



**KUHAJ,
USTVARJAJ
IN RAZISKUJ!**



REGIOTASTE
**INTERREG SLOVENIJA-
MADŽARSKA**

Interreg



Sofinancira
EVROPSKA UNIJA
Az EURÓPAI UNIÓ
társfinanszírozásával

Slovenija – Magyarország

REGIOTASTE



Interreg



Sofincíra
EVROPSKA UNIJA
Az EURÓPAI UNIÓ
társfinanszírozásával

Slovenija – Magyarország

REGIOTASTE

**POMELAJ, ZADRUGA ZA
RAZVOJ PODEŽELJA
MALA POLANA
SLOVENIJA**



**SZLOVÉN VIDÉK KÖZHASZNÚ
NONPROFIT KFT
SZENTGOTTHÁRD
MAGYARORSZÁG**



**KOSSICS JÓZSEF
KÉTNYELVŰ ÁLTALÁNOS
ISKOLA ÉS ÓVODA,
FELSŐSZÖLNÖK
MAGYARORSZÁG**

**OŠ
MIŠKA KRANJCA
VELIKA POLANA
SLOVENIJA**

**APÁTISTVÁNFALVI
KÉTTANNYELVŰ
ÁLTALÁNOS ISKOLA ÉS
ÓVODA
APÁTISTVÁNFALVA
MAGYARORSZÁG**

**OHRANJANJE KULINARIČNE
DEDIŠČINE NA
ČEZMEJNEM OBMOČJU
SLOVENIJE IN MADŽARSKE**

**A SZLOVÉN-MAGYAR
HATÁRTÉRSÉG KULINÁRIS
ÖRÖKSÉGÉNEK MEGŐRZÉSE**

**KNJIGA RECEPTOV IN
POSTOPKOV
RECEPTEK ÉS ELKÉSZÍTÉSI
MÓDOK KÖNYVE**



Interreg



Sofinancira
EVROPSKA UNIJA
Az EURÓPAI UNIÓ
társfinanszírozásával

Slovenija – Magyarország

REGIOTASTE

UVOD

DRAGI BRALCI, LJUBITELJI TRADICIONALNE KULINARIKE,

PRED VAMI JE KNJIGICA, KI DIŠI PO DOMAČNOSTI IN RAZISKOVANJU. NASTAJALA JE SKOZI SEDEM ČEZMEJNIH KULINARIČNIH DELAVNIC, NA KATERIH SO OTROCI IZ TREH ŠOL SKUPAJ Z GOSPODINJAMI, UČITELJI, MENTORJI IN KUHARJI OBUDILI SKORAJ POZABLJENE JEDI NAŠEGA OBMEJNEGA PROSTORA. UČENCI SO RECEPTE IN POSTOPKE ZBIRALI PRI SVOJIH DRUŽINAH, SORODNIKI IN SOSEDIH, JIH SKRBNOSTNO ZAPISALI, IZBRANE PA SO SKUPAJ Z MENTORJI TUDI PRIPRAVILI.

TAKO SO OKUSILI JEDI, KI SO JIH POVEZALE S STARIMI ČASI. PRI TEM SO ODKRIVALI OČARLJIVA NAREČNA IMENA, KOT SO MASTNI KÜLNJI, REJPNA ZAUNITYÁ, STRAUŠANCA, IN SE UČILI, KAKO SO TE JEDI NEKOČ GRELE DOMOVE TER POVEZOVALE SKUPNOSTI.

MLADI SO REZALI, MESILI, MEŠALI, ZAPISOVALI IN ILUSTRIRALI – IN TAKO IZ DROBNIH KUHARSKIH TRENUTKOV USTVARILI PRAVO ZAKLADNICO SPOMINOV, OKUSOV IN ZNANJA. TA KNJIGA JE ZATO VEČ KOT ZBIRKA RECEPTOV. JE POKLON DEDIŠČINI, KI JO OHRANJAMO TAKO, DA JO ŽIVIMO, UČIMO IN DELIMO NAPREJ.

NAJ VAM BO PRI BRANJU TOPLO, PRI KUHANJU ZABAVNO IN PRI OKUŠANJU NAVDIHUJOČE – TAKO KOT JE BILO OTROKOM, KI SO USTVARILI TE ČUDOVITE STRANI.

