crikve i oltari bihu za pobožnost sagradjene od pobožnih dobrotvoraca i s njihvim imanjem i živinami nadareni, tako od istih bihu i bratovšćine sastavljene i naredjene s takovim redom, da svaki koji u naprida hotijaše u istu bratovštinu ulisti, moraše davati po jednoga brava i poljubicu. Brav imijaše biti ovca ili brija ili s jancem, a poljubica zvaše se južina koju starim bratom mladi brat darivaše; koja o dvimi velikimi kolači beloga kruha, jednom siru i dvimi verči vina obstojaše. Zvaše se poljubica, jer kad ju bratja prijimahu, celovahu svi mladoga brata i pivahu antifon (o.a. pripjev): „O kol krasno i kol blago jest bratji žiti v kupi“i ostalo. …….. A znajte da je skuta mnogo bolja od one surotve, ka se vani učini na stanu, kako tolikajše je bolje i mliko, koje naši pastiri kuhaju u burači, to jest u kablu drivenomu. Oni za skuhat mliko nalože jedan oganj vani iz kuće od suhih darv, pak stave mej dreva nikoliko kamiki čistih, koje izberu po verhu od kegod gromače zaradi da su čisti, jer su prani bili od dažja više puti. Kad pogore derva, ostanu žareni kako i uglje; pastir ima kljišća od derva procipljena ter s onimi kljišći fata jedan po jedan on kamik i pomalo je ispušći u mliku, koje je ondi gotovo u kablu, i stavlja onoliko kamiki unutar, doklam posve zavre mliko. I kad počne kipit i da će bižat priko kabla, onda ga preprazni po lahku u drugi kabel, koga je pripravil čistoga; kad oprazniva ov kabel mliko, tako hiti van ono kamenje iz onoga pervoga kabla pak pretresa mliko više puti iz kabla u kabel sve dokla izgubi onu veliku vrućinu. I tako mliko ostane gušće nego kada se kuha nad

ognjem i čistije, i nima onoga duha od dima, koga često ima ono, ko se drugačije kuha.

Na stanu bravar ima dosta burač, a pastir ima pomnjit, da su uvik čisti, jer bravar gustokrat obheja sve sudi, okruti i sve stvare, koje služe na stanu. Stan ima svoju kuću: u kući je ognjišće, postilja i armar, to jest mesto u zidu od kuće, kadi stoje zdele, žlice i vilice (piruni), verčić sa sarenim i solnica i još čagod. U kući je mesta za deržat verganj i ralo i ajrem. Okolo ognjišća jesu seda za siditi; u kući je mesto za nesilo kokošam, koje leživaju va jari. Jara je mesto kako jedna kuća prez spridnjega zida. Ovdi se običajno derži ralo, verganj i jaram, jer po letu se ne derži u kući; ovdi u jari se darži seno i slama jedno malo za tratit najpervo, to jest prije nego se oće otvarat stoga. ……..

Desetine verbenske del je hodilo kapitulu verbenskomu, a ¼ del biskupu, a drugi četerti del kanonikom od Krka. Počinjalo se je prijimati jance na dan Uznesenja Gospodinova, pak od sočiva, pak od šenice, ozimca, erži, pak od prosa, sirka, hajde i bara i fažola po vrimenu od pobiranja; na isti način od vina. Od ove svake verstne desetine šenice i ozimca hojaše desetinaru najprije jeden star od 4 kvarte i tako sekrestanom svetostajnikom; i svakomu od ovih jedan spud vina, tj. baril i dva sića. Ostalo diljaše se na pol, tj. pol redovnikom verbenskim, a pol biskupu i kanonikom, kako je rečeno malo prije. Desetinar je uzimal tolikajše po jednu mezanu vina za svaki dan, poklam pričinjahu ljudi nositi desetinu od istega vina, ter do prvoga razdiljenja, koje se je moralo kadgod na više puta činiti, jer ne mogaše se u bačve uložiti sve zajedno. U desetinac, tj. u onu kuću i konobu, koja se derži lože pod zvonikom na termuntanu, spravljaše se sva desetina. ……

A znajte, da je skuta mnogo bolja od one surotve, ka se vani učini na stanu, kako tolikajše je bolje i mliko, koje naši pastiri kuhaju u burači (oveći drveni kablić), to jest u kablu drivenomu. Oni za skuhat mliko nalože jedan oganj vani iz kuće od suhih darv, pak stave mej dreva nikoliko kamiki čistih, koje izberu po verhu od kegod gromače zaradi da su čisti, jer su prani bili od dažja više puti. Kad pogore derva, ostanu žareni kako i uglje; pastir ima kljišća od derva procipljena ter s onimi kljišći fata jedan po jedan on kamik i pomalo je ispušći u mliku, koje je ondi gotovo u kablu, i stavlja onoliko kamiki unutar, doklem posve zavre mliko. I kad počne kipit i da će bižat priko kabla, onda ga preprazni po lafku u drugi kabel, koga je pripravil čistoga; kad oprazni va ov kabel mliko, tako hiti van ono kamenje iz onoga pervoga kabla pak pretresa mliko više puti iz kabla u kabel sve dokla izgubi onu veliku vrućinu. I tako mliko ostane gušće nego kada se kuha nad ognjem i čistije, i nima onoga duha dima, koga ima ono, ko se drugačije kuha.

Na stanu bravar ima dosta burač, a pastir ima pomnjit, da su uvik čisti, jer bravar gustokrat obheja sve sudi, okruti i sve stvare, koje služe na stanu. Stan ima svoju kuću: u kući je ognjišće, postilja i armar, to jest mesto u zidu od kuće, kadi

stoje zdele, žlice i vilice (piruni), verčić sa sarenim i solnica i još čagod. U kući je mesta za deržat verganj i ralo i jarem. Okolo ognjišća jesu seda za siditi; u kući je mesto za nesilo kokošam, koje leživaju va jari. Jara je mesto kako jedna kuća prez spridnjega zida. Ovdi se običajno derži ralo, verganj i jaram, jer po letu se ne derži u kući; ovdi u jari se daržiseno i slama jedno malo za tratit najpervo, to jest prije nego se oće otvarat stog. A stogi jesu u stožišću, kadi po letu se sprave i snopi od drugih intrad, kako od šenice, od ozimca i reže, pak poslije od prosa, hajdi i sirka; zač Verbenčani ne priše vrič ni mlatit intradu, ako se more orat, tj. ako je mokro za sijat proso, hajdu, fažol, bar; a metim toga slože kope od snopi u stožišću ili pak na istih mestih, kadi se je bilo poželo

…….
……
……

Omišaljski sir

Danas zaboravljeni a nekada omiljeni sir, od ovčjeg mlijeka, po cijelom Primorju. Bio je .. „okrugljast, velik kao naranča, a telan kao maslac. Sirac srednje veličine stoji 16 do 18 nv bolji 20 do 26 nv. Da se ne pokvari, umaču ga ga u fino ulje i onda o gredi (tramu) visećih mreža čuvaju.

Krčka pramenka, nekad je bila rasprostranjena i poznata, a pripada skupini oplemenjenih otočnih pramenki. Ubraja se u najmanje pasmine ovaca (visine grebena iznosi, u prosjeku, 52 cm). Kroz povijest se razvio poseban sustav držanja te ovce, u stanovima, gdje su se šišale, a vuna odmah prerađivala. Krk ima veliki prirodni resurs za uzgoj ovaca.

OTOK CRES

ZBORNIK za NARODNI ŽIVOT I OBIČAJE
Knjiga 33, JAZU u Zagrebu 1949.
Andrija Bortulin

Tekst je pisan između 1904. i 1907. godine, (po „Osnovi“A. Radiča) a po svojoj vrijednosti može se smatrati i kao „mali priručnik“nauka o kulinarstvu.

…… Najviše obrađenog zemljišta i šuma(boška) ima creska vlastela, kojih se imanja, zvana s t a n i, na daleko i široko protežu po cijeloj t r a m u n t a n i (sjevernom djelu otoka počevši od grada Cresa)……
Kako su zemljišta loša, slabo nam i rode, ali bolje ikakao, nego nikako, pa ih obrađujemo. Sijemo i sadimo svega po malo, nečega više, a nečega manje. Od i n t r a d e (prirode) nemamo nijedne, od koje bismo baš živjeli. Živimo od svega zajedno, a najviše od p a l e n t e, no ovu moramo kupovati na Rijeci, jer nam doma vrlo malo rodi.
I n t r a d a se ili sije, ili sije i presađuje, ili samo sadi.

Sije se: f a r m e n t u n, r o b a (žita), b i ž a (grašak), b o b, g r a h, l e ć a, s o č v o, r e p a i m e r l i n. Sije se i presađuje: k a p u z, b r o s k v e (zelje), uopće z e l j e, s a l a t a, r a d i ć, p o m i d o r i (rajčice).

Sadi se: k u m p i r, f a ž o l, t i k v e.

U vinogradima sije se i sadi između trsja: f a ž o l, b o b , g r a h, l e ć a, s o č i v o, a dok je zemljište novo, sadi se: k u m p i r , k a p u z , b r o s k v e, t i k v e, l u k i č e s a n. Ako trsje nije sađeno i po lihi, onda se sije u vinogradu i b i ž a, inače ne.

U vrtovima pokraj kuća sije se i sadi: f a ž o l, b i ž a, b o b, g r a h, l e ć a, s o č i v o, r e p a, m e r l i n, k u m p i r, k a p u z, b r o s k v e, l u k, č e s a n, t i k v e, s a l a t e i r a d i ć.

R o b a (žita). Ima je više vrsta: ž i t o (pšenica), r a ž, j a š m i k (ječam), h i j , p r- o s o i a j d a (heljda).

M a k , m r k v a , b l i t v a , š ć i r p a i n d i v i j a, o s t a k, b a r s a č a i r i g a (to su vrste salate) niti se siju niti sade, no ako ih ima, rado se upotrebljavaju za hranu.

H r e n i i k o r o m a č niti se siju niti sadim prvi, jer ga nema, a drugi, jer ga ima svuda u izobilju te raste kao trava.

T r s j e m ili lozom zasađena su više ili manje sva naša obrađena zemljišta: i polja i vinogradi i vrtovi bilo u cijelim l i h a m a, bilo samo uz k r a j e v e i u b a r b a k a n i m a.

……Osim pravog trsa ima kod nas po šumama i divlje loze, zvane l o z n i k a, l o z u n. To je trs, koji je izniknuo iz sjmena, t. j. iz onih zrna, što su u bobama grožđa. I ovaj trs rodi, ali su mu

grozdići i zrna malena i kisela. Siromašniji ljudi to grožđe beru te od njega s d r e n o m i s m r e k u j i ć i m a (o.a. smrič, smriča, crvena kleka, primorska kleka; od kuglastih zrelih plodova radi se ljekovita rakija „smrikovača“ prave izvrsno piće).

T a r g a d v a i v i n o.

Tko hoće da trga, uzme u vinograd više koševa, košića (ručnih), jedanm dva i više kabala, mjehove, a bogatiji dovezu na kolima do dvije bačve. Počne trganje u ime božje i s križom. Grozdovi se režu k o s e r i ć i m a i k o s e r a č i c a m a jedan po jedan i meću u košiće ili kable, koji se uvijek za sobom nose i pomiču. Ako je grožđa malo, ne m a s t i se u vinogradu, nego se sve nosi kući u košu ili kablu. Ima li ga dosta, onda se m a s t i u viniogradu u za to donesenim kablima, pa se m a s t izlijeva u mjehove, koji se onda na ramenu ili na živini kući nose, ili se izlijeva u bačve za to na kolima dovezene te odvozi kući, a međutim se napunja druga bačva i tako se mijeh za mijehom, bačva za bačvom nosi i odvozi kući. Tko ima grožđa vrlo mnogo, može ga odmah m a s t i t i u b a č v i n o g a m a.

Kod kuće se međutim već prije u k o n o b i sve pripravilo. Najprije su se oprale i prokuhale bačve vrućom vodom s k o r o m a č e m i u r e h o v i m p e r j e m, promijenili su se pokvareni obruči. Kad je sve to izvršeno, namjeste se bačve: č a b a r, t i n i c a, k a r a t e l i na dvije uporedo položene grede, od kojih je jedna do zida, a druga podalje (i te se zovu k a n t e r i), pa priprave t a k u n i i z a g o z d i. Na rupe (čep, tap) od č a b r ili t i n i c e, u kojima će mast kuhati, postavi se s p a r o ž i n a c, koji se metne iznutra u obliku kolutića i s pomoću tanke ž b i c e, koja se metne poprijeko, i s f o r c i n a, koji se kroz otvor provuče van, pričvrsti za obru. To se radi zato, da vino, kad se otače, ne izlazi iz bačve mutno i pomiješano s korama od boba grožđa.

Kad se mast doveze ili donese kući, izlijeva se odmah u č a b a r ili t i n i c u; donosi li se kući grožđe, tada se ovo doma i z m a s t i u kablu ili bačvi i izlije u onu bačvu, u kojoj ima kuhati.

M a s t se kod nas ne upotrebljava i ne pije, nego samo onaj dan, kad se m a s t i, inače se pušta da kuha. Kuhanje traje 8-15 dana, tj. dotle, dok od m a s t a ne postane vino, a tada se otoči i pomoću l e j i ć a ili t r o t u r i ulijeva u za to već prije određene i pripravljene k a r a t e l e, u kojima se onda proda ili prema potrebi kod kuće troši, kad već nema b e v a n d e.

Kad se vino o t o č i l o, ostali su u č a b r u ili t i n i c i d r o p i n i, koje se sada naliju vodom, da dalje kuhaju. Od toga se dobije drugo vino ili bolja b e v a n d a. Kad se i otoči i pretoči u posebne bačvice, naliju se d r o p i n e i opet vodom te to malo pomalo troši za piće. Kad se potroši, opet se nalije i troši, i tako ide dalje sve dotle, dok su d r o p i n e dobre. Kad već ne valjaju, dadu se krmetu (o.a. svinji) u kotac. Neka ih miješa, ili se bace u gomilu za gnoj.

R a k i j a. Neki – a to su oni, koji imaju dosta grožđa i vina – nakon što su otočili vino, ne nalijevaju više d r o p i n e vodom, nego kuhaju iz njih rakiju u l a m b e k u. Kuha se i danju i noću, dok se ne svrši, a uvijek mora da j netko uz

vatru da pripazi, da vatra ispod kotla bude uvijek jednaka. Ona prva rakija je najbolja, druga je već slabija, a treća najslabija. Tko hoće, smiješa sve zajedno, a tko ne će, drži svaku za se. Vina se i rakija dobivalo u nas prije mnogo više. Bilo je obitelji, koje su i do sto, dvjesta m e r imali. O tome nam ne pripovijedaju samo naši starci, nego nam to svjedoče i oni veliki v r č i i b u k a l e t e, koji se još i sada kao stara uspomena kod nekih obitelji nalaze.

……
……
……

S a d (voće). – Uz drugi prirod imamo i nešto voća, kao: j a b a l k, k r u š a v, u s k o r u š av, s m o k a v, č r e š a n j, s l i v, p r a s k a v, a r m e l i n i, u r e h, m e n d u l, m a g r a n j, u l i k i k o s t a n j. Nekoga voća imamo više vrsta, kao jabuka: jabuka (adamovica, ranih, poznih, šarih i bolank); trešanja: bijelih, crnih i h a r š ć u j (hrstulja); šljiva: bijelih i crnih; smokava: bijelih (b e l i c), crnih (č a r n i c) i k a r b a f k; bresaka bijelih i crnih (k e s e m o l u j u i k e s e n e m o l u j u o d k o š ć i c)

(***o.a.*** Dozrelo svježe grožđe bilo je u jesen dobrodašo prilog svakodnevnoj prehrani. Nekoliko najljepših grozdova, zajedno sa granom na kojoj su rasli, donosili su u kuću i objesili o podrumsku stropnu gredu. Osušeno na zraku mogli su konzumirati tijekom zime. Sušene bobice bile su sastojak u pripremi mnogih jela i kolača, posebno vrste prženih kolačića, zvanih *mlinci,* bez kojih se nije mogao zamisliti Badnjak, Nova Godina i Sveta tri kralja.

Hroštùli (iz latin. *crustuli* = korice), odnosno *hrskavci* su ustvari starinski prženi „čips“ iz domaćega lisnatog tijesta na Kvarneru. Ove starinske hrskavce vole osobito djeca a i odrasli kao desert uz ina jela.

Sastojci: 50 dag pšeničnog brašna, 2 razmućena jaja, šešer u prahu, maslinovo ulje i sol.

Tijesto se priredi slično kao za presnec, izvalja se na tanko, kao za savijaču – „štrudl“, iskida na krpice veličine 5 - 7 cm, koje se prže kratko u vrelom ulju, dok ne očvrsnu - postanu hrskavi i blago posmeđe, izvade se, preliju maslacom i posole.

Ostatak grožđa, tropa, nakon gnječenja, također su koristili za dobivanje laganog vina i rakije.

Nakon vrenja (7-10 dana) odlili su tekućinu – vino, trop prelili vodom i još jednim vrenjem produljili fermentaciju. Takvim načino dobivali su razvodnjeno vino – *bevandu*, piće za svakodnevnu upotrebu.

Trop su koristili i u proizvodnji rakije važne namirnice u svakodnevnoj prehrani i životu. Rakiju proizvedenu u srednjoj fazi miješali su sa onom iz zadnje faze (najslabija, nazivana - *skavec*) kako bi dobili uobičajeni jutarnji napitak, muških ukućana, uz nekoliko suhoh smokava. Najaču tekučinu, dobivenu na početku destilacije u bakrenom kotlu, nazivali su *tvrdom* i koristili kao ljekovito sredstvo za dezinfekciju rana, ublažavanje reumatskih boli i sličnih tegoba.

Od tropa proizvodili su i *kiselinu* (kvasinu; ocat). Prelivši manju količinu tropa vinom ili vodom, ostavili su ga nekoliko dana da se ukisne. Procijeđena tekućina – *kiselinu* bila je spremna za korištenje u kulinarstvu.

Tu još još nije sve gotovo, trop se koristio i kao – gnojivo. Posipanjem po zemlji, tijekom zime, gnojilu su krumpir ili druge kulture, ili pomiješano sa staskim gnojivom za bolje usijeve pšenice.

Tijekom velikih gladi, kao npr. 1914-1918, kako je zabilježeno, osušeni trop mljeli su u kućnom mlinu – *zarni, žarni*, i miješajući s pšeničnim, ječmenim ili kukuruznim brašnom koristili za proizvodnju kruha.

Zarna, žarna, žrvanj

Zarna, Žarna, žrvanj - vrsta mlina, naprava od dvaju teških cilindričnih kamena s nažlijebljenom osnovicom među koje dospije mlivo dok se jedan od njih okreće preko drugog.

Ovce

U prošlim vremenima ovce nisu bile izvor mnogih proizvoda i svakojakih blagodati. Nisu bile važne samo zbog mesa i mlijeka, sira, nego i zbog nusproizvoda koji su olakšavali i uljepšavali život, poput slastice olita, mijeha koji je bio izvor mnogih radosti, u hladnim zimskim danima moglo se odjenuti u toplu vunenu odjeću ili ogrnuti toplim pokrivačem.

Od ovčje kože izrađivali su posudu – *bubenj*. Izrezali bi je u kružnicu i napeli na obruč od tankih daščica, čime je postala dno posude (*bubenj*) za držanje brašna. Odstranivši ovčjoj koži glavu i donji dio nogu, zavezavši otvore dobili su oveću posudu – mijeh, za prenošenje grožđa od vinograda do kuće.

Mijeh ili mješina, koža u cjelini oderana sa životinje (ovce, koze, goveda), preparirana (solju, štavljenjem i sl.) da bude gipka, vezana i sašivena s jedne strane. Upotrebljavala se za čuvanje i prenošenje tekućina i sipkih tvari. Kozje i ovčje mješine služile su za prenošenje grožđa i čuvanje vina u jadranskom, te za spremanje ovčjeg sira u gorskom području. Mješina je i puhačko glazbalo (diple s mijehom, gajde, dude).

Mlijeko, ovčje, bilo je prvi jutarnji obrok žena i djece, najčešće pomiješano s kozjim, kao dodatak ječmenoj kavi. Sir koji se radio od ovčjeg mlijeka konzumirao se kao samostalno jelo ili riban kao dodatak drugim jelima.
Bolju i ljepšu koru sira postizali su premazivanjem sira maslinovim uljem tijekom sušenja i na kraju rastopljenim lojem.

Sirutka – *presnica*, tekućina preostala nakon cijeđenja sira kuhala se i kora, koja je nastala na površini nakon hlađenja pretvarala se u *skorup*. Kad se skorup stisnuo i ocijedio nastali proizvod – *skorup* s kruhom se konzumirao u svježem stanju.

Sirutku koju nisu odmah kuhali, skupljajući je nekoliko dana, u prijesnom stanju se ukiselila pa se od nje dobivali *kiselu skutu* koja je bila piće tijekom ljetnih vrućina.

Mlateći skutu, u *stupi,* drvenim batom nekoliko sati pretvarala se u glatku grudu – *maslac* koji su domaćice pretopile u *maslo*. Na taj način dobili su vrijednu namirnicu za razne kolače i pripremu laganih jela za rodilje, bolesnike i starije osobe.

U tijeku spravljanja *skute*, nakon što su zgrušani dio odvojili, procijeđena tekućina *skutnica, ožamnica* koristila se za prehranu svinja.

Janjad težine između 10 i 15 kg zbog kakvoće mesa zahvaljujući ispašom na otvorenom, posebno zbog trave i posolice, ispečeno na ražnju najpoželjniji je sastojak uskrsnog jestvenika.

Želudac, kao usputni produkt, koristio se kao neophodno sredstvo u proizvodnji sira. Topljeni ovčji loj je začinska mast pri spravljanju različitih jela.

Koluba, garitula, pinca, .. – vrsta okrugle domaće pogače od domaćeg brašna s nadjevom od grožđica, kuhanih smokava i začinjeno lojem, premazana jajem i šećerom, pečena na otvorenom ognjištu, i danas se smatra vrhunskim jelom.

Pri klanju ovaca, janjadi sakupljali su krv i od nje priređivali jela; krv su najprije kuhali, a zatim ispržili na ulju uz dodatak luka, češnjaka, soli i papra.

Za jelo koristili su i ovčja crijeva – *olita*; očišćena, isprana i osušena, ispržili bi tanka crijeva kao samostalno jelo. Debela crijeva spremali su za poklade i nadijevali brašnom, kuhanim suhim smokvama, grožđicama, šećerom i lojem. Kuhali su ih u slanoj vodi i konzumirali toplo izrezano na ploške.

ŽIVOTNE POTREPŠTINE

Hrana i posuđe

B r a š n o. -.Od domaće r o b e (žita) dobivamo ž i t n u (pšeničnu) m u k u, j a š m i n k o v u, p r o s e n u, a j d i n u, a od f a r m a n t u n a f a r m a n t u n s k u. Od ove kuhamo p a l e n t u, a od one prve pečemo k r u h. I f a r m a n t u n i r o b a melje se u ž a r n i m a, doma, kada treba. Neki – a to su oni, koji imaju dosta r o b i, a ne imaju dovoljno vremena i sila – daju mljeti u m a l i n na Rijeci. Za meljenje f a r m a n t u na imadu obično jedna, a za drugu r o b u druga ž a r n a, ali koji nemaju dvoja ž a r n a, melju i jedno i drugo jednim. Meljući valja paziti, da muka ne izlai d e b e l a, na pol samlita, samo s p e š t a n a ili s t u č e n a, da se samelje samo „na p o l ž a r n a“. U tom slučaju valja ž a r n a p o t e ž i t i, tj. spustiti g o r n j i ž a r n o v posve na donji, a to se čini s pomoću s e n j a te d a š ć i c e i z a g o z d a ispod ove. M u k a u mlinu samlita nešto je finija nego kod kuće samlita, ali to nam je svejedno, samo da nije p r e d e b e l a. M u k a od r o b e melje se finije, dok se m u k a od f a r m e n t u n a melje malo deblje. M u k a domaća je uvijek svježa, jer se melje prema potrebi, a ona iz mlina može imati i po godinu dana.

Osim brašna, koje kod kuće dobivamo i meljemo, upotrebljavamo i k u p o v n u m u k u, b e l u m u k u, c v e t, koja nam kao i domaća služi bilo za kruh, bilo za l a z a n j e (o.a. široki rezanci) ili m a k a r u n e ili što drugo.

S o č i v a, koja sijemo, ima više vrsta, a to su f a ž o l, b i ž a, g r a h, l e ć a, s o- č i v o, s e k i r i c a (jari grah) i b o b. Osim f a ž o l a i b i ž e, koji se najviše siju, ima svih drugih vrsta sočiva vrlo malo. F a ž o l a, b i ž a i b o b beru se i zeleni i suhi. Zeleni svaki put, kad treba za kuhinju, a suhi, kad dozore. Onda se o b a c a, o v e j e i p o s t r o j i, pa spravi u škrinju ili u što drugo i pomalo troši.

M l i j e k o. – Kako smo daleko od grada, u nas se mlijeko ne prodaje nikamo i nikome, a domaći ga među domaćima ne prodaju i ne kupuju. Susjed ga susjedu ako treba radije daje, a on se zato već čim drugim „spomene“, oduži. Od mlijeka pravimo s i r.

D e b e l o b l a g o goji se u nas jako malo, a i ono, što se goji, goji se samo za v l a- k n j u, za r a l o. Ni krave nam ne služe za drugo. Zato u nas i n e m a k r a v l j e g m l i j e k a, a još manje sira. Što mlijeka imamo, to nam ga daju o v c e.

K o z a je bilo prije mnogo, svaka kuća imala je po koju, pa je tada bilo i više kozjeg mlijeka, od koga se sir pravio. Sada ih radi zabrane imaju samo dvije, tri obitelji uz posebno dopuštenje. Radi toga i kozjeg mlijeka ima malo, pa se od njega ne pravi sir, nego se upotrebljava samo mlijeko. O v c a je također prije bilo mnogo više, no ima ih i sada dosta. Pase ih, neka više, neka manje, gotovo svaka obitelj.

Koji imaju malo ovaca i mlijeka, potroše ga bilo u kojoj drugoj hrani bilo samo za se; rijetko se kada meće u kavu (obično samo p l o v a n i kapelan, koji su na to naučni). Mlijeko se ili jednostavno pije ili se u nj nadrobi tople ili studene p a l e n t e ili kruha. To se zove s r e b o, s r e b l j e.

No tko ima makar i samo četiri, pet ovaca, nastoji da napravi komadić s i r a, ako ne od jednoga, a ono bar od dva m a l z a.

Ovce se već u mjesecu veljači i dalje počinju k o t i t, j a n j i t. U prvom ih početku ne m a l z u, nego ih samo janjčići sisaju. Istom kasnije, kad su janjčići dosta veliki, otprilike u početku aprila, počinju lučiti od matera, te se ili prodaju ili kod kuće ubiju i pojedu, ili se ostave za r a c u. Luče janjce neki prije, neki poslije, no do Jurjeva valja da su svi janjci odlučeni od matera, jer tada počinje doba za muzenje ovaca i pravljenje sira. Zato se i veli: „Kada pride Jurjev dan, saka salarica na svoj stan“(o.a. salarice su žene koje za vrijeme pravljenja sira bave samo pravljenjem sira na imanjima vlastele).

……Kada su ovce na okupu, tada ih m l e k a r i c a, m a l z i č a r i c a (sada se ona ovako zove) jednu za drugom muze u b u r i c u, b u r a č u (velika b u r i c a – mali kablić) ili l a t i c u (kotlić). Kad je m a l z i č a r i c a sve ovce pomuzla, rastjera ih, da opet pasu, a sama s mlijekom, a prema potrebi i sa bremenom drva na glavi, ide kući. Nosi li samo mlijeko, tada ovo metne na glavu, a u ruci obično ima pletilo.

Ovce se muzu dva puta na dan: u rano jutro i navečer.

Uz more i dragocjenu zemlju, hraniteljica je bila ovca, davala je kožu za pergament na kojem se pisalo, mješinu za mošt i vino, pomagala je i glazbenom izričaju otočana – gajde i guslama, a nisu zanemareni sir, vuna i meso. Od jedne ovce dobilo se 1 kg vune. Danas Creske ovce slobodno šeću otokom, ne izbjegavajući ljude. Po bojama na stražnjici otočani će prepoznati svoju. S onima koji su se pokušali okoristiti takvim slobodnim načinom uzgoja ovaca, znalo se izići na kraj. Priča se da je pokoji lopov svoju grešnu dušu znao ostaviti na creskom kamenjaru.

S i r. – Tko ima dosta mlijeka, pravi sir od svakoga m a l z a. tj. jedan ujutro, a drugi navečer. Oni, koji ga imaju malo, ostave ono mlijeko od večera do idućeg jutra, pa prave samo jedan sir od obojega mlijeka. Ima ih, koji od samoga jednog m a l z a naprave više sira; to rade oni, koji mlijeka imaju mnogo.

Došavši m a l i č a r i c a s mlijekom kući, najprije ga p r o c e d i, da ne bude u njemu dlaka ili čega drugoga. Procjeđuje se mlijeko na p r o c e d i l o u veliki lonac ili kakvu drugu posudu, običnu zemljanu. P r e c e d i l o ili c e d i l o je čista, bijela, baš samo za to određena krpa, koja se zove i o c e d i l n j a k, p r e c e d i l n j a k. Da se mlijeko zgruša, metne se u nj malo s e r i š ć a. S e r i š ć e je d u r e l od prasca ili janjca, koji se pri klanju baš u tu svrhu sačuva, posoli i osuši. Kad se počinje sir praviti, metne se kvasi, a onda

se ona voda upotrebljava za usirivanje mlijeka, što biva, ako se nešto od te vode ulije u mlijeko. Kad je s e r i š ć e u mlijeku, valja ga malo promiješati, a onda se lonac postavi na zgodno mjesto kraj ognja, da se z g u s n e, s k r u t n e, s e d e. Da li je mlijeko sjelo, poznaje se najbolje, ako se usred lonca zabode k u h a r i ć, kojim se mlijeko k l a t i. Ako k u h a r i ć, također k l a t i l o zvan, stoji uspravno, mlijeko je sjelo. Sada ga valja k l a t i t, dok se sav sir ne razmrvi. Kad je to učinjeno, obraća se sir tako da se k l a t i l o m od vrha do dna lonca poteže naokolo sira te skuplja. Da li je sir pokupljen, poznaje se po tome, što počinje plivati i obraćati se za k l a t i l o m, a tada je već o b a r n j e n. K l a t i l o sada više netreba, stoga se metne na stranu, a sav dalji posao obavlja se rukama. Lonac se primi u ruke, namjesti se među noge, da čvrsto stoji. Ruke se skupe jedna do druge, i zađe s njima ovako s kraja u lonac, zagrabi što više može sira i prikupi uz bok lonca, te jednom rukom pridrži, a drugom rukom prikupi još ono sira, što je neskupljeno ostalo, dotle dok nije sve prikupljeno. Pokupljeni se sir sada što više može stište, da u njemu ne bude vode, a kad je prilično tvrd, izvadi se objema rukama iz lonca te nad njime ožimlje i cijedi, dok iz njega ne prestane kapati voda. Sada je sir u č i n j e n, tj. glavno je učinjeno. Sada se dobro natare solju i metne u ž e t i c u. To je visoka valjkasta posuda od drva, koja na dnu ima više rupica, isto tako i po stranama, i to zato, da ona voda, koja se još iz sira iscijedi, može iz ž e t i c e van. Nad sir dolazi sada u ž e t c u pokrovac, pa drveni valjak; ako taj valjak ne doseže do vrha, može se uzeti još jedan ili dva. Nad valjak, koji se zove i ž e t i l o, dolazi kamen, koji sir tišti. Sir ostaje u ž e t i c i ili ž e c u (ž e t a c), dok se ne učini drugi sir. Onda se onaj prvi meće u s a r n i c u. S a r n i c a je isto takva posuda kao i ž e t i c a, te je s njom jednake veličine. U njoj se može držati i po više sirova u isto doba. Najdonji je onaj, koji je najzadnji u č i n j e n. Nad njega dolazi pokrovac, zatim sir, pak pokrovac, i tako do vrha. Ne doseže li sve to do vrha, onda se i ovdje uzima ž e t i l o, a nad žetilo postavi kamen. U s a r n i c i ostaje sir tako dugo, dok posve ne otvrdne, a međutim ga češće valja solju nasoliti. Iza toga se sir vadi i meće na k a š e r i ć ili l e s i c u pod k o m i n (n a p u) ili pod grede, neka se suši. K a š e r i ć je sličan škrinji, sav je od dasaka, samo mu je donja strana (dno) otvorena te puna prečkica, kao u l e s i c e, koja naliči ljestvama. K a š e r i ć se obično objesi pod grede usred kuće, a l e s i c a nad ognjištem pod napu. Na prečkice k a š e r i ć a i l e s i c e postavlja se sir.

Tako se sir pravi, kad ima dosta mlijeka. Ima li mlijeka malo, a ipak se hoće napraviti sir, tada je posao oko usirivanja mlijeka i pokupljanja jednak, samo se sir ne meće u ž e t i - c u i s a r n i c u, jer je premalen, nego se meće u zdjelicu ili čašicu (drvenu zdjerlicu, d a r v e n č i c u, d r e v e n č i c u). Težine se ne meće odozgora nikakve, već se pušta, da se cijedi, ako u njemu ima još što vode. Usto ga, kao i onaj u s a r n i c i, valja češće obrnuti i solju natrti.

Sir pravljen na ž e t i c u i s a r n i c u ima kockast oblik, te se zove s i r, ž m e k, a ovaj u zdjelici prima oblik zdjelice, a zove se s i r č i ć, ž m e č i ć.

P r e s n i c a i s r e b r o. – Nakon što se iz mlijeka učinio sir, ostalo je u loncu samo voda, s e r u tk i, p r e s n i c a. Ova se ne baca, jer uvijek im u njoj nešto neskupljena i nesjednuta sira, nego se skuha, zavri i tako skuhana služi za s r e b r o. Tko hoće, može je kao i mlijeko s r e b a t samu, no najbolje je, ako u nju nadrobi bilo svježe kuhane ili hladne p a l e n t e ili kruha, te jede. Jedu to rado i djeca i odrasli, jer je vrlo dobro, osobito ako je p r e s n i c a gusta, tj. ako se ukuhavanjem skrutnulo dosta nepobrana sira.

S k u t a. – Tko ne će da p r e s n i c u s r e b j e, on je samo zavri, zakuha, da se s k r u t n e, z b e r e; pusti je da se ohladi, a tada je kao i mlijeko kroz čistu bijelu krpu procijedi. Žuta vrela o ž i m i c a, koja se iscijedi, više ne valja pa se baci prascu za l o k, napoj. Ono g u s t i l o, što ostaje u krpi, ocijedi se pa se s kruhom jede. To se zove s k u t a (p u j i n a). S k u t a može biti s l a t k a i k i s e l a. Slatka se s k u t a dobiva iz svježe p r e s n i c e, dok se kisela dobiva tako, da se p r e s n i c a kroz više dana sprema i sama od sebe kisa, a onda istom ukuha i procijedi i ožima. K i s e l u s k u t u prave samo oni, koji imaju p r e s n i c e, a i oni, koji nemaju dosta vremena da je svaki dan prave. Slatka je s k u t a mnogo bolja od kisele, a jede je svaki rado s kruhom ili bilo čim drugim. Gospoda je posipaju šećerom.

S k o r u p, maslo. – Mlijeko se u nas ne p o k r u ž i (obire) nizašto, jer mi volimo imati dobrog sira nego da dobijemo malo s k o r u p a, a od ovoga m a s l a. To mogu raditi i rade samo rijetki, a to su oni, koji imaju mnogo mlijeka, i vlastela. M a s l o se pak pravi ovako: Ujutro i navečer se mlijeko p o k r u ž i (pokupi se skorup) i metne u zdjelicu. Tako se čini više dana. Kad se nabralo dosta s k o r u p a (a mora se dobro paziti, da ne skisne), onda se uzme drvena žlica, pa njome tuče i tepe s k o r u p, dok se ne vidi, da je dosta. Sada se sve prelije u lončić ili lonac, prema tome, da li je toga malo ili mnogo, pa se metne na žeravicu, da se rastopi. Nato se m a s l o ocijedi i ohladi, a na dno lonca ostanu u c v i r k i (ocvirki), ž u r k i. – Kako u nas malo tko maslo pravi, ono se ne prodaje, nego kod kuće upotrebljava.

Osim dosad spomenutoga bere se i sprema k o s t a n j, koga ima dosta. Spravlja se za zimu sa svim j e ž i n a m a ili u zrnju; drži se u k o n o b i ili na p o d u u košarama. Beremo i neke druge plodove, koji se inače ne goje i oko kojih nema nikakve brige, jer rastu i zru po o g r a d a m a, k o m u n a d i, i po poljima i po putevima, uopće svuda. To su: d r e n i, o s t r u ž i ć i, j a v o d i i š m r e k u j i ć i. M u r v i, crne i bijele, se sade, ali jako malo, te ih malo tko i ima. Od d r e n i, š m r e k u j i ć i o s t r u ž i ć pravi se b e v a n d a; te plodove inače beru samo djeca, osobito murve i jagode, kojih u ostalom ima vrlo malo.

P i č u r v i (gljive)se u nas ne beru i ne spravljaju, jer ljudi prvo ne poznaju, koje su dobre, a koje nisu, a drugo, ne bi ih znali pripravljati. Inače ih po našim šumama ima dosta.

Svaka hrana ili jelo, koje se ne uživa onako, kako je nastala, mora se p r i p r a v i t, p a r i ć a t, t. j. valja ga s k u h a t, s p e ć ili s f r i g a t; zatim z a s m o č i t, p o s o l i t, jednom riječju n a č i n i t; a kad je gotovo, v i n u t u zdjelu, na p i j a t, s t a v i t na s t o l. Sav taj posao zove se p r i p r a v l j a n j e, p a r i ć a v a n j e, n a č i n j a n j e. Svako pripravljanje jela ne ide dobro od ruke. Ima tomu više razloga. Da je prvi razlog taj, što domaćica ne umije pripravljati, to zna i dijete. No pokvari se jelo često i onda, kad je domaćica najbolja kuharica. Biva to, kad je zabavljena još kojim drugim kućnim poslom, kao što je ređenje kuće, pranje rublja, ili kad se bavi oko djece, pa ne može prigledati onako, kao kad je samo oko pripravljanja jela zaposlena. Pokvari se jelo i radi slabe pomnje kod pripravljanja.

Pri kuhanju, dok još jelo nije z a s m o č e n o, pokvari se osobito rado svježe zelje i sve vrste svježeg i suhog sočiva, kao što su: g r a h, f a ž o l, b i ž a, s o č i v o, l e ć a i t. d., i to ako se s p a r i, z a p a r i. To se dogodi onda, kad te stvari odmah na početku naglo zakuhaju, a onda naglo utrne oganj ili u l a v e č u ili loncu nestane vode. Takvo jelo otvrdne, pa ga i godinu dana kuhaš, više se ne bi iskuhalo. Tako pokvarenome jelu ili k u h i l u veli se da je z a č e m a l o. Pri kuhanju je pokvareno jelo i onda, kad inače nije pravo, nego samo napola kuhano, napola sirovo, ili pak prekuhano. – Dobro i u redu kuhano jelo pokvari se pri z a s m o č i v a n j u, osobito ako je previše suho i ako se često ne promiješa. Ono gušćega sjedne na dno posude i ondje se kao prilijepi i zagori. Tako se najradije pokvari svako jelo, koje se pripravlja bez juhe. Ako se jelo ovako pokvarilo, onda se veli, da je z a s m u j e n o, da v o n j a p o d i m u, da je z b r o š t u l a n o. Pri začinjanju pokvareno je jelo i onda, ako se ili previše ili premalo z a s m o č i, malo ili previše soli metne. Onda se veli, da je jelo b j u t a v o, m l e d e n o. Ako se u jelo metne previše soli, veli se, da je p r e s l a n o, p r e s o l e n o, s l a n o k a k o s a l a m u r a, s l a n o k a k o m o r e. Ako se pak samo malo ili ništa soli ne metne, pa nije slano, premalo je s o l e n o. Kuharu ili kuharici se veli, da valjda nije bilo soli. Nekoja jela, koja se pri z a s m o č i v a n j u pokvare, dadu se donekle popraviti: dometne se onoga što nedostaje.

Pri pečenju i friganju se jelo također može pokvariti tako, da bude napo pečeno ili frigano, napo sirovo ili o f u r e n o, p r e p e č e n o i p r e f r i g a n o, z a g o r e n o, p r e g o r e n o, z b r o š t u l a n o, z a p a l e n o (zapajeno), z a d i m j e n o, o s m u j e n o. I ovako pokvareno jelo z a v o n j a, s m r d i p o d i m u, s m r d i k a k o c a n g u l a, d a v a z d i m o m.

No može se jelo pokvariti i samo od sebe, kad je već i kuhano i pečeno i frigano te z a č i n j e n o, n a č i n j e n o, p o m u č e n o. To se događa, ako koje jelo dugo ostane nepotrošeno. Jela, kao što je svježe zelje, rašak, sočivo, grah, riža, krumpir i uopće sva jela, od kojih se pravi m a n e š t r a, rado s k i s a j u,

o j u t e j u, z a j u t e j u, Takvom se jelu veli, da je š l o p o z l u, da je z a s t a r a l o, da je s k i s a l o.

Mesi i riba, i svježe i slano, ako se ne drži u redu i ne potroši, z a v o n j a, z a s m r d i i o č a r v i v i.

Kruh se također pokvari, ako se drži na vlažnom mjestu ili ako previše dugo traje, osobito ako nije bio dobro pečen. Tada se nekako s m e k š a, v o j a n j e, gdje ga primiš, lijepi se za prste, a osim toga prevuku se po njemu sve nekakvi bijeli k o n č i ć i, kao mreža od paučine. To je p l e s a n, kruh je s p l e s n i l, p l e s n i v, ne valja, pa se baci u l o k. Kao kruh spljesnivi i p a l e n t a.

Neka jela, ako su i pokvarena, mogu se ipak na silu nekako pojesti, jer bi ih bilo škoda baciti, ako nisu jako pokvarena; no ona sasvim pokvarena se ne jedu, nego se baca u l o k ili pomije za prasce.

Neka jela, kao što je voće, svježe i suho, jedu se sirova i nikako nezačinjena, tako: l u k (kozjak), k a p u l a, c e s a n, kiseli k a p u z i r e p a, p a r š u t i l u g a n i j e (kobasice), slano meso i slana riba; prijesno se može jesti i svježa repa i merlin, no to biva samo u velikoj nuždi, kad potrebnog začina uopće nemamo ili ga nemamo samo onaj čas kod sebe, te kad nemamo prilike, da jedemo dobro i u redu pripravljeno jelo, jer se tko možda nalazi gdje daleko vani u polju ili gdje drugdje.

Jelo, koje je bez začina i nije p a r ć a n o kako treba, ipak mnogo ne valja, jer ne daje tijelu potrebnu snagu. Zato svatko, ako ikako može, gleda da jelo valjano p a r i ć a, t. j. da bude spečeno, ofrigano ili skuhano i z a s m o č e n o, ili bar z a s m o č e n o. neka se naime jela jedu doduše sirova, no ipak začinjena. To su sve vrste salate, slana riba, kiseli k a p u z i repa.

Da svako jelo bude dobro i tečno, radi se ovako:

S a l a t a. Ima je više vrsta, i to: domaća slatka salata (vrtna), glavatica, pa divlji i pitomi r a d i ć, r i g a, o s t a k, ž a l t e n k a, i n d i v i j a i b a r s a č a, koje posljednje rastu svuda, po poljima i vrtovima, gojene i negojene. Želimo li jesti salatu, tada najprije naberemo nožićem (n a p a r a m o) jedne ili druge, i to u b u b n j u, kakvom starom situ ili rešetu, košiću ili r u b u i neočišćeno donesemo kući. Kod kuće se salata lijepo očisti, tj. odstrani se sve ono, što ne valja, kao što su korjenčići, žile i uvelo lišće, pa se to baci, a uzima samo ono, što je dobro, zeleno i svježe. Osobito valja paziti, da se odstrane oni mali p a l ž i ć i, koji se osobito iza kiše nalaze na salati. Očišćena salata baca se u već pripravljenu zemljanu zdjelu ili veliku drvenu čašu, d r v e n k u, sličnu zdjeli, u kojoj ima čiste vode. Kad je ta zdjela puna ili kada je sva salata očišćena, onda se dva, tri puta dobro opere i o ž m e. Dobro ožeta salata mentne se i raširi na dnu staroga, za to odrežđenog rešeta, da se još ona preostala voda ocijedi. Kad je i to izvršeno, istom tada se salata može n a č i n i t i. Uzme se velika zemljana zdjela – po mogućnosti što veća, da salata prigodom miješanja ne ispada – i u nju se metne onoliko salate, koliko mislimo, da će se moći pojesti. Salata se sada najprije

posoli, zatim se na nju metne koliko treba sirovog ulja i k i s e l i n e (octa), a onda se sve to s pomoću dvaju p i r u n a (vilica) dobro promiješa, da bude sva salata i jednako slana i z a s m o č e n a i ljuta. Tako je salata n a č i n j e n a te se može jesti. Jede se obično uz p a l e n t u, bilo toplu ili hladnu, ali može se jesti i s kruhom. Osim toga jede se salata pomiješana s nadrobljenim krumpirom, suhim grahom ili kuhanim jajima. Krumpir joj daje bolji tek. Tko hoće, može u nju metnuti i nešto luka ili c e s n a, osobito kad ima mladoga. Sve vrste salate pripravljaju se na jedan način.

S l a n a r i b a se također jede na salatu. Tko je ima kod kuće, ide u konobu i izvadi iz b a r i l a, koliko mu treba. Ako je nema ili mu je možda z m a n k a l a, onda kupi u susjeda ili u onoga, koji ima i prodaje (a taj ne mora biti b u t i g e r – trgovac). Za salatu se uzimlju obično slane s a r d e l e, l o k a r d e i p l a v i c e. Izvađene iz b a r i l a, ribe se najprije dobro očiste, tj. o š ć a m a j u im se š ć a m i (ostružu ljuske), odreže glava i pera po strani te izvadi drob, ako nije bio izvađen prigodom soljenja. Čini se to na samo za to određenoj daski s pmoću nožića. Oako očišćene ribe još se dobro operu i p r o p j a h n u, a onda metnu na sitišće ili p a n a r i ć (spleten od šiblja kao dno od k o r b i c e ili k o š i ć a), da se ocijede. Još ih valja samo n a č i n i t. Uzme se p i j a t (pladanj), obično dubok, ribe se na sitno razrežu i metnu na nj. P i j a t je zemljan i okrugao. Ribe se sada pospu p o p r o m, nadrobi se malo c e s n a ili k a p u l e, rijeđe l u k a (kozjaka), a nad sve to se ulije dobrog ulja i k i s e l in e. Tko hoće, može promiješati, no nije baš nužno, jer i onako riba i sve drugo s njome u ulju i octu pliva. Jedino kad se jede, valja bolje zamočiti. Ovako na salatu pripravljena riba zove se: r i b a n a i n b j a n k o (*talijan.* pesce all in bianco – riba na bijelo). Tko neće da je tako jede ili riba možda još nije za salatu, skuha je na vodi u c u r i c i, a onda začini kao i onu. I r i b a n a i n b i j a n k o se obično jede uz toplu ili hladnu p a l e n t u, ali i s kruhom, kako tko voli.

C u r i c a je okrugla, sad veća sad manja posuda od tankoga željeza te ima dug rep, koji je na kraju kukast ili probušen, da se može vješati. Za taj rep se kod uporabe drži.

K i s e l i k a p u z i r e p a. ……Iz bačve, u kojoj je jedno ili drugo bilo u k i s u, izvadimo u zdjelu ili drvenu čašu onoliko k a p u z a ili r e p e, koliko je dosta za jedan ili dva u b r o k a. Izvađeno kiselo zelje (koje se ribano kisalo) ili cijela repa dobro se opere, repa k tome još i izriba na malome ribežu, a zatim metne u čistu zdjelu i začini, z a s m o č i. Najprije se metne p r e z a p o p r a, p e s t soli, onda m e r i c a, dvije ulja, vreloga ili hladnog pa se sve to dobro smiješa, i sad se može jesti s p a l e n t o m ili s kruhom. Ovako su k i s e l i k a p u z i r e p a doduše dobri, no ipak je bolje, ako se u redu priprave. Zato se ovako vrlo rijetko p a r i ć u j e, i to biva samo

onda, kada nema dovoljno vremena, da se drukčije pripravlja. Kako se k i s e l a r e p a i k a p u z inače pripravlja, opisat će se na drugome mjestu.

Što se f r i g a. Sve vrste mesa svježeg i slanog, riba slana i svježa, pa jaja, krumpir, šparoge i mlinci.

Što se k u h a. Sve, osim zelene salate: tjestenine, palenta, krumpir, zelje, svježe i kiselo, repa svježa i kisela, d i v i n a; zatim sve vrste sočiva, riža, svježe i slano meso, svježa i slana riba.

Počet ćemo s k r u h o m, jer on nam je prva i posljednja stvar na svijetu, što se hrane tiče.

