



## M E D



## ZLATAN NADVORNIK

## M E D

Zlatan Nadvornik

© Copyright, Zlatan Nadvornik, Zagreb 2018.

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.

MED je sastavni dio knjige HRVATSKA TRADICIONALNA JELA i PILA i ZIMNICA s NOSTALGIČNIM OKUSOM BAKA i NONA.





košnica od šiblja i blata



medičar i voštar Milan Kušen – Ivanec





U davna vremena med je smatra n božanskim darom koji je poslat ljudima za sreću. Znalo se da osim hranjivih tvari ima i ljekovita svojstva, pa su ga koristili i preporučivali i osnivač medicinske nauke Hipokrat, kao i čuveni perzijski liječnik i filozof Avicena. Tijekom ljudske povijesti nazivali su ga tekućim zlatom prirode, sokom nebeske rose, čudesnim eliksirom zdravlja ...

Ne zaboravimo da se *amrita* - piće bogova iz starohrvatske mitologije; radilo se od *mlijeka*, *ječmenog soka* (od čega se pravi pivo) i *meda*. Pilo se iz čaše vjekotrajne, posude besmrtnosti. Bogovi su uglavnom pili amritu i medovinu. Bogovi hrvatske mitologije vodu su pili iz Jezera istine ili iz Potoka radosti, koju im je donosio Radovan (poslužitelj bogova) u zlatnoj tikvi (buči).

Neki od naših starohrvatskih bogova kojima je posvećen med:

*Bojana (Boja, Bojka, Slava, Slavka, Bobana)* boginja pobjede, časti, slave, mudrosti, okićena je maslinovim vijencem (simbol slave i pobjede) i lovorom. U njenu čast ratnici su običavali peći tuste volove za gozbu, a iz volovskih rogova pila se medovina. Posvećene su joj crvenooka grlica i kraljevski vivak.

*Domagoj (Domo, Dodan, Domovoj; prvi put se spominje hrvatsko ime Domagoj u Trpimirovoj darovnici)* kućni duh; zaštitnik doma, primao je u svoju čast na obiteljski žrtvenik (nakon obilnog jela i pila) medovinu i pšenična zrna.

*Koleda (Koleša, Vida, Višnja, Svaruna, Božena)* kraljica mira, nebeska carica, zaštitnica braka. Posvećeno joj je raslinje šipak, breza, rašeljka; paun, a na žrtveniku - janjci. Predaja Sunčeva naroda kazuje da svake godine na Badnjak s neba dolazi Koleda roditi dijete - mlado Sunce. U ruci rođenog djeteta zablistala je Sveta knjiga obrubljena pletenom ornamentikom, a po knjizi rasute zlatne zvijezde - bila su to najstarija slova glagoljice. Djetetu su žrtvovana tri pjetlića, tri pogače - česnice, a pšenično zrnje za česnice moralo je biti vjetrom pometeno, sitom posijano, mlinom samljeveno i medom zamiješano, te još tri mješine medovine.

*Svanimir (Svane, Svance, Svantevid, Svinimir, Zvonimir, Dajbog)* sin je svemoćnog Svaruna i uzorite Koleda, bog sunca i svjetlosti, bez njega nema života, sreće i plodnosti, vedrine ni bistrine, znanja, razuma i nadahnuća, umjetnosti i blagostanja. Čuvar je života, zaštitnik prirode, gospodar zemlje, tješitelj srca, junak nad junacima. Voljele su ga biljke, životinje i ljudi. Posvećen mu je od životinja ričući jelen, od ptica oštroidni sokol, kukac neumorni cvrčak, od raslinja cvjetni jasen i opojno smilje. Sunčevi su mu vitezovi u slavu prinosili pečene volove, tuste ovnovne, slasne pogače, a ponekad u boju zarobljenog neprijatelja. U čast Svanimirova rođenja palio se badnjak, koji se posipao zrnjem žita i zalijevao rujnim vinom, te održavale junačke igre - mune. U lijevoj ruci držao je rog napravljen od različite kovine u koje su svećenici ulijevali medovinu. Jedanput u godini skupljao se oko svetišta narod da prinese žrtvu (obično životinju) i kolač visine čovjeka posut medom poslije čega je bila gozba.

*Suđenice (Nore, Suđaje, Orisnice)* boginje sudbine. Roditelji su im darivali, za novorođeno dijete: kruh, maslo, sir i med, kako bi ih udobrovoljili.

*Trebimir (Trebun, Tribe, Tribimir, Trpimir)* bog vršidbe i roda, mlatitelj žita i hranitelj ljudi. Prinosile su se žrtve u jelu i piću. Na žrtveniku se znalo naći medovine, vine, sabaje (piće tj. *pivo od ječma*), ovnovine, prasetine. Posvećen mu je cvijet kupine.

*Vesna (Vesana, Veja, Vesnica, Većenega)* boginja mladosti i proljetne radosti. Zaštitnica je sela - vesa, odatle joj i ime. U ljeto se povlači u hladovinu u Sveti Nav, gdje s vilama pije božansku *amritu* i *medovinu*. Od raslinja posvećena joj je cvjetna breskva. Od ptica kao i božici Vlasti, posvećena joj je lastavica. To je i razlog što su u Sunčevom narodu treći mjesec poprilično dugo nazivao

Lastunjak. Od životinja posvećena joj je lisica što miriše po ljubičicama i mošusu. Od raslinja posvećena joj je cvjetna breskva

Za lipu, kao sveto drvo, u narodu se ustalio pravilo da se prilikom branja cvjetova čovjek pomoli, te da cvjetove pažljivo bere bez kidanja, oštećivanja ili rezanja grana, jer u suprotnom 7 godina neće moći brati ili uživati čaj od lipe. Mjesec lipe je lipanj, jer tada cvate, kad cvatu i tri najvažnija cvijeta – pšenica, vinova loza i maslina, od kojih dobivamo *kruh, vino i ulje*. U nekim krajevima od lipe je bio ili je još uvijek *omiljeni čaj za doručak*, ali u pravilu to je *zimski čaj kojeg tradicionalno piju s medom i dodaju mu razne rakije travarice kako bi se zagrijalo i ojačalo tijelo*.

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.

Sastojci medovine zavisio je od lokalnog ukusa, a stari autor Paladije preporučuje da se – „tri djela vode pomiješaju s jednim dijelom meda, pet sati jako miješa, a zatim tekućinu četrdeset dana i noći pustiti da stoji pod vedrim nebom“. Ako je vjerovati starim piscima, Iliri su bili velike pijanice. Ilirski kralj Gencije bio je, prema riječima Polibija, pijan dan i noć, a njegov prethodnik na ilirskom prijestolju Agron umro je nakon što se opio i zbog toga dobio pleuritis (upala porebrice).

O pićima što su ih uživali Iliri znamo prilično mnogo. Pisac poznat u znanosti pod imenom Pseudo-Aristotel govori o **izvrsnoj medovini** (hranu besmrtnosti i poslasticu bogova) što su je znali priređivati Peoni (živjeli iznad današnje Boke Kotorske). Pravila se od meda i vode posebnim postupkom što su ga i sami Grci od njih naučili (Pseudo-Aristoteles, *De mirabilibus auscultationibus*, 22, 832a.). Medovina se pila u Iliriji i onda kada se tu već uvelike sadila vinova loza, kako nam je posvjedočio bizantski pisac Priscus, koji je 448. god. putujući u pohode hunskom kralju Atili, zapazio da stanovnici Panonije piju medovinu, koju su na svom jeziku nazivali **medos** (Priscus, *Fragmenta historicorum Graecorum*, IV, 83.).

Kad je Lukul u starom Rimu pripremao svoje čuvene gozbe tada još nije bilo šećera iz šećerne repe ili šećerne trske, ipak na trpezama se našlo mnogo vrlo ukusnih i slatkih jela uključujući i jela od mesa, koja su umjesto šećerom bila zaslađena medom, jedinim sladilom koje je bilo poznato u to vrijeme.

Sir je bio stalni sastojak raskošnih gozbi u starom Rimu, bio je djelom njihova življenja - *ars vivendi*. U vrijeme kad su Rimljani izbili na Crno more, sir je na primjer, među plemenima na području današnje Bugarske služio kao - *novac*. Preteča pizze je i plosnati kolač *libum*, koji se prema Katonu sastojao od smrvljenog sira, mlijeka, pšeničnog brašna, jaja, meda i maslinova ulja (naputak/recept: slani ovčji sir (sir se treba usitniti da potpuno omekša), 1 šalica brašna, mlijeko, 1 jaje lišće lovora, pola šalice meda). Pržio se u ulju i prije posluživanja mazao medom. Ta žrtvena pogača najčešće se radila za proslavu rođendana genija Vergilija Ovidija.

Za med bismo mogli reći „živa hrana“ jer on sadrži čitav niz enzima odnosno fermenta a uz to i znatan broj vitamina, mineralnih soli, organskih kiselina, biljnih hormona te drugih tvari koji povećavaju otpornost našeg organizma.

Medovina franjevacu bilo je cjenjenije piće od vina, jer su je pripremali od meda koje su im davale njihove vlastite košnice. Med su koristili i kao zalijevanje raznih namirnica kako bi ih održali što trajnijim. Riba pripremljena na razne načine u marinadi, jedna je od odlika njihove kuhinje, jer se na taj način mogla održati i više dana.

U samostanima su se zaista proizvodile različite vrste piva, nevjerojatnih kombinacija s različitim mirodijama, travama, korijenjem, gljivama, raznim šumskim plodovima, hrastovom korom, lavandom, trešnjinim cvijetom, anisom, medom, pelinom i još nizom drugih raslinja.

O pčelama se govorilo s mnogo hvale i blagoslova, jer su imale važnu ulogu u srednjovjekovnom gospodarskom životu. Med su gurmanski fratri smatrali Božjim darom, a bio je neophodno potreban za proizvodnju medovine. Pčelinje saće hvalilo se kao osobita poslastica fratri su je cijedili s posebnim užitkom. Pčelinji vosak je bio najvažnije rasvjetno tijelo u srednjem vijeku. Veći samostan morao je imati najmanje pedeset košnica. Tada su se uzgajale divlje pčele u šupljim stablima.

Meso se spremalo u smočnicu obavijeno mrežom protiv muha i iznad tla. Slično su se čuvale i druge namirnice, zajedno s ubrusima, stolnjacima i običnim ručnicima. Sve su namirnice morale biti položene visoko i na motkama, kako bi bile zaštićene od miševa i štakora.

Sir i mlijeko je važan i ukusan dio samostanske kuhinje. Razne pripreme od sira začinjavali su raznim začinskim travama, medom i vinom te ih posluživali i kao dodatak raznim mesnim jelima, naročito mesu divljači.

U samostanima su postojale dvije kuhinje: samostanska zatvorena za redovnike i otvorena za kraljeve i druge važne goste. Jaja, sir i mlijeko, žitarice, živad, meso, divljač, med, vino, začini i začinske trave i mirodije važan su dio samostanske kuhinje. Med su nazivali božjim darom radi proizvodnje medovine i pčelinjeg voska koji je služio za rasvjetu. Divlje pčele uzgajali su u šupljim stablima, a saće su smatrali posebnom delikatesom. Cisterciti koji su došli u naše krajeve organizirali su i izgradili skladište u Senju radi lakše i sigurnije opskrbe s namirnicama i začinima. Kaša (obično zobena) je bila glavna redovnička hrana, naročito tijekom posta. Dodavanjem različitih dodataka (maslac, vrhnje, groždice med, voće ...), kašu su oplemenjivali tako da je postala jedno od poželjnih jela. Ječmena kaša s umakom od meda i vrhnja i danas bi bilo ekskluzivno jelo. Riba, koja je posno jelo, po načinu pripreme i dodacima pretvara se u sve drugo samo ne u posno jelo. Jela koja se spremaju za uvažene goste spadala bi i danas u kulinarske delicije, kao npr. divljač, gljive, kolači od šumskog voća.

Putar (maslac) se čuvao i u staklenkama širokog grla preleven 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.

Na svakoga je bila jedna glava šalatę .. močnjak z  
medicum i snęgom

Sastavni dio, bogate, „**stare**“ **zimnice**, koja je oduvijek imala važnu ulogu u obiteljskom jestveniku, jer je u njemu bilo sačuvano prirodno „blago“ je i - **med**. Većina naputaka (recepata) s medom pisana su krajem pretprošlog (19. stoljeće) i početkom prošlog stoljeća (20 stoljeće), kad se i šećer počeo više koristiti kao sladilo, i na selima.

Mnoga uputstva tj. iskustva vremenom su „ishlapila“ zaboravili smo ih tijekom vremena, koja su poznavali još naši preci s ovog područja. Zar nisu nekada ljudi (koji su živjeli uz more, ili na kontinentu) čuvali grožđe, za dulje vrijeme, u prokuhanoj kišnici (čitav grozd se stavio u prokuhanu kišnicu na trećinu, a sve zajedno u zemljanu posudu. Posuda se osmolila, začepila i odložila u podrum; ili na dugi način – da su grozdove prekrili ječmom). Jabuke i šipak (nar) su očuvali za duže vrijeme na taj način da su ih umakali u kipuću kišnicu (zar to nije – blanširanje). Dunje su odlagali u posude, prekrili mirisnim grančicama, prelili medom i ukuhanim vinom (do polovine). Svježe jabuke, smokve, šljive, kruške i trešnje, pažljivo obrane s peteljka stavljali su u med, tako da se ne dodiruju. Sok od kupine su pomiješali s vinom ukuhanim do četvrtine i stavili u posudu. Kokošja jaja čuvana u medu ostanu svježja i nakon četiri godine.

Zelen (povrće) ne potpuno zrelo odlagali su u posudu koju su zatvorili i osmolili. Rotkvice su odlagali u posudu pokriveno s bobicama mirte i prelili mješavinom meda i kvasine ili mješavinom meda, kvasine i soli. Gljive su odlagali u posude u slojevima, pokriveno piljevinom. Breskve su odlagali u dobro osoljenoj vodi – salamuri s čubrom. Masline netom ubrane odlagali su u ulje (maslinovo). Mnogo toga bi se još moglo napisati o zaboravljenom znanju i iskustvu.

Med, ljekoviti dar prirode i danas je nemoguće industrijski proizvesti. Niti jedan tehnološki postupak ne može niti približno ponoviti, a kamoli tek sintetizirati proces prerade nektara i medne rose u pčelinjem mednom mjehuru. Nema te namirnice na svijet koja bi mogla zamijeniti med.

U zavisnosti od biljnih vrsta s kojih je sakupljen nektar, med se može podijeliti na:

|                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b><i>mnoflorni ili sortni med</i></b> | <p>naziva se med od peluda kojeg su pčele sakupile pretežno na jednoj vrsti biljaka, i sadrži najmanje 80 % jedne određene vrste biljke. Kod nas u tu vrstu spadaju:</p> <p><i>bagremov</i> (boje od blijedozelenaste do blijedožute, prijatnog okusa i mirisa, teško se kristalizira i radi toga najcjenjenija vrsta),</p> <p><i>kestenov</i> (od pitomog kestena; crvenotamne boje, gorkog i pomalo neprijatnog okusa, u narodu cijenjen jer mu se pripisuju ljekovita svojstva),</p> <p><i>žalfijin</i> (ili kaduljin prijatnog okusa i karakterističnog okusa i mirisa; boje od svjetlojantarske do tamno smeđe),</p> <p><i>heljdin</i> (tamnožute boje do tamnosmeđe, specifičnog okusa i mirisa),</p> <p><i>lipov</i> (od svjetložute do crvenkaste boje jantara, u narodu najcjenjeniji zbog ljekovitih svojstva),</p> <p><i>ružmarinov</i> (svijetle boje, gotovo proziran, ugodnog okusa i bez mirisa),</p> <p><i>lavandin</i> (med zlatne boje iz Dalmacije, prijatnog okusa i mirisa),</p> <p><i>suncokretov</i> (zlatnožute boje, slabog mirisa i oštrog okusa, zbog toga što se lako kristalizira nije u narodu cijenjen)</p> |
| <b><i>poliflorni med</i></b>           | <p>med od peludna koje pčele skupljaju s više cvjetova. Takav med nosi naziv mjesta odakle je skupljen: cvjetni, livadski, šumski, planinski itd.:</p> <p><i>livadski</i> (potiče od raznih trava koje u prvom redu pripadaju vrstama djeteline; prijatnog je okusa i miris, boja mu varira od svjetložute do tamnocrvene, ali je uglavnom crvenkast; naročito je cijenjen med s planinskih livada zbog specifičnog okusa i mirisa),</p> <p><i>šumski</i> (može biti medljikovac, koji je tamne boje i oporog okusa ali je najcjenjeniji)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

Kontinentalni dio, priobalje i posebno otoci obiluju najfinijim medom od medonosnih biljaka, kao npr.:

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Bagremov med</i>  | izrazito je svijetle žute boje, blaga ugodna mirisa i okusa, lagan i ukusan. Zbog svojih osobina ubraja se u najcjenjenije vrste meda. Jakih i obilnih bagremovih paša za pčele nalazimo gotovo u svim kopnenim krajevima Hrvatske. Mjesecima ostaje u tekućem stanju i jedan je meda koji se vrlo sporo kristalizira jer u sastavu sadrži više fruktoze nego glukoze.                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <i>Dračin med</i>    | žut je ili zatvoreno žut, bez mirisa, slatka, malo opora okusa. Brzo kristalizira u krupne kristale. Kod nas je dračin med specifičan za područje Dalmacije na kojem ta biljka i raste.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>Facelijin med</i> | svijetložut je ili bijel, ugodna mirisa i okusa. Spada u bolje vrste med.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>Heljdin med</i>   | najtamniji je med među cvjetnim vrstama, vrlo oštra mirisa i okusa. Kristalizira u srednje krupne kristale, ali ne potpuno. Heljdina meda ima u vrlo malim količinama i specifičan je za područje Hrvatskog zagorja i Međimurja.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <i>Kaduljin med</i>  | kaduljin med svjetski je priznat zbog svoje izuzetne kvalitete što možemo zahvaliti još uvijek očuvanoj prirodi osobito na području velebitskih pašnjaka i škrtom kamenjaru naših otoka.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <i>Kestenov med</i>  | taman je, a tamna boja varira mu ovisno o podneblju i godini, prepoznatljivog je mirisa i izrazito karakterističnog, pomalo gorkog okusa. Tamni, malo gorkasti med koji je – kako je poznato, osobito ljekovit za želudac, crijeva i jetru. Banovina, posebno Petrinja i selo Novo Selište, poznata je i po <i>marunima</i> , jedinim u kontinentalnom dijelu Hrvatske. Ovdašnje šume najbogatije su kestenovim stablima u cijeloj Europi, što je i dokaz proizvodnje meda od kestena gotov 70 posto od ukupne količine proizvedene u hrvatskoj (i to najboljeg kestenovog meda). Pojedina stabla maruna su visoka i 20 metara s promjerom oko jednog metra. |
| <i>Lavandin med</i>  | finog je okusa i mirisa. Svjetlije je boje, proziran i bistre teksture.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>Lipov med</i>     | bistar, gotovo proziran, ugodna mirisa i vrlo blaga okusa. Lipov i bagremov i med, u narodu, smatrao se najboljim i najzdravijim medom.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>Livadni med</i>   | med sakupljen od raznog livadnog cvijeća pa mu je prema tome i djelovanje široko.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>Med od</i>        | Tamne je boje, gust je i rastezljiv poput karamele, slabog je mirisa i specifičnog okusa. Potječu najčešće iz šuma blizu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>bjelogorične medljike</i>             | Jasenovca i Siska (područja Turopolja i Lekenika) gdje obitavaju lisne i štitaste uši. Medljika se javlja u intervalima od sedam godina koliko je potrebno da se namnoži dovoljno uši za veće količine meda.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>Med od hrastove medljike</i>          | tamnocrvenkast je, gust i rastezljiv, slaba mirisa po hrastu, opora okusa, pali u grlu.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <i>Medun hrasta sladuna</i>              | desetak vrsta hrastova uspijevaju od tople mediteranske regije gdje se nalazi crnika, međunčevih toplih prisojenih brežuljaka ruba mediteranske klime i sve do kontinentalnih na Žumberku, Medvednici, Samoborskom gorju pa sve do Papuka. Dominantno mjesto kontinentalne Hrvatske i u gospodarskom smislu drže kitnjak i lužnjak. U Požeškoj kotlini na njenom istočnom dijelu, na južnim padinama povrh čuvenih vinograda Venja, Hrnjevca, Mitrovca, Kutjeva i Gradišta, preteže sladun na visinama od 200-450 mnv. Krajem lipnja i u srpnju hrast sladun odbacuje višak plodova (žirova) i na mjestu odbacivanja žira curi sladak sok (rosa) koji skupljaju i prerađuju pčele i tako nastaje poseban med tamne boje i naziva se medun ili medljikovac. Jedan je od najcjenjenijih medova i ne zaostaje kakvoćom niti od gorskokotarskog meduna jele. U pravilu svi meduni su tamni, a sladunov medun je vjerojatno i najtamniji med na svijetu. Gotovo je crne boje u teglici, a tek u tanjem razmazu pokazuje svoje zagasito smeđepurpurnu boju. |
| <i>Med od bukove medljike</i>            | ima slične ali blaže izražene karakteristike.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>Med od jelove medljike</i>            | više je cijenjen, zelenkaste je nijanse, ugodna okusa i mirisa. Spada u najcjenjenije europske medove. Skuplja se s lisnatih uši od polovine lipnja do, ovisno o klimi i specifičnom položaju, kasne jeseni. Jelove šume na području Gorskog kotara i Kapele sve do Plitvičkih jezera europska su jelova oaza.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <i>Metvičin med</i>                      | tamnocrvenkast je, jaka i oštra slatkokisela okusa. Poslije vrcanja brzo se kristalizira i mijenja boju u tamnožutu.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <i>Planičin med</i>                      | žut je, gorka okusa. Planika je rasprostranjena u Sredozemlju, a u nas posebno uspijeva na Pelješcu.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <i>Primorski med od samoniklog bilja</i> | nektar kojeg pčele sakupe s različitog bilja koje istodobno cvate: vrijesak, lovor, mravinac ili origano, mažuran, divlja riga ili dvoredac, miloduh, drača, nar i čitavog niza drugog bilja.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>Repičin med</i>                       | svijetložut je, specifičnog okusa po ulju. Nakon vrcanja odmah se kristalizira jer sadrži puno cvjetnog praha (peludi).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|                        |                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Ružmarinov med</i>  | svijetao je, proziran i bistar, bez mirisa, ugodna i blaga okusa. Nakon vrcanja pretvara se u fine sitne kristale. Kristalizacijom med ružmarina postaje potpuno bijel.                                                                    |
| <i>Suncokretov med</i> | jantarnožut je, slaba mirisa po biljci, slatka do malo trpka okusa. Poslije vrcanja brzo kristalizira u krupne kristale i stvrdne. U nas uspijeva u Slavoniji.                                                                             |
| <i>Vrbov med</i>       | u tekućem je stanju zatvorenožut s malo zelenkasta preljeva, okusa vrbova soka. Čim se izvrca, kristalizira u sitne kristale i poprimi sivkastu boju.                                                                                      |
| <i>Vrijeskov med</i>   | žut je do tamnožut, mutna izgleda, slaba mirisa, ugodna specifična okusa. Kristalizira se nakon 2 - 3 mjeseca. Vrijeska ima na priobalnom području i otocima, području Gorskog kotara, Like (okolica Gospića), oko Duge Rese i na Kordunu. |
| <i>Zlatošipkin med</i> | crvenkastobakrene je boje, vrlo ugodna te prepoznatljiva okusa i mirisa.                                                                                                                                                                   |

Gorsko kotarski med, istarski med i vinodolski med (med od kuša, vrijeska, cvjetne vrećice lavande), zbog svoje priznate kvalitete i na inozemnim izložbama tj. ocjenjivačkim smotrama, trebali bi dobiti i zaštitu autohtonog proizvoda što i zaslužuju.

Med s područja Ravnih kotara, a posebno Bukovice spada u najkvalitetniji med. Najčešće je miješan od kadulje i drače, koje cvatu istovremeno, od vrisa ili livadni, od bezbrojnih medonosnih biljaka kamenitih krških livada.

„Od trenutka kada pčele nestanu, čovječanstvu će ostati još četiri godine života“ – rekao je jednom prilikom Albert Einstein, čuveni fizičar i nedvojbeno jedan od najblistavijih umova u povijesti čovječanstva. Ova apokaliptična izjava temelji se na činjenici da pčele u čarobnom krugu života na Zemlji svojim postojanjem omogućuju opstanak nizu biljaka koje su sukladno prirodnom ciklusu, bitne za život nekih drugih organizama ili životinja. Nestanak pčela znači nestanak tih biljaka, a njihov pak nestanak ugrožava opstanak niza drugih biljaka i životinjskih organizama – sve do čovjeka.

Nestanak, pomor, pčela, koji se događa tijekom zadnjih desetak godina, možda je i poziv na uzbunu.

Da li je poljoprivredno tlo kroz desetljeća korištenja već u potpunosti zagađeno, da li su pesticidi za koje i ne znamo i GMO nanijeli nepopravljivu štetu pa se hranimo – otrovom, da li je opće zagrijavanje koje predstavlja sve veću opasnost za žive organizme, posljedica kojoj je glavni uzročnik – čovjek.

Utrka za zaradom dovela nas je do tragičnih posljedica – neslaganja s prirodom i poremećaja prirodne ravnoteže.

Kristalizacija meda je proces preobraćanja meda u kristalno stanje. Naziv „ušećerivanje“ je nepravilan i pogrešno se koristi. To je prirodan proces kod kojeg se med ne mijenja i zadržava sve osobine.

Želite li kristalizirani med vratiti u prvobitno tekuće stanje, polako ga zagrijavajte u mlakoj vodi, nikako u vreloj ili ga direktno zagrijavati.

Nije svejedno ni kako s medom postupamo u kuhinji. Može se čuvati u posudama od keramike, drva, stakla, i plastike koje moraju biti testirane za prehrambene proizvode. Na temperaturi od 10 °C može se čuvati tri (3) godine bez opasnosti da izgubi svoje kvalitete.

Žlica za meda trebala bi biti drvena, plastična ili od sedefa (kao i za kavijar), jer med u dodiru s metalom gubi svojstva.

Med se stavlja u zimnicu umjesto šećera. Osim toga, namirnice: grožđe, orasi, lješnjaci i bademi, zaliveni u med izvrsno se čuvaju bez posebne obrade. Stari način pripreme kompota je i korištenje meda, tj. njime se zasladio vinski ocat i zasladila rakija.

## Što nam govore naši povijesni izvori o medu

Novigradski zbornik (Novigradski zbornik 1551.-1553.) razlikuje po pripadnosti tri vrste šuma: privatnu – *il bosco* (čl. 30), zajedničku pojedinoj seoskoj zajednici – *il bosco comune d`una villa* (čl. 46) i opću šumu – *bosco comune* (čl.43), onu izvan područja seoskih zajednica. Te su posljednje šume bile državna svojina – *ius regule* – vladara ili onoga, komu bi ih pojedini vladar poklonio.

Po čl. 46. Novigradskog zbornika spominje - pčele litalice. Divlje ili ničije, koje bi se smjestile u koju kamenu duplju ili deblo stabla u šumi seoske zajednice, kojoj je ta šuma pripadala, nije smio uhvatiti, sebi prisvojiti i u svoju korist upotrebiti na bilo koji način. Sve takve pčele bile su svojina i pripadale su seoskoj zajednici na području koje su se nalazile, i ona je njima zajednički raspolagala.

.....

U šumama koje nisu pripadale seoskoj zajednici mogao je svatko po volji hvatati lutajuće pčele, njima se služiti i koristiti; dapače mogao je prirodne duplje u kamenu ili stablima umjetno urediti i pripremiti, tako da u njih lakše uđu pčele. .... Rojeve, koji bi u te šupljine ulazili, Novigradski zbornik zove važnim, sigurno prastarim nazivom *prilip* – priljep, ..... svatko je morao uređene šupljine i označiti, jer u Novigradskom zborniku stoji, da „ne može biti onoga, koji samo označi, nego onoga, koji potpuno uredi“. Obično se stavljao znak križa ili pentagrama (takav običaj se najdulje zadržao u okolici Siska).

To pripremanje šupljina za pčele moglo se i moralo vršiti jedino i samo na svetkovini sv. Jurja (23. IV.), i to *poslije izlaza sunca*. ...i ovaj običaj seže u daleku prošlost; svetkovina sv. Jurja zamijenila je onu pogansku štovanja prvog dana proljeća. ....inače je poznato u raznim hrvatskim krajevima, da su za Jurjevo povezani također i drugi razni magijski čini u odnosu na pčele (1)

Pčele, koje uđu u jednu tako pripremljenu i uređenu šupljinu, zvanu *prilip*, bile su, i one i med, vlasništvo i na raspolaganje onoga, koji je tu šupljinu uredio na Jurjevo poslije izlaza sunca; i od toga dana dalje pa sve do idućega Jurjeva. Svatko tko je imao takav *prilip*, morao je do toga roka isprazniti med i pčele. Ako ne bi to učinio, ta šupljina i *prilip* bio bi onoga, koji bi prvi došao idućeg Jurjeva poslije izlaza sunca i uredio tu šupljinu.

Šume uopće, a pogotovo one seoskih zajednica, bile su njihovo važno proizvodno sredstvo. Pružile su im drvo za ogrjev, građevni materijal, kao i onaj potreban za razne poljodjelske i kućne sprave. Od osobite koristi bile su hrastove i bukove šume, kojih je u Srednjem vijeku u Hrvatskoj bilo mnogo i posvuda, pa i na Primorju, zbog žira potrebnog za prehranu mnogobrojnih svinja (2).

Legenda nam kazuje, da se barun Franjo Trenk, slavonski pustolov, ženskar i ispičutura, komandant pandura, lickao pred ogledalom kao mlada šiparica. Neki autori su zabilježili da je lice prao rakijom, zatim njegovao pomadom od pčelinjeg meda i nekog mirisnog ulja.

Navodno je Napoleon ubrajao svijetli med s **otoka Šolte** među najbolje vrste (najčistiji okus, najljepša svijetla boja i sirupasta-tekuća konzistencija). Bašćanski med (otok Krk) zahvaljujući iznimnim prirodnim preduvjetima, jedan je od najboljih te vrste na našim prostorima.

