

PROŠEK



ZLATAN NADVORNIK





ZLATAN NADVORNIK

P R O Š E K

© Copyright, Zlatan Nadvornik, Zagreb 2017.

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



Pod nazivom **prošek**, podrazumijeva se prirodno desertno dalmatinsko vino koja po sorti vinove loze i načinu proizvodnje, mogu biti različita. Njihova boja, miris (buke) kao i ukupna kvaliteta je međusobno različita.

Prošek je desertno vino dobiveno preradom grožđa *sušenog u hladu* (potkrovlju kuće, nadstrešnici i sl.).

Pečeno vino je također desertno vino, ali dobiveno preradom prosušenih bobica grožđa (suhvica, suvaraka), *sušenog na suncu*, alkoholnim vrenjem ugušćenog (koncentriranog) mošta plemenite sorte, bez drugih (sorti) dodataka. Pečena vina su imitacija prirodnih slatkih (desertnih) vina.

Postoji organoleptička razlika u okusu.

Kod pečenog vina se osjeti karamel, a kod prošeka okus prosušenoga grožđa s dojmljivim okusom suhvica. Za pečeno vino često se rabi naziv prošek, što u tradiciji vinogradara istočnog Jadrana nije ispravno.

Proizvodi se fermentacijom koncentriranog grožđa od najkvalitetnijih sorti grožđa (prosušenih na trsu i još naknadno samo zrelih boba grožđa sušenog tjedan dana na slamnatim ili plastičnim podlogama) još od doba starih Rimljana.

Sušenjem se gubi tekućina čime se povećava količina šećera. Nakon toga se grožđe stavlja u bačve na vrenje. Gotov prošek sadrži 15-16% alkohola.

Najčešće sorte grožđa u proizvodnji prošeka su: *bogdanuša*, *marastina* i *vugava* kojima se dodaje manja količina lokalno poznatih sorti.

Na Hvaru se proizvodi prošek od sorte *mali plavac* te je svojom aromom sličan portugalskom – portu.

Ovo vino koje su iz poštovanja zvali *vinum sanctum* (Rimljani), a danas u Italiji vino santo, vjekovima je vezano uz dalmatinske vinograde, njihove običaje i slavlja.

Piti prošek iz „pijeska ili paučine“ u malim čašicama ne većim od napršnjaka, istinska je poslastica, jer starenjem poput arhivskih vina dobiva na vrijednosti i kvaliteti. Ime prošek dolazio od talijanske riječi prosecco, što znači - prosušen.

Prošek se koristio za lijek a posebno se davao ženama nakon poroda i brži oporavak.

prošek - vino bakrene tamnožute boje, prekrasna bukea, izrazito sladak, pun i zaokružen) pije se (na temperaturi od 14-16 °C kao	aperitiv ili kao „slatka kapljica“ uz deserte, kolače, bademe, orahe, smokve, rogače, lješnjake svim tim blagodatima koje nam daje naša Jadranska obala
bijeli prošek se dobiva u principu od	grka, vugave, maraštine, pošipa, malvazije
crni od	okaca, plavca malog, muškatne ruže i grbića crnog

*Sve pečeno vino smo vrgli u botilje i dobro začepili, sa neka dimi
Napunili su botiljun pečenoga vina za pir*

Izvorni naputak (recept) za pravljenje prošeka traži velike količine crnog slatkog grožđa sorte *Zlatan plavac* koje bi se dobro osušilo i zatim *istrlo* (zgnječilo), tako da bi se od velike količine grožđa dobila mala količina prošeka.

Prošek pravi ovako: na 20 litara vinske otoke (sok od grožđa prije vrenja, čim se smasti) stavi se 3 kg šećera, to se dobro razmuti i ostavi u otvorenoj demižani (velika staklena posuda, boca sa čepom na vrhu opletena šibljem) da vrije 40 dana (i više po potrebi).

Prošek se puni u demižone ili boce (boca ne smije biti položena da ne dobije vonj po čepu), polaže u podrum, u pijesak gdje odležava godinama, čekajući na velike obiteljske i narodne proslave i godišnjice: krstitke, vjenčanja, rođenje djeteta, povratak moreplovca s dugih putovanja....

Držanje tj. čuvanje prošeka u bocama ili demižonima, u podrumu (kleti), pokriveno pijeskom, je ostatak stare tehnologije prerađivanja grožđa u vino, stare preko dvije tisuće godina.

Danas se prošek pravi dugim iskuhavanjem *mujace* (muljače) pomiješane sa šećerom, uz obilat dodatak vode. *Mujaca* se stavi u veliku posudu. Obično se stavi toliko *mujace* da prekrije jednu trećinu posude. Nakon toga se do vrha

nadolije voda, a na koncu se u sve stavi šećer. Nakon toga slijedi kuhanje dok tekućina dobije tamno crvenu boju.

Postoji i drugi način pripreme proška, koji se danas znatno manje koristi. Taj drevni način pripreme proška, kako se pretpostavlja, nestao je kada su se na tržištu pojavile obilate količine šećera. Šećer je zamijenio prirodni proces koji je bio važan u nekadašnjem načinu pripreme proška, a to je sušenje grožđa.

Narodni prošek

Za 5 l bijelog vina uzmite 1 kg šećera. U teču stavite šećer i vina toliko da ga pokrije. Kad šećer uskipi dodajte ostalo vino. Skinite s vatre kad je provrilo, nalijte u demažonu, pokrijte nabockanim papirom i pustite da vrije na hladnom mjestu dok vrenje ne prestane.

Ulijte u flaše, začepite i spremite. Ljeti opet filtrirajte. Dok vrije dobro je u flaše staviti suvicu (suho groždem groždice), jer dobije izvrstan okus i aromu.



bačve sa prošekom u konobama

Proizvodnja proška na stari način:

„Stari“ vinogradari, najčešće na otocima „nakon berbe dio grožđa ostavljao se u vinogradu jesenjim burama i zimskoj hladnoći, a zvalo ga se „pulerci“. Sušilo ga se i kod kuće na cijelim granama u grozdovima obješenim na konope u tamnim prostorijama. Grožđe se sušilo od rujna do prosinca, tako da bi postalo tamnocrvene ili smeđe boje, naborano a zrna bi postala sasvim mala. Osušeno grožđe se vadilo s granja, a onda su se skidale bobice. Radilo se to redovito oko Božića, rijetko kada u siječnju. Bobice s visokom koncentracijom sladora stavljale su se u posudu u kojoj bi se pomiješale s vodom. Omjer je pri kuhanju proška bio otprilike jedan naprama jedan, što znači da na jedan kilogram sušenog grožđa dolazi litra vode. Međutim, voda se tijekom kuhanja dolijevala, zbog obilnog isparavanja. Kuhanje je trajalo dugo, svakako više sati. Nakon kuhanja iz smjese bi se iscijedila tekućina tamno crvene, purpurne boje, vrlo jakog i ugodnog mirisa. Bio je to prošek, ali još uvijek ne posve gotov. Nakon kuhanja, prošek se stavljao u manje bačve kako bi odstajao neko vrijeme. Neki su iskuhani prošek stavljali u veće damižone i tako čuvali njegovo potpuno dozrijevanje. Tako napravljen prošek puno je prirodniji od onoga koji se danas radi, znatno je jačeg okusa i mirisa, ljepše boje, a često je sadržavao i veću količinu alkohola“.

Starenje može trajati mjesecima, godinama i desetljećima, ovisno o ciljanoj kakvoći, ali se ne može obavljati u istim uvjetima kao i dozrijevanje, već na nižoj temperaturi i u staklenkama ili bačvama koje su inertne na vino i štite prošek od prodora kisika..

Višegodišnjim starenjem mijenja se obilježje mirisa i okusa, a boja može postati od zlatnožute i antičkozlatne do boje različitih crvenkastih tonova (posebno ako su korištene crne sorte grožđa) a često je sadržavao i veću količinu alkohola.

Sličan postupak prošku je i ukuhavanje mošta za *varenik*, nezaobilazni začin raznim slanim i slatkim jelima.

Omiški prošek

U okolici maloga grada Omiša raste njeka vrst crnog grožđja, s kojima ondašnji stanovnici napravljaju vino koje je na glasu pod imena Omiškoga-Prošeka. To vino diši po ružah, i takove je izvanredne slasti, da se može slobodno brojiti između Liker ah Ovako je prije više od sto godina pisao C.A. Bakotić, vinar i vinarski stručnjak.

Treba izabrati vrst ruže koja se odlikuje posebnim mirisom i, prema receptu Bakotića, latice treba skinuti odmah nakon branja. One se rasporede na laneni rubac i ostave da se suše na zračnom mjestu, a potom ih se sprema u hlad, zatvorene u platnenu vrećicu. U doba berbe nalije se na njih omanja posuda (pet litara) dobrog domaćeg opola ili nekog drugog slađeg vina. Vrećicu sa suhim laticama treba uroniti u vino i opteretiti je da ne ispliva. Posudu također zatvoriti da miris ruže ne ishlapi. Vino se pretače nakon nekoliko dana, kada dobro poprими miris ubrane ruže. Slični postupak može se ponoviti prigodom vrenja mošta, na koji se pospu latice ruže.

Vrbnik (otok Krk) zabilježeno između 1901.-1903. godine

Slatko vino (vino za butine, vino od buta, butike) djelaju ovako: Ziberu najlipše grozdovi i ko je najzrelije, kada tergaju, i dadu ga posebi, ali ga ostave neka još malo zrije, pek ga potergaju potla. Kada ga pernesu doma, razgernu ga na daski, na lesi i nač ki ima na gorinjen podi. Tu polože se grozd do grozda da ne bi bili jedan na drugon. Tako ostave grozdovi po petnaest dan do misec dan neka se suši na hladu. Kada je dobro provenulo, osušilo se, ontrat ziberu one zerne, ke su ostali zdravi; če je njilo i plisnivo, ono hite na bandu, a če je zdravo, omule z rukami, ziberu na zerno i hite va čist i zdrav okrut. Voščini hite ča, ne pomišaju je ze zerni. Sedaj zmeste zerna ali z nogami ali je žnjave z rukami. Ov mest nakinu va zdrav okrut. Kada mest dobro zakuha, nakon jeden dan do dva dni otoče ga i dadu va zadnjen okrut. Seki dan jeden put to pretaču (pretaču slatko vino) i seki put ga dadu na čisto. To delaju od tri do pet puti. Potli ga dadu v okrut i puste na miru nikoliko dan, pek ga opet pretoče, pek opet puste pek još jednuč pretoče. Do misec dan za tin, to biva o Sih svetih, napelne z otin vinon butije i začepe ze čepi od šuvre (op.a. pluto). Začepljivaju na makinu (čepi zabijaju, nabijaju na makinu). Butije sprave v konobu na hladno mesto, da ne popucaju od force od vina. Ki ne će pretakat, ta cidi (filtra) mest, vino, pokla je zakuhalo. Peln butije ne začepi dije posve, nego samol zatekne z rukun, neka se oduha ven. Ki ne će ni pretakat ni filtrat, on pokla je vino od butij zakuhalo, otoči i pretoči ga v okrut pek mu načini šifon, neka kuha po šifonu. Za šifon rabi jedna latica (op.a. daščica, letvica), pelna vodi ,ka ima na sredi civ va okrutu a gori je prignjena i moči njoj se verh va toj vodi. Dno od civi ne smi doseगत do vina, zač bi se po njoj mogla udelat škoda. Sve dokli se civ od šifona moči va vini, bi ziteklo ven. Kada vino

kuha, dela se od njega nikakov špirit, forca, i biži po civi od šifona z okruta ven pek skroz vodi na ariju. Va vodi se od ote force delaju sve mihiriće, koti da voda kuha. Kad se već ne delaju te mihiriće, ontrat vino otoče, okrut dobro operu i napelne ga opet z onim vinom i dobro začepe. Okrut mora bit okovan ze železnimi obruči, ako ne, bi lahko pukel kigod obruč, a vino bi ziteklo ven i šlo bi po konobi. Još se mora tapun od okruta (op.a. veliki čep na bačvi) podeprit, da ne bi od force ziletel ven, ze gredicun, ka je doli uperta na njega, a gori na pod. Niki ni ne puste zikuhat vino posve na šifon, nego pokla je malo kuhalo, dadu na okrut i dobro fermaju, da čepi ne zilete. Pretačuć ostane slatko vino, ma je tenko. Filtrajuć je još slaje, ma ni ono ni tvrdo. Na šifon je tverdje. A na on najzadnji način ostane slatko i jako tvrdo, da čoviku uši šume a glava gori, ako ga par žmuji popje. Butije pridu na stol, ako pride kakov veli blagden, kakov gospodin v kuću, ali ako je kakov pir. Najviše jih priprave za mladu mašu poposki oci i prijatelj i rodbina, ki se nadaju poč na mladu mašu. Već prija nego ijde žakan op.a. pripravnik za svećenika) va šemenarij, počnu prepravjat butije za njegovu mladu mašu. Butije su delivali prija samo veli ljudi. Sedaj je udelaju i siromasi, ma jih udelaju samol malo: desetak, petnaest.

Prošek u kulinarstvu

Prošek se ne koristi samo kao piće, vrlo rado ga koriste i za pripravu raznih jela, npr. raznih ribljih jela, janjetine kao i niza drugih jela. Prošek(o) je jedan od naših autohtonih proizvoda i kada bi se opet proizvodio na stari način, od sušenog grožđa – bio bi pravi izvorni jadranski prošek kakav se nigdje ne može pronaći.

Današnji prošek obično ima od 12 do 15 posto alkohola s oko 100 g/l neprevrelog šećera i više od 40 g/l ekstrakta, no količina alkohola u prošek u varira i ovisna je o tome tko prošek proizvodi. Tijekom kuhanja može se staviti više ili manje šećera, više ili manje vode, pa se po tome i dobiva različitost u količini alkohola, ali i količini proizvedenog proška.

Jadranski prošek – naš prošek ne treba brkati s talijanskim *proseciom*, vinom koje se proizvodi u vinorodnim područjima Italije, Talijani prave *proseco* od posebne sorte bijelog grožđa, dok se u Dalmaciji i Primorju prošek radi isključivo od crnog grožđa. Tek se ponekad, i to samo boje radi, dodaje malo ostataka od bijelog grožđa.

Začini kao: ružmarin, grožđe, šljiva, mošt, vino, prošek i kvasina nezaobilazni su začini, uz samoniklo bilje, naše kuhinje koje im daje i zaokružuje identitet. Primjerice; zrele bobice grožđa s vrelim maslinovim uljem i dagnjama, uz svježe začinske trave; prokuhani mošt sa suhim bobicama grožđa, prošekom, rutinska je kuhinja našeg priobalja.

Vino, prošek, šljive samo su profinjeni dio sastojaka jela od divljači i (ili) paštica.

Šalša koja se poslužuje *uz ribu ili meso, bilo toplo ili hladno*

na maslinovu ulju pirjate kosani peršin, podlijevajući prošekom i stalno miješajući. Dobivenom tamnom umaku dodajte kapare, posolite i pirjajte još nekoliko minuta.

Poljička šalša (*šakša*)

Sastojci: 5 kg rajčica (što zrelije; nedozrele ostavite nekoliko dana na suncu), 2 veće kapule, 2 glavice češnjaka, 1 vezica peršina, sol, papar, 3 dl maslinova ulja, 1 žlica šećera ili 2 dl proška, nekoliko grančica bosiljka (murtile).

Rajčice uronite 2-3 minute u kipuću vodu, zatim još toliko u hladnu vodu da im lakše skinete kožicu. Izvadite sjemenke i razdijelite ih na 4 dijela (ne presitno). Na ulju pirjajte izrezan luk i dodajte rajčice. Pirjajte dok se tekućina ne reducira na polovinu. Kada je tekućina ishlapila (reducirala se) dodajte peršin i sve začine

uključujući i prošek (ako prije začinite ishlapit će vam tekućina a ostat će vam prezačinjeno i preslano ako ga nemate onda žlicu šećera. Šalšu ponovno kuhajte dok ulje neispliva na vrh, dodajte nasjeckani bosiljak i još minutu prokuhajte. Ohlađenu šalšu stavite u očišćene staklenke, i odložite u ostavu na tamno i prohladno mjesto ili plastične vrećice i odložite u zamrzivač. U zamrzivaču mogu dugo odstajati.

Umak kao paštica

Sastojci: 1 žlica masti, 1 žlica ulja, 1 glavica luka, 1 žlica brašna, 1 žlica gusto ukuhane rajčice, 1 dl proška, 12 dag suhih šljiva, 5-6 klinčića, sol, papar.

Na vruću mješavinu masti i ulja stavite nasjeckani luk, pa kad požuti, pospite brašnom. Dobro promiješajte da dobije boju, zalijte razvodnjenom rajčicom i prošekom. Ulje neka bude maslinovo, ako je moguće. Suhe šljive prije namočite, sad ih očistite od koštica i nasjeckajte i dodajte umaku zajedno sa začinima. Dugo kuhajte na slaboj vatri, da se svi sastojci dobro raskuhaju.

Žguacet ili meso „na bokune“, „na kapulicu“ čini se od mlada i slabašna silažeta (naziv dolazi od hrane – silaže kojom se hrane; silaža – sitno isjeckana masa od raznih vrsta biljaka, bogata hranjivim tvarima), ovan od godine. Meso se isiče na bokuniće i opere. U sud, 'di se ima variti, metne se masla, ili bole masti, sala, kapule iskrižane i papra, pa se drži nad vatron, da malo pročvrči i prožuti kapula, zatim stavla meso, miša se žlicon. Meće se kumpira i pomidora, da u'vati boli gušt (slast) i nadolije vode, da ne ostane na suvu i zagori. Ako se čini na prošku ili bilu vinu, zove se na štuvalu.

Zec se spravla ma osobiti način, evo ovako: Sadre se, očisti i dobro ispere pa se ocidi. Ispeče se u cilo na ražnju, neka se onako na po ispeče, isiče se na vete (feta=komad) i stavi u teću (lopiža). U teću se stavi ula, neka se malo uzvari, a kad počme čvrčat, stavi se zec, povr' néga soli, papra, petrusimula, luka, kvasine bile i proška slatkoga jedna čaša. Tako se ušuviga, ukuhava. Ne smi se kašikon mišti, nego se okrene i tresne malo tećon, da ne bi zagorija. To se kaže: zec važanan.

Umak od proška

Sastojci: 4 dl proška, 4 dl povrtnog temeljca (temeljac od povrća), sok jedne naranče, malo ribane korice naranče, sol, papar, malo maslaca.

U umak od pečene teletine uspite prošek i prokuhajte, dodajte temeljac i kuhajte 3,5 sata dok se tekućina sasvim ne reducira (ispari). Procijedite umak, dodajte mu sok naranče i malo ribane korice, vratite na vatru i kuhajte još sat vremena. Umak procijedite kroz fino sito, začinite solju i paprom i s malo maslaca. Prelijte preko kuhane ili pečene teletine.



Ima dižice* ke imaju duglju ručicu da more doseći do dna koslate, a ima i s kratkun ručicun, pa se one duperaju za pit iz njih.

(*diža, dižica; drvena posudica s ručkom za piti vino drži se u konobi. U konobi su se nalazile i druge posude koje su koristile u vinarstvu: bocuni, brentvice, culigna, lakomice, maštili, mezarole, poti, potići, sumporače, sušak, žmuli,).

JELA

Brački puževi (pojari)

Vinogradarske puževe nakon što ste ih sakupili, ostavite tjedan dana u ograđenom prostoru (velikoj kutiji) da se pročiste. Možete ih u tom vremenu hraniti mješavinom mlijeka i brašna ili finom travom.

Operite ih u nekoliko voda tako dugo dok voda ne ostane bistra. U loncu zakuhajte vodu sa soli i kvasinom, i u nju stavite puževe. Nakon što su se desetak minuta prokuhali iglicom izvadite meso. Meso kuhajte u razrijeđenom bijelom vinu i dodajte ga poprženom luku na maslinovu ulju. Kad meso omekša, nakon pirjanja, dodajte kosani češnjak i peršin, malo kvasine i proška.

Velike puževe možete peći na žaru, meso izvadite iglicom i umačite u mješavinu češnjaka, peršina, soli i papra.

Špageti i šolša od pomidori



Sastojci: 1,5 dl maslinova ulja, 25 dag kosanog luka, 1 žlica usitnjenog češnjaka, 1 kg oguljenih rajčica, 3 dl bijelog hvarskog vina, sol, papar, grančica ružmarina, 2 lista lovora, 1 žlica šećera, kosani peršin, 1 kg špageta.

Na ulju napola ispržite luk, dodajte češnjak i rajčice. Pirjajte pola sata, dodajte vino, sol, papar, lovor i ružmarin, a šećer po ukusu (ovisno o kiselosti rajčica). Pirjajte dalje. Posebno skuhaite špagete pazeći da se ne raskuhaju, isperite ih, prelijte umakom i pospite kosanim lišćem peršina. Po želji možete staviti i ribani ovčji sir.

Bakalar na hvarski način



Sastojci: 1 kg bakalara, po 2 grančice celera i peršina, 50 dag luka, papar u zrnu, 1 list lovora; za umak: 2 dl maslinova ulja, 50 dag luka, 1 žlica nasjeckanog češnjaka; 50 dag krumpira, sol, papar, 2 dl bijelog vina, 2 oguljene rajčice, peršinovo lišće.

Bakalar namočite u hladnu vodu. Nakon 2-3 dana izvadite ga iz vode, pristavite u svježu hladnu vodu, dodajte peršin, celer, luk, lovor i papar. Nemojte soliti. Kuhajte pažljivo; bakalar mora omekšati, ali kuhate li ga predugo, opet će otvrdnuti. Skuhanog odmah izvadite, očistite i meso razlomite na manje komade. Stavite na poprženi luk, dodajte češnjak i toliko vode u kojoj se kuhao da bude pokriven. Nakon pola sata kuhanja dodajte krumpir narezan na ploške ne deblje od pola centimetra. Posolite, popaprite, dodajte vino i rajčice, dolijte još vode od kuhanja da bude pokriveno i skuhajte da krumpir omekša. Prije posluživanja pospite nasjeckanim peršinom.

Na Hvaru, neka domaćinstva, stavljaju umjesto vina – prošek, što jelu daje poseban okus.

Makaruni na vreteno

Sastojci: 1 kg finog brašna, 6 dag maslaca, 4 cijela jaja ili 6 žumanjaka, sol, prošek.

Zamijesite tvrdo tijesto od brašna, maslaca, jaja, soli i toliko proška koliko brašno upije. Dobro izrađeno tijesto pokrijte vlažnom kuhinjskom krpom i ostavite na dasci, za miješanje tijesta, počivati oko pola sata. Opet ga izmijesite, razdijelite na više komada, pokrijte vlažnom krpom i opet ostavite da malo odstoji. Komad po komad tijesta razvaljajte valjkom za tijesto (lazanjurom) na trake široke 2-3 cm. Dobivene trake čvrsto omotajte oko valjka i oštrim nožem izrežite na male pačetvorine. Srednji, tupasti, kraj pačetvorina savijte na vrh vretena (komadić duguljasta drveta pri dnu tanko zašiljen). Držeći u desnoj ruci vreteno, lijevom kažiprstom motajte pačetvorine na vreteno a zadnji kraj malo pritisnite i izvucite. Ovako oblikovanu tjesteninu raširite na dasku i ostavite da se prosuši. Kuhajte u kipućoj posoljenoj vodi 15 minuta, ocijedite, prelijte hladnom vodom i dobro ocijedite.