Kruh se mijesi od različne r o b e, koja nam ili kod kuće urodi ili je kupimo. Ako nam je kod kuće urodilo žita, jašmika, raži, hija, uopće r o b i, pravimo kruh od d o m a ć e r o b i, koju najprije moramo s a m l e t. Svaku r o b u, koju doma meljemo, meljemo u ž a r n i m a. Desnom rukom primamo za m a j i okrećemo ž a r n o v, a lijevom n a s i p j e m o r o b u u g r o t. Kako se ž a r n o v okreće, razbija z a r n a, a m u k a i z l e t a van. Neki, i to obično oni, koji imaju mnogo r o b e, dadu je samljeti u m a l i n u na Rijeci, dok oni, koji r o b u kupuju, melju obično kod kuće, jer je ima malo, ili pak kupe s a m e l j e n o. Svaka se m u k a, bilo domaća, bilo kupovna, ma da je kako fina, prije upotrebe p r e s e j e na fino sito. Sito, bilo veliko ili malo, naliči bubnju, ima obruč i dno. Obruč je od savite tanke daščice, a dno je spleteno od tankih žica, od trstike ili b a n e š t r e. Sito se kupuje. Iza p r e s e j a n j a ostaje p o s e j e. One su za prasca.

Prije nego se misli d e l a t, m e s i t, p e ć k r u h – a to je dan prije uvečer - z a p a r l a m o k v a s.

To se čini ovako: Uzme se lonac i u nj nalije vode pa to zajedno metne k ognju, da zakuha (l o n a c je visoka posuda od zemlje, okrugla, s r u č i c o m na vrhu po strani). Uz to se uzme drugi lonac ili zdjela i u njih metne mali k v a s. Ovo je grudica sirovog kruha, ostavljenog od zadnjeg puta. Nešto vruće vode iz onog drugog lonca, u kojem se grijala, ulijeva se u ovaj lonac ili zdjelu i pusti neko vrijeme da malo ohladi i ujedno da se k v a s, koji je tvrd, razmoči. K v a s se nato rukama r a z m u l i (razmarvi, razdrobi), posve z d a v i r a ž m i k a. Sada se uzme u jednu ruku mali naročiti k u h a r i ć od drva; jedan mu je kraj kukast, dok je drugi posve gladak. S k u h a r i ć e m se miješa, dok se drugom rukom malo pomalo zasipa brašno, a prema potrebi dolijeva još tople vode, da k v a s ne bude pretvrd. Kad se metnulo otprilike dosta vode i brašna, onda se još neko vrijeme miješa, da u k v a s u ne bude grudica m u k e, a onda napokon sav k v a s naokolo pokruži i pokupi, da ne bude rastresen. K v a s je sada gotov, z a p a r l a n. Ako je zima, lonac sa kvasom postavi se kroz noć blizu ognja ili se dobro pokrije; ljeti toga ne treba, jer je dosta toplo, nego se samo odozgo metne pokrovac, da prah ili muhe ne padanj na nj. K v a s se do jutra d i g n e, n a d i g n e, s k i s a i ide preko rubova lonca ili zdjele. To je znak, da je dobar.

Ujutro se najprije n a v e s i voda, tj. u veći ili manji l a v e č nalije se k a c o l o m, k a c o l i ć e m ili v r č i ć e m iz k a b l a vode, i to objesu na k o m o š t r e nad ognjem.

L a v e č je zenljana posuda za kuhanje te je posve okrugao; visok je obično koliko i širok, dno mu je maleno. Ima ih većih i manjih. Na vrhu ima dvije rupice, jednu naprama drugoj; u njih dođe željezno p r o v e s l o, s pomoću kojega se da objesiti. P r o v e s l o je zavinuto u polukrug te nije veće od polovice ruba l a v e č a.

K a c o l, k a c o l i ć je posuda za č a r p a n j e vode. Nalik je na c u r i c u, jer im rep kao i ona, jedino je sama posuda viša nego kod c u r i c e. Ima k a c o l a većih i manjih, od r a m a ili od l a t e. Ako je od r a m a, onda mora biti s t a n j a n (kalajsan), jer je r a m otrovan.

K a b a l je posuda za držanje ili donošenje vode. Od drva je te je kao bačva sastavljen od dna i dužica, naokolo su obruči. Na vrhu je nešto širi nego kod dna, a k tome ima na vrhu dva uha, koja nisu drugo nego dvije produžene dužice. Uha su provrtana, a za one rupe se rukama hvata, kad se pun ili prazan k a b a l prenosi s jednog mjesta na drugo ili se diže. K a b l i ima većih i manjih. Oni manji zovu se k a b l i ć i, srednji k a b l i, veći č a b r i ć i, a najveći č a b r i.

K o m a š t r a su od malih željeznih koluta sastavljene verige, koje s jednoga i s drugoga kraja imadu prilično veliku kuku. Jednom od tih kuka – većom – objese se k o m š t r a na veliku drvenu kuku ili p r e č i c u, koja je u dimnjaku, a druga kuka visi nad ognjem. U tu donju kuku dolazi p r o v e s l o o d l a v e č a. Da pri kuhanju l a v e č, ako je veći, ne dosegne do tla, jer ima veće p r o v e s l o, a manji da ne bude previsoko, da se ona donja kuka za jedan, dva ili tri koluta dignuti ili spustiti.

Dok se voda u l a v e č u nad ognjem, koji valja poticati, grije, priredi se međutim sve, što je potrebno. Najprije se uzme ili velika k o p a n c a ili č a š a (neki uzmu b u b a n j ili veliku zdjelu) i u to se saspe m u k a.

K o p a n c a je velika posuda, izdubena od podugoljata drva, slična je k o p a n j i ć u. Č a š a je također od drva, a jednaka zdjeli, samo što je mnogo veća. Ima ih i malih, onda se zovu č a š i c e, d r e v e n č i c e.

U k o p a n c i se m u k a razdijeli na dva dijela, od kojih svaki stoji na svom kraju k o p a n c e, kao dva brda. U č a š i se m u k a ne razdijeli na dva dijela, nego se u sredini načini jama do dna tako, da m u k a stoji sve naokolo uz rub čaše. Kad je to na brzu ruku izvršeno, valja brzo zapaliti p e ć, koju gotovo svi imadu u kući po strani uz o g n j i š ć e. Pali se peć ovako: sa ognja ispod l a v e č a, u kome se grije voda za kruh, uzme se malenom p a l e t i c o m nešto žeravice, koja se prospe usred peći.

P a l e t i c a pripada k ognjištu, kao kliješta i popečak, te je željezna. Oblik joj je kvadratan, s jedne strane, s kraja, posve otvorena, dok je s onih drugih triju strana opasana malim uzdizinama; na srednjoj uzdizini, nasuprot onoj otvorenoj strani, pričvršćen je rep, za koji se drži.

Nad žeravicu u peći postavi se još par nagorjelih glavnjica, i to tankih, također uzetih sa ognjišta. Nad sve to metne se nešto tankog p r a š ć a i debljih drva. Sada p u h a l o m potpušemo, da se učini p l a m i k i drva počnu gorjeti, da se z a j e d u. Dok se peć pali, otvori se na peći p r o d u h, koji se nalazi nad z a p a l i (otvorenom peći), da u peći bolje gori. Peć se zapali i tako, da se uzme malo m a g r i ž a ili slame, pa se to postavi usred peći. Nad ovo se stavi p r a š ć a i debljih drva, a onda zapali f u l m i n a t o m (žigicom).

Kad je peć, koju često valja potaknuti i naložiti, zapaljena, počne se m e s i t kruh. Radi se ovako: najprije se uzme k v a s i istrese usred k o p a n c e ili č a š e, na to se baci nešto soli, da kruh bude slan. Sada se uzme sa ognja onaj l a v e č s toplom vodom i s k a c o l o m ili v r č i ć e m ulije nešto u k v a s, a l a v e č postavi gdjegod kraj sebe, da voda bude pri ruci. K v a s se sada rukama ižmika, a ujedno se malo pomalo zagrće i primješava s m u k o m, koja je po strani. Kadgod ustreba, uzme se voda ponovno ili samo dobro namoće ruke te i dalje miješa dogod nije sva m u k a smiješana. No kruh još nije ipak nije gotov. Tijesto se i dalje stisnutim rukama, m a t a f u n i m a (šakama) d a v i, m e s i, ž d r o k a i p r e v r a ć a, da ne bi možda u njemu ostalo b o b i c a od muke. Kad je dobro umiješno, razdijeli se na onoliko dijelova, koliko se hljebova misli načiniti, dok se samo malen komadić tijesta ostavi na strani. Kad je k tomu na stolu ili velikoj škrinji pripravljena naročita daska i pokrivalo, uzme se u ruke jedan po jedan od onih dijelova i prave hljebovi. Svaki komad tijesta najprije se još dobro izmijesi, zatim se malo z a v a j a, da bude poduguljat. Na to se rukama u sredini istanji tako, da su ona dva debela kraja kao dvije b a l e (kruglje). Ovako se sada uzme tijesto iz k o p a n c e ili č a š e te se položi jednim krajem na dasku na stol, dok se drugi kraj rukom pritisne nad ovaj dolje tako, da gornji i donji dio sačinjava dosta plosan hljeb. Svaki od tih dijelova zove se p o l u š, jer se, kad je kruh već pečen, p o l u š a s pomoću s f o r c i n a (jakog konopca), tj. odijeli sa gornji dio od donjega. Tako se učini s drugim komadom tijesta, tako s trećim, četvrtim, i t. d. prema tome, koliko hljebova ima. Napokon se uzme onaj komadić tijesta, malko se z a v a j a u okrugljicu pa i on postavi na dasku. Sad je sav kruh umiješan, hljebovi su učinjeni, pa valja pokriti. Ako je zima, pokrije se debelim pokrivalom, a ljeti, jer je toplo, samo tankim pokrivalom, da muhe na nj ne sjedaju. Kruh sada k i s a, a dotle se pripazi peći. Otprilike dok kruh skisa, peč je z a ž a r e n a, p e č e n a, d o b r a je. Više se ne meće drva u nju, nego se samo ona žeravica s pomoću r a ž n j a (dugoga kolca) dobro ražaruje i rastresa po peći. Kad je kruh posve kisao, kad se n a d i g n u l, pokupi se žeravica s pomoću g r a b u j e, a pepeo se sav izmete tako, da o p u k e u p e ć i budu posve čiste.

Sada se stavlja kruh u peć. Pri tom obično dvije žene rade. Jedna drži veliku drvenu l o p a t u, nagnutu širokim krajem na z a p a l i, dok druga donosi sa daske na stol hljeb po hljeb i postavlja ga na lopatu, tako da ga preobrne, tj. da donji dio dođe gore, a gornji dolje, jer tako dobije sa svih strana gladak oblik. Ona, koja drži l o p a t u, postavlja hljebove u peć, kako joj se zgodno čini, jednoga do drugoga, dok sav kruh nije u peći. Sada se zatvori z a p a l pokrovom od l a t e, isto tako i p r o d u h, da peć ne pušta toplinu. Jedino, ako je peć prepečena, onda se p r o d u h ostavi otvoren, jer bi inače kruh pregorio.

Onaj komadić tijesta je k v a s, k v a š č i ć za budući put, pa ga valja spremiti.

Dok se kruh u peći pomalo peče, dotle ima domaćica još pune ruke posla. Valja joj naime očistiti i oprati suđe, što joj je trebalo za miješanje, te ga postaviti na mjesto. Najprije čisti č a š u ili k o p a n c u. S pomoću malene željezne g r a b u l j i c e, posve slične velikoj g r a b u j i, samo što ima kratak željezni repić na kraju s rupicom za vješanje, ostruže se ono tijesto, što se uhvatilo za dno č a š e ili k o p a n c e, a zatim se dobro s pomoću male metlice od sirka opere onom vodom, što je ostala; opere se i lonac od kvasa i sve drugo, a ta voda baci u l o k. Kad je sve čisto, pusti se da se ocijedi ili se otare k a n a v a č o m (za to određenom krpom). Osušena č a š a ili k o p a n c a objesi se o čavao na zidu, lonci postave na n a p u, a l a v e č objesi pod k o m i n ili na nj.

Sada je opet sve u redu. Još treba prigledati kruhu u peći, da li je pečen. Ako nije, pusti se još malo, dok bude. Kad je pečen, vadi se iz peći onom istom l o p a t o m, kojom se metao u nju, i polaže se u b u b n j e v e na ognjištu. Kad je sav kruh iz peći izvađen, p o l u š a se, tj. jakim s f o r c i n o m raspolove se hljebovi na gornji i donji p o l u š. Ono što se hoće da ostavi svježe i meko, metne se u koš pod grede, dok se ono drugo metne u peć, da se b a š k o t a, jer kruh se g u s t o ne peče, nego svakih osam dana jedanput; a kad bi se sav kruh ostavio svjež i mek, mogao bi poći po zlu, pokvariti se, s p l e s n i t. Kad je b a š k o t a n, može trajati i duže vremena, samo ako do njega ne dođe vlaga. U peći ostaje još obično jedan dan, tj. dok se peć posve ohladi, inače se uvijek drži u košu.

Kruha ima više vrsta, od kojih su neke već spomenute, a te su: s t r u s n i, s p l o š n i, b o l j i, p o g a č a, m e d a c, k r u h o d u s k o r š a v, p o p r e n j a c i; još nam je spomenuti: k r u h o d a j d e i p r o s a, b e l i o d c v e t a, p o g a č i c e, s i s i r n j a k e, š k a n j a t e i k o l u b i c e.

S t r u s n i k r u h je obično od j a š m i k a, taj je crn.

S p l o š n i k r u h se zove onaj, koji je umiješan od dvije ili više vrsta r o b e zajedno, kao na primjer: od ž i t a i j a š m i k a, ž i t a i h i j a, ž i t a i f a r m a n t u n a, od j a š m i k a i h i j a, f a r m a n t u n a, p i r a v i c e ili r a ž i, uopće dakle, gdje ima više vrsta m u k e.

Kruh od ž i t a i f a r m a n t u n a, p i r a v i c e i ž i t a pa p i r a v i c e i f a r m a n t u n a jest b o l j i s p l o š n i k r u h.

B e l i k r u h je od samoga ž i t a ili p i r a v i c e ili c v e t a (kupovne bijele muke).

F a r m a n t u n s k i k r u h, k r u h o d f a r m a n t u n a je od samoga f a r m a n t u n a, no da bude bolji, pomiješa se i nešto c v e t a ili m u k e od ž i t a.

Kruh, u koji se metne p r o s a ili a j d e, zove se k r u h od p r o s a, o d a j d e ili p r o s e n i, a j d e n i k r u h.

Kruh, u koji se metne meda – to se čini obično onda, kad se iz u l a vadi med - zove se m e d a c, k r u h od m e d a, s l a t k i k r u h.

K r u h o d o s k o r u š a v je kruh umiješn od obične koje mu dago m u k e i samljevenih u s k o r u š a v.

Gore je opisano kako se u s k o r š a v e za zimu spremaju: Zrele se u s k o r u š v e z d a v e i od njih učine k o l u b i c e, koje se onda na suncu dobro osuše i spreme. Sada, kada se hoće od toga praviti kruh, moraju se jedna ili dvije k o l u b i c e r a z m u l i t i, razmrviti na sitno, ako se to nije odmah nakon sušenja učnilo. Razmrvljene u s k o r u š v e sa sada kao r o b a ili f a r m a n t u n u ž a r n i m a samelju, zatim p r o s e j u. M u k u od njih miješamo s m u k o m , od koje ćemo kruh mijesiti, prije miješanja.

I za s p l o š n i k r u h se muke smiješaju prije miješanja.

Kruh od u s k o r u š o v. p r o s a, a j d e i m e d a c rijetko se kada pravi, jer p r o s a i a j d e u nas malo tko sije osim onih, koji imaju mnogo zemlje, no i njima to najviše kokoši pozoblju, ili samljeveno dadu prascu u l o k mjesto posija. U s k o r u š o v pak ljudi rado i svježe pojedu te im ih malo ili ništa ne ostane za sušenje; s druge strane mnogo se hoće posla za sušenje. A pčela u nas ima malo, pa ono malo meda, što ga tko dobije, radije upotrebi za drugo.

Od s i r k a se u nas kruh ne pravi. Jedino, kad bi nastao glad, bili bismo prisiljeni da jedemo sirčani kruh. Ovako se sirak samo samelje i mjesto posija daje prascu.

Sve dosad spomenute vrste kruha mijese se i peku jednako.

P o g a č e i p a p r e n j a c i mijese se drugačije; kod p o g a č a posao je gotovo jednak, dok su stvari druge; kod p o p r e n j ak a je sve drugo.

Za p o g a č e je muka bijela, fina, kupovna, c v e t. Kvas se z a p a r l a kao kod kruha. Voda se zakuha i izlije u zdjelu. U m a l t a r i ć u se rastuče, koliko je potrebno, c u k a r a, koji se saspe u zdjelu s toplom vodom, da se rastopi.

M a l t a r i ć je drvena, maloj zdjelici slična posuda za tučenje, t a r a n j e c u k a r a ili p o p r a. Tuče se ili tare s pomoću drvenog b a t i ć a, koji je na

jednom kraju dosta debeo, dok je drugi kraj, za koji se drži, kratak. Kupi se na sajmu.

U drugoj, manjoj zdjelici razbije se više ili manje jaja, prema tome, da li želimo napraviti manje ili više pogača, ali tako, da se b e l m o odijeli od žutanjka. Žutanjci se dobro s k l e p a j u (stuku). Na drveni p i j a t, koji se zove t a r e j, o s t a r ž e se na s t a r g u j i c u domaćeg ovčjeg sira, koliko treba.

S t a r g u l j i c a je od p l e h a te je sva provrtana, išupljikana tako, da na vanjskoj strani ima zubiće, kojima se sir r i b l j e, s t a r ž e.

Sir se pomiješa s nešto p o p r a. Kad je sve to jedno po jedno izvršeno, uzme se m u k e te s njom dobro smiješa sir s poprom, a onda metne to brašno u k o p a n c u ili č a š u, gdje se razdijeli upravo onako kao i kod miješanja drugoga kruha. U onu jamu na srijedi metne se sada kvas, koji je također od c v e t a z a p a r l a n, u nj se v a s p e p e s t s o l i. U kvas se izlije ona stučena, z b a t o ć a n a jaja, t. j. žutanjci, pa se to sve s pomoću k u h a r i ć a polagano miješa. Kad je to smiješano, da se ne može razlučiti kvas od jaja, onda se ulije ona voda sa rastopljenim c u k a r o m, pa to opet sve dobro smiješa, najprije samo za se, a onda malo po malo s brašnom, koje je naokolo, dok nije sva smiješana. Dalje se radi kao i kod običnog kruha; jedino se pogače ostave posve glatke, jer se ne p o l u š a j u. Od toga se tijesta ne ostavlja za kvaščić ništa. Kad su pogače umiješane, postavljaju se na dasku, a prije nego se pokriju da kisaju, tko hoće, može ih na vrhu, u sredini, samo malo u troje razrezati nožem; tko ne će, pušta ih glatke, ali onda urine usred vrha komadić sira. U peć se meću pogače kao i drugi kruh, samo se ne preobraćaju, nego se prije toga perom kokoši ili čega drugoga na vrhu namažu bjelanjkom jaja, da pečene ljepše izgledaju. U peći ostaju pogače manje vremena nego običan kruh, jer ne smiju biti tvrde i pregorene. Pogače su žute, kod nekih više, kod nekih manje, prema tome, koliko je jaja i sira u njima. Pečene se drže kao i kruh, u košu ili u škrinji. P o g a č a je u s k r s n i kruh, no mogu se peći i drugda.

Ako u kući ima djece ili se možda hoće koje dijete od roda ili prijatelja o V a z m u da nadari, načini se od onoga istoga tijesta, od kojega su i pogače, jedan, dva ili više – prema tome, koliko je djece - s i s i r n j a k a, jedna dvije ili više p o g a č i c a.

P o g a č i c a je podugoljasta, glatka, usred nje je komadić sira. S i s i r n j a k je također podugoljat, samo što je na jednom kraju deblji. U onaj deblji kraj utaknuto je cijelo kokošje jaje, onako posve bijelo ili obojeno. Preko jaja položen je kao križić od tijesta. P o g a č i c a i s i s i r n j a k se prave za djecu samo u V a z m u.

Š k a n j a t e su bijel sladak kruh u obliku kolačića. Umiješane su od bijelog brašna, jaja i šećera. Prije pečenja se na vrhu pomažu bjelanjkom. Š k a n j a t e se jedu svježe, no tko hoće, može ih i b a š k o t a t, kao kruh. Š k a n j a t e se peku najviše o Ivanju i Petrovu, kad je u nas sajam, a peče ih malo tko, nego ih svatko voli kupiti gotove od Cresanka, koje ih tom prilikom uz druge slatke stvari dođu prodavati (komad stoji 4 novčića).

P o p r e n j a c i su slatki. Prave se od brašna, meda, jaja, sira, papra i cukara bez kvasa i vode. Oblik im je kolačića, a nisu veliki. Prave se obično o Božiću, ali ne uvijek i malo ih tko pravi; najviše djevojke za darivanje momaka. Peku se u peći uz drugi kruh, samo valja paziti na njih, da se ne prepeku.

O Božiću se peku i k o l a č i od fine bijele m u k e. Oni inače nisu slatki, nego je to samo finiji kruh, koji se daje kao k o l e d v a za p l o v a n a (o.a. svećenik koji upravlja župom), k a p e l a n a i s a k r e s t a n a (o.a. crkvenjak, zvonar) prigodom blagoslivanja kuća. Ozgo su n o ž i c a m a (škarama) lijepo narezuckani, n a p i f e r e n i.

Kako gotovo svaka kuća ima svoju peć, peče svaka domaćica kruh kod kuće. Treba li samo malo kruha speći, umoli susjeda susjedu, da joj ona uzme u svoju peć hljeb, dva. U tu svrhu joj dade potrebna drva.

Ako nema vremena ili nije pripravno, samljeveno dosta brašna, onda se na brzu ruku napravi k o l u b i c e bez kvasa, koja se speče pod č r e p o m, tj. očisti se, odgrne s u m p r a h, tamo metne k o l u b i c a, pokrije zdjelom, č r e p o m, a nad zdjelu nagrne žeravice i pepela, da se kolubica sa svih strana jednako peče. Tako se učini za veliku potrebu.

Ljudi ili žena, koji bi se samo tim poslom bavili, pekara, u nas nema.

Osim kruha se p e č e: svježe i slano m e s o, svježa i slana r i b a, k u m p i r, p a n j o k e, j a b u k e, k o s t a n j i kokošice. Od toga se svježe i slano meso može peći na dva načina, i to na g r a d e l a m a i n r a ž n j u.

G r a d e l a su kupovna, od željeza. To su dva deblja komada željeza, otprilike jednu nogu duga, a krajevi su im na jednu stranu svinuti i to su n o ž i c e, n o g e. Trećim, mnogo dužim komadom željeza spojena su ona dva prva poprijeko u sredini tako, da jedan od drugoga budu razdaleko, koliko su sami dugi. Ono, što od onoga većega komada ne jednoj strani ostaje slobodno, jest rep, koji je na kraju ili svinut u kućicu ili provrtan za vješanje. Ona prva dva komada spojena su poprijeko jedan s drugim s pomoću više jednako dugih i debelih željeznih priječaka, koje idu uporedo jedna s drugom i s repom. Osim od kovanoga željeza mogu g r a d e l a biti spletena i od debele žice.

Kad se hoće na gradelama peći, najprije se popečkom ili kliještima ražari žeravica, tj. potegne se ono najbolje ugljevlje ispod ognja i raširi unutar onoga poluobruča od željeza na ognjištu, koji priječi, da se oganj po ognjištu ne rastresa. Meso, koje smo prije malo p a s a l i sa solju, ako je bilo svježe, naniže se na gornju strabnu g r a d e l a, koja je onda ovako puna postavimo nad žeravicu tako, da počivaju na svojim nožicama. Dok se meso pomalo peče, valja ga više puta obrnuti na drugu stranu, da s jedne ne pregori, a uvijek se ozgo meće nove žeravice, jer se cijeđenjem smoka, masti sa mesa ona prva z a f u l i, ugasi. Tko hoće, maže meso, dok se peče, s pomoću pera od kokoši mašću, jer je tako bolje i ne pregori; tko ne će tako, peče ga onako na suho. Tako se peku b r ž o l i c e.

R a ž a n j je duga željezna šipka. Na jednoj je strani zašiljen, dok mu je drugi kraj svinut nasjprije na stranu, a onda opet ravan. To mu je r u č i c a za okretanje.

Kad se na ražanju želi peći – a to su obično veče pečenke kao: kokoš, pura, janje, - natakne se pečenka na ražanj, a onda ražanj s p e č e n k o m, p e č e n i c o m položi iznad žeravice na dva stalka, od kojih svaki stoji sa svoje strane ognja. Ovi su stalci od željeza, ozdo imadu tri noge, a gore u različnoj visini više grančica, na kojima ražanj počiva. Kad se pečenka peče, okreće se ražanj, a s njime i pečenka s pomoću one ručice, da meso bude svuda jednako pečeno.

Osim na ražnju i na gradelama – tko toga nema, ili nema pri ruci, ili mu se ne će - peče se meso i na goloj žeravici, samo se mora osobito paziti, da ne pregori, ili se pomaže tako, da se peče na ognjišnim kliještima.

Da se meso, osobito piletina, peče na p a d e l i, to znamo, ali u nas se tako ne običava.

R i b e. Kao meso, peku se i ribe, i svježe i slane, na gradelama, na goloj žeravici ili na kliještima. Prije nego se počnu peći, dobro se očiste i operu; zatim se posole, a onda p o š t i v a j u (nanižu) jedna do druge na g r a d e l a ili kliješta, ali tako, da im hrbat bude okrenut prema ognju, a glave postavljene m i t o m a, tj. jedna amo, druga tamo, ako je samo jedan red riba za pečenje; ima li više redova, onda su im ili glave prema glavama, ili repovi prema repovima okrenuti. I ribe se za pečenja mažu uljem. Tko to ne čini, dok se ribe peku, taj ih poslije, kad su pečene, na tanjuru polije uljem.

K u m p i r, j a b u k e i k u n j e se mogu peći u peći, kad se peče kruh, no peku se ove i na ognmjištu.

K u m p e r se peče cio ili raspolovljen na l a n d i c e sa svojom korom tako, da se odgrne s u m p r a h, tamo poređa toliko cijelih krumpira ili l a n d i c a, koliko se želi, pa se zagrne najprije vrućim popelom, a onda debelom žeravicom, i tako ostane, dok nije pečeno. Pečen se krumpir jede ili onako, ili se začini uljem, i to obično friganim, tj. onim uljem, u kojem su se frigale ribe.

J a b u k e i k u n j e peku se kao i krumpir, samo se prije zamotaju u komadić papira, jer kad se peku, raspuknu se i puštaju iz sebe sok, pa bi se sav pepeo na njih prilijepio.

Neki peku tako i j a j a, a da im ne puknu, smoče ih prije vodom.

A n j o k i (svježe glavice od kukuruza, mliječ) peku se na goloj žeravici.

K o s t a n j se peče kao i krumpir pod ognjem. Da za pečenja ne pukne i oganj ne raznese, valja ga narezati. Osim ovako, peče se kostanj i na c u r i, koja je sva provrtana i išupljikana.

K o k o š i c e (zrna od suhog kukuruza) peku se na golim m a t u n i m a (opekama) ognjišta na s u m p r a h u. To se ne peče radi potrebe, nego se time zabavljaju djeca u jesen ili zimi, dok se uvečer kod ognja grijemo ili razovaramo. Zovu se to k o k o š i c e zato, jer se zrna, kad su pečena, raspuknu te nalikuju na kokošice.

F r i g a j u se, rečeno je, sve vrste svježeg i slanog m e s a, svježa i slana r i b a, j a j a, k u m p i r, š p a r o g e i m l i n c i.

M e s o se svježe najprije posoli, a onda razreže na male komadiće. Isto se tako razreže i slano meso. Na c u r i c u se nareže malo š p e h a ili, tko ne će š p e h a, uzme l o j a, ili t u k a (t u k je rastopljeno svinjsko salo), pak to rastopi, tako da ostanu samo mali r e ž n j i ć i. Kad je š p e h ili ovo drugo rastopljeno i dobro vruće, onda se pomalo metne u c u r i c u ono razrezano meso, da se f r i g a. Pri f r i g a n j u obraćamo i pritištimo k u h a r i c o m (a to je slična drvenoj žlici, samo što je mnogo veća te ima dug rep, koji je na kraju zakukast radi vješanja).

Kad se ubije janje ili ovca, onda imamo d r o b, d r o p č i ć, t. j. pluća, jetra, grkljan i j i s t a (bubrege). I t o se f r i g a kao i drugo meso, samo se u c u r i c u kapne malo k i s e l i n e (octa), da bude ljuto, jer je bolje, a ne škodi, ako metnemo i p r e z u p o p r a. D r o b se posoli na c u r i. Tko ne voli, ne mora metnuti k i s e l i n e.

I meso od p i š ć e n c a (pilića) se f r i g a. Ovo se najprije posoli. U malu č i k a r i c u (zdjelicu) razbije se par jaja, u koja se metne p r e z a p o p r a i soli, pa se dobro r a s l j e m u t a j u. (Ako smo meso posolili, onda to ne moramo, inače da.) U jaja se umače meso, zatim se o m u č i u bijelu ili žutu m u k u i tako stavlja u c u r i c u, u kojoj se prije rastopi š p e h a ili čega drugoga, i obraćući drži na ognju, dok nije f r i g a n o. Neki sole kokošje ili pileće meso istom kad je f r i g a n o; bace naime preko njega par zrna soli, dok je još vruće, na tanjuru. Ni tako nije zlo, ali je uvijek bolje, ako se soli prije.

R i b e, i svježe i slane, f r i g a j u se na ulju u većoj ili manjoj c u r i c i. Najprije se dobro o š ć a m a j u, očiste, izvadi drob, pa se prema potrebi u jednoj ili dvije vode operu, a zatim o m u č e bijelom ili žutom kukuruznom m u k o m. Jesu li ribe velike, onda se razrežu na manje komadiće, b o k u n i ć e. Kad je ulje u c u r i c i vruće, metne se u nju onoliko o m u č e n i h riba, koliko

može stajati. Okreću se običnim p i r u n o m, kojim se jede, no neki imadu za friganje ili za porabu pri kuhanju veće, dvozube p i r u n e ili kao malu p e n a r i c u od l a t e, koja je sva išupljikana, da se kod vađenja ulje ili voda procjeđuje. Kad su ribe frigane, onda se preko njih baci nekoliko zrna soli.

J a j a se najprije razbiju, na njih se pospe p r e z i c a p o p r a i dva, tri zrna soli, pa se dobro r a z b a t o ć a j u. Frigamo ih u c u r i c i na ulju ili na masti, što prije valja dobro ugrijati. Tko hoće, friga sama jaja, a tko voli, nareže u ulje nešto luka (kozjaka), slanoga mesa ili š p e h a. Tako su jaja bolja. Frigaju se uvijek na tvrdo; jedu se s palentom ili s kruhom. S jajima se frigaju i š p a r o g e, kad ih ima.

K u m p i r. Tko hoće radi promjene jela, može frigati i kumpir. Nožićem se dobro očisti, opere se, a onda razreže na tanke l a n d i c e, f e t i c e. U c u r i c u se uzme ulja ili š p e h a ili masti, a kad je ovo toplo, onda se u to meće kumpir, koji se friga kao i riba, samo što nije o m u č e n, jer to ne treba. Soli se, kad je već frigan, na p i j a t u.

M l i n c i se prave od bijelog brašna, kupovnoga ili domaćega ž i t n o g a, smokava, suhog grožđa, c u k a r a i p o p r a, a kad se frigaju za mrsne dane, metne se i jaja. Suhe se smokve najprije razrežu nasitno, a onda se zajedno s očišćenim suhim grožđem metnu u lonac s vodom, da se na ognju kuhaju. Kad su kuhane, isprazne se sa vodom u veliki l a v e č. Sada su u njih metne, koliko je potrebno, stučenoga šećera i papra. Tko hoće, metne i jaja, ali može i bez njih. To se drvenom k u h a r i c o m sve dobro smiješa najprije samo, a onda se, dok se jednom rukom miješa, drugom rukom usipa u l a v e č brašno, da se napravi tanko tijesto. Ako je pregusto – a to ne smije biti, jer bi m l i n c i bili pretvrdi – dolije se nešto tople vode, koja je u jednom loncu kod ognja. Kad je tijesto gotovo, pusti se neko vrijeme da stoji, a dotle dobro potakne oganj, da bude dosta p l a m i k a. Preko ognja se postavi veliki t r i n o g od željeza, gore okrugao. U okrug su pribite tri visoke noge, na kojima povrh ognja stoji. Noge su gore svinute prema sredini okruga, da na t r i n o g u mogu i manje posude stajati. Zajedno s jednom nogom pribit je o okrug i dug rep, koji je na kraju svinut prema gore i razdvojen kao vile, da na njemu može počivati rep velike ili male c u r e.

Kad se frigaju m l i n c i, uzme se velika c u r a. U nju se ulije mnogo domaćeg dobrog ulja (na masti se m l i n c i nikad ne frigaju), a onda se zajedno s uljem postavi na t r i n o g. Kad je ulje vruće, grabi se k u h a r i c o m ili velikom žlicom tijesto iz l a v e č a i stavlja u c u r u da se friga. Pri obraćanju služimo se velikim p i r u n o m. Frigani se m l i n c i vade iz c u r e onim istim p i r u n o m, koji su se obraćali, u veliku zdjelu. Svaka se zdjela m l i n a c a pospe u zdjeli tučenim c u k a r o m. Tako se radi, dok se sve tijesto nije pofrigalo.

Mlinci su dobri za jelo odmah onako vrući, ali su bolji, kada se ohlade.

K u h a j u se tijesta kao: l a z a n j i, m a k a r u n i, f u ž i, p r a š č i ć i, b i g u l i. B i g u l i se kupuju. Prave se u tvornicama, a napravljeni su od brašna kao i druge p a š t i.

Ima ih različne vrste: debelih i tankih, šupljih i cijelih, ili su dugi ili kratki, zrnati ili kao sjeme od tikve, zvijezdasti. Šuplji se zovu š u b j o t i, a oni drugi a tanki š p a g e t i, jer su dugi kao konopčići. B i g u l i se kuhaju na vodi; posole se, dok se kuhaju. Kad su kuhani, vade se iz l a v e č a p e n a r i c o m od željeza. To je kao velika žlica ili k u h a r i c a te je sva išupljikana, da se voda može cijediti. Začinjaju se š u g o m (juhom) od z v a c e t a i posipaju sirom ili se začine rastopljenom mašću, ako je mrsni dan. Želimo li jesti posno, onda ih začinimo posno, tj. u c u r i c u ulijemo ulja i ugrijemo ga. Iz b a r i l a izvadimo dvije, tri slane s a r d e l e, očistimo, razrežemo nasitno i dobro sfrigamo na ulju, a kad je to gotovo, izlijemo na b i g u l e, kloje dobro promiješamo. Sad ih možemo jesti. Posuti ih sirom nije potrebno, ali se može. Tanki biguli, zrnati i slični, kuhaju se i u juhi.

L a z a n j i, m a k a r u n i, f u ž i i p r a š č i ć i prave se kod kuće od domaćeg ili kupovnog brašna. U veliku se zdjelu uzme bijeloga brašna, c v e t a, ili domaćega pšeničnoga, koliko treba. Razgrne se u zdjeli, kao kad se u č a š i kruh mijesi. U loncu je topla voda, od koje se uzme, koliko treba, u zdjelu te miješa malo po malo, dok sve brašno nije pomiješano, uprvo onako kao kod kruha. Tko hoće, uzme k tome par jaja i nekoliko posve izgnječenih krumpira, pa zajedno mijesi (tako je tijesto bolje). Kad je tijesto gotovo, razdijeli se na dva, tri ili više dijelova, prema tome, kako se može raditi. Sada se uzme jedan po jedan od ovih komada i položi na dasku od kruha (na kojoj kruh kisa). Tu se s pomoću v a j a l a dobro razvalja, rastegne, dok tijesto nije posve tanko i široko. Sad se mogu od njega praviti l a z a n j i, m a k a r u n i i f u ž i.

Ako želimo l a z a n j e, onda razvaljano tijesto savijemo kao papir u valjak i ovako režemo oštrim nožem, a poslije, kad je sve gotovo, l a z a n j e (rezance) stresajući u bubanj ili u rukama razvijamo.

M a k a r u n i se prave od jednakoga tijesta kao i l a z a n j e, samo se ne savijaju i ne režu kao lazanje, nego se razrežu u kvadrate, zato se zovu i k r p i c e. - F u ž i se i mijese i režu kao m a k a r u n i, ali se još savijaju oko komadića tanke trstike, tako da budu šuplji. Za p r a š č i ć e se ne mora tijesto razvaljati valjalom, nego se samo rukama nadugo razvalja i razreže na malene kao palac debele i duge komadiće, koji se pritisnu na naopako okrenutu s t a r g u j i c u (za ribanje sira), da one rupice ostave u njima tragove. Tako je ljepše.

M a k a r u n i, f u ž i i p r a š č i ć i kuhaju se na vodi, upravo onako kao i b i g u l i. Procijede se na p e n a r i c u, začine i poliju š u g o m od z v a c e t a ili drugim smokom, a uz to pospu struganim s i r o m. L a z a n j e se kuhaju kao druga tijesta, ali se ne ocjeđuju, već puštaju u juhi. Začinjavaju se tako, da se u c u r i c u ulije m e r i c a, dvije ulja, ili rastopi nešto š p e h a ili drugoga smoka, zafriga malo l u k a ili c e sn a, pa to ulije u l a z a n j e kad su već kuhne, i to još u l a v e č u. Kad smi ih još dobro promiješali, možemo ih vaditi u zdjelu ili na tanjir.

Od bijelog kruha, kolačića, baškota, koji se kupi, kuha se p a n a d a. Kruh se razmrvi na sitne komadiće i metne u lonac kuhati. Zajedno s kruhom metne se u lonac kuhati i nešto struganoga domaćeg sira (o.a. ovčjeg sira), pomiješanog s p r e z o m p o p r a. Kad je kruh otprilike kuhan, ulije se u lonac žlica, dvije sirovoga ulja. Sve to učini još dva, tri vrutka, a onda se može isprazniti u zdjelicu ili na tanjir. Panada se obično kuha za bolesnike i stare ljude, koji teške hrane ne mogu podnijeti.

Od f a r m e n t u n s k e m u k e kuha se p a l e n t a, s k r o b i skrobić. – Za p a l e n t u se f a r m a n t u m samelje kod kuće ili se kupi m u k a. Kad se kuha p a l e n t a, stavi se u l a v e č vode i objesi na k o m o š t r e, da zakuha. Kad se voda zavri, v a s p e se š e š u l o m onoliko m u k e, koliko treba, a da p a l e n t a ne bude ni pretvrda ni premeka. Nad brašnom, koje još na vodi pliva, načini se velikim k u h a r i ć e m križić, baci u palentu šaka soli, a onda počne miješati k u h a r i ć e m. Dok se zasipa brašno u l a v e č, visi ovaj na k o m a š t r a m a iznad plamena, a kad smo zasuli te se palenta ponešto zgusnula, zažarimo žeravicom na ognjištu, pristavimo m a l i t r o n o g, na nj postavimo l a v e č i tu miješamo palentu dalje, dok nije posve kuhana. Čini se to zato, jer palenta otvrdne, pa bi je bilo teško miješati na k o m a š t r a m a, jer se ta za miješanja – a s njima i l a v e č s p a l e n t o m – previše ljuljaju, dok na t r i n o g u počiva l a v e č mirno, kakogod hoćemo. Ovaj t r i n o g je nešto drugačiji od velikoga. Ozgo nije okrugao, nego trouglat, a na svakom uglu ima jednu nogu, koje su sve kratke; repa nema, za koji bismo ga primili, nego se u tu svrhu poslužimo ognjišnim kliještima. Kuhana se palenta vadi u zdjelu ili na tanjir k u h a r i c o m, na komade. Tko hoće po g o r i n j s k u, taj samo prevrne p a l e n t u sa svim l a v e č o m na dasku.

Š k r o b se kuha kao i p a l e n t a, samo je mnogo mekši, i ne kuha se na vodi, nego obično na juhi, što se dobije, kad se kuhaju svježe ovčje noge ili glava.

Š k r o b i ć je kao škrob. Razlika je samo ta, da se u s k r o b i ć kad je već kuhan i u zdjelici, ulije dobroga vina. To se radi za bolesnike i stare ljude, jer krijepi.

P a l e n t a se ne jede nikada sama, nego uvijek s čim drugim, kao sa sirom, mesom na z v a c e t ili na l e š o kuhanim, sa salatom, s jajima, b r o s k v a m a, zeljem, b r u d e t o m, friganom robom i t. d.

Svježe se m e s o kuha na l e š o i na z v a c e t. Na l e š o je kuhano meso, koje se na vodi kuha i od njega se dobije juha.

U juhi se kuha riža, fini b i g u l i, l a z a n j e, s a m o p a k, ili se nadrobi u nju prepečenoga kruha. To se zove p a l i m b r o d, p a n i m b r o d. Meso n a l e š o kuhano jede se s kruhom ili palentom, a da se više nikako ne pripravlja; no tko hoće, kad je hladno, može ga i na salatu načiniti. Slano se meso također kuha na l e š o.

Z v a c e t se pravi od svakoga svježega mesa, bilo volujskoga, ovčjega ili kokošjega. A radi se ovako: U p a d e l i se rastopi slanine ili kojega drugoga smoka (ulja ne). U onu se mast metne razrezanoga l u k a ili k a p u l e ili

c e s n a i to se s u f i g a. Na to se u p a d e l i c i metne na malo razrezano meso te se i to neko vrijeme s u f i g u j e (s u f r i g u j e). Kad je dosta s u f i g a n o, metne se malo papra i nalije vodom. Ovako se na žeravici kuha, dok nije kuhano. Tko hoće, pravi z v a c e t od sama mesa, no dobro je, ako se uzme i par krumpira. Z v a c e t se jede s kruhom ili p o p a l e n t i. Juhom od z v a c e t a se poliju m a k a r u n i, f u ž i, b i g u l i i p r a š č i ć i.

Kao z v a c e t pripravljaju se i č r e v a, o l i t a od blaga s krvlju. To se jedno s drugim kuha (tj. krv i crijeva) ili svako za sebe. Drobnina se jede kao z v a c e t, s kruhom ili p o p a l e n t i. S l e p i z v a c e t je samo od krumpira bez mesa.

Kad se ubije janje ili ovca, odvoje se noge i glava, s kojih se ne odere koža. I to je dobro za jelo, samo što ima mnogo posla oko toga. Noge i glavu valja najprije dobro isprati, o s m u d i t, zatim dobro ostrugati nožem, da ne bude na njima ni jedne dlačice. Izvaditi valja p a č e n k e, o p a č e n k e i u toploj vodi sve oprati. U glavu se posebno metne nekoliko pera j a v o r i k e (lovorika, lorber) i r u z m a r i n a, a onda se koncem dobro sveže; glava se naime pri čišćenju raspolovi po tjemenu na dvoje, pa bi, ako se ne sveže, možđani za kuhanja ispali i rastresli se. Glava i noge kuhaju se na vodi; na juhi, koja se od toga dobije, kuha se š k r o b.

R i b e. Slane se ribe ne kuhaju, nego samo radi riblje salate. Svježa pak riba kuha se na dva načina: n a l e š o i n a b r u d e t. N a l e š o se kuha riba na vodi. Kad je kuhana, izvade se sve kosti, a onda se pusti ohladiti. Sada se posoli, metne malo papra, nariba c e s n a, ulja i octa. N a b r u d e t se kuha riba ovako: U l a v e č i ć ili p a d e l i c u se metne prema potrebi mjerica ili dvije ulja, koje se dobro ugrije. Zatim se nadrobi luka (kozjaka) i p e t a r s i m u l a. To se dobro p o s u f i g a, ali da ne pregori luk i p e t a r s i m u l ili p o m i d o r i. Kad je p o s u f i g a n o, metne se u to riba, a povrh nje malo papra i soli. Sada se to dobro promiješa i nalije, koliko treba, vodom i octom, da bude ljuto. Ovako se stavi p a d e l i c a na žeravicu ili, ako je l a v e č i ć, na k o m o š t r a, da se kuha. Miješati se ne smije, jer bi se ribe raspale. Brudet ne smije biti ni pregust ni prejušan. Kad je brudet kuhan, jede se topao ili hladan, s kruhom ili p o p a l e n t i. S l e p i b r u d e t je isto samo bez ribe, a s puno luka i peršina.

J a s t o g i j a r o ž i c a kuhaju se na vodi, a onda se razbiju. Meso se stavlja na tanjir, a kosti bacaju. Sve ono meso, koje se iz nogu (šćipanka) i repa dobije, načini se kao i riba n a l e š o kuhano, samo tko hoće, nacijedi malo l i m u n c i n a.

Kako je gore opisano, pripravljaju se sve ribe, i velike i male, i bolje i gore, a isto tako i h a b o t n i c a i s i p a i d a t u l j e (vrste manjih školjki). Jedinio se h a b o t n i c a i s i p a mora prije kuhanja očistiti od č a r n i l a.

H a b o t n i c a se još i dobro istuče, jer bi inače bila pretvrda, dok u s i p i ima siga, koju valja izvaditi. I s i p e i h o b a t n i c a se prije kuhanja razrežu, kao i druge ribe, koje nisu male.

B a k a l a r se najprije – obično – stavi kvasiti. Sutradan se na c o k u (drvenom panju) sjekirom dobro istuče, da bude posve mekan, a onda se na vodi skuha. Kad je kuhan, pusti se da se ohladi, očiste se iz njega kosti i razmrvi nasitno. Dalje pripravlanje je posve jednako kuhanju z v a c e t a, jedino se bakalar uvijek pripravlja na ulju. To je jušno pripravljanje bakalra. No bakalar se pripravlja i na suho, tj. na p a d e l i c u se stavi koliko treba ulja, malo c e s n ili k a p u l e, to se s u f i g a, a onda se metne već kuhani i razmrvljeni bakalr te se s u f i g a, dok nije posve dobar. Tko ne će ni na prvi ni na drugi način, priredi ga ovako: Kad je bakalar kuhan i razdrobljen, nareže se po njemu malo c e s n a, uzme p r e z a p o p r a i polije uljem sirovim ili vrućim. Dobar je na sva tri načina.

J a j a se kuhaju na meko i na tvrdo.

Z a p e š t se pravi od loja ili slanine ili sala. Najprije se na vodi skuha, a onda na posebnoj daski nožem sitno siječe, ujedno nareže nekoliko zrna c e s n a i malo p e t e r s i m u l a, te se dalje p e š t a. Kad je gotov, istrese se z a p e š t u l a v e č ili p a d e l u, i to nam je smok obično za svježe b r o s k v e, kiseli k a p u z, repu, svježi f a ž o l, r i ž e i s o č i v a, uopće za m a n e s t ru.

Kiseli k a p u z i r e p a, svježe ze l j e, svježi f a ž o l, k u m p i r, d i v i n a (š ć i r, z l a k, b l i t v a i slično) kuha se u p i n j a t i na vodi, a poslije se zasmoči z a p e š t o m ili p o f r i g a n i m uljem. Tko hoće, pripravlja svako ovo jestivo napose, no može i jedno i drugo, kao k a p u z i k u m p i r, r e p u i k u m p i r, f a ž o l i k u m p i r, d i v i n u s k u m p i r o m.

F r i š k a b i ž a, f r i š k i f a ž o l i r i ž i se najprije p o s u f i g a j u, a onda zaliju vodom i kuhaju. Tko hoće, može s njima kuhati i svježe meso. Obično se te stvari kuhaju na vodi, ali i na juhi od svježeg ili slanog mesa.

– K u m p i r se kuha cio, n a l a n d i c e i p o d r o b l j e n. Ona se prva dva načina primjenjuju, kad se krumpir želi onako cio jesti ili načiniti na salatu; treći je način, kada se krumpir hoće da smiješa s kojom drugom gore spomenutom hranom. Kuhani se krumpir i s u f i g u j e n a s u h o.

– S o č i v a, kao: suhi f a ž o l, b i ž a, s o č i v o, g r a h, l e ć a kuhaju se na vodi, a zasmoče se poslije z a p e š t o m ili pofriganim uljem. F a ž o l se jede i na salatu.

K a f e se kupuje u zrnu ili samljeven. Ako je kupljen u zrnu, njprije se u b r o š t u - l i n u mora b r o š t u l a t, t. j . speći. Kad se ohladi, onda se u m a ž i n i n u samelje.

B r o š t u l i n je od željeza te naliči malom valjku, koji na jednoj strani ima vratašca, dok po svojoj dužini ima dugu šipku od željeza kao ražanj. Kava se

metne u onaj valjak, a ovaj se onda s pomoću ručice, koja je na dužem kraju, okreće nad ognjem, da se sva kava jednako ispeče. – M a ž i n i n je od željeza ili od drva, a ono, što zrna razbija, samo je od željeza. M a ž i n i n je mali mlin, u kojem se i papar može mljeti.