Maschek\* navodi da je 1869. god. u pokrajini bila 10.251 košnica pčela, što je bilo manje nego u prethodnom razdoblju. Sudeći prema broju košnica, čini se da je tada pčelarstvo bilo razvijenije u općini Vrgorac, a potom u okolici Vrlike i na otoku Pagu. U sinjskom kraju pčelarenje obavlja „barbarski”, a da je tada poduzeta akcija za racionalno obavljanje te djelatnosti uspostavom uzornog pčelarnika uz uporabu najboljih, suvremenih košnica, nabavu odnosnih instrumenata, te sadnju/uzgoj šumskog bilja za ispašu pčela. Za šoltanski med Maschek kaže da je „najpoznatiji u čitavoj pokrajini”, a Šoltani su mu pridavali zasluženu pozornost, jer su od meda i voska stjecali znatne prihode. Tim medom se nije mogao uspoređivati nijedan od onih dobivanih u pokrajini, nego jedino onaj iz Španjolske. To ga je ponukalo da se naširoko osvrne na povijest šoltanskog pčelarstva, još od rimskih vremena, svrstavajući njegovu kakvoću među one najbolje u Europi. Budući da su pčele imale za ispašu bilje izvrsne, mirisne kakvoće, to je i ovdašnji med, kaže, posjedovao mnoga ljekovita svojstva. Žali se jedino na činjenicu što je prethodnih pedesetak godina na otoku bivalo do 3.000, a tada (1875.) je bilo ondje jedva 400 košnica. Veliku nadu polagao je u netom osnovani Pčelarski konzorcij.

Maschek prikazuje razvitak gospodarstva Dalmacije kroz vjekove, ukazujući na njegove najznačajnije grane. Naravno, to se u prvom redu odnosi na poljodjelstvo kao zanimanje najvećeg dijela stanovništva pokrajine, a potom na pomorstvo i ribarstvo).

\*(Carski savjetnik i upravitelj pri Pokrajinskoj vladi u Zadru, Alois (Luigi, Vjekoslav) Maschek, vrlo cijenjeni upravni stručnjak, član bezbrojnih znanstvenih udruga u Austro-Ugarskoj, Italiji i drugdje, napisao je djelo u sedam svezaka „Priručnik“ (Manuale del Regno di Dalmazia). Tiskana od 1871. do 1877. godine u Zadru (u tiskari koja u vodila Marina Battara, rođena Anić, od 1817 do 1823. kada je predaje na vođenje sinovima).

## BILJEŠKE:

1. tako da pčele pri rojenju ne odlete daleko od pčelinjaka, uoči Jurjeva na njega se stavlja svrdao. U Hercegovini u istu svrhu na Jurjevdan prije izlaza sunca nose kantar oko pčelinjaka. U Gospiću protiv uroka pčela, uoči Jurjeva objesi se za vjenčanicu i prvi rožnik do vrata komad ruha obješenika. Da se zaštite pčele od lupeža, odsiječe se zmiji glava na Jurjevo i skupa sa tri zrna konoplje zakopa u zemlju. K tomu u Gospiću da nitko po noći ne uzmogne približiti se pčelama, uoči Jurjeva zakopaju se pred pragom pčelinjaka tri pčele i izmet kuje. – Magije u pčelarstvu, K. Kajić.

2. iz kartulara (zbirka rukopisa, dokumenata o posjedu samostana, kaptola i sl.) sv. Petra /neposrednom susjedstvu Splita/ iz 11.-12. stoljeća neki Ludin, koji je vjerojatno bio iz današnjih Srinjina u Poljicama, okrao je Splicićanina Petraca, i pri nagodbi Petrac mu oprosti dva roba i 300 svinja. Toliki broj svinja pretpostavlja obilje svinjske šumske hrane, paše i žira.

## Kuharska knjiga čakovečkog dvora

Na čakovečkom dvoru hrana je začinjena raznovrsnim začinima, kao npr.: *cimet, karanfilić, muškatni orah, đumbira* ..... sve do papra. Začinjava se sve – meso, riba, voće, juhe i „luksuzna pića“. U kuharici spominju trideset i pet začina, a *papar, kadulja, estragon, anis, kim, muškatni oraščić, đumbir i šafran* samo su neki od njih. Uvozili su skupocjene začine kao što su: *papar de gauro, jungiber, klinčac, oriškov cvit, mendule ambrozin i datali indijsk*. Sol se koristila za konzerviranje mesa ili ribe i za davanje okusa žitaricama ili mahunarkama. Na čakovečkom imanju pronađeno je sto sedamnaest grumena soli vrijednih šest tisuća trinaest funti.

Za slađenje se koriste *melasa i med*, kao što je *saća meda od smreke*, a šećer se spominje samo u jednom receptu *Kako dobro pripremiti piškote kao sitno drobljeni šećer*.

Neka od jela iz knjige *Kuharske knjige čakovečkog dvora*:

### *Kupus na talijanski način*

Uzmi talijanskog kupusa, razreži ga na komade, zakipi u čistoj vodi, a zatim iscijedi tu juhu. Ako ga hoćeš kuhati s janjetinom nju skuhaaj posebno, ocijedi i pristavi zajedno s kupusom, dodaj papra i lijepe masne slanine pa dobro skuhaaj, tko hoće može staviti i šafrana i bit će dobro. Sa svinjskom gubicom i lijepom slaninom radiš na isti način. Na obični ili slatki putar metni kovrčavoga plavoga zelja, meda i papra. U posne dane dobro je i s uljem. U obične dane možeš pripremiti s gubicom, janjetinom, slaninom.

### *Jelen ili srnetina kuhana u crnoj juhi*

Ako je meso lijepo sirovo operi ga u octu. Potom ocat procijedi kroz sito, naliij vode i vina koliko je dosta, dodaj prženog kruha, jabuke i luka pa jako skuhaaj. Protisni zajedno s medom i natopi meso. Dodaj badema, grožđa iz melase, papra, šafrana, đumbira, klinčića. Bademe možeš rascijepiti lijepo dugačko i tako ih staviti unutra. Ako bi meso bilo slano a ako ne bi bilo dovoljno krvi uzmi pulpe kuhanih šljiva i procijedi je kroz sito pa je dodaj.

## Torta Zrinski\*

Sastojci: 20 dag brašna, 5 dag maslaca, sol, malo mlake vode, 1,5 kg samljevenih badema, 15 dag meda, 2 dl ružine vodice, 1 l mlijeka.

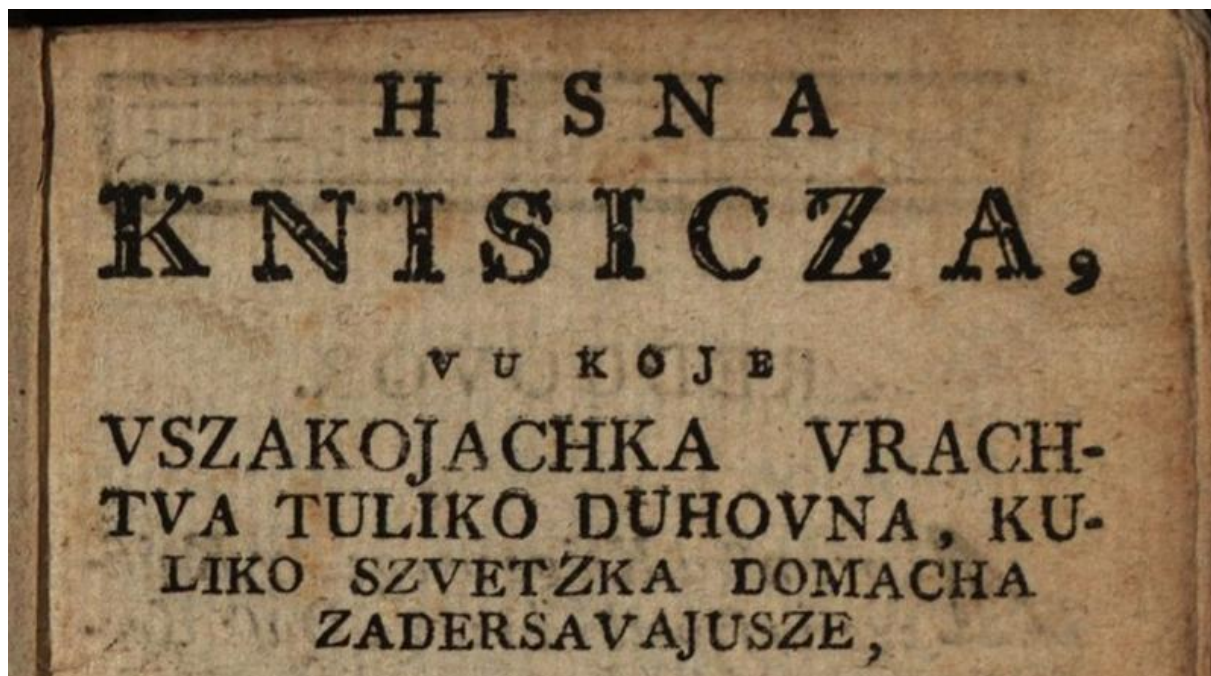
Od brašna, maslaca, soli i malo vode napravite meko tijesto, dobro i dugo ga promijesite, i razvucite na tanko. Oblikujte, izrežite 8 kora. Mlijeko stavite da zakipi, u malo ohlađeno stavite med i dobro razmiješajte, dodajte samljevane bademe, ružinu vodicu i prokuhajte na laganoj vatri. U namazani lim slažite kore i svaku prelijte smjesom. Tako redom dok sve ne utrošite. Stavite u zagrijanu pećnicu na 170 °C i ispecite.

---

\*Prema knjizi recepata (naputaka) grofa Nikole Zrinskog (slavonski ban; Čakovec, 1.I.1620 – Kuršunački lug, kraj Čakovca, 18.XI. 1664.; poginuo u lovu kad ga je smrtno ranio vepar). Ubraja se među vodeće barokne pisce na *mađ.* jeziku; spjev *Adrijanskoga mora sirena*, 1651).

---

Za divjin medom i kobilicami žitek je



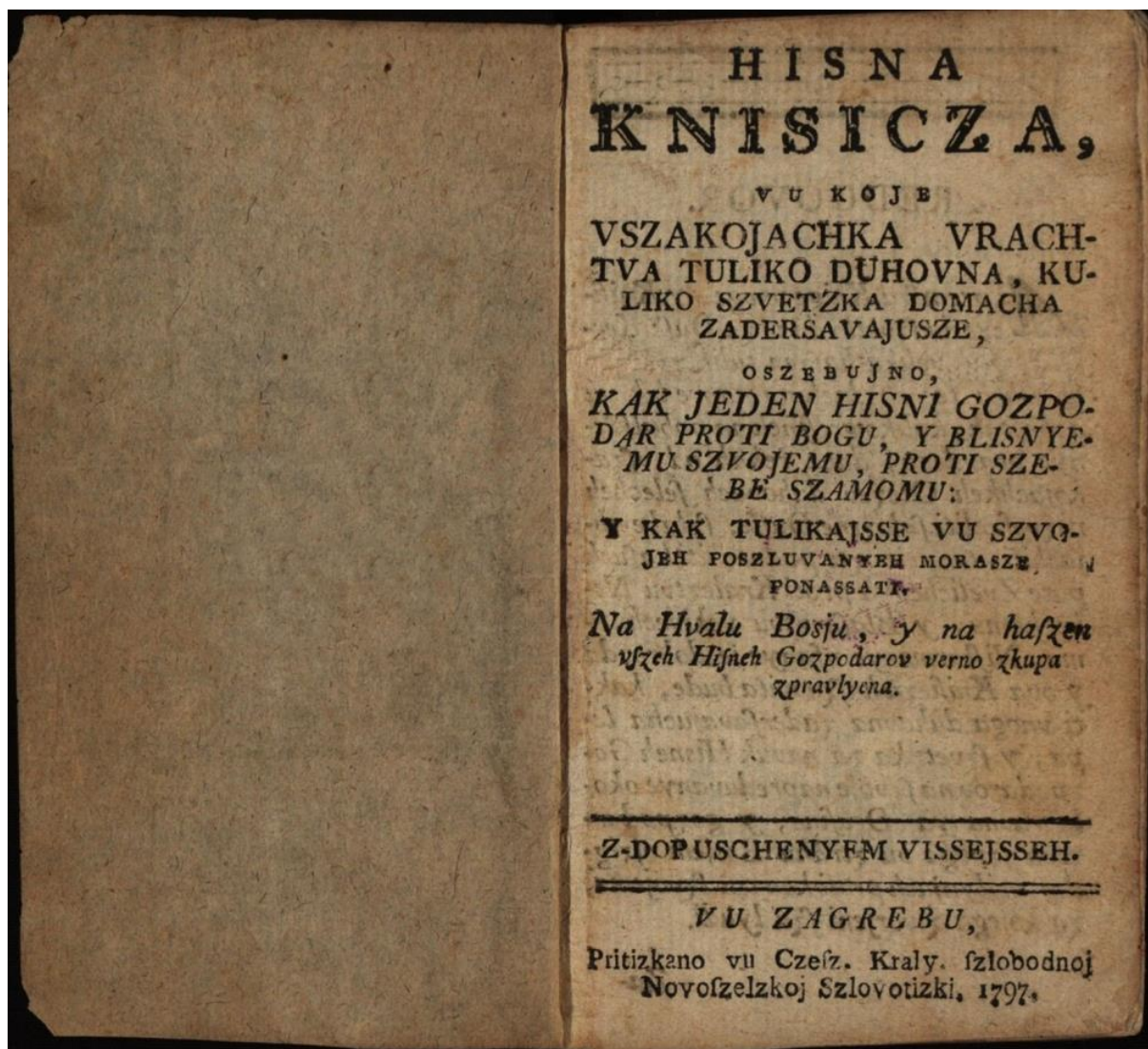
*Hiszna knisicza – Hižna knjižica*

Za najstariju hrvatsku publikaciju u kojoj je opisan rad s pčelama smatra se Hižna knjižica napisana kajkavskim jezikom. Donedavno, prema pčelarskoj literaturi, smatralo se da je stara 260 godina i taj podatak koristimo u obilježavanju naših obljetnica. No, upravo je rad oko obilježavanja obljetnica doveo do novih saznanja. Nakon dodatnih provjera vjerojatno ćemo kao godinu prvog izdanja bilježiti 1743., a ne 1756. kao dosada.

Knjiga je izdana u Zagrebu a za pčelarstvo je značajna jer je to najstarija hrvatska publikacija u kojoj se u dijelu XIII. u 27 točaka, na 4 stranice, daju kratke upute za rad oko pčela. Dio XIII. ima naslov: Gospodar Hise kaj mora obdersavati za napreduvati vu pchelah. Napisana je na kajkavskom jeziku, pa otuda i naziv Hiszna (hižna) knjižica (hiža – kuća). U Monografiji Pčelarskog društva „Zagreb“ izdanoj 2006. godine navodi se tek postojanje hižne knjižice, no u međuvremenu je knjiga bibliotekarski obrađena, digitalizirana i trajno se čuva u Knjižnici grada Zagreba. U pčelarskoj literaturi navodi se, prema istraživanju akademika Ive Tomašeca i prof. Milana Šlezića (posjedovao je III. izdanje iz 1797.), podatak da je I. izdanje iz 1756. godine, no prema sada dostupnoj bibliotekarskoj obradi 1756. je izdano II. izdanje što znači da je knjiga još starija, odnosno da ćemo ubuduće njenu obljetnicu korigirati za 13 godina, jer je prema bibliotekarskoj obradi iz 2011. godine navedeno kao prvo izdanje, izdanje iz 1743. godine.

Knjiga je bibliotekarski obrađena i digitalizirana 2011. godine, uz potporu Ministarstva kulture i Gradskog ureda za obrazovanje, kulturu i šport Grada Zagreba, u sklopu Knjižnica grada Zagreba gdje se i čuva pod naslovom: *Hisna knisicza vu koje vszakojachka vrachtva tuliko duhovna, kuliko szvetzka domacha zadersavajusze, oszebujno, kak jeden hisni gozpodin proti Bogu, y blisnyemu*

*szvojemu, proti szebe szamomu: y kak tulikajsse vu szvojev poszluvanyeh morasze ponassaty.* Ne može se iznositi izvan prostora knjižnice. U katalogu se navodi da je knjiga doživjela četiri gotovo istovjetna izdanja, a sva su tiskana u zagrebačkim tiskarama (1743., 1756., 1783. i 1797.) i to u nakladama većim od tisuću komada po izdanju što dovoljno govori o njenoj popularnosti. Knjiga sadrži različite upute za život: tumačenja osnova katoličke vjere i kalendara, zdravstvene, veterinarske, gospodarske i kuharske savjete.



*Najstarija hrvatska publikacija u kojoj se u dijelu XIII daju kratke upute za rad oko pčela. Na slici je četvrto izdanje koje se čuva u ustanovi Knjižnice grada Zagreba*

U svom gospodarskom dijelu Hižna knjižica je kućni priručnik sa savjetima korisnim za seosko domaćinstvo. Interesantno je i to da je rad oko pčela izdvojen kao posebna cjelina, dio XIII. U navedenih 27 točaka daju se savjeti o: zaštiti ondašnjih košnica od atmosferilija, smještaju i orijentaciji pčelinjaka, veličini leta, matici, pristupanju pregledu košnice, rojenju, podrezivanju saća, značenju i sprječavanju tuđica.

Mr.sc. Nenad Strižak

## Zamjena šećera medom

Umjesto šećera može se koristiti i med, i tko to želi, tada mora otopinu raditi na ovaj način:

1. Pripremiti ga kao i med za kompote od marelica po IV. načinu (na 1 kg voća, 0,50 kg meda i 2 dl vode),
2. Dva dijela meda pomiješajte s jednim djelom vode, smjesu prokuhajte i 2 – 3 puta procijedite kroz vlažno gušće platno, ili stavite u smjesu komadiće papira za procjeđivanje (iz ljekarne ili trgovine), kuhajte dok se od tog papira ne naprave sitna vlakna, zatim odmaknite posudu s vatre, i kad se otopina malo ohladila, procijedite je kroz laneno platno (o.a., danas nema više ni lanenog platna). koje je prije toga namočeno u kišnicu (meku vodu) ili bistru riječnu vodu.
3. Zagrijavajte med „istiha“ - polagano do ključanja, i na svaki kilogram meda dodajte čašu mlijeka (2 dl), nastavite kuhati, i tijekom cijelog vremena obirajte pjenu s površine. Posudu skinite s vatre, kad je gotovo, i u nju umočite 3 do 4 puta usijano željezo (mašica – 1. lopatica s dugom drškom za vađenje žara i luga (pepela) iz peći; 2. dvokrako metalno pomagalo za razgrtanje i hvatanje žeravice), dodajte na svaki kilogram meda po dvije žlice konjaka i dobro promiješajte, i kad se sve ohladi procijedite kao i u prvom slučaju kroz laneno platno.
4. 1 žlica šećera zamjenjuje pola ili tri četvrtine žlice meda. Za svaku žlicu šećera koju ste zamijenili treba smanjiti količinu tekućine za jednu četvrtinu žlice. 1 šalica šećera zamjenjuje 2/3 ili do ¾ šalice meda.

Za *vrtne i šumske jagode, maline, ribizle i ogrozd* uzmite na 1 kg voća 4 čaše meda (1 čaša 2 dl). Vode ne treba dodavati. Kuhajte svako za sebe na isti način kao što se svako za sebe kuha u šećernoj otopini.

Za *jabuke, breskve, marelice, kruške i drugo voće*, uzmite istu količinu meda kao i za ukuhavanje u otopini od šećera za svako voće. Med razblažite s toliko vode koliko je njegova težina i voće kuhajte dok ne omekani, da se može slamkom nabosti. Nakon toga izvadite ga iz medne otopine, stavite u pliću posudu razmaknuto jedno od drugog, da se ne zalijepi, i posušite u pušnici ili peći. Za to vrijeme ukuhajte otopinu, prosušanim voćem napunite staklenke i prelijte rastvorom.

## O medu – časopis Obitelj

Ilustrovani tjednik „Obitelj“ stoji 3 Din po broju. Pretplata 30 Din na tri mjeseca, za inozemstvo 4 dolara godišnje. Pretplata se plaća unaprijed. Rukopisi se ne vraćaju. „Obitelj“ izdaje Konzorcij Kuća Dobre Štampe. Za izdavača i uredništvo odgovara Dr Josip Andrić, glavni urednik „Obitelj“ Zagreb, Trenkova 1. Adresa uredništva i uprave Obitelji: Zagreb, Trg Kralja Tomislava 21. Telefon 54-17. „Obitelj“ se tiska u Tiskari Narodnih Novina u Zagrebu. Za tiskaru odgovara V. Kirin, Deželićeva ul. 2.

Internet: [ARCHIVE.ORG](http://ARCHIVE.ORG)

Sadržaj tjednika obuhvaća novosti i zanimljivosti iz svijeta, kratke novele, priče, križaljke, oglase, šale i dio koji daje domaćicama uputstva u kulinarstvu kao: *Tjedni kalendar dobre domaćice* (jelovnik) i *Dobar tek* – recepti.

Tjednik je izlazio od 25. prosinca 1928 (1. broj) do 31. prosinca 1944 (br.22/24).

### OBITELJ br. 14 (3. travnja 1932)

Carigradska torta.

Uzmi 2 duge oblate i obloži ovom smjesom: Uzmi 20 dkg isjeckanih oraha, 18 dkg šećera, malo čokolade i kore od limuna i sve izmiješaj. U jednoj posudi stavi 10 dkg meda, dobro ugrij na vatri i u to dodaj 1 bjelanjak u snijeg i pomalo gornju smjesu sve skupa dobro na vatri promiješaj. Za neko vrijeme digni s vatre i razmaži po oblati. pokrij s drugom oblatom, a ozgo nekoliko knjiga, onda reži. To može dugo ostati svježe.

## **OBITELJ br. 29 (17. srpnja 1932)**

MED.

Poznata je velika vrijednost meda kao hrane i kao lijeka. Med osobito potpomaže probavu, te je za stvaranje krvi od neprocjenjive vrijednosti. On je veoma okrepljujuće sredstvo za slabunjavu djecu a isto tako za stariju čeljad. Osim toga ima u sebi antiseptično svojstvo, te je stoga izvrstan lijek proti različitim bolestima. Gust med je veoma dobar za povijanje rana, jer djeluje da rana brže zaraste. To dakako, ako je med pravi i nepatvoren. Pravljeni se poznaje kemičkom analizom. Ali i običnim putem možemo to postići, ovako: U bocu od 1 l uspe se 1 dl meda, 2 dl vode i 4 dl vinskog špirita. To se dobro promućka i ostavi na miru barem jedan dan. Opazimo li poslije toga na dnu boce talog, onda znači, da to nije naravni pčelinji nego umjetno napravljeni med. Među vrstama od raznog cvijeća osobito se cijeni lipov, koji u mjesecu lipnju pčele sabiru. Mnogi, koji se bave medom, često su u neprilici, kako da se med prenosi. Za to se najbolje upotrebljuju limene posude, koje se moraju hermetički zatvoriti. K tome se za to upotrebljava smjesa pčelinjeg voska i kolofonija. Ovo se sve u jednakoj količini rastopi na vatri. Dok je rastopina vruća, njom namažemo posudu u sastavku sa poklopcem.

## **OBITELJ, br. 49 (4. prosinca 1932)**

Kolač od meda.

Uzmi 15 dkg sitnog šećera, šest žumanjaka te miješaj pola sata, dok ne bude gusto. U to metni 15 dkg meda zajedno s 15 dkg oraha, 15 dkg brašna, cimta, limunove kore, pol omota praha za pečenje, 2 žlice ruma, a na koncu snijeg od 6 bjelanjaka. To se peče u tepsiji namašćenoj gušćjom mašću ili maslacem.

## **OBITELJ br.50 (11. prosinca 1932)**

ZALIHA VOĆA ZA ZIMU.

Dok još ima na trgovima svježega voća, dobro je, da se nabavi za kuću, tko to već prije nije učinio. Grožđa se ove jeseni neobično dugo držalo na tržištu, a sada prevladavaju jabuke i orasi. Kad ih kupimo, treba znati, kako da ih spremimo, pa evo da o tom nešto reknemo.

Jabuke se spremaju tako, da se smjeste na suho i hladno mjesto, koje se dobro da zračiti. Po mogućnosti neka to bude tamna prostorija. No još prije treba da se jabuke »iznoje«, pa ih ostavimo negdje vani (na pr. na balkonu) na krpi. Zatim ih razvrstajmo i odstranimo one, koje se počinju kvariti. Treba ih poslagati na policu na gusto nasutim komadićima papira tako, da se jedna druge ne dotiče,

a na koncu se pokriju papirom, da na njih ne pada prah. Dobro je, ako se prigodom toga slaganja svaka jabuka obriše krpom ili flanelom. Svakih se 10 dana tako spremljene jabuke moraju pregledati. — Ako nemamo nigdje zgodne prostorije, u kojoj bismo ih tako poslagali, možemo ih spremati u košaru, koja je obložena suhim papirom, pa se svaka jabuka umota u papir i stavi u košaru sa stapkom prema dolje (kruške naprotiv sa stapkom prema gore). Kad su jabuke tako poslagane u košaru, prekrije se ona suknom ili platnom, kroz koje može prodirati zrak. Tako spremljene jabuke mogu da izdrže do Božića, pa još i duže, ako se tada pregledaju te iznova omotaju i poslažu. — Jabuke se mogu također spremati u suhom pijesku. Ne može se preporučiti, da se jabuke spremaju u prozor, jer su tu previše na svijetlu i toplini, pa dozrijevaju, suše se i brzo sčvrknu. Dobro je međutim jabuke spremati i u škrinju u suhu drvenu blanjevinu, pa se njom odozgo prekrije.

Spremanje voća u medu. Potpuno zdravo voće natare se medom, poslaže u staklenke i zalije hladnom rastopinom meda dodavši šećera nagusto skuhanog u vodi. Te tekućine mora biti za prst više, nego što seže voće u boci. Tako spremljeno voće dobiva poseban fini aromatičan tek, no što je glavno, voće se tako izvrsno konzervira, a da se ne sterilizira. Med i šećer nije kod takvog konzerviranja voća nipošto ututanj potrošen, nego će, kad se voće izvadi-, i te kako djeci ići u tek, ako se njime namaže kruh.

Orasi se spremaju u kamene posude. Lonce treba prije na štednjaku dobro osušiti, ii tek onda se u njih slažu orasi, koji dakako moraju biti zdravi i neoštećeni. Posuda se dobro pokrije tanjirom ili drugim kakvim poklopcem, koji je dobro pokriva, a zatim se zakopa dosta duboko u zemlju u vrtu.

Šljive se mogu slično spremati kao i orasi, samo treba paziti, da sa šljive ne bude obrisana njena modrina. Tako su spremljene šljive i o Božiću svježe, kao da su tek ubrane u vrtu.

### **OBITELJ br. 16 (16 travnja 1933)**

Uskrsni kolači od oraha.

Priredi lisnato tijesto (butterteig) razvaljaj i izreži pačetvorine 20 cm dugačke i nešto uže. Te izrezane komade napuni smjesom priređenom od oraha, ruma, rozina, malo meda, cimta i vrelog mlijeka, te zamotaj po duljini da ostane dva prsta široko. Kolače složi u tepsiju, koju prije poškropi vodom, i peci naglo. Pečene pospi vanili šećerom.

## **OBITELJ br. 52 (24. prosinca 1933)**

Paprenjaci.

Metni na dasku 50 dkg mekanog brašna, jedno cijelo jaje, 20 dkg masti, 25 dkg meda, 8 dkg šećera, 12 dkg samljevenih oraha, bibera, cimeta, malo soli, naribane limunske korice, te pol žlice sode bikarbone. Iz toga umijesi tijesto, razvaljaj pol cm visoko i izbadaj okrugle paprenjake. Namaži ih protućenim bjelanjcem, a u sredinu metni polovicu oraha.

## **OBITELJ br. 38. (23. rujna 1934)**

### **DOBRI KOLAČI**

Za blagdan i nedjelju svatko voli da ima dobrih kolača, pa makar bili najjednostavniji. Kolači moraju biti ukusni i dobro probavljivi. Nije dobro pretrpati kolače svaćim, pa da budu teže probavljivi. Napraviti dobre kolače je velika vještina, koja je ponos svake domaćice. Najčešće se peku kolači s kvasom (germom).

Važno je brašno. Dobro je miješati glatko tijesto s grisastim, jer glatko čini tijesto razvlačivim i tijesto se od njega načinjeno toliko ne suši. Maslac ili mast treba tući prije, nego je metnemo u tijesto. Svježi maslac je malo izdašan, izdašniji je prekuhani ili pomiješani s mašću. Tko ne podnosi miris maslaca u kolaču, neka umijesi tijesto ili dobrom (gušćjom) mašću, vrhnjem i mlijekom, pa će kolači biti sipki i ukusni.

Tijesto treba dobro umiješati, da u nj dođe zraka, koji je za kvas potreban. A osim toga se tako razdijele sve sastavine po cijelom tijestu, koje tim postaje svuda jednako porozno.

Kad je tijesto ukislo, načinimo kolač, koji onda još ostavimo, da neko vrijeme stoji, da nabuja, a tek tada ga pečemo.

U prevrućoj pečenjari tijesto puca i zagori, a u premalo toploj se suši, a ne peče. Dobro je, kad kolač pečemo, s vrha ga navlažiti, da ugljična kiselina može izlaziti iz njega, jer tijesto tim nabuja.

Vreli kolač možemo premazati mlakom vodom pa ga iznova metnuti u pečenjaru. Šećer se tada mijenja u karamel, a kora dobiva lijep sjaj. Dok se kolač peče, nije dobro otvarati pečenjaru često, da ne ohladi te da se kolač jednako peče.

Tepsiju ili oblik, u kojem pečemo kolač, treba prije, nego u nj stavimo tijesto, namazati mašću ili maslacem, da kolač odozdo dobije krhku koru i da se lako da izvaditi.

U jaje, kojim pravimo tijesto, dodajemo malo mlijeka, jer tim kolači postaju krhki.

Kolači se pune makom, orasima, pekmezom, grožđicama itd.

Mak se prije pirjani s malo crne kave. Dodaje mu se meda, šećera, zgnječene šljive bez kožice, grožđica, cimeta i vanilije. Mjesto meda može biti i malo malinova soka ili kompota. Tim dobiva mak izvrstan ukus. Može se mak miješati i s jabukama. Fino samljeveni mak se kuha s oguljenim narezanim jabukama, pa kad se sok iz jabuka ispari, dodajemo šećera i limunove korice.

Ako kolač punimo orasima, sameljemo 12 dkg očišćenih oraha, pomiješamo sa 3 žlice vrhnja, dodamo žlicu ruma i malo tučene narančine kore. Tko voli cimeta, može i njega pridodati. Isto tako i grožđica.

Grožđicama se puni kolač tako, da nasjeckane grožđice časak pirjanim sa šećerom, cimetom, žlicom bijela vina i limunovom korom.

Dobar kolač za blagdan

Miješaj 20 dkg maslaca sa 4 žumanjka, pa to primiješaj u 1 kg brašna. Dodaj šećera, soli, mlijeka i 2 1/2 dkg u mlijeku raskvašena kvasa (germe). Načini čvrsto tijesto, ali da se dobro razvlači. Razdijeli ga na četiri hljepčića i svaki pusti, da naraste. Tada svaki stavi u posebnu namašćenu tepsiju i rukom ga raširi po cijeloj tepsiji, da tijesto bude svuda ravno. S kraja namaži jajetom. S vrha pospi jedno tijesto priređenim makom, drugo grožđicama ili orasima (može biti mjesto toga i sir), treći pekmezom, a četvrti jabukama. Kad su svi pečeni, stavi jedan na drugi i reži kao tortu.