Ovako kuhanu tjesteninu začinite umakom od pašticide (pirjane govedine) ili tinguleta (pirjana piletina). Pospite mješavinom ribanog ovčjeg sira, muškarnog oraščića i ribane limunove korice;

ili

dno zemljane posude pouljite, pospite začинима po želji, stavite tjesteninu, ponovo pospite začina po želji, složite meso po želji, i tako redom u slojeve dok sve ne potrošite. Zapecite u pećnici. Umjesto mesa u zimskim mjesecima stavljali su luganige - pržene kobasice.

Makaruni na vreteno u Kaštelima nazivaju – *Kaštelanski makaruni na vreteno*;

Druga inačica:

Tijesto: 40 dag brašna, 0,3 dl maslinova ulja, 1 dl proška, 0,5 dl vode, sol, 1 jaje; *umak:* 15 dag govedine bez kosti, 2 glavice luka, 2-3 žlice kašice (pire) od rajčice, malo brašna, 2-3 češnja češnjaka, kosano lišće peršina, ribanog ovčjeg sira, sol, maslinovo ulje.

Od brašna, jaja, soli, proška i vode zamijesite čvrsto tijesto za rezance, pustite pola sata da stoji, da se ne okori pokrijte čistom krpom. Tijesto razvaljajte (ne pretanko) i pustite da se malo posuši, I izrežite na manje pravokutnike širine 4-5 cm. Srednji kraj pačetvorine savijte na vrh vretena desnom rukom a lijevom kažiprstom motajte pačetvorine na vreteno. Zadnji kraj malo pritisnite da se slijepi i izvucite. Skuhaju makaroni u dosta slane vode i ocijedite.

Umak

Luk sitno iskošite i na vreloj masti popržite do zlatnožute boje. Dodajte kosani češnjak i lagano popržite. Kosani luk umiješajte u mljeveno meso, posolite i pržite dok tekućina ne ispari. Pobrašnite i pržite 10 do 15 minuta. Umiješajte rajčicu, podlijte juhom ili vodom i pirjajte 1 sat (ako se podlijeva vodom, dodajte 1/4 kocke jušnog ekstrakta). Makarone ugrijte na malo ulja, a prije nego iznesete na stol, stavite na pliticu i pospite ribanim sirom.



Vreteno, vriteno (*breteno* - Korčula); 1. drveni obao štapić, na krajevima šiljast, a u sredini deblji na koji se pri predanju namata pređa; 2. mjera za zemlju (1000 terrenum trium vretenorum) u Solinu.

Pastrva u prošek

Sastojci: 4 pastrve, 1 žlica aromatičnog bilja (svježeg *bosiljka*, *majčine dušice*, *zeru* (malo) *ružmarina*, *origana*), 3 *fete kruva* (*kriške kruha*) samo sredina, 2 žlice *gratanog* (ribanog) suhog sira, 3 žlice maslinova ulja, 1 češanj češnjaka (*čen bjelog luka*), sol, papar; *preljev*: 3 dl prošeka, 4 žumanca, 1 čaša *pujine* (vrhnja), sol, papar, *sjeckani petrusimen* (kosani peršin).

Pastrvu očistite, operite i dobro posušite. Kruh malo poprskajte vodom i dodajte kosani češnjak, sol, papar, nasjeckano bilje i sir. Nadjenite ribu dobro izmiješanim nadjevom i po potrebi zatvorite tankim drvcima (čačkalicom). Nadjevenu ribu prelijete s malo ulja i pecite u pećnici na 180 °C oko 15 minuta. Ocijedite masnoću iz posude u kojoj ste pekli ribu u tavu i dodajte prošek i *pujinu*, a na kraju pjenasto *užbaćena* (razmućena) žumanca. Kad se umak zgusne maknite s vatre i pospite kosanim *petrusimenom* (peršinom). Poslužite uz kuhani krumpir.

Fjoki sa ribom i cukinima (mašnice s ribom i tikvicama)

Sastojci: 25 dag fjoka (mašnice, tjestenina), 30 dag pastrvinog očišćenog mesa (možete koristiti i smrznutog oslića), 35 dag cukina (tikvica), 2 žlice sjeckane kapule (luk), 2 žlice maslinova ulja, 1 dl bijelog suhog vina, malo proška, 1 žlica nasjeckanog petrusimena (peršina), sol, papar, 1 veza vlasca (tko ne voli može zamijeniti sjeckanim komoračem i prstohvatom listića ružmarina).

Ribu odmrznite. Odrežite krajeve cukinima i narežite ih na fete (ploške). Nasjeckanu kapulu propržite na ulju da se zastakli. Dodajte nasjeckanu ribu na kocke i prepržite kratko na jakoj vatri. Dodajte tikvice, i pažljivo miješajte da se ne raspadnu. Podlijte suhim bijelim vinom, posolite i dobro popaprite. Zagrijavajte dok tekućina ne ispari, maknite s vatre. Skuhane i ocijeđene fjoke umiješajte ribi s tikvicama, dodaj petrusimen i promiješajte da se sjedini. Pospite sjeckanim vlascom i poslužite.

Palamida na savur (u umaku)

Sastojci: 1 k palamida, 2,5 dl maslinova ulja, 2 dl kvasine (vinskog octa), 0,5 dl proška, vezica peršina, 2 glavice češnjaka, 1 grančica ružmarina, 1 list lovora, prstohvat origana, sol, papar.

Palamidu ispecite na gradelama, odvojite meso od kostiju i odreske (komade) stavite u veću posudu. U drugoj posudi umiješajte maslinovo ulje, kvasinu, prošek, kosani češnjak i peršin, ružmarin, lovor, origano, sol i papar. Kuhajte na jakoj vatri i ostavite 2-3 minute da vri. Dobiveni umak (savur) prelijte preko palamida i ostavite da se ohladi u hladnjaku. Palamida pripremljena na ovaj način može stajati u hladnjaku i 15 dana. Prije posluživanja pokapajte s viškim limunom.

 Uvijek je bolje kupiti ženku palamide, masnija je, a meso je kvalitetnije. Lako ju je prepoznati: okrenite je na leđa i lagano pređite rukom od zadnje peraje prema glavi. Ako je površina trbuha hrapava, onda u rukama imate žensku palamidu, a ako je glatka, onda se radi o mužjaku.

Srdele na savor (savor - marinada)



Srdele na savor i salata od slanih srdela

Sastojci: 80 dag sasvim svježih srdelica, brašno, 2,5 dl ulja (miješano maslinovo i obično), 30 dag luka, 3 dag češnjaka, 2 dl kvalitetne kvasine, 1,5 dl bijelog vina, sol, papar u zrnu, 4 lista lovora, 1 grančicu ružmarina.

Očistite srdele (izvadite škrge), operite ih i dobro ocijedite, i još dobro obrišite. Uvaljajte ih u posoljeno brašno i ispržite u ulju. Stavite pečene na papirnati ubrus da upije masnoću i da se ohlade. Na ulju od pečenih srdelica, na umjerenoj temperaturi ispirajte narezani luk na rezance da postane staklast, dodajte češnjak (nasjeckan na krupnije nego što to obično radite), kao i ružmarin i lovor. Promiješajte dva, tri puta da novi sastojci samo zamirišu, prelijte vinom i kvasinom. Prokuhajte da luk omekša. Posolite i popaprite. Srdele stavite u porculansku posudu i prelijte napravljenim „savorom“ (marinadom). Ribe moraju biti potpuno pokrivene i po potrebi dodajte još kvasine. Pustite da odleži nekoliko sati, najbolje bi bilo dan - dva u hladnjaku. Prije posluživanja na vrh stavite malo maslinova ulja.

Ovo je osnovni recept no postoje brojne varijacije. Primjerice, može se uz češnjak koristiti i kapula rezana na rebarca a kvasini dodati i bijelo suho vino ili čak koja žlica prošeka. Jedino nepromijenjeno pravilo je da „marinada“ prekrije ribu te da odstoji u hladnjaku barem do sutradan.

Juha od morskog ježinca

Sastojci: ikra iz četrdesetak ježinaca, 3 dl mora iz ježinaca, 1 mala glavica luka, 2 češnja češnjaka, 1 žlica nasjeckanog peršina, 1 mala rajčica, 0.5 dl proška, pola žličice šećera, maslinovo ulje, sol, papar.

Pripremite: duboki tanjur, posudu u koju ćete skupljati ikru i malo cjedilo. U tanjur stavite ježinca, prepolovite ga nožem, iscijedite tekućinu pa svaku polovicu malo properite pod vrlo slabim mlazom vode, tek toliko da ikru oslobodite eventualnih bodljica ili travčica. Ikra liči na kriške naranče, pažljivo odvojite svaku kriškicu i stavite je u drugu posudu. Tekućinu koja se iscijedila iz ježinca procijedite kroz cjedilo u posudu za ikru. Cjedilo mora biti dovoljno sitno da ne propusti slomljene vrške bodlji ali ne presitno, kako bi propustilo više od samo morske vode.

Pripremite povrće: nasjeckajte luk, češnjak i peršin. Rajčicu ogulite, očistite od koštica i usitnite.

Zagrijte maslinovo ulje i na njemu propirajte luk. Kad povene, dodajte peršin, češnjak i rajčicu, promiješajte, podlijte čašom vode i pustite da se pirja desetak minuta. Dodajte prošek i onoliko tekućine iz ježinaca koliko se sakupilo. Malo popaprite, ali ne soliti jer je tekućina iz ježinaca slana. Ovisno o kiselosti rajčice dodajte i malo šećera. Pustite da kuha desetak minuta, maknite s vatre pa sve usitnite (tijeskom za pire ili štapnim mikserom). Dodajte svu preostalu tekućinu iz ježinaca, vratite na vatru i ponovo zakuhajte. Dotjerajte okus, ako je preslano od mora, dodajte malo vode. Prokuhajte minutu dvije, maknite s vatre, umiješajte ikru, poklopite i ostavite da stoji desetak minuta, prije posluživanja.

Tuna i palamida na način divljači

Sastojci: tuna, palamida, maslinovo ulje, kosani luk i peršin, 3 žlice kvasine, 3 dl proška, riblji temeljac, sol, papar, ružmarin.

Tunu i palamidu izrežite na komade debele 2 cm i prepecite (s obje strane) na maslinovom ulju. Izvadite i na istom umaku zažutite luk, dodajte kosani peršin, kvasinu i prošek, promiješajte i dodajte ribu. Prokuhajte 5-7 minuta, zalijte ribljim temeljcem, posolite, popaprite i dodajte malo ružmarina. Sve skupa kuhajte - krčkajte oko dvadesetak minuta, na laganoj vatri. Poslužite s palentom, kuhanom blitvom ili divljim zeljem i ribanim ovčjim sirom.

Tunjevina u domaćem savuru

Na maslinovu ulju pržite malo bijelog luka, dodajte peršin, vino, prošek i varenik, ubacite dalmatinske trave (majčina dušica, lovor, metvica) i domaći limun. Umak pustite da kratko provre. U međuvremenu na kominu ispecite tunu začinjenu solju i paprom te je stavite u umak. Prije posluživanja jelo bi trebalo odležati 12–24 sata, a u hladnjaku se može držati i do tjedan dana.

Brudet od bakalara

Sastojci: 50 dag smrznutog bakalara, 1 kg mladog krumpira, 4 glavice luka, 2-3 oguljene i usitnjene rajčice (možete zamijeniti 1 limenkom pelata (bez soka), 4 češnja češnjaka, 1 dl suhog bijelog vina, 0,3 dl proška, 1 lovorov list, 2 žlice kosanog peršina, maslinovo ulje, sol, papar.

Brudet od bakalara je jedno od najpoznatijih blagdanskih jela. Za njegovu pripremu obično treba koristiti sušeni bakalar, namakati ga jedan ili više dana i temeljito ga očistiti, pa se možda baš zato ne priprema često tokom godine. U ovom napatku (receptu) koristi se smrznuti bakalar, vrijeme pripreme je relativno kratko. Ukusom je gotovo identičan sušenom bakalaru, pa nema razloga da se ovo fino jelo ne nađe na vašem stolu i "običnim" danima u godini.

Filete bakalara ostavite na sobnoj temperaturi da se odmrznu, očistite od preostalih kostiju i narežite na sitnije komade. Kosani luk pirjajte na malo maslinova ulja dok ne omekša. Zatim dodajte narezani bakalar i pirjajte dok ne prestane puštati vodu. U čistu posudu (lonac) slažite red krumpira (oguljenog i narezanog na ploške), red bakalara, red pelata (rajčice) i tako dok ne utrošite sve namirnice. Začinite solju, paprom, protisnutim češnjakom, a preko svega posipajte svježe sjeckani peršin i prelijte maslinovim uljem (1 dl ili više). Sve zajedno podlijte bijelim vinom, prošekom i s toliko vode da prekrije namirnice. Ostavite vreti na laganoj vatri dok krumpir ne omekša (najmanje pola sata). Prije posluživanja ostavite da odstoji barem 1 sat, kratko podgrijte i poslužite.

Otočni brodet od škrpoca s prošekom

Od škrpoca ribe slične škrpini, samo nešto manje, po starom se otočkom naputku priprema brodet (brudet, brujet) i kojeg se stavlja prošek. To je vrlo ukusno jelo, nekada se pripremalo puno češće nego danas, iako je i danas, kod onih koji uspiju nabaviti škrpoca, rado na jestveniku. Škrpoca, koji je dosta bodljikav, mora se dobro očistiti, oprati i osušiti. U teći (posudi) se na maslinovu ulju poprži na sitno kosana kapula (luk), uz dodatak malo nasjeckanog pomidora (rajčice). Zažučenoj smjesi dodajte malo soli, papra i čašu crnog vina. Na sve to nalijte tople vode i u nju stavite očišćenog škrpoca. Vode ne smije biti previše jer to nije juha. Kada je škrpoc napola kuhan dodajte decilitar prošeka. Kuhajte dalje sve dok škrpoc nije potpuno kuhan, kad se meso počne odvajati od hrpta. Ostavite da se malo ohladi i poslužite.

Brodet (brujet) od grdobine – Kornatski brujet

Sastojci: 1,5 kg oguljene grdobine (ako je nema možete koristiti škrpine), 1 kg kozica (gambera), maslinovo ulje, 2 manje glavice luka, 2 dl usitnjenih rajčica, 2-3 češnja češnjaka, 1 čaša vinskog octa, 2 žlice prošeka, krupna morska sol, papar, grančica bosiljka, vezica peršina.

U široj posudi na maslinovu ulju naglo pržite kozice. Čim porumene, premjestite ih šupljom žlicom u drugu posudu i čuvajte pokriveno. Na ulje koje je poprimilo okus kozica stavite kosani luk, pospite solju i na lagano pirjajte da omekša. Dodajte kosani češnjak, rajčica (ili konzerva pelata) i kad se malo ukuha ulijte ocat i prošek. Kad malo ispari, složite prvo komade glave i podlijte s malo vode (ili najbolje ribljim temeljcem ili još bolje od školjaka ili račji). Stavite i na pola rezani želudac grdobine. Nakon desetak minuta složite komade repa grdobine i još malo vode (i grdobina će pustiti vodu). Pojačajte vatru, pospite paprom i kosanim peršinom, prema potrebi i želji za gustoćom šuga (umaka), uliti još vode i pirjajte da riba omekša. Vratite kozice s tekućinom koju su pustile. Povremeno nježno protresite posudu, stavite bosiljak te dosolite ako je potrebno. Gotovi brodet ostavite barem dvadesetak minuta da se svi sastojci sljube za pravi okus.

Brujet s pašta fažolom (grahom)



Sastojci: 1,2 kg ribe, 20 dag fažola (graha), 40 dag luka, 4 rajčice, 1,5 dl maslinova ulja, malo kvasine (vinskog octa), malo umaka od rajčice, ½ vezice (struka) peršina, 2 dl prošeka, 10 dag kosanih rajčica iz konzerve (konzerve), papar, sol.

Luk narežite na rezance, stavite ga na vruće ulje, malo posolite i popržite do zlatnožute boje. Dodajte rajčice kojima ste ogulili koru, odstranili sjemenke i izrezali na kocke. Sve zajedno propirjajte. Očišćenu, oprani i osušenu ribu narežite na komade i primiješajte pirjanom povrću. Podlijte prošekom uz dodatak malo vinskog octa (kvasine) i umaka od rajčice. Sve kukajte oko 25-30 minuta.

Hobotnica sa špagetima i tikvicama

Sastojci: špageti, tikvice, maslinovo ulje, luk, usitnjene rajčice, lišće peršina, narezana hobotnica.

Na maslinovom ulju zažutite kosani luk, dodajte nekoliko malih usitnjenih rajčica i tikvica, kosani peršin i sve zajedno pirjajte. Kad je povrće uvenulo, dodajte izrezane komade hobotnice i sve skupa pirjajte podlijevajući bijelim vinom i prošekom (njega stavite nekoliko minuta prije nego što je jelo gotovo). Kuhanu tjesteninu prelijte i poslužite s ribanim ovčjim sirom.

Pojorski bronzin

Sastojci: 20 dag ječma (orzo), 20 dag leće, 80 dag jadranskih lignji, vezica peršina, glavica češnjaka, 2 glavice kapule (crveni luk), 2 dl bijelog suhog vina (viška vugava), 0,5 dl proška (jedan bičerin), 0,5 dl maslinova ulja, 1 žlica pirea od rajčice, sol, papar.

U jednom loncu (bronzinu) u vodi kuhajte orzo 20 do 30 minuta. U drugom loncu, u zasoljenoj vodi kojoj ste dodali polovinu češnjaka i peršina, kuhajte leću 1 sat. U trećem loncu na maslinovom ulju zažutite kosani luk i dodajte mu na kolute narezane lignje. Pirjajte oko 8 minuta. Podlijte vinom, kad provri dodajte ostatak kosanog peršina i češnjaka, pire od rajčice. Popaprite i dodajte 2-3 dl vode, kuhajte sve oko 45 minuta, dok lignje ne omekšaju. Prije nego što lignje stavite u lonac (bronzin) s lećom, začinite s prošekom. Kuhajte još 20 minuta i dodajte kuhani orzo (ječam). Promiješajte i prokuhajte sve zajedno deset minuta da se sve prožme i malo ugusti. Poslužite.

Na Visu love lignje velikim peškafondom (olovna varalica oblikovana poput ribe) težine i do 1 kg.

Pojoda je na Visu naziv za: 1. zatvoreni vrt sa svih strana gdje nema vjetra. U takvim vrtovima se nalazi i mali vrt sa miomirisnim začinskim biljem. Kod pripremanja jela uvijek se mogu naći pri ruci i željeno bilje, koje prema štađunu (štađunu; sezona, vrijeme kad što dozrijeva, kad se jede, kad sazri; voće, povrće, riba, lignje od sezone), što znači domaće i svježije ubrano. Mnoga jela jedu se i rukama, kao što je to bio stari viški običaj; pravilo je dozvoljavalo da za istim stolom jede s poslugom prstima, uz pjesmu i ples. Prije jela bila je obavezna, nadaleko poznata i cijenjena, - rakija od rogača; 2. utočište brodova za loša vremena.

Bob sa sipom

Sastojci: 1 kg sipa, 2-3 glavice luka, maslinovo ulje, 3 rajčice, glavica češnjaka, peršin, 3-4 dl bijelog suhog vina, malo vode, bob, 2 dl proška.

Sipe očistite i sačuvajte crnilo. Narežite luk i popržite na maslinovu ulju, dodajte zrele rajčice, očišćen češnjak, kosani peršin, sipu narezanu na kockice i sve pirjajte (*šufigajte*) pola sata. Podlijte sa bijelim suhim vinom, malo vode i kuhajte još petnaestak minuta. Dodajte mladi bob i kuhajte još *po' ure*. Prije nego što je gotovo podlijte s 2 dl proška i prokuhajte. Odmah poslužite.

Sipa sa crnilom i palentom (staro Murtersko jelo)



Sastojci: 50 dag sipe, 10 dag palente (iz vrećice) 1 glavica luka, 3 češnja češnjaka, sol, papar, kosani peršin, maslinovo ulje, 1 dl proška.

Sipu očistite (pažljivo odstranite crnilo i narežite je na ploške. Luk iskošite i popržite na žlici maslinova ulja. Dodajte sipu, usitnjen češnjak i peršin. Podlijte vodom. Dodajte prošek. Pirjajte sve zajedno oko 20 minuta (ili dok sipa ne omekša), dolijte još 0,5 l vode, sipino crnilo, posolite i uspite palentu. Kuhajte još 10 minuta uz stalno miješanje. Poslužite uz rikolu.

Crni rižoto od sipica



Sastojci: 0,5 kg sipica, 35 dag riže, 3-4 režnja češnjaka, glavicu luka, 1 dl maslinovog ulja, sol, papar, malo proška (ili ako više volite 2 dl crnog vina i 5 dl ribljeg temeljca umjesto vode), zelen peršina.

Sipama odstranite kost, oči i drob, a oprezno u zdjelicu stavite mjehurić s «tintom» (crnilom) i 3 žlice crnog vina. Narežite sipice. Na ulju zažutite nasjeckani luk, na njega stavite usitnjeni češnjak, popržite i izvadite iz tave, i stavite sipice. Miješajte na jakoj vatri da se poprže, smanjite vatru, vratite luk i češnjak, zalijte s malo prošeka, posolite i popaprite. Pirjajte pola sata. Dodajte dobro opranu rižu i «tintu». Dobro promiješajte i pirjajte još dvadesetak minuta. Ako je potrebno, dolijevajte tople vode. Prije posluživanja umiješajte ostatak nasjeckanog peršina. Bez crnila sprema se obični rižoto. Po želji možete posuti sirom za ribanje. Ovako pripremljeni rižot treba odstajati prije posluživanja pola sata da se tekućina upije.

II inačica



Sastojci: 60-70 dag sipa, oko 30-40 dag *kapule* (luk), 2 češnja češnjaka, kosani peršin, 1dl bijelog vina, oko 30 dag riža, 1-1,5dl ulja, koncentrat rajčice (*kunserve*), sol, papar.

Sipe očistite, operite, izrežite na komadiće ili manje trakice. Odvojite vrećicu sa crnilom. Na ulju popržite kapulu dok ne požuti (pustimo je da „uvene“), dodajte narezane sipe, isjeckan češnjak i peršin. Pirjajte uz miješanje. Dolijte vino, promiješajte još malo, posolite, popaprite i dodajte kunserve. Podlijte s malo vode(1/2 l) i kuhajte oko 20-ak - 30 minuta, dok ne omekša. Rižu samo isplahnite pod hladnom vodom (u cjedilu) dodajte sipama. Kuhajte na laganoj vatri i bez previše vode, već vruću vodu dodavajte polako (imajte ju pripremljenu sa strane) dok se riža ne skuha (ali nikako je ne smijete za rižot prekuhati). Crnilo otopite u malo vode ili još bolje u malo kvasine i rastopljeni maslac, i dodajte riži. Nakon nekoliko minuta (2-3 minute) kad se crnilo sljubilo s rižom umiješajte mješavinu kosanog peršina, češnjaka i maslinova ulja. Poslužite toplo.