K a v a se kuha u k o g u m i. Prije nego se pije, mora ili „sjesti“na dno ili se na p r e c e d i l o procijedi, da i f u n a d a ć i ne idu u zdjelicu.

K o g u m je od l a t e ili o d r a m a. Ako je od r a m a. Onda naliči vrču pa ima ručicu i pokrovac. Od l a t e ima sve što i prva, samo je posve ravna. - P r e c e d i l o j e k a c o l i ć, koji ima na dnu sitne rupice, kroz koje kava kapa u zdjelicu.

Pije se kava s mlijekom, ali i bez njega. Šećera mora biti u njoj uvijek.

Na mlijeku se ne kuha ništa, osim katkada l a z a n j e i riža.

Za posebne zgode nema drugih jela, osim ovih, što su spomenuta. Jedino se na v e l i k e b l a g d a n e jede obilnije, tj. više jela. Tako na Božić i Vazam pa Duhove, Velu gospoju. Tada na stol dođe juha, meso n a l e š o, m a k a r u n i ili b i ž i ili p r a š č i ć i sa z v a c e t o m, fini kruh; na Božić m l i n c i, p o p r e n j a c i, o Vazmu posebno jaja, pogača. Na Badnje veče: b r o s k v e s juhom od b r u d e t a, ribe na b r u d e t, frigane, bakalar, m a k a r u n i, posuti ribanim kruhom, c u k a r o m i s t u č e n i m i u r e h i, a poliveni uljem, u kom su se frigali mlinci, i napokon m l i n c i. Kruh je bijeli.

N a p i r u se jede kao i na Badnjak, samo se ne jedu ribe, bakalar i b r o k v e, drugo sve. Pije se, koliko se više može.

Na druge djelatne dane jede se obično, što dođe, što je narednije, a jede se p e t p u t a na d a n. Ujutro kava ili m a r e n d a od jaja friganih, ribe ili mesa. Između deset, jedanaest sati r u č n j a, o podne o b e d, popodne oko četiri ure j u ž i n a, navečer v i č e- r a. Na neke dane u godini kao Božić, Pust, Vazam, Velu gospoju i druge velike blagdane jede se oko deset sati navečer p o v i č e r - i c a, tj. pojede se ono, što je ostalo.

Jede se po mogućnosti uvijek kod kuće, no ako se radi na polju ili u b o š k u s težacima, onda se jede tamo.

Creska ovca; pretpostavlja se da je nastala križanjem domaćih gruborunih ovaca (pramneki) s merino ovnovima iz Španjolske, Francuske i Italije. Kombiniranih je proizvodnih svojstava (meso-mijeko-vuna). Danas je glavni proizvod mlada janjetina, a od njezina mlijeka, na tradicijski način proizvodi se tvrdi creski sir. Prosječno u 106 dana laktacije dade oko 40 l mlijeka.

(G)UDIĆ (jezično riječ gudi odnosi se na svinju; *guda* – krmačica, prasica; *gude* – prase, guče; *gudin, gudinić* – prasac; *gudi* – dozivanje prasadi)

Ovčji pršut
(fotografija:KIGO.hr)

(G) Udić je pršut od starije creske ovce ili janjca, sušen na buri i jako zasoljen. Konzumira se uz crno vino i zapečen kruh na maslinovu ulju.

Postupak izrade:

I način: pripremi se 14% salamura u kojoj se but moči 10-12 dana. Svaka dva dana potrebno ga je okretati da se ne uhvati plijesan. Nakon toga se ispere i osuši na buri.
II način: But se posoli, pokrije lanenom krpom i okreće svaki dan. Nakon toga se suši obično na zraku (buri), ali u slučaju lošeg vremena suši se i u zatvorenom prostoru. Na buri je dovoljno 10 dana.
Može se i kratko dimiti.

Po starom običaju konzumira se narezan na ploške i prepečen na razmućenim jajima ili samo uz crno vino i zapečen kruh na maslinovu ulju.

Pladanj Lošinj

Sastojci: 30 g janjećeg filea, 40 g udića (ovčji pršut), 40 g kravlje skute, 40 g paprike punjene ovčjim sirom, 30 g fileta slanih inćuna, 30 g limuna, 20 g rukole, 10 g kopra, 1 g crnog papra u zrnu, 1 g cvijeta soli, 0,2 dl creskog maslinovog ulja, 60 g naranče, 0,5 dl bijelog vina (malvazija), 10 g šećera.

Nasjeckani janjeći file začinite s cvijetom soli, svježe mljevenim paprom i creskim maslinovim uljem te stavite na tanjur. Filete slanih inćuna s limunom i tanko narezanim udić-em (pršut od ovce) s kravljom skutom, složite na rukolu odmah do janjetine. Karamelizirani šećer podlijete bijelim vinom i sokom naranče. Reducirajte do pola količine i ohladite. Jelo završite s punjenom paprikom, koprom, umakom od naranče, svježe mljevenim paprom i creskim maslinovim uljem.

Običaji u Belom na otoku Cresu u opisu Andreja Bortulina (1876.-1917.) U spomen na tradiciju i govor.

Jaslice u Belom

Na sjevernom dijelu otoka Cresa, iznad mora, savilo se mjesto beli, u čijoj se crkvi nalaze jaslice još iz 17. stoljeća, te su uz one s Košljuna, najstarije u Hrvatskoj. O jaslicama se brine duže od pola stoljeća don Josip Bandera, ima 97 godina (o.a. 2007. god,) i najstariji je aktivni svećenik u Htrvatskoj. Jaslice je crkvi poklonila obitelj Mitis koje prema procjeni stručnjaka potječu iz 17. stoljeća i neprocjenjiva su vrijednost cijelog otoka Cresa. Jaslice su izložene u Rimu, 2001. god, na izložbi Cento Prezepi u kripti crkve Santa Maria, posredstvom Etnografskog muzeja u Zagrebu. U konkurenciji više od 200 jaslica iz cijelog svijeta, jaslice iz Belog, dobile su zlatnu medalju.

Božić

Za božićne se blagdane vala obilno pripraviti. Muški, ako to nijesu već u jesen učinili, napune konobu debelim suhim ili zelenim gorivim drvima, donoseći ih ili na ramenu ili dovozeći vozom iz „komunade“(općinskog) ili svoje ograde: cepanki, gari i faši (gari – panevi; faši, tal. fasci, lat. fasces – snop sječenog drva), a i običnog prašća ili sušna, jer svega toga mora biti dosta i za veliki dio zime. Za badnak napose mnogi gledaju da imadu pripravan čitavo breme težak gar ili pan, koji se na badni večer prije večere meće na ognište. Kuhinsko potreboće, kao brašno (od žita ili jašmika), smok, ponajviše se nađe u kući od priroda. Ako se što od priroda ili sav prirod u kući prije potrošio, ili ga možda radi siromaštvo ili slabe godine nije bilo, tada vala sve to kupiti u radu (Cresu). Zato se dogovori više susjeda, bilo ženskih ili muških, ili prijatela, pak svi skupa ili lađom ili pješke pođu u grad, gdje kupe, što ne imaju kod kuće i što ne mogu dobiti kod domaćih trgovaca, kao soli, cveta, bakalara, ribe, kafa, cukara i sličnog.

Ženske se uoči Božića bave svojim poslom: Urežuju kuću: bijele vapnom zidove, čiste prozore, slike po zidovima; peru škanciju (to jest zdjele: pijate i bukaltet ili vrčeve), suđe kuhinsko; preuređuju postele, iščiste komin i upoće urede svaku sitnicu, koju bi koji pohodnik mogao opaziti, osobito pop i sakristan, kad na badni dan dođu da blagoslove kuću. Izuzeto je samo ribane (žulene) kućnog poda, jer to se nikad ne čini.

Neki pred Božić idu u crkvu na „spoved“i pričest. Takovi onaj dan mali ili ništa ne rade.

dan pred badnim

Tako u spremanu dođe i dan pred badnim. Muškarci ne idu na duži vanski rad, već se bave oko kuće ili u vrtu, dok se ženske lacaju priređivana jela, uopće kuhana.

Po podne i na večer toga dana običaj je, da svaka domaćica mijesi i „friga“(prži) „mlince“. To je slatka tjestenina, mijesi se od bijela brašna (cveta), suhih smokava, koja se fino razrežu i ukuhaju, nešto papra, a kadikad i jaja. Vode se ne meće nego ona od smokava. Prže ili frigaju se na maslinovu ulu. Isprženi pospu se cukarom: dolaze na stol posve hladni, a treba da su u svakoj kući, ma da ih nitko i ne jede. U gdjekojoj obiteli, osobito gdje u kući ima mladih djevojaka za udaju, mijese i paprenake. (Vele im: „popernici“). To je tjestenina od brašna, meda, jaja, cukara i papra, kojega obično imade obilno: po tome im ime. Paprenacima običaje djevojka darivati svoga mladoga. (Ako inače nije znao, time mu ona pokazuje, da ga voli te da je slobodno smije zaprositi). Drugdje se opet mijese paprenaci zato da se nima počasti koji mili gost ili kućni prijatel, kad u pohode dođe. Uopće su paprenaci i darivane nima znak lubavi i naklonosti prema onome, kojemu se daruju.

Na badnak se po podne ne zbiva ništa osobito, već proteče posve mirno. Samo ako je lijepo i tiho vrijeme, igraju muževi na „bali“(kugle). Božićno drvo nije u obićaju.

Na večer ima blagoslov u crkvi (u 7 sati), kojemu pribiva cijelo mjesto, a pokadšto i gdje koji „vaušćac“.

Kad je to učinjeno, donosi domaćica za sto jela. Glava obiteli (to samo gdjegod biva) uzme nekoliko zrna soli, mrvicu kruha i samo znak gotovo od svih jela. Pristupi k ogništu te pokropivši blagoslovenom vodom ogan i pan, koji se zove badnak, priloži ovaj s jednoga kraja ogništu na vatru, da pomalo gori. S nime baci u vatru i one mrvice jela sa solu. Pan ne smije, vele, izgorjeti prije Sv. triju krala, jer bi kuća bila nesretna.

Blagovanje

Pošto se pan priložio vatri, opet svi sjednu za sto i počnu blagovati. Jela imade više. Najprvo je friško zele na juhi od brodeta (brodetto – nakiselo kuhana riba) s domaćim kruhom. Za zelem dolazi brudet, koji se obično jede s palentom, ali ove večeri samo s kruhom. Isto tako i bakalar, koji za nim dolazi. Priređen je „na retko“, tj. i u nem ima dosta juhe, osim toga i debelo narezana krumpira. Jela ne dolaze na sto naglo, nego se između svakoga odmara razgovorom. Kao četvrto i najbole jelo zimaju se „makaroni“. To je doma umiješana tjestenina od kuplenoga bijeloga brašna ili cveta: rezani su na četverouglasto; kuhaju se u čistoj vodi, koja se zasoli. Vade se iz pinate (kotla) sa „železnicom“ili penaricom i meću se u veliku zdjelu, a svaki se put ono malo izvađenog vilicom prorijedi i poravna te pospe s tućenim orasima, šećerom i ribanim kruhom (o.a.; danas su to - krušne mrvice), dok zdjela nije puna. Iz te zdjele jedu ili svi skupa ili za stolom vadi svaki na svoj tanur, što ipak rijetko biva. Djeca i ovom prilikom jedu napose. Najzadni dolaze na sto - mlinci. Kako se sva jela, koja se na badni večer jedu, zgotavlaju u jutro istoga ili čak pređašneg dana (kao mlinci), dolaze na sto posve hladni, jer vele, da bi miješajući tolika jela, a jedući vruća mogla nauditi. Pije se domaće vino, ili ako ovoga više neima, bevanda. (To je drugo vino: piće od dropina i vode, koja se nakon prvog otoka nalije u bačvu). Paprenaci dolaze na sto samo onda, kad koji mili gost, inače ne. Domaći se nima rijetko časte; to je dar za druge.

Iza večere i opet se svi pomole, da zahvale za užitak, te ostaju i dale za stolom.

Božić. Iza ponoćnice, za koje se u crkvi pjeva „U se vrime godišća“ (uz lublene i poklon križu), ostaju obično svi još na jednoj misi (a vele, da toga dana vala biti bar na tri). Tada se ludi vraćaju svojim kućama te idu na počinak.

Prije podne još na jednu misu, a onda koji kud hoće.

Na Božić i u jutro i po podne ne zbiva se ništa osobito. Susjedi se, prijateli i znanci pohađaju, čestitaju si i jedan se u drugoga različno zabavlaju.

Napokon je vrijedno spomenuti, da se o Božić dijeli siromasima meso. Od starine imadu naime bratovštine pravo, da po šumama i pašnacima porodice Petris pasu svoje ovce: a ujedno je određen neki broj ovaca s jednakim pravom paše. Od ovih se ovaca svake godine o Božiću poubije nekoliko glava, a meso od nih podijeli se među siromahe i one, koji nemaju ovaca, da na taj dan svi zmognu imati, pa bilo i malo. Ovce se kolu u dvorištu starinske Petrisove palače te se tu i dijeli meso.

(Mjesto Beli ima tisućljetnu povijest, od prvih žitelja Ilira, zatim Grka, Rimljana kada je doživio svoje najslavnije dane i bio kontrolna točka istočnih granica /iz tog doba je najvrjedniji spomenik – rimski kameni most dugačak osam, širok pet i visok 12 metara/, bio kraljevski grad – Bela IV., pa sve do danas kad u njemu stoje nekoliko vrijednih glagoljskih spomenika i jedinstveni kip Majke

Božje – crna Majka Božja kao da potječe iz Afrike, kako je stigla i od kuda – nitko nezna)

Sjeverni dio otoka Cresa, Tramuntana, jedinstven je otočni prostor pun specifičnosti. Tramuntana je najšumovitiji dio Cresa, u njoj rastu stoljetna stabla hrasta, kestena, graba, ona je dom za 120 vrsta leptira, 20 vrsta vretenaca, sedam vrsta vodozemaca, 23 vrste gmazova. Tramuntanu nadlijeću i na njenim stijenama gnijezda svijaju kraljevi nebeskih visina – bjeloglavi supovi. Prema starim vjerovanjima anđeli uzimaju oblik ovih gospodara surovih morskih litica i odozgora promatraju ljude.

Tramuntanskim stazama vila i orhideja, uz skrivene poglede dobroćudnih patuljaka - masmalića, možemo se prošetati labirintima posvećenim božicama Vesni i Ishtar. Okrepu ćemo potražiti u mjesnoj gostionici u Belom, dropčiće s palentom, janjeće kotlete s aromatičnim travama, ribu te domaće medenjake - *buculine*.

Legenda o postanku Vranskog jezera

Otok naseljen već u mlađe kameno doba, otok čiji je zrak ispunjen mirisima aromatskih biljaka, otok gdje uz kamen vladaju šume, modro more i bjeloglavi supovi, otok na kojem je prema legendi Medeja sasjekla udove svoga brata Apsirta i bacila ih u more, skriva i tajnu svog jezera s pitkom vodom. Vransko jezero ne samo da skriva tajnu svog izvora nego i pitanje zašto se nikada morska, slana voda, nikada nije pomiješala sa slatkom jezerskom vodom. Jezero, kako ga stanovnici zovu bilo je važno još od pretpovijesnih vremena o čemu nam svjedoče brojni ostaci gradina po okolnim uzvišenjima. Dubina jezera je 74,5 m, na 13 m nadmorske visine, a dno jezera leži 61,5 m ispod morske razine. Kao izrazito stočarsko područje, jezero je imalo važnu ulogu u napajanju stoke o čemu nam svjedoče brojne „ograjice“ pašnjačke parcele ograđene kamenim „gromačama“ (suhozidima), koji se spuštaju niz padine sve do jezera. Danas se voda koristi isključivo za piće i izgradnjom vodovoda pristup jezeru je najstrože zabranjen.

Kažu da je ono nekada bilo veliko polje u vlasništvu dviju sestara. Jedna je bila bogata i škrta, a druga siromašna. Bogata se osilila i počela otimati posjed drugoj, a okrutno je postupala i prema siromasima. Radi toga je na nju pala božja kazna, potres i potop. Razrušen joj je i potopljen zamak. Ostaci zamka i danas se vide duboko na dnu jezera i samo se nekad, za oluja čuje zvonjava iz dubina.

Drvene jaslice na Košljunu (otok Krk)

Drvene jaslice, koje je u 17. stoljeću izradio nepoznati majstor, jedna je od prvih kulturno-povijesnih znamenitosti na koju nailaze posjetitelji otočića Košljuna nakon što se iskrcaju na pristaništu kojim dominira lik S. Franje s vukom. Nalaze se u vrtnoj kapeli na prilazu franjevačkom samostanu i crkvi Navještenja Marijina, koja je u 14. stoljeću podignuta na temeljima benediktinske crkve iz 9. stoljeća. Prema dosadašnjim saznanjima to su najstarije jaslice u Hrvatskoj, ali i jedne od najljepših izrađenih u tom stilu. Ne zna se tko je u 17. stoljeću izradio drvene figure Marije, Josipa te vola i magarca, koje su se sačuvale do današnjih dana, ali sasvim sigurno da su izrađene upravo za tu, jednu od četiri košljunske vrtne kapelice. I zbog toga se vjeruje da su one djelo ruku domaćega majstora.

Osim turista, košljunske jaslice privlače i brojne vjernike. Franjevci s Košljuna, koji pripadaju najstarijoj hrvatskoj provinciji svetoga Jeronima čiji začeci datiraju još iz vremena svetog Franje, među prvima su u Hrvatskoj počeli slaviti svetu misu polnoćku upravo kraj ovih jaslica.

Kako drugi redovi to tada nisu činili, na Badnju večer ovdje su se oduvijek okupljali brojni vjernici, najprije s otoka Krka a danas već dolaze sa svih strana. Kao i svake godine vjernici će prije svete mise u jaslice položiti figuricu malog Isusa (jedinu figuru novijeg datuma u ovim jaslicama, jer ona iz 17. stoljeća nije sačuvana), zatim će pjevati božićne pjesme, posvetiti jaslice i u procesiji otići u crkvu slaviti svetu misu.

Na misu do košljunskog samostana kreće se do otočića barkama prema točno utvrđenom vremenu i mjestu polaska.

Košljun posjeduje i bogatu knjižnicu s oko 30.000 knjiga, među njima je i Ptolomejev atlas, tiskan u Veneciji 1511. godine.

Zbornik za narodni život i običaje južnih Slavena
Knjiga XXXI, svezak 2 JAZU, u Zagrebu 1938
Novalja na Pagu
NARODNI ŽIVOT I OBIČAJI
Dr. Božidar Širola (pisano 1928.)

……
……

Kuće i dvorište

……
…. .

Kuće su u Novalji – kao i u drugim mjestima gornjeg Hrvatskog Primorja i na susjednim otocima – u pravilu jednokatne.

Kuća „ima četiri zidi“. Prostorija u prizemlju je „konovba“, a gore je „pod“(kat). Iznad poda, a ispod krova je „šufit“(tavan).

U konobu se ide kroz volat ispod balature, na pod se ide skalami, a na sufit po malim „skalicam“, koje se mogu micati. Balatura je terasa nad voltom a pred ulaznim vratima poda. Nad vratima poda i nad prozorom nalazi se „striha“.

Na kući je krov pokriven „kupami“(žljebnjacima). Ispod kupa su „daski“, a ispod ovih su grede. Grede su po dužini uzidane u uski zid kuće, upravo na onaj plitko istaknuti zidni trokut. Na grede se pribijaju daske, a na ove se slažu i ziđu kupe. I striha nad vratima im podlogu od greda, koje su tu dakako sasvim kratke; na njima su također daske, a na ovima kupe. Striha nad barkunom (prozorom) sastoji se samo od uzidanih kupa.

U konobu se spremaju bačve s vinom i sav poljodjelski alat. Stanuje se na podu. Pod može biti od jedne „kamare“, u kojoj je onda odmah i ognjište. No može na podu biti i više kamara. One su onda odijeljene zidovima „ošitima“; to je pleter od trstike, koja se „inbuka s meltom“, ili su daske, koje se „obile s japnom“, ili je „ošit od pirakot“, tj. opeke, koje se stavljaju „na nož“, što znači na tanku stranu. Ako ima na podu više kamara, jedna je „kuhinja“, druga „tinel“, a treća je „spavaća kamara“.

U kuhinji je „komin“ ili „oganj“ (ognjište); nad kominom je „napa“ (široki prema dolje otvoreni ljevak, koji hvata dim i tjera ga u dimnjak). Iz nape ide dim u „čimbur“ (dimnjak). Na rubu nape je drvena polica, na koju se slažu zdjele i tanjuri. Negdje u kuhinji ima na zidu još jedna prizidina „polica za pjati, žmulji i zdelice“. Ognjište je redovno prigrađeno uz usku stranu kuće uza sam zid kuće; tako napa i čimbur iznad nje imaju istaknuta samo tri svoja zida, a stražnji im je zid sam zid kuće.

U „tinelu“ je „tavulin“ ili „tavola“ (jedaći stol), katride i ormarić. Tavulu prekrivaju bijelim „tavajom“ (stolnjakom). Pribor kod jela: žlica, pirun (vilica), pošada (nož za rezanje kruha) i nož. Taj jedaći pribor sprema se u ladicu stola; ladicu zovu „škatula“. Po zidovima tinela su slike, ponajviše fotografije rodbine.

Spavaća kamara ima više „postilja iz drva“. U postilju se meće najprije „slamnica“; slamnica je od slame ili od „košuljice“ (tj. napunjena je perušinjem oljuštenih kukuruznih klipova). Slamnica se obloži lancunom (plahtom). Pod glavu meću „kušin“ (jastuk), jedan ili više njih. Pokrivaju se „postirkom“, domaćim tkanim gunjcem, najviše zelene boje. Postirku opšiju po rubu unaokolo finim platnom, ponajviše žute boje; na uglovima postirke napravljen je crveni cvijet. Zimi se pokrivaju debelim „biljcem“od bijele domaće vune. Bude li žešća zima, pokrivaju se s dva i više biljaca. Biljce prave sami, …….
……...
……..

Hrana

Glavna je hrana Novljana ovčje meso i svi proizvodi iz ovčjeg mlijeka.

Mnogo se bave pravljenjem ovčjeg sira. Toga proizvode toliko, da ga preostane i za izvoz. Izvozom se bavi nekoliko trgovaca. Taj sir dolazi u promet pod imenom paškog sira.

Najbolji je ovčji sir travanjski ili svibanjski, već je lošiji „pozni“ sir. Sir se najprije tiska u plosnate okruglaste oblike, a kada je iscijeđena sirutka, onda se još dva do tri mjeseca suši. Mnogi seljaci i ne suše sira, već ga svježeg prodaju domaćim trgovcima, koji se bave izvozom. Ovi ga onda suše u tamnim kamarama, u kojima su gusto poređane drvene police, a na njima sir do sira, isprva pljoštimice, a poslije, kada se već sir dobrano osušio, i uspravno. Sir se izvana maže gustim tmastim maslinovim uljem, da se ne kvari. Valja i osušeni sir po nekoliko puta namazati. Od toga namaza ostaje na siru tmasta tvrda kora, a i sir sam postaje pomalo sve tvrđi.

Na vrsnoću sira, na ukus i masnoću njegovu, znatno utječe vrsta paše, koju nađu ovce po *kanatima* (općinsko nezašumljeno zemljište koje uživaju pastiri; obraslo kaduljom, ježinom, .. Na Rabu se takav kamenit predjel zove – *gorska kosa*, na Braču *gandelj* /vrtnjak, mali prostor zemlje/; na Hvaru *gandoj* /rupa u živu kamenu pokraj mora). Na pojedinim mjestima pokraj *kanata* pojavljuju se i *lokve* – nakupina oborinske vode, voda sakupljena u jami, koje su obzidane suhozidom i spadaju također u slikoviti prikaz nekadašnjeg otočkog života.

Novaljani upotrebljavaju još mnogo kao hranu gotove tjestenine, što ih kupuju u dućanima. Nazivaju ih imenom „pasta“.

Osim kruha pravi se malo jela iz tijesta. Kolače peku samo u rijetkim prilikama, najvećma svečanim. Mesopusne kolače, načinjene na način, kako spremaju u kajkavskim krajevima „fanjke“, zovu Novaljani „frite“ i „hrosturi“. O Uskrsu se peče gotovo u svakoj kući veliki uskrsni kolač, zvan „pogača“. No tom prilikom prave se i manji kolači, u kojima je zavijeno po jedno jaje; te kolače nazivaju „kolube“ ili „kolubice“.

Ma da je Novalja tik uz more, ima u njoj malo ribara. Ribari su Staronovaljci. Oni i donose ribu jednim dijelom na prodaju i u Novalju, ali je prodaju i dalje. Riba se sprema na načine, kako su u običaju i u drugim mjestima Hrvatskog Primorja. Najviše je peku na ulju. Priredba će dakako zavisiti i o tome, kakova je vrst ribe.

U malim vrtovima uzgajaju povrće i zelen, koju trebaju za priređivanje hrane. Mnogo se hrane krumpirom, koji je vrlo tečan. Od bilja u polju upotrebljavanju gotovo ništa za ljudsku hranu.

Malo se uzgaja peradi u selu, a i to samo za kućnu potrebu.

Od poljske „živine" također ne upotrebljavaju gotovo ništa za hranu. Malo će koji seljak kuhati juhu od „žaba" (kornjače). Zato dosta često služe za jelo puževi. Oni izlaze iz zemljike, kada padne kiša. Djeca ih saberu i donesu kući. Kućanica ih skuha u vodi, povadi životinjice, već kuhane, pa uz njih pripremi još i prismok.

Vino

……
……...

Na dan Velike Gospojine prvi se put ide u polje na grožđe, jer već ima dosta vrsta zrelog grožđa (*veli muškatel, mali muškatel, višana ili kaćadebić, cipar, brajda* (plavica, najraširenija vrsta, daje vrsno crno vino)*, dragovesela, galičina, sušić, terin, črljenica, gegić, trubijan, topol, ranac)*. Krajem kolovoza opaža se u cijeloj Novalji posebna užurbanost. Valjaju se bačve do obale, pa se čiste i uređuju. Marni vinogradar će i u konobi prirediti sve sprave. Što će mu trebati, da iza obilne berbe spravi prirod, da ga preradi u ukusno i teško vino.

Pri priređivanju grožđa u „mast" (tako zovu Novljani mošt) postupat će vinogradar različno već prema tome, kakovo vino želi proizvesti. Uglavnom se razlikuje „prosto vino" od „pečenog (ili kuhanog) vina". I prosto vino može se razno pripremati. Bit će vinogradara (naročito onih, koji imaju male vinograde), koji će sve grožđe (grožđe svih vrsta, što mu urodilo u vinogradu) izmiješati i zajedno „zmastiti", pretvoriti u mošt. Drugi će odijeliti bolje vrste od obične brajde, pa će učiniti i više vrsta vina znalački miješajući dobre vrste grožđa s lošijima, ili će praviti vino iz jedne same vrste grožđa.

Grožđe se pobira u polju i nosi u Novalju. Tu se gnječi u „košu za zmastit grožđe", a juha otječe namah iz toga koša kroz rešetke u podstavljanju širu posudu, u „maštel". Ako se posebno sabira ova ocjedina, dobiva se osobito fino, slatko vino. Poslije se onaj preostanak u košu istiskuje u preši; time se dobiva slabija vrsta vina. Tko hoće da dobije osobito jaku vrstu crnog vina – a crno vino najviše

upotrebljavaju za kućnu potrebu – ostavit će nekoliko dana zgnječeno grožđe u juhi, da ona upije u sebe što više sokova iz ljusaka groždanih jagodica.
Hoće li vinogradar da pravi „pečeno vino“, on pobere grožđe „dobre gradacije šećera“, odabira prema tome posebne vrste grožđa. To grožđe on „zmasti“ i ocijedi. Ocijeđeni „mast“ odmah – prije još nego počne alkoholno vrijenje – stavlja vinogradar u pokalajisani kotao i kuha ga „na polovicu“ tj. kuha ga dotle, dok preostane od punog kotla „masta“ samo polovica. Dok mast vrije pobira se s njega „šupljačom“, žlicom, u kojoj ima rupica. I šupljača mora biti pokalajisana. Pjena pobrana s masta baca se u đubre. Kada je mast dovoljno prokuhan, skine se kotao s vatre i dolije se svježim mastom iste kakvoće onoliko, koliko je iskuhalo. Sada puste. Da se mast ohladi, a hladan puštaju, da provrije. Dalje se postupa s tim „pečenim vinom“ kao i s „proastim vinom“.
Bolji je postupak za tvorbu pečenog vina ovaj: Grožđe se ubere, !zmasti“ i ocijedi. Potom se metne u lonac i kuha. Pjena se pobira i baca. No već za vrijeme kuhanja dolijeva se kotao pomalo svježim „mastom“; vazda se dolije manje, nego se iskuhalo. Kuha se i dolijeva čitav dan. I tu valja kuhati do polovice. Kada se kuhanje svršilo. Mast se ohladi i nalije u čistu drvenu bačvu, u kojoj mast provrije. Bačva se pokriva posebnim čepom na pipac tako, da kiselina, koja se alkoholnim vrijenjem stvara, izlazi kroz vodu, što se nalazi na tom čepu. Pri tom kiselina „grongulja“. Iza dva do tri mjeseca – nekako o Božiću – valja ovo vino prvi put pretočiti. Još se jedanput pretače i to u marču (ožujku).
„Konobar“ je onaj, koji „bavi konobu“ i uređuje suđe (bačvu zovu sudom), „vaja da se briži sa vinom sve; da mu je bačva puno dobra“.
Kako će od crnog grožđa konobar učiniti bijelo vino? Čim se grožđe „zmasti“, pobira se juha i filtrira kroz gusto platno. Filtriranje valja obaviti kroz nekoliko dana vazda ponovo. Čim je to gotovo, valja „mast intapirati“ u čvrste boce. Čep se zaveže žicom. Mast provrije u boci. Za taj posao valja upotrebiti najbolji mast. U bocama, koje se polaže na suho mjesto u konobi, taloži se čak i šećer.

O vinu:

Kako valja piti:

Za marendu vino prez vode, za obed celoga, a za večeru, kako ga je Bog dal.

Ruga se jedan čovjek drugome, da pije po tri litre vina na dan. Ovaj se brani:

Za marendu spečen mesa i pijen jednu litru; za obed dobro ručan i pijen 2 litre vina; za užinu jednu litru, a za večeru 2 litre. Ma nikada tri litre.

Skupe fešte

Apotekar, Alessandro Ruzenenti, živio u 18. stoljeću u gradu Krku imao je osmero djece, dva sina i šestero kćeri. Za udaju je trebalo spremiti miraz a odakle smoći toliki novac. Nema drugo nego jednu kćer – Elizabetu, strpati u ženski samostan. Obzirom da se koludrica (redovnica, opatica) ne postaje preko noći, nego moraju proći određeno vrijeme kušnje ili novicijata, a onda ih čekaju tri važna čina od kojih je svaki vezan uz svoju svečanost, a svaka svečanost ima i svoju cijenu. Ta tri čina su oblačenje, zavjetovanje i posvećenje, a u doba apotekara Alessandra ti troškovi nisu bila šala. Ta tri svečana čina bila su pravi kapital – 500 dukata.

Na dan kad je apotekarova kći ulazila u samostan kao novakinja u krčki samostan Klarisa, on je 29. listopada 1763. godine sa svojom ženom Luciettom potpisao ugovor sa samostanom da će pokriti sve troškove svih triju svečanosti, da će kći opremiti svim potrebnim pokućstvom i priborom kojim će se redovnica svaki dan služiti, a uz to će joj svake godine davati 36 libara umjesto zakupa nekretnina, a ona će se odreći obiteljskog nasljedstva. Kad je to potpisao časna majka samostana sastavila je popis svega što se za redovničke svečanosti **može nabaviti u samome Krku**, tek su mu se sada otvorile oči, popis je sadržavao slijedeće:

„9 kvarta sira, dva sića i jednu „bocu“meda (boca je mjera za tekućine, a iznosi četvrtinu sića), dvije boce ulja, jednu minu oraha, 10 libara maslaca, 200 jaja, deset svežanja drva, jedno tele, 24 libre govedine, 34 libre mesa za gradele, 24 libre mesa za pečenje, tripe od jednog i pol vola, 8 libara sira, 1 pršut, 2 libre slanine, salate u vrijednosti jedne petice, 4 lojanice, bačvu vina, voz drva, svakoj redovnici na dar 6 libara i k tome svakoj peticu umjesto slatkiša, što u svemu čini svakoj po pet petica, zvonarima 3 libre. Povrh toga ima stvari koje treba nabaviti **u Veneciji**, a to je 15 libri ošećerenih bajama, 20 libri šećera „mascaba“, 14 libri šećera „verzin fioereto“, 6 libara šećera „campanon“, 7 libara pinjoli, 20 libara sirova (melazzo), 2 libre i pol papra „garafali“, 3 libre korijandora, 3 unče cimeta u komadu, 4 muškatna oraha, 10 mjerica šafrana, pola libre kandiranog citrusa u kriškama, 4 libre slatkiša, 1 duplir težak 10 libara, 2 lista zlata „cantarin“, 9 libara baruta za mužare, 24 svežnja crne tkanine po 30 soldina, 6 svežanja crnog vela koji je visok svežanj i 1 svežanj i pol drugog vela koji je visok svežanj i pol, jedan prsten vrijedan 10 dukata, konop za ukrašavanje crkve od jedne libre, 5 kvinterana bijelog papira, 5 kvinterana raznobojnog papira, te čavala, brukava i igla pribadača“.

Sve skupa vrijedilo je oko 100 dukata i, nakon dugotrajnog čekanja, dužd se smilovao molbi apotekara i pokrio mu dio troškova. Škrti dužd se „smilovao“ jer su se razne počasti „na koje su popovi, fratri, koludarice i bratovštine razbacivale novac“ bio za fešte, gurmanske ručkove, veselice i darove za biskupa i vikara, redovitom ispovjedniku, ceremonijalu i svim asistentima, svim klericima, prokuratorima samostana, krčkim patricijima, liječniku i svim

uzvanicima, svima koji će gromoglasno pucati iz mužara i svim zvonarima koji će „kampanat“, to jest koji će udarajući po zvonima izvoditi prave koncerte. Posebno će se častiti koludarice, njih šesnaest, pa samostanske novakinje i sluškinje i konačno sve svećenike i fratre koji dođu na fešte.

Drvene sprave i posuđe

neke od najčešćih:

Bačva	velika u konobi za spremanje vina. I ona je načinjena od duga. Odozgo je široka rupa zatvorena „tapunom“(drvenim čepom). Manji otvor na gornjoj strani bačve zovu i „odiha“. Na prednjoj strani bačve ima i zabrtven otvor „kašnjakom“
Brenda ili *brimenica*	odulja plosnata bačva, sastavljena od duga. Ima dva dna. U jednom dnu je „buža“zabrtvena čepom. Ima „bužu“ i na izbočenoj strani u jednoj „dugi“. I ta se buža zatvara čepom. Duge drže skupa obruče od lima
Cura	tava za palačinke
Čivere	drvene nosiljke za prenošenje tereta
Čok	panj za rezanje mesa
Kabel	drveni kablić za prenošenje rublja
Kopanjica	od drva, slična šmuru u kojoj se mijesilo tijesto
Korito	služi za razne svrhe
Koš	za zmastit grožđe
Kuneštra	košara bez drška
Kuneštra s obodom	košara od drvenog pruta, koji je zapet pri dnu
Lub	za pravljenje sira je drveni rastvoreni obruč, koji se sveže špagom, pa pokrije daščicom, a na ovu se položi „stena“ (kamen), da pritisne, da se sir ocijedi
Magarica	malena drvena bačvica; služi za prenošenje vode ili vina radnicima (slična barilcu)
Maštel	široka posuda kao kablić, u kojoj se hvata „mast“
Otakač	za vino načinjen od drvenih dužica (učvršćenih drvenim ili limenim obručima)
Perača	drvena lopatica, kojom se služe pralje pri pranju rublja
Sitnica	sito za čišćenje žita, ali i za sušenje ribe. Sitnica se zapravo zove dno sita, sam pleter. Drveni obruči, kojima se napinje sitnica, zovu se „obodi“. Pleter na sitnici posebno je izrađen
Sito	*za muku posijat* (prosijat brašno)
Strugljica	ribež za sir
Šmur	drvena kopanja za prenošenje zemlje i kamenja
Šmurić	omanji šmur
Takaljica	valjak za tijesto (od drveta dugo 20 do 30 cm, *na krajin ima dvi ručice za držat*.

Trovile	*Rabi nan za takaljenje testa* „ujednačeno valjanje“ (razvijač, lazajnica, lazanjura, sukalo, trlica, oklagija, Nudelstock, Nudelholz), su vile s tri roga; upotrebljavaju ih za sabiranje ili prebacivanje sijena, ali njima i na gumnu sabiraju slamu
Vile	s dva roga služe za sabiranje drače
Žica	*za stlić bilmo* (tući, izraditi, snijeg od bjelanjka)

Skuta i sirutka – *sirotva*

Jedno od „zaboravljenih sirovina“ otoka Paga, od kojih se prave „zamamna“ jela tijekom mužnje su: *skuta* i *sirutka* (Pažani ih zovu – *sirotva*), kojih nikada nije bilo dovoljno, koliko su bila tražena. Proizvodnja paške *skute* zvane i *puina* sezonski je posao. Traje šest mjeseci, odnosno od siječnja do lipnja, koliko traje i sezona mužnje ovaca. Za proizvodnju kilograma paške skute treba oko 25 litara sirutke, a za kilogram skute od kravljeg mlijeka treba trostruko više sirutke.

Za svježom *skutom*, tek donesena s pašnjaka, od koje se širio izuzetan miris, bila je prava pomama. Jela se svježa, s kruhom ili bez kruha, pomiješana sa šećerom ili bez šećera. Od nje su se pravili izvrsni kolači, od kojih je najomiljeniji bio „štrudel“.

Sirutka je danas manje tražena iako se još prije tridesetak godina smatrala za vrhunskim specijalitetom.

Prvo sir a onda skuta

Važno je reći da se paška skuta radi nakon što se napravi sir (izvadi iz kuhanog mlijeka na 37 oC i stavi u kalupe), ono što ostane skuplja se, vadi i stavlja u platno koje mora biti propusno koje se naziva – *peca*. Platno se sveže i objesi i ostavi kakao bi istekla sva tekućina. Nakon nekoliko sati u platnu ostane zgusnuta, kao snijeg bijela i već na pogled primamljiva *skuta*. Ono što je u posudi ostalo nakon pravljenja skute, to je *sirutka.* Sirutka se mora jesti (ili piti, kako neki kažu) svježa, jer ni na nižim temperaturama nije dugog vijeka. Skuta može trajati i nekoliko dana.

Još se samo stariji sjećaju nekadašnjih redova kad se čekala sirutka koju su dopremali ovčari u posebnim posudama, na povratku iz „brda“. Tada bi se još mlada sirutka nosila kući i to bi bila prava fešta za cijelu obitelj. Slično je bilo i sa skutom. Obično bi se naručila (kao što se mora i danas naručiti, i skuta i sirutka, kod proizvođača sira), ovčar bi je donio, a onda za večerom, cijela bi obitelj uživala. Od skute koja bi odstajala jedan ili dva dana radili su se kolači. Govorilo se kako ni od skute ni od sirutke ne ostaje ni komadić, kako ni komadić neće propasti jer pojelo bi se sve što se donese.

Zanimljivo je da se skuta i sirutka povezuje s ugodama kasnih večeri. Razlog tomu je što su se ovčari uvijek vraćali s pašnjaka tek kada padne mrak.

Paška janjetina i paški sir poznati su i cijenjeni, može ih se nabaviti u trgovinama, dok za skutu i sirutku – *sirotvu*, i jela od njih treba doći na Pag.

Dokazano je da je skuta izuzetno zdrava. To je čisti proteinski proizvod, prepun imunoglobulina i albumina. Sadrži jako malo mliječne masti, svega 0,8 posto, a nema ni ugljikohidrata pa ne deblja. Zbog svojstava svojih proteina skuta jača imunološki sustav organizma. Izuzetno je dobra za regeneraciju jetre, a zbog

malog udjela mliječne masnoće skuta je dijetni proizvod. S druge strane, već mala količina skute stvara osjećaj sitosti pa organizmu ne trebaju veće količine hrane.

Skuta je specifičan proizvod koji se konzumira većinom u priobalnim krajevima, od sjevera pa sve do juga.

Priroda se s Pagom poigrala na čudan i fascinantan način, kao da je željela napraviti neobičan mozaik zemljopisne strukture koju nije uvijek lako razumjeti. U kamenjaru postoje brojni izvori pitke vode, što je i prva stanovnike otoka moralo fascinirati, jer je Pag dobio ime po grčkoj riječi „pege“ koja znači izvor. Zadivljuju brojni mali izvori na visokim brdskim pašnjacima koji tvore male bare, najčešće zbijene uz kamene suhozide. Tu se napajaju ovce, iz njih su nekada ovčari uzimali vode za pranje suđa i posuđa koje im je svakodnevno trebalo. Za jakih ljetnih vrućina i danas se s tom vodom dobro i osvježiti. Od svih tih bara najfascinantnija je ona koja se nalazi na brdu sv. Vid, na najvišem otočnom mjestu, na visini od 343 metara. O izvorima pitke vode pisalo se i u starim crkvenim spisima iz 9. stoljeća. „Talijanova buža“ (buža – otvor, rupa nastala radom, vanjskim djelovanjem ili deranjem i sl.) je naziv za podzemni vodovod iz antičkog doba koji je iz Novaljskog polja dovodio vodu u Novalju. Dug je 1.042 metra, širok 60 cm, a najvećim je dijelom uklesan u živoj stijeni. Specifičnost mu daje i devet nadzemnih otvora, tzv. *odiha.*

Nastan

Kameni *nastan* je naziv za kućice na brdskim pašnjacima u kojima su ovčari stanovali za vrijeme sirenja, a gradili su se od kamena u suhozid, tlocrta odo deset metara četvornih. U njima su ovčari boravili i po šest mjeseci u godini, sve dok sirenja ne bi završilo. Pag ima najdulju tradiciju ovčarstva na Jadranu, staru gotovo više od dvije tisuće godina.

Poslušajte, ovo je istina, najbolje je meso janjetina. Njega hrani kupina i drača volim njega nego koromača

(pučka pjesma iz Paga)

Skuta

Sirutka koja ostaje nakon pravljenja sira, sadrži još dosta bjelančevina koje se grušaju na višoj temperaturi. Sirutku treba zagrijavati prvo na temperaturu od 70 do 80 ºC uz lagano miješanje. Bjelančevina se tada počinje grušati i kad se temperatura poveća na 90 ºC bjelančevina se digne na površinu sirutke. Cjedilom skupljajte gruš i slažite ga u posudu, ohladite i konzumirajte prema želji ili čuvajte kratko vrijeme u hladnjaku do pripreme.

Današnji način proizvodnje skute

Nakon što se ukalupi sirno zrno, cijeđenjem ostaje sirutka. Ona je nusproizvod u sirarskoj industriji. Iz sirutke se termičkom obradom dobiva skuta. Nakon dodavanja dijela mlijeka, grije se na temperaturu od 70 do 80 °C. Prilikom toga procesa dolazi do koagulacije albumina. Zavisno od sirutke, te vrste mlijeka od koje je dobivena sirutka, potrebno je dodavati vrstu kiselog sredstva da bi koagulacija bila brža i bolja. Za bolju koagulaciju većinom se dodaje limunska kiselina ili ocat. Nakon što sve dobro prokuha na površini se vidi odvajanje albumina te se može započeti vađenje i cijeđenje. Količina mlijeka, temperature dogrijavanja i količina kiselog sredstva koje se dodaje, razlikuje se od proizvođača do proizvođača, te većinom ostaje tajna. Skupljeni gruš slaže se u posudu, ohladi i konzumira prema želji ili čuva kratko vrijeme u hladnjaku do pripreme.

Skuta spada u skupinu mekih sireva. Svojim specifičnim okusom nije za svačiji ukus. Pomalo podsjeća ne neke vrste engleskih sireva samo još laganije. Zbog svog sastava skuta je izrazito zdrava. Sadrži jako malo mliječne masti, ispod 1 %, ne sadrži ugljikohidrate, te je pogodna za osobe koje provode više vrsta dijeta. Konzumacija skute se preporuča za regeneraciju jetre zbog njenog malog udjela mliječne masti.

Neponovljiva posebnost ovog sira je u paši bogatoj aromatičnim i ljekovitim travama, vremenskim uvjetima, kamenoj otočkoj strukturi i škrtoj vegetaciji orošenoj slanošću mora.

Skuta (kako danas napraviti skutu)

Sastojci: 3 litre punomasnog mlijeka, 0,5 litre jogurta ili kiselog mlijeka, (ako dodamo siru sol dobivamo slanu skutu, ako nam je potrebna skuta za desert, sol izostavljamo)

Prokuhajte mlijeko i umiješajte jogurt ili kiselo mlijeko. Lagano zagrijavajte do 37 ºC i polako miješajte. Maknite s vatre, ostavite da se mlijeko zgusne i procijedite kroz gusto sito (ako je sito/cjediljka rijetka, procijedite kroz gazu). Ostavite da se ocijedi i ohladi.

Jela

Skuta s bijelom kavom

Posebno se pripremila kava - „Ivka“ (žitna kavovina). Kad se zakuhalo mlijeko (oko pola litre) u njega se stavljalo oko 0,5 dl kave. Dobro se promiješalo i zasladilo. U tako pripremljenu kavu stavljali su se veći komadi skute. Nakon što je malo odstajala u kavi, komadići su poprimili boju kave, tada se jelo.

Skuta s crnom kavom

Uobičajeno se konzumirala za doručak ili kasno popodne, prije večere. Kava se pripremala od „divke“(žitna kavovina) – „*šćete kave*“ kako su je zvali Pažani. Najprije se prokuhalo oko pola litre vode, u nju stavilo oko pola decilitra kave. Kada se tako pomiješana voda i kava ohladila na 30 ºC, postala mlaka, u nju se stavilo nasjeckanih komadića svježe skute. Neki su još i pošećerili. Konzumira se s malom žličicom tako da se uzme komadić skute i malo kave.

Janjeći zvacet s valjuščima (*njokima*) od koromača

Sastojci: 1,5 kg janjećeg buta, 4 glavice luka, 3 svježe rajčice, 4 češnja češnjaka, lovorov list, cimet, muškatov oraščić, sol, papar, kosani peršin, ribani ovčji sir, 1 dl crnog vina, 1 dl maslinova ulja;
za valjuške (njoke): 70 dag krumpira**,** 25 dag brašna, 2 jaja, 8 dag koromača, 5 dag maslaca.

Kosani luk popržite na ulju da malo požuti. Dodajte meso izrezano na kocke i pržite dok ne ishlapi sva tekućina. Dodajte rajčice, kosani češnjak i peršin, sol, papar i ostale začine. Podlijte vodom i ostavite da lagano „krčka“ dok meso ne omekša. Pri kraju pirjanja možete malo pobrašniti da dobijete gušći umak. Na kraju dodajte vino i još malo prokuhajte.
Skuhajte krumpir u ljusci, ogulite ga i još vrućeg protisnite. Dodajte sol, jaja, maslac, brašno i sitno narezani koromač. Lagano miješajte, razvaljajte u okrugle valjke, narežite komadiće duljine oko 3 cm i oblikujte valjuške (*njoke*). Valjuške kratko prokuhajte, ocijedite stavite u zdjelu, prelijte zvacetom i pospite ribanim ovčjim sirom.

Bijeli „štrudel“ od skute

Štrudel je jedan od najomiljenijih i najčešćih kolača koji se pripravljaju od skute. Dvije su vrste štrudela od skute. To su bijeli i crni štrudel. Bijeli je obično namijenjen odraslima, a crni djeci.

Sastojci: 2 kocke kvasca, mlijeko, 2 žličice brašna, 2 žličice šećera, 1 kg brašna, 12 jaja, 12 žlica šećera;
krema: 75 dag skute, šećer, 2 dl hladnog mlijeka, 2 limuna, 6 žlica šećera, 2 vanilin šećera, malo aniseette (liker s mirisom anisa).