## OBITELJ ilustrovani tjednik br. 41 (10. listopada 1937)

### MED KAO LIJEK

Kod plućnih bolesti, prsnih grčeva, bacanja krvi, tjesnogrudnosti, kao i inače kod kašlja — izdubi rotkvu ili povrtnicu, napuni je medom, zatim postavi ravno u lonac i ispari valjano nad vatrom. Ovo je iskušano sredstvo već i kod nas. Proti čirovima u grlu ukuhaj rotkvino sjeme sa vinskim octom i medom, pa time ispiraj grlo.

Kad čovjeka, a naročito dijete zaboli u vratu, treba im samo dati čista vrcana (po mogućnosti) repična, lipova ili bosiljkovca meda. To se vrlo korisno pokazalo za vrijeme pošasne difterije ili angine. A nešto sumporna cvijeta vele, da koristi proti oporom djetinjem kašlju zvanom hripavac ili kukurikavac.

Med, pomiješan s raženim brašnom, dobar je oblog proti raznim prištevima, kao što je vrcani med uopće nesamo ljekovit, nego i vrlo hranljiv za slabu djecu.

U švicarskim pčelarskim novinama čitamo ovu zanimljivu vijest: Neki pčelar naumio je pokušati sa medom na svom bolesnom konju. Konj je bio jako sipljiv, pa je već tako omršavio, da je na njemu bila samo kost i koža. Slijedećeg jutra ugrija on pola čaše meda, te pomiješa sa finim brašnom i izlije to konju u gubicu. Spočetka ovaj lijek nije prijaio konju, ali se malo pomalo tako na nj priučio. Ovu je smjesu pčelar davao konju uvijek pola sata prije hrane, a postigao je lijep rezultat. Konj se počeo lijepo oporavljati i već za neko koliko mjeseci bio je u potpunosti snazi, a sipljivost je iščezla.

Lord Canning izrekao je aksiom, da je potrošak šećera i sapuna najbolje mjerilo naobrazbe i blagostanja jednog naroda, a glasoviti župnik i liječnik Sebastijan Kneipp pridodao je k tomu: »Recite mi potrošak meda kod jednog naroda pa ću vam odmah odgovoriti, kako kod toga naroda stoji zdravlje i tjelesna snaga, jer pravi nepatvoreni i vrcani med je najjednostavnija, najnaravnija, najzdravija, najjača i najjeftinija hrana, bolesniku u premnogim slučajevima najbolji lijek, a rekonvalescentu 1 pravi životni balzam za oporavljanje njegove tjelesne snage i zdravlja.«

Proti reumatizmu. Proti reumatizmu ili trganju u tijelu može se vrlo uspješno upotrijebiti kuhinjska sol. Uzme se više puta složeni platneni rubac, koji se malo navlaži, te se s jedne strane pospe po njemu nešto soli, koja se onda također malo vodom poštrca. Ovaj zavoj metne se tada na bolesni mjesto, ovije se zatim kakvim platnom, koje je nepropusno i preko svega toga postavi se flanelasti ili vuneni rubac, te se sve dobro sveže. Svaka dva sata neka se taj zavoj mijenja — i bol će naskoro prestati.

## **OBITELJ, ilustrovani tjednik br. 51. (19 prosinca 1937)**

### **BOŽIČNI KOLAČI**

Božićni medenjaci.

Kuhaj 1/2 kg meda odstranjujući odozgo pjenu, kad se počnu praviti mjehuri, brzo makni med s vatre. U drugom loncu rastopi na toplome mjestu 1/2 kg šećera u 1/4 litre vode, ali nemoj kuhati, pa to ulij k onome medu i pusti da ta mješavina postane mlaka. Tada primiješaj 1 kg bijelog brašna te načini tijesto, koje neka stoji tjedan dana (a može i duže) na hladnome mjestu. Kad hoćeš da pečeš medenjake, mijesi to tijesto još dobro na brašnom posutoj daski, razvaljaj ga te izreži razne oblike i peci ih u tavi u srednje vreloj pečenjari. Čim su medenjaci pečeni, premaži ih šećernom ocaklinom ili bjelanjkom.

## **OBITELJ Br. 52 (25. prosinca 1937)**

### **ZA SILVESTARSKO VEČE**

Punč od meda.

Uspi ¼ kg meda u 1 litru vode pa dodaj malo cimeta i nekoliko (N e 1 k e n; o.a; - *klinčić*) te sok i narezanu koru jednog limuna. Sve to kuhaj dotle, dok se jedna šestina tekućine ne ukuha. Za vrijeme kuhanja skidaj pjenu. Kad je tako skuhamo, procijedi tekućinu kroz čistu krpu u posudu za punč i prili ¼ litre ruma. Taj se punč pije topao, ali hladan skoro još bolje prija. Može se u dobro začepjenoj boci i više tjedana čuvati.

## **OBITELJ, časopis za hrvatsku obitelj br. 3-4 (16. siječnja 1938)**

Med kao sredstvo za probavu.

Ako ( djeca imadu težu probavu (stolicu), treba im davati kruh s maslacem i medom. Dobro je sredstvo i ovo: u čaši u 2 decilitra vode rastopiti 3 dkg meda i naciijediti limuna u to te izjutra natašte ispiti.

## **OBITELJ Br. 33-34 (1. rujna 1938)**

Spremanje voća u med.

Voće, koje želimo ukuhati s medom, mora biti svjež, ne smije biti zeleno, ali niti prezrelo. Ono voće, koje se mora guliti, treba, čim ga oguliš, staviti u vodu, da ne pocrni, dok ono, koje se ne guli, valja oprati u čistoj vodi i pustiti da se s njega ocijedi voda. Voće se dakle priređuje isto onako, kako se obično priređuje za kompot, koji se zaslađuje šećerom. Samo valja znati da se za priređivanje medice mora uzeti nešto više meda, nego li što se uzimlje šećera za vodu oslađenu šećerom.

Trešnje, višnje, šumske jagode, ribiz, ogrozd i maline ukuhavaju se onako, kako ih je Bog dao. Kruške, breskve, kajsije ili marelice, šljive i tunje treba oguliti i raskomadati, a uz to moraju se povaditi sjemenke ili koštice. Kod gunja i krušaka izreže se i odbaci još i onaj tvrdi dio oko sjemenaka.

Kome tako zaslađen kompot nije možda dosta sladak, taj neka pridometne još malo meda; nu ako je kome presladak, taj neka uzme manje meda.

Medica

Medica se priređuje ovako: na 1 l vode uzme se 40 dkg čistog, vrcanog meda, pa se to kuha na polaganoj vatri. Pri kuhanju pojavljuje se na površini neka žilava masa, koja se mora skidati vrlo gustom rešetkom od žice. Voda se s medom polagano kuha sve dotle, doklegod se pojavljuje na površini ta masa. Kad se prestane pojavljivati, onda se ukloni s vatre; sad je med kuhan, pa se ostavi na strani, dok se ne razmoči. Sad se medica procjeđuje kroz papir za filtriranje. Pošto smo pripravili medicu, onda ćemo voće, koje je priređeno za kompot već prije, slagati u staklenke. Izakako smo uložili voće, nalić ćemo na nj filtriranu medicu, ali tako, da voće bude posve u njoj, a da ne viri iznad medice. Sad se staklenke povežu pergament papirom i slože se u posudu, u koju se nalije voda. To se prokuhava nad vatrom isto onako, kako se to čini s kompotom zaslađenim šećernom vodom. Dakle posao je isti s medom kao i sa šećerom, ali s tom razlikom da treba uzeti više meda od šećera.

## **OBITELJ časopis za hrvatsku porodicu br. 47-48 (16 prosinca 1938)**

Alva.

30 polovica oraha samelji, a 30 polovica sitno nareži. Uzavri šesnaestinu litre meda, dodaj čvrsti snijeg od 2 bjelanjca i 21 dkg šećera i primiješaj orahe. Tu masu neprestano miješaj na štednjaku, dok uzavrije, a zatim je namaži na oblalu i sa drugom pokrij. Odozgo metni dasku i na nju utege, te neka jedan do dva dana stoji, a zatim reži na male, poput palca široke odreske.

## **OBITELJ br. 37/38 (10. listopada G. 1939)**

Izvrstan medeni liker.

U pola litre finog alkohola metne se po 1 dkg. pelina, matičnjaka, prstenka i papre-

ne metvice. A da liker dobije poseban tek, dodaj mu zelenih oraha, ili narančine kore, ili borovnice, ili čega drugoga. Sve ćemo to ostaviti par dana na suncu. Sad ćemo V 2 kg vrcanog meda rastopiti u jednoj litri tople vode. Voda ne smije biti prevruća, jer bi se tim izgubile ljekovite sastojine meda. Sve se to smiješa, dobro promućka i ostavi na miru, dok se ne izbistri. Čim se je liker izbistrio, odmah se može piti. Nu tko želi imati bolji i ljepši liker, taj neka sve to ostavi na miru nekoliko dana, a zatim neka ga filtrira kroz papir za filtriranje. Ako tko želi slabiji liker, taj neka uzme manje alkohola.

## **OBITELJ br.43 (15.studenog 1939)**

Medenjaci.

Načini se glatko tijesto od 1 kg brašna, 2 kg meda, 4 jaja, 30 dkg šećera, 1 žličica sode bikarbone, malo cimeta i klinčića. Od toga tijesta prave se kuglice, slažu se u dobro namazanu tepsiju. Na svaku se može utaknuti mandula ili orah. Peče se.

## **KAKO SE PRAVE MEDENI LIKERI?**

Dan po dan pa eto nam i Božića.

Prastari je običaj našeg naroda, da na Badnjak i Božićne blagdane pije zamedljinu rakiju. Nu osim toga ne smije biti Božić niti bez orahovnjače i makovnjače zaslađene medom. Ima dapače kuća, u kojima se tih dana nalazi na stolu i med u saću. Dakle: Božić se bez meda ne može ni zamisliti. Pa i najveći sirotan nastoji da uz bolji zalogaj ima na stolu i nešto slatkog napitka.

Većina naših domaćica po gradovima i varošicama priređuje već u ljetu fino piće od iraznog voća. Sve to one prave pomoću ruma, ili stare šljivovice, ili finog špirita i šećera. Mnoge su se u tom poslu veoma izvještile, pa znaju napraviti i po više vrsta likera. No vrlo ih malo. ima, koje bi znale tako piće zasladiti medom, a ne šećerom; a ipak je voćno piće zaslađeno medom i zdravije i bolje od onog, zaslađenog šećerom. U današnje vrijeme, pošto je cijena medu malone jednako cijeni šećera, nije to piće skoro ništa ni skuplje, ili možda posve malo skuplje. Za pčelare, koji ne kupuju med, svakako je i puno jeftinije, ali je, takov liker i puno prijatniji za piće.

Dakle pošto ih je malo, koje znadu, kako se pravi liker s medom, to sam ja naumio priopćiti taj način i u ovom listu. Radim ovako već odavna, pa svakome se dopadaju likeri s medom.

Da vidimo šta tome treba. Evo ovo: čista voda, čisti špirit, vrcani med i voćni esenz (voćni sok). Čista žesta (špirit) mora biti rektificirana, jaka 90% — 96%; jer čim je jača, tim je liker finiji i bolji. Čista kišnica ili sniježnica najbolja je. Svakako je bolja od bunarice ili potočnice. Krečna voda nije baš dobra, ali se i ona može upotrebiti prokuhana i procijeđena. Med neka je vrcan i posve čist. Voćni se sok (esenz) kupuje ili u špecerajskim trgovinama, ili u ljekarnama i drogerijama. Nalazi se u čvrsto zatvorenim bočicama. Ima ga puno vrsta kao: anisovac, alaševac, kruškovac, ribizovac, malinovac, benediktinac, trešnjevac, orahovac, i t. d. Možemo si ga dakle odabrati po volji.

Ja uvijek pravim po 2 l istoimenog likera, jer se i voćni sok obično nalazi u bočicama za 2 litre likera. Uzmem 5 dcl, rektificirane žeste, u nju uspem taj sok i ostavim preko noći. Sutradan uzmem čist — potpuno okalajisan lonac od 2 litre. Može biti i malo veći. U nj uspem 60 dkg meda, a na med nadolijem do 1.5 l vode. Pristavim na laganu vatru i pustim da se polagano kuha. Dok se kuha i dok se nad vodom kupi bijela žilava masa, dotle istu skidam s finom, gustom cjedilkom. To kuhanje traje više od pola sata, pa se tekućina prilično ukuha. Čim se prestane dizati pjena, medica je gotova, pa se ostavi da se razmlači.

Sad u dvije boce od litre razdijelim smjesu špirita i soka na jednake dijelove. Isto tako razdijelim i medicu. Ako boce još nijesu posve pune, onda ih nadopunim prokuhanom čistom vodom. Dobro ih i čvrsto začepim i spravim na hladno i tamno mjesto u smočnici ili podrumu.

Poslije nekoliko dana staložio se liker, ako je još što bilo u njemu. Nu da bude čišći, za to ga filtriram kroz posebni papir. Filtrirani je liker čist kao suza.

Čim liker duže leži, tim je finiji i ukusniji.

Tko želi piti jači liker, taj neka metne više špirita; a tko sladi, više meda. Ovako, kako ga ja pravim, taman je dobar za dame, koje ne vole jaki liker.

Eto tako ga pravim već više od tridesetak godina, pa još niko nije kazao, da nije dobar, dapače baš protivno. Piju ga, pa se sve oblizuju, a to je znak valjanosti. Pravite ga i vi.

Ivan Sitarić

## Jela sa medom

### *Međimurje i Podravina*

Badnja večer na stolnjaku je košarica, u njoj gori svijeća do sredine večere. Na tanjuriću se donesu češnjevi češnjaka i med – simboli zdravlja. Slijede makoči – dizano tijesto zaliveno medom vodom i posuto mljevenim makom, zatim jelo preostalo od ručka

Neka po poznatih jela

*Makuči* posno jelo – pečeno tijesto poliveno medom i kompotom

*Mazanica od maka* kolač od brašna, ulja, vode, masti, i nadjeva od maka, vrhnja i šećera; može se dodati još jaja i med

*Medenjaci* kolač od glatkog brašna, meda, maslaca, šećera, jaja, cimeta i klinčića. Oduvijek se prave okrugli ili u obliku srca.

Svinjetina s umakom od šljiva

Suhe šljive kuhajte u moštu s nekoliko komadića crnog dobro preprženog kruha. Kad se kuhane protisnite ih kroz cjedilo i primiješajte im vino, šećer (prije se dodavao med) i limunove korice. Dodajte kuhano i izrezano svinjsko meso, pustite da prekupi i na kraju začinite cimetom, tucanim klinčićima i koricom limuna.

Svinjska pečenka

Sastojci: 2 kg svinjetine bez kosti, sol, 8 glavica luka, 2 - 3 lista lovora, 8 zrna pimenta, 10 žlica vinskog octa, 1 l tamnog piva, 10 žlica meda, 2 žlice brašna, malo vode i krušne mrvice.

Meso natrljajte solju i stavite u posudu za pečenje s lukom izrezanim na ploške i lovorom. Pripremiti mješavinu piva, octa i meda te prelijte dopola preko mesa. Poklopite, a rubove zatvorite tijestom od brašna i vode, tako da aromatični sastojci ne mogu izlaziti izvan posude. Prebacite u zagrijanu pećnicu i pecite na 200 °C oko 90 minuta. Pečenku izvadite, izrežite u obliku odrezaka i poslužite s prilogom od slanog krumpira. Prelijte meso umakom od pečenja zgusnutim krušnim mrvicama.

## Svinjski but s medom i pivom

Sastojci: 2 kg svinjskog buta s kožicom, 5 žlica ulja, 5 dl svijetlog piva, 2 dl govedske juhe, 15 dag tekućeg meda, 5 žlica umaka od soje, 2 žlice škrobnog brašna, 2 žličice bijelog vinskog octa, ½ žličice kimla, sol, papar.

Oštrim nožem ukoso zarezite kožicu na mesu. Omažite 2 žlice ulja, natrljajte sol, papar i kiml. Popržite sa 3 žlice ulja na visokoj temperaturi da dobije posvuda koricu. Zalijte sa 3 dl piva i juhom. Pecite sat i pol u pećnici zagrijanoj na 180 °C. Med razrijedite pivom, dodajte umak od soje, pa nalijte na meso. Pecite još jedan sat i često okrećite i premazujte sokom od pečenja. Zgotovljenu pečenku izvadite i odložite na topli poslužavnik. Otopite škrobno brašno u malo hladne vode, dodajte soku od pečenja, pa umiješajte na umjerenoj temperaturi. Dodajte ocat, sol i papar. Prokuhajte i ponudite uz pečenku.

U nekim naputcima piše da se nakon pečenja pečenka omota alu-folijom i neka odleži 10 minuta. Ako je omotata alu-folijom hrskava zamamna korica će „uvenuti“ neće biti hrskava.

## Svinjski kare s jabukama i medom

Sastojci: 1 kg svinjskog karea s kožom, 4 zelene kiselkaste jabuke, veća glavica luka, crvena mljevena paprika, 5 žlica meda, grančica ružmarina, sol, papar.

Nabavite kare u komadu s kožom i prepолоvite s donje strane gdje su kosti (obično se to radi kod mesara kod kojeg nabavljate meso). Meso dobro začinite solju, paprom, mljevenom crvenom paprikom i ostavite da odstoji. Jabuke operite i izrežite na četvrtine. Luk pripremite na isti način. Jabuke i luk začinite medom i nadjenite meso. Kuhinjskim koncem zavežite na nekoliko mjesta da se pri pečenju ne bi sve raspalo. Najčešće se to događa pri okretanju mesa tijekom pečenja. Između mesa i kuhinjskog konca utaknite i grančicu ružmarina. Meso stavite u namašćeni protvan (lim, tepsiju), podlijte s malo vode (ili temeljcem od povrća) i pecite u zagrijanoj pećnici na 180 °C. Na početku pečenja prekrijte alufolijom, oko jedan sat, uz neprestano podlijevanje sokom od pečenja. Nakon 1 sat temperaturu povišite na 200 °C i pecite uz povremeno podlijevanjem. Ovako pripremljeno meso pecite oko 2-3 sata, što ovisi o pećnici. Pred kraj pečenja meso premažite s vanjske strane medom i zapecite. Pazite da med ne potamni jer će se zagoreni med pretvoriti u gorčinu. Prije posluživanja ostavite da meso odstoji pola sata.

## Jelen s umakom od šipka

Jelenje meso meko skuhaite u kiseloj salamuri. Prema želji dodajte kuhanog šipka, šećera (prije se dodavao med), vina i vode, te ostavite prekipiti. Sve to dodajte mesu i pirjajte, na kraju pospite tučenim bademima, limunovom koricom i šećerom (prije se dodavao med).

## Gušćji bataci u umaku od piva s medom

Sastojci: 2 gušćja bataka, 25 g maslaca, 3 glavice luka, 4-5 jabuka, 2 dl jabučnog soka, 10 dag grožđa, 3 češnja češnjaka, 1 vanilin šećer; *marinada*: 4 dag meda, 2 dl svijetlog piva, 4 dl jabučnog soka, 0,2 dl balzamičnog octa, nekoliko klinčića, štapić cimeta, sol, nekoliko zrna papra, list lovora.

Med zagrijte, dodajte jabučni sok i pivo, i kratko provrite. Dodajte klinčiće, cimet, papar i list lovora, prokuhajte, posolite i dodajte balzamični ocat. Kad se marinada ohladi, dodajte batak i na hladnom ostavite 24 sata. Ugrijte pećnicu na 180 °C. Meso izvadite iz marinade i naglo popržite sa svih strana na zagrijanom ulju, izvadite meso i na istom ulju popržite kosani luk, jabuke izrezane na četvrtine i kosani češnjak. Dolijevajte malo procijeđenog umaka od marinade. Vratite batak i pirjajte sve zajedno oko sat vremena. Podlijevajte umakom od marinade. Kad je meso gotovo izvadite ga i odložite na toplo kao i jabuke. Ostatak i umak protisnite kroz sito. Jabučni sok zakuhajte s vanilijom u sirup, dodajte kriške jabuka i grožđe, kratko prokuhajte. Batak narežite, prelijte umakom od jabuka i grožđa te poslužite s okruglicama od kruha ili valjušcima.

-----  
Na ovaj način možete marinirati i divljač te poslužite uz pirjani crveni kupus.  
-----

## Slatki pir na bakin način

Sastojci: 30 dag pira u zrnju, 10 dag meda, 10 dag oraha, 10 dag groždica, 2 vrećice vanilin-šećera, 2 žlice šećera, 1 limun, 1 muškatni oraščić, prstohvat (priza) cimeta u prahu, nekoliko kapi limuna, 2 dl slatkog vrhnja.

Pir očistite, operite i kuhajte u malo posoljenoj vodi. Kuhajte, polako, oko 2 sata dok se pir dobro ne skuha. Ocijedite. U posudu stavite redom: med, kosane orahe, groždice prethodno namočene u vodi, vanilin šećer, šećer i na kraju pir. Sve dobro promiješajte i malo popržite tek toliko da voda ispari. Naribajte malo muškatnog

oraščića, dodajte cimet i dobro sve promiješajte. Nekada se na kraju odložilo u prohladnu prostoriju da se sve stegne i poslužilo uz najbolju domaću rakiju. Danas dovršite malo drugačije, stavite u mikser i sve usitnite. Dodajte nekoliko kapi limuna i ponovo izmiješajte u jednoličnu smjesu. Stavite u male kalupe željenog oblika, odložite u hladnjak da se ohladi. Poslužite uz tučeno slatko vrhnje i voće po želji.

### Zobeni žganci

Sastojci: 30 dag zob, 7 dag prosa, 7 dag pšenice, 1 žlica meda ili ječmenog slada, 5 dag vrhnja, malo cimeta, 7 dag lješnjaka, morska sol, voda.

Žitarice sameljite srednje grubo ili izmiješajte gotovo brašno. Zakipite u loncu litru vode s malo soli. U kipuću vodu uspite brašno i uz miješanje kuhajte tiho pet minuta. Ostavite na toplom da buja najmanje dva sata. U tople žgance umiješajte vrhnje, med i cimet. Istresite u zdjelu za posluživanje i ukrasite poprženim i mljevenim lješnjacima. Umjesto meda možete žgance kuhati s grožđicama.

### Kruh od ječma

Sastojci: 4 dl ječmena brašna, 2 dl pšeničnog brašna, 2 paketića suhog kvasca, 2,5 dl vode, 2 žlice meda, 1 žličica soli, 2 žlice ulja.

Izmiješajte obje vrste brašna u većoj posudi. Rastopite kvasac u mlakoj vodi i zajedno s medom, solju, uljem i mlakom vodom dodajte brašnu. Neke domaćice znale su umjesto vode dodati pola čiste bistre juhe i vode. Dobro izmiješajte sve sastojke, stavite na dasku i mijesite dok tijesto ne postane elastično i glatko. Ako je potrebno dodajte malo mlake vode. Pokrijte vlažnom krpom (ubrusom) i ostavite 1 sat da miruje. Ponovo zamijesite, oblikujte dva hljeba i ostavite ih da rastu u zamašćenom i pobrašnjenom limu još jedan sat. Pecite na srednje jakoj vatri 45 minuta.

Današnji medičari-licitari, nažalost, u veliko zaostaju za svojim cehovskim precima od srednjeg vijeka (tradicija bogato izrezanog licitarskog tijesta započinje u europskim samostanima) do polovice 19. stoljeća, u ljepoti izradi i oblikovanja svojih proizvoda. U reljefnim kalupima izrađenim u drvu lipe, javora ili trešnje, najčešće kvadratnih ploha izrađivali su ti profesionalni majstori likove iz svagdašnjeg života kao i likove religiozne tematike. Ta kulinarska slikovnica pečena od kestenova meda (bez meda nema pravih medenjaka) i marcipana, s osnovnim sastojcima od sirovog šećera, brašna, licitarskog kvasca (od kojeg se radi tijesto) mandula i ružine vodice, premazana bojama raznih biljaka, za osobite prilike u 17. i 18. st. ukrašavana je i zlatnim listićima. To je ujedno i doba baroka

kada je kultura stola i jela prava gastronomska i estetska svečanost, a bogato izvedeni licitarski kolači samo su uvećavali krasotu tadašnjih prebogatih stolova.

*Paprenjaci* mali kolačići koji se prave obično o Božiću i rade ih djevojke za darivanje momcima; brašno, med, jaja, sir, šećer, bez kvasca

Paprenjaci kako su ih nekada izrađivali (jedini novi dodatak je soda bikarbona), naputak je obrađen za primjenu u kućanstvu: 0,50 kg meda (livadnog ili s onog od pčelinje paše s obale), 1 dl ulja, 1,5 dl proška, priza (prstohvat) cimeta i šafrana, ½ ribanog muškarnog oraščića, ½ žličice (mala žličica) bijelog mljevenog papra, 5 klinčića, 1,5 dag sode bikarbonate, 0,80 kg brašna, 1 bjelanjak, 4 žlice (velike, za juhu) mljevenog šećera, priza soli.

Zakuhajte med, oberite pjenu s površine i umiješajte sve sastojke osim bjelanjka i šećera. Brašno umiješajte na kraju. Dodavajte ga polagano tako da ga smjesa polako upija (kad smjesa postane dovoljno gusta više ga ne dodavajte). Nakon što ste sve dobro izmiješali uspite u pripremljene kalupe, pecite na temperaturi oko 160 °C da paprenjaci dobiju smečkastu boju medenjaka.

Istucite bjelanjak i u njega umiješajte šećer, dobivenu smjesu stavite u platnenu vrećicu (slastičarska vrećica za „pisanje“ po kolačima, „ukrašavanje“) i krasite još tople paprenjake.

Pogačice od kukuruznog brašna iz Legrada



Sastojci: 40 dag kukuruznog brašna, 20 dag svinjske masti, 15 dag mljevenih oraha, 15 dag šećera (izvorno med), 2 dl domaćeg kiselog vrhnja.

Sve sastojke dobro izmiješajte i oblikujte pogačice (kao „faširance”, pogačice od mesa). Pogačice stavite u zamašćen pleh i pecite u zagrijanoj pećnici na 180°C oko 15-20 minuta. Uokolo stavite više oraha pogačice će biti prhkije i ukusnije.

-----

Izvorno se koristila mast, danas se koristi maslac, te okus nije izvoran, ni tako ukusan. Ako ne želite koristiti mast radi unose prekobrojnih kalorija kombinirajte pola masti pola maslaca u ukupnoj količini od 30 dag.

-----

### *Kuvani medenjaki*

Sastojci: 5 žlica meda, 15 dag šećera, 50 dag brašna, 1 žlica sode bikarbone, 1 jaje, 3 žumanca, ribana limunova korica, 1 žličica cimeta, ½ žličice klinčića, 5 dag oraha; za premazivanje: 3 bjelanca, 8 žlica šećera u prahu.

U limenu zdjelu (limene i zemljane posude su nekada prevladavale u domaćinstvima dok je porculan bilo gospodsko suđe) stavite med i šećer, i zagrijte na vatri do vrenja. U toplu masu dodajte brašno pomiješano sa sodom bikarbonom, začine, jaje i žumanca. Zamijesite tijesto, oblikujte oveći valjak i izrežite na komade veličine 2 cm. Oblikujte kuglice, polovicu složite u namazanu posudu za pečenje i pecite na temperaturi od 200 °C, oko 15 minuta. Ostatak kuglica premažite bjelancem i ukasite polovicama oraha i njih ispecite. Istucite čvrsti snijeg od bjelanca i uz miješanje dodajte žlicu po žlicu šećera. Snijeg kuhajte na pari dok se ne zgusne i njime obložite medenjake bez oraha. Ostavite ih neka se dobro osuše.

### *Podravski paprenjaci*

Sastojci: 25 dag meda, 25 dag brašna, 25 dag mljevenih oraha, 20 dag masti, 2 jaja, cimet, vanilija, klinčić.

Od svih sastojaka umijesite glatko tijesto. Stavite ga u hladnjak na nekoliko sati. Razvaljajte na 1 cm debljine, oblikujte (izrežite) kalupima za paprenjake, ili čašom. Ispecite u zagrijanoj pećnici. Pečene paprenjake pospite šećerom u prahu (*štaub šećerom*).

## Zlatni paprenjaci

Sastojci: 25 dag meda, 25 dag brašna, 25 dag mljevenih oraha, 20 dag masti ili maslaca,

2 jaja, cimet na vrhu noža, prstohvat papra, šećera po potrebi.

---

Postupak je isti kao kod slavonskih paprenjaka.

---

## Jastučići od heljdinog tijesta

Sastojci: 40 dag heljdina brašna, 2,5 dl vode, 5 dl mlijeka, 2 žlice meda, sol, 2 dag maslaca.

Brašno stavite u zdjelu, polako dolijevajte vodu i mijesite rukom da dobijete tijesto kao za kruh. Polako dolijevajte vodu i mlijeko., i dalje mijesite dok ne dobijete gustu tekuću masu, na kraju dodajte med i sol. Maslac zgrijte i na njemu ispecite heljdinu masu oblikovanu u jastučiće. Poslužite namazano slanim kravljim sirom ili medom.

## Makviči - makuće

Sastojci: 30 dag brašna, 2 dag kvasca, 1 žličica soli, 1,5 dl mlake vode; Preljev: 10 dag maka (možete zamijeniti istom količinom oraha), 1,5 – 2 žlice meda, 0,5 l vode.

Brašno stavite u zdjelu, u sredini napravite rupu i u nju ulijte prije pripremljeni kvasac s vodom i malo brašna (ostavite da se diže oko 15 minuta). Sve izmiješajte u glatko tijesto. Pokrijte ga i ostavite na toplom da se diže. Kad se udvostruči volumen, premijesite ga i oblikujte dugački tanki hljeb (kruh). Stavite u pobrašnjenu zemljanu posudu za pečenje i ostavite da se diže 20 minuta. Prije pečenja hljeb (kruh) zarežite nožem po površini na nekoliko mjesta, „umijte ga“ (premažite) mlakom vodom i pecite na temperaturi od 220 °C dok ne porumeni. Ohlađeni hljeb narežite na ploške i složite u veliku zdjelu. U toploj vodi rastopite med, pustite da se ohladi i prelijte preko hljeba. Pospite polovicom mljevenog maka, svaku plošku okrenite odozgo i pospite preostalim makom.

---

Podravski blagdanski hljeb – kolač, najčešće se priređivao za Božić.