SARA KÖLEŠ RIBEIRO, PROJEKTI VODJA

BEVEZETŐ

KEDVES OLVASÓK, A HAGYOMÁNYOS KONYHA SZERELMESEI,

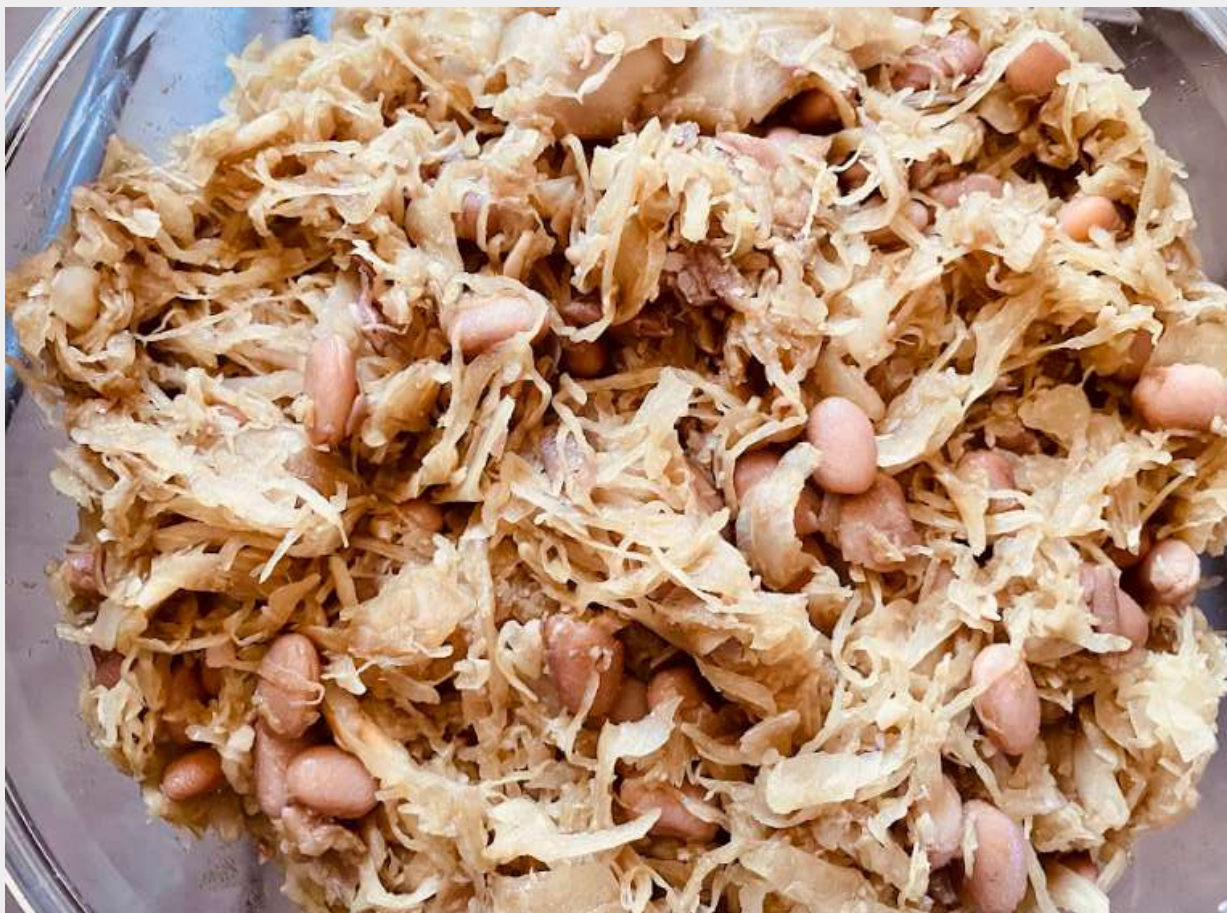
KEZÜKBEN TARTANAK EGY KIS KÖNYVECSKÉT, AMELY A MEGHITTség ÉS A FELFEDEZÉS ILLATÁT HORDOZZA. HÉT HATÁRON ÁTNYÚLÓ KULINÁRIS MŰHELYMUNKA SORÁN SZÜLETETT, AHOL HÁROM ISKOLA TANULÓI HÁZIASSZONYOKKAL, TANÍTÓKKAL, MENTOROKKAL ÉS SZAKÁCSOKKAL EGYÜTT ELEVENÍTETTÉK FEL A HATÁRMENTI TÉRSÉG MAJDNEM ELFELEDETT ÉTELEIT. A TANULÓK A RECEPTEKET ÉS ELKÉSZÍTÉSI MÓDOKAT CSALÁDTAGJAIKTÓL, ROKONAIKTÓL ÉS SZOMSZÉDJAIKTÓL GYŰJTÖTTÉK, GONDOSAN LEJEGYEZTÉK ŐKET, A KIVÁLASZTOTTAKAT PEDIG MENTORJAIKKAL KÖZÖSEN EL IS KÉSZÍTETTÉK.

ÍGY KÖSTOLTÁK MEG AZOKAT AZ ÉTELEKET, AMELYEK JELKÉPESEN ÖSSZEKÖTÖTTÉK ŐKET A RÉGI IDŐKKEL. KÖZBEN OLYAN BÁJOS TÁJNYELVI KIFEJEZÉSEKET FEDEZTEK FEL, MINT A MASTNI KÜLNJI, REJPNA ZAUNITYÁ VAGY A STRAUŠANCA, ÉS MEGTANULTÁK, HOGYAN MELEGÍTETTÉK EZEK AZ ÉTELEK EGYKOR AZ OTTHONOKAT ÉS HOGYAN ERŐSÍTETTÉK A KÖZÖSSÉGI KÖTELEKEKET.

A FIATALOK SZELETELTEK, GYŰRTAK, KEVERTEK, JEGYZETELTEK ÉS ILLUSZTRÁLTAK – ÉS ÍGY APRÓ KONYHAI PILLANATOKBÓL AZ EMLÉKEK, ÍZEK ÉS TUDÁS VALÓDI KINCSTÁRÁT TEREMTETTÉK MEG. EZ A KÖNYV EZÉRT TÖBB MINT EGY RECEPTGYŰJTEMÉNY: TISZTELGÉS AZ ÖRÖKSÉG ELŐTT, AMELYET ÚGY ŐRZÜNK MEG, HOGY MEGÉLJÜK, TANÍTJUK ÉS TOVÁBBADJUK.