U nedostatku bijelog vina dodajte nekoliko žlica prošeka.

Crni rižot mora biti jak po tek, ali kad ga se pojede mora biti lagan. Svaki rižot se mora raditi ispočetka, tj. nije dobro držati kuhanu rižu u pripravi i koristiti je,

kasnije, za rižot. Jedna od tajni dobrog jela, i crnog rižota, je i korištenje čiste morske vode. Dodavati je treba vrlo malo i oprezno, jer je slana.

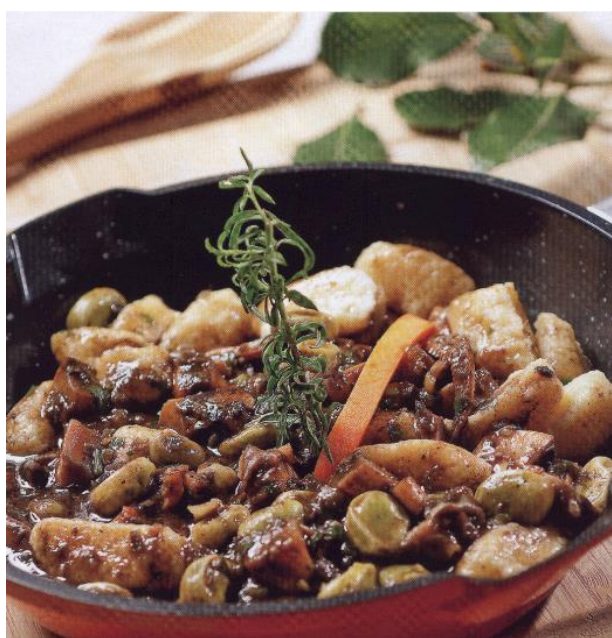
Ljubiteljima crnog rižota preporučuje se višak crnila ne baciti nego u njega uliti kapljicu ulja te ga odložiti u hladnjak. Tako pohranjeno tjednima se može upotrebljavati za ukusne kulinarske delicije poput crnog rižota ili crnih valjušaka.

Sve što se pravi s rižom može se napraviti i s **orzom - ječmom**.

Na našim prostorima u ječmu se uživalo još u doba antike, ta otporna žitarica hranila je stoljećima stanovnike Dalmacije, a u dalmatinskim kućama danas se, uglavnom, kuha s grahom i suhim mesom. Ječam ima više blagotvornih sastojaka nego riža, a jelima pruža sočnost što ga čini dostojnom zamjenom.

Orzom se mogu puniti lignje, praviti kreme i namazi, a tradicionalno se sprema „na crno“ sa sipom.

Domaći valjušci sa sipom i bobom



Sastojci: 40 dag sipe, 20 dag boba, 20 dag kapule (luka), 4 češnja češnjaka, 1 dl maslinova ulja, 3 dl ribljeg temeljca, 2 dag peršina, 1 žlica koncentrata rajčice, 1 dl suhog bijelog vina, 0,5 dl prošeka, sol, papar, lovorov list, 30 dag domaćih valjušaka.

Sipu narežite na kockice i uz dodatak sitno kositog luka pirjajte dok ne omekša. Podlijevajte ribljim temeljcem, vinom i prošekom uz dodatak začina. Na kraju dodajte kuhane domaće valjuške.

Rižot s ugrcima i luparima



Sastojci: 3-4 pune šake ugrca i lupara, 1 vezica kosanog peršina, 1 glavica luka, 2- češnja češnjaka, 5 dl bijelog suhog vina, 40 dag riže, 0,5 dl maslinova ulja, sol, papar.

Ugrce i lupare stavite u posudu s vodom i skuhajte ih, ne dulje od 5 minuta. Lupari će se sami odvojiti (ispasti) a ugrce izvadite iglom ili čačalicom. Meso odvojite i procijedite vodu (temeljac). Na maslinovom ulju zažutite kosani luk i češnjak. Dodajte rižu i lagano, jednom ili dvaput, promiješajte. Ulijte vino, pustite da ispari, pomalo dodajte vrući temeljac i miješajte. Riža bi trebala biti gotova nakon 15 – 20 minuta (što ovisi o vrsti riže). Pred kraj dodajte kosani peršin i meso ugrca i lupara (ne kuhajte ih s rižom jer će otvrdnuti).

ili

Sastojci: 1 kg lupara i morskih puževa, 40 dag riže, 1 luk, 2 rajčice, riblji temeljac, grančica svježeg ružmarina, sol papar, peršin, suho bijelo vino, prošek.

Lupare i morske puževe skuhajte da se odvoje od ljuske te izdvojite lupare i iglicom izvadite morske puževe iz kućice. Na malinovu ulju zažutite luk, dodajte sitno nasjeckani češnjak i peršin te nasjeckanu rajčicu kojoj ste prethodno ogulili kožicu. Kratko sve zajedno popržite, dodajte bijelo vino, riblji temeljac, lupare i morske puževe. Kuhajte, po potrebi podlijte temeljcem. Dodajte rižu i kuhajte dok nije gotovo, cijelo vrijeme podlijevajući temeljcem. Pred kraj dodajte čašicu proška.

Hlap na brudet (brujet)

Kosani luk zažutite na ugrijanom maslinovom ulju, dodajte kosani peršin, oguljene usitnjene rajčice (ili pelate). Pirjajte dok se sve ne pretvori u gustu smjesu. U umak dodajte komade rasječenog i kuhanog hlapa, sve malo popirjajte i kad pusti malo soka podlijte s malo bijelog vina i vrlo malo prošeka. Ostavite da sve zajedno lagano pirja oko jedan sat. Začinite kosanom metvicom, posolite, popaprite prema ukusu i poslužite s purom.

Otočni brodet od škrpoca s prošekom

Od škrpoca ribe slične škrpini, samo nešto manje, po starom se otočkom naputku priprema brodet (brudet, brujet) i kojeg se stavlja prošek. To je vrlo ukusno jelo, nekada se pripremalo puno češće nego danas, iako je i danas, kod onih koji uspiju nabaviti škrpoca, rado na jestveniku. Škrpoca, koji je dosta bodljikav, mora se dobro očistiti, oprati i osušiti. U teći (posudi) se na maslinovu ulju poprži na sitno kosana kapula (luk), uz dodatak malo nasjeckanog pomidora (rajčice). Zažućenoj smjesi dodajte malo soli, papra i čašu crnog vina. Na sve to nalijte tople vode i u nju stavite očišćenog škrpoca. Vode ne smije biti previše jer to nije juha. Kada je škropac napola kuhan dodajte decilitar prošeka. Kuhajte dalje sve dok škropac nije potpuno kuhan, kad se meso počne odvajati od hrpta. Ostavite da se malo ohladi i poslužite.

Tingul od kokoši

Sastojci: 1 srednje velika kokoš, 2 žlice prošeka, 4 dag ulja, 1 glavica kapule (luk), 1 dl suhog bijelog vina, 2 češnja češnjaka, 4 svježje rajčice, kosani peršin, sol, papar, piment, list lovora, ružmarin, limun.

Kokoš narežite na komade, posolite, pospite solju i paprom i poškropite prošekom. Ovako pripremljeno meso ostavite da odleži*. Na ulju popržite nasjeckanu kapulu, dodajte vino, nasjeckani češnjak i peršin, oguljene i na kocke narezane rajčice, na vrh noža pimenta, lovor, ružmarin i fetu limuna. Pirjajte (šufigajte) sve skupa i dodajte pripremljenu kokoš. Zalijte s malo tople vode i kuhajte dok meso ne omekša.

*(nekada se kokoš – pijevac ostavljao odležati 1-2 sata u marinadi od kvasine, vode i crnog vina; nešto slično marinadi za divljač) – to se radilo polako i jelo se krckalo, a ne kao danas – na brzinu – „fiju – briju“ način ili druga inačica (svaka regija ima svoju specifičnost)



Sastojci: 1 kg sitniša od kokoši (krilca, zabatak, batac, šija), 5 dag pancete, 2 mrkve, 2 glavice luka, 5 režnja češnjaka, vezica peršina, 2 dcl bijelog vina, 0,5 dcl prošeka, list lovora, crvena paprika, sol i papar po ukusu.

Pancetu narežite na male komadiće i stavite u zagrijanu tavu da se zastakli, dodajte narezani luk i mrkvu, i pirjajte na laganoj vatri desetak do 15 minuta (ako je potrebno malo podlijte toplom vodom da luk ne zagori). Kad je luk dobro pirjan stavite kokoš i zapecite sa svih strana da meso pobijeli. Kad je meso ravnomjerno pobijelilo, dodajte mljevenu crvenu papriku, podlijte vinom, pola prošeka (a pola pred kraj), dodajte list lovora, posolite i popaprite po ukusu. Kuhajte na tihoj vatri sat vremena. Kad je meso gotovo izvadite ga na tanjur, umak usitnite preko cjediljke (pasirajte) i vratiti u posudu da se slegne. Na vrh će se izdvojiti višak masnoće koji oberite (uklonite žlicom), vratite meso natrag, dodajte prošek, prokuhajte još minutu-dvije i pospite kosanim peršinom.

Tingul (prama *tal.* tingolo-pileći paprikaš) podrazumijevamo sve varijante jela s umakom od peradi (*pulastri*) a posebno s *domaćin pivcima*. Jedna od posebnosti pripreme je i vještina rezanja na manje komade a da se ne lome kosti, nego se sve radi - *priko zgloba i kroz pupu, manje s nožon, više s rukama*.

Dalmacija – *tingul*; Istra – *žgvacet*; Slavonija – *gulaš*; kontinentalna Hrvatska - *paprikaš*

Zvacet od kokoši i labinski krafli

Sastojci: 1 kokoš otprilike teška 0,80 kg, 30 dag luka, ulje, sol, papar, 1 žlica koncentrata rajčice, 1 svežnjić lišca peršina, nekoliko iglica ružmarina; **Krafli** (uz fuže i pljukance autohtoni specijalitet): 25 dag brašna, 35 dag **suhog kravljeg sira**, sol, 4 jaja, 5 žumanjaka, 10 dag groždica, ribana limunova korica, malo ruma i šećera.

Oljuštite luk, nasjeckajte ga i ispržite na ulju. Kokoš izrežite na komade i popržite na luku da porumeni. Umiješajte rajčicu i miješajte da se malo zaprži. Podlijte vodom i pirjajte. Dok se meso pirja, zamijesite tijesto od brašna, 1 jaja, malo soli i malo vode. Usitnite sir za nadjev, dodajte ostale sastojke i pomiješajte da dobijete povezanu smjesu. Tijesto razvaljajte kao za rezance, nadjev od sira podijelite duž ruba u hrpice, preklopite tijestom i čašom režite polukrugove. Ponavljajte dok ne utrošite sav nadjev i tijesto. Dobivene krafle spustite u kipuću slanu vodu i skuhaite. Ocijedite. Dogotovljenu piletinu posolite, popaprite, umiješajte ružmarin i još malo pirjajte. Prije posluživanja umiješajte kosani peršin.

Žgvacet (žguacet, žvacet, zvacet) gulaš, umokac s mesom; 1. autentični istarski i creski specijalitet, od mesa peradi, sa začinima kao ružmarin, žalfija i bosiljak (na otocima se to jelo radilo i od bravetine); meso priređeno s krumpirom. Dolazi od *tal.* guazzetto - ujušak, gulaš, paprikaš; 2. meso „na bokune”, „na kapulicu”, „na komadić”, „na luk”, meso od mlađeg ovna (*silažeta*) izreže se na manje komade i stavi se na ispirjani usitnjeni luk. Malo se poprži, posoli se, popapri i dodaju izrezani krumpiri i rajčice. Podlije se vodom i pirja. Ako se podlijeva prošekom zove se: **na štuvalu** (*tal.* stufato - podušiti, pirjati).

Creski naputak za zvacet: „pravi se od svakog svježeg mesa, bilo volujskoga, ovčjeg ili kokošnjeg. A radi se ovako: u padelici se rastopi slanina ili kojeg drugog smoka (ulje ne). U onu se mast metne razrezanog luka ili kapule ili česna i to se sufiga. Na to se u padelicu metne na malo razrezano meso te se i to neko vrijeme sufigaje (sufrijuje). Kad je dosta sufigano, metne se malo papra i nalije vodom. Ovako se na žeravici kuha, dok nije kuhano. Tko hoće, pravi zvacet od samo mesa,

no dobro je, ako se uzme i par krumpira. Zvacet se jede s kruhom ili po palenti. Juhom od zvaceta se poliju makaruni, fuži, biguli i prašćići (vrsta tjestenine)“.

Janjeća jetrica (*dolce garbo* /slatko kiselo/slatka prijetnost).



Sastojci: 80 dag janjećih jetrica, 40 dag luka, 0,5 dl octa, 0,5 dl proška, 1 žličica brašna, 1 žlica koncentrata rajčice, 1 žličica mljevene crvene paprike, sitno kosani češnjak i peršin, ulje, sol i papar.

U tavi, na ulju, popirjajte luk dok ne opusti. Dodajte oprana i na rezance (*fete*) narezana jetrica, pirjajte, začinite solju i paprom, dodajte koncentrat rajčice, mljevenu crvenu papriku, podlijte vinskim octom i prošekom. Sve zajedno miješajući zgusnite s malo brašna razmućenog u malo hladne vode. Začinite octom, češnjakom i peršinom. Poslužite uz lešo krumpir ili palentu.

Jelo Dalmatinske zagore.

Janjetina (ili ovčetina) s prošekom

Sastojci: 1 kg janjetine, 4 češnja češnjaka, šaka maslina, 0,5 l prošeka, grančica ružmarina, nekoliko listića kadulje, maslinovo ulje, papar.

Janjetinu narežite, nauljite i složite u posudu u kojoj će se peći. Meso popaprite, stavite ružmarin i kadulju. Sve to podlijte s čašom prošeka, dodajte češnjak i pecite, u zagrijanoj pećnici, oko 50 minuta na 200 °C. Dok se meso peče podlijevajte prošekom. Ispečeno meso izvadite. Soku od pečenja dodajte 1 dl vode, masline i sve kuhajte na niskoj temperaturi, gore na štednjaku (ne u pećnici). Kada umak zavri, vratite meso i sve zajedno pokuhajte desetak minuta.

Dolče Garbo (*dolce garbo* - jetrica na kiselo)

Sastojci: janjeća jetrica, plućica i srce, 2 crvena luka (kapula), 2-3 češnja češnjaka, 2 žlice pirea od rajčice, 10 komada suhih šljiva, 10 komada ušćerenih višanja, 10 komada suvica/sušeno grožđe, 1 vezica peršina (petrusimula), 2 dcl prošeka, 1 žličica soli, 3-4 zrna zelenog papra, 1 dl maslinovog ulja, sol, papar.

Jetrica operite i izrežite na sitne komadiće (što sitnije), u oveću teću (lonac) stavite narezanu kapulu (crveni luk) i 1 dl ulja, posolite i neka se kapula dobro raskuha (ne treba je poširati već tušiti). Na kapulu stavite sjeckanu jetricu, plućica i srce, 3dodajte redom: šljive, višnje, suvice. Sve sastojke pirjate dok se ne ispari sva tekućine, dodajte prošek, promiješajte ako je potrebno, dodajte još malo vode. Kad je do pola gotovo stavite konzervu pire od rajčice i promiješajte, stavite lagano kuhati oko 1/2 sata. Na kraju popaprite, dosolite po potrebi, i stavite usitnjeni češnjak s petrusimulom (/peršinom). Još malo dokuhajte i toplo poslužite uz puru (žgance).

Ovo je tradicionalno i omiljeno jelo staroga Splita. Glavni sastojak su janjeća jetrica i plućica sa srcem. Jelo specifičnog, bogatog, okusa, slatkokiselkasto, vole ga i djeca. Doslovni talijanskog prevod – *slatka prijetnost*, u našem prijevodu Dalmatinske zagore *slatko kiselo*. U talijanskim receptima se koriste teleća jetrica.

Butalac

To je nadjeveni janjeći but (od 0,5 do 1 kg) natrljan aromatičnim biljem i zaliven vinom.

Pomoću oštrog noža izbodite rupe u butu i nadjenite prutićima češnjaka (5-6 češnja češnjaka) i pršuta (10 dag), natrljajte mirisnim travama (metvica, dragušac, mravinac, lovor i dr.), posolite te omotajte svilnicom (janjeća maramicu; potrbušnica. Pecite na ražnju, nad srednje jakim žarom, a pred kraj lagano zalijevajte s decilitrom vina ili prošeka. Poslužite uz salatu, pečeni ili kuhani krumpir, a odličan je i bez priloga.

Brački specijalitet, **butalac** – vjerojatno dolazi od riječi *but*, *stegno*, noga od životinje od koljena do trupa, sa značenjem da biva veći, deblji, napuhnut. Isto tako riječ **buta** ili **volat** (volta) označuje svod - spojnicu iznad kale (uske uličice) između dvije kuće koja se sastoji od jedne ili više stambenih prostorija.

Šoškica – janjeća ili kozja iznutrica (pluća, srce i jetra) – gulaš od janjećih iznutrica

Sastojci: 2 kg janjećih iznutrica, 1,5 kg luka, 6 češnja češnjaka, 1 l crnog vina, 3 dl prošeka, 1 dl varenike (reducirani mošt od grožđa), 1 šalica šalše ili 2 žlice koncentrata rajčice, temeljac, majčina dušica, ružmarin, lovor, peršinov list, malo ribane korice limuna ili naranče, sol, papar.

Prvo prokuhajte iznutricu. Na zagrijanom ulju propirjajte kosani luk, dodajte pola češnjaka da pusti miris i nakon toga narezanu iznutricu na kockice (*šoškice*). Sve kratko prepecite, dodajte lovor, ružmarin, majčinu dušicu i vino,. Prokuhajte i nakon toga dodajte prošek i varenik. „Krčkajte“ (kuhajte na tihoj vatri). Kad alkohol ispari dodajte šalšu i podlijte temeljcem. Kuhajte dok iznutrice ne omekšaju. Pred kraj dodajte ostatak češnjaka, ribanu koricu limuna ili naranče, kosani peršin, posolite i popaprite.

Autentično jelo, na žlicu, mjesta Dol u koji se stavljaju izvorne namirnice otoka Brača. Ovo jelo je nekada bilo uobičajeno – sirotinjsko jeo – za razliku od okolnog mesa koje su skrivale iznutrice, a bile su namijenjene gospodi. U jelo su dodavali bob, krumpir ili nadrobļeni kruh.

Medaljoni od goveđih mišića u hvarskom prošek

S goveđe koljenice skinite mišiće i nabodite slaninom, mrkvom i češnjakom. Naglo zapecite i dodajte povrće: celer, mrkvu, luk i narezane jabuke, te pirjajte otprilike 2 sata. Podlijevajte goveđim temeljcem (ili juh) i hvarskim prošekom. Meso izvadite, propasirajte umak i dodajte mu malo prošeka, klinčića i lovora, prokuhajte i prelijte ga po mesu. Poslužite s prilogom po želji: tjestenina, kuhani krumpir ili riža.

Bračka paštica

Dva kilograma govedine od buta „tvrde strane“ u komadu nabodite trakama slanine, češnjakom, peršinom i klinčićima. Tako pripremljeno meso ostavite preko noći u najboljoj kvasini. Drugi dan ga izvadite, obrišite do suha i na vrućoj masnoći popržite sa svih strana da dobije lijepu rumenu boju, ali da pri tom ne pusti sav sok. Smanjite vatru, dodajte četiri glavice luka izrezane na četvero, poklopite i *lagano* pirjajte četiri sata, dolijevajući goveđu juhu ili vodu. Luk izvadite i pasirajte ga, meso također izvadite, ulijte čašu bijelog vina ili prošeka, dodajte luk i sve prokuhajte. Meso izrežite na ploške, vratite u umak, izmrvite malo suhog kruha i dodajte deset suhih šljiva. Ako je umak rijedak dodajte malo kuhane rajčice, posolite, popaprite, nakapajte malo soka limuna i opet pirjajte četiri sata na *laganoj* vatri. Poslužite s domaćima valjušcima.

Profinjeni blagdansko „ilo“ koje se kuha osam sati.

Prije jela poslužite ***smuticu***, ukusan napitak spravljen od 4/5 svježeg kozjeg mlijeka i 1/5 crnog vina, a uz jelo čuveno vino *plavac*, koji se na Braču pije još od iskona.

Goveđi jezik kao paštica

Sastojci: goveđi jezik, suha slanina, češnjak, nekoliko klinčića, brašno, mast, 2 luka, čaša vina ili prošeka, 2 jabuke, šaka suhih šljiva.

Napola kuhanom jeziku ogulite debelu koru i na više mjesta nabodite (*špikajte*) komadićima duguljasto rezane suhe slanine (poslužite se dugačkom iglom za nabadanje mesa), češnjakom i klinčićima. Sa svih strana dobro pobrašnite. U vruću mast stavite 2 izribana luka, podlijte čašom vina ili prošeka, dodajte jezik. Kada sve prokuha malo-pomalo podlijevajte juh) u kojoj se jezik kuhao. Pola

sata prije posluživanja dodajte na kocke izrezane jabuke ili šaku sitno izrezanih suhih šljiva. Sve prokuhajte u gustom umaku i poslužite.

igla za nabadanje



Goveđi jezik u prošek

Sastojci: 1 goveđi jezik, češanj češnjaka, klinčići, 10 dag luka, 2 mrkve, malo celerovog korijena, lišće peršina, 3-4 suhe šljive, sol, papar u zrnju, list lovora, malo ružmarina, 3 dl prošeka, 1 dl bijelog suhog vina, 2 dl maslinova ulja.

Goveđi jezik dobro operite, ocijedite i prepecite na vrelom ulju sa svih strana. Kada je jezik prepečen, u posudu s jezikom dodajte narezani luk, češnjak, suhe šljive (bez koštica), papar u zrnju, te mrkvu narezanu na kolutiće. Sve pirjajte dok povrće ne omekani. Zalijte prošekom i vinom, i pirjajte na laganoj vatri dok jezik ne bude mekan. Jezik izvadite, ogulite kožicu, izrežite na ploške, složite u drugu toplu posudu. Umak propasirajte i prelijte preko jezika. Kao prilog poslužite valjuške.

Suhi dimljeni jezik, u Primorju, obavezno se za Uskrs poslužio na stol, među drugim jelima, iz vjerovanja da čovjeka čuva od ugriza zmije.

Govedi rep s prošekom

Sastojci: 3 glavice luka, 2 češnja češnjaka, 2 mrkve, 1 vezica peršinova lišća, 6 dag dimljene slanine, 70 dag govedskog repa, 2 žlice brašna, 2,5 dl prošeka, 2,5 dl goveđe juhe, 30 dag rajčice, 2 kisela krastavca, 1 žličica suhe majčine dušice, sol, papar.