---

Kaplicu si da kak sunce z bilikuma pijesh i medicu  
zmirom tociš

### *Hrvatsko Zagorje*

Medenica – naziv poznate zemljane posude (zdjele) za pripremanje različitih juha: prežgana juha, octena juha (dodatak kukuruzno brašno), krumpirova juha, juha s maslom (mast, luk i prepečeni kruh), juha s jajima, juha od mlijeka, mesna juha, juha od fileka, goveđa juha, juha od živadi, crna juha (radila se za vrijeme kolinja), *jušak* .... i drugih jela.

Dan prije Badnjaka svaka kuća zakolje pečenicu (prase, odojak) koja se peče na ražnju, na sam Badnjak. Pod pečenicu se stavlja debela udubljena hrastova daska da se u njoj sačuva mast koja za vrijeme pečenja kaplje iz pečenice. Daska je nagnuta tako da se mast cijedi u podmetnutu posudu. Ta mast se smatra osobitom poslasticom. Kako je na Badnjak propisan post i nemrs, jedino je djeci dozvoljeno staviti krišku pšenična ili kukuruzna kruha na posudu ispod pečenice. Stariji za vrijeme pečenja piju mednu rakiju.

Unošenjem slame, na Badnjak, prestajao je i Božićni post koji se strogo održavao. Posna jela su bila: makuči (pečeno tijesto, poliveno medom i kompotom), pouljeni grah, posno kuhani ili pečeni krumpir, kopunci ili trenka kaša u juhi, juha od bućinih koštica (koštičenka) suhe šljive, jabuke, bademi, smokve, rogači, orasi, lješnjaci – što se jelo preko dana dok se za doručak pripremala kava, gibanica ili pogača od kukuruza. Poslije polnoćke jelo se: hladetina, krvavice, druga masna jela i kolači.

Pripremali su se posebni kolači od sira, gibanice, božićno pecivo (koledo, koledak), debeli kolač, kuglof od oraha, maka, rožički, zmesni kruh, pogača ili leb kruh (okrugli kolač od bijelog brašna ili miješanog brašna u koji se u sredinu zabola borova grančica), med sa češnjakom (češnjak se isjecka i pomiješa s medom) – jedno od obveznih jela.

## Srneći medaljoni s kestenjem

Sastojci: 60 dag srnećeg buta (bez kosti, opni i žilica), 10 dag maslaca, 1 dl ulja, 20 dag očišćenih i skuhanih kestenja, 1 žlica groždica, 2 dl crnog vina, 1 dl kiselog vrhnja, 0,5 dl slatkog vrhnja, sol, papar, 1 žličica sitno kosanog peršinova lista, 1 žličica limunova soka, 1 žlica pekmeza od brusnica, skuhani krumpir, brašno i jaje za hruskavce, te brašno, jaje, mrvice i masnoća za prženje.

Srnetinu narežite na medaljone (tri po osobi), posolite ih, popaprite i ispržite na tavici, u kojoj ste zagrijali polovicu količine ulja i maslaca. Ispržene držite na toplome dok pripremate umak. U čistoj tavici zagrijte preostalo ulje i maslac. Kestene narežite na tanke ploškice i popržite na masnoći, zalijte vinom i kuhajte da se tekućina upola smanji. Ulijte kiselo vrhnje pa kuhajte dalje na umjerenoj temperaturi postupno dodajući slatko vrhnje, a na kraju još džem od brusnica i limunov sok. Po potrebi posolite i popaprite. Protisnite umak. Za hruskavce naćinite uobićajeno krumpirovo tijesto te umiješajte groždice. Oblikujte krokete, panirajte ih u brašno, umućeno jaje i mrvice pa ispržite. Poslužite tako da na tanjur stavite dio umaka, na njega medaljone i dopola također prelijte umakom. Kao prilog poslužite hruskavce, a još ukasite kuhanim i poprženim kestenjem.

## Makoći

Sastojci: dizano tijesto, 20 dag meda, 10 dag mljevenog maka, 2 dl vode.

Zamijesite dizano tijesto o ostavite na toplome mjestu 30 minuta. Razvaljajte rukom u roladu promjera 6-7 cm te narežite na ploške debele 3cm. Posipajte lim brašnom, te složite ploške na lim. Ostavite na toplome 25-30 minuta. Pecite u zagrijanoj pećnici na 180-200 °C 15 minuta (dok ne dobiju lijepu boju). U posudu stavite 2 dl vode i 20 dag meda, prokuhajte i zalijte makoće, i posipajte mljevenim makom. Poslužite toplo.

## Šuliki medeni s makom

Sastojci: 2 ćaše brašna, 4 velike žlice mlijeka, 1 jaje, 1 velika žlica meda, 1 velika žlica maka, 1 velika žlica maslaca, 1/2 ćajne žlice sode, Za umak: 3 velike žlice maka, 1/2 ćaše meda, 1/4 ćaše prokuhane vode

Jaja umiješajte s medom i dodajte opran i poparen mak (mak prelijte vrelom vodom, dobro isperite, zatim ponovno prelijte vrelom vodom i pustite da odstoji

15 minuta. Potom vodu izlijte, mak prosušite ubrusom, da u njemu ne ostane vode i zgnječite ga u avanu/mužaru/stupi).

Od ostalih sastojaka zamijesite tvrdo tijesto, razvaljajte ga u sloj debljine 2-3 mm, stavite na limeni uložak u pećnici, nabodite viljuškom i ispecite u pećnici. U pripremljeno makovo mlijeko ulijte med te stalno miješajući razrijedite s vodom. Tim umakom prelijte sitno nalomljene komadiće pečenog šulika i dobro promiješajte, omogućujući im da se dobro natope umakom.

### Medene kriške

Sastojci: 50 dag brašna, prašak za dizanje (germa, kvasac), 1-2 žlice šećera, 20 dag meda, 1,5 dl mlijeka, 7 dag oraha, vanilin šećer, limunova korica, jaje.

Brašno pomiješajte s praškom za dizanje, dodajte šećer, med, ribane limunove korice, mlijeko i izrezane orahe. Sve zajedno dobro promiješajte, umijesite tijesto i stavite u lim (pleh, protvan) premazan mašću. Namažite kolač umućenim (trajbanim) jajem, pospite izrezanim orasima i ispecite u dobro zagrijanoj pećnici. Pecite oko 45 minuta. Pečeno pospite s vanilin šećerom, kad se ohladi izrežite na kriške.

### Makovo mlijeko

Mak prelijte vrelom vodom, pustite da dobro nabubri, ocijedite vodu, prosušite mak ubrusom i izgnječite ga u porculanskoj stupi, postupno u vrlo malim dozama (po jednu čajnu žličicu) dolijevajući prokuhanu vodu. Tako pripremljeno mlijeko pomiješajte sa šećerom i vodom ili s medom i vodom.

## Prigorje

### Carsko meso i krpice sa zeljem



Sastojci: 20 dag tjestenine krpica, 40 dag svježeg zelja (kupusa), 1 žlica šećera, 1,5 žlica masti, 60 dag carskog mesa, 1 žlica meda, sol, papar.

Zelje očistite, prepolovite, izvadite sredinu (srce) i narežite na kockice. U veću posudu stavite mast, dodajte žlicu šećera i zagrijte da šećer dobije žućkastu boju i sasvim se rastopi. Smanjite temperaturu, dodajte zelje i dobro promiješajte. Količina svježeg zelja će se nakon pirjanja znatno reducirati (smanjiti). Uz povremeno miješanje pirjajte (dinstajte) zelje oko sat vremena dok ne dobije smeđastu boju. Kad je gotovo posolite i popaprite. Zagrijte vodu sa 1 žlicom soli i malo masti (pola žlice), kad zakipi dodajte stavite krpice. Tijekom kuhanja promiješajte da se krpice ne zalijepe u grude. Kuhane krpice dobro ocijedite, dodajte u posudu sa zeljem i sve dobro promiješajte. Meso na vrućoj masti naglo prepržite s jedne i druge strane da se zarumeni, podlijte vodom i pirjate do ne ispari. Postupak ponovite tri puta. Na kraju dodajte malo meda i pustite da se umak smanji (reducira) kako bi dobili sočan umak.

### Zec s pivom i medom

Sastojci: 1 kg najbolje zečevine, 3 ploške prošarane slanine, 1 žlica ulja ili maslaca, 2 glavice luka, 2 žlice brašna, 1,5 dl vode, 1,5 dl svijetlog piva, 1 - 2 žličice meda, malo bosiljka, ružmarina ili majčine dušice, 1 rajčica, 1 režanj češnjaka, sol i papar.

U ekspres-lonac stavite slaninu izrezanu na komade i ulje, te pržite 1 min. Dodajte iskosani luk i pržite dok ne postane smeđast. Dodajte brašno i dobro promiješajte.

Lagano dodajte vodu, pivo, med, oguljenu i izrezanu rajčicu, bosiljak, iskosani češnjak, sol i papar. Kratko prokuhajte, dodajte zeca izrezanog na komade i sve promiješajte. Učvrstite poklopac i kad je u loncu postignut tlak, smanjite plamen, pa lagano kuhajte 25 minuta. Lonac skinite s vatre, smanjite tlak i skinite poklopac. Jelo stavite u zagrijanu posudu za posluživanje i ponudite s okruglicama.

### Zapečeni medenjaci



Sastojci za tijesto: 8 žutanjaka, 1 žlica šećera, 1 žlica brašna, 4 bjelanca, 1 žlica oraha, 3 žlice meda, naribanu limunovu koricu, malo stucanih klinčića, pola žličice sode bikarbone ili prašak za pecivo; za premaz: pekmez, 8 bjelanaca, 2 žlice šećera, žlicu meda, šaku nasjeckanih oraha.

Tucite žumanca sa šećerom, dodajte med, limun i sve ostale sastojke, te snijeg od bjelanaca. Ulijte u lim i pecite na slabijoj vatri. U međuvremenu istucite snijeg od bjelanaca, umiješajte šećer, med i orahe. Ispečen kolač premažite pekmezom i namazom od bjelanaca i opet stavite da se zapeče.

### *Medova zlevanjka*

Sastojci: 5 dl. meda, 25 dag masti, 80 dag brašna, 6 jaja, 15 dag groždica, 30 dag oraha, 1 dag soda bikarbonate, cimet, klinčići.

Med i mast rastopite do vrelosti. U vrelu masu dodajte brašno i mijesite dok tijesto ne postane glatko. Ostavite da se ohladi. U ohlađeno tijesto dodajte 2 jaja i 4 žumanjka, malo cimeta i klinčića, soda bikarbonu, groždice i krupno nasjeckane orahe. Sve dobro izmiješajte i stavite u namašćeni i brašnom posut lim (kalup za kolače). Ostavite na toplom mjestu da se 2-3 sata odmara. Nakon toga ispecite u vrućoj pećnici. Gotovu zlevanku neposredno prije posluživanja izrežite, jer se naglo suši.

### *Vrbovečka pita*



Sastojci za tijesto: 50 dag brašna, 25 dag masti, 20 dag meda, malo soli, 1 jaje, 1 prašak za pecivo; za nadjev: 40 dag lješnjaka, 20 dag groždica, 20 dag šećera, 2 dl kiselog vrhnja, 1 žlica ruma; 20 dag pekmeza (po izboru); šećer u prahu.

Smrvite brašno sa šećerom, dodajte med, sol, jaje i prašak te zamijesite glatko tijesto. Manji dio odvojite, veći razvaljajte i stavite u dno lima. Samljevane lješnjake pomiješajte s ostalim dodacima za nadjev. Premažite tijesto pekmezom, stavite na nj nadjev, i rešetke načinjene od manjeg dijela tijesta. Pecite pola sata i pospite šećerom u prahu.

### Savijača od meda

Sastojci za tijesto: 0,5 kg brašna, 25 dag maslaca, 1 jaje, 1 žumanjak, 2,5 dl mlijeka, 2 dag kvasca, 4 žlice šećera; za nadjev: 20 dag samljevenih oraha, 75 dag meda 2,5 dl mlijeka, limunova korica, klinčiće, cimet, 1 dl ruma, mrvica, 1 žlica maslaca, šećer po potrebi.

Kvasac umiješajte u mlako mlijeko i dodajte mu prstohvat soli. Umijesite s brašnom, maslacem, jajetom i šećerom. Umutite električnom miješalicom i postepeno dodajte ostatak mlijeka. Kad se tijesto počne odvajati od stjenke stavite ga u pobrašnjenu zdjelu, pospite brašnom i ostavite da se diže do sutradan. Med stavite u posudu, dodajte mu maslac i šećera ako treba. Stavite na vatru da med polako zavri, dodajte samljevane orahe, mlijeko, rum, sitno izrezanu limunovu koru, istučene klinčiće, cimet, dvije žlice mrvica, i sve jednolično izmiješajte. Dignuto tijesto tanko razvaljajte, namažite mlakim nadjevom i odozgo pospite orasima. Tijesto savijte i ostavite u zamašćenom limu da se diže na toplom. Savijači treba nešto dulje vremena da se digne. Premažite umućenim jajima i pecite na srednje jakoj vatri.

### Kolač od meda

Sastojci: 6 dag maslaca, 13 dag šećera, 4 jaja, 15 dag meda, ¼ žličice soda bikarbonate, 5 samljevenih karanfilića, ¼ žličice cimeta, ribana kora limuna, 15 dag oštrog brašna, 1 čašica ruma.

Maslac pjenasto umutite i dodajte mu šećer. Umutite jedan po jedan žumanjak i miješajte sve dok ne dobijete glatku masu. Dodajte sodu bikarbonu, karanfilić, cimet, kora limuna, rum i na vatri ugrijte med. Sve zajedno miješajte i primiješajte brašno, i tvrdo tučeni snijeg od bjelanjaka. Smjesu stavite u dobro podmazan i pobrašnjen lim. Pecite na srednje jakoj vatri.

## Medeni, crni kruh

Sastojci: brašno, šećer, mlijeko, med, prašak za dizanje, orasi ili suho voće.

Popržite . 1-2 žlice šećera i prelijte mlijekom. Promiješajte brašno i prašak za dizanje i stavite u zdjelu. Umiješajte u brašno krupno izrezane orahe ili suho voće, nekoliko žlica meda i proprženi šećer. Količine namirnica uzmite po volji, sve zajedno umijesite u tijesto, oblikujte dugoljasti hljepčić (štruca), stavite u namašćeni lim (protvan, tepsija) i ispecite u dobro zagrijanoj pećnici. Pečene štruce ostavite da se ohlade i izrežite na ploške. Ovako pripremljen crni kruh posluživali su uz čaj, kavu ili mlijeko.

Ako u tijesto stavljate sodu bikarbonu ostavite hljepčice da stoje 10-15 minuta, a tada ih pecite. Ako ste umiješali prašak za dizanje pecite odmah.

## „Med“ od maslačka

Sastojci: 40 sasvim otvorenih cvjetova od maslačka, 4 velika limuna, šećer.

Pristavite 1 litru vode s narezanim limunovima. Neka malo vrije, izvadite limune i dodajte cvjetove i kuhajte 15 minuta. Ohlađeno procijedite kroz gusto sito pa na svakih 3 dl dodajte 1 kg šećera. Umiješajte limune i kuhajte pola sata na umjerenoj temperaturi. Razlijte u zagrijane bočice i zatvorite celofanom.

## „Med“ od maslačka II. inačica

Uzmite staklenku širokog grla, šećer i drvenu žlicu. U staklenku stavite sloj rascvjetanog proljetnog cvijeta, sloj šećera i tako sve do polovine staklenke. Sabijte drvenom žlicom sadržaj i možete dodati malo vode. Nastavite slagati slojeve do vrha. Tako nabijeni slojevi pretvoriti će se u „maslačkov med“ ugodnog, slatkogorkog okusa. Zahvaljujući velikom sadržaju šećera, može se čuvati na hladnom mjestu do slijedeće sezone. Koristi se na razne načine

## Slavonija

### Janjeći but s medom

Sastojci: janjeći but od 3,5 kg, sol, papar, 10 dag primorskog meda od kadulje, 2 dl bijelog suhog vina.

But posolite, popaprite i stavite u zagrijanu pećnicu. Kad je meso polupečeno prelijte ga medom i pecite dalje. Kad potamni od karameliziranog meda, podlijte ga 2 vinom (malo razblaženo vodom) prekrijte alufolijom i pecite na temperaturi od 200 °C oko 1,5 sat. Poslužite s pirjanim kiselim kupusom (zeljem) i kuhanim krumpirom.

### Paradajz-paprika s medom

Potpuno zaboravljen način spremanja paprike.

Zdrave paprike operite i svaku probušite iglom za pletenje na nekoliko mjesta oko peteljke. U kacu ili veliku staklenku stavljajte red paprika, zatim red miješanog povrća kao što su cvjetovi karfiola (cvjetače), koluti mrkve i hrena, pa opet red paprika. Kad je posuda napunjena, povrće prelijte salamurom od 3 l vode, 3 l octa, 50 dag soli i 30 dag meda. Posudu dobro zatvorite i čuvajte na hladnom i tamnom mjestu.

Najstariji ocat nije bio vinski, ni jabučni, bio je – *medeni*. Egipćani su prvi radili i trošili ocat još prije 3500 – 4000 godina pr. Krista, prije prvih posađenih vinograda.

Najbolji med za proizvodnju octa je bagremov med razblažen vodom. Nakon što fermentira (ne pasterizira se), pri čemu se ne unište korisne bakterije i enzimi, dobije se ocat zlatne boje, intenzivna mirisa, koji je manje kiseo od vinskog ili jabučnog. Korišten u salatama, začinjaju povrća ili kao dodatak miješanim umacima gorkasto-slatkastog okusa, daje novi i mnogima nepoznati okus, ali zato vrlo profinjen.

..... za Badnjak se u Šokadiji pila medena rakija, nazdravlja se rođenju djeteta... Ona je obavezna i za određene časti: za Badnjak se pila medena rakija, nazdravlja se rođenju djeteta, svadbe, kirvaja, kao ni pogreba.

Posebna je dužnost domaćinova (dide ili najstarijeg sina) „zamedljati rakiju (svojevrсна medovina; rakija miješana s medom).

.....  
..... U obiteljskoj sobi prostire se stol: nešto slame prekrije se bijelim stolnjakom; na kraju stola, koji je bliže prozorima, stavlja se na većem plitkom pladnju (ili kakvoj plitici) božićnjak, oko njega (ili na njega) dvije-tri lijepe jabuke, suhe šljive, smokve, orasi i (često) grožđe; uz božićnjak stavlja se posudica (ili dvije) sa zelenim žitom posijanim na dan sv. Lucije (13. prosinca), a među zelenom pšenicom utaknuta je svijećica koja se pali na ognjištu i gori za obroka na Badnju večer i za objeda na tri božićna dana. Na salašima je bio običaj stavljati još sa svake strane po jedno janješće učinjeno od pamuka. Velika božićna svijeća je u posebnoj većoj posudi („čirak sa svijećom“; stalak, kandelir) utaknuta u žito zrnje. Postoji običaj da se uz veliku božićnu svijeću na Badnju večer pale još tri svijeće.

Posuda sa zrnjem pšenice u kojoj je velika božićna svijeća naziva se ponegdje „boginje“. Na stolu se nalazi i boca zamedljane rakije, tanjurić s medom, očišćen češnjak i jabuka, koja će prije večere biti rasječena na onoliko dijelova koliko ima ukućana za stolom.

Prije jela ustaje domaćin i s bocom zamedljane rakije u ruci govori zdravicu: ..... Zatim se pije rakija iz jedne boce, svatko mora gucnuti i pružiti drugome (rakija se pila stojeći). Svatko uzima češnjak, umoči ga u med i pojede (češnjak predstavlja grijeh i gorčinu, a med je znak duševne slasti za ovaj blagdan), tako učini i s djelićem oraha, a zatim svatko dobije komadić jabuke koja je rasječena u onoliko komadića koliko je čeljadi u kući. Bio je običaj i lomljenja božićnog kolača na glavama mladih članova obitelji prije večere.

Nakon grahove juhe (grahova juha je uvijek bilo prvo jelo na stolu za badnje večeri) slijede posna jela: riba, tjestenina („rizanci“, „nasuvo“) s makom, sirom ili orasima, ukuhano miješano voće (suhe šljive, jabuke, dunje). Sva jela za večerom začinjena su i „zapržena“ maslom, ulje se nije koristilo. Od svakog jela ostaje dio na stolu sve do pola noći kako bi namjernik ili prolaznik, ako u toj noći naiđe, imao što jesti. Te večeri i noći nitko ne smije biti gladan: ni perad, ni blago, ni psi, ni mačke, „ni tice nebeske“.

## Medena rakija

Posluživala se za obiteljskih svečanosti prije jela.

Med se zagrije (otopi) na štednjaku u posudi (pazeći da temperatura nije bila veća od 40 °C) i tada se doda rakija i sve dobro izmiješa.

## Pita s medom

Sastojci za *tijesto*: jaje, 3 dag masti (ili maslaca), žličica sode bikarbone, 2 žlice meda, 3 žlice mlijeka, 15 dag šećera, 45 dag brašna; *krema*: 2 dl mlijeka, 2 žlice brašna, 15 dag maslaca, 15 dag šećera.

U zdjelu staviti razmućeno jaje, dodajte masnoću, med, mlijeko, šećer i sodu bikarbonu. Sve izmiješajte i zakuhajte, skinuti s vatre i umiješajte brašno. Kad se ohladi premijesite, podijelite na 3 jednaka dijela i na pobrašnjenoj dasci razvucite na oblik četverokuta veličine 20x30 cm, i ispecite u pećnici. Tijekom pečenja tijesto će narasti i otvrdnuti.

*Krema*: u kipućem mlijeku zakuhajte brašno razmiješeno s malo hladnog mlijeka i kuhajte da se zgusne. Rashladite i dodajte pjenasto umućen maslac i šećer.

Ohlađene kore međusobno slijepiti kremom, a odozgo pospite šećerom u prahu. Sljedeći dan kad kore omekšaju izrezati na komadiće veličine 3-7 cm.

## Krumpirove placke (Bramborovi placky)

Sastojci: 1,5 kg krumpira, 40 dag brašna, 3 jaja, sol, 20 dag masti, 10 dag meda.

Krumpir ogulite, razrežite i skuhaite u vodi. Kuhani krumpir ocijedite, dobro protisnite i dodajte mu brašno. Zatim dodajte jaja, sol i mijesite dok tijesto ne postane glatko. Tijesto razdijelite na nekoliko dijelova i svaki razvaljajte u okrugli oblik (veličine 10-15 cm). Pecite na ploči štednjaka, a pečeno premažite mašću i medom.

## Lokša



Pečena lokša

## I inačica (slana lokša)



Sastojci za *tijesto*: 50 dag brašna, 2 dl vode, (1 jaje – dodatak koji je obogatio izvorni naputak), malo soli, par kapi ulja; *nadjev*: 20 dag sjemena bundeve, 5 dl vode, mala žličica oštrog brašna.

Lokše su mijesili samo od brašna, vode i soli (bez kvasa). Tijesto se tanko razvalja i peče. Kad malo porumeni s jedne strane, okreće se na drugu. Žene bi ispekale dvadeset do trideset komada lokši i kada su bile pečene prelile bi ih *prgom* (prženo bundevino sjeme). Bundeveno sjeme bi najprije posušile na peći, zatim istukle u stupi, prosijale pa skuhale u vodi. Kada se prga malo ohladila, lokše bi redom polijevali, i to je bila *gibanica*.

## II. inačica (slatka lokša)

Sastojci za *tijesto* (jufku, juku): 30 dag brašna, 1 prstohvat soli, vode po potrebi; *nadjev*: zašećerena ili zameđena topla voda, orasi, med od šećerne repe ili obični med.

Zamijesite srednje tvrdo tijesto kao za trgance. Rastanjite na debljinu mlinaca. Stavite peći s obje strane na *plotnu* štednjaka ili ispecite na poledini tepsije u pećnici. Natrgajte u zdjelu. Pokapajte toplom vodom u kojoj ste otopili šećer ili med. Pospite orasima i medom od šećerne repe. Promiješajte i poslužite.

## Slavonski medenjaci

Sastojci: 25 dag meda, 1 dl šećera,  $\frac{1}{2}$  l raženog brašna, 2 žlice maslaca, 2 cijela jajeta, 1 žličica cimeta, 1 žličica usitnjenog klinčića, malo ribane korice limuna ili naranče,  $\frac{1}{2}$  l raženog brašna, 1 žličica sode bikarbone.

Vrući med prokuhajte sa šećerom, prelijte preko  $\frac{1}{2}$  l raženog brašna i stalno miješajte, Ohladite. Hladnoj smjesi dodajte ostale sastojke i dobro izmijesite, stavite na dasku, premijesite, pokrijte čistom kuhinjskom krpom i ostavite da odstoji pola sata. Razvaljajte na  $\frac{1}{2}$  prsta debelo, izrežite čašom ili malim oblicima (kalupima). Protvan (lim, tepsiju) namažite voskom, stavite medenjake i pecite u zagrijanoj pećnici dok ne postanu svijetložuti. Nakon pečenja ostavite 2 do 3 dana da postanu prhki.

## Torta s pivom i medom

Sastojci: 50 dag šećera, 1/2 boce piva, 25 dag meda, 35 dag brašna, 1 žličica sode-bikarbone, 30 dag mljevenih oraha, 15 dag kuhane mljevene pšenice, 2 vrećice vanilin-šećera, malo oraščića i 15 dag šećera u prahu.

Napravite tijesto od brašna, 20 dag šećera, meda, piva i sode-bikarbone. Ispécite dvije jednake kore. Ostatak šećera prelijte čašom vode i stavite da zakipi. Dodajte pšenicu, orahe, vanilin-šećer i oraščiće. Dobro izmiješajte i premažite jednu koru, a drugom poklopite. Šećer u prahu izmiješajte s malo ruma dok se ne zapjeni. Prelijte preko torte i premažite tupom stranom noža. Kada se preljev osuši, poslužite.

## Posavina

### Posavska gibanica

Gibanica se slagala od beskvasnih listova, osušenih na ploči štednjaka (to su mlinci). Prvo bi se ti listovi namakali u vodi a onda bi oni cijeli bili podloga, a zdrobljeni bi išli u nadjev. U nadjev bi se još stavljali orasi i med, ili jabučni pekmez.

---

Obavezno se pripravljala za Božić uz Božićni kruh koji je na sredini imao križ, sa strane urešen oblicima od tijesta kao: stablo, kuća, ili nečim drugim što je ovisilo o umijeću domaćice. U kruh se obavezno stavljao kovani novac i onaj tko bi ga pronašao na Božić, imat će ga cijele godine. Uvečer na Badnjak, poslije molitve, jela se pava – zgnječeni grah s češnjakom.

---

### Kolačići kroz ruku - kiseli kolačići



Sastojci: 1 kocka *germe* (kvasca), mlaka voda, sol, 1 kg brašna, mast.

Germu zamijesite s malo brašna i malo vode, i ostavite pola sata da odstoji (da se diže). Zamijesite rjeđe tijesto od dignute *germe* (kvasca), brašna i soli (rjeđe tijesto nego što je za kruh). Ostavite ga barem 2 sata da odstoji (najbolje je da odstoji preko noći). Oblikujte kolačiće šakom tako da tijesto stavite na dlan, stisnete šaku i ono što izađe između palca i kažiprsta žlicom prihvatite i stavite na vrelu mast (danas ulje, iako su neusporedivi ukusnije na masti). Pecite do zlatnožute boje. Po želji možete zasladiti medom ili šećerom.

## Baklava sa suhim šljivama

Sastojci: 50 dag tankih kora, 50 dag suhih šljiva, 25 dag meda, 30 dag oraha, 50 dag šećera (za sirup).

Šljive stavite u vodu i ostavite pola sata da omekšaju. Izvadite iz vode, odstranite koštice (špice) i iskošite. Orahe također iskošite, spojite sve zajedno i umiješajte med. Dobro sjedinite.

*Sirup:* u 0,5 l vode dodajte 50 dag šećera i kuhajte dok se malo ne zgusne. Skinute s vatre i ostavite da se hladi.

U nauljenu tepsiju (pleh, lim posuda za pečenje) poredajte 4 kore (svaku pouljite), na to rasporediti 1/2 od ukupne količine nadjeva. Prekrijte s 2 kore, dodati ostatak nadjeva i odozgo staviti još 4 kore. Baklavu izrežite na romboide prije pečenja. Pecite na 200 °C oko 45 min. Polijte ohlađene baklave mlakim sirupom.

## Pekmez od šljiva s medom

Sastojci: 4 kg šljiva, 1 kila meda, 50 dag šećera, 1 dl rogačice (ili ruma).

Šljive dobro operite, ocjedite i odstranite peteljke i koštice (špice). U posudu (teću) u kojoj će te kuhati pekmez naizmjenično slažite šljive, šećer i med, dok sve ne utrošite. Odložite na hladno mjesto 2 sata, nakon toga kuhajte najprije na laganoj, pa na srednjoj temperaturi. Ne zaboravite miješati da ne zagori. Od trenutka kada počne vreti, kuhajte 1 sat. Na kraju kuhanja, uspite rogačicu (ili rum) i lagano izmiješati. Vruć pekmez uspite u suhe i zagrijane staklenke, do 1cm ispod vrha. Ostavite da se ohladi i da pekmez dobije koricu. Zatvorite pergament papirom ili celofanom namočenim u alkoholu, povežite i odložite na hladno mjesto.

## Savijača s medom

Sastojci: 50 dag brašna, malo soli, maslac, mljeveni bademi, šećer u prahu, 25 dag meda, sok 1 limuna. 1 štapić vanilije.

Od brašna sol, malo vode zamijesite tijesto kao za svaku savijaču. Tijesto dobro izradite, podijelite na dva dijela i razvucite, što tanje, preko stolnjaku na prostrtom stolu. Kore ostavite da se dobro posuše. Osušene kore poprskajte rastopljenim maslacem, pospite mljevenim bademima i šećerom u prahu, presavijte sve na četiri strane, poprskajte maslacem i pomoću stolnjaka uvijte u savijaču (rolu). Pleh namažite maslacem i u njemu ispecite savijaču. Kad je pečena izrežite na jednake dijelove i složite u dublju porculansku posudu. Na štednjaku, u posudi,

zagrijavajte mješavinu meda s vodom (vode toliko da se malo razblaži), soka limuna i komadića vanilije. Prokuhajte i prelijte preko savijače.

Gorče od jeda, slađe od mēda

## *Lika*

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.

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 sretni“. „Pošten ne dira tuđe“, ali se kaže: „što nađeš, ne kaži!“

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 cijedenja 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 procijeden vosak još jednom se prokuha, nadolijevajući hladnu vodu. Kad se ohladi pokupi se vosak s površine, a tekućina ispod voska zove se šerbet – *prikucanac*.

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.



Degenija velebitica

Danas je poznata krasnarska **Velebitska rakija**, oplemenjena ljekovitim travama i medom koju proizvodi tvrtka Degenija u Krasnu.