LEGYEN AZ OLVASÁS KELLEMES, A FŐZÉS ÖRÖMTELI ÉS A KÖSTOLÁS INSPIRÁLÓ – AHOGY MINDEZ A GYEREKEK SZÁMÁRA IS VOLT, AKIK MEGALKOTTÁK EZEKET A GYÖNYÖRŰ OLDALAKAT.

SARA KÖLEŠ RIBEIRO, PROJEKTVEZETŐ



1. STRAUŠANCA

- KISLO ZELJE
- KUHAN FIŽOL
- BUČNO OLJE
- KISLO (KIS)

KISLO ZELJE IN SKUHAN FIŽOL ZMEŠAMO SKUPAJ IN ZALIJEMO Z BUČIM OLJEM. ČE TREBA MALO KISLO IN VODO TUDI DODAMO ZRAVEN. ZELO OKUSNA IN ZDRAVA SOLATA JE TO. DOBER TEK!

STRAUŠANCA

SAVANYÚ KÁPOSZTA
FŐTT BAB
TÖKMAGOLAJ
SAVANYÚ KÁPOSZTA LEVE

A SAVANYÚ KÁPOSZTÁT ÉS A MEGFŐTT BABOT ÖSSZEKEVERJÜK, MAJD MEGLOCSOLJUK TÖKMAGOLAJJAL.
HA SZÜKSÉGES, EGY KEVÉS SAVANYÚ KÁPOSZTALÉT ÉS VIZET IS ADUNK HOZZÁ.
NAGYON ÍZLETES ÉS EGÉSZSÉGES SALÁTA.

JÓ ÉTVÁGYAT!





**"KVAŠENO ZELJDŽE S FIŽOULON
PA S TIKVININ OLJDŽEN GOR"**

2."MLEJČNA REPA Z OKAJENEM MESON"

OKAJENO MESO SKUHAMO. POTEK DAMO IZ VODE VEN, NAJ SE SHLADI.
KVASANO REPO DAMO V TO VODO, ZRAVEN DAMO ŠE ČESEN, MALO SOL,
LOVOROV LIST, CELI ČRNI POPER. NA KONCU NAREDIMO PREŽGANJE Z MOKO
IN MASTOM. DAMO ŠE NOTRI SMETANO IN ZGOŠČENI PARADIŽNIK.
NA KONCU POLOŽIMO NOTRI OKAJENO MESO.

DOBER TEK!

SLOVARČEK:
MLEJČNA REPA Z OKAJENEM MESON =
MLEČNA REPA Z DIMLJENIM MESOM
KVASANA REPA = KISLA REPA
Z MASTOM = Z MASTJO



TEJFÖLÖS SAVANYÚ RÉPA FÜSTÖLT HÚSSAL

A FÜSTÖLT HÚST MEGFŐZZÜK. AMIKOR MEGPUHULT, KIVESSZÜK A VÍZBŐL ÉS HAGYJUK KIHŰLNI. UGYANABBA A FŐZŐVÍZBE BELETESSZÜK A SAVANYÚ RÉPÁT, MAJD HOZZÁADJUK A FOKHAGYMÁT, EGY KEVÉS SÓT, BABÉRLEVELET ÉS EGÉSZ FEKETE BORSOT.

EZUTÁN ZSEMLESZÍNŰ RÁNTÁST KÉSZÍTÜNK LISZTBŐL ÉS ZSÍRBÓL, MAJD A RÉPÁHOZ ADJUK. BELEKEVERJÜK A TEJFÖLT ÉS A SŰRÍTETT PARADICSOMOT IS. A VÉGÉN VISSZATESSZÜK A FÜSTÖLT HÚST AZ ÉTELBE.

JÓ ÉTVÁGYAT!



Mlečna repa z obajenim mesom

Obajeno meso skuhamo. Potem damo v
vode ven, naj se stadi. Ko damo
rep damo v to vodo, zraven damo
še česen, malo sol, poprovo, list,
čeli črni poper. Na koncu naredimo
mehčanje z roko in masiramo.
Damo še notri smetano in
zgoščeni paradižnik.
Na koncu položimo notri obajeno meso.
Dobro tek!