Stavite dvije kockice kvasa s malo mlijeka u manju posudu, pomiješajte da sve postane pjenasto i onda se dodaju dvije žličice brašna i šećera. Smjesu ostavite kako bi skisala. Zamijesite tijesto od jednog kilograma brašna i šest jaja. U žumanjke stavi 12 žlica šećera i istucite. Bjelanjke istucite posebno, dok ne postane tvrda pjena. U brašno stavite uskisli kvas. Nakon toga u tijesto dodajte tučene žumanjke i izmiješajte. Dodajte toplo mlijeko prema potrebi. U to umijesite tučene bjelanjke. Sve dalje mijesi dok ne postane mekano, a onda odložite na toplom oko jedan sat. Nakon toga tijesto još jednom izmijesite, pa opet ostavite odležati jedan sat. Na koncu tijesto podijeli u dva jednaka dijela. To je količina za dvije štruce.
Priprema *kreme*: uzmite 75 dag skute, pomiješajte sa šećerom, nakon toga dodajte oko decilitar hladnog mlijeka. Mlijeko ne smije biti toplo jer bi se u dodiru sa skutom ukiselilo. To treba miješati kako bi se dobila gusta tvrda krema. U smjesu potom dodajte ribane korice od dva limuna, šest velikih žlica šećera, dva vanilin šećera, malo anissette te opet decilitar hladnog mlijeka. Sve mijesite kako bi postala jednolična, kompaktna krema.
Tijesto razvaljajte i razrežite u obliku pravokutnika. Na svaki pravokutnik stavite kremu od skute. Tijesto zarolajte, stavite u podmazani pleh i u pećnicu. Pećnica mora biti zagrijana na 180 stupnjeva. Nakon 30 minuta izvadite i gornji sloj štruce premažite žumanjkom. Nakon nekoliko minuta, kada se žumanjak stvrdne, sve pokrijte folijom ili papirom kako tijesto ne bi ispucalo. Pecite još 30 minuta.

Omiljeni kolač za odrasle

Crni „štrudel“ od skute

Sastojci za kremu: 75 dag skute, 10 dag čokolade u prahu, 2 naranče, 2 limuna, mlijeko, 5 žlica šećera, 2 vanilin šećera, 0,3 dl anissette, 0,5 dl ruma.

Priprema tijesta je jednaka kao i za bijeli štrudel od skute, a drugačije se radi krema. Svježa skuta se najprije zdrobi, a onda se u nju stavlja čokolada u prahu. Na 75 dag skute stavlja se 10 dag čokolade. Dodaju se ribane korice od dvije naranče i dva limuna. Kada se stvori krema, dodaje se mlijeko dok smjesa ne bude vrlo mekana. Uz to ide pet velikih žlica šećera, dva vanilin šećera, oko decilitar hladnog mlijeka i opet se miješa. Nakon toga se dodaje 0, 03 anissette (liker) i 0, 05 ruma. Sve se to dobro izmiješa kao bi ispalo kremasto. Nakon toga se tijesto razvalja, a na njega se stavlja krema od skute s čokoladom.
Sve se složi i stavi u pećnicu. Pečenje traje jedan sat na temperaturi od 180 stupnjeva. Pola sata nakon što se kolač stavio u pećnicu vadi ga se i na njega stavlja žumanjak, a potom papir. Štrudel od skute s čokoladom najbolje je poslužiti odmah nakon što se ispeče, dok je još topao.

Najomiljeniji dječji kolač.

Savijača od skute

Sastojci: 60 dag glatkog brašna, 25 dag maslaca, 2 žlice ulja, 2 jaja, 6 dag šećera, 1 žlica meda (paškog), 2 dl mlijeka, malo soli, kvasac; nadjev: 1 kg skute, 20 dag šećera, 1 dl mlijeka, 3 žumanjka.

Za tijesto izmiješajte brašno, izmrvljeni maslac, ulje, jaja, šećer i med. U mlakom mlijeku razmutite malo soli i kvasac. Ulijte u udubljenje u brašnu i umijesite glatko tijesto. Ostavite da odstoji 1 sat. Tijesto kratko promijesite i oblikujte dva jednaka dijela. Svaki dio izvaljajte na debljinu 1 cm. Za nadjev izmiješajte u glatku smjesu: skutu, šećer, mlijeko i žumanjke. Tijesto nadjenite nadjevom, savijte u rolu i pecite u pećnici na 150 ºC oko 40 minuta.

Paški kolačići

Sastojci: 1 kg brašna, 30 dag šećera, 2 l vode, malo soli, 0,5 dl rakije, 0,5 dl ruma, 10 dag grožđica, malo limunove korice, paška skuta pomiješana sa šećerom.

U posoljenu vodu ukuhajte 80 dag brašna, stalno miješajući da se ne stvore grudice. Skinite s vatre. Ohlađenoj smjesi dodajte preostalih 20 dag brašna. Na kraju dodajte rakiju, rum, grožđice i ribanu limunovu koricu. Žličicom oblikujte fritule (uzimajte žličicom iz mase) i frigajte u vrućem ulju. Poslužite uz pašku skutu pomiješanu sa šećerom.

Paška uvala – najbogatija jadranska laguna školjkama

Paška uvala je jedno od školjkama najbogatijih područja na Jadranu. Zahvaljujući izraženoj plitkoći, šljunku, pijesku, živoj vodi koja složenim kanalima dolazi s Velebita, idealno je mjesto za razmnožavanje brojnih vrsta školjaka i puževa, koje su od davnina imale vrlo važnu ulogu u prehrani otočana.

Svega toga u Paškoj uvali, obrubljenoj s 27 km pješčanih plaža ima u izobilju. Na mnogim se plažama nalaze izvori slatke vode, koja složenim podzemnim kanalima dolazi s Velebita. O značenju školjaka u životu Pažana svjedoči i to što u paškom dijalektalnom govoru ima više od stotinu naziva za razne vrste školjaka. *Dagnica, klapun, loštura, mošun, prilipak, ugrc, klapunić, špingola, prstac, petrovo uho, moštrica, šara caska, datula, kapalonga, kapešanda, kaneštra* samo su neki od tih naziva.

Od svih školjaka, na Pagu se najviše vadi *klapunić* (kućica-Amigdala decussata). To je mala, sivo-žuta ili smeđo-zelena školjka nježnih i lako lomljivih ljuštura koja se u obilnim količinama nalazi na južnom dijelu Paške uvale. Na Pagu je vrlo popularan i klapun (rumenka-Meretrix chione). Puno je veći od klapunića, narančaste je boje i ima vrlo čvrstu ljušturu. Iznimno je ukusan, a na Pagu se gotovo isključivo jede prijesan. Da bi se nabralo klapuna, potrebni su dobro oko i sigurna ruka. Živi u pjeskovitom dnu, zavučen i dobro skriven. Hvata se za bonace sa čamca, posebnim alatom nalik kliještama.

Prnjavica (Venus verrucosa) je Pažanima jedna od najdražih školjaka. Ima je u cijeloj uvali, ponajviše na području Prosike.

Mošun (kunjka-Navicula noae) je vrlo tražen, no na tržištu ga ima vrlo malo. Raste na kamenitom dnu, često dobro skriven naslagama morske trave.

Jedna od najrasprostranjenijih školjaka u Paškoj uvali je *gudera* (kopito - Spondylus gaederopus). Ima je posvuda, no Pažani iz nepoznatih razloga tu vrlo ukusnu školjku ne jedu.

Pažani su, donedavno, jedini na Jadranu jeli *špingolu,* morsko jaje. Tek se posljednjih godina morsko jaje nudi u restoranima većine mjesta na obali. No, da su Pažani donedavno jedini jeli špingolu dokazuje i to što od svih mjesta na Jadranu samo u Pagu postoji poseban, dijalektalni naziv za morsko jaje. Pažani, ali i drugi, špingolu općenito smatraju školjkom. No, špingola nije školjka. Za razliku od školjaka koje traže pjeskovito dno, morsko jaje se zadržava na čvrstom dnu.

Na Pagu se, primjerice, ne može zamisliti ribarska večer bez obilja špingola. ***Loštura*** (periska-Pinna nobilis) je najveća od svih školjaka koje se mogu naći na Jadranu, pa tako i u akvatoriju otoka Paga, ali je i najugroženija. Privlačna je turistima koji je vade i uzimaju kao suvenir, ali još je zanimljivija izrađivačima nakita, jer ima sedefastu strukturu koja je dobar materijal za izradu nakita.

Od 1994. godine prema Zakonu o zaštiti prirode, sakupljanje, izlov i trgovina ovom vrstom školjke je strogo zabranjena.

Iz vremena kada su se periske smjele vaditi ostalo je sjećanje na izvanredan brudet koji se od njih radio.

Školjke su na Pagu bilo i ostale omiljeno jelo, a zimi, za vrijeme oseka najčešće su se brali *klapunići* i *prilipci, markova uha* i *ugrci*. Školjke su rado jeli pripadnici svih slojeva društva, od ribara i težaka do plemića i trgovaca. Zimi su se najčešće jeli klapunići koji su brali u siječnju i veljači jer su se tada, zbog velikih oseka, lako mogli brati.

Klapunići nastanjuju pjeskovita i muljevita tla na gotovo cijelom području Paške uvale. Premda postoje različite vrste klapunića, Pažani su oduvijek klapuniće nazivali klapunićima, bez obzira na njihovu boju i veličinu. Klapunići su se za jelo uglavnom pripremali na tri načina:

prijesni: klapuniće se stavljalo u veliku posudu (*lavapjat* ili bačva) do dvije trećine napunjenu morem koje se moralo „potrebito potli svake dvi ure“ mijenjati. Klapunići su se stavljali u more kako bi ispustili pijesak. Prijesni klapunići jeli su se jednostavnim otvaranjem ili vađenjem mesa koje bi se začinilo s malo ulja i s češnjakom.

šufigani ili poluprijesni: ovaj način pripreme klapunića u Pagu je bio najčešći. U posudu se stavljalo malo masti ili ulja, vrlo malo češnjaka i klapunići. Nakon otvaranja ljušture, klapunići bi ispustili more i tada bi ih se kuhačom (*vrnjacom*) nekoliko puta promiješalo ili bi se posuda protresla. Postojalo je, a i danas postoji, nekoliko načina šufigivanja.

na buzaru: klapunići na buzaru su se pripremali najčešće kao dodatak tjestenini. Buzara od klapunića se radila na klasičan način, s uljem, češnjakom, peršinom, uz dodavanje soli, papra, pomidora i krušnih mrvica. Ponekad se stavljala i mala žlica šećera.

Klapunići su se pripremali i na druge načine. Prema jelovniku jedne paške plemićke obitelji iz 1883. godine uz prijesne, šufigane i pripremljene na buzaru, klapunići su se pripremali i **pod peku**. Nakon šufigavanja na meso koje se

ostavljalo u ljušturi stavljalo se malo maslaca i vrhnja pomiješanog s peršinom i češnjakom. Tako pripremljeni nakratko su se stavljali pod peku. Ppripremali si ih i jednostavnim stavljanjem na žar.

Jeli su ih svi slojevi društva u Pagu, a težacima su u zimskim mjesecima i za vrijeme oseke bili vrlo ukusna marenda, a ponekad i ručak. Prema starim bilješkama, težaci su u vrijeme oseke s polja silazili na plažu, nabrali bi klapuniće i jeli ih s kruhom.

Uz klapuniće su brali i *priljepke* i pogotovo *markova uha*, školjku koja je zbog pretjeranog vađenja nestala iz Paške uvale. Markova uha su bila lako dostupna, nalazila su se prilijepljena na kamenu, a bila su znatno veća od priljepaka.

Jedno vrlo ukusno jelo od klapunića opisano je u jelovniku jednog paškog hotela iz 1937. godine. Naziva se *Dva mirisa*. Klapunići su se stavljali na paru kako bi se otvorili. Meso se vadilo i stavljalo na tanjur. Na drugi tanjur se stavljao pršut izrezan na male kvadratiće. Na tanku grančicu tamarisa ili na obrađeni, vrlo tanak komadić zelene trske naizmjenično se stavljalo po tri komada klapunića i jedan komadić pršuta. Kada je sve bilo složeno, takvi bi se *ražnjići* kratko i pažljivo stavljali nad lagani žar i okretali. Nad žarom su se držali dok bi se pršut na rubovima uvukao. Takvo jelo se nudilo s prepečenim kruhom.

U Pagu se od klapunića radilo i jelo koje se nazivalo *za bolest*. Klapunići bi se šufigali i iz njih bi se izvadilo meso. Meso bi se zalilo s malo ulja i miješalo s obilnom količinom dobro zgnječenog češnjaka.

Od klapunića se radio i rižoto. Jelo koje se radilo na Pagu bila je i *pogača od kalpunića.* Od brašna bi se napravila vrlo tanka pogača koja bi se ispekla gotovo do kraja. Na pogaču se stavljalo meso šufiganih klapunića, sve bi se polilo s malo ulja i stavilo pod peku oko desetak minuta.

OPATIJA

Godine 2007. opatijska tržnica – *Mrketa* (od *mercato, Merkthalle*) slavila je stodeseti rođendan. Izgrađena je 1897. godine, kako piše na pročelju, i jedan je od zaštićenih objekata opatijske kulturne baštine. Bez obzira na njen izgled, u ovaj „trbuh grada“ koji je privlačan i atraktivan ne samo domaćim ljudima, rado zaviri i turist. Opatijcima je postao kao ritual uvriježen posjet tržnici ako ne svakodnevno onda barem krajem tjedna. U prizemlju na takozvanoj zelenoj tržnici uz „tezge“ s voćem i povrćem, na kojim se nalaze autohtoni proizvodi, i proizvodi domaćih vrtova, poredane su mesnice i „štandovi“ s mješovitom prehrambenom robom. U prizemlju je odvojeno i stara ribarnica.

Rižot od balancana (patliđana)

Sastojci: ulje, luk, češnjak, balancan, korijen celera, peršinovo lišće, pomidor, (rajčica), riža, voda, sol, papar,

Na malo ulja stavite sitno kosanog luka i češnjaka, lagao pirjajte da luk malo posmeđi. Dodajte kockice balancana) patliđana, celer i peršin i malo pomidora (rajčice). Pirjajte dok balancan ne počne mekšati. Dodajte rižu, vode, začinite i pirjajte dok riža nije gotova. Poslužite kao prilog.

Balancane možete i nadijevati; prerežite ih na pola i svaku polovicu uzdužno zarežite tri, četiri puta. Posolite i ostavite da se ocijede. U utore stavite smjesu kosanog peršina (lišće), ulja, krušnih mrvica i mljevenog mesa (prethodno ga na malo luka pirjajte. Zapecite u zagrijanoj pećnici.

Špageti sa škampima i školjkama

Na maslinovom ulju propržite očišćene repove škampa (30 dag po osobi), podlijte ribljim temeljcem i dodajte nekoliko različitih opranih školjki. Pirjajte i kad se školjke otvore, dodajte napola skuhane špagete i 5 dl slatkog vrhnja, mljevenog papra i 5 dl pjenušca (Bakarske vodice). Sve propirjajte i kad su špageti gotovi poslužite.

Na isti način možete pripremiti i rižot sa škampima i školjkama samo što umjesto špageta dodate rižu.

Hrvatski se zove ovaj rak - k a n j o č - žučkastocrvena vrsta raka sploštena tijela, koje zovu još i „scamp“.
Kanjoč je specijalitet primorskih jela, te ga zato i skupo prodavaju, kilogram kadkad i po više forinti. Jedji je veliki j a s t o g, koji teži i preko 5 kilograma, a prodavaju komad po 2-5 forinta. Za primorca je rakovica poslastica, a priređuje ih na razan način, nu najobičnije ovako: rakovica se kuha u vodi, poslije pomno očisti, otvori, iz nogu se meso povadi i u ljušturu ili po primorsku u „koru“meće, kamo stave dobra vina, naribana kruha, češnja, peršina i sada ju na „gradelama (tronošcu naličnoj spremi) peku i poslije jedu.
Velika je razlika između škampa koji se love vršom i onih koje s morskog dna „pokupe“mreže kočarica (danas najčešći način lova). Mreža ne bira nego kupi sve s dna, i ribe i škampe, sve što je na dnu, i zapravo je uništavač flore i faune. Škampi iz vrše nisu istučeni, cijeli su, nemaju ni blata ni pijeska.

Lignje punjene marunom, pršutom i škampima

Sastojci: 1,20 dag lignji, 30 dag pasiranog maruna, 10 dag pršuta, 15 dag škampi, papar, peršin, maslinovo ulje.

Napravite smjesu za punjenje od sitno nasjeckanog maruna, pršuta i škampi, te time napunite lignje koje ste prethodno očistili. Lignje ispecite na žaru i kad su gotove prelijte ih peršinom pomiješanim s maslinovim uljem. Kao prilog poslužite lešo blitvu ili krumpir.

Marun; plemeniti cijepljeni „divlji kesten“, postoje dvije vrste: „branac“odnosno marun koji se bere kada padne bez žajica (bodljikava ovojnica). On je prvi, nije trajan i valja ga što prije potrošiti. „Dubenac“je marun koji se žajicama čuva na hrpama i to mu je svojevrsna prirodna konzervacija. Takav marun je skuplji, kvalitetniji, a traje gotov do Božića. U Hrvatskoj maruna ima samo na Liburniji, točnije od potoka Banjina u Iki do potoka u Mošćeničkoj Dragi.

KVARNER

Zvončari su najpoznatiji ophodnici stočarske pokladne magije u Hrvatskoj, a najbogatije zvončarskim skupinama je područje Kastavštine. Uz Halubajske zvončare (Marčelji i Viškovo), djeluje još nekoliko skupina iz Brega, Brguda, Mučića, Muna, Rukavca, Zameta, Zvoneća i Žejana. Zapadni zvončari imaju više manjih zvona oko pojasa, lice im je otkriveno i na glavi nose klobuk sa zelenilom i papirnatim raznobojnim cvijećem (*krabujosnica*), dok istočni zvončari nose velike (teriomorfne) maske i jedno veliko zvono. U Kastavštini *pust* prestaje na Pepelnicu, spaljivanjem pusta (pokladne lutke), nakon čega slijedi *pusna* večera za zvončare i njihove žene.

Za zvončare su se oduvijek uzimali izdržljivi, jaki i komunikativni momci i dobiti tu čast nije bilo lako. I danas je zvončarski moto *„Krepat ma ne molat!“*, što znači da zvončar koji krene u ophod ne smije stati, što god da mu se putem dogodilo, u suprotnom biva kažnjen i godinama izopćen. Nekad su u vrijeme poklada zalihe hrane bile pri kraju, no te se momke moralo dostojno ugostiti. Osim što su stjecali čast i mogli demonstrirati snagu pred susjedima, jedan od razloga da se postane zvončarom bile su upravo te neograničene količine jela i pića kojima ih se dočekivalo. Kad bi ophod završio, od dobivenih bi darova priredili zajedničku večeru zvana *frigada*, na kojoj bi se častili svi zvončari, mještani i gosti. U Kastavštitni i Ćićariji nudili bi im *domaće kobasice, maneštru, zapešt, prezgušt* (prezvuršt, tlačenica), *pohana jaja, palentu kompiricu, rasparane brageše, slatki presnac, olitu, grašnjake, kroštule, fanjke, supice, koh, smokvenjak, kolače od maruna*. Zlatno je pravilo zvončarsko da zvončar *mora cel*

dan pit, ma se ne sme napit. Pijan zvončar bil bi najveća sramot za sebe, svoju familiju i celo selo.

Kvarnerski „štrukli“ (sjevernojadranski presnec)

Presnec (ili kvarnerski "štrukli") je osobiti prženi kolač s ovčjim sirom od lisnatog tijesta većinom na Kvarnerskim otocima, koji je donekle sličan zagorskim štruklima, ali je veći i više suh poput peciva ili palačinke. To je tijesto izvaljano u obliku palačinke veličine tanjura.

Sastojci *za tijesto*: 25 dag glatkog brašna (12 žlica), 5 dag šećera (2 žlice), 5 dag masti, 1 jaje, malo soli, mlijeka jako malo; *za* filu (nadjev): 1 kg mladog ovčjeg sira, 25 dag šećera, 6 žutanjka,6 žlica brašna, ribana korica 1 limuna, po želji cimet ili vanilija.

Od navedenih sastojaka za tijesto umijesite tijesto i oblikujte tri kugle te ih ostavite pola sata da se „odmore". Kada se tijesto odmorili, razvaljajte ga u oblik kruga veličine okruglog metalnog tanjura, ali nešto šireg. Napravite tri puta za tri tanjura. Tijesto izrežite nareckanim kotačićem. Ovako pripremljeno tijesto služi kao plašt u kojeg će te umotati smjesu od sira. Mladi ovčji sir sitno sameljite. Šećer i žumanjke izmješajte i dodajte limunovu koricu. Potom dodajte sir i brašno te lagano spojite sve sastojke. Pripremljenu smjesu stavite na pripremljeno tijesto i poravnajte. Tijestu djelomično zatvorite rubove. U razmacima od 5 cm tijesto uštipnite. Tako složen *Presnac* pecite u pećnici na temperaturi od 180 ºC dok ne porumeni, otprilike 1 sat. Gotov kolač pustite da se rashladi i poslužite.

Neke žene peku ga na ovaj način:
Pecite oko 25 minuta, u pećnici na laganoj vatri, dok dijelom ne posmeđe. Izvadite ih i pospite sitnim sladorom s vanilijom i cimetom, nakapajte limunom i poslužite ohlađene. Prije prženja, na sredinu stavite grudu svježeg sira (najbolje ovčjega ili miješanoga kozjeg) i suhe grožđice (rozine), rubove uzdignite (kao latice cvijeta) i zalijepite pri vrhu.

Sličnim nazivom "presnac" se podrazumijeva u Lici i Hercegovini drugačije sirotinjsko pecivo od staroga miješanog kruha i kravljega polutvrdog sira koje se prepрži ispod peke, ali je bitno različito i puno lošije od gornjega kvarnerskog sličnijeg štruklima.

Kvarnerski hroštuli

Hroštule odnosno hrskavce uvjetno možemo nazvati „starinski prženi čips“ iz domaćega lisnatog tijesta na Kvarneru. Ove starinske hrskavce osobito vole djeca ali i odrasli kao desert uz mnoga jela, najviše se tradicijski peku zimi oko fašnika. Sastojci: 50 dag pšeničnog brašna, 2 umućena jaja, šećer u prahu, maslinovo ulje i sol

Tijesto priredite slično kao za presnec, izvaljajte na tanke listove (kao za štrudle), iskidajte na krpice veličine 5 - 7 cm, pecite u vrelom ulju (kratko pržite dok ne očvrsnu, postanu hrskavi i blago smeđi), izvadite, preliju rastopljenim maslacem i posolite.

Hroštule, kroštule, iz latin. crustuli = korice

Presnac

Sastojci *za tijesto*: 70 dag brašna, 3 jaja, 10 dag šećera, 10 dag maslaca, 1 kocka kvasca, korica limuna, mlijeko, po potrebi, sol; *za nadjev*: 1 kg riže, 8 jaja, 50 dag brašna, 40 dag grožđica, slatki kruh (danas se zamjenjuje s keksima petit beurre), malo soli, 38 dag maslaca, 2 jabuke, cimet, mljeveni klinčići.

Od navedenih sastojaka umijesite tijesto. Podijelite ga na dva jednaka dijela. Tanko razvaljajte i prvu koru stavite u podmazani lim. Za nadjev rižu napola skuhajte, dodajte šećer i 25 dag maslaca. Na pola paketića maslaca popirjajte jabuke da malo požute i stavite ih u rižu. Kad se riža ohladi, dodajte umućena jaja, grožđice, cimet i klinčić, i sve dobro promiješajte. Ako je nadjev premekan, dodajte kekse ili slatki kruh. Rasporedite nadjev na tijesto, poklopite drugom korom i pecite u zagrijanoj pećnici, na 180 ºC, oko 1 sat. Ispečen kolač ohladite i narežite na kocke.

Rasparane brageše

Sastojci *za 20 komada*: 1 kg brašna za dizano tijesto, 2 kocke svježeg kvasca, 1 žlica soli, 4.5 dl mlijeka, mast za prženje.

Izmiješajte brašno i sol. U malo toplog mlijeka dodajte kvasac i šećer, pričekajte da se digne i dodajte u brašno. Dodajte preostalo toplo mlijeko. Umijesite mekano tijesto da se počne odvajati od zdjele. Tijesto razvaljajte na prst debljine i izrežite na kocke veličine 10 x 10 cm. U sredini razrežite s obje strane i pržite u dubokoj vreloj masti dok ne dobiju zlatnožutu boju. Izvadite šupljikavom lopaticom i odložite na papirnati ubrus da se iscijedi masnoća.

---

braga - mlet. braga, *furl.* brage, *tal*. braca, metafora od galske riječi braca – gaće. Marin Držić koristi riječ *brageše* (Crmnica, Rab, Božava, Pag, Malinska, Tivat); *bragiše* – Belostenec; brageši – Istra, Vodice; *brdešnjak* – Lika

---

Frituli s vrhnjem

Sastojci: 4 jaja, 2 žlice šećera, 2 žlice rakije (neki stavljaju rum), 3 dl vrhnja (možete zamijeniti i jogurtom), ribana korica limuna, grožđice, prašak za pecivo, brašna po potrebi, mast za prženje.

Pomiješajte sve sastojke i dodajte toliko brašna da dobijete malo gušće tijesto ngo za palačinke. Ostavite da odstoji pola sata. U posudi zagrijte mast. Žlicom oblikujte fritule od tijesta i stavite u kipuću mast. Pržite s obije strane dok ne dobiju zlatnožutu boju. Izvadite šupljikavom lopaticom i stavite na papirnati ubrus da se ocijedi masnoća.

Supice - kriške (slatki kruh)

Sastojci: 1 kg brašna, 1 kvasac, ribana korica 1 limuna, 2 paketića vanilin šećera, 30 dag šećera, 30 dag maslaca, 5 dl mlijeka, sol, malo vode.

Kvasac namrvite u malo mlijeka, dodajte malo šećera i odložite na toplo da se digne. Kvasac umiješajte u brašno u koje ste dodali sol i dodavajte postupno, tijekom miješanja, vode. Zamijesite tijesto, pokrijte čistom kuhinjskom krpom i odložite na toplo da se digne. Uzdignuto tijesto (koje je udvostručilo obujam) premijesite. Oblikujte jednu ili dvije *štruce* („kruh“ (*vekna*) ili tijesto izdužena oblika) i stavite na podmazani lim (pleh; posuda za pečenje). Pecite u zagrijanoj pećnici na 200 ºC oko 45 minuta. Ostatke slatkog kruha narežite na *supice* (kriške), umačite u mlijeko, zatim u jaja i pržite na maslacu. Još vruće pospite šećerom.

Palenta konpirica i slane ribi

Sastojci za palentu: 1 kg bijelog krumpira, 30 dag palente (kukuruzno brašno ili instant za žgance/palentu), 5 dag maslaca; *prilog*: 20 dag slane ribe (inćuni, srdele), 10 dag boljeg tvrdog sira, maslinovo ulje.

Bijeli krumpir ogulite, narežite na kockice i skuhajte. Kuhani krumpir posolite, zgnječite i dodajte mu palentu i maslac. Uz stalno miješanje kuhajte 45 do 60 minuta. Slanu ribu očistite (odstranite glavu i kosti) tako da ostanu fileti. Sir narežite na kockice. Poslužite zajedno palentu, ribu i sir.
Da bi sve bilo ljepše oku uradite na slijedeći način: filete omotajte oko sira i složite u staklenku (kao da odlažete zimnicu). Prelijte maslinovim uljem i ostavite marinirati najmanje tjedan dana. Skuhanu palentu izlijte u plitki lim, ostavite da se stvrdne i narežite na kocke željene veličine. Na svaku kocku stavite filete ribe iz staklenke.

Brežanski zapešt

Sastojci za 1 kg zapešta: 40 dag bijelog dijela špeka (slanine), 40 dag sušene pancete, 20 dag sušenih kobasica, 1-2 glavice češnjaka, 2 grančice peršina, sol, papar.

Češnjak i peršin fino iskošite. Špek i pancetu odvojite od kože i narežite na kockice, isto tako uradite s kobasicama nakon što ste skinuli crijevo. Sve to tucite u *zapeštnikom* ili nožem na drvenoj dasci da se stvori kaša. Danas možete koristit multipraktik (električnu miješalicu). Na kraju dodajte sol i papar po želji, i izmiješajte. Prije posluživanja dobro ohladite. Ukrasite kosanim peršinom. Poslužite rashlađeno kao namaz za domaći kruh.

Bregi mjesto na zapadnoj strani Učke, iznad Opatije.

Kvarnerska začinska mješavina

Sastojci: stručak peršina, stručak šeglina – celera, 5 grančica ružmarina, 5 listova lovora, 10 većih listića bosiljka, 10 većih listića kadulje, 10 većih listića mažurana, stručak listova koromača, pola stručka divljeg luka, 3 češnja češnjaka, 1 mala žlica soli, maslinovo ulje, po želji 1 mala žlica lavandinih pupoljaka. Svô bilje koje ste sakupili kratko operite od eventualnih nečistoća. Posušite prije daljnje uporabe.

U mužar natrgajte što sitnije svô bilje (ružmarinu natrgajte samo listiće), te tučkom dobro izgnječite da bude što više usitnjeno, gotovo pretvoreno u kašu. Eterična ulja ovih biljaka vrlo brzo će ovlažiti smjesu i gnječenje učiniti lakšim. Dodajte sol i toliko maslinovog ulja koliko je potrebno da ga bilje upije. Ponovo dobro promiješajte.

Pripremiti možete i pomoću štapnog električnog miksera
U visoku usku posudu natrgajte na što manje komadiće svo bilje (ružmarinu natrgajte samo listiće). Dodajte sol i malo maslinovog ulja. Štapnim mikserom usitnjavajte bilje što dulje da se pretvori u biljnu kašu. Dolijte ulja koliko je potrebno da ga bilje upije i da ostane ulja na površini. Još jednom dobro promiješajte.

Kašu od aromatičnog začinskog bilja stavite u čistu staklenku, čvrsto zatvorite i čuvajte na hladnome. Pri upotrebi bit će dovoljno 1-2 male žlice dodati u jelo.

Tradicionalna kvarnerska kuhinja obiluje mirisima i okusima aromatičnih trava i začina. Maneštre, brodet, šalša ili fritaja, najčešće od samoniklog bilja s tragovima morske soli, tradicionalnim jelima Kvarnera daje onu posebnu prepoznatljivost. Obilno korištenje začinskog bilja ono je po čemu je kvarnerska kuhinja različita od ostalih dijelova naše obale.

Žurica ili hladetina

Sastojci za 6 osoba: 2 svinjske nogice, 4 kokošje nogice, 80 dag mesa od svinjskih rebara, žličica papra u zrnu, 2 češnja češnjaka, 1 mala glavica luka, žličica soli.

Sve sastojke stavite u lonac i kuhajte 2,5 sata dok potpuno ne omekša. Meso očistite od kosti i kože, složite u zdjelu. Juhu procijedite kroz gazu nekoliko puta da postane posve bistra. Prelijte preko mesa i odložite na prohladno mjesto da se dobro stisne. Stisnutu juhu narežite na šnite i poslužite.

U Matuljima tijekom poklada pripremaju žuricu (hladetinu).

Cancarele

Sastojci: 2 jaja, 2 – 3žlice brašna (muke), 1 žlica brašna, malo soli.

Sve sastojke spojite, dobro izmiješajte i ostavite da odleži oko 1 sat. U kipuću juhu pomalo, s visine, ulijevajte u dugoj tankoj liniji. Cancarele u juhi bi trebale biti duge i tanke. Ne miješajte juhu s cancarelama. Kad se dignu na površinu i zaplivaju kuhajte još 2 minute.
Ovako pripremljena juha posluživala se uz *lešo* kuhanu *kokoševinu, kuhani krumpir* i uz *salatu.*

Cancarele su dodatak juhi koje u drugim mjestima nazivaju *ljevanci*, *uljevuše* ili u standardnom jeziku – *kapanci*.

Maneštra od merlina (mrkve) i korabe

Sastojci: 15-20 dag fažola (graha), 10 dag žute mrkve, 10 dag crvene mrkve, 15 dag korabe, 10 dag krumpira, 30 dag suhog mesa ili kobasica, peršin, zapešt, sol, papar.

U vodu stavite namočen fažol, na kockice narezanu mrkvu i korabu da se kuha. Dodajte zapešt - nasjeckanu pancetu i češnjak. Nakon što se povrće pola sata kuhalo dodajte suho meso, smanjite vatru i kuhajte još 2-3 sata. Pred sam kraj dodajte na kockice narezani krumpir, kosani peršin i *žličnjake*, posolite, popaprite i kuhajte dok krumpir nije gotov.
Žličnjaci: žlicu masti zamiješajte sa šakom brašna, 1 jajem i malo vode. Posolite i jako miješajte da dobijete tijesto koje će se odljepljivati od posude. S malom žlicom stavljajte u maneštru.

Kuhani konpir z ocvirki

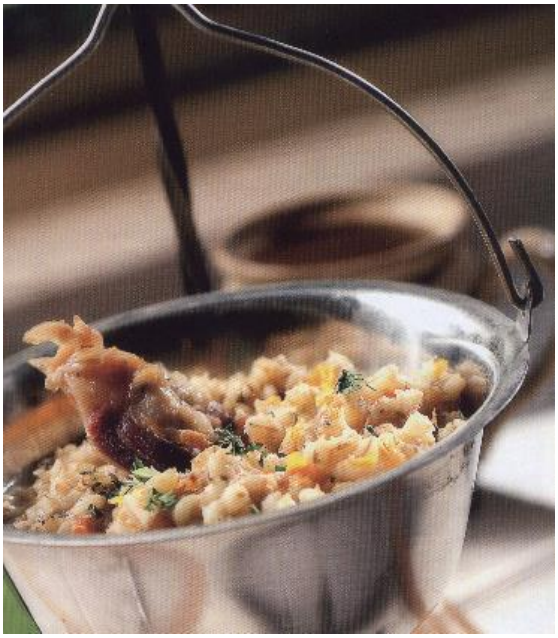
Sastojci: 60 dag krumpira, 15 dag domaće masti, 20 dag domaćih ocvirki (čvaraka), sol.

U posoljenoj vodi skuhajte krumpir. Na masti prepržite ocvirke, ubacite krumpir izrezan na kockice i sve skupa pirjajte oko 5 minuta na laganoj vatri.

Jačmik

Sastojci za 12 osoba: 1 kg ječmika (ječma), 25 dag pancete, 25v dag zarebrnika, 50 dag suhih rebara, 2 svinjske nogice, 1 kg krumpira, 40 dag fažola (graha), 3 žlice masti, 3 žlice ulja, 3 žlice brašna, 4 češnja češnjaka, 1 žličica papra, 1 žličica soli, 1 žličica kosanog peršina. Ječmik stavite kuhati u vodu. Kad zavre, vodu bacite. Posebno do pola skuhajte razno suho meso; pancetu, zarebrnik, rebra, nogice. Vodu bacite jer je slana. Stavite meso u ječam, pokrijte novom vodom, dodajte krumpir narezan na kockice i grah. Za zaprašku na masti i malo ulja zažutite brašno, dodajte malo kosanog češnjaka, papra, peršin i sol. Kada je sve skupa skoro kuhano i gusto, umiješajte u ječam zaprašku. Kuhajte još oko pola sata na laganoj vatri.

Jačmik va kotliću



Sastojci: 1 l goveđeg temeljca, 10 dag ječma, 5 dag krumpira, 5 dag mrkve, 5 dag poriluka, 3 dag slanine, 2 češnja češnjaka, 25 dag suhe vratine ili pršuta, sol, papar, lovorov list.

Namočite ječam u hladnoj vodi da odstoji, stavite kuhati uz dodatak začina, suhog mesa i korjenastog povrća. Na pola kuhanja dodajte pešt od slanine, češnjaka i peršina.

Crno zele i palenta

Sastojci: 1 kg crnog zela (broskva), 0,6 dl maslinova ulja, 5 dag češnjaka, sol, papar, palenta.

Crno zele operite i očistite od tvrdih dijelova, narežite na veće komade pa kuhajte u slanoj vodi dok ne omekša. Na maslinovo ulju stavite češnjak i ocijeđeno crno zele, posolite, popaprite i pirjajte 5 minuta.
Poslužite s palentom, suhim mesom, kobasicama ili slanom ribom.

Crno zele u nekim krajevima nazivaju i *broskva*, najbolja je za kuhanje kad ga „pofuri“ mraz, dakle u vrijeme kad caruju maškare.

Repa na kastafski (kastavski) – *repa na četeri smoki*

Sastojci:3 kg kisele ribane repe, 1 komad suhe praseće glave, 1 svinjsko dimljeno uho, 1 svinjska dimljena gubica (*trubac*), 2 para svinjskih kobasica, 30 dag malo dimljene pancete, 25 dag svježih svinjskih obrazina (*laloka*), 25 dag goveđe meso, 1 kg graha (fažola), 3 češnja češnjaka, 2 velika krumpira, 0,5 dl maslinova ulja (*ulikovega ula*), 10 dag maslaca (*putra*), 1 žlica (*kuharica*) masti, papar ili feferonka (*papreni peverunić*), peršin, 4 lista lovora (*lorber, javorika*).

Usitnite 15 dag pancete i popržite na masti. Dodajte 1 češanj kosanog češnjaka i polako popirjajte da češnjak uvene. Uspite kiselu ribanu repu, svô suho meso (koje ste prethodno prokuhali), goveđe meso, sirove obrazine i lovor. Podlijte vodom da sve prekrije i kuhajte. Od preostale pancete (15 dag), češnjaka (2 češnja) i peršina napravite *zapešt*. Sve iskošite i dobo promiješajte u kompaktnu smjesu. Stavite u repu. Ogulite krumpire i stavite, cijele, u repu, da se skuhaju. Kad je krumpir kuhan izvadite ga, izrežite na pol, stavite u padelu zamašćene maslinovim uljem, dodajte kobasice narezane na pol. Sve promiješajte i zagrijte. Pred kraj kuhanja, oko 10 minuta, dodajte zamašćeni krumpir koji će zagustiti repu i dati joj poseban okus i miris. Po želji dodajte papar ili papreni peverunić. Na kraju izvadite meso i narežite ga na manje komade i stavite na poseban tanjur. Dobro je repu ostaviti nekoliko sati da se sva prožme. Uz kuhanu repu poslužite domaći kruh i palentu.

ili bez točnih količina, samo prema iskustvu:

Na maste se pofriga panceta. Doda se naribana kisela repa i dinsta okol pol ure prez dodavanja kakove tekućini. Onda se zaleje s teplun vodun, dodaju se domaće kumbasice i komadi ne presuhe panceti. Pred kraj se doda zafrig s kapulun i posebe skuhan fažol.

Repa i fažol

Sastojci za 10 osoba: 2 kg kisele repe, 80 dag fažola (graha), 4 češnja češnjaka, suho meso (rebra, kračica), panceta, 1 žlica brašna.

Naribanu kiselu repu kuhajte zajedno s cijelim režnjevima češnjaka i suhim mesom oko 2-2,5 sata (voda mora prekriti sve sastojke). Ako je repa prekisela, prije kuhanja je operite. Sitno nasjeckajte pancetu i češnjak, sve popržite na ulju te dodajte žlicu brašna da malo zažuti. Ovako pripremljenu zaprašku dodajte repi. Grah skuhajte (danas se više koristi grah iz konzerve, koji je već kuhan), pola propasirajte i sve dodajte u repu. Kuhajte sve zajedno još 40 minuta.

Ovako pripremljenu repu možete jesti i toplu i hladnu uz *krumpirovu palentu* (skuhajte krumpir, dodajte palentu, malo maslinova ulja i miješajte dok se palenta ne skuha).

Slatki žličnjaki

Sastojci: 5 dag maslaca, 15 dag glatkog brašna, 1 jaje, 5 dag grožđica namočenih u rum, 0,5 -1 dl vode, malo soli, vanilin šećer; *za umak*: maslac, krušne mrvice, šećer.

Maslac otopite. U posudu stavite brašno, dodajte otopljeni maslac, cijelo jaje, grožđice namočene u rum, malo soli i dolijte vode da smjesa postane žitka. Čvrsto miješajte dok se smjesa ne počne odljepljivati od posude. Ostavite tijesto da odloži pola sata. Žlicom uzimajte hrpice tijesta i kuhajte ih u vreloj vodi oko 10-15 minuta. Za umak otopite maslac, dodajte krušne mrvice i nekoliko minuta popržite, zasladite po želji. Prelijte još tople žličnjake. Okus dotjerajte vanilin šećerom, dodatkom cimeta ili kandiranim voćem.

Pita od trešanja

Sastojci: 50 dag glatkog brašna, 20 dag šećera, 2 jaja, 20 dag maslaca, limunova korica, malo soli; *nadjev:* 1 kg trešanja, 15 dag šećera, vanilin šećer, 10 dag krušnih mrvica, sok, 1 limun.

U brašno umiješajte na listiće narezan maslac, jaja, limunovu koricu, šećer i malo soli. Izradite prhko tijesto. U očišćene trešnje dodajte sve sastojke za nadjev. Tijesto podijelite na dva dijela, razvaljajte, i u protvan stavite polovicu. Prekrijte tijesto nadjevom i poklopite drugim dijelom tijesta. Pecite u zagrijanoj pećnici na 180 ºC, pola sata.

Vazmena pogača

1 kg glatkog brašna, 6 jaja, 25 dag šećera, 20 dag maslaca, malo soli, 1,5 kocka kvasca, korica naranče, 1 kiselo vrhnje.

Brašno stavite na dasku i u sredini napravite udubljenje. Polako umijesite izmrvljeni maslac, 6 žutanjka, 3 bjelanjka, koricu naranče, malo soli. Polako umijesite dodajući uzdignuti kvasac. Ako je potrebno dodajte malo mlakog mlijeka. Dobro umijesite i ostavite da uzađe, potom premijesite, oblikujte pogaču i stavite peći. Pri kraju premažite jajem ili mlijekom u kojem je otopljeno malo šećera.

Stari običaj Kastva je bio da se Vazmena pogača umijesila i pekla u Veliku subotu. Uz nju se za djecu pripremala ***šišora*** - slatka pletenica s kuhanim jajem (obično dva) za *Mići vazanj*.

Izvorni naputak

Sastojci: *Testo za 2 vela šišera: 50 deki muke (mehke), 4 deka kvasa al` 1 suhi kvas (7 g), 4 žlice mleka (~50 ml), ravna žličica soli, 8 dekicukara, 10 dekiputra, 1 [jeno]jaje, žutanjak, 2 decimleka, naribana lemuncinova korica, 2 - 3 trdo kuhana jaja (5`), jaje (al´ belanjak) za mazanje.*

Frižak kvas neka se zdiže va 4 žlice mleka i malićo cukara, onako na kraje špargeta al` na teplen, a ako je suh zajeno se zameša z mukun. Zamesimo testo z mlačnen mlekon, zdignutim kvasom i drugemi sastojki tako da ne bude pretrdo.

Dobro ga omesimo da bude glatko. Neka na teplen naraste duplo. Premesimo ga, narežimo na pol i storimo po tri duge kombasice za 2 šišera. Na vrhe ih spojimo i stavimo trdo kuhano jaje, al` dva. Počnimo plest pletenicu. Kad finimo, stavimo šišer va namazani štamp al` pek-papir, neka se na teplen još dobro zdigne. Namažimo ga z izmućenim jajem i stavimo peć va teplu peknjicu na 180 °C, 30 minuti, na prve razine.

Šišora se radila od istog tijesta kao i pogača. Ako je potrebno može se dodati i malo mlakog mlijeka. Pogača se umijesila i ostavila preko noći i drugi dan se premijesila. Prije nego se stavi peći malo se nožem popika da se lijepo raširi tijekom pečenja. Pri kraju pečenja premaže se jajem ili *mlekon* i *cukaron* (mješavinom mlijeka i šećera).

Pogača sa suhim smokvama

Sastojci za 6 osoba: 1 kg brašna, 6 žumanjka, 20 dag šećera, 10 dag masti, 5 dag kvasca, 1 dl ruma, 20 dag suhih smokava, 5 dl mlijeka, limunova korica, sol.

Mlijeko, žlicu šećera i kvasac izmiješajte i staviti dizati na toplo. Brašno, jaja, šećer, mast, rum, i limunovu koricu zamijesiti s dignutim kvascem. Odložite tijesto da se diže. Dodajte suhe izrezane smokve i oblikujte pogaču. Pecite oko 1 sat na temperaturi 180 °C.

PRIMORJE

Primorska panada

Sastojci: 10 dag kruha, jaje, sol, 2 žlice ulja, malo kumina.

U kipuću vodu stavite ulje, posolite i stavite kumin te kruh izrezan na kockice. Kuhajte oko pet minuta. Maknite s vatre. Istucite žumanjak i malo pomalo dodajte juhi, miješajući, pazeći da se ne zgruša. Odmah poslužite.

Noviji dodatak juhi je mesna kocka kojom će te poboljšati, pojačati okus.

Juha od koprivi

U hladnu vodu stavite mlade narezane koprive, češnjak, mrkvu, peršin i naribani celer. Na laganoj vatri kuhajte oko 1 sat. Kada je povrće kuhano pasirajte povrće, dodajte maslac i sol, i još malo prokuhajte. Ukoliko je juha prerijetka dodajte jedno razmućeno jaje.

Obzirom da je to stari naputak – recept, nisu zabilježene količine.

Prežganica z baškoton na Jakovarski

Sastojci: 1 dl ulja ili 10 dag maslaca, 15 dag brašna, 3 l temeljac (ili kocka goveđe juhe), sol, papar, kosani peršin, kumin, 1 dl kiselog vrhnja, 2 jaja, 30 dag baškota.

Na masnoći popržite brašno do zlatnožute boje, podlijte temeljcem, začinite, posebno razmutite vrhnje (ili mlijeko) sa jajima, ulijte u prokuhanu juhu, a kao uložak u juhu poslužite baškot i dodajte nekoliko zrna kumina.

Primorska juha

Sastav: 2 kg raznih riba, 30 dag škampa, 20 dag lignji, 1 glavica luka, 2 češnja češnjaka, 1 svežnjić peršinovih grančica, 25 dag mrkve, 2 dl bijelog vina, 2 dl juhe, 1 kg rajčica, 1 crveni feferon, maslinovo ulje, sol, papar u zrnu.

Očistite ribe i dobro operite pod mlazom vode. Velike narežite na komade. Lignje pažljivo operite i prema potrebi narežite. Izvadite meso polovici škampa, a druge (male) ostavite cijele. Oljuštite i nasjeckajte luk te ga popržite sa dvije žlice ulje na niskoj temperaturi da samo malo požuti. Ogulite i sitno narežite feferon. Češnjak i peršin iskošite. Luku dodajte oguljene i nasjeckane rajčice, naribanu mrkvu, peršin s češnjakom, juhu i vino da sve prokuha. Kad provri, dodajte lignje i škampe. Poklopljeno kuhajte 20 minuta. Zatim redom dodavajte, s nekoliko minuta prekida, ribe, ovisno o tome koliko se dugo moraju kuhati. Na kraju umiješajte feferon i kuhajte još 20 minuta. Zgotovljenu juhu maknite sa štednjaka i ostavite 30 minuta da odleži.

Grah s koprivom (*Fažol z koprivun*)

Na malo ulja popržite kosani luk da postane staklast, dodajte komadiće slanine i umiješajte malo brašna. Kad brašno zažuti podlijte s malo vode, pospite crvene mljevene paprike i dodajte ranije kuhani grah i kuhane koprive. Posolite, popaprite, dodajte list lovora s sve skupa prokuhajte desetak minuta.

Obzirom da je to stari naputak – recept, nisu zabilježene količine.

Primorski složenac od patlidana (*balancana*)

Sastojci: 1 kg patlidana, 1 kg rajčice, 1 kg krumpira, 3 dl ulja (pomiješano maslinovo i obično), 2 svežnjića peršinova lišća, 5 češnja češnjaka, 20 dag krušnih mrvica, sol, papar.

Oprane neoguljene patlidane vodoravno narežite na tanke ploške, ogulite krumpir i isto ga tako vodoravno narežite na tanke ploške. Oprane rajčice vodoravno narežite na kolute. Posebno pomiješajte ulje, mrvice, sol, papar, usitnjeni češnjak i peršin. U zemljanu (ili vatrostalnu posudu) slažite redove povrća: patlidan, krumpir, rajčica – pa taj red prelijte smjesom od mrvica, opet red povrća i tako

dok sve ne potrošite. Stavite u pećnicu i pecite otprilike 2 sata na srednjoj temperaturi.

Gornjozagonski makaruni

Najprije skuhamo krumpir izrezan na kockice. U drugoj tavi istopimo maslo i na njega stavimo naribani sir, preko njega krumpir, pa opet sir. Na vrh stavimo makarune iskidana na krpice (kuhana tjestenina iskidana na krpice), preko njih opet sir, pa maslo. Na ostatku masla u posudi popržimo malo sir da se stvori korica i nju stavimo na vrh cijele prethodne smjese. Sve zagrijemo malo u pećnici i poslužimo.

Artičoki primorski

Artičoke najprije treba topiti u vodi da se izvuče gorčina. Nakon toga svaki artičok malo sredinom potucite na stolu da se lakše otvori. Rastvorite sredinu i nadjenite slijedećim nadjevom za 8 komada:
- 4 žlice krušnih mrvica, 4 žlice ulja, 3 češnja kosanog češnjaka i lišće peršina sol, i papar.

U posudi artičoke slažite jedan uz drugi prema gore i nalijte toliko hladne vode da budu skoro pokriveni. Kuhajte na sasvim laganoj vatri 2 sata. Ukusniji su, ako se odreže gornji dio, a samo donji nadjeva.
Ukoliko nadjevu (prema starom uputstvu) dodate i jedan izgnječen tvrdo kuhani žumanac i jednu žlicu ribanog ovčjeg sira dobiti ćete vrlo ukusno jelo.
Ako artičoke poslužujete kao predjelo, složite ih na tanjur u obliku ruže, ukrasite sitno izrezanom šunkom, salamom, lisnato izrezanim jajima, rotkvicama i kosanim lišćem peršina, i poliveno sokom u kojem su se kuhali.