### *Lička dunjovača*

Među brojnim delicijama kojim obiluje Lika, od davnina bile su vrlo popularne rakije kao šljivovača, kruškovača, drenovača i dunjovača. Rakija je bilo piće koje se uz vino Kosinjske doline, o čemu nam danas svjedoči po koji podivljali tres, iznosilo na stol pred pučane i plemenitaše.

Dunjovača je rakija koju piju pametni ljudi, da uživaju u svakoj kapi što klizi niz grlo. Za to treba čašica- dvije, a ne litra – kao po onoj staroj koji su se hvalili: *da rakiju peku na Badnjak, a na Božić je već nemaju niti kapi!*.

Za rakiju se odabiru zreli plodovi i režu na tanke listove, na ribežu za repu, da bi fermentacija bila bolja. Svakog dana se kom najmanje četiri-pet puta prevrće kako bi se sadržaj velikih kaca što bolje miješao i ravnomjerno fermentirao. Kažu da je tajni sastojak, u malim količinama, med u saću. Za razliku pečenja šljivovice koje se po kotlu dobije i do 10 l., dunjovače se dobije tek 2 – 2,5 litre.

U podrum s kacama i komom mora biti stalna temperatura od 20 °C, kako bi fermentacija bila uspješna. Nakon pečenja, na starinski način, dunjovača se odlaže u hrastove bačve u kojima odležava najmanje godinu dana. I doseže snagu od 40 posto.

## Gorski kotar

### Nadjevene (punjene ) pečene jabuke



Sastojci: 4 veće jabuke, 4 žlice mljevenih oraħa, 2 žlice šećera, 2 žlice meda.

Jabuke operite, izdubite sredinu pazeći da ih ne probijete (koru). Oraħe i šećer zajedno izmiješajte i nadjenite jabuke. Na vrh svakog nadjeva stavite pola žlice meda. Složite na pleh (lima za pečenje) i pecite u zagrijanoj pećnici na 250 °C desetak minuta. Pečene jabuke poslužite posute šećerom u prahu i po želi s malo tućenog slatkog vrhnja (šlag).

### Meden, crni kruh

Sastojci: krušno brašno, šećer, mlijeko med, prašak za dizanje, orasi ili suho voće.

Popržite jednu – dvije žlice šećera i nalijte mlijekom. Promiješajte prašak za pecivo za dizanje s brašnom i stavite u zdjelu. Umiješajte u brašno krupno izrezane oraħe ili suho voće, nekoliko žlica meda i poprženi šećer. Po volji uzmite od svih primjesa. Sve zajedno umijesite u tijesto, oblikujte dugoljaste hljepčice, stavite u namašteni lim i ispecite u dobro zagrijanoj pećnici. Ako u brašno stavljate sodu bikarbonu, ostavite hljepčice da stoje 10-15 minuta, a tada ih pecite. S praškom za dizanje pecite odmah. Pečene hljepčice ostavite da se ohlade, izrežite ih u ploške i poslužite uz kavu ili mlijeko.

## Bazgin popečak

Sastojci: 16 velikih cvjetova bazge (paštici), 8 dag brašna, 1 jaje, 3 dl mlijeka, sol, Svježe ubrani cvjetni paštici (očišćeni od biljnih uši) služe za bazgine popečke. U malo gušću smjesu za palačinke umočite i dobro natopite cvjetni paštitač te popržite u vrućem ulju. Kada blago porumeni s donje strane, škaricama brzo odrežite peteljke i okrenite na drugu stranu. Sa svake strane peče se 2-3 minute, ovisno o temperaturi ulja. Gotovi popečak stavite na papir za upijanje masnoće. Uz popečak izvrsno ide krumpirova salata s lukom i listovima maslačka ili listovima krumpirače (list sličan maslačku, miriši na restani krumpir, a cvijet krumpirače je sličan cvijetu maslačka). U slatkoj varijanti možete prelitati medom od kadulje, kao što se to radi u nekim našim regijama.

## Medine šape



modlice - kalupi



Pracli

Sastojci: 25 dag masti (danas se zamjenjuje s 30 dag maslaca), 25 dag mljevenih orah, 35 dag oštrog brašna, 25 dag šećera u prahu, 1 cijelo jaje, 1 žumanjak, prstohvat soli.

Mast (maslac) dobro utrljajte u brašno, dodajte šećer, jaje i orahe. Umijesite u glatko tijesto. U dobro podmazane (mašću ili maslacem) kalupe utisnite smjesu tijesta, ali ne do kraja (tijesto će se malo podići). Stavite u pećnicu zagrijanu na 180 °C i pecite dok se smjesa ne odvoji od kalupa, oko 15 minuta. Kolačiće ostavite da se ohlade u kalupima (modlicama), izvadite ih i uvaljajte u šećer u prahu.

---

Kolač koji je jednako često priprema u Gorskom kotaru i u Slavoniji.

*Medine šape ili medvjede šape ili slavonski pracli;*

Pravi tradicionalni kolač za blagdane, najčešće se priprema za Božić, kirbaj, svatovske svečanosti..., najčešće s medom, iako se može raditi i s orasima i makom. Pripremaju se u starim *modlicama* (kalupićima) dašku nostalgije i sjećanja. Priprema nije komplicirana, najčešći problem je u malom broju kalupa koje morate ponovo prati, podmazati i pobrašniti te ponovo u njih utisnuti tijesto. I tako nekoliko puta.

Naputak/recept bez mjerenja, tj. prema šalici.

*Mjera za šalicu uobičajeno je 2 dl.*

Sastojci: 3 šalice oštrog brašna,  $\frac{1}{4}$  vrećice praška za pecivo, 1 šalina šećera, 2 šalice mljevenih oraha, 1 šalina svinjske masti ili šalina margarina, 1 jaje, 1 žlica meda, 1 vrećica vanil šećera, 1 dl mlijeka (otprilike), šećer u prahu (za posipavanje)

-----

### Medeni kolač

Sastojci: 25 dag meda, 2 jaja, 12 dag maslaca, 12 dag šećera, vanilija, 50 dag brašna, 2,5 dl mlijeka,  $\frac{1}{2}$  žličice cimeta, kakaa i 1 prašak za pecivo.

Na štednjaku ugrijte med toliko da postane tekuć, skinite s vatre i ostavite da se ohladi. Dodajte mu sve gore navedene sastojke. Sve zajedno dobro promiješajte i stavite u mašću namazani, veći, oblik (lim, pleh). Oblik napunite do pola, jer će tijesto pri pečenju narasti. Medeni kolač pecite 1,5 sat, a kad se ohladi poslužite uz zdjelicu hladnog mlijeka ili s kompotom.

### *Domaći karamel*

Sastojci: 25 dag šećera, 8 dag tekućeg meda, 5 dag maslaca.

Kuhajte med i šećer na pari. Neprekidno miješajte. Kad dobije boju umiješajte maslac i kuhajte da se počne zgušnjavati. Izlijte u plitki, uljem namazani lim da bude tanak sloj. Hladno narežite i svaku kockicu zamotajte u celofan-papir.

### Slatkiši u papirnatim košaricama

Sastojci: 2 dl vrhnja, 2 dl vrlo rijetkog meda (ili sami razrijedite gušći med), istu količinu šećera, 10 dag samljevenog badema, mrvice od bijelog ili mliječnog kruha.

Kuhajte na pari mješavinu vrhnja, med i šećera otprilike pola sata. Mješavina je dobra kad među prstima možete oblikovati mekanu kuglicu. Maknite s vatre, umiješajte bademe i mrvice, pa razlijte u papirnate košarice.

## Ocat od meda

Sastojci: 2 kg meda, 10-12 l vode, 1 jaje, 5 g kalijeva tartarata, 5 g amonijeva fosfata, malo Vrelka, suhog vinskog kvasca, malo jabučnog ili vinskog octa

Gorski kotar poznat je po medu i pripravcima od meda, a jedan od njih je i ocat, ugodne i specifične arome, i, kako kažu, ljekovitih svojstava.

Pomiješajte med s vodom. Gustoću otopine provjerite cijelim jajem tako da ga stavite u otopinu. Ako se iznad površine vidi dio jajeta, otopina je dobro pripremljena. Ako jaje potone, znak je rijetke otopine. Obzirom da je gustoća meda različita, takav pokus će vas upozoriti o kvaliteti gustoće otopine. Alkoholno vrenje otopine pospješiti će te kalijevim tartaratom i amonijevim fosfatom, kao i dodatkom Vrelka i suhim vinskim kvascem. Nakon što je alkoholno vrenje gotovo, mednoj otopini dodajte malo jabučnog ili vinskog octa za ubrzanje octenog vrenja.

## Napitak od izbojaka četinara

Ovaj napitak može se pripremiti od mladih izbojaka jele, bora i smreke. Prijatnog je aromatičnog okusa i sadrži veliku količinu C vitamina.

Mlade izbojke spustite u vrelu vodu da se otopi sloj smole. Nakon toga odvojite iglice i ostavite da stoje 2 sata u hladnoj vodi. Napitak ocijedite i zasladite medom po ukusu.

## „Med od bora“

Koristi se kao i med za namaze ili sredstvo za zaslađivanje čajeva ili napitaka.

U šumi naberite 1 kg mladih izbojaka bora. Treba ih prikupljati kada su veličine oko pet centimetara. Ako prerastu izgubit će aromu i dobiti gorak okus. Izbojke potopite u malo ključalo vode. Ostavite neko vrijeme da zajedno vri, odmaknite s vatre i ostavite poklopljeno sat vremena. Procijedite tekućinu i na svaku litru dodajte 1 kg šećera i sok 1 limuna. Sve zajedno kuhajte dok ne dobijete gustu masu poput meda.

## *Istra*

### 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 (borovice), 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. Pirajte 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.

### 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 brendia, 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, brandi i zgnječene marune. Slatko vrhnje izmiksajte u čvrsti „šlag“. Kada smjesa sa želatinom počne čvrnuti umiješajte kremu od maruna s brandi, 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.

### 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.

## Biska (rakija od listova imele)



Vrsta rakije od suhog lišća bijele imele (*Viscum album L.*, od ove latinske riječi nastao je naziv „biska“), ubrane u cvatu sa stabala hrasta, intenzivne žute boje i četiri vrste trava, radi se u mjestu Hum – Istra (u srcu Istre, 15 km istočno od Buzeta). Nakon što se „ispeče“ rakija tropica (komovica) pomiješa se sa suhim lišćem bijele imele\* (sabranim u proljeće i sušenim pri umjerenoj temperaturi u hladnoj i tamnoj prostoriji), lišće se moči ne dulje od 30 dana. Vrijedni biskari (proizvođači biske) nekoliko puta dnevno će promiješati mješavinu da bi se što bolje proželi esteri i arome. Harmonija biske i umanjenje oporosti i gorčine bisku postiže se zaslađivanjem. Što je i tajna biskara. Neki kažu da treba staviti 3-4 posto šećera u otopinu, drugi kažu da treba staviti smeđi šećer, a treći kažu - treba staviti – med, što bi trebalo govoriti i o izvornosti sastojaka. U kombinaciji s medicom dobiva se *medimela*.

Nakon što je maceracija gotova, mlada biska, izrazito zelene boje, pretače se u hrastove bačve (ili inox) u kojima odležava najmanje godinu dana. U tom razdoblju boja se mijenja u patinastozlatnu. U tom razdoblju odležavanja, biska se preljeva iz većih u manje bačve. U osnovi što dulje leži, bolje je kvalitete.

## Suho voće i med

Sastojci: 50 dag meda od bagrema, po 6 dag očišćenih badema i lješnjaka, po 5 dag polovice oraha, pinjola i pistacija, 2 zvjezdolika anisa.

Zagrijavajte med na niskoj temperaturi i neka pomalo vrije 5 minuta. Umiješajte anis a zatim redom suho voće tako da smjesa mora provriti kad dodate jednu vrstu pa tek tada umiješajte drugu i opet pričekajte da nova provrije. Kad s posljednjim dodatkom provri, maknite sa štednjaka i izvadite anis. Vruću smjesu podijelite u male staklenke, hermetički zatvorite i staklenke poslažite naglavce. Ohlađene okrenite i složite na suhom i hladnom mjestu.

## Vino od meda

Sastojci: 50 kg meda, 25 l vode, 2 dag selekcioniranog vinskog kvasca.

U zagrijanu vodu na 30 °C dodajte med i mješavinu od 2 dag kvasca razmućenog u 2 litre meda u mlakoj vodi. Sve dobro promiješajte i ostavite oko 1 sat. Nakon toga otopinu s kvascem prelijte u bačvu ili neku drugu posudu u kojoj će se provesti vrenje. Prostorija u kojoj će biti vrenje ne smije biti pre topla jer bi prebrzo vrenje moglo štetno djelovati na kakvoću mednog vina. Kao u svakom drugom vinu i vinu od meda ima alkohola i mineralnih tvari, vitamina, organskih kiselina, peludnih zrnaca, fermenta a često i neprevrelih jednostavnih šećera, glukoze i fruktoze, te nekih drugih tvari iz meda. Dobro napravljeno vino iz meda je korisna namirnica.

Testo oməsi ... pod rastegneno verzi medenicu z maslom namazanu

## 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 °C.

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 °C, 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 otočka jela ili piće.  
-----

Krk

## 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, oblikujte 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 ne može 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. Vince-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 oplacha*, dok je pravi kolač, medenjak oplacha, iščeznuo iz upotrebe.

---

## *Pag*

### 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, izmravljeni 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 °C oko 40 minuta.

## *Primorje*

### 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 °C. Smanjite temperaturu na 180 °C. Preljevajte 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.

### 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 groždica, 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, groždice, 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 °C oko 45 minuta. Ispećeni kolač pospite šećerom u prahu.

## Pavlinska torta - **suvenir Crikvenice**

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 (oko 18-19 dag). Svaku od 4 loptice razvaljajte okruglo na jako pobrašnjenom 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 °C oko 12 minuta (ako postoji mogućnost stavite 2 kruga tijesta odjednom). Tako postupite sa svim 4 krugovima, 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. Primiješajte 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 ukasite tortu.

Pecite na 150 °C oko 1 sat. Ohladiti u kalupu, potom osloboditi prsten i tortu stavite poslužavnik za torte (metalni ili stakleni tanjur na stalku).

## *Skradin*

Globi – okruglice, loptice od sira

Sastojci: 30 dag griza, 50 dag svježeg kravljeg sira, maslinovo ulje, tekući med, mak.

Umijesite “gnjecavo“ tijesto od sira i griza. Oblikujte okruglice, veličine 5 cm, tako da u šaku uhvatite smjesu i trljanjem oblikujete lopticu. Pecite uz povremeno okretanje u maslinovom ulju, zagrijanim na 170 0C, do zlatno smeđe boje. Kad je pečeno prelijte medom i pospite makom. *Globi* se poslužuju topli i hladni.

## Skradinska torta

Sastojci: 12 jaja, 35 dag šećera, 40 dag mljevenih oraha, 1 vrećica vanilin-šećera, 1 dl rakije od rožice ili ruma, 1 žlica meda, 3 žličice brašna, 20 dag čokolade za kuhanje, cijeli očišćeni orasi.

Sameljite orahe i pomiješajte s brašnom. Dobro istucite jaja da budu kremasta (ako koristite mikser odvojite bjelanjac od žumanjka), pa dodajte šećer, vanilin-šećer i sve dobro istucite (žicom) oko pola sata. Pomalo dodajte orahe i lagano umiješajte s rakijom i medom. Oblik te torte („štanap“ po domaćem) namažite mašću, pospite brašnom i u njega ulijte masu. Pecite jedan sat u zagrijanoj pećnici na 150 °C. Zadnjih 10-tak minuta pecite pokriveno papirom za pečenje ili alufolijom da zlatna boja torte ne potamni. Ohlađeno tijesto preokrenite tako da gornja strana bude dolje i prelijte je rastopljenom čokoladom u koju ste dodali malo mlijeka. Tortu ukasite, po gornjoj strani, rezanim orasima.

---

Autentična poslastica Skradina, pripremala se samo na vjenčanjima i služila mladencima uoči prve bračne noći.



## Medeni poljupci

Sastojci: 35 dag brašna, 20 dag šećera, 2 žlice meda, 2 jaja, 10 badema ili oraha, na vrhu noža soda bikarbonate, žličica usitnjenog cimeta i klinčića.

Od navedenih sastojaka umijesite glatko tijesto i ostavite da počiva oko pola sata. Razvaljajte ga na tanko, oblikujte male pokladnice (okruglice), stavite u maslacem namazani lim (pleh, protvan), svakog namažite umućenim jajem, na sredinu svake okruglice stavite badem ili polovinu jezgre oraha. Pecite u vrućoj pećnici.

Kaplicu si da kak suncę z bilikuma pijęš i mędicu  
zmirom toćiš

## Šibenik

### Kolač od žižula (čičimaka)



Sastojci: 25 dag žižula, 3 dag maslaca, 1 žlica meda, sok 1 limuna; za *tijesto*: 4 bjelanjka, prstohvat soli, 2 žlice šećera, 4 žumanjka, 15 dag šećera, 1 vrećica vanilije, ribana korica 1 limuna, 10 dag brašna, 6 dag maslaca, šećer u prahu za posipanje.

Izvadi koštice iz žižula i prepolovite ih. Rastopite maslac i ispecite žižule na srednjoj vatri. Polijte s medom i sokom od limuna. Peci kratko, oko 5 min, samo da se žižule smekšaju. Namaži okrugli kalup (protvan, lim, tepsiju -oko 25 cm u

promjeru) s maslacem o pospite s malo brašna. Izmiješajte bjelanca s prstohvatom soli. Dodajte šećer i miješajte dok se bjelanca sasvim ne stvrdnu. Izmiješajte žumanca i šećer, dok sve ne problijedi i postane kremasto. Dodajte vaniliju i ribanu koricu od limuna. Dodajte četvrtinu brašna i četvrtinu tučenih bjelanjaka u smjesu žumanca i polako miješajte, lopaticom, da ne istisnete zrak.

Nastavi dok svo brašno i sva bjelanca ne potrošite. Polako dodajte rastopljeni maslac i lagano promiješajte. Ulijte smjesu u kalup i pospite pečenim žižulama. Pecite u zagrijanoj pećnici na 175°C oko 40 min. Ohlađeni kolač pospite šećerom u prahu.

## *Dalmacija*

*Na gostbi čuju se mnoge nazdravice. Evo najobičnijih:*

*Gdje je voda, tu je led;  
gdje su pčele, tu je med:  
pij de, brate, tvoj je red,  
sladko vince kao med!*

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

### Bakalar s ribanim ovčjim sirom

Sastojci za 12 osoba: 2 kg bakalara, 3 kg krumpira, svežanj peršina, 2 dl maslinova ulja, 15 dag luka, 10 dag češnjaka, 10 dag ribanog ovčjeg sira, 2-3 žlice meda.

Bakalar ispilite na manje komade, duge desetak centimetara. Stavite ih u hladnu vodu i pustite namakati 24 sata. Ocijedite vodu i omekšani bakalar stavite kuhati u slanoj i svježoj vodi. Sve skupa oko jedan sat i 15 minuta. Kad se meso počne odvajati od kosti bakalar je kuhan. Kuhani bakalar izvadite iz posude i ostavimo da se ohladi kako biste ga očistili od kože i kostiju. Očišćeno meso narežite na kose ploške. Krupnije komade razmrvice prstima prigodom slaganja bakalara u lonac. Cijeli krumpir s korom kuhajte tri sata prije kuhanja bakalara. Ogulite i narežite na tanke ploške. Na maslinovom ulju popržite sitno kosani luk do zlatnožute boje. Tada mu dodajte kosani peršin i češnjak, i držite na vatri najviše minutu-dvije. Sada, kad ste pripremili sve sastojke slažite u lonac. Na dno stavite sloj krumpira, pa sloj bakalara, lagano posolite, zapaprite (po ukusu), dodajte malo poprženog luka, češnjaka i peršina skupa s maslinovim uljem, pa opet red krumpira, bakalara, maslinovog ulja, luka, češnjaka, peršina. Važno je da na predzadnji sloj ne zaboravite staviti ribani ovčji sir (dvije šake), a na posljednji sloj i dvije-tri žlice meda. Dodajte litru i pol vode u kojoj se bakalar kuhao te obične vode dok ne prekrijete zadnji sloj u loncu. Tako napunjen lonac kuhamo bez miješanja. Oko pola sata. Povremeno lonac protresite, ne miješajte, kako bakalarna čarolija ne bi zagorjela.

## Bakalar na brodet

Sastojci: 1 bakalar, 2,5 dl maslinova ulja, 2 luka, 1 žlica pirea od rajčice, 1 mala žlica meda, krumpir.

Prije pripreme jela bakalar držite u vodi dva dana da omekša. Izrežite, nakon omekšavanje, na male komadiće i očistite od kosti. U posudu stavite ulje i luk izrezan na listiće. Kad luk požuti, uklonite s vatre i slažite redove bakalara i krumpira izrezanog na ploške. Dodajte vode toliko da sve prekrije kao i žlicu rajčice, naglo zakuhajte jednom do dva put i kuhajte dalje na laganoj vatri oko 1,5 sat. Tijekom kuhanja možete stavite med, kako bi mu oduzeli jačinu i slanost. Jelo ne miješajte, nego posudu povremeno protresite. Kad je gotovo, pustite da malo odstoji i poslužite.

---

Suprotno uvriježenom mišljenju kako se med upotrebljava samo za pripremu kolača i slastica, ovo je jedan od starih naputaka koji to opovrgava, kao što se u restoranima sve više nude stari naputci s jelima u koje se dodaje med.

Postoje neka pravila kojih se treba pridržavati; u jela ili umake s jačom aromom, stavlja se med od kestena ili med od bagrema. Jela s medom ne pripremaju se na većoj temperaturi od 45 stupnjeva, jer se gubi mnoštvo njegovih ljekovitih svojstava.

U pripremi ne smije se pretjerivati ni s jednim sastojkom, kako bi se što bolje očuvala autentična aroma.

---

*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 groždica i krumpira (40 dag bakalara, 60 dag krumpira i 5 dag groždica). 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.

## Perna – but, šunka

Sastojci: 1 kg šunke, 20 dag smokava, 3 lovorova lista, med, 50 dag brašna, 0,5 dl ulja, malo vode.

Skuhajte šunku sa smokvama i lovorom. Kada je šunka kuhana, zarezite kožu i ispunite je medom. Zamijesite tijesto od brašna i ulja u koje se dodali malo vode. Omotajte tijesto oko šunke. Pecite dok se kruh ne zarumeni. Tijekom pečenja med potpuno izgubi slatkoću, a daje neku novu aromu i sočnost. Kad je tijesto ispečeno, izvadite iz pećnice i poslužite. Smokve iskoristite za ukras.

---

Zar još i danas *šunka pečena u tijestu* nije delicija mnogih naših svečanosti.

---

## *Kopun ili kokoš na Pometov način*

*Sastojci: 1 kokoš, sol, papar, cimet, domaća kobasica, panceta, 2 ljute naranče, ružmarin, kadulja, sok 1 ljute naranče, med.*

*Kokoš natrljajte solju i paprom iznutra i izvana, a iznutra i cimetom. Nadjenite je domaćom kobasicom, pancetom i ljutom narančom. Naranču probodite vilicom kroz koru tako da sok može izlaziti tijekom pečenja. Začinite grančicama ružmarina i kaduljom. Pecite u zagrijanoj pećnici dok nije gotova. Desetak minuta prije nego što ćete izvaditi kokoš, polijte je sokom od ljute naranče i premažite medom te dodajte još jednu prepolovljenu ljutu naranču sa strane te vratite u pećnicu na još desetak minuta.*

*Ako je ostavite dulje, tj. ne izvadite na vrijeme, med će pocrniti.*

**Poverun\***, male slasne paprike koje se uzgajaju u okolici Dubrovnika, u Župi i u Konavlima. Tamno zelene boje, narastu otprilike oko 5 cm pripremaju se najčešće pirjane za salatu.



Sastojci: *saketić* poveruna (vrećica paveruna; tako se prodaju u nas na placu/tržnici) oko 30-40 dag, maslinovo ulje, ožičica (žličica) meda, sol, svježe mljeveni papar, petrusin, česan.

Poverune operite, stavite ih na ugrijano maslinovo ulje, poklopite i prigajte na umjerenoj vatri nekoliko minuta. Često protresite *prosuju* (posudu). Kad su s jedne strane dobile boju, otklopite, prevrnite *pantarulom* ako treba i dodajte *ožičicu* meda (nemojte se iznenaditi na ovo, odlično paše uz papričice). Ponovo poklopite i prigajte još minutu dvije. I dalje tresite *prosujom*. Kad su poveruni dobili zlatnu boju sa svih strana, gotovi su. Tada ih posolite, popaprite, pospite česnom narezanim na listiće i narezanim petrusinom. Poslužite ih tople kao prilog uz objed ili kao laganu večeru uz komad sira i čašu dobrog crnog pelješkog vina. Svakako na kraju kruhom pomoćite šug kojeg su pustili. Jedite cijele poverune, tako da vam ostane samo peteljka (pošto su sitni, nemaju pica).

### Gotovac



Sastojci: 30 dag kajmaka, 25 dag kukuruznog brašna, 35 dag **sira iz mješine**, 0,5 l vode, med.

U posudu stavite kajmak, dolijte vode i kuhajte na laganoj vatri oko 5 minuta. Maknite s vatre, postepeno dodavajte brašno, neprestano miješajući. Vratite na štednjak i kuhajte, neprestano miješajući, oko pola sata. U skuhanu „gotovac” dodajte sir izrezan na komadiće, promiješajte i poslužite toplo. U svečanim prilikama jelo se prelijevalo medom.

---

Gotovac znaci „gotovo jelo”, u nekim krajevima zovu ga i cicvara (u smislu cicvara od sira).

---



## Posni medenjaci

Sastojci: 50 dag oštrog brašna, 1 žlica praška za pecivo, 1 žlica vanilij šećera, 10 dag šećera, 15 dag meda, 25 dag maslaca, 1 žličica cimeta, prstohvat soli.

Maslac umutiti sa šećerom. Dodajte vanilij šećer, brašno s praškom za pecivo, 5 dag meda, sol i po potrebi 1-2 žlice tople vode. Dobro izmiješati rukama. Navlažiti ruke i oblikujte sasvim male kuglice i slažite ih u nauljenu tepsiju (posuda za pečenje, lim, protvan). Ispecite u pećnici. Ostatak meda rastopiti u šalici tople vode. U sirup umaćite vruće medenjake, slažite ih na tanjur za posluživanje da se osuše.

---

## II inačica

Sastojci: 40 dag brašna, 10 dag šećera, 1 žličica sode bikarbone, 1 žličica cimeta, sok i kora od jednog limuna, 10 dag samljevenih oraha, 4 žlice meda; *preljev*: 25 dag šećera, 2 dl vode, 2 žlice vanilij šećera.

Zamijesite tijesto od navedenih sastojaka i ostaviti odmarati 1 sat. Razvijte tijesto valjkom na prst debljine i okruglim kalupom ili *bičerinom* (čšašom) oblikujte medenjake. Stavite ih u *tepsiju* (posuda za pečenje, lim, protvan) i pecite u zagrijanoj pećnici na 180 °C. Skuhajte gusti sirup za preliv (Vidi: bombice). Tople medenjake premažite sirupom i vratiti u pećnicu da se suše.

---

## Starinski kolač s medom

Sastojci: 1 dl meda, 1 dl ulja, 25 dag šećera, 25 dag kg brašna, 25 dag samljevenih oraha, 1 limun, 1 žličica praška za pecivo, 3 dl bijelog vina, 1 žlica kakaa praha, *prašni šećer* (šećer u prahu) za posipanje kolača.

Izmiješajte u jednoličnu smjesu ulje, med, šećer, kakaa, mljevene orahe. Dodajte sok i *nagratanu* (ribanu) koru limuna. U brašno koje ste pomiješali s praškom za pecivo, ulijte polovinu količine vina. Na kraju dodajte i preostalo vino. Sve zajedno dobro izmiješajte u gustu masu tako da ne otpada lako sa drvene žlice, kojom ste miješali. Odmah uspite u *tepsiju* (protvan, lim, posuda za pečenje) podmazanu uljem i posutu brašnom, stavite u zagrijanu pećnicu i pecite na srednjoj vatri 35 minuta. Ispečeni kolač pospite šećerom u prahu i kada se potpuno ohladi izrežite na rombove.

## Kolač s medom

Sastojci: 40 dag oštrog brašna, 1 prašak za pecivo, ½ žličice sode bikarbone, 3 žlice ulja, 2,5 dl vode, 10 dag šećera, 10 dag narezanih suhih smokava, 10 dag groždica, 10 dag narezanih badema, 1 žlica meda, 3 žlice marmelade od marelica, malo soli i cimeta.

Pomiješajte brašno s praškom za pecivo, sodom bikarbonom, uljem i vodom. Najbolje je miješati s električnim mikserom. Dobivenoj smjesi dodajte šećer, narezane suhe smokve, groždice, narezane bademe (bez kože; stavite ih u malo vode da koža omekša i ogulite), med, marmeladu od marelica, te malo soli i cimeta. Dobro izmiješanu smjesu stavite u dugoljasti namazani kalup i ispecite u zagrijanoj pećnici na 180 °C. Prije posluživanja pospite šećerom.

## Posni keksi

Sastojci: 50 dag brašna, 30 dag oraha, 20 dag šećera, 15 dag meda, 2 dl vode, 1 žlica ulja, 1 žličica sode bikarbone, *zeru* (malo) *nagratanog* (ribanog) muškarnog orašćića, 1 žličica cimeta, 1 usitnjeni karanfilić.

Vodu, med, ulje i šećer prokuhajte. Dodajte kosane ili mljevene orahe, cimet, karanfilić, muškarni orašćić (po ukusu) i brašno pomiješano sa sodom bikarbonom. Sve dobro izmiješajte u jednoličnu smjesu i ulijte u namljenu i brašnom posutu tepsiju (lim, protvan, posuda za pečenje). Pecite u pećnici na umjerenoj vatri. Pećeni keks pospite *prašnim šećerom* (šećerom u prahu).

## Kolač od grožđa

Sastojci: 2 l crnog vina, 50 dag griza, 10 dag groždica, 5 dag opni crnog grožđa (kad je moštenje vina), 10 oguljenih *bajama* (badema) i lješnjaka, 1 žlica meda.

U lonac ulijte crno vino i reducirajte (ukuhajte) na 1 l zgusnute varenike, pomiješajte s grizom i groždicama. Kuhajte smjesu dok sasvim ne ugusti. Dodajte po 10 bajama i lješnjaka, i na kraju umiješajte žlicu meda. Stavite u kalup i pecite u pećnici 45 minuta na umjerenoj vatri. Ohladite kolač i poslužite izrezan na četvrtaste ploške.

### Ćukter (Ćufter) – kolač od bajama i vina

Sastojci: 2 litre dobrog crnog vina, 50 dag griza, 10 dag *suvica* (groždice, suho grožđe), šaka *bajama* (badema), šaka oraha, žlica dvi meda, malo cimeta.