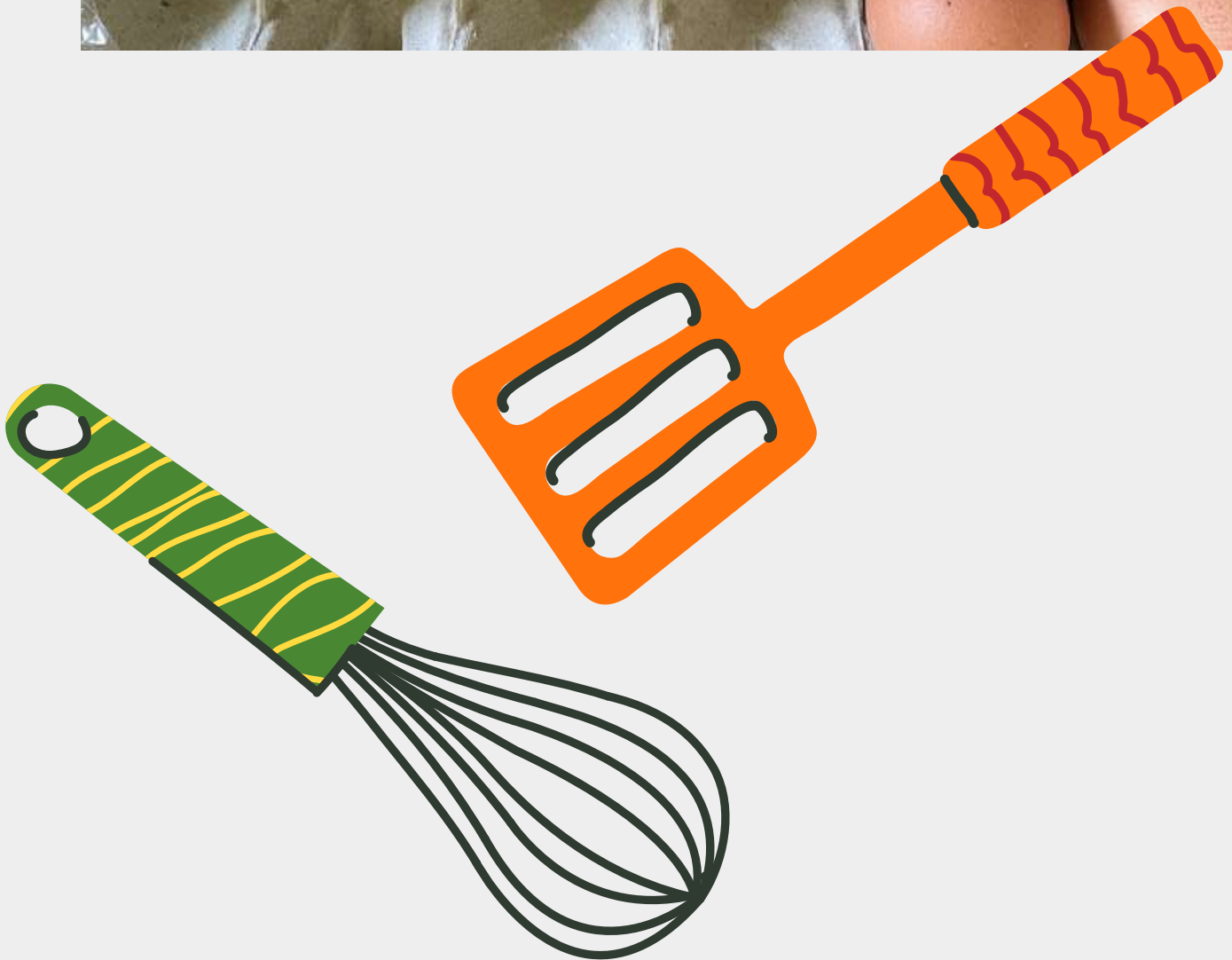


SLADICA / DESSZERT

3.BEZONOVEC

**TOU SO PA BEZGOVI CVEJTI V GOUSTON
TEJSTI OD PALAČINK**







**BEZONOVEC, ÉRETT BODZAVIRÁGOK
PALACSINTATÉSZTÁBAN**

**AMIKOR ELFOGYTAK A VIRÁGOK, A
PALACSINTÁKAT EGYSZERŰEN MEGKENTÜK!**



**KO NAM JE CVETOV ZMANJKALO, SMO
NAMAZALI PALAČINKE!**



SKUHALI SMO BEZGOV SOK - JUM !!!
BODZASZÖRPÖT FŐZTÜNK - HMM,
DE FINOM VOLT !!!



yum!



4.DOMAČI BEZGOV SOK/SIRUP

HÁZI BODZASZÖRP

Bezgov sirup

Sestavine:

25 velikih bezgovih cvetov

2 l vode

40g citronske kisljine

7 limone

1,5 kg sladkorja

Bodza sörp

25 db bodzavinj

2 l vj

40g citronske

7 db citr

1,5 kg cukor



RECEPT, KI GA NISMO PRIPRAVILI, A GA
ŽELIMO OHRANITI
A RECEPT, AMELYET NEM KÉSZÍTETTÜNK EL,
DE MEG SZERETNÉNK ÓRIZNI

5.PROSENA ZLIVANKA:

- 1 LONČEK PROSA
- POL LITRA MLEKA
- MALO SLADKOR
- DVE JAJCI

PEKAČ NAMAŽEMO Z MARGARINOM, DAMO
NOTRI PROSO. ZALIJEMO Z MLEKOM. V MLEKO
ZMEŠAMO SLADKOR, JAJCI. SPEČEMO.
LAHKO ZRAVEN DAMO MARMELADO ALI
POTROSIMO S SLADKORJEM.
DOBER TEK!

PROŠENA ZLIVANKA

- 1 šmíček moka
- 40 litra mléka
- málo sladkosti
- špetka soli

Šmíček namočíme z manganem, dáme na oheň. Zalijeme z mlékem
mléko měníme sladké, pěší. Sypeme.

Často zavazujeme mamečadel, di potrošimo s sladkostí.

Doter ted!