Sitno iskošite luk, češnjak, mrkvu i polovicu peršinova lišća. Slaninu narežite na sitne kockice i zagrijte na niskoj temperaturi da se otopi (pazite ne smije se prepržiti). Rep izrezan na manje komade popržite na slanini sa svih strana da dobije boju. Dodajte pripremljeno ispirjano povrće i sve zajedno pirjajte 2-3 minute. Pospite brašnom i malo promiješajte. Podlijte prošekom, juhom (možete dodati i 1 dl vrhnja). Pirjate, poklopljeno, oko 45 minuta. Dodajte sitno izrezanu rajčicu i kisele krastavce. Pirjajte još 15 minuta. Dodajte majčinu dušicu te posolite i poparite. Prije posluživanja pospite kosanim peršinom.

Paštica





Poznato jelo iz Dalmacije od marinirane govedine (junetine) koja se prvo poprži, a kasnije pirja s povrćem u crnom vinu. Izrezano meso na ploške poslužuje se s valjušcima (njokima) od krumpira ili tijestom. Pašticada se nekada pripremala vrlo dugo (dugo se „krčkala“) jer se pripremala od govedine koja je bila tvrda (islužene stoke).

- jedan od načina pripreme: govedina nabodena klinčićem, slaninom i češnjakom, prepržena na ulju, zatim pirjano na luku, mrkvi, suhim šljivama, rajčici, peršinu, kiselkastoj jabuci, muškatnom orahu i brašnu. Zaliveno prošekom i vodom.

Imotska pašticada: meso se prije pripreme držalo u kvasini preko noći. Od janječeg buta se također priprema pašticada (but, pršut, crno vino, prošek, kvasina)

Pašticadu na otocima priređuju i od mesa tunjevine, što spada u naše autohtono jelo koje je uvršteno u internacionalnu kuhinju.

Valjušci uz pašticadu obavezno se posipaju ribanim tvrdim ovčjim sirom.

Suhe smokve namočene u konjak odlična su zamjena suhim smokvama u pašticadi.

Pašticada od tune

Sastojci: 1 kg tune, 2,5 dl maslinova ulja, 1 glavica crvenog luka, 5 češnja češnjaka, 4 klinčića, sol, papar, 1/2 čašica kvasine, kvalitetno bijelo vino (oko 6 dl, ili 3 dl plavca ali ga stavite tek pri kraju pripremanja), 2 kocke šećera, 1/2 čaše prošeka, lovorov list, malo suhih šljiva.

Na zagrijanom ulju popržite odreske tune s obje strane i stavite u zemljanu posudu. Sitno iskosan crveni luk uvenite na ulju (popirjajte da postane staklast), dodajte ribu, nasjeckani češnjak, papar, ocat, lovorov list, te podlijte čašom vina.

Kad malo prokuha dodajte ostatak vina i prema potrebi vode. Dodajte sol, suhe šljive, ostale sastojke, i pustite da se lagano pirja oko jedan sat. Dogotovljeni umak propasirajte i prema ukusu dodajte malo šećera ili proška. Poslužite kuhanim krumpirom ili drugim prilogom po želji, kao npr. valjušcima, koji se poslužuju uz pašticađu od goveđeg mesa, zelenom salatam ili salatam od radića.

Okus pašticađe možete poboljšati: ako meso prije pripreme marinirate, a tijestu, prije oblikovanja valjušaka, dodate isjeckane svježe kadulje.

Dalmatinska pašticađa

Sastojci: 70 dag govedine bez kostiju (dio buta – „frikando“), 12 suhih smokava, 4-5 suhih šljiva (bez koštica), 5 dag češnjaka, 8 dag dimljene slanine, 4 dl crnog vina, po 8 dag luka, mrkve, te korijen celera i peršina, sol, papar, 8 dag ukuhanе rajčice, 2 dl ulja, 4 dl proška;

za valjuške – „njoke“: 40 dag krumpira, 20 dag brašna, 0,5 dag muškarnog oraščića, 8 jaja, 8 dag maslaca; ribani ovčji sir (paški ili neki drugi domaći).

Meso nabodite češnjakom, smokvama i suhim šljivama, ostavite da odleži nekoliko sati u kvasini (odležavanje nije obavezno i možete pržiti odmah). Posolite ga i popržite na vrućem ulju. Izvadite ga, pa na istom ulju ispržite nasjeckano korjenasto povrće i luk. Kad povrće zažuti, stavite rajčicu, vino, prošek i juhu, stavite opet meso i polako pirjajte vrlo dugo – da meso omekša (jelo mora „krčkati“ kako bi rekle naše „stare“ domaćice iz kontinenta). U međuvremenu skuhaite oguljeni krumpir, protisnite ga, umiješajte jaja, brašno, ribani muškarni oraščić i maslac. Zamijesite tijesto, oblikujte valjuške i skuhaite ih u kipućoj slanoj vodi. Gotov meso izvadite i narežite, sok protisnite, provjerite treba li ga doraditi (sol, papar). Meso izrežite na odreske ili na veće kocke, poslažite oko njega valjuške – njoke i poslužite.

Hvarska pašticađa s njokima

Sastojci: 2 kg govedine, 15 dag češnjaka, 20 dag suhe slanine; *za marinadu*: crnog vinskog octa (kvasine), korjenasto povrće, sol, papar u zrnju, lovor, ružmarin, nekoliko klinčića, ulje; *za umak*: 60 dag luka, 30 dag mrkve, 1 manji celerov korijen, 1 peršinov korijen, nekoliko klinčića, papar u zrnju, 2 jabuke, 50 dag oguljenih rajčica, 5 dl crnog hvarskog vina, 1 dl proška, govedske juhe, 3 dl crne kvasine.

Što tvrđi dio goveđeg buta očistite i oblikujte u veće komade. Meso nabodite trakama slanine i komadima češnjaka. Stavite u posudu i prelijte razvodnjenom vinskom kvasinom. Dodajte korjenasto povrće; mrkvu, celer, peršin, luk, papar u zrnju, lovorov list i malo ružmarina. U tako pripremljenom nekuhanom kvasu meso držite nekoliko dana. Izvadite, ocijedite i prepržite, na zagrijanom ulju, sa svih strana. Povrće iz paca stavite na prepržene komade mesa, dodajte još, narezane jabuke, klinčiće, crnog vina, prošeka i začina, te pirjajte dva i pol sata. Tijekom pirjanja podlijevajte juhom (ili vodom) i na kraju dodajte malo vinske kvasine, vina i prošeka, kako bi meso dobilo pikantan okus. Omekšano meso narežite na odreske, a povrće dobro propasirajte, prokuhajte i dodajte mesu. Pripremljene njoke pospite ribanim ovčjim sirom i obilato prelijte umakom.

Dubrovačka paštica

Sastojci: 70 dag govedine bez kosti, 12 suhih smokava, 4-5 suhih šljiva (bez koštice), 5 dag češnjaka, 8 dag suhe slanine, 4 dl crnog vina, po 8 dag luka, mrkva te korijen celera i peršina, sol, papar, 8 dag ukuhane rajčice, 8 dl maslinova ulja, 4 dl prošeka.

Za valjuške: 40 dag krumpira, 20 dag brašna, 0,5 dag muškarnog oraščića, 8 jaja, 8 dag maslaca; ribani ovčji sir.

Meso nabodite češnjakom, smokvama i suhim šljivama, posolite ga i popržite na vrućem ulju. Izvadite ga, pa na istom ulju ispržite nasjeckano povrće i luk. Kad povrće zažuti, dodajte rajčicu, vino, prošek i juhu, stavite opet na štednjak i polako pričajte vrlo dugo – da meso potpuno omekša.

U međuvremenu skuhajte oguljeni krumpir, protisnite ga, dodajte jaja, brašno, naribani muškarni oraščić i maslac, zamijesite tijesto, oblikujte valjuške i skuhajte ih u kipućoj slanoj vodi.

Gotovo meso izvadite i narežite, umak protisnite, provjerite treba li ga još začiniti i poslužite uz meso i valjuške.

Makaruni s mesom

Sastojci: 1 kg junetine, 3 glavice luka, 2 žlice masti, $\frac{1}{2}$ šalice proška, nekoliko klinčića, $\frac{1}{2}$ šalice pirea od rajčice, sol, papar.

Na rastopljenoj i vrućoj masti naglo popržite meso izrezano na kocke. Dodajte kosani luk, začine i malo podlijte vodom, sve zajedno pirjajte dok meso ne omekani, na laganoj vatri. Kad je meso posve mekano dodajte prošek i klinčiće, pire od rajčice i sve zajedno prokuhajte. U posudu za posluživanje (mora biti topla) stavljajte naizmjenično u redove makarune i meso u toću. Na vrh stavite ribani ovčji sir. Odmah poslužite.

Šporki makaruli



Sastojci: 1 kg luka, maslinovo ulje, 1 kg junetine (od ruže ili oraha, izvorno koristi se meso koljenice - *guštera*), 8 dag masti (ili 1 dl maslinova ulja), 30 dag luka (2-3 glavice), sol, papar, muškatni oraščić, $\frac{1}{4}$ žličice mljevenih klinčića, 1 *ožičica* (žličica) slatke crvene mljevene paprike, nekoliko listova bosiljka, 2 *ožice* (žlice) pirea od *pomodora* (rajčice) s bosiljkom, 5 dl crnog domaćeg vina, 5 dl *osta* (kvasine, vinski ocat), 1 čašica proška, 2 mrkve, 2 *pice* (češnjak) češnjaka, po želji $\frac{1}{2}$ *ožice kanjele* (cimeta), 5 dag domaćeg ovčjeg ili kozjeg sira, 50 dag kuhanih *makarula*, sol, papar.

Junetinu preko noći stavite u marinadu od crne bevande i kvasine, zajedno s korjenastim povrćem. Luk iskošite i *zašufigajte* (zažutite) na ugrijanom ulju (nekada su koristili svinjsku mast; uzmite 2 ožice masti umjesto ulja), dodajte sitno narezanu mrkvu i češnjak iz marinade. Kad ste sve popirjali dodajte, potpuno suhu, narezanu junetinu na veće kocke i sve navedene začine. Sve pirjajte oko 1,5

sat. Po potrebi podlijte s toplom marinadom (ili bistrom juhom). Na kraju podlijte vinom i prošekom. Kad *šug* (umak) postane taman i ljepljiv, meso omekša, povrće se raskuha, jelo je gotovo. Poslužite skuhane, još vruće makarule, i u posebno posudi, također vrući umak. Po želji pospite ribanim sirom.

Za šporke makarule, koji se obogaćuju klinčićima i cimetom, bitan je i umak koji se pripravlja od govedeg ili junećeg mesa na temeljcu od luka uz dodatak rajčice, peršina, češnjaka i crnog vina.

Na dubrovačkim stolovima u vrijeme *Feste svetoga Vlaha* (koja se 2013. godine) štuje 1041. put, tradicionalno se poslužuju – *šporki makaruli* (makaron, makaruli; suho tijesto cjevasta oblika). Kažu da ovo jelo nije slučajno nastalo, domaćica je trebala svoju obitelj i goste koji su stizali iz „daleka“ tj. svih nekadašnjih dijelova Dubrovačke Republike (od Elafita do Primorja i Konavla, uključujući i današnje predjele Lapad i Gruž) pripremiti nešto što će zadovoljiti svačiji ukus.

Za blagdanski objed na *Parčevu Festu* trebalo je spojiti - zadovoljstvo objeda na stolu i na vrijeme, ali isto tako pogledati i – procesiju. Idealno jelo puka bili su – *šporki makaruli*, koje su Dubrovčani smatrali – finim, štedljivim i zasitnim. Više paste (makarula), malo umaka (vidi: šalša), tek toliko da se makaruli malo umaste – „šporkaju“. Domaćica bi večer prije spravila *toć* od mesa, a ujutro prije mise skuhala veliku količinu paste (tjestenine). Poslije njih dolazile su fritule (krafni). Šporki makaruli bili su pripremljivani i u najslavnije i najbogatije doba Dubrovačke Republike u 15. i 16. stoljeću, isto tako na stolovima dubrovačkog plemstva i gospode posluživali su se kao predjelo. U vrijeme maškara, *karenjevala* - šporki makaruli su se također pripravljali.

Naziv jela – *šporki makaruli* i sama riječ *šporki* ne može se reći da bi semantički dali obilježje nečega finog, ukusnog. „Šporki“ (lat. *spurcus*; tal. *sporco*, *sporcare*) označuje nešto *prljavo*, *neuredno*, *nečisto*, *nepristojno* ali i *olajavanje*, *tračevi*. *Preneseno* šporak znači i: *onaj koji je simpatičan u svojoj sklonosti prema erotskim vezama i avanturama*. Makaruli pripremljeni na opisani način nisu ni blizu nečem prljavim, dapače „uprljani“ su vrlo ukusnim umakom s usitnjenim mesom, koje nije mogla spraviti „šporkača“ - nečista osoba.

Šporki makaruli i *zelena manestra* su zaštićena jela kao autohtona tradicijska jela Dubrovačkog primorja.

Umak *pastić* također je jedna od brojnih *gosparskih spiza* – umak koji se pripremao uz mesna jela od govedine, junetine, teletine, kokoši uz dodatke kao i za šporke makarule i *mrcu cukra*.

Žrnovski makaruli (makaruni)



Sastojci: 1 kg brašna, 3-4 žlice maslinova ulja, 1 jaje, 1,5 dl mlake vode, 1 žlica maslinova ulja, 3-4 listića metvice;

Umak: 1 kg mesa(goveđi mišić ili divljač), 4 velike glavice luka, 2 žlice maslinova ulja, peršinovo lišće, 1 žlica pirea od rajčice, 2 mrkve, 2 grančice bosiljka ili mažurana, 1 list lovora, 1 list celera, 2 češnja češnjaka, malo muškarnog oraščića, malo cimeta, sol, 5 dag ribanog kozjeg ili ovčjeg sira.

Sve sastojke dobro izmiješajte i umijesite glatko tijesto. Oblikujte prst debele kobasice, izrežite ih na komadiće velike oko 2 cm. Na dlan stavite tanki drveni prutić od planike (štapić za ražnjić), na njega pritisnite tijesto i okrećite među dlanovima dok ne ispadne s drvca. U lonac s uzavrelom vodom dodajte sol, maslinovo ulje, metvicu i makarune. Kuhajte ih dok ne isplivaju (oko 10 minuta). Ocijedite ih i prelijte ranije pripremljenim umakom.

Umak: meso i luk narežite što sitnije i pirjajte na ulju oko pola sata. Dodajte peršin, mrkvu narezanu na štapiće, sol, bosiljak, list lovora, celer, kosani češnjak, muškarni oraščić i cimet. Pirjajte dok meso potpuno ne omekša (već se raspada). Umaku od divljači dodajte 4 žlice suhog bijelog vina ili prošek.

Sve pospite ribanim kozjim sirom.

Jelo koje je slično, gosparskom jelu, iz Dubrovnika - Šporkim makarulima. Priprema se za svečane prilike, za Božić i posebne goste. Naziv žrnovski otkriva mu i podrijetlo, naselje Žrnovo, u Gradu Korčuli. Dijelovi naselja su zaseoci: Brdo, Kampuš, Postrana, Prvo Selo i Sveti Martin (naselje je poznato po crkvi sv. Martin iz 1399. god, a istoimenoj župi osnovana je u 9. stoljeću Korčulanski dekanat Dubrovačke biskupije).

Pašticama, Šporki makaruli, Govedina s kaduljom (meso u teći) i Žrnovski makaruli jela su koja neosporno zaslužuju mjesto u internacionalnoj kuhinji kao naši vrhunski nacionalni specijaliteti.

Složenac s marunima

Sastojci: 0,5 kg krumpira, 35 dag teletine, 35 dag pilećih bataka, 30 dag prešane šunke, 30 dag kuhanih i očišćenih maruna, 2 dl proška, 1 čaša vrhnja za kuhanje, 2-3 žlice ribanog ovčjeg sira, 2 luka, lovor, maslac, 2 dl mlijeka.

Na kockice izrežite teletinu, šunku te meso bataka. Popirjajte izrezan luk na maslacu, dodajte lovor, meso, sve začine, prelijte prošekom i ostavite da se pirja. Kad meso omekša dodajte vrhnje, malo vode i ostavite na laganoj vatri još 10 minuta. U međuvremenu ogulite krumpir, narežite ga na ploške i skuhaite u slanoj vodi pomiješanoj s 2 dl mlijeka. Kad je meso gotovo stavite ga u namašćenu vatrostalnu posudu, te ga prekrijte ocijeđenim kuhanim krumpirom, pospite listićima maslaca i ribanim ovčjim sirom. Pecite u pećnici na 200 °C sve dok se krumpir ne zažari, tj. posmeđi.

Liska s prošekom, jabukom i suhim šljivama

Sastojci: 2 liske, 2 dl vinskog octa, 8 dag masti ili ulja, 2 grančice ružmarina, glavica luka, korijen peršina, mrkva, limun, žlica pirea od rajčice, 1 dl proška, muškatni orah, 1 dl bijelog vina, malo šećera, klinčić, 10 suhih šljiva, 1 jabuka, sol, papar.

Očišćenu lisku ostavite nekoliko sati u vinskom octu. Osušite je, posolite i popecite na malo ulja, da sa svih strana porumeni. Ohlađenoj u trbušnu šupljinu stavite malo ružmarina i pirjajte je na masti ili ulju. Dodajte na liske izrezan luk, mrkvu, korijen peršina, krišku limuna, pire od rajčice, malo oraščića, papar, sol, klinčić, suhe šljive i jednu oguljenu jabuku. Prelijte prošekom i vinom i pirjajte na laganoj vatri dok ne omekša. Meso izvadite, izrežite na komade, umak protisnite i prelijte preko liske. Poslužite s valjušcima od krumpira.

Srneći hrbat s prošekom

Sastojci: srneći hrbat, malo kiselog mlijeka, sol, 7 dag suhe slanine, 7 dag masti, malo mrvica, korijen celera i peršina, 2,5 dl kiselog vrhnja, nekoliko žlica proška.

Ako srneći hrbat nije od mladog srnjaka, stavite ga u kiselo mlijeko da odleži dva dana. S hrpta skinite tanku kožicu, posolite meso i nadjenite ga slaninom ili obavijte ploškama slanine. Pecite na vrućoj masnoći, od 45 do 60 minuta. U sok dodajte male kockice mrkve, korijena peršina i celera, ispirajte i dodajte prošek.

Gulaš od veprovine

Sastojci: 1 kg luka, maslinovo ulje, 2 mrkve, slanina, 1 kg veprovine, lovorov list, ružmarin, sol, papar, crvena mljevena paprika, 1 dl proška, voda.

Luk iskošite i propirajte ga na zagrijanom maslinovu ulju, dodajte naribanu mrkvu, slaninu izrezanu na tanke trake, zajedno sa kožicom. Kada ste sve popirjali uspite meso izrezano na kocke. Pirajte podlijevajući vodom dok meso ne pusti sok. Začinite lovorom, ružmarinom, solju, paprom i crvenom paprikom, podlijevajući prošekom. Ako je potrebno dolijte i malo vode. Pirajte sve skupa oko tri sata.

Odojak divlje svinje na ražnju

Odojak divlje svinje očistite, začinite, natakните na ražanj kao i odojak domaće svinje. Peče se na dosta jakoj vatri i često polijeva maslacem i vlastitim sokom. Da bi odojak zadržao lijepi oblik u prsnu šupljinu se stavi boca odgovarajuće veličine.

Odojak možete nadjenuti nadjevom koji se spravlja u boljim restoranima. Jetra odojka narežu se na male tanke listiće i stave u posudu, preliju čašom vinjaka i čašom proška (naši „nobles restorani“ to rade madera vinom), popapri, doda majčina dušica (timijan), i prašak lovorovog lista. U tako pripremljenoj kvaši drži se nekoliko sati. Kada se izvadi posuši se i brzo kratko poprži na maslacu i nasjeckanom luku te prelije čašicom zagrijanog vinjaka, vinjak zapali i pusti da sasvim izgori. Zatim se jetra pomiješaju sa samljevenim svinjskim mesom (potrbušinom) ili svinjskom svježom kobasicom, nadolije kvašom, dodaju mrvice, timijan, papar, sol, cimet, korijandar, kim, muškatni oraščić i nasjeckana zelen peršina. Sve se zajedno promiješa i dobro ohladi. Nadjevom se napuni prsna šupljina odojka, koja se prije toga posoli i popapri.

Zec na hvarski način

Sastojci: zeca teškog 1,5 kg; za marinadu: 5 listova lovora, 2 grančice ružmarina, po 3 celera i peršina, 10 dag češnjaka, 1 kg luka, sol, papar u zrnu, 5-6 klinčića, kvasine, 3 dl ulja, 1 kg luka, posebno 1 cijela glavica luka s nekoliko zabodenih klinčića, 5 dl crnog vina, 3 dl proška, sol, papar, 1 grančica ružmarina, 2 lovorova lista.

Očišćenog zeca stavite u marinadu: dodajte mu sve začine, narezano povrće i zalijte razvodnjenom kvasinom da bude pokriveno. Neka ostane u tome dva dana, povremeno okrećite. Zeca dobro obrišite da bude potpuno suh i ispecite ga u pećnici na ulju s povrćem iz marinade. Ispečenog narežite i dodajte na nasjeckani isprženi luk. Pirjajte, dolijevajte vinom i prošekom, dodajte sol, papar, luk s klinčićima, lovor i ružmarin. Pirjajte dok ne omekša. Poslužite s kuhanim slanim krumpirom posut s nasjeckanim peršinom.

Zec na viški način

Sastojci: 1 zeca (oko 2 kg; domaći viški zec hrani se aromatičnim biljem te su glavni sastojci već u njemu), 2 dl domaće crne kvasine, 1,2 kg luka, 2 dl miješanog maslinovog i običnog ulja, 2 vezice peršinova lista, 1 glavica češnjaka, malo ukuhane rajčice, 1 dl crnog proška, 3 dl crnog vina (*viški plovac*), 2 lista lovora, 3 klinčića, malo naribanog muškarnog oraščića, sol, papar, 1 kriška limuna s koricom.

Zeca odležanog najmanje 8 dana u hladioniku, stavite u ocat i dodajte toliko vode da bude pokriven. Nakon 2-3 sata malo ga zapecite u pećnici i narežite na komade. Na ulju ispirajte nasjeckani luk, dodajte usitnjeni češnjak, i odmah dodajte rajčicu i zečevinu. Pirjajte da nestane ispušteni sok, zalijte prošekom i vinom (vina možete dodati još, ako je zec stariji i treba ga dulje pirjati). Dodajte začine i limun kad je jelo skoro gotovo.

KOLAČI

Pogačice s groždem

Sastojci: 30 dag brašna, $\frac{1}{2}$ žličice soli, 1,5 dag kvasca (germe), 5 dag oraha, 1 žlica tekućeg meda, 1 žlica prošeka, 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, prošeka 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.

Bolski cviti (Bolski cviti (cviti su tradicionalni brački svadbeni kolač)



Sastojci: 6 jaja, 6 žlic mlika, 6 žlic ulja, 6 žlic masti, 6 žlic maraskina (rožolja), 12 žlic cukra, 3 grama amonijaka (amonijeva karbonata), prstohvat soli, malo brašna.

Jaja, mliko, ulje, mast, maraskino, cukar, sol i amonijak umišamo sa onoliko brašna koliko je potribno da se dobije čvrsto tisto. Uz pomoć kalupa, oštra noža i bujne mašte naprave se od tijesta razni prigodni oblici i peku na limu uz svu pažnju potribnu da se kolači ne pripeku.