U lonac ulijte crno vino koje ste ukuhali (reducirali) na pola (na 1 liter) zgusnite preostali varenik sa grizom i *suvicama* (groždicama). Kuhajte smjesu dok sasvim ne ugusti. (kad je berba umjesto crnog vina koristite mošt (*širu*) i dodaje svemu *pljuv* (opnu) od crnog grožđa. Ubacite po šaku *bajama* i oraha, dodajte žlicu-dvi meda, nastružite cimeta i sve stavite u uski rebrasti kalup. Pecite u zagrijanoj pećnici na umjerenu temperaturu oko 45 minuta. Ohladite kolač i poslužite ga izrezan na četvrtaste *fete*.

### Mandolat (mandulat, ćukter) – kolač od badema



Sastojci: 4 bjelanjka, 40 dag šećera, limunova kora, vanilin šećer, 20 dag meda, 20 dag badema, 2 oblatne.

Od bjelanjka i šećera stucite čvrsti snijeg, dodajte naribanu limunovu koru i vanilin šećer. U posudi rastopite med, dodajte snijeg od bjelanjaka pa miješajte na vatri dok se ne počne zgušnjavati i odvajati od posude. Popržite bademe, ali pazite da ostanu bijeli (možete ih krupno narezati) i dodajte ih u smjesu te još malo miješajte. Na dno posude stavite oblatnu, prelijte vrućim nadjevom, pokrijte drugom oblatnom, pritisnite teškim predmetom i ostavite da stoji preko noći. Sutradan izrežite zagrijanim nožem na jednake dijelove.

---

Mandolat – *tal.* mandorlato – bademovac, mandulat, bajam, badem, slatkiš od badema. Kolač koji se u Dalmaciji radi još od rimskih vremena.

Raskošnom svadbom Viance Marije Visconti, kćerke Filippa Maria, vojvode od Milana i poznatog vojskovođe Francesca Sforze ponovo je rođen **mandolat**. Listopadsko vjenčanje 1441. godine u crkvi u Cremoni, mladenka je osim bogatih haljina, nakita i novca, donijela za miraz i slasticu načinjenu u obliku makete s prizorom iz Cremone. Zapravo, radilo se o mandolatu u obliku tornja „Torriione“ smještenog uz Katedralu Cremone. Bio je to pravi šećer na kraju bogate svadbene gozbe. Zanimljivo je da je i u nas mandolat rado kušana slastica. Posebice u dalmatinskim krajevima u kojima je pored imena mandolat uvriježen i „mandulat“. Baš kao i u Italiji, mandolat se u nas konzumirao o Božić i sve je više postajao omiljeni sastojak božićne trpeze, postavši tako dijelom lokalnih obrednih navika, ali se kao zdravi izvor energije nastavio uživati i tijekom ostatka godine. Priča o mandolatu duga je i intrigantna koliko i priča o Rimskom pravu ili gladijatorima. Ukusni spoj meda, tučenog bjelanjka, badema, lješnjaka i finih voćnih aroma nije nikoga u povijesti ove slastice mogao ostaviti ravnodušnim. Ni rimske patricije, ni talijanske velikaše, niti današnje sladokusce. Mandolat je posebno ukusna poslastica koja u predblagdanskim danima sve više postaje obavezna namirnica trpeza. Tradicija mandolata seže sve do rimskog doba. Prema najstarijim podacima legionari iz okolice Cremone uveli su na raskošne bankete u carskom Rimu jedan poseban slatkiš napravljen „S medom, bjelanjkom i bademima“. Pismeni zapisi o mandolatu se zatim gube da bi, stoljećima kasnije, zaslugom talijanskog prevoditelja Gherardoa Cremonesea iz 12. st., mandolat bio spomenut kao osobit arapski slatkiš od badema i meda, što se kuhao oprezno, uz dugotrajno miješanje, a koji Arapi nazivahu – „turun“. Vjerojatno je iz toga korijena i nastao talijanski naziv za mandolat – „torrone“. Njemu su se pripisivala ljekovita i obredna svojstva zbog sastojaka od prirodno zdravih namirnica.

Tamni mandolat se radi na taj način da se dodaju 3 žlice čokolade u prahu i 2 žličice gorkog kakaa, a stavi samo polovica količine badema.

Kolač od badema – mandolat danas rade - koludrice, časne sestre, samostana Sveta Margarita u Pagu (otok Pag).

---

Pandulat (postoji i *mandolat* – što nije isto) - tvrdi, suhi kolačići

Umutite 6 jaja i 35 dag šećera u prahu, u jednoličnu smjesu. Pomalo miješajući dodajte 75 dag brašna, 15 dag izrezanih bajama (badema), malo soli, šaka suhih grožđica, suhih smokava ili drugog suhog voća po želji, dodajte limunovu koricu (po želji), od začina je dobar kim. Na kraju dodajte grubo naribanu čokoladu i 1 malu žličicu meda. Sve dobro umijesite, trebali bi dobiti tvrđu smjesu. Oblikujte štrucu i stavite peći oko 40 minuta u umjereno zagrijanoj pećnici. Kad su pečeni, lagano porumene. Topli pandulat izrežite na kose tanke fetice (kriškice) i pustite da se ohladi.

Što duže stoji (i suši se) to je bolji i odlično se slaže uz mlijeko, čaj bijelu kavu i ostale tople napitke, ali i uz prošek. Nekada su ga čuvali u limenoj kutiji s grančicom ružmarina i nekoliko listića lovora.

Smokve zapečene u medu

Sastojci: 4 velike smokve, 3 žlice meda, 10 dag maslaca, 7 dag ribanih badema, malo ruma.

U plitkoj posudi otpite maslac i stavite prepolovljene smokve. Popržite smokve sa svih strana. Sve podlijte medom pomiješanim s malo ruma i prokuhajte na laganoj vatri. Smokve stalno podlijevajte smjesom u kojoj se kuhaju. Kad je gotovo pospite bademima i poslužite toplo.

II način

Sastojci: 24 smokve, 15 svježih badema, 6 žlica meda, ½ limuna.

Limun operite i narežite na tanke ploškice i prokuhajte s malo vode. Oprane smokve poslažite u posudu, prelijte vodom s limunom. Neka budu samo pokrivene. Kad provri, poklopite i kuhajte na umjerenoj temperaturi 20 minuta. U međuvremenu ogulite i nasjeckajte bademe i dodajte smokvama, da se kuhaju zajedno. U mlake smokve umiješajte med. Poslužite dobro rashlađeno, a po ukusu možete nakapati još limunovog soka.

Zapečeni „sendvič“ sa smokvama

### Sušene smokve u kaduljinom medu

Sastojci: staklenka sadržine 20 dag, suhe smokve, 2 dl vode, 5 žlica meda, 2 kriške limuna.

U svaku smokvu stavite badem i složite u staklenku. Lagano zakuhajte vodu i kad prokuha, nakon 10 minuta, na laganoj vatri umiješajte med i limun i reduciranom tekućinom prelijte sušene smokve složene u staklenku. Zatvorite i odložite da se ohladi.

### Dalmatinski medenjaci

Sastojci: 40 dag brašna, 1 žličica praška za pecivo, 15 dag šećera u prahu, 4 žlice meda od kadulje, 3 jaja, smjesa začina za medenjake, sok od 1 limuna, malo soli.

Zamijesite glatko tijesto od svih sastojaka, osim dodataka. Tijesto tanko razvaljajte i od njega načinite razne oblike ili jednostavne krugove. Medenjake pecite 10-12 minuta u prethodno zagrijanoj pećnici na temperaturi od 180 °C. Ohlađene medenjake ukasite bijelom bademima ili jednostavno ostaviti samo pečene, bez ičega.

### Posni kolač s medom



Sastojci: 25 dag meda, 2,5 dl vode, 25 dag šećera, 25 dag mljevenih oraha, 25 dag brašna, 2 žlice kakao praha, ribana kora 1 limuna, 1 žličica cimeta, 15 dag suvica (suhog grožđa, groždica, cveba), 1 žlica praška za pecivo (jedna vrećica).

Sve sastojke, redoslijedom kako su naveden, čvrsto (energično) izmiješajte (možete u električnom stroju za miješanje). Sve stavite u padelu (lim, pleh, protvan, kalup). Pecite u zagrijanoj pećnici prvih desetak minuta 220 °C, potom 30-40 minuta na 180 °C. Ohlađen kolač izrežite na kocke, pospite šećerom u prahu i poslužite.

### Slatko od ruže

Za 25 dag mirišljivih latica, ukuhajte 1 kg šećera u pola litre vode da postane gusto. Latice izrežite škarama na duge uske trake i poškropite vrućom šećernom otopinom. Kad je sve skuhan, ruže dobro zgnječite, ocijedite i stavite kuhati u ranije pripremljeni šećerni sirup. Malo prije nego je gotovo, dodajte ocijeđeni sok ruža i sok jednog limuna. Kad se sve zgusne uklonite s vatre i ostavite da se ohladi, napunite boce i zatvorite.

U nekim dalmatinskim mjestima dodavali su i med. Prije nego li se sve ohladi, tj. kad više nije vruće, umiješajte meda u jednakoj količini šećera.

### Liker od mente

Sastojci: 50 dag plodova mirte, 1 l 90% alkohola, 4 dl vode, 40 dag šećera, 50 dag meda.

Operite plodove mirte u vodi i stavite ih u alkohol. Držite u staklenki koju možete zatvoriti. Nakon 30 dana odvojite plodove mirte. Alkoholu dodajte prokuhani šećer ili med u vodi. Držite u staklenim bocama.

### Liker od ruža

*Sastojci:  $\frac{3}{4}$  kg meda; 15 dag ružinih latica;  $\frac{1}{2}$  litre vode; 2 litre rakije.*

*U vodu koja je bacila ključ (zavrela, zakipila) sipati med, promiješati i skinuti pjenu, a zatim u tu tekućinu staviti ružine latice i sve to ostaviti na toplom šporetu jedan minut, poslije čega se teća skida i odmah poklopi. Nakon 5—10 minuta se procijedi, doda komova rakija jačine 20—25 stepeni, a kad se ohladi sipa se u boce, zatvori i ostavi da stoji do upotrebe.*

*Brač, Bol*

Smokve zapečene u medu

Sastojci: 4 velike smokve, 3 žlice meda, 10 dag maslo, 7 dag mljevenih bajama (badema), malo proška.

U plitkoj posudi zagrijte maslo i stavite prepolovljene smokve. Dobro ih zgrijte sa svih strana. Podlijte tekućim medom u koji ste umiješali malo proška. Lagano propirajte i tijekom pirjanja podlijevajte smokve rastopljenim maslom i mješavinom meda i proška. Izvadite na zagrijani pladanj, pospite mljevenim bajamima i poslužite.

II. inačica

Sastojci: 3 dl proška, 25 dag svježih smokava (možete koristiti i suhe ali smanjite količinu meda), 3 žlice meda, 3 žlice limunovog soka, nekoliko klinčića i malo cimeta.

Smokve operite. U posudu ulijte prošek i med, lagano zagrijte da se med otopi te dodajte limunov sok i kardamom. Posložite smokve i na laganoj vatri kuhajte desetak minuta dok smokve ne omekšaju. Ohladite i poslužite (izvorni naputak ne govori o tučenom slatko vrhnju – *šlagu* - Vi ga dodajte).

Ja sęm Blaę Biękupec, mędičar i voętar na diku Boęu  
i brinęm sę za cirkvę i proęčęnja

## Hvar, Starigrad

### Starogrojski paprenjok



Paprenjaci (Starogrojski paprenjok)

Uzavrite pola kilograma meda (skidajte pjenu s površine), u ohlađeni med dodajte decilitar do dva prošeka u koji se umakalo: isto toliko ulja, prstohvat suhog šafrana (1 g), cimeta, oraščića, klinčića i žlicu soda bikarbonate. Do sredine 20. Stoljeća u Starom Gradi ova tri začina (oraščić, cimet i klinčić nazivali su *papor*). Umijesite u to kilogram do 2 brašna i ostavite da tijesto odleži oko 15 minuta. Prstima ili kalupom oblikujte u razne oblike (cvjetove, djetelinu s četiri lista, ptičice, leptire, djetelinu, srca, košarica, konja, kokoš, *tarantele* (gušter)...) i ukasite rastopljenim šećerom (točkice, valovite ili ravne linije, trokutiće ili krugove, ...). Pecite u pećnici na temperaturi od 250 stupnjeva petnaest minuta do pola sata. Peku se u posebnoj posudi *škrovadi*.

Za cukoravanje „šaranje“- paprenjaka umutite „snijeg“ od jednog bjelanjka i 25 dag šećera u prahu, dodajte par kapi limunova soka. Tom smjesom uz pomoć štapića od vinove loze, u čiji vrh zadjenite pribadaču („špenadl“) s glavicom,

paprenjaci se „šaraju“ na način da glavicu od pribadače umačete u „snijeg“ te po paprenjaku crtate crtice i točkice.

**Starogrojski paprenjok uvršten je u nematerijalno kulturno blago 2008.**

---

Umijeće pripreme tradicijske slastice starogrojski paprenjok još se danas zadržalo u Starom Gradu na otoku Hvaru. Paprenjaci su tradicijska slastica s medom koja se pripravljala na prostoru dalmatinskog priobalja i otoka, dok se danas priprema samo u Starom Gradu na otoku Hvaru. Na Korčuli se spominju veliki i mali paprenjaci koji su se spravljali od brašna, meda i šafrana, a već 1503. godine u bačvicama su ih slali izvan Korčule. U 16. i 17. stoljeću paprenjaci su bili poznati i u Splitu, odakle ih splitski konventualci šalju u Mletke svojim odvjetnicima prilikom vođenja nekog spora. Godine 1707. Jakov Andreis iz Trogira piše župniku Turciji u Jelsu da mu za jelšansku feštu pošalje paprenjake i bozzoladi (kolač s medom i bademima). Paprenjake na Hvaru u 16. stoljeću spominje i Petar Hektorović u djelu „Ribanje i ribarsko prigovaranje“. On i njegovi ribari Paskoje i Nikola zadržali su se na lijepom imanju Bartučevića u uvali Lučišće ispod Brusja, a o jelovniku se navodi:

*Nikola već ne da riči da se reče  
Skoči i, noseć meda u satju, doteće,  
Pak reče: Opet grem, i doni ne mala  
Kus ponačeta prem s kruhom kaškavala,  
Paprenjakov, vina i voća pripravi,  
Tuj tko hti – užina, tko ne hti- ostavi.*

Paprenjaci su kolač Hektorovićeva Tvrdalja; gospodin Petar te ribari Paskoje i Nikola sjede uz ognjište:

*Pak reče: opet grem, i doni  
ne mala  
Kus ponačeta prem s kruhom  
kaškavala,  
Paprenjakov, vina i voća pri-  
ravi,  
Tuj tko hti - užina, tko ne hti  
- ostavi.*

---

## Hvarske galijice\*



Sastojci za tijesto: 1 kg brašna, čaša dobrog domaćeg proška, 2,5 dl maslinovog ulja, 25 dag šećera; *nadjev*: čaša proška, 35 dag pčelinjeg meda, 25 dag samljevenih badema, 25 dag samljevenih oraħa, jedan ostrugani muškatni oraščić, 5 stučenih klinčića, malo cimeta (kanele), strugana kora i sok jedne naranče.

Napravite tijesto od brašna, proška, maslinova ulja, i šećera i to ovim redom: šećer rastopite u toplom prošku, dodajte ulje, potom brašno, i mijesite. Kad pod prstima osjetite da je tijesto jedinstvena masa, razvaljajte ga u list srednje debljine. Režite ga u oblik i veličinu igračih karata.

Tijesto ispunite nadjevom: prvo zagrijte čašu proška, dodajte mu 35 dag meda i sve ostavite da uzavrije na jačoj vatri. Odmaknite s vatre i u još vruće dodavajte uz miješanje: samljevene bademe, samljevene oraħe, strugani muškatni oraščić, zdrobljene klinčiće, malo cimeta i na kraju koru i sok naranče.

Izmiješanim nadjevom namažite svaki izrezani dio tijesta po sredini, a potom sve kutove tijesta skupite prema gore i u stranu, stvarajući čamčić ili galijicu. Ako nadjev nije gust umiješajte krušne mrvice.

Sve nadjeven komade tijesta stavite u umašćenu posudu i lijepo zapecite, da porumene. Ispečene galijice pospite sitnim šećerom.

---

\*čamčić, galijska; kao **pravom čoviku od mora** uz galijice pravi mirakul (čudo) od uživancije će biti domaći crnjak ili plavac, ili prošek.

---

## Vis

### Brodet od sušene raže

Sastojci: 1/2 kg sušene raže, veću glavicu crvenog luka, 3 - 4 češnjeva češnjaka, lišće peršina, 1/2 kg krumpira, žlicu pirea od rajčice, list lovora, žlica meda.

Dan prije pripremanja ražu izrežite na komade i ostavite da stoji u vodi. Luk izrežite na kolutove, zažutite na vrućem ulju, dodajte nasjeckani češnjak i peršin, i na kraju ražu. Pri pečenju okrećite je na obje strane. U drugu posudu slažite red krumpira izrezanog na ploške, red ribe i red luka u kom se pekla raža. Nalijte vodom do vrha te prelijte pireom od rajčice razmućenim u malo vode i stavite list lovora. Pustite da zavrije i potom lagano kuhajte oko 2 sata. Obzirom da je to komiški specijalitet, prije kuhanja umiješajte i žlicu meda pa će raža biti ukusnija i mekanija.

### Kozice s medom

Sastojci: 5 dag omekšanog maslaca, 3 žlice meda, 2 žličice usitnjenog češnjaka, 2 žličice papra, 2 žličice soli, 1 kg kozica.

Marinadu pripremite na slijedeći način: sve sastojke stavite u odgovarajuću posudu, dobro promiješajte, dodajte kozice. Nakon jednog sata odležavanja ispecite kozice na gradelama (roštilju ili danas na grill tavi) sa svake strane po minutu. Uz kozice poslužite domaću tjesteninu sa šalšom.

### Viški umak od meda za pršut i ribu

Sastojci: 1,5 dl maslinova ulja, 0,8 dl kvasine (vinski ocat), 10 dag meda, ¼ žličice soli, papar.

Sve sastojke stavite u jednu posudu, lagano zagrijte na pari (stavite u drugu veću posudu s vodom i zagrijavajte), dobro sve izmiješajte u homogenu smjesu (danas se to radi mikserom)-Poslužuje se uz divljač, ribu i ostalo meso.

Viški umak od meda za pršut na II. način

Sastojci: 5 dag meda, 5 dag marmelade od viških gorkih naranči

Pomiješajte u jednoličnu smjesu marmeladu od naranči i med. Poslužuje se uz tanke odreske pršuta i topli domaći kruh.

-----  
Viški gospari uživali su u svojim delicijama, da li su te umake donijeli na Vis s nekih svojih putovanja ili je domaći "izum" danas je to teško reći.  
-----

Pogačice od naranči i meda

Sastojci: 15 dag prokuhanih i samljevenih badema, 30 dag šećera u prahu, kora i sok od 1 naranče, 15 dag samljevenih oraha, kora i sok od 1 limuna, 2 dag otopljene čokolade.

Za ove pogačice pripremaju se dva tijesta.

Prvo tijesto: zamijesite prokuhane i samljevene bademe s 15 dag šećera u prahu, korom i sokom od 1 naranče. Masu stavite na dasku za kuhanje, pospite šećerom, rastanjite valjkom za tijesto i oblikom (kalupom) oblikujte pogačice (u nedostatku oblika uzmite čašu).

Drugo tijesto: samljevene orahe zamijesite s 15 dag šećera u prahu i dodajte koru i sok 1 limuna, i 20 dag otopljene čokolade. Čokoladom će te dobiti tamno tijesto. Rastanjite i oblikujte pogačice.

Oba tijesta ne smiju biti previše meka i soka stavite samo toliko da se masa može zamijesiti. Nakon toga uzmite jednu žutu pogačicu, namažite je medom, pa odozgo stavite jednu tamnu. Gotove pogačice stavite na tanjur i osušite.

Rezanci od rogača

Sastojci: 15 dag oštrog brašna, 50 dag mljevenih rogača, 2 jaja, maslinovo ulje, sol.

Od jaja, brašna, rogača i žlice maslinova ulja zamijesite tijesto za rezance. Razvaljajte, narežite na dugačke trake, osušite i skuhaite u slanoj kipućoj vodi. Rezanci su se poslužiti kao prilog jelu ili kao slatko jelo prelito tekući medom ili posuto šećerom.

## Savijača od rogača

Sastojci za tijesto: 50 dag brašna, 1/8 mlijeka, kvasac, 9 dag šećera, 1 jaje, 2 žlice maslaca, 1/4 žličice soli i malo ribane limunove korice; za nadjev: 50 dah rogačeva brašna, 20 dag šećera, žlica meda, 6 žlica vode.

Zamijesite tijesto s kvascem i ostavite ga dizati. Dignuto tijesto razvucite na čistom stolnjaku. Šećer i vodu prokuhajte, umiješajte rogačevo brašno, dodajte med da dobijete kremastu masu. Sve istresite na tijesto, razmažite i savijajte. Ostavite mirovati 1 sat na toplome mjestu. Premažite bjelanjkom, stavite u podmazani lim i kad se masa udvostruči pecite 40-45 minuta na 180-200 °C. Toplo zamotajte u čisti ubrus, ohlađeno narežite, pospite šećerom u prahu i poslužite.

## Salata od mladog lišća cikle

Sastojci: 50 dag nježnih mladih listova cikle, 1 korijen cikle, 3 žlice limunovog soka, 1 žlica meda, 3 žlica ulja, 1 tvrdo kuhano jaje, sol.

Mlado lišće dobro operite, izrežite dijelove lisnih rebara, skuhaite u malo vode, ocijedite i nasjeckajte. Sirovu ciklu ogulite i naribajte. Tvrdo kuhano jaje narežite na tanke ploške. Ohlađeno kuhani lišće pomiješajte s naribanom ciklom, dodajte limunov sok, med, ulje, ukasite ploškama tvrdo kuhanog jaja i poslužite.

## Kruh s nadjevom od luka, češnjaka i aromatičnog bilja

Sastojci; *temeljni naputak* (recept) za kruh: 3 dag svježeg kvasca (ili 3 vrećice po 7 g suhog kvasca), 3 dag meda (ili šećera; nekada se umjesto šećera koristio med), 6 dl mlake vode, 1kg oštrog brašna za kruh, 3 dag soli, dodatno brašno za posipavanje; ); *nadjev*: 4 glavice luka (kapule), 2 glavice češnjaka, 10 žlica balsamica, 4 žlice maslinovog ulja, šačica listića svježe majčine dušice, brašno.

Umijesite tijesto za kruh od navedenih sastojaka. Dok se tijesto diže, zagrijte pećnicu na 190 °C. Sve sastojke za nadjev očistite i izrežite, stavite u manji lim (protvan) za pečenje i pecite pola sata u zagrijanoj pećnici. Ostavite da se ohladi, pa sitno nasjeckajte. Tijesto premijesite i na pobrašnjenoj podlozi razvaljajte na 1 cm debljine. Po tijestu razmažite smjesu od slatkog crvenog luka i češnjaka, smotajte kruh, presavijte krajeve, i oblikujte ga po želji. Stavite na uljem premazani lim za pečenje, pospite brašnom i plitko zarežite površinu ostrim nožem. Ostavite da se diže, pa 35 min pecite u prethodno zagrijanoj pećnici na 220 °C, sve dok ne postane hrskav i zlatnožut. Kada ga lupnete po dnu pečeni kruh mora zazvučati šuplje.

## Pogačice s groždem

Sastojci: 30 dag brašna, ½ žličice soli, 1,5 dag kvasca (germe), 5 dag oraha, 1 žlica tekućeg meda, 1 žlica proška, 1 grozd, malo šećera.

Od malo brašna i vode s kvascem napravite kvas i ostavite na toplom da nabubri. Dodajte sol, preostalo brašno i oko 2 dl vode i zamijesite čvrsto tijesto. Ostavite na toplom uzade, pa ga razvaljajte na pobrašnjenoj dasci i premažite mješavinom samljevenih oraha, proška i meda. Preklopite, opet razvaljajte i tako nekoliko puta. Oblikujte pogačice i poslažite ih na zamašćeni lim. Svaku prerežite u obliku križa, pa, pa unutra stavite nekoliko bobica grožđa, pošećerite i pecite u zagrijanoj pećnici na 300 °C da lijepo posmeđe. Prije posluživanja opet pošećerite.

## ZABORAVLJENI GVIRC

U ljetno doba, kad su česta proštenja, medičari (licitari), sjeverozapadne Hrvatske, svakoga mjeseca kuhaju jedan kotao gvirca. U bakreni kotao, ne smije biti „cinjast“ (od cina), od 250 l do tri četvrtine kotla natoči se vode, u što se doda dva i pol „vagana“ meda sa saćem (90 do 100 kilograma). Med mora biti u saćama jer vrcani med ne vrijedi. Voda se zagrijava do temperature na kojoj se med topi, ali ne i vosak iz saća. Kad je med rastopljen, cjedilom se oberu saća i stavljaju u drveni kablič od 30 litara, u „zdenu vodu“ da se saća isperu, a jedan se dio saća ostavi u kotlu. Isprana saća vade se iz kablića, a voda u kojoj se ispiralo baci se u kotao. Masa u kotlu mora vreti jedan sat, a potkraj kuhanja baci se u kotao šaka do dvije hmelja, no može i bez toga.

Kuhani gvirac presipa se u „lagve“ (bačve) u kojima se hladi. Ako mu nedostaje šećera, mora ga biti barem 16 posto, doda se još 35 kg vrcanog meda. U „lagvama“ se gvirac svaki dan promiješa. Nakon dva do tri dana počinje vrenje. Najprije se ostavi da izađe para, a onda se pokrije drvenim poklopcem i stolnjakom. Brašno ne smije dospjeti ni slučajno u gvirac jer bi se skisalo.

Vrenje gvirca traje do tri tjedna, a filtrira se, tj. cijedi kroz čiste pamučne vreće, kad ima 6 do 7 posto alkohola.

Karamelizirani gvirac

U kotlu kuhajte med u saću i vodi, a kad se med otopi, saće oberite. Dok tekućina kipi (oko jedan sat), mjerite jakost, koja može biti 15 gradi. Nakon kuhanja pretočite u drvene bačve koje pokrite bijelim prostirkama i ostavite stajati osam dana. Na pogodnoj temperaturi početak će se fermentirati, a kipi dva do tri mjeseca, dok ne dostigne pet (5) gradi. Povremeno promiješajte. Nakon fermentacije, gvirac se filtrira, tj. cijedi kroz lanene vrećice. Gvirac može stajati godinama, a prije upotrebe ga se boji karameliziranim šećerom.

Domaći gvirac

Za 60 litara gvirca potrebno je 45 litara vode, 15 kg kestenova meda (nikada ne koristite bagremov), groždice radi arome i po potrebi „Vrelko“ kvasac za pospešivanje vrenja.

U bakrenom kotlu kuhajte dva sata 3 (tri) litre vode s kilogramom (1) meda u saćama, koje je bolje ako ima puno peluda. Vosak poberite prije nego se ohladi. Hladnu smjesu ocijedite i ostavite odležati tri (3) dana. Kad se talog slegne („sjedne“) na dno, gvirac odlijte i ostavite na toplom da „zavri“. Ako ne vri, dodajte mu kvasac „Vrelko“. Prije vrenja gvirac mora biti 18 do 20 posto sladora, što se mjeri posebnim mjerilom. Vrenje završi nakon dvadesetak dana, a u gvircu tada mora biti 10 do 12 posto alkohola. U bačvici može stajati i godinu dana, a pije se s ledom.



Siva pčela

*Kuhano vino - Ypocras ili Hipocris* datira još od antičkih vremena po ocu znanstvene medicine Hipokratu, smatrajući ga – lijekom. Začinjali su ga medom (šećera nije bilo), cimetom i kardamom (dragušcem).

### ***Domaći medni „šampanjac“***

Sastojci: 7 l vode, 0,5 kg meda, 0,5 kg šećera u prahu, 10 dag hmelja, 10 dag limuna, 1 dag kvasca, 3 dag suhih groždica.

U vruću vodu stavite med i prelijte preko mješavine limuna i hmelja, koji ste prije svega dobro pošećerili (limun ogulite, odstranite mu bijelu kožicu i sjemenke a zatim sameljite). Nakon što se čitava smjesa ohladila na temperaturu ispod 40 °C dodajte kvasac koji ste razmutili u malo vode. Čitavu smjesu ostavite na toplom mjestu oko 10-12 sati (na taj način će se ubrzati vrenje). Nakon toga sve procijedite kroz platno i ulijte u boce u koje ste stavili 1 žličicu šećera u prahu i 1-2 zrna groždica. Ovako napunjene boce držite na toplom mjestu 1 dan i poslije na hladnom. Poslije 7 dana piće je spremno za konzumiranje.

Kad zatvarate boce uradite to uvijek s patent zatvaračima ili čepom sa žicom.

## Ocat od rakije

1 l vode pomiješajte sa 1/16 l rakije od raži, 1 žlicom meda i 5 g vinske sriježi (vinski kamen, birsa, bersa, tartarat, vajštajn). Držite na toplom mjestu po prilici 2 mjeseca, tj. dok se ne ukiseli. Prelijte u boce.

Za proizvodnju, domaćeg piva, bilo je potrebno 3 kg ječma i 2 kg kukuruza. Za poboljšanje arome i prikrivanje različitih mirisa (naročito kukuruza) ječam se prvo prepržio ili dodao Kneipov slad. Zrnje bi se obično kuhalo svezano u krpi i obješeno o štapić, da se lakše cijedi. Nakon 1-2 sata kuhanja, dodali bi malo prirodnog divljeg hmelja, koji je davao trpkost. Na kraju se, prema ukusu, dodavao šećer (prije šećera dodavao se med), koji ne utječe na jačinu. Poslije kuhanja i potpuno ohlađenom dodavali bi krušni kvasac. Dodavanjem svih sastojaka, tekućina bi se procijedila u staklenke ili keramičke boce, kakve su nekad bile. Začepljene bi se odlagale u podrum ili u vodi ne bi li se što prije ohladile. Domaće se pivo moglo piti već sutradan, a najdulje desetak dana, jer bi se pokvarilo. Takvo piće je bilo mutno, ali zato zdravo, puno vitamina B-kompleks, s neznatno alkohola.

Pilo se i pomiješano s rakijom, 0,5 dl na veliku čašu piva. Tradicionalna podloga za pivo bila je pečena guska s okruglicama i kupusom. Za žetvenih svečanosti, u kolovozu, mlade su se guske pekale u krušnoj peći, dok bi se u zimi pripremale, kao naročita poslastica, one kljukane – šopane.

## Jako pivo

Sastojci: 4 litre vode, 50 dag ječmenog slada, 50 dag meda, 2 šake hmelja, pola šalice svježeg kvasca ili 30 g suhoga.