Prema „starim“ uputstvima artičoke je najbolje kuhati u zemljanim posudama. Također artičoke treba pripremati odmah, svježe ubrane, jer što duže odleže, gube na kvaliteti i nisu tako ukusne.

Grobnička palenta krumpirica

Sastojci: 1,5 kg krumpira, 20 dag žutog brašna (kukuruzno brašno), sol.

Oguljeni i izrezan krumpir, na veće kockice, skuhajte u posoljenoj vodi (ovisno o debljini kuha se oko 15 minuta). Nakon toga dodajte žuto brašno, odnosno onoliko brašna koliko „pita tekućina“ (koliko ga popije tekućina). To se sve zajedno kuha oko pola sata uz stalno miješanje

---

Grobnička palenta krumpirica staro je tradicionalno jelo koje srećom nije zaboravljeno, a spremalo se u svakom domaćinstvu na Grobnišćini, i odličan je prilog mnogim zimskim jelima. Mnogi je vole s poznatim grobničkim sirom.
Klapa Grobnik, osnovana 1997., dobila je nagradu Primorskog radija za najizvođeniju pjesmu 2006. godine „Niš ni boje od palente konpirice“, na taj način palenta konpirica ušla je i u glazbenu povijest. ……..

Grobnička pastirska hrana: palenta, jačmik, ovčji sir, skuta, pečen krumpir, a katkad i koji komadić slanine. Na grmu urežu koserom (nožić drvenih korica) granu, načine ražnjić i peku slaninu, a mašću, što curi iz slanine, maste svoju palentu.

Planinska koliba: *kolibe su im niske, od kamena gradjene i šindrom pokrivene. S jedne je strane malen otvor, kuda svjetlo prodire, a nad nizkim ognjištem veća škulja, kojom dim izlazi. Uz zid redaju se oniske klupe, u kutu stoji po koja škrinja, a na okolo nekoliko klada, što služe za stolce. Kad još spomenem kotao za palentu, po koj lonac, solnicu, kus slanine, palantar, koji zatiču za rožnik (konjiće) krova, pa sadjač, koji izpod vinčanica viti i kojim kupus sade, opisao sam cio namještaj takove planonske kolibe.*

...I danaska vidin on veli pijat na sred stola s kega nan se smel cekin zlatne palenti. I puna padela kiselega kapusa. Kiseli kapuz i palenta konpirica, jido za bogi i siromahi……

Festival palente i sira održava se od 2007. godine naizmjenično u Dražicama i Čavlima. Za 2013. godinu posebno se pripremila, u brodogradilištu „3 maj“, posuda zapremine 700 litara promjera 3 metra, za do sada najveću kompiricu. Vrijedne ruke Grobničana, pod vodstvom *glavne meštrice* Grozdane

Rak, za nju su pripremili (i ogulili) 200 kg krumpira, 180 kg brašna, 6 kg soli, 2,5 kg masla i 300 l. vode. Kao vesla velikim *palentarima* kompiricu su miješali 3 sata, mijenjajući se svakih 10 minuta, jer je bila sve gušća i gušća, pazeći da ne zagori, a da se stvori *gloda,* kora, njen najukusniji dio.

Glodati; 1 zubima strugati tvrde predmete i tvari; 2 jesti meso do kosti i sa same kosti; *glođva*; plod vopća koji se ne odjeljuje prstima od koštice, nego se mora glodati.

Seljačka bijela maneštra

Sastojci: 20 dag ječma, 30 dag dimljenog mesa, 40 dag kisela repa, 30 dag krumpira, 10 dag luka, 5 dag češnjaka, ulje, brašno, koromač, papar, lovor.

Kuhajte ječam s mesom dok ne omekša, a zatim u juhu dodajte narezan krumpir na kockice i repu. Skuhano meso izvadite, izrežite na kockice i vratite u juhu. Napravite zapržak s lukom i češnjakom i dodajte u juhu, promiješajte i pospite nasjeckanim peršinom i koromačem. Prokuhajte i poslužite.

Batuda (Crikvenička batuda; Primorski lonac)

Sastojci za 6 osoba: 15 dag graha, 15 dag kukuruza, 6 dag ječmene kaše, 6 dag mrkve, 30 dag krumpira (krumpir se stavlja u jelo samo ako se utroši isti dan, isto jelo za drugi dan nesmije imati u svom sastavu krumpir), 6 dag mahuna, 10 dag svježih rajčica, 3 dag peršinova korijena i lišća, 20 dag svinjskih rebarca, 3 dag češnjaka i peršina za pešt, 2 dag pirea od rajčice, sol, papar, voda, temeljac od suhog mesa.

Kuhajte grah s rebricama, prvu vodu bacite. Kad je grah napolakuhan dodajte ječmenu kašu i kukuruz i ostale namirnice. Kad je meso i povrće skoro kuhano dodajte usitnjene rajčice, pire od rajčice i pešt. Meso izvadite, narežite na male komade i vratite u posudu. Sve zajedno kuhajte oko jedan sat. Začinite po potrebi. *Batuda* ne smije biti rijetka niti previše gusta. Ako se konzumira kao samostalno jelo doda se više sušenog mesa ili kobasica.

Batuda; 1. dosjetka, pričica; 2. *reg.* kamen za posipanje cesta, šljunak, šakarac, šakovac, tucanik, drobljenac (kamen veličine šake; kad je zemlja koja se kopa ili ore grumenasta kažu – šakavci); 3. izlazak s jakim kartama ili adutom u igri (*tal.* batutta).

Snažno, krepko jelo koje su možda „osmislile“ žene cestara (nekadašnji radnici koji su održavali ceste, putove) kako bi mogli raditi ovaj težak posao za koji im je bilo potrebno jako, snažno jelo, ili su nekadašnje žene kombinirajući razne namirnice iz neposredne okolice uz dodatak dimljenog suhomesnatog proizvoda „pronašle“okrepljujuće jelo za svoje ukućane nakon teškog posla. Bilo kako bilo i danas je to jelo cijenjeno i uvrstilo je kao specijalitet kvarnerske kuhinje.

Juha od brancina

Sastojci: 60 dag brancina (2 manja komada), 5 dag riže, 2 srednje mrkve, ½ glavice luka, 1 češanj češnjaka, kosani peršin, sol, papar, maslinovo ulje.

Očišćenog brancina operite i razrežite na veće komade. Mrkvu sitno narežite na kockice i zajedno s lukom, peršinom i začinima stavite kuhati u posoljenu vodu. Nakon 20 minuta u posudu dodajte rižu i ribu . Nakon 15 minuta kuhanja juha je gotova.

Juha od dagnji

Sastojci: 1 krumpir, 40 dag očišćenih dagnji bez kučica, 1 glavica luka, 10 dag suhe slanine, 4 žlice pirea od rajčice, 2 dl bijelog vina, 3-4 češnja češnjaka, peršin, sol, papar.

Oguljeni krumpir narežite na kockice, ispržite s kosanim lukom i kosanom slaninom. Podlijte sokom od dagnji (dagnje stavite u lonac i grijte kako bi se otvorile i ispustile vodu-sok). Vinom i malo vode. Pazite zbog slanosti jer je sok od dagnji - morska voda. Kuhajte 10 minuta, dodajte meso od dagnji i ako je potrebno dolijte vode. Popaprite i uspite kosani češnjak i kosani peršin. Možete dodati i nekoliko ljuštura dagnji kakio bi sve ljepše izgledalo. Kad sve provri skinite s vatre i odmah poslužite.

Temeljac od škampa

Temeljac od škampa vrlo je lako i jednostavno pripremiti, a jelu daje fini okus („gušt“). Ostatke glava, oklopa repa stavite ukuhati u vodu kojoj ste dodali maslinovo ulje, morsku sol i papar. Sve dobro prokuhajte i na kraju ocijedite.

Lokarda na primorski način

Sastojci: 2 kg lokardi, ulja po potrebi, 10 dag maslaca, 30 dag luka, glavicu češnjaka, 1 kg rajčice, 2 dl bijelog vina, sol, papar, četvrt limuna, zelen peršina.

Lokardu očistite i odvojite od kostiju tako da dobijete filete. Posložite na zamašćeni posudu jedan do drugog. Dodajte sol, papar, iscijeđeni limun i sve skupa stavite u pećnicu na temperaturu od 150 do 200 ºC. Pecite petnaest do dvadeset minuta. Dok je riba u pećnici na ulju popržite na kockice izrezan luk, dodajte isjeckani češnjak i peršin i na kocke izrezanu rajčicu. Sve zalijte vinom i dodajte po potrebi sol i papar. Tom masom prelijte ribu iz pećnice i ostavite da prokuha nekoliko minuta. Uz tako pripremljene lokarde najčešće ide prilog krumpir na maslacu, blitva s krumpirom ili špinat.

Lovrata na seljački način

Sastojci: 1 kg lovrate, 1 kg krumpira, 3 dl ulja, 3 dl vina, 2 limuna, ružmarin, koromač, češnjak, lovor, peršin, suhe smokve, papar.

Očišćenoj ribi trbušnu šupljinu nadjenite nasjeckanim češnjakom, peršinom, suhim smokvama, lovorom, ružmarinom i koromačem. Ribu nauljite i do polovice ispecite na žaru ili na ploči, a zatim je uz stalno podlijevanje umakom, koji se sastoji od vina, češnjaka, peršina, ružmarina, lovora, soli, papra te korice od limuna i limunova soka, pecite s cijelim krumpirom u pećnici. Prije posluživanja ribu ukrasite suhim smokvama, limunom, lovorom i ružmarinom.

Marinirane srdelice

Sastojci: 1 kg srdela, 2 glavice ulja, 1 grančica ružmarina, 2-3 lista lovora, 3-4 žlice vinskog octa (kvasina), maslinovo ulje, sol, papar.

Ogulite luk i narežite na tanke rezance. Srdelice očistite, odrežite im glave, posolite, pobrašnite i popržite na ulju. Na istom ulju ispržite luk i kad postane staklast, dodajte ocat, sol, papar i ružmarin. Prokuhajte i prelijte preko isprženih srdelica. Kad se ohladi, možete jesti, ali je bolje ostaviti na hladnom da se ohlade: Možete ih jesti nekoliko dana, ali ne duže od dva tjedna.

Srdele na salatu po primorski

Očišćene srdele skuhajte u posoljenoj vodi kojoj ste dodali ulje i sok jednog limuna (sok limuna će spriječiti da se srdele raspadnu). Kuhanim srdelama odvojite kosti i mesa pomiješajte s izrezanim pomidorima (rajčicom), kuhanim krumpirom i rigom (ili kojim drugim sezonskim povrćem). Posolite, popaprite, začinite uljem i kvasinom.

Brodet od srdelica

Sastojci: 60-70 dag srdela, 0,5 kg rajčica (ili pelata), 1 kg kapule (luka), 3-4 češnja češnjaka, maslinovo ulje, oštro brašno, 1 dl bijelog vina, lovorov list, riblji temeljac, lišće peršina, papar, sol.

Na zagrijanom ulju popržite sitno kosanu kapulu do zlatnožute boje. Dodajte kosani češnjak i usitnjenu rajčicu kojoj ste ogulili kožicu. Podlijte bijelim vinom te postupno dodavajte riblji temeljac. Posolite, popaprite umiješajte kosano lišće peršina i kuhajte 20 - 30 minuta. Srdelice očistite, uvaljajte u brašno i ispržite na zagrijanom ulju. Izvadite srdelice te dodajte u kuhanu mješavinu. Poslužite s palentom (purom, žgancima).

Brujet, brudet, možete pripraviti i od nepoprženih srdelica u brašnu. Očistite ih od glave i utrobe, stavite u kuhanu mješavinu i kuhajte dok ne omekšaju.

Lešo od srdelica ili inćuna

Najčešće spiza našeg primorskog puka koja se „ponovno otkriva“. Prokuhajte kratko srdelice ili inćune u vodi s limunom (limun će ih „držati“ da se ne raspadnu; umjesto limuna naši stari su koristili jaču kvasinu). Poslažite ih u posudu i pospite kosanim češnjakom i peršinom. Na kraju sve začinite maslinovim uljem i sokom limuna (ili kvasinom).

Pržene (frigane) srdelice i inćuni

Ribe otvorite, odstranite im glavu i iznutrice te izvadite središnju kost osim repa. Pobrašnite ih te umočite u umućeno jaje. Držeći ih za rep uvaljajte u krušne mrvice u koje se umiješali kosane mediteranske trave. U tavi zagrijte dva prsta ulja i uronite u njega ribu. Pržite oko 2 minute, s tim da je samo jednom okrenete (duljim prženjem postati će gorke). Ukoliko morate ispržiti veću količinu ribe, povremeno žlicom pokupite pjenu i otpale krušne mrvice.

Nekada se nisu čistile nego cijele s glavom, utrobom i kostima pržile u ulju.

Zapečena kapula nadjevena sa srdelicama

Kapulu skuhajte i izdubite. Izdubljeni dio iskošite i popržite na maslinovu ulju. Dodajte narezanu crvenu papriku, pomidor (rajčicu), masline (bez koštica), očišćene srdele (mogu biti i slane). Pomidor dodajte na kraju nakon čega sve zagustite krušnim mrvicama i začinite solju, paprom i origanom. Ovako pripremljeni nadjev stavite u izdubljenu kapulu, stavite u posudu za pečenje i zapecite u pećnici.

Crikvenička pogača od slanih srdela

Sastojci: 30 dag slanih srdela, 20 dag luka (kapule), maslinovo ulje, brašno, kvasac, voda, so (za tijesto), mlijeko, maslac.

Umijesite tijesto za kruh i ostavite da se diže. Podijelite na dva jednaka dijela. Posudu za pečenje namažite maslacem, stavite jedan dio tijesta i na njega slane

srdelice s narezanim lukom. Polijte maslinovim uljem i pokrijte drugim dijelom tijesta. Po želji možete luk malo popržiti i dodati malo svježe rajčice i sve zajedno popirjati (nova inačica starog naputka). Ispecite. Vruću pogaču izrežite i poslužite uz zelenu salatu.

Lukova kolubica -„stara“ Vinodolska pogača

Lukova kolubicu radila se obarenog (“pofurenog”; vrelom vodom poliveno) kukuruznog brašna izmiješanog s poprženim lukom i malo ulja. Smjesa se oblikovala u pogaču i pekla u zemljanoj posudi na ognjištu.

Kukuruz se prvo trebalo samljeti u žrvnju. Za sat vremena mljevenja moglo se dobiti tek 800 grama brašna (od kukuruza, pšenica , ..). Kada se dobilo brašno domaćica ga je trebala prosijati na sito i zatim umijesiti kruh. Kruh se mijesio u zemljanoj posudi (padelici od pol litre) i pekao pod zemljanom čripljom na ognjištu.

Kvas, kakav danas kupujemo u trgovini, nije se uvijek koristio, nije ga ni bilo. Kruh se najčešće mijesio bez kvasa ili bi se isti dobivao na način da se komadić tijesta ostavi sa strane, do pripremanja slijedećeg kruha, da uskisi.

U Vinodolu se dozrele plodove oskoruša sušili, zatim mljeli te se koristili za pravljenje kruha. Uz recepte za kruh od oskoruše zapisani su i stari recepti za kruh (ili kašu) od sirka, *drofa* (drop, trop)* ili mukovnica.

*Drofi su zapravo sasušene bobice grožđa koje su prethodno iskorištene za proizvodnju vina i rakije. Osušeni drofi su se mljeli i zatim se od tog „brašna“ pravila kaša.

„Rupice“

Sastojci: očišćene srdelice, kosani češnjak i peršin, kukuruzno brašno, maslinovo ulje, sol.

Očišćene srdelice pomiješajte s mješavinom kosanog češnjaka i peršina. Stavite na dlan, obično se stavljalo 4-5 srdelica (slažite obrnuto; rep glava), posolite, i čvrsto stisnite. Uvaljajte u kukuruzno brašno i frigajte na ugrijanom maslinovom ulju. Tako pripremljene srdelice možete još nakon friganja – prženja, posuti mješavinom ulja, peršina i češnjaka i malo papra. Poslužite s kuhanim krumpirom.

„Rupice ili lunice“. Nekada su se tako pripremale srdelice u Crikvenici, kojih je bilo u izobilju nakon lova crikveničkih ribara. Ovako pripremljene jele su se i hladne.

Domaći valjušci (njoki) sa sipom i bobom

Sastojci: 40 dag sipa, 20 dag boba, 20 dag kapule (luka), 4 češnja češnjaka, 1 dl maslinova ulja, 2 dl ribljeg temeljca, 2 dag kosanog peršina, 1 žlica koncentrata rajčice (pomidora iz tube), 1 dl bijelog vina, 0,5 dl prošeka, list lovora, grančica ružmarina. sol, papar, 30 dag domaćih valjušaka.

Sipe očistite (odstranite glave i krakove, utrobu i izvadite sipinu kost (ostavite je za papigu ili kanarinca ako ga imate) i narežite na kockice. Luk iskošite, popržite na ulju i dodajte mu kosani češnjak. Kad češnjak zamiriši (nakon 1 minute) dodajte sipe i pirjate podlijevajući temeljcem, vinom i prošekom. Umiješajte koncentrat pomidora (rajčice) i začinite. Kad je sve gotov umiješajte kuhane valjuške.

Skuša u vinskom rasolu

Sastojci: 6 skuša; *rasol* (marinada): 7,5 dl suhog bijelog vina, 1,5 dl vinskog octa, 2 mrkve, 3 glavice luka, 2 limuna, 4 grančice majčine dušice, 4 lista lovora, 6 grančica peršina, sol, 20 zrna papra, kocka šećera.

Skuše očistite, operite izvana i iznutra i obrišite papirnatim ubrusom. Oguljeni luk narežite na kolute. Limune i mrkvu ogulite, i narežite na ploškice. Sastojke za rasol spojite s vinom, dodajte začinsko bilje, sol, papar i šećer. Kad provri, smanjite temperaturu i kuhajte 10 minuta. Dodajte skuše, kuhajte 5 minuta. Skuše premjestite u porculansku posudu, a rasol još kuhajte 5 minuta da se zgusne. Vruć prelijte preko skuša i poklopite. Ohlađeno odložite u hladnjak. Prije posluživanja treba odležati barem 2 sata.
Slani *vinćoli* na svetejelenski

Sastojci: 50 dag fileta slanog inćuna (*vinćola*), 1,5 kg krumpira, 70 dag lisnate salate (rukola, radič, matovilac, indivija), maslinovo ulje, vinski ocat, sol, kosani peršin.

Krumpir skuhajte u kori, ogulite i narežite na ploške. Očistite salatu i dodajte kuhani krumpir. Sve zajedno začinite uljem, octom i solju. Na sredinu tanjura stavite krumpir i salatu, a oko toga filete slanih inćuna. Sve pospite kosanim peršinom.

Olita ili slatka krvavica

Sastojci: 1 kg riže, 25 dag luka, 30 dag masti, 40 dag šećera, 1 šaka bijelog griza, 1 žličica mljevenog klinčića, 1 vrećica cimeta, 20 dag grožđica, 5 dl svinjske krvi.

Rižu skuhajte, ali ne do kraja i ocijedite vodu (malo može ostati). Luk sameljite i propirjajte na masti. Dodajte ostale sastojke, sve dobro izmiješajte i u to dodajte svinjsku krv. Deblja crijeva dobro operite i na dnu zatvorite štapićem od ražnjića (kao da šivate), nadjenite nadjevom i opet sve zatvorite štapićem. U veću posudu

stavite vodu, zakuhajte i na dno stavite 2-3 drvene kuhače kako prilikom kuhanja kobasica ne bi pale na dno i zalijepile se (te bi i zagorile). Kuhajte 10-15 minuta, izvadite i ohladite. Tijekom kuhanja probušite ih iglom da ne pucaju. Prije posluživanja slatke krvavice popecite na masti do dobiju koricu. Nemate li crijevo, smjesu izlite u namašteni lim, pecite 20 minuta na 180 ºC.

Ova slatka krvavica priprema se već više od 200 godina za vrijeme poklada (maškara) i razlikuje se od **olite** - *kobasice sa sirom*.

Slatka olita (crijeva) – *krvavice*

Va knjge Jelke Žilić "Va kotliće zmešano"cela priča oko slatkih olita, jer u Kastafštini ni bil običaj delat slana.

Sastojci: *kilo halduni* (pluća), *kilo kožic* (1 kg kožica), *kilo riži* (1 kg riže), *3 garofulića* (klinčića), *kvarat kile cukara* (25 dag šećera), *kvarat kile ciziba* (25 dag grožđica), *žličica kanele* (cimet), litra krvi, *sledić soli* (malo soli), *ocvirki* od sala (čvarci).
U nekim mjestima stavljaju i smokve.

Za slatka olita trebe va veli lonac triba nalet vode, posolit je i stavit kuhat dobro očišćene kožice i halduni. Za to vrime triba otopit ono salo od olit skupa s jenun očišćenom i na četiri kusi narezanu kapulon (luk).
Pripravit riži , cukar, cizibe, garofulići, kanelu i krv. Kad su kožice kuhane - ma ne previše – „na zub“, ocede se, prohlade i skupa s hladuni samelju na makinu za meso. Skupa se samelju i oni ocvirki od sala. Va onoj vode va kojoj su se kuhale kožice skuhaju se riži po volje se još malo dosole. Riži se kuhaju „na zub“, prohlade, pomešaju z sen drugen, leje se krv, dobro se skupa zmeša i pune olita - na lej s širokin grlom, ne smeju bit preveč napunjena aš bi pukla kad se kuhaju. Na početke i na kraje olita se vežu s trejinum.
Va veloj padele zagreje se voda i padela se stavi na kraj šparheta. Olita se delikato (oprezno) *spušćaju u vodu. Voda ne sme vret, baren ne jako. Tako se pomalo kuhaju i sako malo z iglun stori škujica* (rupica)*. Kad već ne zihaja krv na škujicu, olta su finjena. Pomalo se z drvenim kuharicama znamu, stave na dasku da se dobro ocede i omrznu* (ohlade) *do drugog dana.*

A kako se jedu olita?
Olita se stave na suricu (tavicu) *va koj smo otopili žlicu masti. Popeče se z jedne i drugi strani, poklopi z poklopcen da ne šprica, skuha se olipljeni konpir va slanoj vode i stavi na pjat. Komu ne re z konpirom more ih jist z kruhon Noki voli još malo po oliteh posipat cukara.*

Klanje prasca

Više, manje saka familija je imela jeniga ili dva prasca tako da je, bar va doba klanja, mesa bilo.

Klalo se pred Božić, a niki su klali i za, kako su ga po Kastavšćini zvali, prašći pondijak. To je pondijak pred Pusnu nediju.

Na dan klanja po selu bi se zarana čulo cvilenje prasci ke su klali. To je dilav najveć puti Jure Antišov. Pomagala mu je grupa judi ki bi prasca zvukli z kuča i držali dok ga koje. Nakon Drugiga rata nastaviv je prasce klat Juretov sin Tone. I još niki su klali kot ča su Pikovićevi Dolfo i sin mu Milan pa Janko Puž…

Kad bi va jedni kući zaklali, judi, na čelu z bekaron, bi šli va drugu. Tu bi sopeta zaklali i šli daje. Va jenimu danu su znali ubit i po pet, šest prasci. No, hvala bogu, va saki kući bi čagod popili. Tako su va zadnjii kući bili fanjski nakramani.

Jedanput san i jast pomagav držat prasca dok su ga klali. Već smo puno popili, a niki i preveć. Kad su prasca zvukli z kuča skočili smo na njiga i prijeli ga. Jedan za prednje noge, drugi za rep, treti za trubac, četrti za zadnje noge. Kad ja najedanput oćutin da me niki prijev za nogu. I stišće i stišće. Jedan od nas je biv tuliko pijan da je misliv da je moja noga prašća. Ali smo se, kašnje, smijali timu.

Dok se prasca klalo niki je morav držat kakov lonac za krv ku se smiron mišalo da se ne skruti.

Prasca se onda dobro opalilo slamu da mu zgori dlaka. Znamu mu se parki pa ga ofure z vrilu vodu i obriju z oštrimi noži. Niki ga digne vajer na nikakovimi nosači pa ga razpolove, a niki to store na kakovimu stolu.

So to dilo prate dičina pa jin bekar sakimu odriže komadić mesa. To zovu pečenja. Dičina meso, veselo tekuć, nesu doma speć.

dilav	radio
sopeta	opet
jenimu	jednome
čagod	štogod
fanjski	dosta
nakramani	žargon – pijani
jast	ja
kuča	svinjca
prijeli	uhvatili
trubac	svinjska njuška
prijev	uhvatio
smiron	neprestano
parki	rožnate izrasline na nogama svinja
vajer	u zrak
nikakovimi	nekakvome
kakovimu	kakvome

so	svo
sakimu	svakome
tekuć	trčeći
nesu	nose
lopatice	plećka
zarebrnik	svinjski kare
ta	taj
olita	punjena svinjska crijeva
dila	rad
ocvirki	čvarci
nadivaju	nadjevaju
čabar	velika drvena posuda
sov	sol
pezu	teret
zname	izvadi
mrzlo	hladno

Prasac se razkomada tako da pridu pršuti, lopatice, pancete, zarebrnik, rebra….

Ta dan se, za se ki su pomagali va klanju, skuhaju jetra onako na kiselo z palentu. Veselo je za vrume južine. Judi su zadovojni da maju mesa. Od krvi se store olita. Nigdi san pročitav da ov kraj pa prama Trstu jedini dila slatka olita. Drugdi dilaju krvavice.

Druge dane se topi špeh za mast, a i ocvirki nisu za ća hitit, i nadivaju konbasice.

Veći komadi mesa, ko se misli sušit, se stavi va čabar va sov i pod pezu. Tamo se drži niko vrime. Onda ga se zname i podimi pa se stavja sušit. Ako je vrime mrzlo i burno to mesu odgovara, ali ako je južno i ni mrzline onda je vrag.

Skuta u listu vinove loze (*Skuta va pere od ruzi*)

Listove vinove loze operite pod hladnom vodom i ostavite da se osuše. Osušene stavite u tavu na malo masnoće. Kad se pero (listovi) ugriju na njih stavite ploške skute. Tavu pokrijte zagrijanim poklopcem (na štednjaku) ili sve stavite u pećnicu na nekoliko minuta.

Obzirom da je to stari naputak – recept, nisu zabilježene količine.

Grašnjaki (Rašnjaki)

Napravite tijesto kao za pogaču (3 jaja istucite sa šećerom; dodajte otopljeni maslac i uzdignuti kvasac; malo soli i limunove korice; lagano dodajte brašno (50 dag) i mlijeka po potrebi; smjesu tucite 20-tak minuta da postane glatka i mekana masa). Izmiješano tijesto razvaljajte na tanko (dva tanka komada) i nadjenite mješavinom pirea od maruna (izvorno dolazi 50 dag maruna ali možete zamijeniti kestenom), 3 žlice šećera, kave (skuhajte jaku kavu), ruma i kakaa. Prekrijte drugim dijelom tijesta, izrežite u polukrug i oblikujte *grašnjake* (rašljasti komadi). Ispržite u vrelom ulju dok ne porumene, stavite na kuhinjski papir da se ocijede ili ispecite u pećnici.

Obzirom da je to stari naputak – recept, nisu zabilježene količine. Stara riječ *graš* označuje „obilje“ hrane od *vlat*. grassus – debeo (M. Držić, Dubrovnik)
Grašnjaki su dobri i mlaki i hladni.
Današnji sastojci: 50 dag brašna, ½ kockice kvasca, 3 žlice šećera, limunova korica, 5 dag otopljenog maslaca, 2 cijela jaja + 2 žumanca; *nadjev*: 50 dag pirea od maruna, malo šećera, malo ruma, malo maslaca, malo mlijeka ili vrhnja za kuhanje, po želji malo čokolade (5 dag).

Ili

Sastojci: 2 dag svježeg kvasca, 1,5 dl mlakog mlijeka, 2 žumanjka, 4 dag šećera, 1 vanilin šećer, naribana korica limuna, malo soli, 5 dag otopljenog maslaca, 2 žlice rakije, 35 dag glatkog brašna; *za nadjev*: 20 dag kuhanog ili protisnutog kestena ili maruna, 12 g vanilin šećera, 1 žica ruma, 5 g ribane tamne čokolade; *dodatno*: bjelanjak za premazivanje, ulje za prženje, šećer u prahu.

Umijesite tijesto i odtavite ga 2 sata na sobnoj temperaturi. Na razvučeno tijesto debljine 3-5 mm stavite hrpice nadjeva koji se radi od maruna, vanilin šećera, ruma i tamne čokolade. Oko nadjeva tijesto premažite bjelanjkom, preklopite ga tako da je nadjev pokriven, pa stisnite okolo da izađe zrak. Okruglim kalupom režite oblike tako da kalup obuhvati tijesto s nadjevom. Ostatak tijesta skupite,

razvaljajte, izrežite i nadjenite kao prije. Pržite u dubokoj masnoći na srednjoj temperaturi dok ne dobiju lijepu smeđu boju sa svih strana. Grašnjake pustite da se ohlade, pospite šećerom u prahu i poslužite.

Grašnjaki s vrganjima

Sastojci za tijesto: 50 dag glatkog brašna, 1 dag svježeg kvasca, 1 dl mlijeka, 10 dag maslaca, 1 jaje, 2 žumanjka, malo domaće rakije, sol, šećer; *nadjev*: 1 manji luk, 20 dag vrganja (ili drugih gljiva po želji), mala grančica ružmarina, češanj češnjaka, maslinovo ulje, sol, papar.

U brašno uspite uzašli (dignuti) kvasac, maslac otopljen u mlijeku, jaje, žutanjke, sol i izradite tijesto. Ostavite ga na toplom pola sata. Na maslinovom ulju popirjajte kosani luk, dodajte narezane gljive, kosani češnjak (količina po ukusu) i sitno kosani ružmarin. Prokuhajte sve 10 minuta i ostavite hladiti. Tijesto raspolovite i svaku polovinu razvaljajte na debljinu malog prsta. Jednu polovinu namažite žutanjkom i po njoj rasporedite nadjev od gljiva, koji ste prethodno dobro izmiješali. Preklopite drugom polovinom tijesta i čašom velikog otvora oblikujte male pogačice – *grašnjake* (ili režite nazubljenim nožem za tijesto). Krajevi grašnjaka moraju biti dobro slijepljeni da nadjev ne izađe. Pecite na dobro zagrijanom dubokom ulju.
Grašnjake možete poslužiti kao samostalni prilog ili kao prilog mesnim jelima s umakom.

Broskva na padelu

Sastojci: maslinovo ulje, 1-2 češnja češnjaka, 2/3 broskve, 1/3 blitve, 1 poriluk, priza (prstohvat) koromača, nekoliko listova maslačka, nekoliko vrškova koprive i ostruge*, 2-3 krumpira.

Na vrućem ulju popržite kosani češnjak, dodajte kuhano zeleno povrće i zgnječeni krumpir (kojeg ste prije skuhali u kori i ogulili). Posolite i dolijte malo vode u kojoj se kuhala zelen.

Pazite, varivo mora biti gusto, kako se kaže: „na pirun“. Dodajte još malo maslinova ulja i ostavite nekoliko minuta na vatri. Poslužite uz ribu ili kosane odreske.

---

*ostruga; najčešći prilog uz ribu je bila broskva na padelu u koju se uvijek dodavalo neparan broj raznovrsnog povrća. Jedno od njih je i – ostruga (*lat.* Rubus caesius L) grmolika biljka nježnih bijeli ili ružičastih cvjetova, plodovi su sastavljeni iz malog broja razmjerno velikih, plavkastih koštunica. Listovi se koriste u jelima ili se od njih pripravljao čaj.

Gulaš i bela kompirica

Sastojci: 0,5 kg čiste govedine narezane na komadiće, maslinovo ulje, 3 velike glavice luka (kapule), 2 mrkve, 1 dl bijelog vina, 2-3 češnja češnjaka, 2 lista lovora, sol, papar, koncentrat rajčice, 1 žličica šećera, senf je noviji dodatak.

Bezimeno jelo, radilo se na laganoj vatri – jelo se „krčkalo“.

U veću posudu (padelu) stavite ulje i decilitar bijelog vina, dodajte nasjeckani luk i mrkvu, i meso. Zalijte hladnom vodom da pokrije meso te kuhajte na laganoj vatri dok voda ukuha i sve postane kašasto. Uz stalno miješanje, dodajte 2-3 kosana češnjaka, sol, koncentrat rajčice i šećer. Podlijte vodom da ne bude pregusto, dodajte lovor i kuhajte dalje na laganoj vatri.

Palenta kompirica; u posudu za kuhanje palente skuhajte 1 kg oguljenog krumpira, kad je kuhan, odlijte malo vode i izgnječite krumpir u osrednje gustu kašu. Posolite i dodajte ulja i 5 dag maslaca. Pustite da ponovo zavrije. Nakratko maknite s vatre i umutite bijelo brašno da dobijete jednoličnu smjesu. Vratite na vatru i miješajte još 15 minuta da se „ispuše“.
Način posluživanja: kompiricu vadite žlicom na tanjur i obilno prelijte gulašom i pospite ribanim ovčjim sirom.

Bakalar na gulaš uz palentu kompiricu je redovito jelo na Badnjak tj. Viliju Božju (isto jelo jede se i na sv. Barbaru i sv. Luciju – kostrenske zaštitnice (na Lucinu se vadila prva kisela repa te se najčešće jelo – *kisela repa i fažol*), kako kažu u

Primorju. Na Božić se jela: *juha, pečena kokoš s krumpirima* i *kolač* (najčešće *orehnjača*), i pilo *vino uzgojeno „spred vrata“*.
Prije ručka popila se čašica domaćeg kruškovca. Muškarci su božićno jutro započinjali s – **koretom** – kava s rakijom.
Uz Staro i Novo leto vezani su zanimljivi kulinarski običaji:
Na Staro leto pripremale su se – *lignje na saft*, budući da se lignja kreće natraške s njom i svi problemi ostaju u prošloj godini.
Na Novo leto jela se *pečena* ili *pohana praščevina* jer „prasac riva naprvo“ i tako nagovještava uspješnu godinu koja predstoji.
Od 2006. godine održava se *Festival palente i sira,* u Čavlima, s nezaobilaznim jelom Grobnika - palentom kompiricom. Glavna kuharica 2009. godine bila je gđa. Grozdana Rak koja je sa ekipom pripremila rekordnu kompiricu, za sada, od 350 kg krumpira, 180 kilograma domeće muke (brašna), samljevene u jedinom aktivnom mlinu u Martinovom selu, 2 kilograma masla, 4 kilograma soli te vode koliko palenta pita. Kad je kotao *zavro*, potrebno je sat vremena da se kuha krumpir, pola sata treba da se on *stare* i pola sata da se umiješa brašno. Sat i pol se sve zajedno kuha, a palenta je gotova kad a se počne odvajati od palentara. Istrese se na taruj, pusti da malo počine i onda se tek može rezati.

Što je palenta značila za Grobnik i grobničane možda najbolje ocrtava pjesma pok. Antona Mavrinca Filonova:

Petid

Okolo starinskoga stolića
Mat, otac i kolo dice.

Za nonićen si mole
pred tarujon kompirice.

Komać je nonić molit prestal,
saki j vaje za žlicu ćapal
z bokunon palente se j kaparal
i veli j taruj prazan ustal.

Ripu z fažolon su
žvelto pajali,
z gušton sribjali
po zdeli škrebećali
i još lašni žlice oblizali.

Niš nisu povedali.

Na pirun su palentu nabadali
S palcen jamicu parićali

Vokol slane ribe toćali
I za časić suru osvitlali.

Nisu presiti
još bi nebogi jili,
ma već ni.

Vode su se napili,
triput prekrižili
i malo palente
med rukami misili.

Delali su kaške,
pasići, zečići,
tići i svečići.

Najprvo su kipari bili,
potli malo škuriju
palentu pojili.

Tako j nikad bilo.
Ča se j skuhalo
To se j pojilo
A bog daj bilo,
Ja ča ćemo?

Danas je malo dice,
puno jida,
puno micicij,
malo petida.

petid (se mu j' Bog zel, samo ni petid) – tek

Primorska kalandraka – *gulaš od krumpira i mesa živadi*

Sastojci: 1 kg piletine, 70 dag krumpira, 20 dag mrkve, 7 dag oštrog brašna, 4 žlice maslinova ulja, 2 dl pasirane rajčice, 1 žlica nasjeckanog peršina, lovorov list, timijan, sol, papar.

Cijelo pile razrežite na komade, posebno batake, karabatake, krila i prsa poprijeko na 3-4 komada, tako da svaki dio ostane s kosti. S bataka i prsa skinite kožu. Očistite krumpir i mrkvu, krumpir narežite na četvrtine a mrkvu na štapiće - kockice ili kolutiće. Svaki komad pilećeg mesa uvaljajte u brašno pa kratko popecite na ugrijanom maslinovom ulju sa svih strana. Izvadite i odložite na topli tanjur. Na isto ulje dodajte pasiranu rajčicu, ili možete prethodno propirjati (dinstati) sitno nasjeckani luk sa 2 kosane rajčice. Sve podlijte 2 dl vode.
Naizmjence slažite u veću posudu red piletine, red krumpira i mrkve dok ne potrošite sve sastojke. Podlijte s (oko) 3 dl mlake vode (ili čiste juhe), dodajte nasjeckani peršin, začinite po želji i kad zakuha kuhajte 1 sat. Povremeno samo protresite lonac. Pred kraj kuhanja izvadite nekoliko krumpira na tanjur, izgnječite ih vilicom pa vratite u kalandraku da se dobije gustoću. Poslužite uz salatu od radiča ili salatu od rajčice (pomidora).

Riječ *kalandraka* je nejasnog podrijetla. Dubrovački pisci iz 16. stoljeća riječ *kalandra* (Zoranić, Marin Držić) koriste za pticu - ševa. *Kalandrica* je žensko ime u Dubrovniku. *Njem.* Kalnder od *nizozemskog* - kalandern - *klizati.*

Vinodolska *porednja*

Sastojci za 6 osoba: 1,5 kg janjetine, 1 kg suhog mesa (vratina, rebra), 50 dag kapule (luk), 5 dag češnjaka, 5 dag peršina, 30 dag svježeg graška, 30 dag mahune, 20 dag mrkve, 50 dag krumpira, 20 dag riže, 1 kg svježih rajčica, 5 dag pirea od rajčice, sol, papar, mažuran.

Janjeće meso izrežite na veće komade i pirjajte na ulju tako da meso dobije smećkastu boju, dodajte kosani luk, češnjak i peršin, i sve pirjajte. Suho meso skuhajte posebno. Rižu blanširajte (prelijte kipućom vodom) vodom u kojoj se kuhalo meso. U istoj vodi blanširajte krumpir izrezan na kriške. Povrće pomiješajte s rižom i krumpirom, stavite u lim (pleh), na vrh stavite janjeće i svinjsko meso. Preko svega složite rajčicu izrezanu na kockice i prelijte razrijeđenim pireom od rajčice. Nekada su pire od rajčice naše *none i bake* malo popirjale sa šećerom. Sve podlijte s temeljcem (tamni ili bijeli) i pecite najmanje 40 minuta u pećnici.

---

porednja – stanje uređenosti, utvrđeni raspored, svrstano u red, poredano.

Težačka salata

Sastojci: 4 krumpira,30 dag zelenog radiča, 20 dag pancete, sol, papa, kvasina (vinski ocat). Pancetu izrežite na rezance, popržite na malo ulja i prelijte preko radiča i krumpira.

Skuhajte krumpir u kori, ohladite i očistite. Radič očistite i po potrebi narežite na manje komade, Pomiješajte krumpir i radič i lagano začinite solju, paprom i kvasinom (vinski ocat)

Težak – ratar, poljoprivrednik, napoličar, radnik koji radi za nadnicu; reg. stanovnik primorskog grada. Građanin koji izvan grada ima polje i bavi se obrađivanjem zemlje kao glavnim zanimanjem,

---

Šuljiki sa sirom

Sastojci: 30 dag glatkog ili crnog brašna, 1 jaje, malo mlake vode, ulje, sir škripavac.

Napravite tijesto od brašna, vode i jednog jajeta. Nakon što malo odstoji razvaljajte ga na debljinu oko jednog do dva milimetra. Razrežite ga na male kvadrate čije suprotne krajeve spojite vrhovima – to su šuljiki. Ovako oblikovanu tjesteninu – šuljike kuhajte u slanoj vrućoj vodi, ocijedite i stavite na vrelo ulje da se malo zažute. Nakon toga složite ih u zemljanu posudu (danas vatrostalnu), obilno pospite ribanim sirom – škripavcom, i kratko zapecite u pećnici.

Šuljiki - domaća tjestenina koja se danas poslužuje kao toplo predjelo. Nekada se jela uz sezonsku salatu od kuhanih šparoga s jajima ili kao prilog uz mesna jela umjesto palente (kao npr. uz poznati gulaš od veprovine).
Ovo je jedno od mnogih jela iz Frankopanovog Bribira, s okusom povijesti.
Današnji **Bribirski stol** sastoji od mjesne autohtone rakije – *trsovice* (rakija od trsa loze) malo rashlađene, *bribirskog pršuta*, *bribirskog dimljenog sira škripavca*, bribirskog slanog kolača – *prisnaca*, *šuljika*, *gulaša od veprovine*. Uz sve se pije rashlađeno autohtono vino – *studec* (bijelo vino proizvedeno od žlahtine).
Vinodol je prije sto godina (oko 1904.) ima pod vinogradima preko 600 hektara i preko 400 hektara voćnjaka (najviše se uzgajala trešnja, smokva i badem), a stanovnika 12.500, danas (2008.) samo 4.100. Tradicionalne sorte loze bile su: *vele i miće žlahtina, žimić, vrbić, bilana i debeljana.* Od *suhih smokava* pravio se nadaleko poznati pekmez s cimetom, čokoladom, bademima i lavandom.

Gulaš od veprovine

Sastojci: 1 kg luka, maslinovo ulje, 2 mrkve, slanina, 1 kg veprovine, lovorov list, ružmarin, sol, papar, crvena mljevena paprika, 1 dl prošeka, voda.

Luk iskošite i propirjajte ga na zagrijanom maslinovu ulju, dodajte naribanu mrkvu, slaninu izrezanu na tanke trake, zajedno sa kožicom. Kada ste sve popirjali uspite meso izrezano na kocke. Pirjajte podlijevajući vodom dok meso ne pusti sok. Začinite lovorom, ružmarinom, solju, paprom i crvenom paprikom, podlijevajući prošekom. Ako je potrebno dolijte i malo vode. Pirjajte sve skupa oko tri sata.

Uskrsna pogača

Vazmena pogača koja se spravlja u Kastavštini:
Za polnen na Velu sobotu pečene su već vazmene pogači i dece ***jajniki****. Vazmena pogača se umesi z mlekom, z jaji, z cukorom i s cizibun. Neki reču* ***slatki kruh****. Speču i* ***šćetog kruha****, to j'sakidašnji kruh, ki ni sladak, aš sladak kruh se ji s kafon i samega v usta stave, ale s hranum jedu sakidašnji kruh i palentu.* ***Jajnik*** *(neki reču* ***šošer****, a neki* ***šišor****) speču za Vazanj dece. Jajnik je umešan od testa, od kega i slatki kruh. Spodoban je* ***mulice****. Dug je skoro dva pedla. Ve glave mu j'jaje ko da bi jeno oko. Prek jaja j'kod jedan križ od testa. To se zove krunica. Nogi su jajniku skupa zapletene onako, kako ženske kosice opletu. Te nogi na kraju imaju prsti. Jajnik dobe muška i ženska deca do jeno osam devet let, a veća deca ne. Na Velu sobotu okol južinske dobi sa deca već po sele z jajniki pohajaju. Ugjedaju, k j'lepči, mere, k j'veći, va ken je debjo jaje i nose ga susedon pokazati.*

Bakarska torta

Sastojci: 4 jaja, 25 dag šećera, 1 dl ulja, 1 dl mlijeka, 30 dag brašna, 1 prašak za pecivo, 2 žlice kakaa; *nadjev*: 25 dag maslaca, 25 dag šećera u prahu, 3 žumanca, 3 rebra (oko 5 dag) rastopljene čokolade, 3 bjelanca.

Pjenasto umutite cijela jaja sa šećerom, dodajte ulje i mlijeko i još malo miješajte. Dodajte brašno umiješano s praškom za pecivo. U oblik za torte ulijte pola smjesu i ispecite. Drugu polovicu obojite dvjema žlicama kakaa i ispecite. Svako tijesto prerežite na pola i slažite jedan tamni, pa jedan svijetli red.
Pjenasto izradite maslac sa šećerom u prahu, dodajte žumanca i rastopljenu čokoladu. Sve dobro izmiješajte. U kremu lagano umiješajte snijeg od 3 bjelanjka i premažite tortu.

Zvonejski presnec

Sastojci *za tijesto*: 1 jaje, malo brašna, žlica šećera, malo ulja, sol, ½ žličice praška za pecivo, mlijeko; *za nadjev*: 1 kg starog kruha (dan ili dva), 60 dag šećera, 60 dag masla (masnoća koja se dobije topljenjem maslaca), 30 dag grožđica, 10 žutanjaka, 2 cijela jaja.

Kruh izrežite na kockice i izmiješajte sa šećerom i grožđicama, na „suho“ (bez tekućeg dodataka). Polijte s rastopljenim maslom i na kraju dodajte žutanjke i jaja. Izmiješajte da se sve dobro poveže, ako je potrebno dodajte malo mlijeka (obično ako je kruh jako suh).
Izradite mekano tijesto, odmah razvaljajte na tanko i stavite na čisti stolnjak. Na tijesto složite nadjev po sredini tako da možete preklopiti tijesto. Ovako pripremljeno tijesto,sada već *presnac*, stavite u podmazani pleh (lim, *furmu*, za pečenje kolača)tako da rubovi ostanu ispod. Probodite površinu na nekoliko mjesta da tijesto ne popuca (na taj način omogućujete plinovima da izađu tijekom

pečenja i površina neće popucati). Pecite u zagrijanoj pećnici na 200 ºC dok površina, *ponjvica* - pokrivač, ne zažuti.

Zvoneće; naselje u općini Matuljima, Primorsko-goranske županije. Zvonejski presnec je kolač koji se na Liburniji priprema u vrijeme Pusta (karnevala). Gotovo svako selo ima svoj način pripreme, pa i svaka kuća dodati će nešto novo. Presnac se radi bez *dihi* – začina, a to su cimet, klinčići i ini mirišljivi *kumpani* („društvo, drug, ortak"), koje domaćice stavljaju u ovu vrstu kolača, čime se ne umanjuje njegova kvaliteta. Jedna od tajni ovog kolača je i upotreba *masla*. Nekad su ljudi redovito maslo radili kod kuće, rekli bi da se mlijeko „zmaslenalo". Maslo se radi od skorupa (*škorupa*) domaćeg mlijeka i redovito bio prsta debeo. Na Pust se uz presnac, *po starinsku* (starom običaju) pripremala i *repa* te *olita*, koja se danas vrlo rijetko priprema. Presnac se „sladio" *jarbolom* – autohtonim zvonejskim vinom.

Primorski prisnac

Sastojci: 70 dag brašna, 10 jaja, 1 ocijeđeni kravlji sir, 4 srednja luka ili više mladog luka, 20-30 dag slanine, šunka narezana na kockice, sol, papar, kvasac, 1 maslac.

Luki iskošite i pirjajte ga na maslacu i dodajte slaninu i šunku izrezanu na kockice. Ne pirjajte dugo, tek toliko da luk postane staklast, ako je mladi luk, onda ga ispirjajte dobro. Zamijesite tijesto s brašnom, jajima, kvascem i pomiješajte ga s kravljim sirom, pirjanim lukom, slaninom i šunkom. Tako napravljeno tijesto, izmiješano sa svim sastojcima, stavite u namazani pleh i ostavite da se digne. Pecite u zagrijanoj pećnici, oko 1 sat, na temperaturi od 180 ºC.

Bodulski presnac

Sastojci *za tijesto*: 20 dag brašna, 5 dag šećera, 5 dag masti, 1 jaje, malo soli; *za nadjev*: 80 dag mladog ovčjeg sira, 20 dag šećera, 10 dag glatkog brašna, 6 žutanjaka, limunova korica, vanilin šećer.

Od navedenih sastojaka umijesite prhko tijesto i ostavite da odstoji. Sir sameljite, dodajte šećer, žumanjke, brašno te začinite limunovom koricom i vanilin šećerom. Tijesto podijelite na dva nejednaka dijela i razvaljajte na tanko. Veći dio stavite na dno podmazane posude za pečenje (pleh, lim) te ostavite uzdignute rubove preko stranica posude. Nadjenite nadjevom. Pokrijte manjom polovicom razvaljanog tijesta i preklopite rubove. Pecite u zagrijanoj pećnici na 180 ºC najmanje 1 sat.

Naša kulinarska tradicija poznaje slane i slatke presnace koji se različito i nazivaju: prijesnac, prisnac, presnac. Ponegdje su ga pripremali od *starog kruha* i od *kukuruznog brašna*.