Poslužuju se ohlađeni uz čašicu domaćeg prošeka.

Bračke fritule



Sastojci: 1 kg brašna, 1 paketić praška za pecivo (novi dodatak), 8 dag šećera, 2 vanilin šećera, po čašicu lozovače ili travarice, ruma, prošeka, malo soli, 1 limun, 1 naranča, groždice, šećer u prahu.

Pomiješajte brašno s praškom za pecivo. U malo uzavrele vode (toliko da možete napraviti tijesto) dodajte malo soli, šećer, vanilin šećer, rakiju, rum i prošek, koricu limuna i naranče. Sve dobro promiješajte s brašnom i lupajte drvenom žlicom dok se ne naprave mjehurići. Pri kraju dodajte groždice. Ostavite tijesto da se diže. Fritule oblikujte žlicom (žlicom uzimajte) i stavljajte u kipuće ulje. Čim se isprže, dobiju smečkastu boju, izvadite ih šupljom žlicom i pospite šećerom u prahu.

Brački kolač od suhog voća

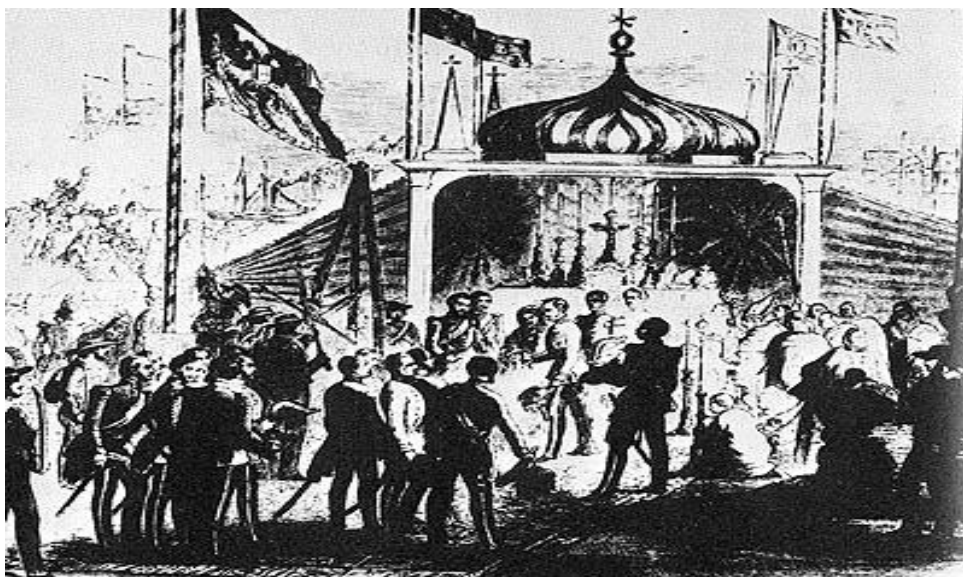
Sastojci: po 15 dag poprženih i narezanih badema i lješnjaka, 25 dag suhih smokava, po 15 dag suhih marelica i šljiva, po 10 dag datulja i groždica, 2 žlice sitno nasjeckanih arancina (ušećerena naranča ili ušećerena kora naranče), 3 jaja, 20 dag integralnog brašna, 2 žličice praha vanilije ili vanilin-šećera, navrh noža mljevenog klinčića, 1/2 žličice cimeta, 6 žlica ulja, 2 žlice prošeka, sok 1 naranče, 3 prstohvat soli.

Suho voće operite i ostavite da omekša u osoljenoj vodi preko noći. Dobro ocijedite i sitno narežite. Pomiješajte brašno, bademe, lješnjake, arancine i začine. Zatim dodajte ulje, tučena jaja, prošek i narančin sok te na kraju suho voće. Sve sastojke dobro izmiješajte i ostavite neka odstoje pola sata. Dugoljasti kalup obložite papirom za pečenje. Stavite tijesto u kalup i pecite 70 minuta na 170 °C. Ohladite kolač i do upotrebe držite zamotana u foliji kako se ne bi osušio.

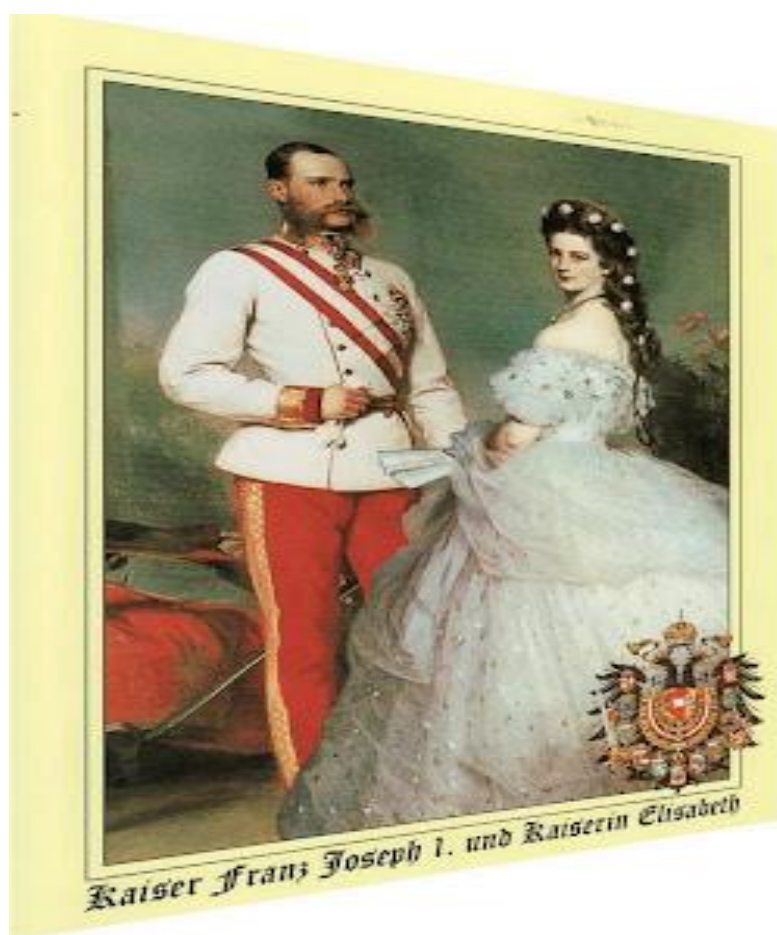
Uz smokve i bajame, na Braču, su uzgajali maraske (višnje), nešto manje rogači i šipci.

Da su Bračani veseljaci i da se znaju šaliti i na svoj način govori i slijedeće: *Znate li kako započinje svaki brački ricet za kolače? - Posudi dva jaja!.*

Carski presnac – slastica i suvenir



Polaganje temeljnoga kamena za *Arsenal* (ratno brodogradilište)
u Puli 1856., u prisutnosti cara Franje Josipa I.



Carski presnac se prvi put poslužio u Puli još 9.XI. 1856. godine carici Sissi i caru Franji Josipu I. kad su u Puli položili kamen temeljac za Arsenal. Presnac se kasnije nudio u petnaest pulskih kavana gdje ga je rado jeo i James Joyce. Godine 1873. kad je željeznica došla do *Matuja*, na *matujsken štacione* su oblikovali veliki kup od presnaca za goste. Kažu da se od 1984. *Carski presnac* nudio i u Opatiji.

Da bi ova slastica bila bolja za *carska usta* ovdašnji slastičari su ga pripremali sa orasima, mendulama, sušenim marelicama, marmeladom od marelica, samljevenim baškotinima, čokoladom u prahu, grožđicama, prošekom i rumom.

Presnac je svojim izgledom podsjećao na štrudli a sastojcima odmak od siromašnih recepata. Posluživao se krajem 19. stoljeća na liburnijskom području - hotelu *Imperial*, kavani *Kronprinzessin Stephanie*, a kušali su ga njemački car Wilhelm I, rumunjski kraljevski par Karol I i Elizabeta, balerina Isidora Duncan, pisac A.P. Čehov i drugi.



<http://www.kuhaona.com>

Sastojci: za 2 *carska puža* (presnaca), 1 pakiranje 50 dag lisnatog tijesta; *nadjev*: 15 dag mljevenih oraha, 15 dag mljevenih badema, 5 dag mljevenih integralnih keksa, 5 dag šećera, 5 dag čokolade u prahu, 1 žličica cimeta u prahu, prstohvat (priza) klinčića u prahu, prstohvat muškarnog oraščića u prahu, prstohvat soli, 5 dag grožđica, 5 dag suhih marelica, 0,5 dl prošeka, 0,5 dl soka od naranče, 5 dag marmelade od marelica, 1 žlica ruma.

Pomiješajte mljevene orahe, bademe, kekse, šećer, čokoladu u prahu i začine, dodajte grožđice i suhe marelice narezane na ploškice. U manjoj posudi zakuhajte prošek i sok od naranče (svježe iscijeđen) s marmeladom od marelica i rumom. Prelijte preko prethodno pripremljene mješavine i sve dobro izmiješajte. Na

pobrašnjenoj radnoj površini izvaljajte odmrznuto tijesto na veličinu 22x32 cmx2. Po dužini rasporedite nadjev, Zarolajte u savijaču sa spojem okrenutim prema dolje (tijekom pečenja se neće otvoriti), zatvorite krajeve, i lagano smotajte u oblik puža.. Na nekoliko mjesta izbockajte čačkalicom (na taj način će topli zrak izlaziti iz nadjeva i „puž“ neće popucati). Pecite u limu (protvanu) na papiru za pečenje u prethodno zagrijanoj pećnici na 200 °C oko 35 minuta, dok ne dobije zlatnosmeđu boju. Ohlađeno pospite šećerom u prahu i narežite. Poslužite uz prošek.

Presnec (ili kvarnerski „štrukli“) je osobiti prženi kolač s ovčjim sirom od lisnatog tijesta većinom na Kvarnerskim otocima, koji je donekle sličan zagorskim štruklima, ali je veći i više suh poput peciva ili palačinke. To je tijesto izvaljano u obliku palačinke veličine tanjura.

Sličnim nazivom „presnac“ (razljevuša, razljevjak) se podrazumijeva u Lici i Hercegovini drugačije sirotinjsko pecivo od staroga miješanog kruha i kravljega polutvrdog sira koje se preprži ispod peke, ali je bitno različito i puno lošije od kvarnerskog sličnijeg štruklima.



Sako mesto dela presnac na svoj mod. I ne rabi saki stari kruh, a nutra se stavlja va saken meste neš drugo. Tako je saki presnac unikatan, a nosi ime po mestah kade se parićaj: bodulski, brežanski, bibrirski, dalmatinski, halabujski, pehimnarski, rukavaški, zvonejski, ...

U izvornom naputku dodaju i klinčić.

Što kažu domaće žene – **kornićanke** što je presnac i kako ga pripremaju:

Presnac je kolač od, na prvo mesto, mladog ovčjeg, a rabi još jaj, muke, cukara, putra. Pronutujemo ga od file i kore – „plašta“. Za filu rabi kilo mladog ovčjeg sira, pet jaj (posebno se stuče snig), pol kila cukara, jedan putar, šezdeset deki muke (brašno), nastrgana kora limuna, 2 praška, 3 paketići cukara od vanilije.

Za plašt (koru) rabi sedandeset i pet deki muke, dvi žlice masti, jeno jaje, malo soli, dvi žlice cukara i malo mlika ako rabi. Od ovoga se omisi testo kako za makaruni, oblikuje se šest balica (okruglica, loptica, veličine jabuke) i pusti da se testo malo počine. Od balic se zo takaljicu zitače testo u oblik kruga, veličine pijata od late i tako 6 puti za šest pijati.

Fila se pripravlja tako da se najprvo zmišaju cukar i žute jaja, ali zistreže na strugaljicu i sve drugo se pomalo zmiša. Kad je fila gotova podili ju se na šest deli i klada na koru na ku se zatvore rubi i na sakih pet centimetri se kora uščipne, pa hljibčići lipo zgljedaju, obli i na roškići. Tako složen presnac se peče na umerenu temperaturu dokle ne porumeni. U slast se ji kad se ohladi.

Cukerančići



Sastojci: 1 kg brašna, 5 jaja, 25 dag šećera, 2 dl mlijeka, 25 dag maslaca, 3 vrećice vanilin šećera, malo soli, 2 dag sode bikarbone. Za umakanje: 2,5 dl rakije, 25 dag šećera.

Dobro izmiješajte jaja i šećer. U malo mlijeka dodaje sol, vanilin šećer i sodu bikarbonu. Izmiješajte maslac u pjenu. Pomiješajte s jajima i šećerom, dodajte brašno i umijesite tvrđe tijesto. Ostavite ga da odleži (da se „odmara“) desetak minuta. Tijesto razvaljajte na 3-4 mm debljine. Izrežite u trake široke 10 cm i duge 15 cm. Oblikujte pomoću kotačića za rezanje tijesta u oblik potkove ili neki drugi po želji. Poslažite u namašćenu posudu za pečenje i ispecite, u zagrijanoj pećnici, na temperaturi od 180 °C deset do petnaest minuta. Pečene – cukerančice – namočite u vino, rakiju ili u prošek a potom u šećer.

Isti kolač, skroman zalogaj od prhkoga tijesta, pod imenom cukarini pripravlja se na otocima Hvaru i Korčuli za vjenčanja.

Bez cukerančića nema ni jedne fešte; *krštenja, berme, pričesti, svata, za Vidove.*

Dioklecijanova pogača

Sastojci: 50 dag maslaca, 50 dag šećera (šećer mora biti što sitniji - skoro kao prah; dobro ga je još malo usitniti i prosijati; u doba Dioklecijana nije bilo šećera već se koristio med) 12 jaja (žumanjak i bjelanjak), 3 žlice prošeka (možete zamijeniti i maraskinom iako ga u vrijeme Dioklecijana nije bilo), brašno (toliko da možete izraditi tvrdo tijesto kao za kruh), 25 dag šećera (isto kao prethodni), 2 jaja (žumanjak i bjelanjak), kosani bademi (bademe prelijte kipućom vodom, ostavite ih u vodi nekoliko minuta i prstima odstranite kožicu, stiskajući ih između palca i kažiprsta).

Izmiješajte zajedno maslac i šećer u pjenastu smjesu. Dodajte jedno po jedno jaje i svaki put lagano miješajte. Sve dobro izmiješajte i dodajte brašno. Izradite tvrdo tijesto kao za kruh. Tijesto je najlakše i najbolje izraditi (umijesiti) na mramornoj ploči koja je uvijek hladna. Mijesite oko pola sata. Pripremite peku (napravite vatru, žar i dobro zagrijte peku). Na dobro očišćenu površinu za peku stavite tijesto oblikovano u pogaču, poklopite pekom i pecite oko jedan sat. Otvorite peku, eventualno pregorena mjesta na pogači ostružite nožem. Pogaču ostavite na podlozi na kojoj ste je pekli. Dobro umutite 25 dag šećera i dva jaja, dobivenu smjesu nanosite žlicom na pogaču u obliku vijenca kao pužiće jedan do drugog (vidi: - *zavajun*). U sredinu također stavite jedan pužić. Ovako složenu pogaču s vijencem od šećera i jaja pospite kosanim bademima. Pogaču poklopite pekom, pokrijte ostatkom pepela i žeravice, i preko nje stavite snopiće suhe brnistre (grmolika sredozemna biljka reduciranih listova i lijepih žutih cvjetova; žukva, žuka) i zapalite. Nakon 10-15 minuta peku otklopite. Pogaču oprezno stavite na drvenu dasku, da se ne prelomi, i ostavite da se ohladi. Režite je tek nakon 2-3 dana na trokute (kao soparnik ili danas pizzu).

Po predaji pogača je iz vremena Dioklecijana.



Kovanica s likom cara Dioklecijana

Iz teksta: Don Frane Bulić „Palača cara Dioklecijana u Splitu“ 1927. Zagreb
 Don Frane Bulić, ugledni hrvatski arheolog, povjesničar, konzervator starina i
 povjesničar umjetnosti (rođen je 4. listopada 1846. godine u Vranjicu kraj Splita
 - 29. srpnja 1934.)

.....

 Car Dioklecijan je osuđivao na smrt svakog brijacha, koji bi ga brijao, da ne
 uzmogne pripovijedati, kakova mu je glava. Uši mu bijahu od prasca a glava od
 magarca. Zapane jednom jedinca u majke, da pođe brijati cara. Majka žalosna za
 sinom, koji imadijaše poginuti, izljubi se šnjim, dade mu na polasku pogaču
 govoreći:

— Dok budeš cara brijao, jedi ovu pogaču. Pogača bješe umiješana materinjim
 mlijekom.

Kad ju je brijach počeo jesti, car joj osjeti miris, pa ga zapita:

— Što jedeš:

— Jedem pogaču — odgovori momak.

Tad car zapita, da mu dade komadić. Kad ju okusi, reče, da je slatka, ali da nije
 za nasititi, pa ga zapita:

— Kako je tvoja majka mijesi?

On mu odgovori, daje mijesi svojim mlijekom.

Na to mu car obeća, da ga ne će pogubiti:

— Mi smo braća, reče, zato te ne ću pogubiti, ali ne smiješ nikomu kazati, kakova
 mi je glava. Ako te saleti napast, da komu kažeš, onda kaži samoj zemlji.

Brijach nije mogao nikako mučati, pa se prigne k zemlji, te njoj kaza tu tajnu. Na
 onom mjestu izraste zovika, od koje djeca izdjelaše svirale.

Kad bi puhnu u sviralu, zova odgovaraše:

U našega cara Dioklecijana

Prasce uši a tovarová glava.

Po drugoj varijanti:

U cara Dioklecijana

Uši ko u magarca

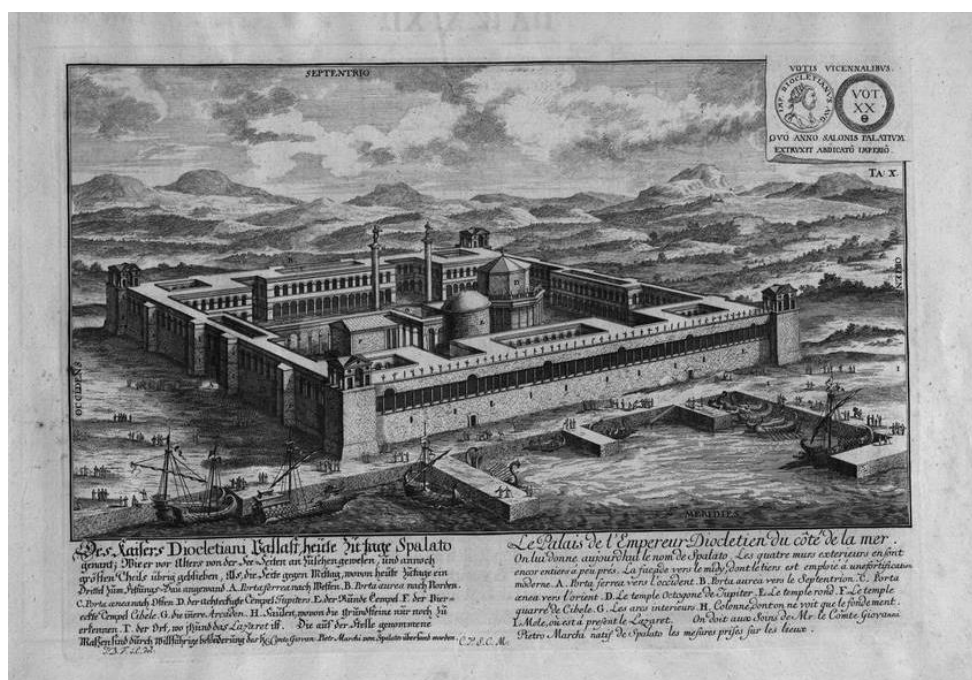
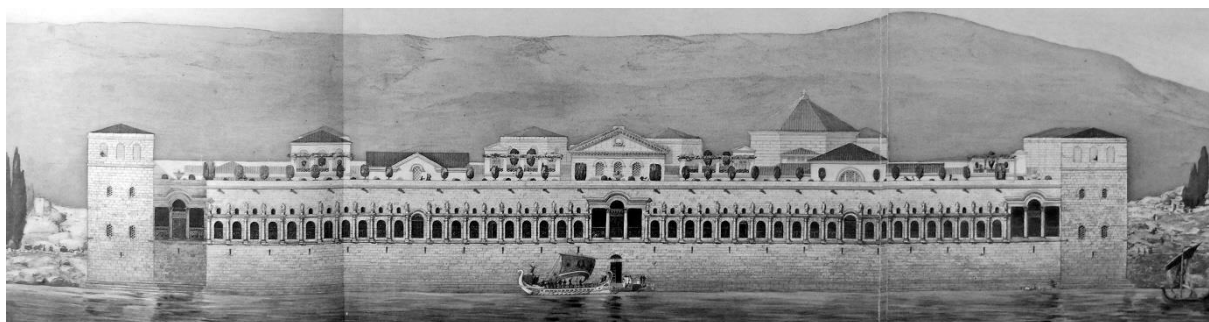
Rozi ko u jarca

A glava ko u prasca.

..... jošter pripovijedaše, da je čuo od starijih, da se je
 Dioklecijan rodio u Libovcu, na jugu od Kučina, da je ovdje sproveo prve godine
 svoje mladosti, i nekoliko posljednjih zajedno sa svojom kćerkom, koja da je bila
 ovdje i pokopana. U potvrdu tih svojih navoda kazivaše, da je Dioklecijan jednoć

zabasio po polju, te da ga nije bilo lako naći. Onima, koji ga tražijahu, bi rečeno, da ga potraže na zapadu od sela Sitnoga, te ako nadu čovjeka, gdje jede kruh od sijerka* na gvozdenoj siniji, da je to Dijoklecijan. I doista nađoše u Libovcu čovjeka, gdje sa prevrnutu gvozdena lemiša jede kruh od sijerka, te u njemu poznadoše cara Dioklecijana.

*Kruh od sijerka jede se sam ili pomiješan s drugim žitijama: ječmom, pšenicom, raži itd. Brašno od sijerka nešto je crvenkasto, neugodna ukusa, jede se za veliku nevolju. Sijerak raste u močvarnim krajevima, sije se, kad uslijed čestih kiša nije moguće posijati drugo žitije na pr. kukuruz. To biva osobito na neretvanskoj ravnici i u Imotskom polju. Kruh od sijerka je kruh za veliku nevolju, kruh robova. Plinije (Hist. Nat. lib. XVIII. 16, 40) kaže za sijerak: „Secale Taurini sub Alpibus asiam vocant, deterrimum et tantum ad arcendam famem, fecunda sed gracili stipula, nigritia triste, pondere praecipuum admiscetur huic far, ut mitiget amaritudinem eius, et tamen sic quoque ingratisimum ventri est. Nascitur qualicumque solo cum centesimo grano, ipsumque pro letamine est.”



Dioklecijanov vijenac



Dioklecijanov vijenac - kolač od *dizanog tijesta sa nadjevom od rogača, suhih smokava, bajama, malo oraha, domaćih likera* - gospođe Cvite Vukšić iz Solina, predstavlja spoj tradicijskog i modernog. Ovaj jedinstveni kolač obitelj Vukšić je zaštitila kao svoje intelektualno vlasništvo.