KÖLESES TEP SIS SÜTI (PROSENA ZLIVANKA)

1 POHÁR KÖLES + FÉL LITER TEJ + KEVÉS CUKOR + 2 TOJÁS

**A TEP SIT MARGARINNAL KIKENJÜK, MAJD BELESZÖRJÜK A KÖLEST.
FELÖNTJÜK TEJJEL. A TEJBE BELEKEVERJÜK A CUKROT ÉS A TOJÁSOKAT.
EZUTÁN MEGSÜTJÜK.**

**TÁLALHATJUK LEKVÁRRAL VAGY MEGHINTHETJÜK PORCUKORRAL.
JÓ ÉTVÁGYAT!**



KUHARICE – SZAKÁCSNŐK

FOTO:

OSEBNI ARHIV AGICE HOLECZ, RAVNATELJICE

HOLECZ AGICA IGAZGATÓNŐ SZEMÉLYES ARCHIVUMBÓL



6. K'ülNJI VEČ VRST - MINDENFËLE

^{oo}
KÜLNJI

- Ocverkoví
- Smetani
- Lohoví
- Makoví
- Orehoví

JED IZVIRA ŽE OD NEKDAJ. KUHALI SO JO, KO SO ŠLI
NA TRAVNIK KOSIT TRAVO. HČERE, SINOVI IN STARI
STARŠI SO KOSILI, ŽENE SO JIM PA PRINESLE OZ.
PRIPELJALE NA TRAVNIK KÜLNJE. ČE SO BILI OTROCI
POSEBEJ PRIDNI, SO DOBILI MAKOVE KÜLNJE.

AZ ÉTEL EREDETE NAGYON RÉGRE NYÜLIK VISSZA. RÉGEN
AKKOR FŐZTÉK, AMIKOR A RÉTRE MENTEK FÜVET KASZÁLNI.
A LÁNYOK, FIÚK ÉS NAGYSZÜLŐK KASZÁLTAK, AZ ASSZONYOK
PEDIG KIVITTÉK VAGY KISZÁLLÍTOTTÁK NEKIK A KÜLNJIT A
RÉTRE. HA A GYEREKEK KÜLÖNÖSEN SZORGALMASAK VOLTAK,
MÁKOS KÜLNJIT KAPTAK.

HOZZÁVALÓK:

- LISZT
- SÓ
- LANGYOS VÍZ
- NYÜJTŐFA, KÉS



ELKÉSZÍTÉS:

A LISZTBŐL, SÓBÓL ÉS LANGYOS VÍZBŐL TÉSZTÁT GYÚRUNK.
AMIKOR JÓL KIDOLGOZTUK ÉS KINYÜJTOTTUK, KESKENY CSÍKOKRA VÁGJUK.
A TŰZHELYEN VIZET FORRALUNK, ÉS KISSÉ MEGSÓZZUK.
AMIKOR A VÍZ FELFORR, A CSÍKOKAT KÉZZEL LETÉPKEDJÜK, ÉS A
FORRÁSBAN LÉVŐ VÍZBE DOBJUK.
HA MEGFŐTT ÉS LESZŰRTÜK HOZZÁADJUK A ZSÍRT, AZ APRÓRA VÁGOTT
HAGYMÁT, ÉS ÍZLÉS SZERINT PIROS PAPRIKÁT VAGY TEJFÖLT.
A KÜLNJI LEHET ZSÍROS, DIÓS, MÁKOS, KÁPOSZTÁS VAGY TÚRÓS.

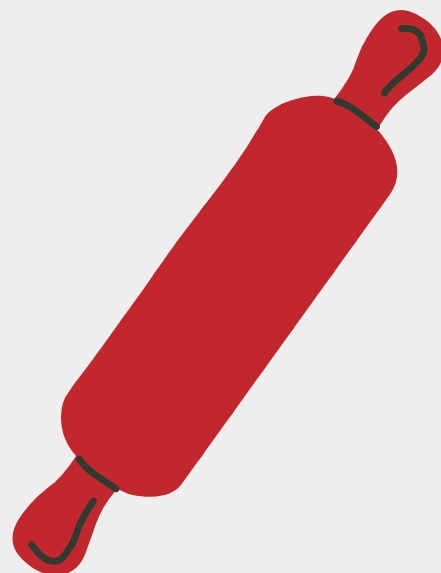
MOČNATA JED: MASTNI KÜLNJI:

SESTAVINE:

1. MOKA
2. SOL
3. MLAČNA VODA
4. VALJAR, NOŽ

PRIPRAVA:

1. UMESIMO TESTO IZ MOKE, SOLI IN MLAČNE VODE.
2. KO GA RAZMESIMO IN RAZVALJAMO, GA RAZREŽEMO NA OZKE TRAKOVE.
3. NA ŠTEDILNIKU DAMO KUHAŦ VODO IN JO MALO POSOLIMO.
4. KO VODA ZAVRE, TRAKOVE TRGAMO Z ROKAMI IN JIH DAJEMO V KROP.
5. DODAMO JIH V ZABELO (MAST), NAREZANO ČEBULO IN PO ŽELJI RDEČO PAPRIKO ALI KISLO SMETANO.
6. KÜLNJI SO LAHKO MASTNI, OREHOVI, MAKОВI, ZELJOVI ALI VRNJOVI.





KÜLNJI-MAKOVI IN MASTNI (NO. 2)

TESTO

0,5 KG MEHKE MOKE
1 ŽLICA MASTI ALI OLJA
MALO SOLI
2 DL VODE

POSIP

10 DKG MLETE MOKE
5 DKG SLADKORJA

PRELIV

1 ŽLICO MASTI ALI OLJA
1 KISLA SMETANA
MALO SOLI
1 MALA ŽLIČKA RDEČE PAPRIKE

POSTOPEK

TESTO UMESIMO IN RAZVALJAMO NA 0,5 CM DEBELINE. RAZREŽEMO GA NA POLJUBNE OBLIKE (2X2 CM). LAHKO PA TUDI NATRGAMO. V SLAN KROP (2L VODE ZAVREMO IN POSOLIMO) DAMO NAREZANO TESTO IN KUHAMO 10 MINUT.