Potrgane gaće (Poderane gaće)

Sastojci: 50 dag glatkog brašna, 2 žlice soli, 2 žlice šećera, 1 žlica ulja za tijesto, posebno ulje za prženje (pečenje), 1 vrećica suhog kvasca.

Suhi kvasac stavite u 1,5 dl mlake vode, dodajte žlicu šećera i ostavite na toplom da uzađe (da se digne). U brašno dodajte uzašli kvasac, sol, preostali šećer i ulje te izradite tijesto kao za kruh. Ostavite ga da se digne. Od uzašlog tijesta trgajući komadiće tijesta oblikujte željene oblike i odložite na pobrašnjenu dasku. Pričekajte da se još malo digne na dasci i popržite sa svih strana u uzavrelom ulju. Izvadite „potrgane gaće“ i odložite na papirnati ubrus da se ocijedi masnoća. Po želji pospite šećerom u prahu ili poslužite uz domaći pekmez.

Vidi: Rasparane brageše

Božićni kolač s medom

Sastojci: 40 dag oštrog brašna, 1 prašak za pecivo, ½ žličice soda bikarbone, 3 žlice ulja, 2,5 dl vode, 10 dag šećera, 10 dag narezanih suhih smokava, 10 dag grožđica, 10 dag narezanih badema, 1 žlica meda, 3 žlice marmelade od marelica, malo soli, cimeta po želji.

Brašno pomiješajte s praškom za pecivo, sodom bikarbonom, uljem i vodom. Sve dobro izmiješajte u električnom stroju (mikseru). Dodajte šećer, smokve, grožđice, bademe, med, marmeladu od marelica, malo posolite i dodajte cimeta po želji. Kad ste sve izmiješali, stavite u podmazani lim i pecite u zagrijanoj pećnici na 180 ºC oko 45 minuta. Ispečeni kolač pospite šećerom u prahu.

Svetojelenske friti

Sastojci:1 kg glatkog brašna, 6 dl mlakog mlijeka, 1 kockica svježeg kvasca, 2 žlice šećera, 1 dl ulja, 2 jaja, 1 paketić vanilin šećera, 1 dl bijelog vina, 1 žličica soli, ribana limunova i narančina korica, 10 dag grožđica, 1 žlica rakije lozovače; *za prženje*: 1 l ulja; *za posipanje*: šećer u prahu.

Kvas i šećer pomiješajte zajedno i ostavite da se digne. Sve sastojke zajedno izmiješajte, dobro izradite rukom ili kuhačom i odložite da se diže na toplom. Kad se tijesto diglo, stavljajte žlicom „žličnjake“ od tijesta u vruče ulje (žlicom uzimate od tijesta i stavite u ulje). Pržite da bude svijetlo žute boje i odmah kad ste izvadili, pošećerite.

Svaka obitelj s područja oko Crikvenice ima neki svoj naputak za fritule, ovaj naputak nalazi se na popisu certificiranih tradicionalnih naputaka grada Crikvenice.

Pavlinska torta - suvenir Crikvenice

Povodom obilježavanja 600 godina Crikvenice te prisjećanja na bogato djelovanje redovnika pavlina u samostanu u Crikvenici, Turistička zajednica Grada Crikvenice objavila je natječaj za Pavlinsku tortu u travnju 2012.

Utemeljiteljem današnje Crikvenice smatra se knez Nikola IV. Frankapan. On je daleke 1412. godine dao sagraditi samostan za redovnike Sv. Pavla Pustinjaka na ušću rječice Dubračine u more, uz srednjovjekovnu crikvu, od čega je izveden naziv Crikvenica. Samostanska zgrada povezala je okolna ribarska naselja i postala središte javnog i kulturnog zivota.

Pavlini su, sve do ukinuća reda 1786. godine, imali važnu ulogu u gotovo svim područjima života stanovnika Crikvenice i okolnih naselja, a narod ih je zbog njihovih bijelih habita prozvao "bijelim fratrima". Poznavali su glagoljicu, bili zaslužni za obrazovanje i opismenjavanje djece, bavili su se glazbom, umjetnošću, jezikoslovljem i ljekarstvom. Proučavali su medicinske rukopise i knjige, uzgajali ljekovito bilje i dio crikveničkoga samostana prenamijenili u sklonište za svoju bolesnu braću, siromahe i druge bolesnike. Osim toga, bili su važni i u gospodarskom pogledu, kao vlasnici obradive zemlje u crikveničkome polju.

U crikveničkom samostanu je prvu naobrazbu stekao Julije Klović, svjetski najčuveniji sitnoslikar svih vremena. Rođen 1498. godine u Vinodolu, nedaleko Crikvenice. Legenda kaže da je u dječačkoj dobi slikao prizore svojeg rodnog kraja na - noktu! Najveći dio života proveo je u Italiji. Slikarstvu je učio velikog

El Greca, a suvremenici su ga nazivali "mali Michelangello" i svrstavali u sam vrh slikarstva, uz bok Michelangellu, Rafaellu, Leonardu i Giorgioneu.

Prilikom određivanja mogućih sastojaka za Pavlinsku tortu vodilo se računa da svi sastojci budu iz doba u kojemu su djelovali pavlini. Na popisu sastojaka nalazilo se: *maslinovo ulje*, *mast*, *bademi*, *orasi*, *smokve*, *grožđice*, *med*, *limun*, *cimet*, *ružmarin*, *lavanda*, *majčina dušica*, *lovor*, *kuš* (kadulja), *brašno*, *jaja*.

Na natjecanju je pobijedila torta osmišljena od slastičarke Božene Biljan iz Selca, osmišljena kao rekonstrukcija mogućih naputaka (recepata) torti iz 15. stoljeća.

Torta Pavlina (Pavlinska torta)

Sastojci za 12 osoba: *tijesto*: 45 dag mekog brašna, 3 jaja, 1 žutanjak, 4 jušne žlice meda, 4 jušne žlice otopljene masti, po potrebi malo vode; *nadjev*: 35 dag suhih smokava, 15 dag oraha, 15 dag badema, 6 jušnih žlica meda, 3 dl vode, 2 žlice maslinovog ulja, 10 dag grožđica, 1 limun – korica, po ukusu cimeta (mljevenog), 6-8 listova lovora; *Dodatno*: 1 bjelanjak za premazivanje torte, 16 cijelih badema (10 oguljenih + 6 sa kožicom), 1 žlica maslinovog ulja.

Prosijte brašno na dasku ili radnu plohu, a u sredini načinite jamicu. Dodajte jaja i žutanjak, med i otopljenu mast te mijesite, povezujući sastojke. Ukoliko je potrebno dodajte vrlo malo mlake vode (1 - 2 žlice). Tijesto mora biti kompaktno i malo tvrđe. Oblikujte ga u kuglu. Tijesto stavite potom na lagano pobrašnjeni tanjur i spremite u hladnjak na 1/2 sata. Svakako ga prekrijte ubrusom ili čistom kuhinjskom krpom da se ne osuši. Kad je tijesto odstajalo, podijelite ga na 5 loptica jednake težine (oko18-19 dag). Svaku od 4 loptice razvaljajte okruglo na jako pobrašnjenoj podlozi u veličini vašega kalupa za torte. Na svaki komad razvaljanog tijesta stavite dno kalupa i kotačićem za kolače obrežite rubove. Tijesto prenesite na ravan kalup (onaj veliki koji se dobije uz štednjak) pokriven pek papirom. Stavite peći na 160 ºC oko 12 minuta (ako postoji mogućnost stavite 2 kruga tijesta odjednom). Tako postupite sa sva 4 kruga, a preostalu 5. lopticu nemojte valjati već je pohranite u hladnjak. Polupečene krugove tijesta odložite na rešetku neka se ohlade. Izvadite iz hladnjaka preostalu lopticu tijesta i razvaljajte tanko u veličinu i oblik obruba prstena kalupa za torte + 3 cm više. Naime, ako je visina obruča 4 cm razvaljajte 7 cm visine, a dužinu ćete provjeriti tako da centimetrom izmjerite unutarnji obod kalupa.
Nadjev od smokava: Smokve proberite i izrežite nožem čim sitnije. Stavite ih u posudu te prelijte s 1/2 dl vode i kuhajte dok voda ne ispari. Primješajte 2 žlice meda, promiješajte, dodajte malo ribane korice limuna, poprašite cimetom i ostavite da se ohladi.

Nadjevi od badema i oraha: Potopite grožđice u vrelu vodu i ostavite da odstoje dok pripremate nadjeve. Sameljite posebno orahe, a posebno bademe i pripremite 2 posude. Stavite u lončić 2 dl vode i lovorov list (svih 7-8) te pustite da zakipi. Maknite s vatre. U svaku posudu stavite po 1 dl prokuhane vode s lovorom, uspite u jednu bademe, a u drugu orahe. Svakom nadjevu pridodajte po 2 žlice meda, 1/2 količine grožđica i po žlicu maslinovog ulja. Dobro promiješajte i ohladite.
Slaganje torte: Kalup za torte premažite sasvim tanko maslinovim uljem. Na dno stavite prvi list, a uokolo, uz rub kalupa onu traku od tijesta, pažljivo prelazeći prstima po njoj da je prilijepite uz kalup. Neka ostatak visi preko ruba kalupa. Stavite nadjev od smokava i poravnajte ga žlicom. Prekrijete drugim listom pa dodajte nadjev od oraha. Sad stavite treći list i nadjev od badema. Prekrijte zadnjim listom, pa ostatak trake oboda kalupa prebacite na vrh torte, malo ga štipkajući.
Ukrašavanje torte: Bjelanjak malo umutite i premažite tortu kistom umočenim u bjelanjak.
Količinu od 10 badema je potrebno prethodno potopiti u ključalu vodu, ostaviti ih 10 minuta, a potom oguliti. Oguljenim i neoguljenim bademima ukrasite tortu. Pecite na 150 ºC oko 1 sat. Ohladite u kalupu, potom oslobodite prsten i tortu stavite na poslužavnik za torte (metalni ili stakleni tanjur na stalku).

Frankapanska torta danas (Frankopan-Torte)

*Kuharica izdana u Leipzigu 1709. god. pod naslovom GRANAT-APFEL, raskošni je barokni vodič sa 519 naputaka, vrlo je značajna za nas. Knjigu je napisala Elenora Maria Rosalia, kneginja od Eggenberga koja je neko vrijeme živjela na području Slovenskog primorja, i u knjizi navodi naputak za „Frankopan tortu“ čiji je naputak prvi put objavljen 1686. godine ali pod imenom torta FRANGIPANI. Ta torta je jedna od prvih europskih baroknih slastica, a prema svim dosadašnjim saznanjima (istraživanjima etnologinje gospođe dr. sc. Nives Ritig-Beljak i profesora Melichara) najvjerojatnije je u vezi s kulinarskim stolom KRSTE FRANKOPANA (Frangipani u prijevodu znači - kruholomci). Torta se radi od lisnatog tijesta (tada se to radilo sa svinjskom masti i lojem) i nadijeva obilnom kremom od slatkog vrhnja, oplemenjeno prženim pistacijama, muškatnim oraščićem, cimetom, limunovom koricom, ružinom vodicom i voćem. Svi navedeni sastojci odavno su korišteni kao živežna namirnica u primorju i nije pretenciozno ustvrditi, da je ta torta ponikla iz našeg podneblja.
Uostalom, i sam Krsto Frankopan, izuzetan je pisac o „istvini i pitvini“ u svojim gastronomskim stihovima: „Mesari kak mesari“, „Meso u loncu“, „Tele“, „Kokot“, „Par golubova“, „Jajce“, „Kruh u peć metati“, „Napojnica pri stolu“. U knjizi kuharskih “propisa” *Nova zagrebačka kuharica,* objavila je Marija Kumičić, davne 1888. godine, naputak/recept za:

Frankapanska torta (Frankopan-Torte)

6 žutanjaka, 3 decilitra skorupa, šećer s vanilijom i jednu kašiku brašna krkljaj na ognjištu, dok se sgusne. Ovom kremeom, pošto se ohladi naliči mlinac od maslena tiesta, kojim si kalup obložila, speci, a zatim raznim voćem ukrasi, koje glasiraj geléom od grozdjića ili pekmezom od kajsija.

(Modernizirana verzija kolača koji je sačinjen u Podravkinu Centru za istraživanje i unapređivanje prehrane, objavila gđa. Božica Brkan u kolumni „Enciklopedija špeceraja“ - Večernji list):

Sastojci: 1 „Ledo“ lisnato tijesto;
za kremu: 6 žumanca, 20 dag šećera, 2 dl slatkog vrhnja, 2 dag gustina, 15 dag sjeckanih prženih lješnjaka ili pistacija, cimet, muškatni oraščić, ribana korica od pola limuna, 10 dag grožđica,, o,3 dl maraskina, 12 dag maslaca;
za ukrašavanje: komadići svježeg voća ili voće iz kompota i slatko tučeno vrhnje.

Svaku polovicu lisnatog tijesta razrezati na pola, pa svaki komad razvaljati vrlo tanko na oblik pravokutnika. Ispeći kore, svaku posebno, na 220 ºC oko 15 minuta. Žumanca, šećer, slatko vrhnje i gustin izmiješati i ostaviti oko pola sata da odstoji. Kuhati na pari dok masa ne zgusne. Malo ohladiti, dodati lješnjake i ostale začine. Na kraju umiješati omekšali maslac. Dobro ohlađenu kremu premazati u tankom sloju preko tri pečene kore tijesta pa ih slagati jednu na drugu. Prekriti četvrtom korom, ukrasiti komadićima voća i tučenim slatkim vrhnjem. Oblik torte je četvrtast.

U Italiji je poznata *creme frangipane* - osnovni sastojci su jaja i brašno, kojom se često nadijeva španjolski kruh (*pan di spagna* - pandišpanj, patišpanj, dubrovačka poslastica koja se proširila po našim krajevima. Postoje indicije da su dubrovački pomorci donijeli način izrade tog kruha iz Španjolske, suhi kolač od brašna, šećera, jaja i oraha) a bogata je maslacem. Izvorni naputak kaže da je to krema od vanilije s bademom za kolače.

Padišpanj

Sastojci: 12 jaja, 12 žlica glatkog brašna, 12 žlica šećera, korica 1 limuna, šećer za posipanje, malo svinjske masti.

U posudu stavite jaja i šećer. Najmanje pola sata miksajte dok ne dobijete gustu smjesu. Brašno dodajte uz neprestano miješanje, a zatim dodajte limunovu koricu. Kalup (protban, lim, tepsiju) za pečenje namastite svinjskom masti i pažljivo ulijte ssmjesu. Pecite oko 50 minuta na temperauri od 165 ºC. Kad je kolač gotov

pospite ga šećerom u prahu. Padišpanj se nakon pečenja mora ohladiti, a tek onda poslužti, nabolje uz malo prošeka.

Padišpanj, fanjki, ljepanci, grašnjaci, fritule, listarići sve su to pokladni kolačiči.

Ostale slastice pod nazivom *Frangipane* – Frankopani, koje se mogu pronaći u internacionalnoj kuhinji.

Frangipane je nadjev od ili s okusom poput badema. se koristiti na razne načine, uključujući kolače, torte i druge vrste peciva, kao što je isusovačko. Francuski pravopis iz 1674. Pojam *franchipane* u kulinarskom/slastičarskom objašnjava kao krem kolač s okusom od badema ili pistacije, kasnije je došlo do odrednice da se odnosi i na nadjev koji se može koristiti u različitim slastica i pekarskim proizvodima.

Frangipane slatka krema

Frangipane slatka krema s okusom badema i crvenom jasmin bojom, koristi se kao nadjev za torte. Naputak koji je najvjerniji izvornom iz 12 stoljeća.

Sastojci: 2 jaja, 3 žumanjka, 6 žlica šećera, 12 žlica brašna, priza soli, 2 šalice mlijeka, ½ šalice usitnjenog bademovog tijesta, 3 žlica maslaca, 1 žličica ekstrakta vanilije, 6 kapi jasminovog ekstrakta.

Umiješajte jaja i žumanjke i dodati šećer pomiješan s brašnom i soli. Polako umiješajte u vruće mlijeko miješajući na slaboj vatri dok se smjesa ne zgusne. Maknite s vatre, dodajte ekstrakt vanilije, usitnjeno bademovo tijesto i razmućeni maslac. Promiješati s vremena na vrijeme, tako da krema bude hladna prije upotrebe. 6 kapi jasminovog ekstrakt umiješajte na kraju.

Frangipane čokoladna torta

Sastojci *za biskvit*; 5 dag badema, 10 dag šećera u prahu, 2 jaja, 10 dag maslaca,1 žlica ruma, korica 1 limuna; za prekriti biskvit: 1 šalica ocijeđenog slatkog od šumskih jagoda;
za kremu: 2 žumanjka, 2 jaja, 40 g šećera, 1 vanilin šećer, 200 g tamne čokolade, 4 dl slatkog vrhnja; za čokoladnu ocaklinu: 5 dl slatkog vrhnja, 250 g čokolade.

Biskvit: maslac, vanilin šećer i šećer miješajte dok ne postanu pjenasti. Dodajte jaja, mljevene bademe, rum i limunovu koricu. Miješajte dok ne dobijete jednoličnu masu, ulijte u kalup za torte koji ste namastili maslacem i obložili papirom za pečenje, i pecite na 180 ºC 15 do 20 minuta, ili dok čačkalica ne bude suha kad je ubodete u tijesto.
Gotov biskvit ohladite te premažite slatkim od šumskih jagoda. Možete zamijeniti i džemom od malina kao što je u izvornom naputku (receptu).
Za kremu: jaja, žumanjke i šećer miješajte na pari dok se malo ne zgusnu i šećer otopi, zatim dodajte čokoladu, otopite i dok je još kremasto maknite s vatre tj. sa pare te ohladite. Slatko vrhnje istucite i pomiješajte pažljivo sa rashlađenom smjesom od čokolade. Premažite tortu sa kremom i stavite u hladnjak da se stisne! Kad se krema stisnula prelijte je čokoladnom glazurom koju ste dobili tako što ste zakuhali vrhnje i pomiješali sa čokoladom dok se ne otopi te malo ohladili. Tortu poslužite sa slatkim tučenim vrhnjem.
U izvorni naputak (recept) ide 5 dl slatkog vrhnja).

Trokuti Frangipane s nadjevom od badema

Početkom 17. stoljeća ljudi su često pribjegavali korištenju parfema za prikrivanje mirisa jer im je odjeća nažalost smrdjela. Ni rukavice nisu bile iznimka, tim više što su se proizvodile od kože koja je imala svoj specifičan miris. „Mudra“ europska aristokracija obilno je parfimirala rukavice, a markiz Mario/Muzia di Frangipani, poznatiji kao Cesar Frangipani (Marchese Mario Frangipani kojeg je Louis XIII proglasio vitezom 1633.), tražio je da se njegove parfimiraju mirisom gorkog badema pa se taj miris ubrzo počeo vezivati za njegovo ime. Osim rukavica, tim su se mirisom počele parfimirati i lepeze, nedugo nakon toga jedan liker dobio je isto ime, a naposljetku je se ono počelo koristiti za kremu od badema.

Sastojci: za 8 velikih ili 16 manjih trokuta: paket lisnatog tijesta, 15 dag masla, 15 dag šećera u prahu, 2 veća jaja (ako su mala + 1 žumance), ekstrakt gorkog badema – mala bočica, 15 dag oguljenih mljevenih badema, 2 žličice brašna, + jaje za mazanje.

Ogulite i sameljite bademe. Pjenasto umutite maslac i dodajte šećer u prahu i 1,5 jaje. Dodajte ekstrakt badema. Primiješajte mljevene bademe i brašno. Tijesto razdijelite na željeni broj kvadrata Na sredinu staviti žlicu nadjeva i preklopite dobro pritišćući rubove da smjesa ne iscuri (jako je važno dobro zalijepiti krajeve trokuta jer će u protivnom nadjev iscuriti van. Tijesto narežite na kvadrate i žlicu nadjeva stavite malo bliže jednom vrhu kvadrata. Njega zatim preklopite preko nadjeva, dobro utisnite, a ostatak tijesta još jednom preklopite preko toga). Stavite na papir za pečenje (ako želite, premažite jajem). Pecite 15-20 min na 200 ºC.

Palačinke Frangipane - Crêpes Frangipane

Sastojci za *palačinke*: 1/3 šalice brašna, 1 žlica šećera, sol, 1 jaje + 3/4 šalice mlijeka, 1 žlica maslaca;
nadjev:1 šalica vrhnja, ½ žličice bademovog brašna, 1 žumance, ½ žličice ekstrakta vanilije, žlica maslaca, ½ žličice ribane kore naranče, 3 razlomljena medenjaka, 1,1/2 žličica rakije, šećer u prahu (po želji.

Sve sastojke za palačinke umiješajte u glatku smjesu. Stavite u hladnjak da odstoji i da se zgusne. Zagrijte u tavi masnoću, stavite 2 žlice tijesta i ispecite palačinke do žućkaste boje (pecite prvo na jednoj strani zatim preokrenite).
U vrhnje umiješajte sve sastojke nadjeva, prokuhajte na umjerenoj vatri i nadjenite palačinke.
Palačinke zarolajte, složite u podmazani pleh i zapecite (gratinirajte) u zagrijanoj pećnici na 200 ºC. Kada dobiju žućkasto smeđu boju prelijte ih još ostatkom nadjeva (ako je gusto razrijedite s malo vrhnja i mlijeka, te zagrijte). Kad palačinke dobiju smećkastu boju izvadite ih i po želji pospite šećerom u prahu.
Na sličan način mi pripremamo palačinke s nadjevom od sira i zapečenu sa zemljanom posudom u pećnici).

Frangipane kruške i cherry torta

Sastojci: maslac za posudu za pečenje, 4 velika jaja, 2/3 šalice šećera plus 2 žlice šećera, 1/2 šalice canola ulje (repičino ulje), 2 žličice ekstrakta vanilije, 1-1/2 šalice brašna, 2 žličice praška za pecivo, prstohvat soli, 2,1/2 šalice oguljeni i izrezanih sjeckanih krušaka na kockice (2 ili 3 velike kruške, oguljene, zatim izrezane na kockice), 1-1/2 šalice sušenih kiselih trešanja (ako imate trešnje maraskino biti će najbolje), 1/3 šalice rakije ili Kirsch, ili topla voda, 24 dag bademova tijesta, 1 žličica cimeta, šećer u prahu za posluživanje.

Zagrijte pećnicu na 180 ºC. Maslacem namažite dno i stranice posude za pečenje: Izrežite pergament papir veličine dna posude, premažite maslacem i odložite na stranu. Trešnje stavite u duboki tanjur i prelijte rakijom (što finija rakija to bolje). Ostavite da se kožica dobro namoči i da omekšaju. Ogulite kruške, izrežite na kockice i stavite u drugu posudu. Ocijedite trešnje, dodajte ih kruškama i promiješajte (tekućinu nemojte baciti, ugodna je za popiti). Bademovo tijesto izmrvite, dodajte 2 jaja, cimet i 2 žlice šećera. Pomiješajte zajedno pomoću miksera. U većoj posudi razmutite preostala 2 jaja, 2/3 šalice šećera, ulje i vaniliju. Dobro izmiješajte i dodajte brašno, prašak za pecivo, sol i na kraju umiješajte voće. Dobro izmiješajte, i uspite u posudu za pečenje. Pecite oko 1 sat i 15 minuta, tj. dok čačkalica ne izađe suha kad je ubodete u sredinu. Izvadite iz pećnice, stavite na stalak i odmah odrežite rubove. Ostavite kolač da se hladi, oko 20 minuta. Ako ne želite kolač nadijevati kremom izrežite ga na kriške pospite šećerom u prahu i poslužite.
Nadjeveni kolač kremom; Potpuno ohlađeni kolač prerežite vodoravno na dva dijela i premažite željenim nadjevom, iznutra i izvana.

CRES

Lignje na creski način

Sastojci: 1 kg lignji, 4 svježe rajčice, 2 češnja češnjaka, 2 dl bijelog vina, 3 luka, majčina dušica, lovor, sol, papar, brašno, peršin, 2 žlice maslinova ulja.

Na ulju ispržite nasjeckani luk, dodajte nasjeckani češnjak, izrezane rajčice, sol, papar, lovor, i majčinu dušicu. zalijte vinom. Dok se umak kuha, očistite lignje, izvadite im vrećicu s crnilom i dobro operite. Uvaljajte ih u brašno i ispržite pa stavite u umak. Prije posluživanja obilato pospite nasjeckanim peršinom.

Stari ribarski način je da se manje lignje nikada ne čiste, nikada ne peru. Svježe ulovljene lignje se stave na hladno maslinovo ulje, teća (tava) se poklopi i stavi na vatru. Kada se lignje trebaju okrenuti „teću“ maknite s vatre, malo sačekajte da se ulje smiri i otklopite. Preokrenite ih i poklopljeno pecite dalje. Lignje se brzo gotove i poslužite kuhanom blitvom i domaćim kruhom, koji će upiti sve dragocjene sokove lignje.

Kod ovako pripremljenih lignji ostane njihov najbolji dio – utroba, crnilo i zrnata masa u dnu tijela. Ovako pripremljene lignje su intenzivnog mirisa, čvrste pod zubima i ugodno slatke, koje traže teže crno vino. Crnilo koje curi iz njih je prvorazredna poslastica za koju većina „kontinentalaca“ ni ne zna.

Škampi s valjušcima na butargi*

Sastojci: 3-4 žlice suhe mljevene butarge, 4 srednje velika škampa, malo konjaka, 2 dl riblje juhe, 1 dl bijelog vina, 4 žlice umaka od rajčice, 1 dl vrhnja, kosani peršin, bijeli papar, 30 dag domaćih valjušaka, maslac.

Na maslacu malo popržite škampe, prelijte zagrijanim konjakom i osmudite ih (flambirajte).
Podlijte ribljom juhom, dodajte bijelo vino, umak od rajčice, vrhnje, kosani peršin i bijeli papar. Posebno skuhajte valjuške, kad su napola gotovi ocijedite i dodajte škampima. Kad do kraja omekšaju dodajte butarge. Sol ne stavljajte u jelo prije butarge jer je ona vrlo slana.

---

*__Butarga__ (*tal.* bottarga) - sušena dimljena, usoljena ikra nekih morskih riba, osobito cipala (skočac, skakavica). Pravi se u obliku kobasice a vrlo je slasna za jelo. Nažalost toga danas više nema ili samo ponegdje.

Ukoliko se odlučite sami pripremiti butargu postupite na ovaj način: Ikru - butargu osolite i ostavite da stoji prekrivena solju barem osam sati. Izvadite je iz soli i stavite sušiti u hlad. Nakon 3-4 dana sušenja operite je da ne bude preslana, te sameljite ili istucite u prah.

Skakavica .. dava uz dobro meso i ikru (butargu).

Geru zovemo matica u aprilu, kad počne nositi butargu.

Pile s češnjakom

Sastojci: 1 pile od 1,5 kg, 15 češnjeva mladog češnjaka, 1 grančica ružmarina, nekoliko listića kadulje, ½ svežnjića vlasca, ulje, sol, papar.

Očišćeno pile izvana i iznutra posolite i popaprite, namažite uljem i stavite u posudu za pečenje. Nakošite kadulju i nekoliko iglica ružmarina i pospite po piletu. Preostali ružmarin stavite uz pile. Pecite 1 sat na 180 ºC. Tijekom pečenja prelivajte pile pomalo kipućom vodom, a kasnije vlastitim sokom. Pile tijekom pečenja nekoliko puta okrenite. Okružite ga češnjakom i nasjeckanim vlascem. Posolite, poparite i zalijte sokom od pečenja. Pecite još pola sata često polijevajući vlastitim sokom i pile i češnjak.

Kozlić s premazom (marinadom) od ružmarina

Sastojci: 1 lopatica kozlića s kostima (oko 1,6 kg), 1 žlica meda, 2 žlice kvasine, 5 češnjeva češnjaka, 80 dag mladog krumpira, ružmarin, maslinovo ulje, sol, papar u zrnu.

U kamenom mužaru zgnječite žlicu iglica ružmarina sa žlicom papra u zrnu, i istresite u drugu posudu u kojoj ćete pomiješati s kvasinom, medom i 2 žlice maslinova ulja. Na taj način dobiti će te ukusan premaz (marinadu). Kistom dobro premažite meso (loparicu). Ostavite barem jedan sat da se dobro marinira. Oprani mladi krumpir stavite u hladnu slanu vodu i kad voda zavri, ostavite da vrije 15 minuta. Kad se malo ohladi ogulite ga. Na dno veće posude ulijte 2 dl maslinova ulja. Na to stavite meso i okružite neoljuštenim češnjevima češnjaka. Pecite 5 minuta u pećnici zagrijanoj na 200 ºC. Smanjite temperaturu na 180 ºC. Prelijevajte vlastitim sokom. Nakon deset minuta okružite krumpirima, sve prelijte maslinovim uljem. Pecite još desetak minuta i nekoliko puta okrećite krumpir da sa svih strana dobije boju. Posolite i poparite. Sve stavite na zagrijani pladanj (poslužavnik). Češnjak stisnite, dobiveni sok umiješajte u sok od pečenja i prelijte meso. Po potrebi još začinite.

Janjeći kare u mirisnom bilju

Sastojci: 1 janjeći kare, 6 žlica krušnih mrvica, 1 svežnjić začinskog bilja (kadulja, ružmarin, peršin, mažuran, majčina dušica), 3 češnja češnjaka, sol, papar.

Operite, obrišite i na krupno iskošite začinsko bilje, i pomiješajte s krušnim mrvicama. Odvojite rebara od meso i pritisnite ga prema dolje i omotajte čvrstom uzicom (koncem). Posolite, popaprite, kosti omotajte alufolijom. Iskošite češnjak i utrljajte ga u meso. Posolite, popaprite i prelijte uljem. Pecite 15 do 20 minuta u pećnici zagrijanoj na 200 ºC, pa pospite smjesom mrvica i začinskog bilja. Nakapajte još uljem i pecite oko 5 minuta. Skinite alufoliju i poslužite.

Pramenka (pramen – uvojak) – creska ovca, koja je bila uz kozu, jedna od hraniteljica domaćeg stanovništva, zavrjeđuje svoju autohtonost, ne samo po svojoj kvaliteti mesa –obogaćeno raznim autohtonim travama u ispaši, mlijeka - od kojeg se pravi kvalitetan sir, vune - od koje su se nekada u Nerezinama proizvodili madraci, već i zbog toga što je to autohtona ovca.
Jela od ovčjeg ili kozjeg mesa prireĎivalo se na razne načine, gradelama, ražnju, krušnoj peći, peki, pećnici.

Tjestenina na creski način

Sastojci: 30 dag svježih inćuna, malo brašna, 30 dag tjestenine, 2 češnja češnjaka, 4 dag mekog dijela svježeg kruha, čašica bijelog vina, peršinova grančica, maslinovo ulje, sol.

Inćune očistite i operite, narežite i pobrašnite (utapkajte u brašno). Luk narežite na što tanje ploškice i lagano ga popržite na zagrijanom ulju (6 žlica ulja). Čim luk zamiriše dodajte inćune. Pržite 3 minute i čim inćuni dobiju boju, podlijte vinom. Peršin iskošite i umiješajte inćunima, posolite i pirjajte 5 minuta. Posebno namrvite kruh i pržite ga na 2 žlice maslinova ulja, uz stalno miješanje, dok ne potamni. Skuhajte tjesteninu, ocijedite, umiješajte inćunima i sve zajedno podgrijte nekoliko minuta.

CRES/LOŠINJ

Otočka juha od cipala

Sastojci: 60 dag cipala (ili neke druge morske ribe), glavicu i pol luka, mrkvu, korijen peršina. 1/2 glavice celera, maslinovo ulje, žlici pirea od rajčice, šalicu riže, režanj češnjaka, sol, papar, lišće peršina.

Pola glavice luka izrežite na veće komade, a peršin, mrkvu i celer na kolutove i prelijte litrom vode te kuhajte. Kada povrće omekša, posolite, poparite i umiješajte očišćenu ribu izrezanu na veće komade. Sve zajedno kuhajte oko 5 minuta. U međuvremenu sitno nasjeckajte glavicu luka i prepržite na ulju dok postane staklast. Dodajte mu nasjeckani peršin, češnjak, a zatim pire od rajčice. Nalijte procijeđenu juhu i pustite da još malo prokuha. Možete vratiti ribu u juhu ili je poslužiti prelivenu maslinovim uljem i paprom.

Na Pelješcu se nekada zrela jaja cipla (ikra) usolili, i to se smatralo izvrsnom poslasticom pod imenom „botarga“.

Maneštra od boba i koromača (Lošinj)

Sastojci za 6 osoba: 50 dag boba (očišćenog), stručak koromača, 20 dag krumpira, 1 glavica kapule, 1 mrkva, 1 žlica brašna, malo sjeckanog peršina, ulje, sol, papar.

Pirjajte sitno izrezanu kapulu na ulju dok ne požuti. Dodajte zrna boba, sitno narezani koromač i peršin, te krumpir narezan na kockice. Pospite 1 žlicom brašna i polagano dodajte 1 l vode. Posolite i paprite po okusu.

Tjestenina sa slanutkom

Sastojci: 20 dag tjestenine, 20 dag slanutka, grančica ružmarina, 3 češnja češnjaka, 1 mala glavica luka, 1 svežnjić lišća peršina, 2 slane srdele (ili inćuna), 2 rajčice, maslinovo ulje, sol, papar.

Slanutak namočite dan ranije (najbolje je ako ostane u vodi 8-12 sati). Isperite ga u drugoj vodi i stavite u 2 l svježe vode. Kuhajte ga s grančicom ružmarina, i češnjom češnjaka. Kad napola omekša, posolite i izvadite ružmarin. Kad sasvim omekša zgnječite ga, (napravite pire). Luk iskošite i popržite ga na maslinovu ulju, Dodajte kosani češnjak i peršinov list, i oguljene i izrezane rajčice. Pirjajte oko deset minuta na laganoj vatri, uz neprestano miješanje. Na kraju pojačajte vatru i umiješajte, već ranije, skuhanu tjesteninu. Češanj češnjaka usitnite kao i peršin i slane srdele (ili inćune) i umiješajte s malo toplog maslinovog ulja. Tjesteninu skinite s vatre i u jelo umiješajte smjesu koju ste upravo napravili (češnjak, slane srdele, peršin i maslinovo ulje). Na kraju posolite i popaprite po želji.

Lonac sa slanutkom

Sastojci: 50 dag slanutka, 2 lista lovora, nekoliko iglica ružmarina, 2 glavice luka, uzmite bijeli dio od 1 poriluka, 4 žlice maslinova ulja, 1 veliku mrkvu, 1 krišku celerova korijena s lišćem, 2 češnja češnjaka, 2-3 rajčice, 1-1,5 dl čiste juhe od mesa (ako imate), sol, papar.

Slanutak namočite dan ranije, sutradan ga skuhajte u svježoj vodi. Kuhajte oko sat vremena, posolite i kuhajte još pola sata. Luk i poriluk usitnite i malo ga popržite na maslinovu ulju. Mrkvu i celer usitnite, lišće iskošite i sve dodajte slanutku. Ulijte malo juhe od mesa. Popaprite i posolite i kuhajte još jedan sat, tj dok slanutak potpuno ne omekani.

Slanutak s paukom

Sastojci: 1 kg slanutka, 2 kg ribe (umjesto pauka (*ranj*) možete koristiti kokota, batovinu, škrpinu, tj. drugu vrstu tvrde ribe), manja glavica luka, 4-5 češnja češnjaka, 3 lista lovora, papar u zrnu, 0,5 dl maslinova ulja, kosani peršin.

Ribu skuhajte kao za juhu s glavicom luka, češnjakom, lovorom i paprom u zrnu. kuhanu ribu očistite od kosti. Posebno skuhajte slanutak. Pripremite umak (šugo) kao za buzaru, od maslinova ulja, kosanog češnjaka i peršina, i papra. Ne kuhajte nego samo treba provreti. U šug umiješajte kuhani slanutak i kuhajte nekoliko minuta da provri. Kad provri skinite s vatre i lagano umiješajte ribu, pazite da se ne usitni.

Slanutak (*čičer, graj*) je nekada bio česta prehrambena namirnica, za razliku od danas. Naši ugostitelji griješe što ga ne stavljaju na jestvenik, jer spada u naša izvorna jela.

Najjednostavnija priprema: slanutak (čičer, graj) stavite u posudu s vodom da bude pokriven, umiješajte žlicu soli i ostavite preko noći. Sutradan ga ocijedite, stavite ponovno u posudu s čistom vodom da bude pokriven, dolijte malo maslinova ulja i ostavite poklopljeno na laganoj vatri da potpuno omekša.
Ovako kuhani slanutak poslužite u dubokim tanjurima s malo maslinova ulja i prstohvatom soli.

Prema uputstvima „nona“ slanutak će biti puno bolji ako se zapeče tako da malo zagori. Tada ga prelijte vodom i kuhajte dok ne omekša. Pred kraj kuhanja doda se malo na ploške narezanog mladog luka ili poriluka, maslinova ulja, soli, po potrebi i želji papra. S pravom se kaže da je slanutak spravljen na ovaj način savršenog okusa i neponovljiv užitak.

Slanutak u juhi

Uzmite mali slanutak i ostavi namakati u mlakoj vodi preko noći a ako je onaj *pravi domaći* može se namakati i 24 sata, dok ne naraste za duplo. Sutradan ocijedite i stavite kuhati uz dodatak soli, sitno kosanog luka i peršina. Kada je skuhan 2-3 žlice se zgnječite i vratite u juhu, da bude gušća, te se stavite još i krumpir izrezan na kockice. Kada sve prokuha skinite s vatre i nakon 10 minuta začinite s malo maslinovog ulja. Po želji možete dodati *manistru* (tjesteninu).

Juhu od slanutka možete zagustiti s nekoliko zgnječenih žlica slanutka i blago poprženih pola žlice brašna na masnoći (to je zaprška, zafrig).

Slanutak na mrsno

Zimi se prokuha komad suhog svinjskog mesa, vodu bacite, stavite slanutak, ulijte svježu vodu i napravite sve isto kao za juhu.

Slanutak s kupusom

Slanutak namočite i stavi prokuhati sa soli i mrkvom. Kad se skuha stavite listove kelja ili kupusa, pustite kuhati dok kupus ne postane mekan. Odlijte višak vode i kada se malo prohladi umiješajte maslinovo ulje.

Slanutak na salatu

Slanutak skuhajte u vodi s dodatkom malo ulja, kada se ohladi začinite izrezanim lukom na *tanke fetice,* soli, paprom i maslinovim uljem.

Slanutak sa žitom (pšenicom)

Zapržite malo sitno sjeckane pancete, stavite je u lonac zajedno sa namočenim slanutkom, mrkvom, kapulom i češnjakom. Kuhajte *istiha* (*krčkajte*, na laganoj vatri), pri kraju dodajte krumpir izrezan na kockice i žito (kupovno žito (u vrećici) kuhajte 20-ak minuta a domaće oko sat vremena). Pazite da žito ne potone na dno lonca jer brzo zagori. Začinite maslinovim uljem i pospite kosanim peršinom.

Umjesto pšenice možete koristiti leću.

Janjeći zvacet (žgvacet) sa šparogama

Sastojci: 80 dag janjetine, 2 glavice luka,6 češnja češnjaka, 25 dag rajčica, 2 dl bijelog vina, prstohvat mažurana, prstohvat bosiljka, 1 vezica peršina, 1 žličica brašna, 1 dl ulja, sol i papar.

Meso narežite na kockice i popržite na zagrijanome ulju. Kad meso posmeđi, izvadite ga i na istome ulju popržite nasjeckani luk, češnjak i peršin. Vratiti meso, začiniti mažuranom i bosiljkom, posolite i popaprite. Pirjajte na laganoj vatri, povremeno dolijevajući juhu odnosno temeljac ili toplu vodu. Kad meso omekša, a voda ukuha, pospite brašnom, promiješajte i prelijte vinom. Kuhajte na laganoj vatri dok ne dobijete gusti umak. Žgvacet od janjetine možete poslužiti s različitim jelima od tijesta ili s palentom (žgancima).

Papuči

Sastojci: 3 dl mlijeka, 2 jaja, 25 dag brašna, 8 dag suhih šljiva bez koštica, 1 naranča, 1 limun, 1 štapić vanilije ili vanilin šećer, 3 dag suhih grožđica, 15 dag šećera, domaća rakija za aromu, 5 dl ulja za prženje.

Razmutite jaja, dodajte mlijeko u kojem ste ranije prokuhali vanilin štapić, zatim suhe usitnjene šljive, grožđice ,narančinu koricu narezanu na kockice, šećer, naribanu limunovu koricu, rakiju i sve skupa zgusnite brašnom. Od smjese uzimajte po malo velikom žlicom i ispržite na vrelom ulju, *papuče* - komade veličine pola dlana. Poslužite toplo posuto šećerom i ukrašeno narezanim kolutima naranče.

Papuča; laka obuća koja se nosi po kući.

Smokvenjak

Sastojci: 40 dag suhih smokava, 10 dag suhih grožđica, 0,5 dl domaće loze, 1,5 dl bijelog vina, cimet.

Smokve sameljite, dodajte grožđice, rakiju, vino i cimet. Smjesu dobro izmiješajte i oblikujte u stožac. Ostavite na dasci na listu smokve da se suši nekoliko dana (15-20 dana). Poslužite rezano na kriške uz domaću rakiju.

Naputak za pripravljanje smokvenjak na Cresu i Lošinju, različiti je od drugih mjesta na našoj obali ili otocima.
Na Lošinju ovu izvrsnu slasticu nazivaju – *smokvenac* i priređuju ga na slijedeći način: 1 kg suhih smokava i 10 dag suhog grožđa samelju, dodaju koromač i 1 dl lozovače i sve dobro izmiješaju. Oblikuje se piramida (na Cresu stožac), oblože lovorovim lišćem (na Cresu listom smokve) i stavi sušiti. Tako napravljena slastica može se čuvati 3-4 mjeseca.
Na otoku Krku rade smjesu od smokava, lozovače i kosanih oraha, oblikuju dugoljastu *pinku* (pinca – hljepčić) i suše 20 dana nakon čega se reže na kriške.

Popečci od kadulje (panirana kadulja)

Sastojci: 30 dag kadulje, 10 dag glatkog brašna, 2 dl piva, 3 jaja, sol, papar, 1 dl maslinova ulja.

Listove svježe kadulje odvojite od tvrdog donjeg dijela stabljike koji se baca. Stavite u tanjur i pospite brašnom, protresite tako da višak brašna spadne. Jaja dobro umutite s malo soli, papra, piva i brašna, u smjesu nešto gušću nego za palačinke. Dobivenu smjesu prelijte preko pobrašnjenih listova kadulje, i popržite na zagrijanom ulju. Poslužite kao toplo predjelo.

Torta od ružmarina

Sastojci: 3 jaja, 1,5 dl ulja, 12 dag šećera u prahu, grančica ružmarina, 10 dag meda od ružmarina, 10 dag grubo mljevenih ili narezanih oraha (ili prethodno prženih badema/bajama), 10 dag kukuruznog brašna, 10 dag pšeničnog brašna, 1 prašak za pecivo.

Jednom jajetu odvojite žumanac od bjelanca, Šećer, dva cijela jaja i jedno žumance dobro izmiješajte s uljem (napravite to pomoću miksera), dodajte 5 dag šećera, 5 dag oraha, med, kukuruzno i pšenično brašno, prašak za pecivo. Dobivenu jednoličnu smjesu ulijte u okrugli namašteni i pobrašnjen kalup. Pecite 10 minuta u zagrijanoj pećnici na 160 ºC.
U kavenom mlincu sameljite šećer u prahu s grančicom ružmarina. Bjelance ulupajte u čvrsti snijeg, u koji umiješajte lagano šećer s ružmarinom i 5 dag oraha. Ispečeno tijesto poprskajte žlicom ulja i premažite napravljenom kremom i zapecite tortu, na 100 ºC, pet minuta.

Tradicionalno prije jela, u kućama lošinjskih kapetana, posluživala se *rakija od gorke trave rute* ili *liker od mirte i planike, liker od limuna* (limoncello). Svaka aromatična travka, ovi otoka, pronalazila je svoj put do stola kako bi svojim mirisom i aromom oplemenila jednostavna otočna jela ili piće.

Torta od naranče

Sastojci: 25 dag bijelog brašna, 2 žumanca, 10 dag šećera u prahu, 10 dag maslaca, 2 žlice hladnog mlijeka, prstohvat soli, ½ praška za pecivo; *krema*: 5 dl mlijeka, 10 dag šećera, 2 žumanca, 5 dag brašna, vanilin šećer; *ukras*: 8 dag marmelade od naranči, veliki limun, velika naranča, 1,5 dl likera od naranči.

U stroju (mikseru) izmiješajte maslac, šećer i sol u kremastu smjesu. Umiješajte brašno s praškom za pecivo, dodajte žumanca i mlijeko te lagano promiješajte. Pazite ne smijete dobiti žilavo tijesto nego prhko. U okruglim lim (posudu/kalup) za pečenje stavite prhko tijesto izvaljano na debljinu od 4 mm i ispikajte vilicom. Ispecite u zagrijanoj pećnici na 180 ºC oko pola sata. Žumanca i šećer za kreme pjenasto izmiješajte. Ukuhajte mlijeko s koricom limuna. U smjesu žumanaca dodajte brašno s vanilin šećerom, miješajte i polako dodajte toplo mlijeko. Sve zajedno zakuhajte dok ne zavri, smanjite vatru i miješajte dok se krema ne zgusne. Hladno tijesto premažite hladnom kremom, na nju namažite marmeladu od naranči te na vrh složite naranču i limun narezane na ploške (složite prema ukusu; naizmjenično naranče i limun ili svaki krug posebno od naranče ili limuna). Poprskajte likerom od naranči i poslužite.

Liker od mirte

Sastojci: 30-35 dag plodova mirte, 1 l lozovače, 30-35 dag šećera.

Plod mirte stavite u lozovaču zajedno sa šećerom. Nakon 45 dana procijedite, ulijte u staklenu bocu i zatvorite. Plodove možete ostaviti u boci kao dekoraciju ili iskoristit za voćnu salatu.
Bijeli liker spravlja se od cvijeta i mladog lista mirte koji dozrijevaju u lipnju i srpnju, a *crni liker* od bobičastog ploda koji dozrijeva u studenom.

SUSAK

Proljetna flora otoka Suska i Unije, Dragutin Hirz, 1914.

Od voćaka ima na Unijama: krušaka, jabuka, šljiva, šipaka., smokava – bilica, creske smokve, zimske smokve, cvetki koji dodjdu prije smokava, razvijaju se preko zime i dozriju prve. Prije bilo je smokava, koje su zvali „biskupije“. Od „stare“ vinove loze gojili su prije – crveno grožđe, čarveni gabrić i sušac trogrškinju (ruso grožđe), bijelo grožđe, beloružinu, križaj, beli kuč, boldun (crno i bijelo), muškatijel (bijeli i crveni) i crnu lozniku. Ove je suvrstice grožđa uništila filoksera.

Uz vino, lignje i bob su kulinarsko obilježje otoka Suska. Na Susku je nakon Drugog svjetskog rata živjelo oko 1600 stanovnika. Susak je nekad bio najgušće naseljeni prostor u bivšoj SFRJ. Masovno iseljavanje počelo je 1964. godine, kada je uveden porez na vino, glavni otočni proizvod. Na otoku je nekad radila tvornica sardina.

„Do sredine 18. stoljeća na Susku je prisutno mješovito gospodarstvo: na prvo mjestu žitarstvo (uzgoj žita, ječma, boba i sl.), zatim vinogradarstvo s ovčarstvom i ribarstvo. Za trajanja te vrste gospodarstva ekonomski razvitak Suska bio je brži od razvitka Velog i Malog Lošinja, pa je tako 1650. godine visina crkvene desetine koju plaća Susak iznosila 400 mletačkih lira (isto koliko i Unije), dok Lošinj plaća svega 320 lira. O nekadašnjem intenzivnom žitarstvu svjedoči i veličina zajedničkog gumna koje se nalazilo na mjestu današnje velike cisterne u Gornjem selu, na kojem se vršilo žito (mlatilo cijepovima). Kasnije, krajem 18. te u 19. stoljeću, paralelno s ekonomskim uspjehom Lošinja, na Susku dolazi do vinogradarske i ribarske specijalizacije, dok žitarstvo i ovčarstvo nestaju. Maslina kao kultura nikada nije bila zastupljena zbog nepogodnog tla.

Poljoprivreda Suska specifična je iz nekoliko razloga: na otoku ne postoji radna stoka (volovi, magarci), ne postoje kola, plugovi i ralice, svi radovi obavljaju se rukom i ručnim oruđima, sav prijenos na otoku vrše ljudi na sebi (muškarci na leđima, žene na glavama). Kao osnovna alatka javlja se četvrtasta motika s kratkom drškom kojom se okopava zemlja, trsje te kojom se održavaju terase za trsje, putevi i klanci (uski prolazi usječeni u pijesku). Kako se koncem 18. stoljeća sva djelatnost usmjerava na proizvodnju vina i ulov ribe, sve ostalo potrebno za život moralo se uvoziti. Svaki Suščanin bio je u potpunosti individualan gospodarstvenik, svaki je istovremeno bio i vinogradar i ribar, mornar, prodavač na veliko i sitno, kupac na veliko i sitno. Svoje grožđe, vino i usoljene ribe samostalno je transportirao čamcem na jedra i vesla (prvi motor za barke na Susku se pojavljuje tek 1929.) do Cresa, Lošinja te Istre kao najbližeg kopna, gdje ih je samostalno prodavao ili baratao (razmjenjivao) za druga dobra.