U *Kuharici none Karne Ivane Prijatelj Pavičić* nalazi se nekoliko starinskih splitsko-trogirskih recepata za kolače s maslinovim uljem.

Paprenjaci se spravljaју od pola kilograma brašna, 1 kg meda, ¼ litre maslinova ulja, ¼ litre proška, malo cimeta, klinčića, soli i papra, a sve se miješa s jednim bjelanjkom i malo šećera.

U istoj kuharici je i recept za okrugle kolače, *bucolaje*, koji su se jeli za doručak uz kavu na Badnje jutro. Napravljenom kvasu doda se kg brašna u kojem je naribana korica jednog limuna. U ¼ litre mlijeka doda se sol, 10 dag šećera, 3 žličice maslinova ulja, malo maslaca, soli, cimeta i ruma. Sve se izmiješa, pusti da kisne, oblikuje se 12 okruglih kolača i peku oko 25 minuta na 175 stupnjeva.

Kroštule, slatko tijesto prženo u ulju, mogu se raditi s maslinovim uljem. Potječu iz hebrejske kuhinje i poznate su na cijelom Mediteranu pod različitim imenima. Kulinarska čudesa s maslinovim uljem nemaju granica. Potrebna je tek dobra mašta i vrhunsko, ekstra djevičansko maslinovo ulje.

Hrostule (kolač iz Lapada)

Triba imati ruku za umisiti hroštuli, bo moru spasti žilavi, a za jedan pir oće ih se dvi-tri kofe

Sastojci: 75 dag mekanog brašna, 4 jaja, 12 dag šećera, 7 - 8 dag masti ili margarina, 1/2 praška za pecivo, naribanu koricu od 1/2 limuna, 1 žličicu ruma ili nekog likera, 1 žličicu soli, 1/2 žličice domaćeg likera od ruža, 1 dl mlijeka, 1 dl proška (ili vode); ulje za prženje; šećer u prahu sa cimetom i vanilijom za posipanje.

Od svih sastojaka zamijesite tijesto, pazite da ne bude premekano. Podijelite u četiri kruščića, svaki razvaljajte kao za deblje rezance, narežite u vrpce i isprepletite, te pržite u dubokom ulju. Pošećerite. Možete odmah poslužiti ili čuvati - zimi i mjesec dana.

Hvarska rožata

Sastojci za 8 osoba: 5 dl mlijeka, 5 dl slatkog vrhnja, 30 dag šećera, šaka kockica šećera, 1/2 štapića (mahune) vanilije, 10 žumanjaka, 2 jaja, 1,5 dl proška.

U mlijeko stavite vaniliju i šećer (25 dag), promiješajte i sve zajedno zakipite. Čim mlijeko zakipi smanjite temperaturu na najmanje i kuhajte otprilike 40 minuta, sadržaj se treba smanjiti, ukuhati, na polovinu. Preostali šećer dodajte vrhnju. Kocke šećera malo navlažite i miješajte u posudi (ili kalupu za rožatu) na vatri da se karamelizira. Da cijela unutrašnjost posude ili kalupa bude pokrivena karamelom, posudu nagnjite na jednu pa na drugu stranu. Pomiješajte ukuhano mlijeko (s vanilijom i šećerom) sa vrhnjem, prošekom i pomalo ulijte u kalup za rožatu, stavite u veću posudu s vodom. Visina vode u posudi mora biti do 2/3 visine kalupa. U „vodenoj kupelji“ kuhajte otprilike 40 minuta u pećnici, zagrijanoj na 170 °C. Ako treba dolijevajte kipuće vode u veliku posudu. Kad se ohladi odložite u hladnjak preko noći. Iskrenite ohlađenu rožatu na pladanj. Karamel koji je ostao u posudi prelijte čašicom proška, miješajući zagrijavajte da se karamel otopi i prelijte preko rožate.

Imotska sirnica

Sastojci *za tijesto*: 70 dag glatkog brašna , 30 dag oštrog brašna , 25 dag rastopljenog maslaca (nekad se umjesto maslaca stavljala mast; masti malo manje od navedene količine maslaca), 2 kockice kvasca, 1 ribana korica naranče, 1 ribana korica limuna, 2,5 dl mlijeka, 2 vrećice vanilin šećera, 0,5 dl rakije od ruža (može rum, ako nemate), 1-2 žlice maraskina ili proška, 25 dag šećera, 6 kom žutanjaka; *za premazivanje*: 1 žutanjak.

Priprema kvasca. Umutite kvasac s malo mlijeka, šećera i brašna, kao za obični kruh. U drugoj posudi pripremite brašno, odvojite malo za premjesivanje, jer se ne smije ništa brašna više dodavati. Šećer, maslac i ostale sastojke dodajte brašnu kao i uzdignuti kvascu. Miješajte mikserom dok se tijesto ne pretvori u kuglu i počne se odvajati od posude. Ne smije biti pretvrdo. Tijesto odložite na toplo da se diže. Dignuto tijesto premijesite, oblikujte dvije veće kugle, ili nekoliko manjih i stavite ih u namašćene kalupe. Kad se opet malo dignu u kalupu, zasijecite u križ, premažite žutanjkom i pospite krupnim šećerom.

Pecite na 180°C oko 45-50 minuta. Pazite da ne izgori odozgo, jer će biti gorkasto. Pečenu sirnicu izvadite iz kalupa i odložite u čistu kuhinjsku krpu da se ohladi ili na rešetku za kolače. Ovakva sirnica nosila se na blagoslov za Uskrs. Konzumirala se najčešće uz marmeladu od drenjina.

Imotska torta



Sastojci *za tijesto*: 30 dag brašna, 6 žumanjaka, 2-3 žlice ulja, 2-3 žlice šećera, malo soli; *za nadjev*: 60 dag badema, 2-3 gorka badema, 6 bjelanjaka, 4 cijela jaja, 60 dag šećera, malo ribane korice limuna, po 2 žlice proška (ili ruma) i maraskina, 3 žlice rakije lozovače ili travarice, malo ribanog muškarnog oraščića; *za kalup*: ulje i brašno; šaku oguljenih badema za ukras; šećer u prahu za posipanje.

Zamijesite tijesto od brašna, žumanjaka, ulja, šećera, soli, brašna i 1 dl vode. Dolijte vode ako treba, jer tijesto mora biti tvrde, ali ne pretvrdo. Ostavite ga odležati dok pripremate nadjev. Bademe kratko prokuhajte, ostavite da se ocijede, ogulite im smeđu kožicu i sameljite. Ostavite desetak cijelih oguljenih badema za ukras. Istucite šećer s bjelanjcima i cijelim jajima te umiješajte sve ostale sastojke. Dobro izmiješajte, ali nemojte predugo miješati. Uzmite okruglu zemljanu posudu, namastite je i pobrašnite. Tijesto razvaljajte, stavite ga na dno i stjenke tako da preko ruba ostane dio širok 2 cm. Ulijte nadjev. Od preostalog tijesta napravite trake ukrasnim kotačićem jednake širine (1 cm) i ukasite površinu „rešetkom“ od traka. Na mjestima gdje se trake tijesta spajaju (idu jedna preko druge) utisnite po jedan oguljeni badem. Stavite u zagrijanu pećnicu i pecite na temperaturi od 200 °C, oko 1 sat. Gotovu tortu ostavite u otvorenoj pećnici da se hladi. Prije posluživanja pošećerite.

Kaštelanska torta



Sastojci: 42 dag šećera, 12 žumanjaka, 42 dag badema (ili oraha), 14 dag čokolade, 14 dag dvopeka namočenih s prošekom (1 dl prošeka); *glazura*: 15 dag šećera, 3 žlice vode, 7 dag čokolade, 1dag maslaca (ili kap – dvije ulja).

Dugo miješajte 42 dag šećera s 12 žumanjaka, koje ste dodali jedno po jedno, u pjenastu smjesu. Uspite kosane bademe kojima ste skinuli kožicu (pofurite ih, i prstima, stiskajući između palca i kažiprsta), 14 dag čokolade izlomljene na komadiće, dvopek namočeni u prošek i sve dobro izmiješajte. Na kraju lagano umiješajte, ne miješajte dugo, snijeg od 12 bjelanjaka. Izlijte u *protvan* koji ste namazali maslacem. Pecite u zagrijanoj pećnici oko 1 sat na temperaturi 170 °C.

Ohlađenu tortu prelijte glazurom od čokolade. Odozgora ukasite cvjetićima tratinčice od polovica badema. U sredinu stavite kolutiće limunove kore.

Klašuni

Sastojci: 1 kg brašna, 6 jaja, 4 žumanjka, 12 žlica šećera, 25 dag maslaca, 20 dag masti, 2,5 dl mlijeka, 4 dag licitarskog kvasca, malo cimeta, ribane korice limuna i naranče, 3 vanilin šećera, malo ruma;

Nadjev: 80 dag mljevenih badema (ili oraha), 1 jaje, 1 vanilin šećer, 2-3 žlice džema od marelica, 2-3 žlice šećera, 0,5 dl mlijeka, malo bijelog suhog vina, malo rakije od ruža, krupno mljeveni šećer u prahu.

Jaja, žumanca i šećer pjenasto izmiješajte rukom, dodajte rastopljeni maslac i mast. U vruće mlijeko stavite licitarski kvasac i miješajte dok se ne prestane pjeniti. Ohladite, umiješajte cimet, koricu limuna i naranče, vanilin šećer i rum. Sve spojite, umiješajte i dodajte toliko brašna da dobijete prhko tijesto koje možete valjati. Tijesto ostavite da se ohladi, podijelite ga na više dijelova i dio po dio razvaljajte tanko, kao da radite rezance. Na tijesto stavite po žlicu nadjeva u jednom redu (nadjev koji ste ranije spojili u jednoličnu smjesu ne smije biti pretvrd ni premekan). Nadjev: mljevenim bademima (orasima) dodajte jaje, vanilin šećer, džem od marelica, šećer, mlijeko i malo rakije od ruža koje daju poseban okus, pa sve dobro izmiješajte.

Razmak odredite prema veličini čaše kojom ćete oblikovati polumjesece. Tijesto preklopite preko cijelog reda, tako da je nadjev u sredini klašuna. Polovicom čaše obuhvatite tijesto s nadjevom i nazubljenim ukrasnim kotačićem izrezujte uz rub čaše jedan po jedan *klašun*. Slažite ih u namaštenu posudu za pečenje i pecite na temperaturi od 180 °C oko 20 minuta. Gotovi su kad postanu zlatnožuti. Pečene klašune premažite s gornje strane bijelim vinom i umočite u mljeveni šećer.

Stara je riječ *klašun* označavala je pojam za sanduk, kutiju (u što se nešto sprema ili nosi). *Klašuni* su posebni i skupi južnodalmatinski kolači iz Dubrovačke Republike, koji se dosad izvorno spravljaju samo na Korčuli i Pelješcu, a sjevernije na Jadranu restorani podmeću samo njihove poluslične proizvode.

Korčulanski klašuni imaju jajoliki oblik, a oni na Pelješcu su češće vretenasti. Kolačići *klašuni* zapravo su neka vrsta tjestenih kutijica u koje je spremljen željeni nadjev. Korčulanski tradicionalni tvrdi kolačić još iz kneževskog doba, koji se „toća“ (umaće) u prošeko. Klašuni se rade od istog tijesta kao i cukarančići, cukarančići.

Korčulanski klašuni



Sastojci za tijesto: 4 kom jaja, 2 žutanjka, 2 dl ulja, 1 kg brašna, na vrh noža soli, 1dl mlijeka

2 paketića praška za pecivo (ili žlica sode bikarbone; u izvornom napatku (receptu/ ide 1,5 g amonijeve soli), 1+1 naribana korica limuna i naranče; nadjev: 25 dag mljevenih oraha + mlijeka koliko je dosta da se pofure orasi, 20 dag šećera i 1 vanilin šećer, 10 dag groždica namočenih u rakiju od ruža (ili rum) preko noći, mljevene smokve (marmelada od smokvi) ili naranči, malo limunove korice; premaz za lijepljenje kolača: 1 bjelanjak.

Od ove količine izaći će vam oko 70-80 kolačića.

Zamijesite tijesto, razvaljajte ga na 1/2 cm debljine. Premažite tijesto umućenim bjelanjkom, da se tijesta lakše slijepe. Okruglim rezačem oblikujte krugove promjera oko 7 cm. Žlicom stavite nadjev i poklopite drugim praznim krugom. Lagano pritisnite po rubovima, pa krugom manjeg promjera vadite okrugle kolače. Pecite na slaboj vatri, oko 20 minuta, moraju ostati potpuno bijeli, najbolji su kad ih prekrijete folijom. Pržene klašune stavite na papirni ubrus i kada se ohlade, prebace se kasnije u zdjelu i pospite šećerom (sladorom) u prahu.

Gotovi klašuni mogu spremljeni u papiru još duže stajati po par dana kada su ukusom najbolji.

Pelješački klašuni – oblikujte krugove čašom u polutvrdom tijestu, nadjev stavite na svaki krug i poklopite drugim krugom tijesta. Stisnite rubove krugova i oblikujte školjkice, pržite u vrelom ulju oko 5 minuta.



Sastojci za *tijesto*: 25 dag maslaca, 2 jaja, 4 žumanca, 4 žlice šećera, 75 dag brašna, na vrh noža praška za pecivo; *nadjev* (fila): 3 bjelanjka, 1 jaje, 30 dag mljevenih *mindela* (bajama), 30 dag šećera, mirisa po želji (prošeka – izvorno, rum...), malo izribane čokolade, malo naribane limunove korice; za *prženje*: 1 litra.

Od sastojaka za tijesto zamijesiti polutvrdo tijesto (bolje malo tvrđe) i ostaviti pokriveno oko dva sata da odmara. Od sastojaka za nadjev zamijesite kremu tako što kod jaja ne odvajate bjelanca od žumanaca nego sve skupa miješate (izvorno ručno – ne mikserom, jer je tada mješavina kvalitetnija, ne dolazi do „razbijanja“ sastojaka). Tijesto razvaljajte što tanje te manjom čašom ili kalupićem oblikujte krugove. Na svaki krug stavite malo nadjeva i zatvorite u obliku školjkice. Prije prženja klašune malo izbockajte iglicom, zbog toga što će se tako kod prženja malo napuhati i izgledat će bolje. Pržite klašune u vrućem ulje oko 5 minuta. Izvadite ih na papirnati ubrus, te kasnije prebacite u zdjelu i pospite šećerom u prahu.

Kroštule



Sastojci: 50 dag brašna, 2 jaja, 0,8 dl maslinova ulja, 10 dag šećera, 1,5 l mlijeka, 0,3 dl rakije, 10 g praška za pecivo, 10 g vanilin šećera, korica limuna, sol, ulje za prženje (oko 1 l) i šećer za posipanje.

Od brašna, razmučenih jaja, ulja, šećera, soli, rakije, mlijeka, praška za pecivo, vanilin šećera, i limunove kore umijesite tijesto i podijelite na 3-4 dijela. Svaki dio tijesta razvaljajte u tanku plohu, debljine do 3 mm i izrežite na trake širine 1 do 2 cm ili pravokutnike. Trake svežite u mašnice (vežite lagani čvor) i tako oblikovane pržite na vrućem ulju, dok pravokutnike ubacite u zagrijano ulje i ispecite. Pecite do zlatnožute boje, stavite na papir da upiju masnoću, a potom pospite šećerom. Poslužite tople posute šećerom u prahu.

U tijesto možete umijesite i malo bijelog vina. Tijesto mora biti srednje čvrstoće. **Filipjanske kroštule** (mjesto sv. Filip i Jakov) pripremaju se stoljećima istim sastojcima i na isti način: prošek, domaća rakija, naribana korica limuna, jaja i brašno. Od dobivenog tijesta naprave se mašnice i prže u ulju. Uz kroštule obavezna slastica su i prženi **bajami u cukru** (bademi sa šećerom; *bruštulani bajami ili mjendule*) i **torta od badema** – osebujna je po tome što u njoj nema ni kreme ni brašna, a sastoji se od pola kilograma mljevenih badema i isto toliko šećera i 10 jaja.

U tijesto se dodaje rakija da bi se spriječilo pretjerano upijanje ulja prilikom prženja.

Lumblija



Sastojci: 1 kg oštrog brašna, 2,5 dl mlijeka, 5 dag svježeg kvasca, 30 dag šećera, 2,5 dl ulja, 5 dag maslaca, 3-4 klinčića, ½ muškarnog oraščića, 1 žlica cimeta, 5 dag nasjeckanih badema, 5 dag groždica, malo lozovače (za namakanje groždica), 1 dl proška (neki ga zamjenjuju bijelim vinom, no držite se proška).

Kvasac izmrvice, dodajte 3 žlice šećera, toplo mlijeko i polovicu brašna pa umijesite kvasac. Prekrijte ga čistom krpom i ostavite na toplom mjestu da uzade. Dignutom kvascu dodajte ulje, rastopljen i malo ohlađen maslac, ostatak šećera, mljevene klinčiće, ribani muškarni oraščić, cimet, bademe, oprane i namočene groždice u lozovači, prošek i preostalo brašno. Umijesite glatko i mekano tijesto. Po potrebi dodajte još malo toplog mlijeka. Tijesto dobro izradite dok površina ne bude glatka i sjajna. Ostavite pokriveno na toplom mjestu da se diže 4-5 sati. Lagano ga premijesite, podijelite na tri djela i oblikujte male okrugle kruščiće, pogače (težine oko 30 dag). Stavite ih u namašteni lim, i ostavite još dva sata da se diže na sobnoj temperaturi. Pecite u zagrijanoj pećnici na 180 oC oko 45 minuta. Kad se malo ohlade, ali još uvijek tople, premažite ih prošekom ili varenikom i pospite šećerom. Hladne lumblije poslužite uz prošek.

Kažu da je lumblija jedan od najstarijih korčulanskih kolača koji se, po starom običaju, priprema za Dan mrtvih (Svih Svetih). Navodno mu je podrijetlo iz Vele Luke odakle se proširio po cijelom otoku a onda ga i „preskočio“. To je ustvari slatki kruh s mirodijama i obaveznim prošekom. Na Dan mrtvih Korčulanske pekare i slastičarne obavijene su mirisom lumblija.

Priča koja i danas prati ritual spravljanja lumblije govori o ljubavi dvoje mladih, koji su se silom prilika morali rastati. Dakle radi se o ljubavi između francuskog vojnika-pekara i mlade Blajke (djevojka iz mjesta Blato). Kako to obično biva, rodila se ljubav koja je morala biti prekinuta. Odlaskom francuske vojske, odlazi

i vojnik-pekar i na rastanku svojoj dragoj poklanja kolač, „lumbliju“ „ne l’umblie pas“ tj. - *ne zaboravi me*.

Od toga doba, lumblija se spravlja od posebnih sastojaka, koji se počinju pripremati i sakupljati u ljeto. Sadrži bademe, orahe, suhice, naranču, limun, varenik... Vrijeme kada se lumblija peče je doba sjećanja na najmilije, početkom studenog. Po tome je održala svoje značenje u početnom obliku, sjećanje i veza s voljenom osobom, a danas često znači i vezu sa rodnim krajem.

Umjesto proška možete koristiti – *varenik*.

Varenik je sirup koji se pravi od mošta tijekom pravljenja vina. Kuha se na laganoj vatri, jer ne smije zakuhati, nekoliko sati. Sok se pretvori u taman i slatki sirup, posebnog okusa. Tijekom cijele zime se dodaje u kolače, meso i druga jela. Lumblija svoj specifični okus i tamnu boju duguje prvenstveno vareniki.

Paprenjaci kako su ih nekada izrađivali (jedinu 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 orašćića, 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.

Paprenjaci (*Starogrojski paprenjok*)



Uzavrite pola kilograma meda (skidajte pjenu s površine), u ohlađeni med dodajte decilitar do dva proška u koji se umakalo: isto toliko ulja, prstohvat suhog šafrana (1 g), cimeta, orašćića, klinčića i žlicu soda bikarbonate. Do sredine 20. Stoljeća u Starom Gradi ova tri začina (orašćić, 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 umaćete 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 pripravljalna 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 galijske*



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 oraaha, jedan ostrugani muškati 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: samljevane bademe, samljevane orahe, strugani muškati 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 galijsku. Ako nadjev nije gust umiješajte krušne mrvice.

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

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

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.

Paradižot, paradižet



Slatko jelo, zaslada, koja se u unutrašnjosti Hrvatske naziva „šnenokrli“ (*aust. njem. Schneenockerl*) a u Crnoj gori „ptičje mlijeko“. *Paradižot* dolazi od riječi *paradiz lat. paradisus* od *grč. paradeisos*; perivoj, vrt. Najjednostavniji opis jela: *domaće slatko od tučenog bjelanjka i u mlijeku ukuhani žutanjci*.

Sastojci: 4 bjelanjka, 4 žumanjka, 4 žlice šećera, 1 l mlijeka, 10 keksa (najbolje *petit peure*), limunova korica po želji, malo proška.

Na dno zdjele (ovo je moderna inačica s dodatkom keksa na dnu zdjele) stavite kekse. Razdvojite žumanjke i bjelanjke i stavite ih u odvojene posude. Žumanjke čvrsti izlupajte žicom za snijeg (danas se koristi mikserom) zajedno s 3 žlice šećera. Po želji dodajte ribane limunove korice. Mlijeko prokuhajte i istovremeno

izlupajte bjelanjke (upotrijebite mikser) s 1 žlicom šećera. U uzavrelo mlijeko stavljajte žlicom dio po dio bjelanjaka („žličnjake“) i kratko kuhajte u mlijeku. Kad vam se učini da će početi kipjeti izvadite ih šupljom žlicom i stavite u zdjelu na kekse. U preostalo mlijeko stavite smjesu žumanjak sa šećerom, malo proška i kuhajte ne više od 2-3 minute, i ulijte pažljivo uz stjenku zdjele keksima i kuhanim bjelanjcima. Odložite i kad više nije vruće odložite u hladnjak da se sve ohladi. Prije posluživanja možete posuti mrvicama čokolade za kuhanje.

Za učiniti paradižot, najprvo se stuče bibna o jaja, pa se skuhamu u mliku, unda se zmutu žubna s cukrun, pa se hitu u mliku di su se kuhala bibna i pusti da zakuha. Bibna kuhana se poštivaju, nako bela kako snig, na galetine u terinu. Unda se sve zalije z mlikun u komu su se kuhala žubna, pa se galetina nabrundaju toga slatkoga šuga. Zgora se zgrata malo ćikolate i sve se zajeno zakljopi u kredencu da ne bi ki goložalo pohljapa no zgora i zbrda no zdola. Nego se potli kacjolun svakomu meće z reda na pijatić. Ti me kapiši.

Pretpostavlja se da je paradižot postao popularan za vrijeme francuske uprave u Dalmaciji.

Pinca - stari Brački kolač

Sastojci: 20 žutanjaka, 28 dag šećera, 28 dag maslaca, 4 dag kvasca, 1 dl proška ili ružine vodice, 2 dl mlijeka, sitno naribana kora naranče, 1 kg brašna.