ČE DELAMO OBE VRSTI KÜLNJEV, KUHAMO TESTO RAZDELIMO V 2 POSODI. NA ENO TESTO POTRESEMO MAK, DRUGO PA PRELIJEMO S PRELIVOM.

PRELIV PRIPRAVIMO TAKO, DA SESTAVINE MALO PREVREMO IN POLIJEMO NA KÜLNJE.

PRIPOVEDOVALA BABICA ROZINA KRAMAR, ZAPISALA MAŠA PALDAUF.

KÜLNJI – MÁKOS ÉS ZSÍROS VÁLTOZAT (NO. 2)

TÉSZTA

**0,5 KG FINOMLISZT
1 EVŐKANÁL ZSÍR VAGY OLAJ
KEVÉS SÓ
2 DL VÍZ**

SZÓRÁSHOZ

**10 DKG DARÁLT MÁK
5 DKG CUKOR**

ÖNTET

**1 EVŐKANÁL ZSÍR VAGY OLAJ
1 POHÁR TEJFÖL
KEVÉS SÓ
1 KÁVÉSKANÁL ŐRÖLT PIROSPAPRIKA**

ELKÉSZÍTÉS

A Tésztát összegyúrjuk, majd kb. 0,5 cm vastagságúra kinyújtjuk. Tetszőleges formákra vágjuk (kb. 2x2 cm-es darabokra), de akár kézzel is szaggathatjuk. Sós, forrásban lévő vízben (2 liter vizet felforralunk és megsózunk) a felvágott tésztát 10 percig főzzük. Amennyiben mindkét fajta külnjit készítjük, a megfőtt tésztát két edénybe osztjuk. Az egyik adagot mákkal szórjuk meg, a másikat az öntettel locsoljuk meg. Az öntetet úgy készítjük el, hogy az összetevőket rövid ideig összeforraljuk, majd ráöntjük a külnjire.

ELMONDTA ROZINA KRAMAR NAGYMAMA, LEJEGYEZTE MAŠA PALDAUF.

Poljski mak



Znanstvena klasifikacija

Kraljestvo: **Plantae** (rastline)

Deblo: **Magnoliophyta**
(kritosemenke)

Razred: **Magnoliopsida**
(dvokaličnice)

Red: **Ranunculales**
(zlaticčevci)

Družina: **Papaveraceae**
(makovke)

Rod: **Papaver**

Vrsta: ***P. rhoeas***

Dvočlensko ime

Papaver rhoeas

L.



Pipacs növény

Rendszertani besorolás

Ország: **Növények** (*Plantae*)

Törzs: **Zárvatermők**
(*Magnoliophyta*)

Csoport: **Valódi kétszikűek**
(*Eudicots*)

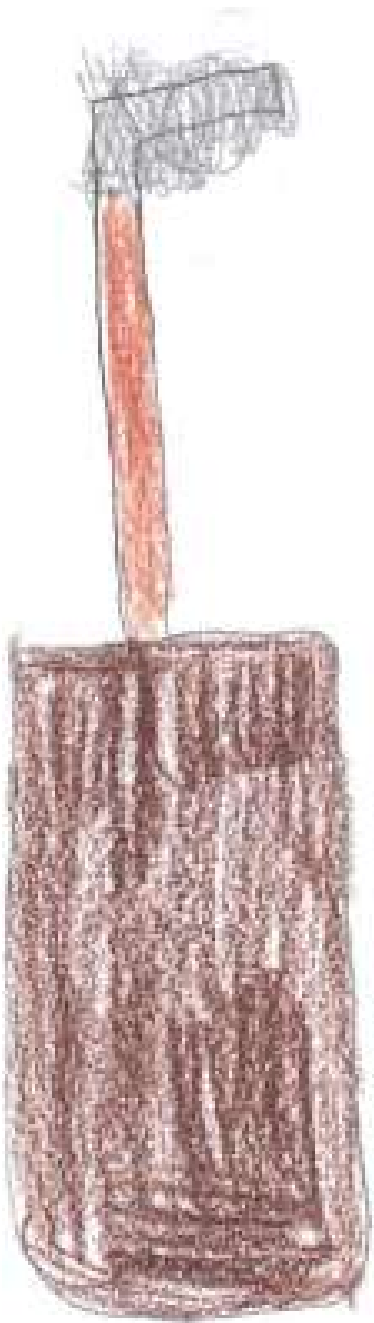
Rend: **Boglárkavirágúak**
(*Ranunculales*)

Család: **Mákfélék**
(*Papaveraceae*)

Alcsalád: **Mákformák**
(*Papaveroideae*)

Nemzetség: **Mák** (*Papaver*)
L. (1753)

mák törése / trennje maka





7-8.ENOLONČNICA

HAJDINSKA KAŠA NA KRUMPLAJ

JED SE JE VELIKOKRAT PRIPRAVLJALA ZA VEČERJO, POSEBNO TAKRAT, KO SO PRI HIŠI IMELI TEŽAKE (DELAVCE), KI SO POMAGALI PRI VEČJIH OPRAVILIH. ZRAVEN SO PRIPRAVILI VLEJVANKO (PŠENIČNO, KORUZNO ALI AJDOVO). VČASIH PA SO JUHO SKUHALI KAR TAKO, TUDI ZA KOSILO.