Tako je kvintal grožđa (100 kg) vrijedio 6 kg ovčjeg sira, 10 litara maslinovog ulja, 4 kvintala drva ili 5 kg vune.

Sve do sredine 19. stoljeća na Susku traju feudalni odnosi jer je Susak, poput susjednih otoka Ilovika i Unija bio feud osorske, kasnije krčke biskupije. Suščani su stoga bili dužni osorskoj biskupiji isplaćivati trećinu (u 19. stoljeću četvrtinu) svih naturalnih prinosa mošta, žita, boba i dr., zatim su morali plaćati crkvenu desetinu od uroda (intrada) za potrebe mjesne crkve, glavarinu (porez koji se plaćao po glavama obitelji) i riblju dvadesetinu koju plaćaju svi vlasnici mreža potegača. Sve je to predstavljalo izuzetno veliko opterećenje za inače siromašan otok (svaki treći, odnosno četvrti dan Suščani su radili za biskupa!), pa ne čudi da su crkveni ubirači poreza bili u narodu iznimno omraženi. Posebno je bio omražen jedan crkveni izvršitelj, inače biskupov brat, slijep na jedno oko, koji se spominje i u molitvama Suščana“:

Od kuge, glada i rata
i biškupova slipoga brata
oslobodi nas gospodine!!

Iako je bob bio glavna mahunarka sve do dolaska graha iz Amerike, u međuvremenu je zaboravljen, no zadnjih godina kuhari iznova otkrivaju kao izvor vrhunskoga užitka. Okus boba sličan je grašku, ali je puniji i bogatiji. Pripremati možete mlade mahune, zrna, a i mlade listove na salatu. Imate li sreće i na tržnici pronađete ljubičasti bob, znajte da to nije neka GMO sorta (jer je bob jedina biljka koja se ne može genetički modificirati) nego stara sorta koja se danas teško nabavlja. Napravite li sočniji umak, možete ga poslužiti s tjesteninom. Poslužuje se i kao prilog mesu, osobito piletini, a ukusan je i kao varivo. U salatama se odlično slaže s rikolom i radičem. U Istri i Dalmaciji bob se najčešće se konzumira uz blitvu. Kad je sezona bob se konzumirao skoro svakodnevno pripremljen na “milijun načina“.

Bob s paštom

Sve uradite kao kad radite paštu-fažol /grah s tjesteninom), fažol zamijenite bobom, malo suhog mesa stavite prije jer se bob skuha puno prije fažola.

Lešo bob

Priprema se kad su bob i blitva mladi. Bob kuhajte u mahuni, dodajte nakon 10 minuta blitvu, 2-3 lista koromača (ili više ako volite jači miris koromača); na kraju začinite maslinovim uljem.

Bob, krumpir i lazanje (rezanci)

Luk popirjajte na maslinovu ulju, kad požuti uspite očišćeni bob i bosiljka, malo sve skupa još malo izmiješajte. Dodajte krumpir izrezan na male ploškice i ulijte vode, to sve kuhajte 15-tak minuta. Uspite razlomljene lazanje (rezance) i kuhajte 7-8 minuta, na kraju se sve to zgusnite.

Varivo od boba i slanutka

Sastojci: luk i češnjak očistite i sitno nasjeckajte. Mrkvu i korijen celera ogulite i narežite na tanke listiće. Sa pancete odstranimo kožu i hrskavicu i narežite na široke štapiće, maslinovo ulje, ružmarin, lovor, sol, pasirana rajčica, panceta, papar, šećer.

Na maslinovu ulja prepržite pripremljeno povrće, malo ružmarina i list lovora uz dodatak soli. Podlijte sa 3 dl vode i pasiranom rajčicom, i lagano kuhajte dok povrće ne omekša (oko 15 minuta). Na maslinovom ulju prepržite narezanu pancetu, podlijte kuhanim povrćem, dodajte bob i slanutak, kuhajte još 10-tak minuta. Okus doradite paprom i šećerom. Gotovo varivo od boba i slanutka poslužite u dubokom tanjuru i dekorirajte preostalim ružmarinom.

Bob sa patlidžanima.

Omekšajte luk (na ulju ili vodi), dodajte bob, malo popržite, dodajte nasjeckanu rajčicu, češnjak, posolite, začinite solju i paprom, ružmarinom i majčinom dušicom, i pirjajte da pusti aromu. Petnaestak minuta prije kraja stavite patlidžane. Kad maknete s vatre, malo polijte maslinovim uljem, a možeš sve skupa i zapeći, u zemljanoj posudi. Jelo će dobiti poseban okus

Maneštra od boba i koromača

Sastojci za 6 osoba: 50 dag boba (očišćenog), stručak koromača, 20 dag krumpira, 1 glavica kapule (luka), 1 mrkva, 1 žlica brašna, malo sjeckanog peršina, ulje, sol, papar.

Pirjajte sitno izrezanu kapulu na ulju dok ne požuti. Dodajte zrna boba, sitno narezani koromač i peršin, te krumpir narezan na kockice. Pospite 1 žlicom brašna i polagano dodajte oko 1 l vode. Posolite i popaprite po okusu.

Lazanje s bobom

Sastojci: za 6 osoba, 1 kg boba, 40 dag domaćih lazanja (rezanaca), 40 dag kosti od pršuta, 4 dag svinjske masti, 0,5 dcl maslinova ulja, 10 dag kapule (luk), češnjak, crvena paprika.

Stavite kuhati kost od pršuta na kojoj je malo mesa. Prvu vodu bacite, a drugu sačuvajte za podlijevanje. Kapulu (luk) sitno narežite i popržite. Dodajte bob i podlijevajte vodom u kojoj ste kuhali kost od pršuta. Dodajte začine i začinsko bilje. Pred kraj napravite zapršku i ukuhajte domaće rezance – lazanje.

Bob i blitva

Sastojci: 50 dag boba, 50 dag blitve, 2 krumpira, 3 češnja češnjaka, maslinovo ulje, sol, papar

Bob stavite kuhati u posoljenu vodu. Dok se bob kuha, ogulite i narežite krumpire te ih stavite kuhati u posoljenu vodu. Kad krumpir zakuha, dodajte očišćenu, narezanu i opranu blitvu. Kad su blitva i krumpir gotovi, procijedite ih. Na tavi zagrijte maslinovo ulje, dodajte ocijeđenu blitvu i krumpir te sitno narezan češnjak i sve kratko propirjajte dok tekućina ne ispari. Kad se bob skuha, procijedite ga i sačuvajte tekućinu u kojoj se kuhao. Blitvi dodajte bob, sve dobro promiješajte na vatri i pomalo podlijevajte vodom u kojoj se kuhao bob. Posolite, popaprite i kuhajte na laganoj vatri dok se sastojci ne povežu. Maknite s vatre i ostavite da odstoji 15 minuta prije nego što poslužite.

Brzi popečci od boba i špinata

Sastojci: 10 dag špinata, žlica maslinova ulja, 25 dag očišćenog boba, 15 dag krumpira, po 1/2 žličice mljevene kurkume, korijandra i kima, 2 žlice peršina, 3 dag krušnih mrvica, jaje.

Skuhajte i sitno nasjeckajte špinat. Bob kuhajte dvije minute i ogulite. Skuhajte krumpir i propasirajte ga s bobom i začinima. Dodajte jaje i krušne mrvice, oblikujte popečke i ispecite ih s obje strane.

Jednostavni namaz od boba

Sastojci: 40 dag očišćenog boba, 2 češnja češnjaka, sol, 2-3 žlice limunova soka, maslinovo ulje, vode u kojoj se kuhao bob.

Očišćeni bob skuhajte i ogulite mu kožicu. Usitnite ga (protisnite, pasirajte) i pomiješajte s češnjakom, limunovim sokom, maslinovim uljem, solju i paprom. Dodajte vode u kojoj se kuhao bob i sve dobro promiješajte. Poslužite na prepečenom kruhu i ukrasite metvicom.

Tjestenina s bobom, sirom i graškom

Sastojci: 45 dag tjestenine, 15 dag svježeg graška, 15 dag svježeg boba (što mlađeg), 2 žlice maslinovog ulja, 1 češanj češnjaka, 1,5 dl ovčjeg mlijeka (malo razvodnite tako da imate ukupno 2 dl tekućine), pregršt kosane metvice (možete zamijeniti metvicu koprom), 15 dag ribanog ovčjeg sira, sol papar.

Očistite grašak i bob, i skuhajte. Odvojite pola količine boba i graška i zdrobite u skoro glatku smjesu. U tavi malo zagrijte maslinovo ulje, dodajte češnjak i smjesu graška i boba. Dodajte mlijeko, ostatak boba i graška, i metvicu, lagano kuhajte. Pospite sve s pola količine ribanog sira i provjerite treba li soliti i papriti. U međuvremenu skuhajte tjesteninu, prelijte umakom od graška i boba i poslužite s ostatkom sira posutim po vrhu.

Kruh s bobom

Sastojci: 3 crvene pečene paprike, 25 dag očišćenog boba, 3 žlice balzamičnog octa, 3 žlice maslinova ulja, 2 režnja češnjaka, sol i papar, 8 kriški kruha, 15 dag svježeg sira

Bob kuhajte 4-5 minuta dok ne omekša i prema potrebi ogulite. Paprike narežite na trake i pomiješajte s bobom, octom, uljem i češnjakom. Ostavite da se marinira na sobnoj temperaturi jedan sat. Poprskajte kruh maslinovim uljem i zapecite u pećnici. Izvadite, premažite nadjev i svježi sir te poprskajte s još malo ulja.

Slasni sendviči s bobom i pršutom

Sastojci: 5 dag očišćenog boba, 4 velika peciva, 8 kriški pršuta, 2 kuhane cikle, 12,5 dag kozjeg sira 2 žlice maslinova ulja, sol, papar.

Kuhajte bob 3-4 minute i prema potrebi mu ogulite kožicu. Prerežite peciva napola i na svaku polovicu stavite krišku pršuta. Rasporedite ciklu, sir i bob u peciva, poškropite maslinovim uljem te posolite i popaprite. Na vrh stavite još jednu krišku pršuta, poklopite i poslužite.

Bob s pancetom

50 dag boba, panceta, kapula (luk), češnjak, prezli (krušne mrvice), 1 dl suhog bijelog vina, sol, papar.

Kratko popržite pancetu, izvadite je i na istoj masnoći popržite kapule i bijeli luk. Odmah dodajte vratite pancetu i dodajte bob pa i njega kratko popirjajte u tavi. Podlijte bijelim vinom i po potrebi vodom. Dodajte začine osim prezla. Kuhajte dok bob ne omekša, pred kraj umiješajte žlicu ili više prezla da dobije gustoću. Posolite i popaprite po želji.

U Šibeniku pripremaju - Bob s pancetom i manistrom

Sastojci: 30 dag boba, 1 luk, 2 češnja češnjaka, list peršina, 15 dag pancete, 10 dag tjesteninе (manistre; npr. špagete istrgane na komade), 0,5 dl maslinova ulja, sol, papar.

U dubljoj posudi zagrijte maslinovo ulje, dodajte bob i na sitno narezani luk. Posolite luk, laše će te ga pirjati, i pirjajte dok ne omekša. Pancetu narežite na krupnije komade, stavite u posudu i pirjajte 5 -6 minuta., dodajte ostale sastojke i podlijte vodom vodom. Kuhajte dok bob ne omekša. U istu posudu dodajte tjesteninu i kuhajte dok tjestenina ne bude *al denete* (zanči; još je malo tvrda kad je zagrizete). Pazite da umak („šugo“ bude malo rjeđi prije stavljanja tjestenine jer će višak upiti tjestenina (pašta – manistra).

Janjeći kotleti s bobom

60 dag boba, 2 žlice limunova soka, 1 češanj češnjaka, 2 žlice maslinova ulja, 2 žlice sjeckane svježe metvice, 3 dag pelata, žlica sjeckanog peršina, 8-12 janjećih kotleta, sol, papar.

U zdjelici pomiješajte limun, ulje, začine, skuhani bob i nasjeckane pelate. Janjeće kotlete natrljajte solju i paprom te ispecite na tavi. Poslužite uz bob s rajčicom.

Lignjun s bobom

Sastojci: 1 kg lignjuna (oko 75 dag očišćenih), 40 dag boba, 75 dag luka, 30 dag mrkve, 1 glavica češnjaka, 1 vezica (snopić) peršina, 2.5 dl suhog bijelog vina, maslinovo ulje, malo ružamrina, dalmatinskog origana, sol, papar.

Luk i mrkvu iskošite što sitnije. Lignjune očistite i narežite na veće komade. Na zagrijanom maslinovu ulju pirjajte, na laganoj vatri/temperaturi, luk i mrkvu barem 45 minuta. Trebali bi dobiti gust umak kao pekmez. Dodajte lignjune, začinite, dodajte sitno kosani češnjak. Pirjajte podlijevajuć vinom oko 45 minuta. Uspite bob, podlijte ako treba s malo toplog temeljca ili vode, i pirjate još desetak minuta. Pospite kosanim peršinom i poslužite odmah s palentom i/ili domaćim kruhom u posudi u kojoj ste pripremili jelo (obično je to zemljana posuda).

OLIB

Hobotnica na zvacet

Sastojci: 25 dag sušene hobotnice, 1 kg krumpira, 1 veća glavica luka, 3-4 svježe rajčice (ili pelate iz konzerve), maslinovo ulje, 2 l vode ili ribljeg temeljca, kosani peršin, lovorov list, malo cimeta, muškatni oraščić, sol, papar, malo crnog vina.

Hobotnicu namočite i ostavite preko noći. Na maslinovu ulju propirjajte sitno kosani luk, dodajte hobotnicu izrezanu na komadiće i narezanu rajčicu. Pirjajte sve skupa dok se rajčica ne raskuha, dolijte riblji temeljac ili vode, začinite i kuhajte najmanje jedan sat. Dodajte krumpir narezan na kriške i kuhajte dok ne omekša. Pred kraj dodajte malo crnog vina.

Aleksandra Sanja Lazarević – *Tradicijska prehrana na otocima Silbi i Olibu, 1985.*

Istraživanja koja su se odvijala tijekom 1982/3 godine ukazala su da je prehrana otoka Silbe i Oliba bila je vrlo slična obližnjim otocima.

Namirnice koje su se koristile za prehranu:

Povrće: *blitva, broskva, bob, fažo* (grah), *čić* (mediteranska biljka), *čeči* (slanutak), *biži* (grašak), *tikvice, žutenica, žutinica, žutilica* (vrsta maslačka), *šparoge* (divlje i pitome), *patata* (krumpir), *paradajz* (rajčica), *kukumari* (krastavci), *zelena salata, riga, rokula* (vrsta divlje salate), *ljutika ili kapula, kapulica* (vrsta luka), *masline, peršin ili persin, partasimula*, *petersimul, celer* ili *selem*.

Povrće se kuha u slanoj vodi i priprema *pod uje* (ulje) najčešće maslinovo s dodatkom sjemenovog ulja. Postupak se naziva *na lešo*. Ponekad u vodu stavljaju sodu bikarbonu kako bi povrće zadržalo svoju zelenu boju.

Riba se priprema na nekoliko načina:

- *na lešo*: kuha se u slanoj vodi sa začinima kao: luk, peršin i *papor* (papar). Na Silbi stavljaju i celer. Očišćena riba se stavlja u vrelu vodu i kuha 7 – 10 minuta. Kuhanu ribu se na tanjuru prelije s malo vode od kuhanje i začini maslinovim uljem.
- *na brodet*: ulje, kapula, kvasina (ocat), svježi paradajz, papar, peršin, voda i na kraju se dodaje riba. Sve se to zajedno kuha.
- *na gradele*;

I *varijanta*: riba premazana uljem peče se na žaru i na kraju prelije uljem u kojem je popržen češnjak (bijeli luk) i peršin,

II varijanta: riba se opere, osuši, nasoli, naulji i ostavi 1-2 sata, a zatim peče na gradelama na žaru. Podmazuje se *pinelom* (grančicom) od bora ili grančicom ružmarina.

- *frigane*: na ulju na *pasuri* (tava)

Priprema barbuna (vrsta ribe): na se poprži kapulica, doda malo kvasine, stavi se riba i malo vode toliko da prekrije ribu, sve se lagano kuha.

Priprema bakalara: kuha se na vodi i na kraju stavlja zapržak od ulja, na koji se izreže malo kapule i pospe malo brašna. Uz bakalar se poslužuje *riž* (riža).

Priprema hobotnice: ili se kuha *na lešo* ili suši.

Tjestenina: najčešće domaća ili kupovna

Na Silbi *njoki* od krumpirova tijesta, na Olibu *lazanje, lazanjete*, najčešće za juhu. Od kolača na oba otoka pripremaju: *fritule, frite, krosule, kroštale* (Silba), *krostule, krostulice* (Olib).

Priprema je ista; prvo se pripremi kvas i kada se skisne, dodaju se jaja, brašno, mlijeko, voda, ulje, šećer i grožđice, (*rozine*). Na Silbi i *pinjele* od bora. Fritule se peku na ulju na specifičan način: žene komad tijesta stave u ruku (šaku), stisnu i komad tijesta koji izviri između palca i kažiprsta skinu žlicom i stave na vruće ulje.

Na Olibu peku pogačice – *bubice*, vrsta pince, od brašna, jaja, mlijeka, kvasa i šećera uz dodatak malo masti ili ulja (o.a. na okolnim otocima *bubica* označuje i prijesan, beskvasni, kruh pečen pod žeravicom ili pekom (crijepnjom).

Kaša – *palenta, polenta, pura*, priprema se na Olibu.

Meso; otok Silba prekrivena je makijom (miješano raslinje karakteristično za mediteransko područje) koja se koristila kao pašnjak za ovce.

Od mesa se priprema:

- *juha*; u slanu vodu stavi se komad ovčjeg mesa i zelen (Silba). Na Olibu uz ovčje, kuha se govođe i janjeće meso. U juhu najčešće stavljaju lazanje, lazanjete.
- *gulaš*; ili *brodet, brudet* – priprema se tako da u slanoj vodi kuhaju krumpir s mesom i na kraju preliju uljem, obično maslinovim. Naputak, recept, je identičan na oba otoka.
- meso se peklo na *gradelama*.
- i u *teči*.

Pilići su se rijetko pripremali.

Kruh – na Silbi na ognjištu ili iznad ognjišta, nalazio se otvor krušne peći koja je u obliku male *izbe* (manja prostorija za razne namjene; ostava, spremište i sl.; mala soba) dograđena uz kuću. U kuhinji je stajao žrvanj (kućni mlin). Kruh su žene *misile* i pekle. Zamijesile bi ga u obliku *štruca* (kruh izdužena oblika; *austr.njem*. Struzen) koje su stavljale na *palu* (dugi štap s proširenjem na kraju). Napravile bi 18-20 štruca, koliko je uobičajeno trebalo za obitelj tijekom tjedna. Ostatak kruha bi razrezali na ploške i sušili u peći poput dvopeka te umakali u čaj. Za takav kruh bi govorili da su *baškoti* (od talijanske složenice *bis* „dva puta“ i *cotto* – lat. *coctus* od *coquere*: *biscotto, biscottare*).

Na Olibu domaći kruh pripremaju s kvascem i peku u kući, 8 *bubica* ili *hljibaca* za 8 dana, koliko je bilo potrebno za ukućane. Nekada se kruh pekao svakog dana ispod *peke* (*cripnje*), koja je od zemlje tanjurastog oblika, razne veličine, tako da se može ispeći veća ili manja ječmena ili kukuruzna pogača. Postupak: nad pekom se zapali vatra, najčešće od osušene vinove loze. Žeravica

ostaje nad pekom dok se kruh ne ispeče. Da bi brašno za dnevni kruh bilo spremljeno na vrijeme, žene su morale kasno navečer iza dnevnog posla ili ranije u jutro mljeti ječam ili kukuruz za kruh i *puru* u domaćim *žrnama*.

Sir, Silbljani su proizvodili *ovčji sir* koji se nadimao i raspucavao, a poslije duljeg stajanja i kvario, radi toga se prodavao mlad jer je tada bio najukusniji. Godine 1925 osnovana je mljekarska zadruga, a 1929 i ovčarska zadruga u svrhu povećane proizvodnje i prodaje sira. Gotov svaka kuća je proizvodila sir. U očuvanju sira za dulje vrijeme premazivali su ga maslinovim uljem i držali u *pinjatima*, velikim kamenicama u konobi. S vremena na vrijeme kolutove su okretali da se ne uhvati plijesan. Kolutove su nazivali *onca* i svaka je kuća proizvela bar 10 onca. Godine 1933. osnovana je ovčarsko-mljekarska zadruga. Na sezonu se proizvodilo oko 200 kvintala sira (kvintal – 100 funti – 48,95 kilograma).

Kvalitetnu **skutu** ili **puinu**, proizvodile su mljekarske zadruge na Silbi i Olibu. *Sirutka* ili *surutka* bilo je uobičajeno piće.

Za piće se koristilo kozje i kravlje mlijeko.

Vino; nekad su se Sibljani bavili vinogradarstvom koje je zauzimalo 1/3 površine otoka. Pojavom *žiloksere – filoksere*, krajem 19. stoljeća (1894.) propada vinogradarstvo – osnovna grana privrede.

Na Olibu su najveći dio obradivih površina zapremali vinogradi, maslinici i šume. Kao i na Silbi i ovdje je filoksera uništila vinograde, što je bio povod za iseljavanje u svijet, najviše u južnu i sjevernu Ameriku.

Narod je molio: *Filožero od nas odaleči*
puk te moli, prid Bogom kleči

Tek nakon dvije godine stigla je otporna loza iz Amerike, no mnogi su zbog gladi već odselili.

Biljni čajevi; uz kamilicu i metvicu najzastupljeniji su ljekoviti i aromatični čajevi *kadulje, ružmarina* i dr. Na Silbi je uobičajeno da se u dvorištu svake kuće nalazi *sejica,* zidom uokvireni prostor širine 1 m i visine do ½ m, ispunjen zemljom i gnojem za uzgoj ljekovitog bilja. U kapetanskim kućama iz druge polovice 18. stoljeća na tavanu ili u velikoj tavanskoj sobi, mansardi, sušilo se i sortiralo ljekovito bilje.

Kava; pila se kava od prženog ječma s dodatkom divke, franka i nešto prave kave.

Zimnica; najčešći pekmez se ukuhavao od plodova vrste šljiva *mirabolan, barabulan,* od bresaka i drugog voća. Na Olibu su ukuhavali *marmeladu* od smokava.

Plodovi *mirabolana*, su kuglasti crvene ili žute boje, blago kiselkasti i vrlo slatki kad potpuno sazru.

Pekmez: nakon branja plodove treba oprati, ukloniti jezgru (košticu), staviti u platnenu krpu i istisnuti sok. Dobiveni sok stavite kuhati zajedno sa šećerom u omjeru 0,5 l soka – 40 dag šećera, do željene gustoće.

(op. autora;

Nazivaju je različitim imenima: *divlja šljiva, amule, cibor, cuborić, ciborica, ciburin, ćišpe, driskulja, dženerika, džanarika, mirobalana, škorica, šljivić zerdelija, zezdalija, rezdelija, grezdelija,...*

Voće iz porodice *Rosaceae* (ruže), latinskog imena *Prunus cerasifera*. Često se može vidjeti i varijanta ovog stabla s crvenim lišćem i crvenim plodovima (P. cerasifera „Nigra“).

U našim krajevima najpoznatija je pod imenom *amula, cibori, ćišpe, mirabolana, barabulana* i vjerojatno je mnogi pamte iz djetinjstva, kada su njene plodove brali još zelene.

Današnje generacije zaboravile amule, kako one zelene tako i zrele. Ljeti se posvuda mogu vidjeti krošnje amula pretrpane plodovima koje nitko ne bere te koji padaju po podu.

Amula ima vrlo ukusne i zdrave slatko-kiselkaste plodove, koji odlično prijaju u vruće ljetne dane. Osim što se mogu jesti svježe, amule su odlične i na brojne druge načine.

Kolač – mnoštvo je različitih kolača koje možete pripremiti s amulama, a inspiraciju potražite među voćnim kolačima u koje inače stavljate, primjerice, višnje, šljive i sl. Vrlo jednostavno možete pripremiti kolač.

Izmiješajte 3 jaja sa 10 dag šećera, dodajte 10 dag brašna, 1 šećer u prahu, 1 čašu mlijeka i žlicu maslaca.

Sve izmiješajte, očistite amule od koštica (količina je proizvoljna), ubacite ih u namašćenu posudu za pečenje te ulijte preko njih pripremljenu smjesu. Ubacite u pećnicu koju ste prethodno zagrijali na 180 stupnjeva i pecite oko 30 minuta.

Galeta* od *mirabolana*

Sastojci *za tijesto*: 20 dag brašna, 12,5 dag maslaca, 4,5 dag krušnih mrvica, prstohvat soli, žlica vanilin šećera, 0,5 dl hladnog mlijeka, 1 razmućeno jaje, žličica cimeta; *za nadjev*: 25 dag *miarabolana,* 3-4 žlica šećera, par kapi limuna, pola žličice cimeta.

Tijesto: brašno, maslac, cimet, sol, šećer i krušne mrvice mijesite dok ne dobijete mrvičasto tijesto, dodajte razmućeno jaje i mlijeko. Mijesite dok ne dobijete glatko, fino tijesto.
Nadjev: sve zajedno pomiješati u jednoj zdjelici da šećer obloži mirabolane.

Pećnicu zagrijte na 180°C, lim za pečenje premažite maslacem ili stavite papir za pečenje i malo ga pobrašnite. Tijesto rukama oblikujte u kuglu i zatim ga kružno razvaljajte na papiru za pečenje u oblik pogače.

Nadjev slažite na pogaču/tijesto tako da ih slažete 5-7 cm od ruba i u krug. Kad ste složili nadjev krajeve tijesta preklopite preko ruba nadjeva. Po vrhu pospite još malo vanilin šećera. Pecite 40 do 45 minuta, dok rubovi ne dobiju lijepu zlatnu boju.
*galeta (mlet. galeta; tal. galette); kolač ili pogačica od tvrda hljeba, bez soli za brodove

Pekmez – amulama izvadite koštice, dodajte šećera (ovisno o vašem ukusu, od 30 dag do 1 kg na kilogram voća), sok od limuna (1 limun na kilogram voća), promiješajte i ostavite preko noći. Drugi dan sve zakuhajte i kuhajte 20-ak minuta, odnosno dok se ne zgusne dovoljno da ostane trag na dnu nakon prolaska kuhače. Ulijte u staklenke koje ste prethodno prokuhali, zatvorite i okrenite naopako dok se pekmez ne ohladi).

Za dulje vrijeme pripremali su kapule (luk) i masline, na oba otoka prema istim naputcima. Masline bi polili vrelom slanom vodom i dodali malo šećera, stavili u suhu mrežicu, pa zatim u toplu pećnicu od pečenja kruha. Na kraju bi ih

prelili uljem za neposrednu konzumaciju ili stavili u staklenku u koju su ulili i maslinovo ulje. Kapulu su stavljali u kvasinu i ne bi je ljuštili da se dulje održi.

Kao najčešće jela se spominju:

Doručak – na Silbi kava od žita s dodatkom divke i prave kave. Na Olibu piju kavu s dodatkom divke i prave kave u koju stavljaju kruh. Ujutro su jeli i smokve s kruhom ili kamilicu s kruhom.

Juha se uglavnom pripremala u nedjelju (Olib).

Frite su se pekle o Božić (Silba i Olib)

Bubice, pogačice nalik na pincu, pekle su se o Uskrsu (Olib)

KRK

Težačka domaća juha

Priprema se od ovčjeg mesa. Meso se izreže na kockice, pirja na kosanom luku uz dodatak brašna,, pirea od rajčice te zalije juhom. Doda se kisela repa, krumpir izrezan na kockice, žličnjaci i grah uz nešto papra i ostalih začina po želji.

Juha od leće

Sastojci: 40 dag leće, 20 dag krumpira, 12 dag slanine, 5 češnja češnjaka, kosani peršin, sol.

Leću očistite, operite i pristavite kuhati u hladnoj vodi. Kuhajte 1 sat. Krumpir izrežite na kockice, dodajte leći, pripremite pešt (sitno kosana slanina, češnjak i lišće peršina) i dodajte juhi. Kuhajte još pola sata i vruće poslužite.

Tunina u ulju

Sastojci: 1,60 kg tunine, 2 dl vode, maslinovo ulje, sol, papar u zrnu, nasjeckani češnjak, luk, peršin i mrkva, list lovora.

U vodu stavite sve navedene začine i kuhajte pola sata. Očišćenu i izrezanu tuninu na odreske stavite u vodu i kuhajte lagano pola sata. Odreske izvadite, ohladite, očistite od kože i crnog sloja iz sredine, dobro ocijedite i posušite. Tako pripremljene odreske stavite u staklenu ili porculansku zdjelu, zalijte maslinovim uljem, pokrijte i ostavite nekoliko tjedana da ulje „uđe” u meso. Poslužuje se hladno.

Zubatac u umaku

Sastojci: 1,50 kg zubaca, 1 dl maslinova ulja, 1 dl bijelog vina (vrbničke žlahtine), 4 češnja češnjak, peršin, rajčica, limun.

Očistite zubaca, posolite i stavite na roštilj. Kada je skoro pečen, uklonite ga i stavite u pliću posudu te zalijte umakom pripremljenim od ulja, vina, nasjeckanog češnjaka, žlice nasjeckanog peršina, usitnjene rajčice i izrezanog limuna bez kore na sitne kockice. Tako prelivenog zubaca pecite desetak minuta na 200 ºC. Poslužite toplo.

Brodet na puntarski način

Sastojci: 1/2 kg ugora, 1/2 kg škrpine, 1/2 kg špica, 10 srednje velikih škampa, 2 dl maslinova ulja, 3/4 kg luka, 20 dag svježe rajčice, 50 g češnjaka, 1/2 dl kvasine, 1 dl bijelog vina, sok od jednog limuna, peršin, sol, papar, lovor.

Očišćenu ribu, uvaljajte u brašno. Nasjeckani luk popržite na ulju i podlijevajući kuhajte na laganoj vatri da se potpuno raskuha. Dodajte nasjeckani peršin, papar, sol, razrezane rajčice i kvasinu. Ukoliko je kvasina prejaka, dodajte vino. Kuhajte dok se sastojci ravnomjerno ne izmiješaju. Ribu je najbolje kuhati s glavom, kako se ne bi raspala, a ukoliko je veća, treba je razrezati na manje komade. Riba se kuha 20 minuta u umaku i pri tom treba povremeno cijelu posudu protresti. Uz vrući brodet poslužuje se pura.

Punat – mjesto na Krku

Polpete od mrkača s divljim porilukom

Sastojci: 1 kg kuhane hobotnice, 2,5 dl vode, 10 dag brašna, 1 jaje, češnjak, peršin, sol, papar, malo mrvica, maslinovo ulje, 2 kg divljeg poriluka, 50 dag krumpira.

Hladnu vodu i brašno mikserom dobro umutite, stavite na vatru i skuhajte gustu kašu. Kaši dodajte jaje, isjeckanu hobotnicu, začinite po želji, dodajte maslinovo ulje, malo mrvica, i sve dobro izmiješajte. Od gotove smjese oblikujte odreske, panirajte ih (na bečki način), pržite u plitkom vrućem ulju da porumene s obje strane, stavite na poslužavnik i ukrasite kriškama limuna. Kao prilog poslužite divlji poriluk, izrezan na kolutiće, i kuhan u slanoj vodi. Zajedno s porilukom možete skuhati krumpir, sve pomiješajte i začinite maslinovim uljem.

Jastog na krčki način

Sastojci za deset osoba: 3 kg jastoga, 1 kg škampa, 1 kg školjki, 80 dag tjestenine, 5 dl ribljeg temeljca, 3 dl maslinova ulja, 4 dl ulja suncokreta, 5 dl vrbničke žlahtine, 5 pelata, 20 dag luka, 5 češnja češnjaka, lišće peršina, 5 žlica mrvica, 2 dag maslaca, ovčji sir za ribanje.

Na mješavini maslinova i suncokretova ulja popržite nasjeckani luk da bude staklast. Dodajte maslac, nasjeckani češnjak i peršin te kratko popržite. Umiješajte mrvice i iskosane pelate te prelijte žlahtinom i ribljim temeljcem. Kad smjesa provri dodajte sol i mljeveni bijeli papar, te malo mravinca (origano). Na to stavite jastoga, školjke i škampe. Kuhajte dok jastog ne omekša (oko 25 minuta). U posebnu tavu stavite kuhanu tjesteninu i prelijte je umakom od jastoga, pospite ribanim ovčjim sirom i promiješajte. Na veći pladanj stavite tjesteninu, na nju komade jastoga, školjke i škampe i sve prelijte preostalim umakom od jastoga.

Obzirom da jastog ima plavu krv mogli bi ga nazvati i plemstvom mora bez obzira na prvorazrednu kvalitetu njegova mesa.

Mulam s češnjakom (*mulam zalučen*)

Sastojci: 1 kg mulama, 3 žlice soli, 4 -5 češnja češnjaka, 10 zrna papra, žlica *korijendura* (kopra), zeljene za juhu, kiseli kupus, komad suhog mesa ili šunke.

Mulam (juneća potrbušnica, flam, tančina) je najslađe goveđe meso, osobito kad je dobro raskuhano. To je tanko masno meso, koje pokriva rebra, u bokovima goveda, bliže prednjeg dijela. Stucite sol, češnjak, papar, *korijandura*, sve dobro izmiješa i natarite meso (mulam). Meso opteretite utegom, sve poklopite, i ostavi 4-5 dana. Prije kuhanja meso (mulam) operite u više voda i stavi kuhati u hladnu vodu sa zeljenjem. Kuhano meso poslužite s kiselim kupusom.

Ovako zalučen mulam u juhi postane lijepo crven. Mulam je također dobar kada se napola kuha u juhu, te razreže na manje komade i stavi dokuhat s kiselim kupusu, u kojem se već kuha komad suhog mesa ili šunke.
Crievo mula – vrsta kobasica (nadjevena sirom, kruhom i mesom od potrbušnica, flam, tančina) „stari“ je krčki kobasičarski prozvod koji je bio toliko kvalitetan da se poklanjao na ženidbi (svatovima) mladenki. *Crijevo mula* i *Olita* naši zaboravljeni su kobasičarski proizvodi.

Janjetina na lešo i lazanje zi šalšu
(Kuhana janjetina s domaćim rezancima i umakom od rajčica)

Sastojci: 2,20 kg mlade janjetin od prednjeg dijela, 0,5 kg raznog jušnog povrća, sol i papar u zrnu. Janjetinu izrežite na komade, stavite u lonac zajedno s povrćem

izrezanim na kolutiće, dodajte papar, sol, dolijte vode da pokrije meso i lagano kuhajte dok meso ne omekša.

Šalšu napravite na slijedeći način: od 2 kg svježih rajčica, 20 dag luka, četiri češnja češnjaka, 12 dag domaćeg maslinova ulja, soli, papar i peršinov list.

Sitno izrezani luk popržite na luku, dodajte oguljenu isjeckanu rajčicu, isjeckani češnjak, peršin, začine i pirjajte dok voda ne ishlapi.

Za lazanje: 60 dag brašna, 3 jaja, sol, voda.
Od brašna, jaja i malo vode napravite čvrsto tijesto i ostavite da malo odstoji. Tijesto tanko razvaljajte i režite na rezance široke jedan centimetar. Kuhajte ih u puno vode, i na kraju kuhanja uspite u vodu sol. Ocijedite i stavite u zdjelu, na njih prospite šalšu, a pored njih složite meso i povrće, ako treba sve malo podlijte i poslužite vruće.

Šurlice

Kod pripreme mora se paziti na redoslijed pripreme i količine normativa, jer ako se pogriješi i za dlaku, šurlice se raspadnu i postanu kompaktna masa.

Za pet osoba potrebno je: 1 kg oštrog brašna, 1 dl ulja, 3 žumanjka, 5 dag soli, 5-6 dl kipuće vode kojim se umijesi tvrdo tijesto.

Kad voda zakuha, brašnu dodajte maslinovo ulje, sol i polako ulijevajte vodu uz stano miješanje. Na 1 kg brašna dolazi 5 dl vode, bolje manje vode nego više. Kad se smjesa malo ohladila nastavite miješati rukama. Izrađeno tijesto razvaljajte i izrežite na komada kao da radite valjuške. Valjuške stanjite na tanke kvadratiće, na njih stavite deblju metalnu žicu (veliku pletaču iglu) i rukama valjajući oblikujte male šupljikave cjevčice duljine oko 7-8 cm i debele do 8 mm. Oblikovane šurlice ostavite da se suše do drugog dana. Prije kuhanja šurlice ne smiju biti na „propuhu“ (na provjetrini) niti ohlađene. Posoljenu vodu kojoj ste dodali malo ulja stavite kuhati. Kad voda uzavre dodajte šurlice i kuhajte. Kad isplivaju na površinu šurlice su kuhane.
Nakon kuhanja poslužuju se s originalnim krčkim žvacetom (vrstom gulaša) kojem se doda list lovora te nekoliko klinčića i mažurana, zbog arome. Preko svega se obilato pospe ribani krčki ovčji sir. Za vrijeme jela obavezno se zalijeva domaćim bijelim vinom ili čuvenom krčkom žlahtinom.
Šurlice možete poslužiti i uz *buzaru od škampa* i *crni umak od sipa.*

Na sjeveroistočnom Jadranu pod pojmom *šurlice* podrazumijevaju se cjevasti *valjčići*.

Šurlice sa škampima i maslinama

Riječ šurlice dolazi od – šuriti, ofuriti, opariti, polijevati vrućom vodom i skidati čekinje sa zaklane svinje, perje s peradi i sl. Stari Bašćani često su šurlice nazivali i *kurcići* (u šali *pimpek*).
Stari ljudi kažu da su šurlice dobre zbog toga što ih izrađuje muška ruka na ženskom bedru. Šurlice su pripremali za svetkovinu dok je obična tjestenina (*makaruni* i *njoki*) bila za svaki dan.
Šurlice sa divljim šparogama i ovčjim sirom, često jelo krčkog težaka. Ovčji sir narežite na kockice, šparoge skuhajte i izrežite na pola centimetra. Sir i šparoge pomiješajte s netom skuhanim šurlicama, posolite, popaprite i poprskajte maslinovim ulje, pomiješajte i još malo prigrijte. Poslužite vruće.

Šurlice

Iz kile pšeničnog brašna, 2-3 jaja, soli i 3 dl vode, zamijesite i valarom izvaljajte tvrđe lisnato tijesto, koje potom izrežite u kvadratne krpice od desetak cm. Preko veće pletaće igle ili (štapića za ražnjiće) smotajte u obliku šupljih valjaka-trubica. Zatim malo osušite, pa skuhaju u slanoj vodi da omekšaju i postanu vitke.

Šurlice sa janjetinom

Sastojci: 1-2 kg janjetine, 0,5 kg luka, rajčice, 2 dl ulja, 2 dl vina, češnjak, peršin, sol, papar, ribani očji sir.

Dok izrezanu janjetina pirjate (dinstate) s lukom i rajčicom, kao žvacet (primorski gulaš), dodajte češnjaka, soli, papra i vina. Pri kraju dodajte 2-3 žlice brašna i peršina, sve podlijte vodom. Na kraju procijedite na gusto cjedilo da ne bude grudica, a kuhane šurlice u zdjeli prelijte mesnim umakom, dodajte janjetinu i obilno posipajte ribanim domaćim ovčjim sira. Ovako pripremljene šurlice su često tipično domaće jelo na većini Kvarnerskih otoka, gdje se najviše pripremaju za nedjelje i blagdane.

Šurlice s ribom

Rjeđe se kao prilog uz šurlice, umjesto janjetine dodaje riba. Umjesto janjetine prilažite pirjanu morsku riba poput brudeta i sve još prelije ribljom juhom.

Dobrinjski makaruni (*makaruni na četiri kantuni*)

Iako su se *šurlice* uvelike udomaćile na jestvenicima dobrinjskih i krčkih restorana, *makarun* (makaron) je čini se ipak pravi domaći „adut“ dobrinjskog kraja. To jednostavno jelo od tijesta, za kojeg će Dobrinjci reći „makaruni na četiri kantuni“, nekad se nedjeljom i blagdanom stavljalo na stolove težaka, a i danas je makarun zadržao tu ulogu u brojnim dobrinjskim *famejama*, gdje se često šepurio u starinskim terinama, oko kojih se okuplja obitelj u svečanim prilikama. Za razliku od *šurlica na zbicu* (šupljih) i makaruna, koji se prave od tijesta, dobrinjska gastro ponuda ima i valjuške (njoke) i *strgujiće,* pa i varijantu *konpirovih* (krumpirovih) *šurlica*, koje su valjkastog oblika ali bez specifične šupljine u sredini. Srtrgujićima se zapravo naziva svojevrsna inačica krumpirovih valjušaka, koje se oblikuje na *strguji* (ribežu) pa poprimaju zarolan i nazubljen

oblik, a kao i kod pripreme ostalih jela s krumpirom, njihovo oblikovanje i izgled uvelike će ovisiti o kvaliteti krumpira i brašna tijekom priprave ovog, također tradicionalnog i pomalo zaboravljenog jela.

Priča o dobrinjskim valjušcima (njokima) i davno uništenoj i zaboravljenoj lokvi Držaniji, jedna je od mnogih priča vezanih na pojedino staro, zaboravljeno, jelo: priča kazuje o sinu koji je volovskom zapregom išao u polje, noseći pri tom *bronči*ć (kaštrolicu) s valjušcima (njokima). Kad su volovi, vukući kola, došli do lokve Družanja u blizini naselja Županje, pošli su utažit žeđ, a pri tom se kaštrolica prevrnula pa je ručak završio u lokvi. Došavši u polje, sin je ocu, koji je s nestrpljenjem čekao ručak, već iz daleka povikao kako je kaštrolica u četverici (tovarnom prostoru), ali su njoki u Družaniji.

Smokvenjak

Sastojci: 2 kg suhih domaćih smokava, 30 dag sjeckanih oraha, o,3 dl domaće lozovače (*nikako šljivovice*).

Suhim smokvama odstranite repove, sameljite ih, dodajte im orahe i rakiju. Zamijesite i oblikujte u pogačice i na prikladnoj dasci sušite na vjetru 15 do 20 dana (ili u malo ugrijanijoj pećnici). Nakon što su se osušile, a zatim ohladile, po površini utisnite grančice koromača i lovorov list. Svako posebno zamotajte u papir. Ovako pripremljen smokvenjak može se čuvati duže vrijeme na suhom i zračnom mjestu. Ovu domaću slasticu poslužite uz čašicu prošeka.

S*mokvenjâki* su osobiti jadranski suhi kolači (*smokvene pogačice*), koji se prave i jedu većinom zimi.

Uz maslinu i vinovu lozu, smokva je nekada bila najzastupljenija voćka ne samo u Vinodolu, nego i na obali i na otocima. Početkom prošlog stoljeća na Vinodolu, „**korak do mora, dva do sniga**“ raslo je gotovo 25.000 stabala i proizvodilo se oko 250 tona smokava godišnje. Danas je ostalo oko 4.5oo stabala i to udomaćenih sorti kao što su: *Bilica, Črni i beli vuk, Hrastača, Manjukva, Poganka, Vlahinja* i *Zelenica.*

Žene iz Bribira, Grižana i okolnih sela u *košićima* na leđima nosile su smokve u Gorski kotar i tamo ih prodavale ili mijenjale za proizvode koji su tamo bolje uspijevali. Koliko su smokve bile vrijedne, svjedoči i podatak da se za kilogram smokava mogao dobiti kilogram graha ili šest kilograma krumpira. Uz suhe smokve ponekad su žene iz vinodolskih sela i zaselaka u Gorski kotar i sve do Ogulina, nosile i svježe smokve.
Da se od smokva može prirediti mnoštvo „finih stvari“govore nam i stari naputci iz raznih mjesta uz obalu i na otocima: kao npr.: *pekmezača* (kolač od smokava), *prešani smokvenjaci* (obično su se čuvali u škrinjama i jeli za Božić), *marmelada*, *rakija* i *vino* od smokava, *ocat* od smokava, ……

Pijanci

Sastojci: 50 dag brašna, 25 dag šećera u prahu, 25 dag masti, 2 žumanjka, 2 anisa, sol.

Zajedno zamijesite žumanjak, šećer, brašno, anis, mast i sol. Ostavite tijesto da malo odleži. Nakon toga razvaljajte ga na debljinu od 2 cm. Kalupom ili čašom oblikujte razne oblike (okrugle komade, polumjesece, srca, ..). Oblikovane *pjance* („pijanci“) s gornje strane uvaljajte u šećer, složite u posudu za pečenje. Između njih ostavite razmak. Pecite u zagrijanoj pećnici, dvadesetak minuta na temperaturi oko 220 ºC. Pijanci su pečeni kad dobiju boju bijele kave. Vrlo su ukusni.

Puhanje (kroštule)

Sastojci: 50 dag brašna, 2 jaja, 1 vrećica praška za pečenje, šećer u prahu, 5 dag masti, sol.

Od navedenih namirnica zamijesite tvrđe tijesto, razvaljajte ga i izrežite na razne oblike. Na Krku su obično tijesto rezali u oblik vrpce i iz toga napravili mašnice. Takve mašnice ili druge oblike pažljivo su pržili na vrućoj masti (sada u ulju) do rumene boje. Nakon toga treba ih ocijediti od masnoće, stavite ih na papirnati ubrus za upijanje, i pošećeriti (posuti šećerom).

Druga inačica, koja je popularnija:
Sastojci: 30 dag brašna, 3 jaja, 3 žlice ulja, 3 žlice kvasine, 3 žlice rakije lozovače, 2 žlice šećera, sol; ulje za prženje, šećer za posipanje.
Jaja razmutite, dodajte ulje, kvasinu, lozovaču, šećer i sol. Dobro sve razmutite i dodajte toliko brašna da možete izraditi čvrsto tijesto. Razvaljajte ga i kotačićem za tijesto izrežite šire trake, trokute i neki drugi željeni oblik (najčešće se trake vežu (smotaju) u čvor ili izrežu u pravokutnik, po sredini zarežu i jedan kraj pravokutnika provuku na drugu stranu). Pržite u zagrijanom ulju do zlatnožute boje, izvadite iz ulja, ocijedite i odmah pospite šećerom za posipanje.

Kolubica i letila za Božić i mesopust

Vavik, a ki zna od kada, se za Božić i na mesopustne subote delaju kolubice. Kolubice su slast ke grišnoj Adamovoj dici va putu obraza njihove učine življenje malo lipčin. Tako i ti, dijače, pomori da tvoja trudna bratja lakše pasaju kroz ovu suznu dolinu i zato zemi suhih smokava i najprija jih moči va vodi pak jih va listoj vodi skuhaj a skuhane z nožem na daščici zriži na mali bokunići. Zemi i lipog ovčjeg loja pak i njega na dašćici zriži. Zemi i suhog grozja ko se j` sušilo viseći na kombolu, zemi i jabuk pak jih strži na strugaji ali pak i njih zriži na daščici pak zemi i nastruganih koric od limuncina ali od naranži, zemi i meda vse zalij z rakiju i z vinom pak vse umišaj z muku koliko zeme. Vse to gori rečeno misi da pride kako testo zafrite a va testo moreš pridati i nasičenih orihi. Ovo testo neka budu prst ali dva prsta debelo. Kladi malo uja va prsuru (tava) i stepli na ognju ter peci kolubicu na jednu i na drugu bandu. Ma najboja je ona kolubica ku položiš na pero (list) od broskve a z drugim peron ju poklopiš ter pečeš na žeravi i obrneš. A z ovim istin ko si paricál za kolubicu moreš napunit i jelita (crijevo). Zemi prašće ali ovčje jelito, očisti ga, napuhni i osuši. Prašće jelito napuni suho, pomozi se zi žbicu, ma ne napuni ga preveć. Ovčje namoči a tako i ovčju kapuhu i slez. Napunjena jelita kuhaj malo manje nego ti rabi za zmolit dva luzera.

„Gaštronomija grišnog fra Karla z Dubašice“

Fešta od presnaci

Naziv *prisnac* dolazi od pridjeva *prijesan*, na sveslavenskom i praslavenskom *prjesan*, iz terminologije proizvodnje kruha. Poimeničen kao prisnac i presnac, znači *kolač nakiseo*, koji je nekuhan, nepečen, neosušen, sirov.

Prisnac se priprema još od antičkog doba, kad je vladarima, vijećnicima i svima onima koji su donosili važne odluke, narod u znak dobre odluke pripremao prisnac.

Pripravljao se i pripravlja osobito u vrijeme mužnje ovaca i pravljenja mladog sira.