U mlako mlijeko umiješajte razmočeni kvasac, soli na vrh noža i četvrtinu brašna. Ostavite da stoji dva sata. Na toplome mjestu miješajte žutanjke sa šećerom oko jedan sat. Dodajte maslac, kvasno tijesto, ostatak brašna, prošek i začine. Tijesto mijesite oko jedan sat. Zatim zamijesite okrugle kruščiće. Ostavite preko noći. Ispecite.

Poljička torta –
(tortu osmislila Betinna; vidi: Coolinarika.com)

Kada vidite ovu tortu vjerovatno ćete pomisliti evo još jedne tradicionalne Dalmatinske, ali ne tortu sam ja osmislila. Mještani stare "Poljičke republike" posjeduju svoj jelovnik od kojih je možda najpoznatije jelo soparnik, ali nikada nisu imali svoju tortu. U torti su sastojci isključivo od namirnica koje su se nekada proizvodile ili se i danas proizvode na području Poljica, dakle prvo i osnovno badem kojeg ćemo naći u svim našim Dalmatinskim tortama (Imotskoj, Makarskoj, Bračkoj, Dubrovačkoj, Kaštelanskoj). Po sastojcima u našim tradicionalnim tortama ćete odmah vidjeti gdje se koja namirnica uzgajala, dali su to primorske torte pa ćete u njima naći i čokolade, cimeta (Kaštelanska), jer je muška čeljad navigavala pa su znali te začine donositi iz prekomorskih zemalja, ili su to torte Dalmatinske zagore (Imotska) pa se u njima nalaze samo namirnice proizvedene u tom kraju. U Dubrovačkoj torti će se naći i vrhnja jer su Dubrovčani bili poznati trgovci pa su im i u ono vrijeme mnogi začini bili dostupni. U Makarskoj torti će se naći dosta agruma kojim obiluje to područje. Pošto se Poljica sastoje od primorskih mjesta, i mjesta Dalmatinske zagore, posjedovale su sve ove namirnice koje posjeduju ostale Dalmatinske torte. Tako će se u mojoj Poljičkoj torti uz bademe naći arancini, cendrini, suvice i obavezno smokve, prošek, rakija. Ova ćipkica na vrhu torte simboliziraju mala polja omeđena kamenom u kojima su Poljičani uzgajali sve ove namirnice koje se nalaze u torti, a po tim poljima su i dali ime svojoj republici. E pa dragi Poljičani poštovani(kako se u našoj pjesmi kaže) evo vam jedne poštene Poljičke torte.

Poljička torta



Sastojci za tijesto: 60 dag brašna, 6 dag maslaca, 5 dag masti, 4 žumanaca, 12 dag šećera (nekad se koristio med), 1,7 dl mlijeka; nadjev: 10 bjelanaca, 6

žumanaca, 60 dag mljevenih badema, 50 dag mljevenog šećera, 10 dag suhих smokava, 5 dag groždica, 3 dag arancina (ili ribana korica 2 naranče), 3 dag cendrina (ili ribana korica 2 limuna), 0,5 dl proška, 2 žlice rakije.

Od ovih namirnica umijesite prhko tijesto i stavite u hladnjak da odleži pola sata. Polovicom tijesta obložite dno i stranice okruglog kalupa i stavite ga u hladnjak dok pripremate nadjev. Nadjev: 4 smokve i suvice (groždice) stavite u manju posudu i prelijete prošekom ili vodom. Ostavite tako pola sata. Isjeckajte zajedno arancine i cendrine (ako nemate onda nastružite koru od limuna i naranče). Posebno istucite žumanjke umiješane sa pola količine šećera bademima i sitno sjeckanim suhim o voćem ,rakijom i prošekom. Bjelance posebno istucite s drugom polovicom količine šećera i povežite obadvije smijese. Nadjev izlijte u kalup promjera 28 cm. Od ostatka tijesta izradite čipkaste motive tako da ih najprije tanko razvaljajte, izrežete uske trakice 1,5-2 cm i prstima stisnete (slijepite). Slažite ih ukrug preko nadjeva i međusobno povežite pritiskom prsta. U svaku udubinu stavite po jedan oguljeni badem. Tortu pecite u prethodno ugrijanoj pećnici na 200 stupnjeva prvih 15 min, a zatim na 180 stupnjeva još 60 minuta. Kada počne rumeniti prekrijte gornju površinu alu folijom. Torta je najbolja kada odstoji dva dana na sobnoj temperaturi. Tortu pospite šećerom u prahu i ukasite arancinima.

Rapska „grota“



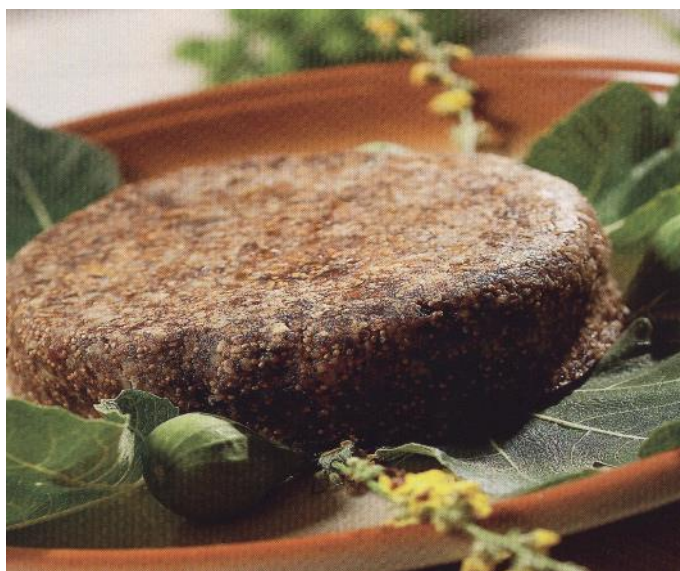
Sastojci: 80 dag pisanice, kosani peršin, češnjak i slanina, 4 dag paškog sira, 4 dag pršuta, sol, papar,; umak: 2 žlice maslinova ulja, žličica prženog šećera, kosani luk, kiseli krastavci, mrkvica, češanj češnjaka, malo šljiva, jabuka, dva slana fileta inčuna,, kosani peršin i celer, malo suhих gljiva, žlica proška i crnog vina, malo maslaca.

Pisanicu razrežite popola, svaku polovicu malo natucite batićem, pospite kosanim lišćem peršina, kosanim češnjakom i kockicama slanine. Sve prekrijte ploškama sira i pršuta. Stavite drugu polovicu pisanice, učvrstite čačkalicama ili štapićima za ražnjiće. Ovako složeno meso malo potucite, pospite solju i paprom. Ispecite na gradelama.

Poslužite s pripremljenim umakom: maslinovu ulju dodajte prženi šećer, malo kosanog luka, malo kosanih kiselih krastavaca, mrkvice, malo kosanog češnjaka, malo kosanih šljiva i jabuka, fileta inčuna, lišće celera i malo izrezanih gljiva. Sve sastojke dobro izmiješajte i dobro prokuhajte. Na kraju dodajte po žlicu proška i crnog vina, malo maslaca, i prokuhajte.

Grota; veći grumen čega, tvrd komad čega što nije smrvljeno ili otopljeno.

Smokvenjak



Sastojci: 2 kg suhih domaćih smokava, 30 dag sjeckanih orahe, 0,3 dl domaće lozovače (*nikako šljivovice*).

Suhim smokvama odstranite repove, sameljite ih, dodajte im orahe i rakiju. Zamijesite i oblikujte u pogačice i na prikladnoj dasci sušite na vjetru 15 do 20 dana (ili u malo ugrijanoj pećnici). Nakon što su se osušile, a zatim ohladile, po površini utisnite grančice koromača i lovorov list. Svako posebno zamotajte u papir. Ovako pripremljen smokvenjak može se čuvati duže vrijeme na suhom i zračnom mjestu. Ovu domaću slasticu poslužite uz čašicu proška.

Smokvenjaki su osobiti jadranski suhi kolači (*smokvene pogačice*), koji se prave i jedu većinom zimi.

Uz maslinu i vinovu lozu, smokva je nekada bila najzastupljenija voćka ne samo u Vinodolu, nego i na obali i na otocima. Početkom prošlog stoljeća na Vinodolu, „**korak do mora, dva do sniga**“ je raslo gotovo 25.000 stabala i proizvodilo se oko 250 tona smokava godišnje. Danas je ostalo oko 4.500 stabala i to udomaćenih sorti kao što su: *Bilica, Črni i Beli vuk, Hrastača, Manjukva, Poganka, Vlahinja* i *Zelenica*.

Žene iz Bribira, Grižana i okolnih sela u *košićima* na leđima nosile su smokve u Gorski kotar i tamo ih prodavale ili mijenjale za proizvode koji su tamo bolje uspijevali. Koliko su smokve bile vrijedne, svjedoči i podatak da se za kilogram smokava mogao dobiti kilogram graha ili šest kilograma krumpira. Uz suhe smokve ponekad su žene iz vinodolskih sela i zaselaka u Gorski kotar i sve do Ogulina, nosile i svježe smokve.

Da se od smokva može prirediti mnoštvo „fina stvori“ govore nam i stari naputci iz raznih mjesta uz obalu i na otocima: kao npr.: *pekmezača* (kolač od smokava), *prešani smokvenjaci* (obično su se čuvali u škrinjama i jeli za Božić), *marmelada, rakija* i *vino* od smokava, *ocat* od smokava,

Soparnik, Soparnjak (pogača od blitve)

Tijesto se pravi od finog pšeničnog brašna, ulja, mlake vode i soli, a gotovo je kad pušta mjehuriće. Tijesto je identično kao za kruh.

Nadjev se pravi od sitno nasjeckane kuhane blitve u koju se doda maslinovo ulje, bijelo vino ili prošek, kapula (kosani luk), kosano lišće peršina i sol.

Otočani dodaju vodi, kad se kuha blitva, sitno narezano svježe lišće komorača. Cijedenje blitve je vrlo važno jer u smjesi ne smije ostati tekućine, jer vodenasta blitva uzrokuje pucanje soparnika (tijesta). Otočani osim komorača nekada su dodavali i ribani ovčji sir.

Tijesto se razvuče u dva kružna oblika (krug), stavi nadjev i preko nje druga kora (tijesto, kružnog oblika). Krajevi tijesta se „*zavrnjokaju*“ (donji dio tijesta se zavrne preko gornjeg i stisne da nadjev ne izađe) i ono što je zavrnjokano okrene na siniju (okrenu na drveni pladanj-siniju).

Peče se pod lugom (pepelom) i žarom koji se nanose na soparnik lopaticom, oko 15 minuta. Žar i lug se kontroliraju da soparnik ne izgori. Nakon desetak minuta soparnik se očisti i preokrene. Ponovno se vrat žeravica na polu ispečen soparnik.

ili pod pekom.

Nakon otprilike 25 minuta ispeče se pod pekom, koja se grijala najmanje 2,5 sata na ognjištu čije je dno od pune cigle. Gornji dio soparnika (pogače) koji se peče pod pekom može se premazati žumanjkom.

Uz ovo sirotinjsko jelo – *vlašku spizu* - dovoljno je nekoliko bukara vina, danas se dodaje i po koja feta pršuta. Počasni gost dobiva prvi romboid iz sredine. Najbolji žar je od suhog drveta grabovine i bukovine. Pečeni soparnik se „opuše“ (krpom obrisati brzim udarom). Kad se ohladi namaže se maslinovim uljem i sitni kosanim češnjakom. Uobičajeno je da se reže u romboide, iz sredine se izrežu četiri romboida i na njihovo mjesto stavi bukara s vinom.

Soparnik ili kako ga narod, Dalmatinske zagore, zove i *prisnac* ili (i) *blitvenjak*, priređuje se u posebne dane, odnosno večeri u godini. Kako u njemu nema masti obično se sprema i stavlja na stolove u posne dane.

Koliko je značaj soparnika, govori i to da se djevojka iz Poljičke knežije (drevna hrvatska kneževina podno Biokova, uz rijeku Cetinu) nije mogla udati ako ga nije znala pripravljeti.

Nekada nezaobilazno jelo, Dalmatinske zagore i obližnjih otoka, postalo je danas samo dio arhivske građe starih naputaka (recepta).

Umotan u kožu, soparnjak ili pogača od blitve – bila je nezaobilazan dio sadržaja svake težačke naprtnjače. Umotana u kožu od svinjskog mjehura, mogla je dugo trajati, mogla se jesti u svakoj prigodi, a iza nje se obično pilo malo vode pomiješane s vinskom kvasinom. To je teške osvježivalo i davalo im je novu snagu za rad.

Za jelo se ubire mlada blitva, dok je za soparnik bolja starija, zrelija i sušija kako se tijesto ne bi raskvasilo.

Uz autohtoni slani soparnik postoji i inačica - slatki soparnik sa suhim grožđicama i sitno izrezanim suhim smokvama, umiješanim u *pečenu* blitvu).

Kako se nekad peklo:

Na ognjištu (nažalost, danas su rijetki, oni, koji su sačuvali u svojim starim kamenim kućama ognjište), loži se vatra od sitnog, suhog granja. Najčešće je to suho granje loze, lozina. Komin (dio ognjišta gdje gori vatra) na kome se loži vatra za soparnik/prisnac/blitvenjak ne smije biti jako vruć, jer bi soparnik s donje strane *podgorio* (izgorio). Tijesto soparnika rastanji se *lazanjurom* na drvenoj okrugloj *siniji*. Na rastanjeno tijesto stavi se blitva sa suhim grožđicama i smokvama, začini maslinovim uljem i prekrije tijestom. Tako napravljen soparnik stavi se na ugrijani komin prethodno očišćen od vatre i pepela. Komin mora biti čist i potpuno opraošen. Kad se soparnik s drvene sinije položi (stavi) na komin, prekrije se žeravkom, koja je nastala od sitnog granja. Ugljen od tvrdog i jakog drva bio bi prejak i soparnik bi izgorio (*podgorio*) s gornje strane. Soparnik se na kominu peče oko pola sata, vadi se, dobro ispraši ili opraoši od pepela, kojeg ima

dosta. Kad se malo ohladio i kad je vrijeme za večeru, domaćica ga donosi na stol, najprije ga dobro natopi maslinovim uljem, koje razmaže po čitavom soparniku. Soparnik se reže na lijepe i pravilne romboide, radi lakšega stavljanja u usta. Uz soparnik se dosta vina popije, a da se čovjek ne napije, jer maslinovo ulje „ubija“ alkohol, kaže čeljad Dalmatinske zagore. Velike obitelji peku uz soparnik i *babicu*, manji soparnik.

Badnje večer je posni dan, kad je u većini kuća na seljačkim stolovima bio soparnik, i poslije *soprane* odnosno *prisne* večere, na ognjištima se ložio badnjak.

Babice-soparnice

Sastojci za 6 babica: 50 dag brašna, 1 žlica soli, 2,5 – 3,0 dl tople vode, 35 dag iskrižane blitve, 1 dl maslinovog ulja, 1 žlica soli, 1 glavica luka ,2-3 češnjaka.

Prosijte brašno i toplom vodom umijesite srednje tvrdo tijesto. Pustite da odmara jedan sat. Dobro opranu blitvu složite u kitice (svežnjice) i izrežite na trakice. Blitva dobro osušite. Iskošite (*iskrižajte*) luk i sve dobro začinite solju i maslinovim uljem. Razvaljajte tijesto na pobrašnjenom ravnoj površini. Tijesto ne smije biti ni pretanko ni predebelo. Oblikujte male krugove. Na polovicu krugova stavite malu šačicu blitve. Rasporedite tako da ostane dio do ruba (barem 1,5 cm) slobodan. Pokrijte (preklopite) drugim okruglim tijestom. Pričvrstite krajeve stiskanjem rubova tijesta. Babice pospite kukuruznim brašnom. Tepsiju dobro ugrijte na najveću temperaturu u pećnici. Kada se dobro ugrijala gornji posuti dio Babice-soparnice okrenite prema dolje. Ne mažite tepsiju (mora ostati suha). Pecite petnaestak minuta. Tijekom pečenja površina će se napuhavati. Probodite je čačalicom ili drugim tankim oštrim pomagalom. Pripremite ulje i češnjak. Babice izvadite i otresite krpom brašno. Obrnite je na drugu stranu i ostavite da malo “odahne” (ohladi). Dobro namažite uljem. Iskrižajte i dobar tek.

Babice-soparnice, nazivaju *krnji* (nepotpun) soparnik, soparnik koji je nastao od ostataka blitve i *tista* (tijesta). Babice su obično manjih dimenzija i nepravilnijeg oblika od standardnog soparnika.

Stonska torta od *makarula*



Sastojci: za tijesto: 40 dag oštrog brašna, 2 jaja, 2 žlice maslinova ulja, sol; za nadjev: 50 dag makarona (makarula), 6 jaja, 25 dag šećera, 25 dag maslaca, 15 dag badema, 15 dag oraha, 10 dag mljevenih rogača (ili kao zamjena čokolada), dvije žličice cimeta (*kanjele*), naranča, limun, vanilin šećer, malo likera od ruže.

Od brašna, jaja i ulja umijesite tijesto i ostavite ga da odmara na hladnom. Skuhajte *makarule* i stavite ih da se hlade (makaruli ne smiju biti ni pretvrdi ni premekani). Kuhane ohlađene makarule prelijte smjesom limunova soka, ruma i maslinova ulja.

Nadjev napravite tako da pomiješajte bademe, orahe, rogač, šećer, cimet, liker od ruže i korice agruma.

Tijesto koje se odmaralo oko pola sata tanko razvaljajte i stavite u kalup za tortu. Rubovi tijesta moraju visiti sa strane jer će se njima na kraju prekriti torta. U tako obložen kalup, tijestom, prvo stavite pola maslaca izrezanog na listiće (najbolje ga je smrznuti u zamrzivaču i oštrim nožem istrugati). Tako do kraja redajte

makarone, nadjev, maslac... red makarula, na njih stavite nadjev i komadiće maslaca.

Kad se sve potroši, prekrijte rubovima tijesta i prelijte mješavinom jaja i šećera. Lagano pritisnite kako bi se što bolje spojilo s kalupom. Tijesto premažite s malo otopljenog maslaca i stavite da se peče u zagrijanoj pećnici na 200 °C oko 10 minuta, smanjite temperaturu na 180 °C i pecite oko sat vremena.

Tortu ostavite da se ohladi i hladnu preokrenite tako da donja strana bude gornja. Ohlađenu tortu pospite šećerom u prahu i izrežite na kriške. Muškarci su uživali uz tortu lozovaču ili travaricu, a žene s prošekom.

Stonska torta od makarula, starinska je torta bez koje nema nijedne fešte u pelješkoj kući koja drži do tradicije. Obavezna je za Uskrs, Božić i poklade. Tortu prožimaju okusi Dalmacije, a ona iznutra izgleda vrlo atraktivno, jer je od valjkasta šupljikava tjestenine, koja je obavijena mirisnom smjesom od oraha, badema i rogača, oplemenjenih aromom limuna, naranče likera od ruže. Priprema se obično dan ranije.

Šibenske favete



Sastojci: 40 dag badema ili oraha, 2 dag šećera, 20 dag brašna, 2 jaja, 1 žlica maslaca, 1 žlica maraskina, korica 1 limuna, prstohvat (priza) mljevenih klinčića, 2 žlice mlijeka.

Bademe prelijte vrućom vodom, ostavite neko vrijeme i ogulite kožicu. Polovicu badema sameljite, a drugu polovicu krupnije iskošite. Mljevene bademe pomiješajte s maslacem, šećerom, jajima i limunovom koricom. Dodajte mljevene klinčiće, brašno, maraskino i mlijeko. Izmiješajte u jednoličnu smjesu, vlažnim rukama oblikujte prvo štapiće, zatim rezanjem u manje komadiće i na kraju

oblikujte male okruglice, bobice. Svaku okruglicu pritisnite prstom, malo spljoštite, stavite u podmazanu posudu maslacem i malo pobrašnjenu. Pecite u zagrijanoj pećnici oko pola sata na 180 °C.

favetta tal. bobica; domaći slatkiši – slatke kuglice veličine fritule, puslice s bademima ili orasima koje se u građanskim mediteranskim kućama služe nas dan Svih Svetih (1. studenog) i Dušni dan. Stari Rimljani jedan drugom su davali kuglice i kazivali su: *favete klinquis!*, u prevodu: *muči!*

Stari izvorni naputak:

Sastojci: 15 dag mljevenih bajama (badema), 15 dag šećera, 2 bjelanjka, 7,5 dag brašna, 0,5 dl maraskina, 1 žlice kakaa.

Zamijesite sve sastojke u jednoličnu smjesu i podijelite na tri djela. Mokrim rukama oblikujte dlanovima kuglice veličine oraha: Favete (kuglice) stavite u namazani pleh za pečenje (mašću ili uljem) i sušite u pećnici na srednje jakoj temperaturi (oko 60 °C) tri (3) sata. Poslužuju se uz tople ili hladne napitke ali najčešće uz prošek.

Šibenski zavajon



Sastojci: 1 žumance, 1, žlica šećera, 1 žlica proška (mlijeka ili kave), po želji klinčić i korica limuna ili naranče.

Odvojiti bjelanjak od žumanjka. U žumanjak dodajte dvije žlice šećera i napravite snijeg od jednog bjelanjka (*batite žumanjak* i cukor). Pomiješajte i izlijte u zdjelu, po želji dodajte proška, čokolade, ruma, višnjevače...

Zavajun se davao nakon poroda roditeljima za okrijepe s prošekom. Šibenski način pripremanja je najčešće bio sa maraštinom i prošekom.

Zavajon - ujutro za pokripiti se; pomiša se žumanjac s teke cukra, pa se sve zbatu, da zapinu; ko oće, u to poslin more dometniti i zbaćeni bilanjac; u sve se more turniti i dikoja galetina, oli kap proška; šalvaje poslin boleština, lik je kontra debulece, ma ni šnjini ne treba pritiravati, da čejade poslin ne bi pripuklo od pritirane snage.

Zavajo(u)n



Zavajo(u)n - tučena žumanca sa šećerom pojačana prošekom, nekada se pripravljaao za djecu (dva žumanca pomiješana s dvije-tri žlice šećera) a za starije se bjelance *žbatilo* (*batilo*, tuklo) u čvrstu pjenu i umiješalo u šalici s 1,5 dl proška, bio je nezamjenjivi dodatak za snagu. No, nisu ga dobivala samo djeca i stariji, dobivali su ga i mladi za prvu bračnu noć kako bi mogli „izdržati sav napor“ koji im je bio potreban i nakon što su gosti otišli. Nestankom varenika bio je dobar i domaći prošek.

Po želji dodavalo se i malo *kanjele* (cimet) klinčić i korica limuna ili naranče.