DOBILI SMO KAR DVA RECEPTA ZA TO ENOLONČNICO, KI SE JE KUHALA V NAŠIH KRAJIH.

PRVI RECEPT JE NAŠIM UČENCEM ZAUPALA ANA ČURIČ IZ TRNJA, BABICA SEDMIH VNUKOV.

DRUGI RECEPT STA POSREDOVALI KAR DVE GOSPODINJI. PRABABICA JAKE ŽIŽKA, MARIJA ŽIŽEK IZ VELIKE POLANE IN PA BABICA LARISE HOZJAN MARIJA HOZJAN IZ VELIKE POLANE.



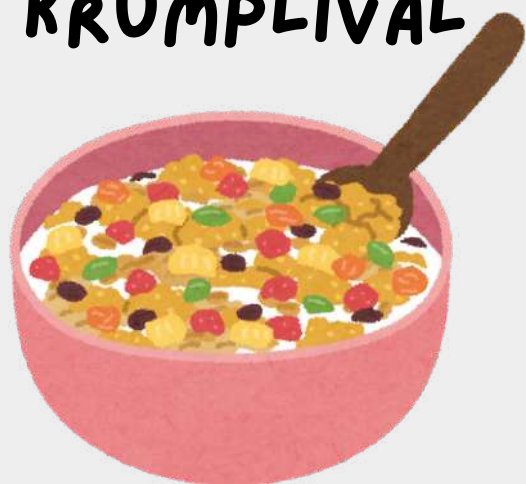
AZ ÉTELT GYAKRAN KÉSZÍTETTÉK VACSORÁRA, KÜLÖNÖSEN AKKOR, AMIKOR A HÁZNÁL MUNKÁSOK „TEŽAKI” DOLGOZTAK, AKIK SEGÍTETTEK A NAGYOBB MUNKÁK ELVÉGZÉSÉBEN. MELLÉ RENDSZERINT MÁLÉT »VLEJVANKA-T« SÜTÖTTEK (BÚZÁSAT, KUKORICÁSAT VAGY HAJDINÁSAT). NÉHA PEDIG A LEVEST CSAK ÚGY, MINDEN KÜLÖNÖSEBB OK NÉLKÜL IS MEGFŐZTÉK – AKÁR EBÉDRE IS.

EHHEZ AZ EGYTÁLÉTELHEZ KÉT RECEPTET IS SIKERÜLT ÖSSZEGYŰJTENÜNK, AHOGYAN RÉGEN A MI VIDÉKÜNKÖN FŐZTÉK.

AZ ELSŐ RECEPTET TANULÓINKNAK ANA ČURIČ MESÉLTE EL TRNYÉBŐL, HÉT UNOKA NAGYMAMÁJA.

A MÁSODIK RECEPTET PEDIG KÉT HÁZIASSZONY ADTA TOVÁBB: JAKA ŽIŽEK DÉDNAGYMAMÁJA, MARIJA ŽIŽEK VELIKA POLANÁRÓL, VALAMINT MARIJA HOZJAN, LARISA HOZJAN NAGYMAMÁJA, SZINTÉN VELIKA POLANÁRÓL.

EGYTÁLÉTEL- HAJDINA KÁSA KRUMPLIVAL



1. recept:**Sestavine za štiri osebe:**

80–100 g ajdove kaše
 1 čebula
 1 strok česna
 2–3 krompirje
 2 korenčka
 1 žlica soli
 2 lovorjeva lista
 2 litra vode
 1 žlica masti
 peteršilj

Priprava:

Vso zelenjavo narežemo na kocke. Čebulo prepražimo, da postekleni. Dodamo krompir in korenje (narezano na kocke). Pražimo približno tri minute. Dodamo stiskan česen in pražimo toliko časa, da zadiši (ne predolgo, ker se česen lahko zažge in potem greni). Dodamo ajdovo kašo in začimbe (sol, lovorjev list). Zalijemo z vodo in kuhamo tako dolgo, da je kuhana zelenjava in kaša. Na koncu dodamo sesekljan peteršilj.

2. recept:**Sestavine:**

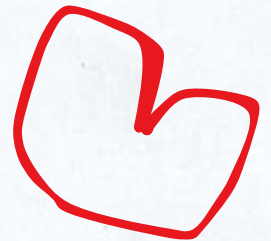
2 litra vode
 300 g krompirja
 4 žlice ajdove kaše
 majaron, kis, sol, poper, lovor, peteršilj

Prežganje:

1 žlica svinjske masti
 1 čebula
 1–2 stroka česna
 3 žlice moke

Priprava:

Krompir olupimo, ga narežemo na kocke in kuhamo v slani vodi ter dodamo lovor. Ko je krompir napol kuhan, dodamo oprano ajdovo kašo, majaron in poper. Ko sta krompir in kaša kuhana, naredimo prežganje. Na maslu prepražimo sesekljano čebulo, dodamo sesekljan česen, potresemo z moko, ko zarumeni, razredčimo z vodo, prevremo in prilijemo h kuhanemu krompirju in kaši. Juho malenkost okisamo. Po servirani juhi potrosimo sesekljan peteršilj.