Ugrijte dvije (2) litre vode da bude vruća ali ne da kipi i dodajte ječmeni slad i med. Ostatkom vode prelite hmelj i kuhajte 10 minuta. Procijedite obje tekućine i stavite u bačvu s kvascem na toplo mjesto. Ostavite pokriveno tkaninom tri dana. Tekućina će jako fermentirati i biti će potrebna velika bačva jer će se sadržaj uzdizati. Nakon tri dana pivo možete piti ili pretočiti u boce. Pripazite da boce budu dovoljno jake da ne eksplodiraju.

Stara narodna pića:

*Mlijeko s medom*

Sastojci: 10 dag meda, 1 l mlijeka, 1-2 žumanjka.

*Za djecu i bolesne* - prvo se dobro izmiješalo žumanjke s medom i polagano dolijevalo, uz miješanje, zagrijano mlijeko.

*Za odrasle* - medu polako dolievajte zagrijano mlijeko i izmiješajte.

## ZIMNICA

Mnoga iskustva, koja su poznavali naši preci, zaboravili smo tijekom vremena.

Zar nisu nekada ljudi, koji su živjeli uz more, čuvali grožđe, za dulje vrijeme, u prokuhanoj kišnici (čitav grozd se stavio u prokuhanu kišnicu na trećinu, a sve zajedno u zemljanu posudu. Posuda se osmolila, začepila i odložila u podrum; ili na dugi način – da su grozdove prekrili ječmom).

Jabuke i šipak (nar) su očuvali za duže vrijeme na taj način da su ih umakali u kipuću kišnicu (zar to nije – blanširanje).

Dunje su odlagali u posude, prekrili mirisnim grančicama, prelili medom i ukuhanim vinom (do polovine).

Svježe jabuke, smokve, šljive, kruške i trešnje, pažljivo obrane s peteljkaма stavljali su u med, tako da se ne dodiruju.

Sok od kupine su pomiješali s vinom ukuhanim do četvrtine i stavili u posudu.

Zelen (povrće) ne potpuno zrelo odlagali su u posudu koju su zatvorili i osmolili.

Rotkvice su odlagali u posudu pokriveno s bobicama mirte i prelili mješavinom meda i kvasine ili mješavinom meda, kvasine i soli.

Gljive su odlagali u posude u slojevima, pokriveno piljevinom.

Breskve su odlagali u dobro osoljenoj vodi – salamuri s čubrom.

Masline netom ubrane odlagali su u ulje (maslinovo). Mnogo toga bi se još moglo napisati o zaboravljenom znanju i iskustvu.

Spremanje zimnice je posebna kulinarska vještina, u kojoj se domaćica nadmetala sa svojim susjedama tko će bolju pripremiti, to je bilo i pitanje – njene časti. Pripremljeni raznovrsni plodovi morali su ostati čvrsti do proljeća i izgledati kao da su sada ubrani, a slatko koje se spremalo od šumskih plodova bilo je više nego „delicija“. Nekim vrstama povrća dodavali su začine kao: vlasac, kopar, papar u zrnu, češnjak i korijander.

Med, se stavlja u zimnicu umjesto šećera. Osim toga, namirnice: grožđe, orasi, lješnjaci i bademi, zaliveni u med izvorsno se čuvaju bez posebne obrade. Stari način pripreme kompota je i korištenje meda, tj. njime se zasladio vinski ocat i zasladila rakija.

## Medna otopina

Nekada se umjesto šećera koristio med što je puno bolje i ukusnije (šećer je bio skup). Danas će to biti prava delikatesa i najbolje ga je koristiti za sitne plodove (jagode, maline, ogrozd i dr.). Za mednu otopinu potrebno je za 1 kg plodova uzeti 1 kg meda i 0,5 l soka od plodova voća koje se priprema, umjesto vode.

## U medu spremljeno voće

Sastojci: 1 l meda (čisti vrcani med), 0,5 l vode, 1 limun ili žličica voćnog octa.

Med prokuhajte isto kao šećer, pjenu uklonite tijekom kuhanja. Rastopinu procijedite kroz čistu platnenu krpu, preko cijedila. Svježe očišćeno voće (kruške, višnje, drijenak, ogrozd...) operite, uklonite peteljke i složite u staklenku. Prelijte kuhanim medom i zatvorite.

## Suho voće i med

Sastojci: 50 dag meda od bagrema, po 6 dag očišćenih badema i lješnjaka, po 5 dag polovice oraha, pinjola i pistacija, 2 zvjezdolika anisa.

Zagrijavajte med na niskoj temperaturi i neka pomalo vrije 5 minuta. Umiješajte anis a zatim redom suho voće tako da smjesa mora provreti kad dodate jednu vrstu pa tek tada umiješajte drugu i opet pričekajte da nova prevrije. Kad s posljednjim dodatkom provri, maknite sa štednjaka i izvadite anis. Vruću smjesu podijelite u male staklenke, hermetički zatvorite i staklenke posložite naglavce. Ohlađene okrenite i složite na suhom i hladnom mjestu.

## Medna kaša

od prokuhanih i zgnječenih bobica **bazge** s jednakom količinom ribanih jabuka može se napraviti ukusnu i izvrsno jelo.

## Stavljanje kuhanog pekmeza u željene posude

Kuhani pekmez prelijte, još dok je vreo, u staklenke ili zemljane posude (manje ili veće, staklene ili čupove).

Sprječavanje eventualnog pojavljivanja plijesni:

od debljeg papira (kartona) oblikujte okrugli oblik veličine otvora posude i dobro ga natopite rumom, konjakom ili rakijom. Natopljeni karton stavite odozgo na pekmez, zalijte medom ili rastopljenom mašću, i odmah posudu zatvorite pergament papirom.

Pekmez od bresaka, dunja i marelica gotove se na isti način, ali se od njih radije priprema marmelada.

## DŽEM

Iako se kaže da je džem „kasno došao u našu kuhinju“, kao „specijalitet anglosaksonskih zemalja“ (engl. *jam*) to opovrgava naš stari slatki proizvod od - *pirjanih šljiva, bresaka, jabuka, drenka, smokava*, koja su se pripravljalno prvo s medom a kasnije sa šećerom, bilo od jedne vrste ili miješano. Nećemo pogriješiti ako za džem kažemo i *pirjano voće* – što odgovara i našoj kulinarskoj baštini.

## BRESKVA

Breskve s medom

Sastojci: 2 kg bresaka, 75 dag meda.

Zrele zdrave breskve operite, podijelite na polovine, izvadite koštice i stavite u čiste suhe „tegle“. Skuhajte sirup od meda i 8 dl vode, vrućim sirupom prelite breskve i povežite „tegle“. Stavite u veći „sud“ s vodom, na čijem dnu je sloj krpa ili novina i kuhajte na pari desetak minuta. Ostavite „tegle“ u sudu sve dok se ne ohlade, a zatim ih stavite u ostavu za zimu.

## DUD

### Sirup od duda

Sastojci: 5 kg crnog ili bijelog duda, 1 kg šećera.

Operite sasvim malo zrele plodove duda. Spustite ih u 5 do 6 minuta u kipuću vodu (blanširajte), a zatim spustite u ledenu vodu. Ocijedite ih i protisnite. U dobiveni gusti sok dodajte šećer i kuhajte. Neprekidno miješajte i skidajte pjenu. Kad se zgusne poput rijetkog meda, rastočite ga u boce. Zimi je ukusan s vodom i limunovim sokom.

### Sok od duda

Sastojci: 5 kg dudovih bobica, 1 kg šećera.

Uzmite bobice crnog ili bijelog duda, operite ih i poparite 5-6 minuta u vreloj vodi (stavite u cjediljku i uronite u vrelu vodu). Ocijedite i potapljajte u hladnoj vodi (sa cjediljkom). Ocijedite i protisnite kroz platno i pomiješajte sa šećerom (može i bez šećera). Sok kuhajte na vatri neprestano miješajući i obirući pjenu. Kad se sok ukuha u gustoću meda, on je gotov, maknite s vatre i ostavite da se ohladi. Hladno napunite u boce.

Vrlo ukusno i nadasve zdravo piće, koje se pije uz vodu ili „sifon“ (soda-vodu, kao što su to radili naši stari od kojih smo i preuzeli skoro sve naputke u ovoj knjizi), a koje je bilo prisutno u svakom kućanstvu preko zime.

## DUNJA

### Kompot

Sastojci: 1 kg dunja, kora limuna, nekoliko karanfilčića, 2 l vode, med, limunov sok.

Oprane dunje izrežite na kriške, kuhajte s limunom i karanfilčićima u 2 l vode oko 15 minuta i ohladite. Po želji dodajte med i limunov sok.

## Sirup s rakijom

Sastojci: 0,5 l soka od dunja, 0,5 l šljivovice, 2 g cimeta u prahu, 2 grama karanfilića, 1 g gorkog badema, 3 kg šećera ili meda.

Soka od dunja izmiješajte sa šljivovicom, dodajte cimet, karanfilićice i badem, te ostavite da odstoji 2 mjeseca uz povremeno mućkanje. Nakon toga dodajte 3 kg šećera ili meda, kratko prokuhajte i procijedite. Dobiveni sirup pohranite u sterilizirane boce, i držite ih na hladnom i tamnom mjestu. Koristite za zaslađivanje voćnih salata, čajeva, raznih napitaka, slatkih jela i dr.

## Slatko od dunja s medom

Izvrсна je, aromatična i zdrava kombinacija dunje i meda. Koristeći med umjesto šećera povećava se hranjiva i biološka vrijednost i dobiva se izražajniја aroma. Oprane, očišćene i rasječene dunje prelijte vodom i kuhajte dok omekšaju. Ocijedite kroz cјediljku. Za 1 kg kuhanih dunja potrebna su 2 kg meda. Med prokuhajte s pola kilograma tekućine u kojoj se kuhale dunje. U vrući sirup dodajte kuhane dunje i nastavite s kuhanjem dok masa ne postane prozirna. Vruće punitе u zagrijane sterilizirane manje staklenke. Dobro zatvorite i pohranite na suho, zračno mjesto.

## Dunje s medom

U posudu za pečenje (lim) stavite malo vode, kako se ne bi zalijepile za dno, poslažite polovice očišćenih, neoguljenih dunja premazanih medom, dodajte i malo lješnjaka ili badema, pokapajte sokom limuna i pecite u pećnici na srednjoj temperaturi dok ne omekšaju.

## Savijača od dunja



Sastojci: 30 dag debljeg vučenog tijesta s jajetom za savijače, 10 dag maslaca;  
*nadjev*: 1 kg zrelih dunja, 2 žlice tekućeg meda, sok limuna, 05 dl bijelog suhog vina, 10 dag svijetlih grožđica, 2-3 žlice drhtalice želea) od dunja i jabuka, šećer u prahu za posipanje.

Dunje dobro obrišite (ne perite ih) a mjesta koja su prljava i oštećena odrežite. Narežite ih na tanke kriškice, stavite u 0,5 dl kipuće vode s vinom. Kuhajte da omekšaju ali ne i raskuhaju (raspadnu). Ocijedite. Oprane grožđice namočite u malo vode od kuhanja dunja. Ohlađene dunje ogulite i odstranite tvrdi sredinu. Kriškice narežite na kockice. Umiješajte grožđice i med. Po želji zakiselite sokom limuna. Posudu za pečenje (lim) namažite maslacem. Razdijelite listove za savijaču i nakapajte otopljenim maslacem. Slažite listove jedan na drugi da dobijete dva sloja. Namažite drhtalicom, na svaku nanosite pola nadjeva od dunja. Savijte, savijaču stavite u namaštenu posudu i prelijte rastopljenim maslacem. Pecite 45 minuta u pećnici zagrijanoj na 180 °C. Izrežite na komade i pošeerite.

## GROŽĐE

### Sok od grožđa s medom

Sastojci: 3 kg grožđa, 10 dag meda, 10 dag šećera, malo soka od limuna.

Grožđe operite, odvojite bobice i propasirajte. Soku dodajte med, šećer i sok limuna, sve dobro promiješajte kako bi se sastojci otopili. Uspite u boce, zatvorite i pasterizirajte na pari ili u mlakoj pećnici oko 15 minuta.

### Sirup od grožđa s medom

Pripremite: 2 kg bijelog grožđa (jako slatkog – muškata), nekoliko kapi soka limuna, 7 dag šećera, 5 dag meda, 1 čašica dobre rakije.

Skinite bobice s grozdova, dobro operite, rasprostrite na čistu gazu, izgnječite nad posudom da u nju kapa. Grožđe malo stišćite da sok brže kapa. Pomiješajte šećer, med, rakiju i sok limuna, dodajte iscijeđenom soku. Dobro promiješajte. Dobiveni sok prelijte u boce i pasterizirajte 18 minuta, ostavite da se ohladi u vodi.

### Kompot od grožđa (ili drenka)

Sastojci: 50 dag grožđa (ili drenka), 7 dag šećera, 3 dag meda, 2,5 dl vode.

Grožđe operite i izrežite grozdiće od 3-4 zrna i složite u potpuno čistu staklenku, prelijte hladnim sirupom.

Sirup: šećer, med i vodu grijte na štednjaku, dodajte ½ štapića vanilije, ocijedite i dodajte konzervans.

Grožđe mora biti potpuno pokriveno u soku. Staklenke hermetički zatvorite i pasterizirajte u pari 5-10 minuta.

## KRUŠKA

### Sušene kruške

#### „Med“ od krušaka

Kruške lošije kvalitete ostavite da malo ugnjile, sameljite ih u stroju za mljevenje mesa, propasirajte i dobiveni sok kuhajte. Tijekom kuhanja stalno miješajte. Kad dobijete gustoću rjeđeg meda maknite s vatre. Razlite u staklenke, ohladite, povežite i odložite uz drugu zimnicu.

### Medene kruške

Sastojci: 4 kruške,  $\frac{1}{4}$  šalice šećera (šalica za bijelu kavu),  $\frac{1}{4}$  šalice vode,  $\frac{1}{2}$  šalice meda, čašica rakije viljemovke (ili druge aromatične rakije po želji).

Kruške ogulite, izvadite im koštice, ostavite cijele i složite ih u zdjelu. Između krušaka možete staviti jagodasto voće po želji. Šećer otopite u vodi i dodajte med. Tako pripremljenim sirupom prelijte kruške da su potpuno pokrivene. Ostavite da se dobro prožme i poslužite ohlađeno.

## Pečene kruške



Sastojci: 6 zimskih krušaka, 2 žlice meda, 3 žlice vode,  $\frac{1}{4}$  žličice cimeta, maslac.

Oprane kruške stavite uspravno u podmazani lim maslacem. Otopite med u vodi i prelijte kruške. Potkraj pečenja pospite cimetom.

---

Na isti način možete pripremiti i zimske jabuke.

Jednu vrstu zimskih jabuka zvali su *Carska*, jer je to kvalitetom i zaslužila. Plosnata jabuka, izrazito crvena posuta svijetlim točkicama, bijelog mesa i tvrdog, kiselkastog i oporog okusa.

---

## KUPINE

### Kupine s medom

Sastojci: 1 kg kupina, 50 dag meda.

Kupine očistite, stavite u cjediljku i operite pod blagim mlazom tekuće vode. Očijeđene stavite u „šerpu”, prelijte medom i prokuhajte, toliko da zavri. Odmah „sipajte” u zagrijane „tegle”, povežite celofanom i pokrijte dekom (mora biti dobro pokriveno) i kad se potpuno ohladi, odložite u ostavu.

## JABUKE

### Pečene jabuke s medom

Sastojci: 5 jabuka, 15 dag suhих šljiva bez koštica, 2 žlice meda, 2 žlice marmelade od marelica, liker s 10-tak zrna drena, 1 dl bijelog suhog vina, ulje.

Jabuke ogulite, uklonite sjemenke tako da jabuke ostanu cijele (za to postoji kuhinjski alat u obliku cijevi, promjera prsta, kojom se uklanjaju sjemenje od peteljke skroz na drugu stranu kroz jabuku). S vanjske strane premažite svaku jabuku marmeladom i poredajte ih u lim (protvan, tepsiju) koji ste prethodno obložili alu-folijom. Udubljenja u jabukama napunite šljivama narezanim na manje komade, a preostale šljive stavite oko jabuka. Sve poprskajte uljem, prelijte vinom i stavite preko svega med. Lim stavite u zagrijanu pećnicu na 180 °C i pecite 15 minuta. Pečene jabuke složite na zagrijani porculanski pladanj, prelijte likerom i ukasite zrnima drenka. Poslužite.

## MARELICE

### Kompot od marelica s medom

Oguljene cijele marelice ili izrezane na polovine kuhajte 15 do 20 minuta u vreloj (ne ključaloj) vodi, stavite u staklenke i prelijte šećernom otopinom od 20 dag meda i čaše vode. Ako otopina nije bistra procijedite je još jednom ili dvaput. Staklenke povežite, stavite u posudu s hladnom vodom i pasterizirajte da se istisne zrak. U medu se može voće sačuvati isto tako dobro kao i u šećeru (tako se radilo prije upotrebe šećera). Za mednu otopinu obično se uzima, na 1 kg voća, 50 dag meda i čaša vode (2 dl) i procjeđuje nekoliko puta dok otopine ne bude potpuno bistra. Onaj tko ne voli okus meda, može pripremiti – drhtalicu (žele) od voća pogodnog za to: na 1 kg voća uzima se 50 dag šećera i 20 dag meda, kuhajte dok se pjena pojavljuje. Daljnji postupak je kao sa šećernom otopinom.

## MUŠMULA

### Kompot od mušmula (iz Bukovice i Ravnih kotara)

Sastojci: 1 kg mušmula, 20 dag meda, 1 limun (sok), 1 vanilija šipka, rogačica (rakija od rogača; kao zamjenu možete koristiti rum).

Polu zrele mušmule, operite, ogulite, izrežite na 1/2 ili 1/4 (ovisno o veličini), poškropite sokom od limuna i ostavite da odleže 15 minuta. Prelijte hladnom vodom i kuhajte 5 -7 minuta, dodajte med, šipku nasjeckane vanilije i kuhajte još 5 minuta. Vruć kompot uspite u sterilizirane stakleneke (*teg*le) prst do vrha, po površini nanosite jednu čajnu žličicu rogačice (rakija od rogača) i zatvoriti hermetičkim zatvaračima ili duplim celofanom. Staklenke (*teg*le) umotati u kuhinjske krpe, spustiti u ključalu vodu (voda dolazi do 2/3 *teg*le), smanjite temperaturu (srednja) i kuhajte još 15 minuta. Izvaditi, obrišite, omotajte u *deblju ponjavu ili biljac* (koristi ručnik ili neku drugu deblju i topliju tkaninu) i do narednog dana ostaviti. Do upotrebe odložite na hladno mjesto (podrum).

## OGROZD

### Sok od ogrozda

1 kg zrelih plodova dobro operite, zgnječite i stisnite kroz pasirku ili lanenu krpu. Dobiveni sok ulijte u tamne boce i zatvorite. Ako želite da sok traje duže u njega stavite 1-2 klinčića i sok 1 limuna. Po želji možete dodati i med, kao što su to radili naši stari.

## ORAH

### Sirup od oraha

Sastojci: 0,5 kg zelenih oraha, 1 l vode, 2 kg meda

Mlade zelene orahe operite, narežite na četvrtine i kuhajte 2 sata. Procijedite i dobivenu tekućinu pomiješajte s medom i ponovo kuhajte do gustoće sirupa.

Vrlo ukusne šljive dobiju se kad se ukuhavaju u medu. Pripremanje se na slijedeći način: zrele šljive obrišite mekom krpom, izvadite koštice i stavite ih u staklenke, koje imaju poklopac i gumeni prsten. Dodajte koricu cimeta i klinčić. Med dobro ukuhajte, oberite pjenu i zalijte šljive tako da se medo ispuni staklenka do vrha. Zatvorite, odnesite u podrum (nekada je podrum bio prohladan, nije bi vlažan i taman) i ostavite je položene (ne uspravne, radi toga mora biti patent zatvarač). Svakom prilikom, dobro je svaki dan, provaljajte staklenku, da bude u drugom položaju. Nakon nekoliko mjeseci dobiti će te izvrsne šljive.

### Orasi u medu

Od davnine se koriste kao narodni lijek za oporavak i jačanje. Mlade orahe očistite, operite, na nekoliko mjesta probodite trnom, složite u staklenku (nekad zemljana posuda), prelijte medom i zatvorite. Nakon mjesec i pol orasi potamne i mogu se koristiti.

## ŠIPAK

### Pekmez od šipka

Sastojci: na 1 l propasiranog šipka 0,5 kg šećera.

Odaberite zrele, zdrave šipke, očistite ih, operite i stavite kuhati. Kad se ohlade, propasirajte ih kroz sito. Pasiranim šipcima dodajte šećer i kuhajte na jakoj vatri. Pekmez je kuhan kad se pri miješanju vidi dno osude. U međuvremenu pripremite i zagrijte „teglice”, pa u njih sipajte vruć pekmez, povežite i stavite ostaloj zimnici u ostavi.

---

Šipkov pekmez najstarija je poznata slastica predcivilizacijske Europe, tragovi su mu pronađeni u sojenicama. Sladilo ga se tada s medom.

*Palačinke nadjevene pekmezom od šipka i zapečene u vrhnju* bila je česta poslastica sela Bjelovarsko-Daruvarske regije.

---

## ŠLJIVE

### Šljive ukuhane u medu

Vrlo ukusne šljive dobiju se kad se ukuhavaju u medu. Pripremanje se na slijedeći način: zrele šljive obrišite mekom krpom, izvadite koštice i stavite ih u staklenke, koje imaju poklopac i gumeni prsten. Dodajte koricu cimeta i klinčić. Med dobro ukuhajte, oberite pjenu i zalijte šljive tako da se medo ispuni staklenka do vrha. Zatvorite, odnesite u podrum (nekada je podrum bio prohladan, nije bi vlažan i taman) i ostavite je položene (ne uspravne, radi toga mora biti patent zatvarač). Svakom prilikom, dobro je svaki dan, provaljajte staklenku, da bude u drugom položaju. Nakon nekoliko mjeseci dobiti će te izvrsne šljive.

### Pečene šljive s medom

Sastojci: 5 kg zrelih krupnih šljiva, 30 dag meda.

Opranim i ocijeđenim šljivama skinite peteljke, stavite u dva reda u duboku metalnu posudu ili emajlirani lim(pleh) i pecite u pećnici zagrijanoj na 250 °C oko 20 minuta. Nakon toga smanjite temperaturu u pećnici na 200 °C i pecite još 10 minuta. Vruće šljive, uspite u zagrijane staklenke širokog otvora, do pola od

sadržine staklenke. Na šljive stavite 2 žlice meda, dopunite šljivama i na njih stavite druge 2 žlice meda. Odmah povežite staklenke, staklenke složite u veliku posudu, pokrijte dekom ili jastukom, i ostavite da se polagano ohlade. Čuvajte sa ostalom zimnicom na hladnom i zračnom mjestu.

## VIŠNJE

### Višnje u medu

Naputak (recept) za pripremu sladoleda pronađen je u starim spisima grada Varaždina kad su oko grada još bile *ledenice*, *ledvenice*, nešto kao današnje gradske hladnjače.

Krupnije višnje operite i dobro obrišite čistom kuhinjskom krpom, stavite u staklenku i dodajte malo cimeta i klinčića. U međuvremenu skuhajte med, oberite pjenu, ohladite ga i prelijte preko višanja tako da ih potpuno prekrije. Staklenku ostavite otvorenu preko noći da višnje upiju med. Sutradan dolijte još meda koliko treba.

Staklenke zatvorite i odložite na hladno i suho mjesto. Prvi tjedan-dva staklenke okrećite svakog dana kako bi se sadržina što bolje pomiješala. Što višnje duže stoje to su bolje.

## POJMOVNIK i MALI RJEČNIK tradicionalnog i službenog nazivlja

### Ajdovec

(slo.) 1. kruh od heljdina brašna; 2. med od heljde.

### Alva

(ar. tur. halva, helva) istočnjačka poslastica od brašna, meda ili šećera, masnoća (ulja) i drugih dodataka (oraha)

### Amrita

piće bogova iz starohrvatske mitologije; radilo se od mlijeka, ječmenog soka i meda. Pilo se iz čaše vjekotrajne, posude besmrtnosti. Bogovi su uglavnom pili amritu i medovinu; bogovi hrvatske mitologije vodu su pili iz Jezera istine ili iz Potoka radosti, koju im je donosio Radovan (poslužitelj bogova) u zlatnoj tikvi (buči).

### Austrijski marcipan

nema ništa zajedničko s pravim marcipanom; to je medenjak s tankom šećernom glazurom, koji je ukrašen ušećerenim voćem ili bademima.

### Baklava



(ar. tur. baklava – romb) slatka pita (slatko jelo) koje se peče u plitici, a pravi se od tankih jufki (od 70 jufki u jednoj plitici) koje se slažu jedna na drugu, a između njih se posipaju samljeveni orasi, bademi ili lješnjaci. Neki stavljaju i tirit (mrvice od posebno napravljenog tijesta). Baklava se prije pečenja izreže na kusove ili dilume (oblik romba). Prije nego se počne peći, zamasti se rastopljenim maslom ili maslacem, poslije pečenja zalije se ukuhanim šećerom.

Sama riječ baklava u slobodnom prijevodu znači „zavežljajčić“ ili „paketić“. Do sredine 19. stoljeća smatrala se hranom dostupnom samo bogatom sloju građana. Nisam dovoljno bogat da bih jeo baklavu svaki dan. Prvobitno su se posipale smo orasima i medom, a danas se korama dodaju bademi, te lješnjaci. Svim inačicama jedno je zajedničko, nadjevene i posložene pečene kore bogato se zaliju sirupom od šećera i vode ili meda. Kao i većina istočnjačkih slastica, baklava gotovo“ pliva“ u sirupu.

## **Beg-lokum**

(*tur.*) kolač s medom, medenjak, gurabija (brašno se *zakuha* s maslom u obliku išaranih komadića i zalije medom.

## **„Bettini“ kolačići**

Suhi kolačići u obliku šesterokrake zvijezde (tijesto od kuhanih kestena, kukuruznog brašna, jaja, maslaca, meda i limunove korice; na svakoj zvijezdi je ukras od tijesta s posipom od šećera, kosanih oraha ili bajama) prave se podno Učke na kvarnerskim padinama u gradiću Veprinac (Veprinečki zakon iz 1501). Za „otkrivanje“ tih kolačića zaslužan je opatijski povjesničar Jan Bernd Urban. Kolačići su dobili ime po Elizabeti Devinskoj, koja je vladala gradićem u 15. stoljeću. Plemička obitelj Devinski grofovi sredinom 12. stoljeća upravljaju posjedima akvilejskih patrijarha na Krasu, krajem 13. stoljeća stječu posjede između Brseča i Rijeke. Najistaknutiji odvjetak je Hugo VIII. Obitelj potječe iz mjesta Devin (*tal.* Duino) na jadranskoj obali između Trsta i Monfalconea.

Okolina Veprinca poznaje prapovijesna i kasno antička refugijalna staništa (staništa u gdje su se sklanjali od nevolja ili opasnosti), a samo mjesto se spominje prvi put u oporuci Huga Devinskog 1374. da bi u 15. stoljeću bilo upravno i posjedovno vezano u gospoštiju s Kastvom i Mošćenicama.

## **Bijeli mrs**

pod ovim pojmom podrazumijeva se mlijeko i njegovi proizvodi. Jedna od

naročitih poslastica je slatki kajmak preliven medom i jaja pečena u kiselom mlijeku.

## **Boza**

buza (*perz.*); 1. kiselkasto piće koje se radi od kukuruzna ili projina brašna; Skuha se nekoliko velikih proja i drži na toplom mjestu da ukisnu, a u ljetno se doba troše; to je „buza“. Tako kisele proje – tijesto udrobe u neku veću posudu u koju se ulije vruća čista voda, ostavi se na toplom mjestu 24 sata da još bolje ukisne, i doda upola pečena proja, od čega se dobiva još bolja buza, naziva se „tatar-buza“. Buza se najviše troši u ljetno doba za vrijeme poslova. Ipak se najčešće radi od kukuruznog brašna, mlake vode, kvasca, šećera ili meda. Sadrži od 1-2% alkohola; 2. vino na dnu bureta (mutež, talog)

## **Buklija**

1. Za proslavu spremljena velika čaša medenog vina ili medene rakije, pored nje kolač okićen bosiljkom (ili grančicom šljive), u vinu ili rakiji nalaze se tri jabuke (također okićene bosiljkom i po kojim orahom = sve to naziva se buklija; 2. međutim, isto tako ova riječ označava i posudu za piće. Ploska, breme, drveni sud u kojem se nosi piće u polje; 3. peharnik u društvu, kako na putu tako i za stolom; 4. posuda za rakiju koja se iznosi pred svatove.

## **Caklenica**

staklenka, posuda za med

### **Cimpet**

medenica; zemljana posuda za pečenje npr. guske (Hrvatsko zagorje, Međimurje) koja ima dva dijela; onaj u kojem se peče i kojim se pokrije. Prije pečenja se moraju oba dobro navlažiti (Danas se takva posuda uvozi i poznata je pod imenom - Römer topf; nažalost zaboravili smo da je to naš stari autohtoni proizvod kojeg su „zagorci“ koristili za svoja gušćja pečenja, a kasnije i pureća.

### **Česnica**

1. jelo od bijelog luka (češnjaka) kao gusta čorba; 2. kolač; između nekoliko slojeva debljih kora od tijesta stavi se mljeveni ili tucani orasi, šećer i suhe groždice. Ovako priređen kolač se ispeče i prije posluživanja se premaže medom. Po starom običaju kolač se ne reže nego lomi u prisustvu svih članova obitelji. Radi se za Božić; 3. pogača koja se mijesi ujutro na Božić od pšeničnog brašna i u koju se stavlja kovani novac (srebrni ili zlatni). Onaj tko pronađe novac bit će sretan cijelu godinu. U Hercegovini se umjesto novca stavlja konjski klin (čavao za potkovu) za sreću onome tko ga nađe.

### **Čičmak**

čikmak (*mađ.* macsik); jelo od meda i maka (Hrvatsko zagorje)

### **Čuvanje voća i povrća na stari način**

mnoga stara uputstva tj. iskustva vremenom su „ishlapila“ zaboravili smo ih tijekom vremena, koja su poznavali još naši preci s ovog područja.

Nekada ljudi, koji su živjeli uz more, čuvali grožđe, za dulje vrijeme, u prokuhanj kišnici (čitav grozd se stavio u prokuhanu kišnicu na trećinu, a sve zajedno u zemljanu posudu. Posuda se osmolila, začepila i odložila u podrum; ili na dugi način – da su grozdove prekrili ječmom). Jabuke i šipak (nar) su očuvali za duže vrijeme na taj način da su ih umakali u kipuću kišnicu (zar to nije – blanširanje). Dunje su odlagali u posude, prekrili mirisnim grančicama, prelili medom i ukuhanim vinom (do polovine). Svježe jabuke, smokve, šljive, kruške i trešnje, pažljivo obrane s peteljka stavljali su u med, tako da se ne dodiruju. Sok od kupine su pomiješali s vinom ukuhanim do četvrtine i stavili u posudu.