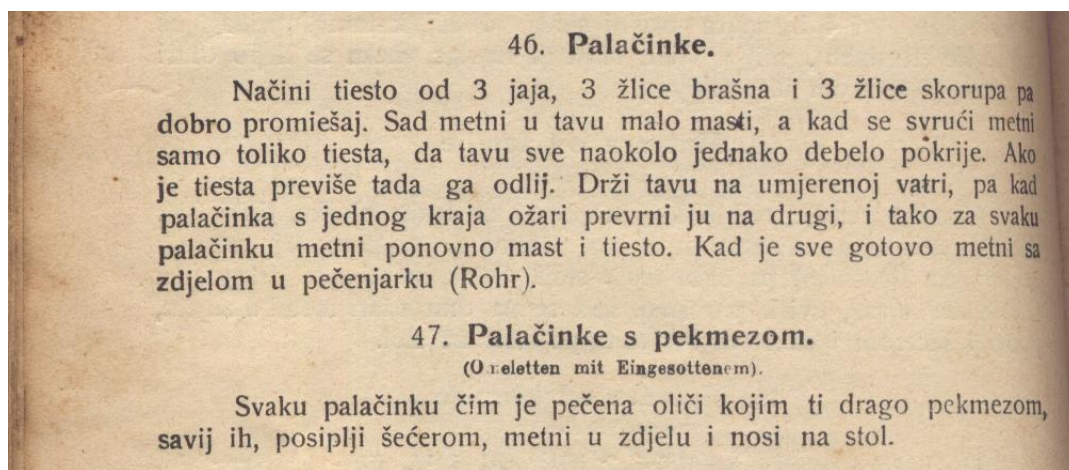
Povjesničari gastronomije kažu da **Zavajun** talijanski **zabaglione** (ili arhaično zabajone), potječe iz Mletačke Republike, odakle se proširio i na našu

stranu Jadrana. U izvornom napatku (receptu), uz žumanca i šećera, najčešće se koristi slatko vino Marsala, a ponekad i prošek. Tradicionalno se poslužuje sa smokvama, a može se dodati i slatko vrhnje i mascarpone.

Vrlo je popularan u Venezueli, Argentini i Urugvaju, gdje se često priprema u vrijeme Božića.

U Njemačkoj je poznat kao *Weinschaumsauce*, Austrijanci *Weinschadeau*, SAD-u kao *eggnogs*, a u francuskoj kao *sabayon*.

Kod nas se za umak od vina (vinski umak) koji se poslužuje uz palačinke najčešće kaže *šato* čime ugostitelji pokazuju svoju “gastronomsku kulturu” (francuski *šato*, *château*, je dvorac a šodo, *chaudeau*, umak).



U knjizi *Nova zagrebačka kuharica*, Marije Kumičić, navodi se recept/napatuk za palačinke.

Traurina



Sastojci za 12 osoba: 12 žumanjaka, 42 dag šećera, 10 dag samljevenih oraha, 10 dag usitnjenih oraha, 20 dag samljevenih badema, 14 dag čokolade, 14 dag dvopeka, 1/2 dl proška; *sirup*: 1/2 dl mlijeka, 2 čepa ruma, *premaz*: 2 žlice likera ili rakije od marelice, 2 žlice marmelade od marelice; *marcipan*: 1 bjelanjak, 10 dag badema, 10 dag šećera u prahu, 2 kapi ekstrakta od vanilije, 2 kapi ekstrakta gorkih badema, 2 kapi ekstrakta limuna, 1 žličica maraskina (*u stroj za mljevenje možete staviti jednaku količinu oguljenih badema i šećera, dodajte malo vode, vodice narančina cvijeta ili jedno bjelance te dobro izmiksajte; količina badema može biti nešto veća od količine šećera*); *čokoladna glazura*: 3 žlice vode, 3 žlice šećera, 10 dag čokolade za kuhanje, 8 dag maslaca.

Šećer miješajte sa žutancima (25 minuta) tako da dodajete jedan po jedan žutanjak. Dodajte samljevane bademe, samljevane i usitnjene orahe, naribanu čokoladu i mrvice dvopeka namočene u prošku. Lagano umiješajte snijeg od bjelanjaka. Smjesu izlijte u kalup za tortu obložen papirom za pečenje. Pecite 45 minuta na 180 stupnjeva.

Ohlađenu tortu navlažite sirupom, premažite s premazom kojeg ste pripremili tako da ste aprikotirali (provukli je kroz sito) marmeladu od marelica, prokuhali i umiješali liker ili rakiju od marelica.

Za marcipan blanširajte bademe (bademe stavite u posudu sa vrelom vodom i ostavite oko 15 min), skinite im kožicu, obrišite suhom krpom i osušite (bademe prosušiti u pećnici na 50 °C, oko 10 min). Za marcipan je bitno da su bademi pri mljevenju potpuno suhi, jer se bolje samelju. Pripremljene bademe sameljite 2 puta u mašini za mljevenje oraha. Nakon toga promiješajte sa šećerom u prahu. Samljevane bademe i šećer u prahu izmiješati žlicom, mješavinu staviti u mlinac

za kavu, i meljite oko 2-3 minute, tj. dok se ne dobije fini prah. U dobiveni prah dodajte tvrdi snijeg od bjelanca. Dodajte arome i zamijesite masu.

Možemo koristiti i gotovu marcipan smjesu. Marcipan izvaljajte i pokrijte tortu.

Na kraju tortu prelijte glazurom od čokolade koju ste pripremili tako da ste vodu, šećer i čokoladu istopili na pari u glatku smjesu i u tu smjesu, dok je još vruća, postepeno dodali listiće maslaca.

Tortu ukasite po želji listićima badema ili ukasima od čokolade.

Tradicija spravljanja trogirske torte "Traurine" datira u davni srednji vijek, kada se posluživala na bogatim trpezama trogirskih plemićkih obitelji. Glavni sastojak ove bogate slastice, kao i većine delicija hrvatskog juga, je badem, oplemenjen mirisima i okusima naranče, limuna i likera višnje Maraske.

Stara legenda govori nam o Miljenku i Dobrili, dvoje mladih ljubavnika koji su završili tragičnom smrću, slično kao Romeo i Julija.

U drugoj polovici 17. stoljeća, u Kaštel Lukšiću živjele su dvije plemićke obitelji - obitelj Vitturi sa kćerkom Dobrilom i plemić Adalberto Rušinić sa sinom Miljenkom. Dobrila i Miljenko su se zaljubili, a obiteljska svađa njihovih očeva zbog feudalnih prava nad seoskim težacima prisilila ih je da se sastaju i vole potajno. Od trenutka kada su roditelji saznali za njihovu vezu, Dobrila je bila pod strogim nadzorom, a Miljenka su roditelji poslali u Veneciju. Dobrilin otac ugovorio je vjenčanje svoje kćeri sa starijim trogirskim plemićem. Miljenko je za to saznao i došao iz Venecije upravo u trenutku kada su mladenci izgovarali zavjete, te je spriječio vjenčanje. Kako bi je kaznio zbog sramote koju mu je nanijela, Dobrilu je otac poslao u samostan u Trogir, a kako bi spriječio Miljenka da je pronađe, naručio je njegovo ubojstvo koje zbog Miljenkove domišljatosti nije uspjelo. Pokušavajući pronaći Dobrilu, Miljenko je došao u sukob sa zakonom i zbog toga su ga osudili na zatvor na otoku Visovcu na rijeci Krki. Tamo je upoznao bolničarku preko koje je Dobrili slao poruke i ugovorio bijeg. Kada su se na dogovorenom mjestu u Trogiru našli, nakon što je Miljenko pobjegao iz zatvora, a Dobrila iz samostana, odlučili su zajedno pobjeći. Bijeg Miljenka i Dobrile natjerao je Dobriline roditelje na popuštanje te su im stoga poručili da se vrate u Kaštel Lukšić kako bi se obavilo svečano vjenčanje. Nakon što je u kolovozu 1690. godine obavljena vjenčana ceremonija, Dobrilin je otac, ne mogavši podnijeti da se njegova kći udala za Miljenka, iz osвете na mostu ispred dvorca ubio svojega zeta hicem iz kubure. Dobrila je nakon toga izgubila zdrav razum, razboljela se i nedugo potom umrla. Prema ovoj legendi napisani su roman, drama i opera.

Izvor: Wikipedija

Iako je sačuvano malo podataka koji bi osvijetlili aktere i tragičan događaj, narod Kaštela je usmenom predajom prenosio legendu o Miljenku i Dobrili. Trogirski posjednik vinograda u Kaštelanskom polju Marko pl. Kažotić u

predgovoru svog romana „Miljenko i Dobrila“ navodi: ...Namjerio sam se na jednu legendu bezimenog pisca, napisanu ilirskim (hrvatskim) jezikom oko 1679. godine, po kojoj sam poduzeo da ispriповјedim događaj... U Zadru na talijanskom jeziku objavljuje roman „Miljenko i Dobrila“, iako pisan na talijanskom roman se smatra hrvatsko romantičarsko djelo. Prvi pokušaj prevoda Kažotićeva romana započeo je hrvatski pisac i državnik Ivan Mažuranić, u tijeku rada Mažuranić umire, ostavivši 25 strana prijevoda (danas se u rukopisu čuva u sveučilišnoj knjižnici biblioteci u Zagrebu pod br. R-5864). Najveću popularnost roman je doživio u Dalmaciji, kada je Kažotićev roman „Miljenko i Dobrila“, preveden na hrvatski jezik, zaslugom Bartula Matijace, učitelja iz Kaštel Lukšića. Prvu dramsku obradu napisao je Matija Ban i to u dvije verzije „Miljenko i Dobrila“ i „Smrt kneza Radoslava“. Arturo Porlitz u Trstu objavljuje lirsku dramu „Miljenko“. Libretist iz Padove Antonio Ghislanzoni (napisao je libreto Verdijeve opere „Aida“) i skladatelj Salvatore Strino Napolitanac stvorili su prvu operu „Miljenko i Dobrila“. Grgo Zarbani 1909. na talijanskom objavljuje melodramu „Miljenko i Dobrila“. Slikar Paško Vučetić Paskoje napravio je sliku na temu kaštelanski ljubavnici. Na hrvatskom jeziku Milivoj Koludrović skladao je operu „Miljenko i Dobrila“, na preporuku skladatelja Jakova Gotovca izvedena prvi put u HNK u Splitu. Filmski scenarij na temu kaštelanskih ljubavnika napisao je Tomislav Antunović. Crtač stripova Baker i tekstopisac Eterović u nastavcima su tijekom 1968. u listu „Vjesnik“ iz Zagreba, izdaju strip po romanu „Miljenko i Dobrila“. Godine 1964. Na Splitskom festivalu „Melodije Jadrana“ izveden je šlager Zdenka Runjića u izvedbi Tereze Kesovije pod nazivom „Legenda o Miljenku i Dobrili“.



Sjeverna strana dvorca Vitturi i most na kojem je Dobrilin otac ubio Miljenka



Crkvica u Kaštel Lukšiću u kojoj je zajednički grob Miljenka i Dobrile

Trogirski rafioli

Sastojci za *tijesto*: 70 dag brašna, 6 žumanjaka, 10 dag svinjske masti, 10 dag maslaca, 10 dag šećera, 2 vanilin šećera, prstohvat soli, 1.5-2 dl mlijeka, sok od pola naranče; *nadjev*: 50 dag badema (prženih i samljevenih), 50 dag šećera, 1 vanilin šećer, ribana korica pola limuna + par kapi soka, ribana korica naranče + sok od pola naranče, 20 dag maslaca, 1 žlica kakaa, 1 dl ruma + maraskina ili proška (daje finu aromu), snijeg od 6 bjelanjaka.

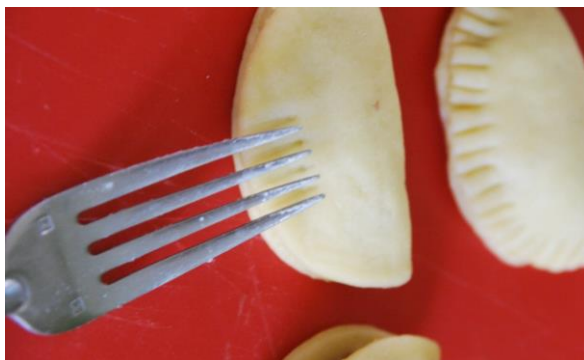
Od sastojaka za tijesto napravite tijesto i ostavite da odleži 15 min. Za to vrijeme napravite nadjev. Tijesto razvaljajte na 2 mm debljine i čašom oblikujte krugove.



U sredinu svakog kruga žličicom stavite nadjev



Preklopite i krajeve lagano stisnite prstima, zatim pritisnite vilicom



Po želji namazati tučenim jajima i pospite šećerom. Pecite na 165 °C dok rafioli ne porumene.



Rafioli su najbolji dok odstoje 2-3 dana, zapravo što duže stoje bolji su.

Pisano prema uputstvima domaćice Trogiranke:

Za list: 1 kg brašna, 10 žumanjaca, 20 deka cukra, 10 deka masti (more i više), vanilije, mirisa ružine vode, pola čaše mlika, mrvicu soli;

za kremu: 70 deka bajama (pola lagano popržiti), 10 bjelanjaka (vjerojatno neće tribat svih deset, ovisi o gustoći kreme), 50 deka cukra, 2 žlice masti, a može i maslaca, malo kore od limuna i naranče, pinku čokoladnih napolitanki, ruma, maraskina, kruškovca, prošeka i ostalih mirisa.

Zapamtite, krema mora bit toliko gusta, da kad uzmete u žlicu i izvrnete naopako, ništa ne ispada!

Jedna od najvećih poteškoća pri pečenju rafijola je da im puca kora. Neće ništa izgubit na okusu, ali ako se rafijoli spremaju za pir, onda moraju izgledat kako Bog zapovida. Kora mora bit tanka - tanka, samo par milimetara, ako je kora debela, to nisu rafijoli!

Ako vam puca kora, nije problem u kori već u kremi. Rafijoli se peku na 150 stupnjeva

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).

Viški hlib – hlib („smokvenjak“ - božićni kolač)



Sastojci: 2 kg suhih smokava, 1 šaka cvijeta koromača, 1,5 dl lozovače.

Smokve i koromač sameljite u stroju za mljevenje mesa. Dobivenoj smjesi dodajte rakiju (lozovaču) i mijesite dok ne postane jednolična kompaktna smjesa (ruke moraju također biti mokre od lozovače i tek tada mijesite). Sastavu se mogu dodati i mljeveni bajami (bademi). Podijelite na četiri dijela, od svakog oblikujte kugle, razvaljajte u oblik pogačice debljine prsta (dva centimetra) i odložite na dasku. Pokriveno gazom sušite 15 dana, uz svakodnevno okretanje strana. Kad hlib, hlib – kruščić pobijeli to je znak da je sušenje gotovo. Reže se na tanke male trokutaste komade i poslužuje uz bičerin lozovače.

Obzirom da se hlib, hlib (iz korijena riječi hlib, po otočki – kruh, pogača), slatka pogača, priprema puno prije Božića, odložite ga u drvenu kutiju (danas kartonsku, prije u drvenu ili limenu) na sloj lovorova, pa opet sloj hliba, sloj lovorova lišća, tako redom do vrha. Sve pokrijte grančicama ružmarina (na isti način se sprema i ćufter – *mantala*). Lišće lovora i ružmarina daje mu aromu a štiti ga i od mušica i drugih nametnika. Koromač i kadulja se također stavljaju između redova.

Ova delicija poznata je još iz antičkih vremena, konzumira se izrezana na tanke listiće i gricka „uz čakulu“, i bičerin lozovače, travarice ili prošeka, za Božić i kolendovanje. Osim što je to jedinstvena poslastica, čija tajna proizvodnje je u ručnoj pripremi, kažu da je i sve skupa - božanstvena okusa.

Umak od smokava

Sastojci: masnoća od pečenja, 3 dag suhih smokava, 2 dag škrobnog brašna, 1 dl proška, majčina dušica, kosani peršin, sol, papar.

Nakon što ste izvadili gotovo pečenje (svinjetina, junetina, krupna divljač) iz masnoće (nekad mast, danas maslac) dodajte usitnjene smokve i svjetlo popržite. Dodajte prošek, promiješajte malo, umak zagustite brašnom koje ste razmutili u nekoliko žlica tople vode. Prokuhajte kratko i začinite majčinom dušicom, kosanim peršinom, solju i paprom. Dodajte meso i sve zagrijete na laganoj vatri. Prilog po želji (tjestenina ili valjušci od krumpirova tijesta).

Maintenon torta.



Françoise (Franciszka) d'Aubigné, Marquise de Maintenon (27.11.1635.-15.4.1719.),
tajna supruga Luja XIV.



Maintenon torta.

Povjesničari gastronomije kaže da je madame Maintenon (Françoise d'Aubigné, Marquise de Maintenon; 27. Studenog 1635 – 15. travnja 1719., druga supruga kralja Luja XIV. Tijekom njezina prvog braka poznata kao Madame Scarron, a potom kao Madame de Maintenon. Njezin brak s kraljem nije nikad službeno priznat. Nakon smrti njegove supruge Marije Terezije tajno vjenčana s njime i bila odgojiteljica njegove djece. Utjecala na državnu politiku.) izmislila „likere“ da njime okrijepi starost svoga supruga francuskog kralja Luja XIV. Od toga doba ne zna se broj raznim vrstama slatkih alkoholnih pića, koja se piju poslije jela uz kavu. Navodno pekla djeci tortu - *Maintenon tortu*.

Sastojci za biskvit: 20 dag groždica, 2 jaja, 17,5 dag šećera, 6 dag maslaca i još malo za kalup, ½ žličice soli, 25 dag brašna i još malo za kalup, 1 prašak za pecivo, 1 žličica kaka, ½ žličice cimeta, ½ žličice samljevenog pimenta, ½ žličice praha muškarnog oraha, 1 ¼ žličice samljevenih klinčića; za kremu: 2 jaja, 4 dag šećera, 2,5 dl mlijeka, 4 listića želatine, 1,5 dl slatkog vrhnja, 1 limun; za namaz: 10 dag groždica, 3 žlice slatkog vrhnja, 3 žlice tamnog proška, 1 žlica šećera u prahu.

Groždice kuhajte 5 minuta u 3 dl vode. Ostavite da se ohladi. Za biskvit izradite žutnjake sa šećerom i 1,5 dl tekućine od kuhanih groždica. Posebno pomiješajte brašno s praškom za pecivo, kakaom i začinima. Primiješajte ocijeđene groždice (10 dag) i dodavajte žutnjcima naizmjenice sa snijegom od bjelanjaka. Ulijte 1/3 u pripremljeni kalup i pecite u zagrijanoj pećnici na 190 °C pola sata. Ispecite još dva lista. Za kremu dobro umiješajte jaja, žutnjake, mlijeko i ribanu koru limuna. Na pari kuhajte da se zgusne. Želatinu namočite u hladnu vodu. U kremu odmah umiješajte čvrsti snijeg, a zatim iscijeđenu želatinu i sok od limuna. Namažite kremom sva tri lista za tortu te je slijepite i omažite. Za premaz preostale groždice ocijedite, dodajte prošku i umiješajte škrobno brašno sa šećerom. Kratko prokuhajte. Ohlađeno nanesite na tortu.

Autor:

Zlatan Nadvornik rođen 1942. god. u Zagrebu. Diplomirao na zagrebačkoj Hotelijerskoj školi 1963. god. Istražuje povijest hrvatskog kulinarstva, i piše gastronomske 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. **VUKOVARSKÉ 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. **PODRAVSKI KULINARSKI UŽICI**
17. **ROMSKA KUHINJA**
18. **KUHINJA NADE LOVRAK**
19. **KOLAČI**
20. **USKRS**
21. **LOVAC, LOVINA i LOVAČKI STOL**
22. **NAVIGAJ, LOVI, PARIĆAJ**

- 23 HRVATSKA TRADICIJSKA JELA I PILA I ZIMNICA S
NOSTALGIČNIM OKUSOM BAKA I NONA**
- 24. GASTRONOMIJA U RIJEČI I SLICI (GURIS)**
- 25. SIR i JELA OD SIRA**
- 26. ČOKOLADA (hrana bogova) I KAKAA**
- 27. Remek djela barske i kulinarske vještine (dodatak za Navigaj Lovi
Parićaj).**
- 28. PROŠEK**
- 29. FEŠTA OD PRISNACI**
- 30. MARASCHINO**

SADRŽAJ

Prošek**Pečeno vino***Narodni prošek*

Proizvodnja prošeka na stari način:

Omiški prošek

Vrbnik (otok Krk) zabilježeno

između 1901.-1903. godine

Prošek u kulinarstvu

Šalša koja se poslužuje *uz ribu ili meso, bilo toplo ili hladno*

Poljička šalša (*šakša*)

Umak kao paštica

Žguacet ili meso „na bokune

Umak od prošeka

JELA

Brački puževi (pojari)

Špageti i šolša od pomidori

Bakalar na hvarski način

Makaruni na vreteno

Kaštelanski mararuni na vreteno;

Pastrva u prošku

Palamida na savur (u umaku)

Srdele u savuri (na saur)

Juha od morskog ježinca

Tuna i palamida na način divljači

Tunjevina u domaćem savuru

Brudet od bakalara

Otočni brodet od škarpoca s prošekom

Brodet (brujet) od grdobine –

Kornatski brujet

Brujet s pasta fažolom (grahom)

Hobotnica sa špagetima i tikvicama

Pojorski bronzin

Bob sa sipom

Sipa sa crnilom i palentom (staro

Murtersko jelo)

Crni rižoto od sipica

II inačica

Domaći valjušci sa sipom i bobom

Rižot s ugrcima i luparima

Hlap na brudet (brujet)

Otočni brodet od škarpoca s prošekom

Tingul od kokoši

Zvacet od kokoši i labinski krafli

Janjeća jetrica (*dolce garbo* /slatko kiselo/slatka prijetnost).

Dolče Garbo (*dolce garbo* - jetrica na kiselo)

Butalac

Šoškice

Medaljoni od goveđih mišića u hvarskom prošku

Bračka paštica

Goveđi jezik kao paštica

Goveđi rep s prošekom

Paštica

Paštica od tune

Dalmatinska paštica

Hvarska paštica s njokima

Dubrovačka paštica

Makaruni s mesom

Šporki makaruli

Žrnovski makaruli (makaruni)

Složenac s marunima

Liska s prošekom, jabukom i suhim šljivama

Srneći hrbat s prošekom

Gulaš od veprovine

Odojak divlje svinje na ražnju

Zec na hvarski način

Zec na viški način

KOLAČI

Pogačice s groždem

Bolski cviti (Bolski cviti (cviti su tradicionalni brački svadbeni kolač)

Bračke fritule

Brački kolač od suhog voća

Carski presnac – slastica i suvenir

Cukerančići

Dioklecijanov pogača

Dioklecijanov vijenac

Hrostule (kolač iz Lapada)

Hvarska rožata

Imotska sirnica

Imotska torta

Kaštelanska torta

Klašuni

Korčulanski klašuni

Pelješaćki klašuni

Kroštule

Lumblija

Paprenjaci

Paprenjaci (*Starogrojski paprenjok*)

Hvarske galijice*

Paradižot, paradižet

Pinca stari Brački kolač

Poljička torta –

Rapska „grota“

Smokvenjak

Soparnik, Soparnjak (pogača od blitve)

Babice-soparnice

Stonska torta od *makarula*

Šibenske favete

Šibenski zavajun

Zavajo(u)n

Traurina

Trogirski rafioli

Smokve zapečene u medu

II. inačica

Viški hjib – hib („smokvenjak“ – božićni kolač)

Umak od smokava

Maintenon torta

O autoru