Najprije pomuzem ovce i onda stavim kuvati to mliko. E, a onda ti se skupi onaj skorup, stave se domaća jaja, malo sira, šećera, soli pa se to umuti. Prije sam već napravila tanku koru od brašna, ulja i vode pa se ta kora stavi u onu limu od peke, a priko toga se nalije ono šta se umuti. I onda sve pod peku.

Prisnac se jeo za blagdane, nedjeljom, nudio se gostima kao kolač. Ali to je bilo lipše nego danas ovi kolači, to bi mirisalo. Prisnac se nosio i radnicima koji su bili na mobi, ali nije se pripremao za posne dane jer se stanovnici ne mogu ubjediti da jaje nije mast nego bjelančevina.

Tako da oni dan danas kad je post ne jedu ni jaja ni sir ni mlijeko ni mliječne proizvode.

U tijesto se stavi malo ulje, voda, jedno jaje, sirče malo, jednu kašiku sirčeta. Brašna se stavi koliko može da se upije jer stavi se i voda. Presnac, mi smo to zvali presnac. Soli malo se stavi, ali na slatki način to je bilo. I onda se stavi jaja, pa vrhnje, kajmak i sir mladi. I onda se to napravi bez da se mota kao pita, nego samo se dole i gore stavi ona kora i sa strane, jer to bude mekano, i onda se ispeče i to bude najljepši kolač.

Tijekom Katedre čakavskog sabora Kornić ili Ljetne škole glagoljice iz Kornića, od 2008. godine, na početku *petrovskog miseca potle maše*, organizira se Fešta od presnaci uz tanac i kanat.

Žene iz Kornića (naselje nedaleko mjesta Krka s istoimenog otoka) i Vrbnika na desetak štandova nude svoje presnace po starim naputcima.

Kolač istog naziva ali sasvim drugačijeg okusa i oblika, koji se priređuje širom Hrvatske, izlažu žene iz raznih mjesta bliže ili dalje okolice. Presnac se radi po osnovnom sličnom naputku (*riceti*) ali svako mjesto ima neki svoj dodatak koji ga čini različitim.

Presnec (ili kvarnerski „štrukli“) je osobiti prženi kolač s ovčjim sirom od lisnatog tijesta većinom na Kvarnerskim otocima, koji je donekle sličan zagorskim štruklima, ali je veći i više suh poput peciva ili palačinke. To je tijesto izvaljano u obliku palačinke veličine tanjura.

Sličnim nazivom „presnac“ se podrazumijeva u Lici i Hercegovini drugačije sirotinjsko pecivo od staroga miješanog kruha i kravljega polutvrdog sira koje se prepрži ispod peke, ali je bitno različito i puno lošije od kvarnerskog sličnijeg štruklima.

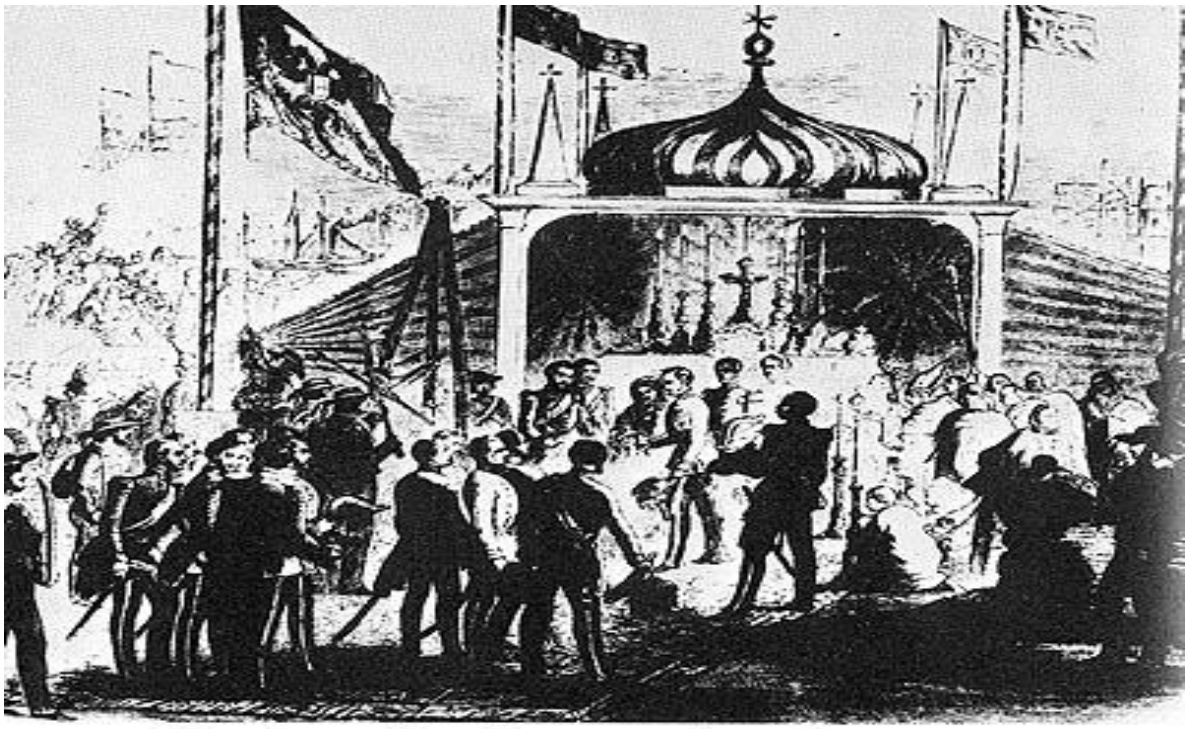
Sako mesto dela presnac na svoj mod. I ne rabi saki stari kruh, a nutra se stavlja va saken meste neš drugo.Tako je saki presnac unikatan, a nosi ime po mestah kade se parićaj: bodulski, brežanski, bribirski, dalmatinski, halabujski, pehimnarski, rukavaški, zvonejski, ...

U izvornom naputku dodaju i klinčić.

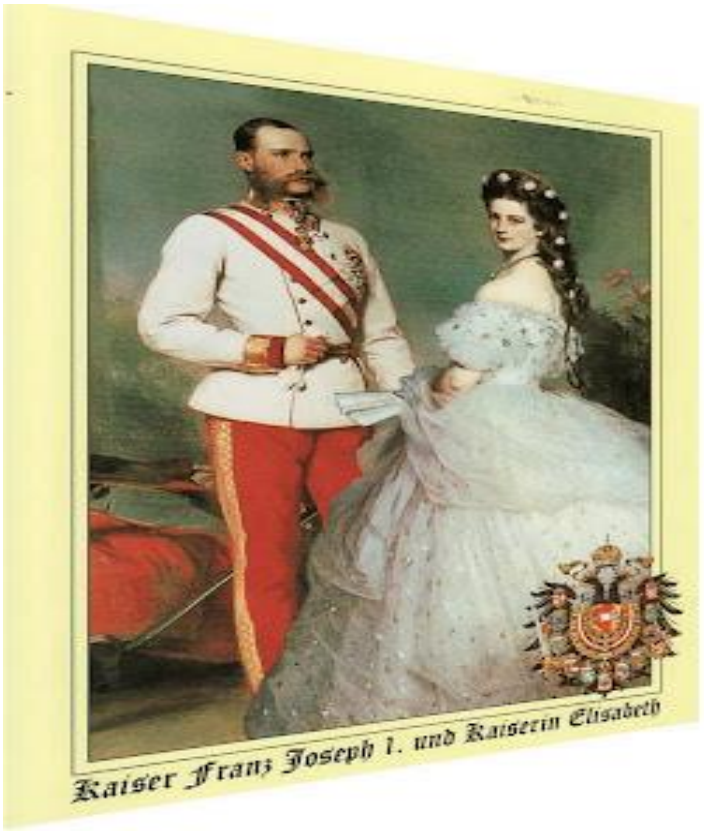
Što kažu domaće žene – **kornićanke** što je presnac i kako ga pripremaju:

Presnac je kolač od, na prvo mesto, mladog ovčjeg, a rabi još jaj, muke, cukara, putra. Pronutujemo ga od file i kore – „plašta“. Za filu rabi kilo mladog ovčjeg sira, pet jaj (posebno se stuče snig), pol kila cukara, jedan putar, šezdeset deki muke (brašno), nastrgana kora limuna, 2 praška, 3 paketići cukara od vanilije.
Za plašt (koru) *rabi sedandeset i pet deki muke, dvi žlice masti, jeno jaje, malo soli, dvi žlice cukara i malo mlika ako rabi. Od ovoga se omisi testo kako za makaruni, oblikuje se šest balica* (okruglica, loptica, veličine jabuke) *i pusti da se testo malo počine. Od balic se zo takaljicu zitače testo u oblik kruga, veličine pijata od late i tako 6 puti za šest pijati.*
Fila se pripravlja tako da se najprvo zmišaju cukar i žute jaja, ali zistreže na strugaljicu i sve drugo se pomalo zmiša. Kad je fila gotova podili ju se na šest deli i klada na koru na ku se zatvore rubi i na sakih pet centimetri se kora ušćipne, pa hljibčići lipo zgljedaju, obli i na roškići. Tako složen presnac se peče na umerenu temperaturu dokle ne porumeni. U slast se ji kad se ohladi.

Carski presnac – slastica i suvenir



Polaganje temeljnoga kamena za *Arsenal* (ratno brodogradilište) u Puli 1856., u prisutnosti cara Franje Josipa I.



Carski presnac se prvi put poslužio u Puli još 9.XI. 1856. godine carici Sissi i caru Franji Josipu I. kad su u Puli položili kamen temeljac za Arsenal. Presnac se kasnije nudio u petnaest pulskih kavana gdje ga je rado jeo i James Joyce. Godine 1873. kad je željeznica došla do *Matuja*, na *matujsken štacione* su oblikovali veliki kup od presnaca za goste. Kažu da se od 1984. *Carski presnac* nudio i u Opatiji.

Da bi ova slastica bila bolja za *carska usta* ovdašnji slastičari su ga pripravljali sa orasima, mendulama, sušenim marelicama, marmeladom od marelica, samljevenim baškotinima, čokoladom u prahu, grožđicama, prošekom i rumom.

Presnac je svojim izgledom podsjećao na štrudli a sastojcima odmak od siromašnih recepata. Posluživao se krajem 19. stoljeća na liburnijskom području - hotelu *Imperial*, kavani *Kronprinzessin Stephanie*, a kušali su ga njemački car Wilhelm I, rumunjski kraljevski par Karol I i Elizabeta, balerina Isidora Duncan, pisac A.P. Čehov i drugi.

http://www.kuhaona.com

Sastojci: za *2 carska puža* (presnaca), 1 pakiranje 50 dag lisnatog tijesta; *nadjev*: 15 dag mljevenih oraha, 15 dag mljevenih badema, 5 dag mljevenih integralnih keksa, 5 dag šećera, 5 dag čokolade u prahu, 1 žličica cimeta u prahu, prstohvat (priza) klinčića u prahu, prstohvat muškatnog oraščića u prahu, prstohvat soli, 5 dag grožđica, 5 dag suhih marelica, 0,5 dl prošeka, 0,5 dl soka od naranče, 5 dag marmelade od marelica, 1 žlica ruma.

Pomiješajte mljevene orahe, bademe, kekse, šećer, čokoladu u prahu i začine, dodajte grožđice i suhe marelice narezane na ploškice. U manjoj posudi zakuhajte prošek i sok od naranče (svježe iscijeđen) s marmeladom od marelica i rumom.

Prelijte preko prethodno pripremljene mješavine i sve dobro izmiješajte. Na pobrašnjenoj radnoj površini izvaljajte odmrznuto tijesto na veličinu 22x32 cm x 2. Po dužini rasporedite nadjev, Zarolajte u savijaču sa spojem okrenutim prema dolje (tijekom pečenja se neće otvoriti), zatvorite krajeve, i lagano smotajte u oblik puža.. Na nekoliko mjesta izbockajte čačkalicom (na taj način će topli zrak izlaziti iz nadjeva i „puž“ neće popucati). Pecite u limu (protvanu) na papiru za pečenje u prethodno zagrijanoj pećnici na 200 ºC oko 35 minuta, dok ne dobije zlatnosmeđu boju. Ohlađeno pospite šećerom u prahu i narežite. Poslužite uz prošek.

Prastari naputak (recept) I verzija*:*

"Za presnac skuhaju konpira za sun korun. Konpir dobro zmaste, pak mu primešaju kuhaneh oriži, par stučeneh jaj, cizibi, jeno zribano jabuko, kori od lemuncina, garofulca, kaneli i mrvic od kruha. To z maslon zasmoče, ontrat mese ko da bi kruh. Ontrat zaviju va kožu kod pogaču. Tu pogaču, ale za prav reć kožu, va koj je pogača, pomažu žutnjakon od jaja, pak ju stave peć kod i kruh.

Presnac se zove zato, aš je zasmočen z maslon, a maslo deju da ni mrsno lego posno."

prastari naputak (recept) II. verzija*:*

Kruh se nareže na kušćići stavi močit va smesu od putra, ula, črnega kafa, cukara, cimeta, klinčića, cizib, jaja i kuhanega mleka. Dokle se to namače, stori se dve ponjavice od cveta, cukara va prahe, jaj, masla i soli, razvaja ih, veću položit va štamp i na nju zispat pašt pa ga pokrit z onum manjun, ku malo probode da se ne pauše od zraka. Presnec je kafenega kolora.

prastari naputak (recept) III. verzija*:*

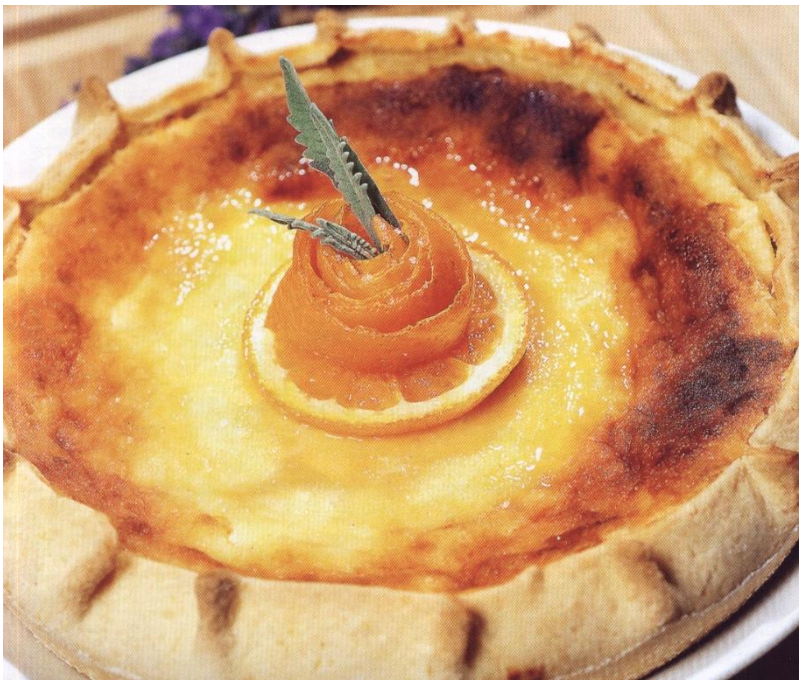
Zame se kruh star dva, tri dni. Kora se zireže, a sredica zreže na kockice i stavi močit va mleko da se dobro razmoči. Va kilo kruha zispe se 30 dek cukara, 30 dek cizibi, 30 dek putra i još jeno pet dek ula al putra, 6-7 jaj i paketić kaneli. Dobro je naribat jenu jabuku da presnac bude umidan, a za gušt more se stavit i sled naribanega garofulca. To se umesi. Mej ten se zamesi testo od malo cveta i vodi pa rastegne va kožicu. Stavi ju se po dne furmi od ke mora bit čuda veća, napuni se presnac i pokrije z onun kožicun ka visi preko furmi i stavi peć. Pečen presnac zispe se nopak na pijat, pocukara, ohladi, reže i ji.

prastari naputak (recept) IV. verzija*:*

Namesto ove jabuki moja pokojna nona je užala na ule pošufrigat kapuli - da postane staklasta (i slatka) i dodala va masu.

Neki namesto kruha stave riži a va Halubje su znali stavljat i konpir.

Bodulski presnec *(Dramalj)*



Sastojci za tijesto*: 20 dag brašna, 5 dag šećera, 5 dag masti, 1 jaje, malo soli; za* nadjev: *80 dag mladog ovčjeg sira, 20 dag šećera, 10 dag brašna, 6 žumanaca, ribana limunova korica, 1 žlica vanilin šećera.*

Izradite tijesto od navedenih sastojaka i ostavite ga da malo odstoji. Sir sameljite, dodajte šećer i žumance, vanilin šećer, brašno i izmiješajte u finu jednoličnu smjesu. Tijesto razvaljajte u okrugli oblik i na njega rasporedite nadjev. Krajeve tijesta uzdignite i na svakih 5 cm čvrsto pritisnite palcem i kažiprstom oblikujući bočne ukras. Pecite u pećnici na umjerenoj vatri dok ne porumeni.

Vrbniški presnec

Za presnec van rabi prvo udelat koru i tako da se na desku stavi pol kila metke muki, tri jaja i pol žmuja ula, malo soli i po potribi malo vodi da se zamesi srednje trdo testo. Onda se testo rastače na malo debje, kot da se delaju lezanje, a ne okruglo, na mere malog pijata. Sad se zeme kilo sira, četiri želta jaja i dva cela jaja, deset deka mrvic od beškotina i kvarat kila cukara. Va to se nariba dosta kore lemuna i dobro zmiša. Na sredinu kore stavja se sir, jeno dva prsta debelo, a rubi testa se zdignu i stisnu na vali da pride kot ružica. Tako se udela šest presneci i peču se na jakoj tepline (*od 200 do 250 0C) jeno petnaest minuti dokle lepo zarumeni. Ako je presnec debji, peče se i malo više, dvajset do dvajset i pet minuti.*

Krčki presnac

Sastojci *za tijesto*: 0,25 dag brašna, 5 dag šećera, 5 dag masti (danas se koristiti maslac), 1 jaje, malo soli; *za nadjev*: 1 kg mladog ovčjeg sira, 25 dag šećera, 10 dag brašna, 6 žumanaca, ribana korica od limuna, vanilin šećera po želji.

Od brašna, šećera, masti, 1 jajeta, malo soli zamijesite tijesto kao za rezance/makarone ostavite da se tijesto „malo odmori“. Razvaljajte ga na okrugli oblik – pogače veličine „većeg metalnog tanjura“ ili dva manja. Ukrasnim kotačićem za tijesto obrubite tijesto. U ovako oblikovano tijesto umotajte nadjev od sira.
Mladi sir dobro izmiješajte i usitnite, šećer i žumance dobro ulupajte i začinite, dodajte sir i brašno. Sve dobro izmiješajte u jednoličnu smjesu i stavite na pripremljeno tijesto. Nadjev poravnajte, rubove tijesta mjestimično (na razmaku od 5 cm) uštipnite tj. ukrasite (na taj način rub tijesta će se uzdignuti i oblikovati neki vrstu okrugle posude s malim rubom). Tako složen presnac pecite u pećnici na umjerenoj vatri (180 ºC) dok ne porumeni. Pospite šećerom u prahu. Najčešće se poslužuje hladan.

Gložanski presnac

va kega pride: 40 dek i toliko cizibi, dek kaneli i dek garofulca, jena naribana jabuka, jedan skuhan i zamašćen konpir, jena pošufrigana kapula, 5 jaj i stjepen smok. Ako rabi doda i pičić mleka.

Halabujski presnac z jabuki

Testo: 60 deki muke, 2 - 3 deci mjašnega mleka, 7 žlic uja, 7 žlic cukara, 4 žutanjki, 2 suha kvasa, malo soli, ribana korica od lemuncina; *za filu* (nadjev): *1/2 litre mleka, 1 litra vodi, žličica soli, 4 žlice cukara, 40 deki riži, 20 deki cizibe, 10 deki putra, žličica cimeta/kaneli, 5 zmleveneh garofulići, 10 deki cikuladi za kuhanje, 1 zribana jabuka, pest* (šaka) *narezaneh orehi, 2 - 3 žlice ruma, ribana korica od lemuncin.*
Riži se kuhaju na vode i mleke s cukaron i malo soli, a skuhaju se „na zub". Kad se malo prohlade, zamešaju se, pa se ta fila zispe na testo va štampe i pokrije z drugen teston pa se speče.
Ovaj se presnec more umesiti i kot orehnjača. Presnec ni prišal z Merike, a skoro sigurno ga j' neka naša ženska zanesla va Meriku, a morda i va Australiju.

Primorski prisnac – slani *(Bribir, Vinodol)*

Na velike kockice 1,5 cm izrežite: 60 dag dimljene šunke, 30 dag proraštenog špeka (da nije samo bijel, nego i crven), 60 dag sira škripavca (može biti dimljen, ali nije uvjet).

U posebnoj zdjeli napravite tekuće tijesto od: 8 cijelih jaja, 3 jušne žlice masti ili maslaca, tome dodajte mješavinu od: 1/2 kockice kvasca, 1 jušna žlica šećera, 4,5

dl toplog mlijeka, a zatim postupno umiješajte u to: 48 dag glatkog brašna, papra i soli po ukusu, vodeći računa da su i svi oni sastojci u kockicama slani.

Kvasac s mlijekom treba ranije podignuti do duple zapremine, ali kad ga se sjedini s jajima i brašnom onda više ne treba uzlaziti (što je različito od postupka kod svih drugih dizanih tijesta).
Žitko tijesto prelijte preko gornjih kockica, pažljivo promiješajte i istresite u 2 kuglof kalupa koja ste ranije debelo podmazali maslacem i pobrašnili. Ako se ne želiš zamarati s takvim oblikom onda upotrijebi 1 veliku tepsiju.
Stavite u vruću pećnicu i pecite 50 min. na 200 stupnjeva tako da dobije smeđu koricu. Kad je pečeno ostavite neka se potpuno ohladi u istom kalupu i tek tada istresite, u protivnom bi sve sjelo.

Pristeški prisnac (naselje Pristeg nedaleko Benkovca)

Sastojci za *tijesto*: brašno, mlijeko, voda, 1 jajae, sol,; za *nadjev*: 50 - 60 dag domaćega sira, 15 jaja, 3 vrhnja, malo soli, šećera po potrebi,2 žlice ulja.

Sir usitnite, dodajte jaja, vrhnje, sol, šećer i ulje. Sve se dobro izmiješajte. Napravite kore (tijesto) od brašna, mlijeka, vode, malo soli i jednog jajeta. Umijesite kao da spravljate kruh. Tanko ga razvaljajte na čistom stolnjaku. Prenesite tijesto na dno zamašćene tepsije i lagano ga se razvaljajte (raširite) rukama po dnu posude i uz rubove. Na koru stavite smjesu/nadjev, prekrijte smjesu/nadjev i oblikujte rubovi od ostataka kore.
Prisnac se tradicionalno pekao pod pekom, a za pečenje u štednjaku treba oko sat vremena, sve dok prisnac ne dobije zlatnu boju. Pazite da ne zagori, te temperaturu na početku pečenja od oko 200 ºC smanji na 100 ºC, zadnju četvrtinu pečenja.
Prisnac se najčešće spravljao nedjeljom, kad je obitelj bila na okupu, te su u prošlosti domaćice skupljale skorup koji bi dao posebnu aromu ovom tradicionalnom ravnokotarskom jelu.

Rukavački presnac

25 dek cveta, jenega jaja, 5 deki putra, kvasa i malo cukara, mleka i soli za umesit dva hlepčića. Od njih z lazajnun palicun ratsegne se dve kožice. Dolnju se stavi u furmu pa na nju naloži pašt, a zgora pašt pokrije s manjun kožicun ku namaže z jajon pa se spečen presnac lepje luštri. Pašt se stori od 1 žlice masti, masla ali putra, soka od pol šufrigane kapuli (ki voli, a more i prez nje), 2 i pol do 3 deci mjašneg mleka, 25 dek putra, 30 dek cukara, 1 čajne žličice mjevenega garofulca i dve žličice kaneli, 20 dek cizibi, 8 jaj, 1 naribane jabuki, 1 vele žlice siroveh riži i narezane pinki starega kruha. Pašt je dosta mokar, a jaja se to drže zakolano, pa se peče jenu uru na 180 gradi. Kad je presnac spečen, malo počine i nareže ga se pun pijat.

ili drugačija inačica:

Sastojci *za kruh*: 1 svježi kvasac, 1 kg glatkog brašna, 2 dl mlijeka, malo šećera, sol, oko 1 dl maslinova ulja; *za pešt*: 40 dag suhe pancete, 4 češnja češnjaka.

Pancetu i češnjak iskošite na sitno. Za kruh stavite kvasac da se digne (izmiješajte kvasac. Malo šećera i mlijeko). Od kvasca i ostalih sastojaka izradite glatko tijesto i ostavite da se digne. Ne zaboravite umijesiti zapešt. Premijesite tijesto, stavite

ga u namašteni lim i ostavite da se ponovno digne. Prije pečenja nekoliko puta zarežite površinu kruha i pecite u zagrijanoj pećnici na 180 ºC, sat vremena.

Škrtavi presnac

Pol pinke starega kruha se raskine na mići kušići, nutra se doda mleka i jeno jaje. To se zmeša i doda se još 5 žlic kristal cukara i jenu žlicu vanilin cukara. To se more speć va forme uru vremena. Potla se dela preliv. Jedan žutanjak se zmeša z malo vinjaka, va pol otopjenoga putra se zmeša 3 žlice finega cukara. Kad se cukar rastopi onda se nutra doda žutanjak i vinjak. Spotu se meša da se ne store grudice, zreže ga se na kvadri i preleje z ten sirupon.

Zvonejski presnac

Potrebno je: ponjvica, pašt i dihi.
Dve ponvice stori od malo cveta, jenega jaja, žlice cukara, sledić ula, soli, kap mleka i pol žličice bakpulvera. Na dolnju ponjavicu stavi pašt va kega ne gredu dihi, a stori ga od kilo starega i zrezanega kruha va kega stavi 60 dek cukara, 60 dek masla, 10 žutanjki, još 2 jaja i 30 dek cizibi. Kad se to dobo zmeša i stavi na dolnju ponjvicu, z gornju ga pokrije i speče. Spečeno je Bog bogova za pojist! Kad se lepo nareže, s pijata se smeje presnac žut kot sunce!

Benkovački prisnac

Sastojci: *kora za prisnac*: 25 dag glatkog brašna, malo soli, ulja i tople vode; *nadjev:* 5-7 jaja, skorup, svježi polutvrdi ovčji sir ili šripavac, sol.

Napravite tijesto, premažite ga uljem i ostavite na sobnoj temperatui pola sata. Oblikujte u okruglu pogaču veličine lopara (okrugla daska za krušnu peć ili ognjište). Izmiješajte zajedno, ali ne u mikseru, jaja, skorup i sir. Poslite. Tijesto stavite u tepsiju ali tako da sa strane ostaje oko 10-ak centimetara koji se po završetku nadjevanja prebace preko nadjeva. Površinu pramažite maslom ili maslacem i ispecite ispod peke 20-25 minuta. Danas se peče u pećnici na temperaturi od 190 ºC.

ili slatka inačica u žlicama:

sastojci: 13 žlica brašna, 2 dag maslaca, 3 žlice šećera, 2 jaja; *nadjev*: 50 dag sira, 13 žlica šećera, 5 jaja, 2 dl slatkog vrhnja, 1 vanilin šećer, ribana limunova korica.

Zamijesite glatko tijesto od brašna, komadića hladnog maslaca, jaja i šećera. Razvaljajte tijesto i stavite ga na namazani lim. Izmiješajte zgnječen sir, šećer, jaja, vanilin šećer, ribanu koru limuna i slatko vrhnje. Izlijte na tijesto i pecite na 175 ºC.

Starinski način pripreme: nakon što ste oblikovano tijesto stavili na lopar nadjenite ga pripremljenim nadjevom. Rubove kore zavrite preko nadjeva tako da sredina ostane otvorena. Višak kore odrežite. S lopara ide direktno na očišćeno i zagrijano ognjište. Neposredno pred kraj pečenja nepokriveni dio prisnaca treba preliti smjesom od 2-3 jaja koja se razmute s 2 dl mlijeka, čime se postiže željena boja prisnaca. Pečeni prisnac ponovno se stavlja na lopar na kojem se reže na trokutiće.

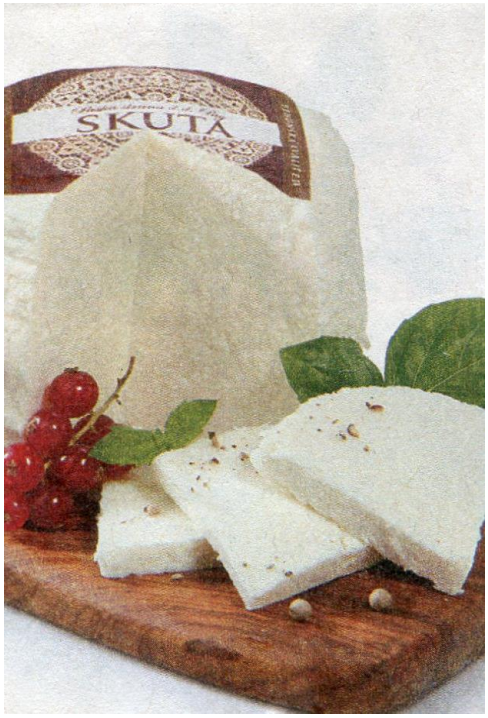
Novigradski prisnac

Sastojci *za tijesto*: 25 dag *mekanog* brašna, 6 dag šećera, 2 jaja, 10 dag masti (danas se koristi maslac/putar - 12 dag maslaca), prstohvat soli; *nadjev*: 8 jaja, 25 dag šećera, 2 vrećice vanilin šećera, 2,d dl skorupa* (skorup možete zamijeniti slatkim vrhnjem), ribana kora jednog limuna, 2-3 žlice oštrog brašna, 1 kg svježeg neslanog polutvrdog sira ili škripavca.

Umijesite glatko tijesto, razvaljajte ga i stavite na roštijeru tako da sa svih strana ostane barem 10-tak cm koje se nakon nadijevanja smjesom prebaci na smjesu. Sredina roštijere treba ostati nepokrivena korom kakao bi smjesa „disala“ tijekom pečenja.
Izmiješajte jaja, vanilin šećer, dodajte skorup, koru limuna i brašno. Ne miješajte strojem (mikserom) već rukom. Na kraju umiješajte izribani sir. Pažljivo izmiješajte, lagano, i stavljajte žlicu po žlicu na kore (tijesto). Višak kore (tijesta) prebacite preko nadjeva i na površinu stavite male komadiće maslaca. Pecite ispod peke (danas se to radi u pećnici). Ako vam je roštijera velika povećajte količinu namirnica za polovinu.

Mekanim brašnom su nekada nazivali glatko brašno. Skorup* - izdvojena mliječna mast tijekom zagrijavanja mlijeka do vrenja, u izvornom naputku koristi se ovčje mlijeko. Prisnac može biti predjelo, glavno jelo ali i slatko jelo, desert.

Vrbenska skuta (za poviticu i presnec)



Skuta je nusprodukt nakon proizvodnje mladog ovčejg sira. Sirutku koja je ostala od sira zakuhajte na laganoj vatri i kada isplivaju ukrućeni komadići, procijedi ih u cjediljku, stavite u domaće platno ili gazu i ostavite cijediti 8 sati. Ocjeđena skutu odložite na tanjur.

Skuta mora biti dovoljno vlažna, ali i kompaktna i ne presuha. Od tako pripravljene skute možete napraviti *poviticu.* Za *poviticu* se u skutu stavi 2-3 jaja, naribane limunove korice, dvije žlice šećera, dvije-tri žlice brašna da to poveže, pecilni prašak i peče se u maloj zdjelici jer je ukupna količina mala.

Od mladog ovčjeg sira pripremaju se *presneci.* Na razvaljano tijesto, okrugla oblika, stavite nadjev od od naribanog svježeg ovčjeg sira, limunove korice, krušnih mrvica, jaja ... i oblikujte prstima košarica od tijesta. *Presneci* se peku u okruglim kalupima (f*ormicama*) i ispečeni pošećere i razrežu na komadiće.

Presnec i *povitica* su tipični vrbenski kolači i ne postoji nadomjestak za te kolače. Najčešće se peku upravo za Ivanju i Petrovu jer je to *štajun* od sira, ali i blagdani koje treba obilježiti tradicionalnim kulinarskim delicijama uz čašu vrbničke žlahtine.

Sastojci *za nadjev*: 1 kg mladog ovčjeg sira (možete zamijeniti sa svježim kravljim sirom), 25 dag šećera, 6 žutanjaka, 6 žlica brašna, ribana korica 1 limuna; *tijesto*: 25 dag ili 12 žlica glatkog brašna, 5 ili-ili 2 žlice šećera, 5 dag masti, 1 cijelo jaje, malo soli, malo mlijeka.

Od navedenih sastojaka izradite tijesto (od istih sastojaka rade se *makaruni*). Oblikujte 3 kugle, pokrijte ih čistom kuhinjskom krpom i ostavite da se odmore. Tijesto razvaljajte u oblik kruga metalnog tanjura (ovaj presnac se peče u metalnom tanjuru) koji mora biti veći od tanjura bar za 40%. Tijesto izrežite zupčastim kotačićem za tijesto (radi ukrasa), a veći od tanjura mora biti iz razloga što će služiti kao plašt u koji će te umotati smjesu od sira. Mladi sir sitno sameljite, šećer i žumanjke izmiješajte, začinite i dodajte sir i brašno, lagao sve izmiješajte. Stavite u pripremljeno tijesto, izravnajte i rubove tijesta zatvorite (dignite prema gore) i na svakih 5 cm tijesto uštipnite tj. ukrasite. Pecite u zagrijanoj pećnici na 180 ºC dok lijepo ne porumeni, oko 1 sat. Poslužuje se hladno posuto šećerom.

Vrbnički medenjaci

Sastojci: 25 dag meda,1 žlica sode, 40 dag šećera, 6 jaja (4 cijela, 2 bjelanjka), 1 kg crnog brašna; *bijela glazura*: dva bjelanjka istucite u snijeg i pomiješaju s 16 dag šećera u prahu.

Med i šećer rastopite na vatri. Skinite s vatre, smjesu izlijte u brašno i dodajte jaja. Zamijesiti, dobro izradite tijesto, oblikujter kuglice, lagano ih malo spljoštite i stavite peći.
Ohlađene medenjake staviti u bijelu glazuru i osušite na zraku.

Vrbnički kolač *oplača*

Pučka etimologija tumači oplaču kao kolač *od plača* **(***kolač o'plača***),** plača za umrlim Kristom na Veliki petak, što se nemože povezivati uz plač i oplakivanje Krista na Veliki petak, nego uz plosnati okrugli kolač.

Petar Skok za oplaču navodi samo kao: *nekakav kolač što se peče u Vrbniku na Krku*. Ivan Žica navodi (ElnoL h'lh. 14, 1991, str. 51-55 J. Vlnce-Pallua): Veliki petak u Vrbniku na Krku:

Medenaki, poprenaki, oplačeto je bivalo 'se jedno, ma pokli je nestalo meda, nestalo je i toga. Bili su to nikakove kolačiće z medon zamišeni.

Oplača je, prema svemu najvjerojatnije medenjak plosnata okrugla oblika, kako se obično i prave medenjaci, što bi išlo u prilog Skokovoj pretpostavci.

Za Veliki petak, ali i kad netko umre, u prilikama oplakivanja umrlog Krista ili pokojnika, peče se posebna vrsta kruha, zvanog *kolač* zbog svoga okrugla oblika (*kolo-kolač*) s rupom u sredini. Taj se kruh do pred pedesetak godina na Veliki petak skupljao u posebne vreće za siromahe, tzv. *maže*, koje su se stavljale upravo pred Božji grob. Spomenuti se okrugli kruh, kolač, daje još i danas nakon sprovoda svakome od *kapara* na tzv. *pojubici*, večeri priređenoj kaparima iz zahvalnosti što su nosili mrtvaca na groblje i pjevali pojubicu. Taj je kruh, vjerojatno, sasvim slučajno u pučkoj etimologiji postao *kolač od plača – kolač oplača*, dok je pravi kolač, medenjak oplača, iščeznuo iz upotrebe.

Pehinarski presnac

Sastojci: *za tijesto:* 0,5 kg glatkog brašna, 3 jaja, 10 dag šećera, 10 dag maslaca, malo soli, mlijeka po potrebi, korica limun, 1 svježi kvasac; *za nadjev:* 0,5 kg riže, mlijeko, 4 jaja, 20 dag šećera, 1 jabuka, malo maslaca, 15-20 dag maslaca, 15 dag grožđica, vanilin šećer, sol, mljeveni cimet, mljeveni klinčić, 1 žlica kakaa ili 5 dag čokolade u prahu.

Za *tijesto*: kvasac stavite u mlako mlijeko uz malo šećera i brašna te ostavite na toplom da uzađe.
Na dasku stavite brašno, sredinu udubite (u oblik vulkana) i pomalo dodajte kvasac, cijela jaja i ostale sastojke, umijesite tijesto i ostaviti da se diže. Kad se tijesto diglo podijelite ga na dva dijela te svaki razvaljati na tanko *z takalnicun* (valjak za tijesto) pa u nauljenu posudu za pečenje staviti prvi dio tijesta tako da pokrije rubove. Nadjenite nadjevom i prekrije drugim dijelom tijesta.
Nadjev: rižu skuhajte do pola u mlijeku (dodajte malo soli). Kad se malo ohladi, dodajte i izmiješajte cijela jaja, šećer, ribanu jabuku popirjanu na malo maslaca, maslac (ne treba topiti), grožđice, vanilin šećer te cimet i klinčiće smrvljene u prah. Na kraju umutite kakao ili čokoladu u prahu u kompaktna smjesa s kojom će te nadjenuti tijesto.
Stavite u pećnicu na 180 ºC i kad je gotovo (probajte vilicom) pospite šećerom u prahu.

Presnac od Srdočev

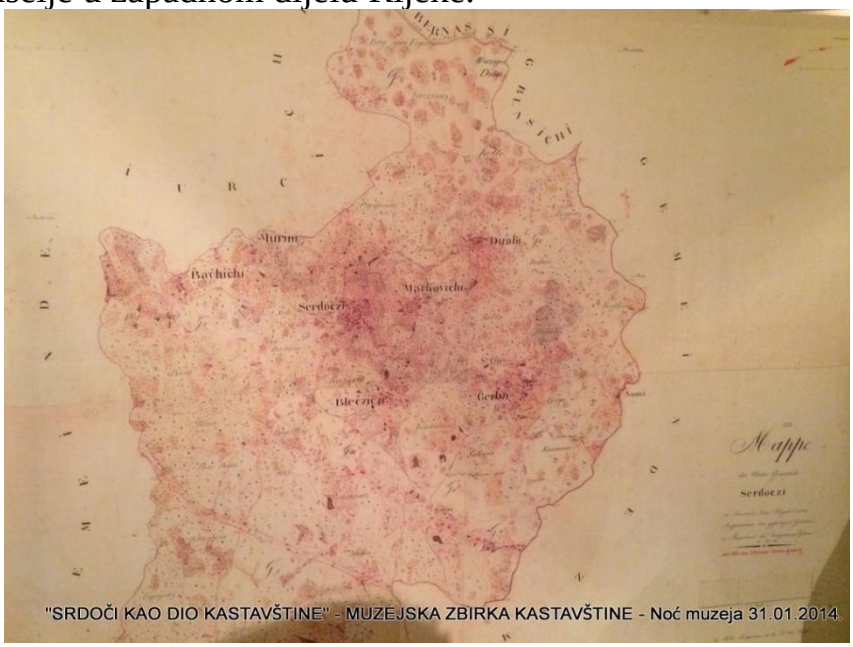
Tekst pisan izvorno, kako ga navode žene Srdoča.

Testo: pol kila cveta, frički kvas, paketić putra od 25 deki, (rastopit, dodat se mora i malo ulja al masti), 15 deki cukara, 3 žutanjka, i 1 celo jaje.
Testo je otprilike kod za pincu. Njega se stori najprvo da ima vremena za počivat i zdignut se.

Nadjev: 1 litra mleka (more se dodat i malo vodi), pol kila riži, kore od 2 lemuncina, 2 ribane jabuke, paketić putra od 25 deki – rasopit i stavit ribane jabuke, 2 vanilije, 6-8 celih jaj, 25 dag cukara i začini: cimet, klinčići, ciziba.

Riži se skuhaju al dente. Putar se otopi posebe, naribane jabuke se stavi va otopljeni putar, a onda se pomalo sve dodava da se dobro zmešaju si sadržaji presnaca. Va nadjev se more, ako je preredak, dodat ribanega suhega kruha ili ribani petiti keks.
Testo se premesi i razvalja za dužine pleha i najprvo se z' razcvaljanen testom pokrije dno pleha, stavi smjesa od riži i sega drugega i preklopi gornji del z ostatkom testa. Testo je znači va jednen komade.

Pehlin je smještena u zapadnom dijelu grada Rijeke i obuhvaća područja mjesnih odbora Pehlin i Marinići.
Srdoči je naselje u zapadnom dijelu Rijeke.



Kastav je mali grad smješten na brdašcu, na 350 m nadmorske visine, u neposrednoj blizini Rijeke i Opatije u Primorsko-Goranskoj županiji. Danas je predgrađe Rijeke, iako se povijesno uvijek računao kao dio Istre.

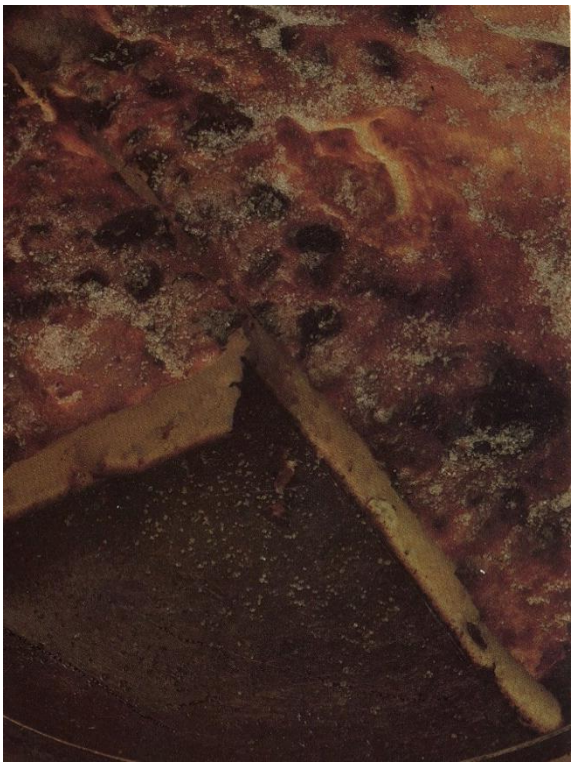
Presnac – prisnac

Sastojci: 45 dag oštrog brašna, 4 dag kvasca (germe), 1/2 žličice šećera, 15 dag maslaca, 2 žumanjka, 2-2,5 dl mlijeka, malo soli; za nadjev: 50 dag sira škripavca, 4 jaja, 2 bjelanjka, limunova korica, šećer.

Kvasac razmutiti s oko 0,5 dl toploga mlijeka, dodajte šećer i ostavite dizati nekoliko minuta. Brašno pomiješajte s kvascem, dodajte žumanjke, rastopljeni maslac, sol, toplo mlijeko i umijesiti glatko tijesto. Ostavite da se diže dok ne udvostruči volumen. Pripremite nadjev: sir usitnite, dodajte razmućena jaja, limunovu koricu i šećer. Tijesto razvaljajte tako da ide preko rubova tepsije (lima, protvana, posude za pečenje). Rasporedite nadjev i preklopite stranice tijestom. Ostaviti presnac još na toplom mjestu oko 15 min i ispecite u pećnici zagrijanoj na 180 ºC oko 45 minuta.

Sir škripavac: svježe mlijeko procijedite kroz gazu i zagrijte na 36 ºC. Tijekom zagrijavanja na 5 - 8 litara mlijeka dodajte šaku soli i veću žlicu tvorničkog sirila. Sve dobro promiješajte i ostavite 45 minuta da se mlijeko podsiri. Gruš usitnite velikim kuhinjskim nožem na veličinu kukuruznih zrnaca, promiješajte i ostavi 5 minuta. Ponovno usitnite i ostavite da se slegne još 5 minuta. U cjedilo uložite gaza i na nju istresite gruš, i procijedite. Krajeve gaze prebacite preko grude sira. Obruč od kalupa za tortu stavite u oprani i osušeni sudoper, a ocijeđeni gruš s gazom stavite u njega i ostavi 30 minuta. Gazu sa sirom izvadite, sir odmotajte i ponovno položi u kalup, ali suprotnom stranom. Kalup pokrijete i ostavite da stoji jedan dan. Cijelu površinu odstajalog sira natrljajte solju i vratite u kalup i ostavite još 24 sata. Gotovi sir škripavac izvadite iz kalupa i ostavite tri tjedna na zrenju, na 16 - 18 ºC. Na čistu daščicu stavite sir i pokrijte sitom na kojem će se u toku zrenja stalno mijenjati mokra gaza ili kuhinjska krpa, radi održavanja vlage. Preostalom sirutkom od pripravljanja nekog drugog sira operite 3 – 5 puta škripavac. Tijekom zrenja poprimit će lijepu žutu koru i bit će izrazito ugodna okusa i mirisa. Može se siriti od ovčjega ili kravljeg mlijeka, a pod zubima škripi dok se jede pa je po tome i nazvan.

Dalmatinski prisnac



Sastojci: 50 dag svježeg ovčjeg sira, 3 jaja, 15 dag šećera, 10 dag brašna, 1,5 dl domaćeg kiselog vrhnja, 15 dag grožđica, šećer u prahu.

Izmiješajte jaja sa šećerom, dodajte svježi sir, kiselo vrhnje, brašno i oprane grožđice. Izmiješanu smjesu izlijte u protvan (lim, tepsiju) premazanu uljem i posutu brašnom. Pecite u zagrijanoj pećnici na temperaturi od 15 ºC oko 45 minuta. Pečeni prisnac razrežite i poslužite toplo ili hladno.

Prigorski prijesnac

Sastojci: 4 jaja, 25 dag svježeg kravljeg sira, malo mlijeka, i brašna toliko da se dobije prikladno tijesto, malo soli, mast.

Od jaja, sira, mlijeka i brašna napravite srednje gusto tijesto. Posolite ga i još malo promiješajte. Pustite ga da počiva bar 15 minuta. Ulijte ga u zamašćenu posudu s masti (lim, protvan) i pecite u zagrijanoj pećnici na umjerenoj vatri. Pečen prijesnac izvadite, narežite na komade i složite u toplu zdjelu.

Prisnac iz Bruške

Sastojci: Koru za prisnac načinite od glatkog brašna (35 dag), malo soli, ulja i tople vode.

Smjesa: 5-7 cijelih jaja, skorup (zamjena vrhnje) svježi polutvrdi ovčji sir ili škripavac. Priprema smjese, jaja površno izlupajte, ne mikser, dadajte skorup, žlicu soli i sve izmiješajte, naribajte sir i žlicom stavljajte na koru kojom ste prekrili okrugli oblik (tepsija), ali tako da je sa strana oblika ostalo 10-ak cm koji po završetku punjenja prebacite preko smjese. Površinu premažite maslom ili maslacem i pecite ispod peke. Nova varijanta u pećnici.

Starinski način:
Koru stavite na lopar i potom je nadjemite pripremljenom smjesom. Rubove kore zavrnite preko smjese tako da sredina ostane otvorena, a višak kore odrežite. S lopara prisnac stavite izravno na očišćeno i zagrijano ognjište. Neposredno pred kraj pečenja nepokriveni dio prisnaca prelijte smjesom od 2-3 cijela jaja koja ste razmutili s 2 dcl mlijeka, čime se postiže željena boja prisnaca. Pečeni prisnac ponovno ide na lopar na kojemu se reže na trokutiće.

Prisnac iz Zelengrada

Prisnac/presnac je jelo od tijesta, skorupa i sira, okruglog oblika, koje se peklo pod pekom.

Kora se radi od brašna ukuhanog u toploj vodi, kojem se dodaje malo soli i jedno jaje.

Smjesa se radi od jednog kilograma skorupa, jednog kilograma base, jednog kilograma mladog sira (kravljeg, ovčjeg ili kozjeg), šake kukuruznog brašna, šest do osam jaja (izvorno: *duzina jaja* -tu

Na rastegnutu koru stavi se smjesa, krajevi se preokrenu na smjesu i na loparu se nosi na *pročelja* (ognjište) u kući vatrenoj, gdje se peče pod pekom. Kada se peče u *tepsiji,* odozdo nastaje hrskava kora, pod pekom nema kore. Na starinski način, pečeni prisnac se ponovno stavlja na lopar i reže na trokutiće.

Soparnik, prisnac i još neke naše tradicionalne i autentične pogače režu se na trokute ili rombove.

Zelengrad selo u Zadarskoj županiji u kojem se od 2011. održava manifestacija *Prisnacfest* posvećena očuvanju tradicije pripravljanja prisnaca.