Zelen (povrće) ne potpuno zrelo odlagali su u posudu koju su zatvorili i osmolili. Rotkvice su odlagali u posudu pokriveno s bobicama mirte i prelili mješavinom meda i kvasine ili mješavinom meda, kvasine i soli. Gljive su odlagali u posude u slojevima, pokriveno piljevinom. Breskve su odlagali u dobro osoljenoj vodi – salamuri s čubrom. Masline netom ubrane odlagali su u ulje (maslinovo). Mnogo toga bi se još moglo napisati o zaboravljenom znanju i iskustvu.

### **Čvaka**

s malo masla napravljeno tijesto, nasjeckani, polito medom ili šećerom i ispečeno

### Deba

debe (*ar.*) okrugla drvena ili bakrena posuda s poklopcem u kojoj se drži ili nosi sir, kajmak, med; mali mijeh u kome se drži maslo, ulje, med, pekmez ...

### Dodra

(*lat.* dodra) napitak od meda, vode, vina, ulja, papra i neke trave (Hrvatsko zagorje)

### Džibra

(*tur.*) 1. komina, ostatak poslije destilacije alkohola (kod pečenja rakije od šljiva, grožđa...); 2. med zgnječen s voskom zajedno (za razliku od vrcanog meda)

*Više je bilo džibre od komine nego od šljiva.*

### Griz na mlijeku

Sastojci: 6 dl mlijeka, 3-4 žlice pšeničnog griza, 1 žlica meda, 2 žlice kakaa, prstohvat cimeta.

Stavite mlijeko na pećnicu i pričekajte da prokuha. Kada prokuha, uspite griz i miješajte pjenjačom dok se skuha (oko 5 minuta). Maknite sa vatre, dodajte cimet i med i još izmiješajte. Ulijte u zdjelice ili tanjure i u sredinu stavite kakaa ili komadić mliječne čokolade. Poslužite hladno, ako više volite topli griz u njemu možete uživati i toplom.

### Gurabije

(*tur.* kurabiye) tvrdi okrugli kolač koji se radi od maslaca, brašna i šećera. Ako se umjesto šećer stavlja med, tada je to medena gurabija (medenjaci). Gurabije, *tur.* = ptičji

kolač (ali se isto tako kaže i beg – lokum). Nemuslimanski narod umjesto maslaca upotrebljava mast

### Halva

(*tur.* Helva = slatkoća) (alva, halvuša, alvušar) slatko jelo od pšeničnog ili bijelog brašna, badema, masla i šećera. Ako se umjesto šećera stavi med onda je to medena halva a ako je umjesto šećera pekmez naziva se *pekmezna halva*. Vrsta halve koje se rade u slastičarnama zovu se ćeten halva, tahan-halva, irmek-halva, kos-halva.

Najstariji poznati naputak za spravljanje halve datira iz 1473. godine zapisan u sultanskom Stambolu – samo 20 godina nakon što je Mehmed II. osvojio bizantski Carigrad. Naputak pripada mjesečnom popisu jela za Mehmeda II. pa se halva i naziva carskom (*hetvai nahani*). Halva se na sultanskom dvoru posluživala najuglednijim gostima na golemim pladnjevima. Kako se priređuje s različitim dodacima, dodaju se i odgovarajući pridjevi: susam (sezam) – halva; aside; irmik; gaziher; pišmanije, tahan-halva.

|               |                          |
|---------------|--------------------------|
| <i>Medača</i> | kava koja se sladila     |
| <i>kava</i>   | medom umjesto<br>šećerom |

### Licitarski kolač

prave se od tijesta u koje se stavi med, šećer ili neki slatki sirup; to su najčešće obojeni kolači koji se prodaju po sajmovima i na narodnim svetkovinama. Najpoznatije je „licitarsko srce“ kao simbol ljubavi.

### **Mačnice**

slatko od meda, badema, anisa i oblatne (oblatna se radila iz suhog kruha). (Dubrovnik i okolica)

### **Mandolat**

mandulat (*tal.* mandorlato) slatkiš od badema; bademovac; bademnjak; vrsta tvrde bijele alve sa prženim bademima ili orasima, medom ili šećera i bjelancima) (četrvtastog duguljastog oblika, obloženog oblatnama)

### **Maraskino**

piće (liker) koje se pravi od višnje Maraske (maraške) koja potječe iz Male Azije. Bez pretjerivanja se može reći da je najbolja naša sorta poljička, jer ima izvrsnu aromu, boju i okus.

Postupak izrade pića je dosta kompliciran i dugotrajan, a u osnovi svodi se na: berbu višanja dok još nisu dozrele (još su gorkaste) i zajedno sa sjemenkama (vrlo su mirisave) istuku se u kašu. Nakon toga se miješa s kvalitetnim bijelim medom u jednakim omjerima. Kada smjesa provri, tada se tek destilira, i ostavlja da odleži godinu dana, pa se ponovno destilira. Tim načinom dobiva se vrlo fina rakija koja je osnova za daljnji postupak, miješa se s vinom, šećerom i vodom. Nakon bistrenja i odležavanja od godinu dana dobivamo vrlo fini bezbojni liker svjetskog glasa koji se proizvodi u Zadru već više od 150 godina.

Koliko je maraskino (maraschino) bio na glasu govori i činjenica da je engleski kralj George IV. U Zadru kupovao po nekoliko stotina sanduka

tog likera, slao je svoje ratne brodove „Aigle“ i „Contesso Landerdole“, inače stacionirane na Krfu i Malti. Osim engleskog dvora, u maraskinu su uživali Napoléon Bonaparte, maršal Marmont, ruski car Nikolaj I., franc. kralj Louis XVIII., Karlo X., bečki, talijanski, pa čak i danski dvor.

### **Maslačak**

Okolicu Rijeke u svibnju krasi rascvjetali cvjetovi maslačka koji su od davnina u ovom kraju predstavljali izvor dobrog prirodnog lijeka i ukusne hrane za siromašno pučanstvo. Nije tajna da se od davnine u ovim krajevima sprema med ili sirup od cvjetova maslačka kao i marmelada od cvjetova.

### **Maza**

tanki komad kruha namazan kajmakom, medom, i sl.

### **Mecavica**

jelo: izljevača, kljukuša, samo mora biti polivena medom

### **Med**

Nije poznato tko se prvi osmjelio i zavukao ruku u košnicu da bi zagrabio i napokon liznuo med, ali se zna da su se ljudi, sladokusci kakvi već jesu, s medom upoznali još u počecima civilizacije. Spominje se u sumerskim i babilonskim zapisima iz 21. stoljeća prije Krista, u Kuranu i Vedama, svetim indijskim spisima, a ni stari Egipćani nisu mogli odoljeti da ne napišu koju riječ o njemu. U Bibliji se pak Palestina naziva zemljom u kojoj teku med i mlijeko. Dakako, nitko pametan ne bi želio

živjeti u zemlji gdje vam se noge lijepe za pod, ali opis svjedoči o tome koliko je med bio na cijeni. U starom se Egiptu već oko 4000 . godine prije Krista med upotrebljavao u kućanstvima kao sladilo. Štoviše, tisuće godina bio je jedino poznato sladilo. Stari Egipćani toliko su ga cijenili da su se njime čak koristili umjesto novcem za plaćanje poreza i druge transakcije. Također, njime su hranili svete životinje, a upotrebljavali su ga i kao materijal za balzamiranje. U Indiji i drugim azijskim zemljama ljudi su upotrebljavali med i za konzerviranje voća te pri spravljanju torti, slatkiša i druge hrane.

Koliko su med cijenili Sumerani, Asirci i Babilonci, govori i podatak da su još prije više od četiri tisuće godina med izlijevali preko kućnog praga smatrajući to prinošenjem žrtve u znak sjećanja na razne važne događaje. Medom i vinom zalijevali su se i predmeti u svetim zgradama, a stari Grci nudili su ga bogovima i duhovima mrtvih. Medovina, alkoholno piće od meda, smatrala se u to drevna vremena pićem bogova i samo njihovom iznimnom milošću mogli su u njoj uživati i smrtnici.

Med je bio na cijeni i u srednjem vijeku. Nijemci su u 11. stoljeću njime zaslađivali pivo. Valjda se zbog toga od njemačkih seljaka zahtijevalo da danak svojim feudalnim gospodarima plaćaju medo i pčelinjim voskom.

Čim su španjolski osvajači u 16. stoljeću započeli osvajanja Meksika i Srednje Amerike, otkrili su

da su i tamošnji Indijanci vješti uzgajali pčela. Ipak, najučinkovitije su pčele na svim kontinentima europske. Njih su europski naseljenici sjevernoameričkog kontinenta 1638. donijeli sa sobom u Novu Englesku. Sjevernoamerički su ih Indijanci, jer su im do tada bile potpuno nepoznate, zvali „muhamu bijelog čovjeka“. Medom se u to vrijeme i u Americi koristilo na uistinu brojne načine – za pripremu hrane i napitaka, za konzerviranje voća, pa čak i pri pravljenju cementa i za pripremanje laka za namještaj. Dakako, smatran je ljekovitim.

Prvi alkoholni napici 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 stari Anglosaksonci pripremali u glinenu loncu kao mješavinu vode i pčelinjeg saća te dodavali različite biljke da se obogati okus. I proizvođači piva koji danas eksperimentiraju s raznim dodacima ne zaboravljaju med.

*Za divjin medom i kobilicami žitek je*

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Medna otopina</i> | nekada se umjesto šećera koristio med što je puno bolje i ukusnije (šećer je bio skup). Danas će to biti prava delikatesa i najbolje ga je koristiti za sitne plodove (jagode, maline, ogrozd i dr.). Za mednu otopinu potrebno je za 1 kg plodova uzeti 1 kg meda i 0,5 l soka od |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |                                             |
|--|---------------------------------------------|
|  | plodova voća koje se priprema, umjesto vode |
|--|---------------------------------------------|

### **Med**

ili medki – pripada u najstarije izvorne ruske napitke; radi se pomoću vode uz manju količinu meda i hmelja

### **Med divji**

šumski med

### **Medelnicer**

bojar, dapifer – *stolnik* koji je knezu donosio vodu za pranje prije jela a za vrijeme objeda jelo

### **Medelnicer**

bojar, stolnik, dapifer, koji je knezu donosio vodu za pranje prije jela a za vrijeme objeda jelo.

### **Medenica**

posuda od pečene zemlje (karakteristična za Hrvatsko zagorje) u kojoj se priređuju izvrsna jela pučke kuhinje. Medenica je posebnog oblika, ima s jedne strane na obodu „kljun“ da se lakše iscijedi masnoća, kad se radi pečenje.

*Testo omesi ... pod rastegneno verzi medenicu z maslom namazanu*

### **Medenka**

1. ploska sa zaslađenom rakijom; 2. slatka kruška

### **Medenjaci**

vrsta kolača koji se pripremaju s medom (kestenovim) umjesto sa šećerom (kolač koji ima svoju povijest i predstavlja prve oblike slatkog kolača); za dizanje tijesta

upotrebljava se prašak za pecivo, amonij ili potaša; (vrsta licitarskih kolača)

### **Medica**

medovica; piće od meda i vode, uzima se s ledom. Nekada je to bilo redovito piće na sajmovima i proštenjima.

*Kaplicu si da kak sunce z bilikuma piješ i medicu zmirom točiš*

### **Medičar**

medopek, licitar, kolačar

*Ja sem Blaž Biškupec, medičar i voštar na diku Božu i brinem se za cirkve i proščenja*

### **Medna otopina**

nekada se umjesto šećera koristio med što je puno bolje i ukusnije (šećer je bio skup). Danas će to biti prava delikatesa i najbolje ga je koristiti za sitne plodove (jagode, maline, ogrozd i dr.). Za mednu otopinu potrebno je za 1 kg plodova uzeti 1 kg meda i 0,5 l soka od plodova voća koje se priprema, umjesto vode.

### **Medovina**

nefermentirano ili fermentirano (alkoholno) piće od vode i meda.

### **Medun**

šumska paša pčela od polovine srpnja pa do konca kolovoza. U krošnjama gustih jelovih šuma iz velikih krošnji čuje se šumljenje pčela i drugih kukaca letača. Slatke kaplje na tlu ispod crnogoričnih stabala upućuje na *medljiku (medun)* – med izvanredne kvalitete. Medun se može javiti i na

bjelogorici, primjerice hrastu, lipi, klenu ... Za proizvodnju meduna značajni su *kapari* i nekoliko vrsta *ušiju*.

Kapari se mogu javiti na smreki i jeli. Na smreki živi veliki i mali kapar. Oni se razlikuju po veličini i građi. Veliki smrekov kapar se razvije tri do četiri tjedna prije malog.

Od više vrsta ušiju značajne su crvenkastosmeđa smrekova uš, velika crna smrekova uš, velika crna smrekova uš, vrlo značajna za pčelare zelena jelova uš.

Izlučivanje meduna može početi već krajem travnja ili početkom svibnja.

Pčele, proizvođači meduna, imaju odlično građeni usni sustav za sisanje (usisni aparat) kojim lako dolaze pod koru drveća gdje kruže biljni sokovi. Sok u drveću pod velikim je pritiskom što rezultira njegovom većom količinom u organizmu uši od za nju potrebne. Taj višak prolazi i izlazi mimo pravog želuca uši, što pčele vješto iskoriste i donose u košnicu.

Medun je jedan od najkvalitetnijih medova s puno minerala. Medun *kapara* tamnocrvene je boje, a medun *ušiju* je taman i zelenkast.

### **Medura**

piće na medu učinjeno

### **Medurina**

piće od vode i meda

### **Medva**

vinova loza bijela grožđa (Brač)

### **Medvača**

slatka kruška zrela oko sv. Ilije

### **Medvenak**

kolač napravljen s medom, medenjak

### **Mustačno**

(*tal.* mostacciolo) slatka jela od šećera (prvotno meda) i različitog voća

### **Nektar**

(*grč.* nektar) 1. u starogrčkoj mitologiji piće bogova koje je davalo besmrtnost i vječnu mladost onima koji su ga pili; 2. slatki sok koji izlučuju biljke. 3. naš izraz: mednica, mednik, medicam, medovina.

### **Palačinke**

Mediterranski okus tijesta za palačinke dobiti će te ako ih pripremate s mlijekom, domaćim brašnom i jajima, bagremovim medom, maslinovim uljem, ribanom jabukom, te dodate malo mljevenog rogača.

#### *Američke palačinke - pancakes*

Sastojci: 12,5 dag brašna, 1 žličica šećera, ½ žličice soli, ½ žličice sode bikarbone, 1 jaje, 3 dag otopljenog maslaca, 2,5 dl kiselog mlijeka ili jogurta.

U posudu stavite brašno i sodu bikarbonu. Dodajte sve suhe sastojke. U sredini napravite udubine i u nju dodajte jaja, maslac i kiselo mlijeko (jogurt) sve dobro izmiješajte (električnim strojem – mikserom). Ostavite na hladnom odmarat pola sata. Na tavici rastopite malo maslaca i stavljajte po jednu žlicu smjese na vrući maslac. Razliti će baš onoliko

koliko treba. Kad se na gornjoj strani pojave mjehurići, palačinkice okrenite te ispecite i s druge strane. Poslužite ih tople prelivene javorovim sirupom ili rijetkim medom.

### **Pelenka**

tijesto s orasima i medom koje se jede o Božić

### **Paluza**

(*tur.* paluze) – „kompot koji se začini razmućenim pšeničnim škrobom uslijed čega je gušće“

Vrsta hladetina od meda i škroba; gust kompot od suhog ili svježeg voća (marelica, ribiz, trešnja, višnja), začinjeno sa razmućenom nišestom zbog čega je gušći od običnog kompota

### **Pandur**

poprženo kukuruzno brašno pomiješano s pekmezom ili vrućom mednom vodom, u koje se umiješa i malo masla. Po narodnoj predaji to je najstarije slatko jelo.

### **Potica**

izvorni kolač Slovenije i Međimurja koji se uobičajeno radio za praznike i puni se raznim nadjevima: orasima, lješnjacima, suhim voćem, rozinama (cvebama), makom, rogačima ili vrhnjem (skutom). Umjesto šećera upotrebljavao se med. Savijača – *štrudl*; rozinova, orehova, pehtranova, makova, potica - povitica.

*Vojvođanski štrudl* i *hrvatska orehnjača* je slična vrsta slatkog

kolača („potici“) samo što imaju puno bogatiji nadjev

### **Razvaruša**

pita-bazlamača; dobro umiješano netopljeno maslo popečeno u tavi. Ispečeno se zalije *medavom* (šećernom vodom)

### **Recelj**

redželj, redžel, rečelj (*perz.*) džem, ukuhano voće u šećeru, kompot, medovina, slatko piće od meda, žitki pekmez

### **Rešendije**

rašedija (*ar.*) vrsta halve koja se radi od šećera ili meda, nišeste i masla. Razlikuje se od obične halve u tom što se u nju stavlja nišesta pa se uslijed toga rasipa

### **Samotok**

(prvenac; *samotek* – Belostenec); 1. sok koji izađe iz komine prije stezanja preše; 2. med koji sam iscuri iz saća; 3. ulje koje samo iscuri iz masline prije prešanja; 4. vino dobiveno iz samotoka, najbolje vino od te preše; naziv za poznato desertno vino *hercegovački* ili *stolački samotok*.

### **Smokvara**

kolač s medom; s medom i maslom zakuhan kukuruzno brašno, oblikovano u kuglice, prstom se u sredini napravi udubina, ispeku na tavi u maslu i zaliju medom

### **Strd**

(*slo.*) med u netekućem stanju

### **Strdeno žganje**

(slo.) medenjača, medena rakija

### **Strdenec**

(slo.) medenjak

### **Strdenje**

(slo.) medeno pecivo

### **Šerbet**

(ar.) 1. dobro ohlađena voda koja se pije radi osvježenja; obično se još dodaje mirišljavi začim ili limun. Kod muslimana se gost najprije počasti šerbetom zatim kavom i drugim. Ako se šerbe radi od meda onda se zove „medeno šerbe“ ili „medovina“; 2. slatki voćni sok koji se toči u čaše i kojim se poslužuju gosti zove se i „šurupom“; 3. ukuhana voda u šerbetnjaku pripremljena za kuhanje kave; 4. ukuhani šećer kojim se zalijevaju slatke pite. Bitno je za sve šerbete da ne sadrže alkohol; 5. u europskim restoranima u šerbet dolaze slijedeći sastojci: voda, šećer, sok južnog voća, pasirano voće, liker, čaj i kava

### **Šuliki**

ukrajinska narodna slastica, koja se radi od rastresitog tijesta. Tijesto se razvalja na debljinu 2-3 mm i ispeče. Pečeno se izlomi i prelije makovim mlijekom u koje se doda med

### **Urmašica**

vrsta pite, orijentalni kolač ispečen od tijesta (maslac, jaja i brašno), oblikovano kao datulja preliveno vrućim ukuhanim šećerom, *hurmašica* (isto se pravi ko i *razvaruša*, samo se oblikuje „na

brdo“ („brdo“, brdilo“ je ono, pomoću čega žene tkaju) u duguljastom obliku (po čemu se i naziva „na brdo“). Naziva se i „brdeljuša“ i „brdeljača“, pa kad se ispeče, onda se ko razvaruša zalije mednom ili šećernom vodom.

### **Varica**

1. ričet; varivo od ječmene kaše; 2. radi se na dan Sv. Barbare ili sv. Nikole; koljivo, kaša od pšeničnih zrna, meda, mljevenih oraha; Pšenica se drži u vodi jedan dan, nakon toga se stavi kuhati zajedno s kukuruzom (najčešće tzv. *Bjelica*). Nakon što je sve kuhano, cijedi se i stavi u posudu s malo soli, cimeta, meda i tucanih oraha. Sve se dobro izmiješa i posluži. Posluživalo se za vrijeme prela dugih zimskih večeri (Posavina); 3. domaće jelo u Dalmaciji od jarog graha (mladog graha).

### **Zerde**

hladno jelo, vrsta kompota. Na rijetko kuhana ostupana pšenica ili riža, zaslađena medom ili šećerom i začinjeno cimetom.

### **Žgance (puru)**

na otoku Pagu začinjavali su maslinovim uljem ili mješavinom meda, luka, umiješanog s vodom i malo ulja. Istarski običaj je prelijevanje mlijekom ili vrućom mašću (ili maslacem) i posuto ribanim ovčjim sirom.

*Kad se ja naidem žganjaca, onda nema zime za mene*

Autor:

Zlatan Nadvornik rođen 1942. god. u Zagrebu. Diplomirao na zagrebačkoj Hotelijerskoj školi 1963. god. Istražuje povijest hrvatskog kulinarstva, i piše gastronomsko-kulinarske knjige. Svi su naslovi s osvrtom na nacionalnu gastronomiju.

Do sada objavio:

1. **ZLATNA KNJIGA RIBLJIH JELA**, Nakladni zavod Matice hrvatske 1986. (ISBN xx .....);
2. **I IZNUTRICE SU MESO**, "Svjetlost", Sarajevo 1987. (ISBN 86-01-01012-1);
3. **ZEBRANE JESTVINE HRVATSKOG ZAGORJA**, (koautor Slavko Večerić) "Turistkomerc" Zagreb, 1991. (ISBN 86-7133-185-7);
4. **PIVO TEKUĆA HRANA** (koautor prof. dr. Vladimir Marić) „PTI“ - Prehrambeno tehnološki inženjering, Zagreb 1996.(ISBN 953-6449-01-3);
5. **JELA VRBOVEČKOGA KRAJA (KAJ SU JELI NAŠI STARI)** Turistička zajednica grada Vrbovca, Vrbovec 1997.(ISBN 953-97273-0-8);
6. **BOŽIĆNI STOL** Strijelac Zagreb 2000. (ISBN 953-210-044-X);
7. **JABUKE ZEMELJSKE** (jela od krumpira) Strijelac Zagreb 2000. (ISBN xx.....);
8. **JELA OD ZLATA** (jela od kukuruza) Strijelac Zagreb 2000. (ISBN xx.....);
9. **KAVA - OČARAVAJUĆI NAPITAK** Strijelac Zagreb 2000. (ISBN 953-210-036-9);
10. **ČAJ - PUT U NEBO** Strijelac Zagreb 2000. (ISBN 953-210-037-7);
11. **JELA LIKE** (prva knjiga o jelima Like) Strijelac Zagreb 2000 (ISBN 953-6053-74-8);
12. **VUKOVARSKJE GASTRONOMSKE ČAROLIJE** Narodne Novine, Zagreb, studeni 2002. (ISBN 953-6053-74-8);
13. **ZAGREBAČKI STOL** Finkor, Zagreb 2003.(ISBN 953-99271-0-2),
14. **GORSKI KOTAR – hrana za dušu i tijelo**, TKD d.o.o., Delnice 2004. (ISBN 953-99763-0-8),
15. **TURIST KAO GOST – prilozi kulinarskom turizmu (više autora)**, Zlatan Nadvornik: *Kulinarska baština* (crtice iz rukopisa knjige: Hrvatska autohtona jela i pila i njihovi izvori), Nakladnik: Institut za etnologiju i folkloristiku Zagreb, svibanj 2009. (ISBN 978-953-6020-43-9)
16. **HRVATSKA TRADICIJSKA JELA I PILA I ZIMNICA S NOSTALGIČNIM OKUSOM BAKA I NONA**
17. **GASTRONOMIJA U RIJEČI I SLICI (GURIS)**
18. **PODRAVSKI KULINARSKI UŽICI**

- 19.. ROMSKA KUHINJA
20. KUHINJA NADE LOVRAK
21. KOLAČI
22. USKRS
- 23.LOVAC, LOVINA i LOVAČKI STOL
24. SIR i JELA OD SIRA
25. ČOKOLADA (hrana bogova) I KAKAA
26. KESTEN PUCANAC I MOŠT REZANAC
- 27.Remek djela barske i kulinarske vještine (dodatak za Navigaj Lovi  
Parićaj).
28. PROŠEK
- 29.BRODET, BUZARA i GREGADA
30. FEŠTA OD PRISNACI
31. POGAČA
32. MARASCHINO ČAROBNI NAPITAK I ZAČIN
33. OGNJIŠTE – KOTLIĆ – KOTLOVINA – KRUŠNA PEĆ – PEKA –  
RAŽANJ – ROŠTILJ – ZEMLJANA POSUDA
34. . KOLINJE
35. NAŠI STAR KRUH NISU BACALI
36. GASTRONOMSKO KULINARSKI POJMOVNIK
37. SLATKOVODNE RIBE; RAKOVI I KAVIJAR
38. BANIJA i KORDUN
39. POSAVINA
40. ČVARCI

## SADRŽAJ:

Neki od bogova kojima je posvećen  
med:

U zavisnosti od biljnih vrsta s  
kojih je sakupljen nektar,  
med se može podijeliti na:  
Kontinentalni dio, priobalje  
i posebno otoci obiluju najfinijim  
medom od medonosnih biljaka, kao  
npr.:

*Što nam govore naši povijesni izvori  
o medu*

*Kuharska knjiga čakovečkog dvora*

Neka od jela iz knjige *Kuharske*

*knjige čakovečkog dvora:*

*Kupus na talijanski način*

*Jelen ili srnetina kuhana u crnoj juhi*

*Torta Zrinski\**

*Hiszna knisicza – Hižna knjižica*

*Zamjena šećera medom*

### **Jela sa medom**

*Međimurje i Podravina*

Svinjetina s umakom od šljiva

Svinjska pečenka

Svinjski but s medom i pivom

Svinjski kare s jabukama i medom

Jelen s umakom od šipka

Srneći medaljoni s kestenjem

Guščji bataci u umaku od piva s  
medom

Slatki pir na bakin način

Zobeni žganci

Kruh od ječma

Paprenjaci

Pogačice od kukuruznog brašna iz  
Legrada

*Kuvani medenjaci*

*Podravski paprenjaci*

*Zlatni paprenjaci*

*Jastučići od heljadinog tijesta*

*Makviči - makuće*

*Hrvatsko Zagorje*

*Medenica*

Srneći medaljoni s kestenjem

*Makoći*

Šuliki medeni s makom

Medene kriške

Makovo mlijeko

*Prigorje*

Carsko meso i krpice sa zeljem

Zec s pivom i medom

Zapečeni medenjaci

*Medova zlevanjka*

Vrbovečka pita

Savijača od meda

Kolač od meda

Medeni, crni kruh

„Med“ od maslačka

„Med“ od maslačka II. inačica

*Slavonija*

Janjeći but s medom

Paradajz-paprika s medom

*Medena rakija*

Pita s medom

Krumpirove placke (Bramborovi  
placky)

*Lokša*

I inačica (slana lokša)

II. inačica (slatka lokša)

Slavonski medenjaci

Torta s pivom i medom

*Posavina*

Posavska gibanica

Kolačići kroz ruku - kiseli kolačići

Baklava sa suhim šljivama

Pekmez od šljiva s medom

Savijača s medom

*Lika*

Velebitska rakija, *Lička dunjovača*

*Gorski kotar*

Nadjevene (punjene ) pečene jabuke

Meden, crni kruh

Medine šape

Medeni kolač

*Domaći karamel*

Slatkiši u papirnatim košaricama  
Ocat od meda  
Napitak od izbojaka četinarara  
„Med od bora“  
*Istra*  
Teleći odresci s kestenjem  
Pjenasta krema od maruna  
Lovranske kuglice  
*Biska* (rakija od listova imele)  
Suho voće i med  
Vino od meda  
*Lošinj*  
Torta od ružmarina  
*Krk*  
Vrbnički medenjaci  
Vrbnički kolač *oplača*  
*Pag*  
Savijača od skute  
*Primorje*  
Kozlić s premazom (marinadom) od  
ružmarina  
Božićni kolač s medom  
Pavlinka torta - suvenir Crikvenice  
*Skradin*  
Globi – okruglice, loptice od sira  
Skradinska torta  
Medeni poljupci  
*Šibenik*  
Kolač od žižula (čičimaka)  
*Dalmacija*  
Bakalar s ribanim ovčjim sirom  
*Splitski bakalar*  
Perna – but, šunka  
*Kopun ili kokoš na Pometov način*  
Poverun  
Gotovac  
Posni medenjaci  
II inačica  
Starinski kolač s medom  
Kolač s medom  
Posni keksi  
Kolač od grožđa  
Ćukter (ćufter) – kolač od bajama i

vina  
Mandolat (mandulat, ćukter) – kolač  
od badema  
Pandulat (postoji i *mandolat* – što nije  
isto) - tvrdi, suhi kolačići  
Smokve zapečene u medu  
Sušene smokve u kaduljinom medu  
Dalmatinski medenjaci  
Posni kolač s medom  
Slatko  
Liker od mente  
*Liker od ruža*  
Smokve zapečene u medu  
II. inačica  
Starogrojski paprenjok  
Hvarske galijice  
*Vis*  
Brodet od sušene raže  
Kozice s medom  
Viški umak od meda za pršut i ribu  
Viški umak od meda za pršut na II.  
način  
Pogačice od naranči i meda  
Rezanci od rogača  
Savijača od rogača  
Salata od mladog lišća cikle  
Kruh s nadjevom od luka, češnjaka i  
aromatičnog bilja  
Pogačice s grožđem  
**ZABORAVLJENI GVIRC**  
Domaći gvirc  
*Domaći medni „šampanjac“*  
Ocat od rakije  
Jako pivo  
Stara narodna pića:  
*Mlijeko s medom*  
**ZIMNICA**  
Medna otopina  
U medu spremljeno voće  
Suho voće i med  
Medna kaša  
Stavljanje kuhanog pekmeza u  
željene posude

Sprječavanje eventualnog  
pojavljivanja plijesni:

DŽEM

BRESKVA

Breskve s medom

DUD

Sirup od duda

Sok od duda

DUNJA

Kompot

Sirup s rakijom

Slatko od dunja s medom

Dunje s medom

Savijača od dunja

GROŽĐE

Sok od grožđa s medom

Sirup od grožđa s medom

Kompot od grožđa (ili drenka)

KRUŠKA

Sušene kruške

„Med“ od krušaka

Medene kruške

Pečene kruške

KUPINE

Kupine s medom

MARELICE

Kompot od marelica s medom

JABUKE

Pečene jabuke s medom

MUŠMULA

Kompot od mušmula (iz Bukovice i  
Ravnih kotara)

OGROZD

Sok od ogrozda

ORAH

Sirup od oraha

Orasi u medu

ŠIPAK

Pekmez od šipka

ŠLJIVE

Šljive ukuhane u medu

Pečene šljive s medom

VIŠNJE

Višnje u medu

POJMOVNIK i MALI RJEČNIK

O autoru