AJDINSKA KAŠA S KRUMPLAMI (RECEPT 3)
(ENOLOONČNICA, KI SO JO NAJVEČKRAT KUHALI JESENI, KO JE
BILA NOVA KAŠA)

SESTAVINE:

1 KROMPIR NAREZAN NA MANJŠE KOCKE
1 KAVNA ŠALČKA AJDOVE KAŠE
PRIBLIŽNO LITER VODE
ČEBULA (CELA, MANJŠA)
ZAČIMBE (LOVORJEV LIST, 3 ZRNA POPRA, ČESEN)

KROMPIR DAMO KUHAJ IN KO ZAČNE VRETI, DODAMO
OPRANO AJDOVO KAŠO, CELO ČEBULO TER ZAČIMBE.
POSEBEJ NAREDIMO PREŽGANJE: NA ZASEKI ALI SVINJSKI
MASTI PREPRAŽIMO ČEBULO IN DODAMO MOKO TER MALO
RDEČE PAPRIKE.

KO STA KAŠA IN KROMPIR KUHANA, ODVZAMEMO CELO
ČEBULO, DODAMO PREŽGANJE IN PREMEŠAMO.
JUHI LAHKO PO ŽELJI VKUHAMO ŠE ŽVRKLJANO JAJCE (ČE
JE JUHA PREREDKA).

RECEPT JE POVEDALA TEREZIJA HOZJAN (PAVLOVA TETA).

**HAJDINAKÁSA KRUMPLIVAL (RECEPT 3)
(EGYTÁLÉTEL, AMELYET LEGGYAKRABBAN ŐSSZEL FŐZTEK,
AMIKOR AZ ÚJ HAJDINAKÁSA ELKÉSZÜLT)**

HOZZÁVALÓK:

1 BURGONYA, KISEBB KOCKÁKRA VÁGVA

1 KÁVÉSCSÉSZE HAJDINAKÁSA

KB. 1 LITER VÍZ

1 KISEBB FEJ VÖRÖSHAGYMA (EGÉSZBEN)

FŰSZEREK (BABÉRLEVÉL, 3 SZEM BORS, FOKHAGYMA)

**A BURGONYÁT FELTESSZÜK FŐNI, ÉS AMIKOR FELFORR,
HOZZÁADJUK A MEGMOSOTT HAJDINAKÁSÁT, AZ EGÉSZBEN
HAGYOTT HAGYMÁT ÉS A FŰSZEREKET.**

**KÜLÖN RÁNTÁST KÉSZÍTÜNK: VÁGOTT ZSIRON (ZASEKA) VAGY
SERTÉSZSIRON MEGPIRÍTJUK AZ APRÓRA VÁGOTT HAGYMÁT,
MAJD HOZZÁADJUK A LISZTET ÉS EGY KEVÉS PIROSPAPRIKÁT.
AMIKOR A HAJDINAKÁSA ÉS A BURGONYA MEGFŐTT, KIVESSZÜK
AZ EGÉSZ HAGYMÁT, HOZZÁADJUK A RÁNTÁST, ÉS JÓL
ELKEVERJÜK.**

**A LEVESBE ÍZLÉS SZERINT HABART TOJÁST IS FŐZHETÜNK (HA
A LEVES TÚL HIG).**

**A RECEPTET TEREZIJA HOZJAN (PAVEL NAGYNÉNJE) MESÉLTE
EL.**



**A TANÍTÓNŐ ÉS A HELYI HÁZIASSZONYYOK
MINT MENTOROK – UČITELJICA IN LOKALNE
GOSPODINJE KOT MENTORICE**

9.ZA POSLADEK: Z MEDOM SLAJEN JABOLČNI KOMPOT



**DESSZERTNEK: MÉZZEL
TERMÉSZETESEN ÉDESÍTETT
ALMAKOMPÓT**

CESARICA MARIJA TEREZIJA JE PRED DOBRIMA DVEMA STOLETJEMA VEDELA, KAKO KORISTNA SO SADNA DREVESA ZA PREBIVALSTVO. IZDALA JE UKAZ, DA MORAJO LJUDJE NA SVOJA DVORIŠČA IN OB CESARSKIH POTEH ZASADITI SADNO DREVE, KI OBILNO OBRODIJO IN OMOGOČAJO PREHRANO TUDI V ZIMSKIH MESECIH. S TEM DEJANJEM JE ŽELELA ZAJEZITI LAKOTO V NAŠIH KRAJIH.

JABOLKA SO TISTI KLASIČNI, A VENDAR DOLGO PRIČAKOVANI PLODOVI, KI SO JIH ŽE NAŠI PREDNIKI ČESTO UPORABLJALI. POLEG SVEŽIH JABOLK SO JIH V KMEČKIH HIŠAH UPORABLJALI ZA JED KOT STA JABOLČNI RETAŠ IN PA JABOLČNI KOMPOT. NAREDILI SMO EN TAK KOMPOT Z VSEMI SLASTNIMI IN DIŠEČIMI DODATKI, KI SO JIH DODAJALI ŽE NEKOČ. OKUSEN POSLADEK ALI KAR MALICA, VČASIH TUDI ZAJTRK, JE ODLIČEN ŠE TOPEL; NASLEDNJI DAN, KO SE JABOLKA ŠE MALO BOLJ ZMEHČAJO IN SE OKUSI POVEŽEJO MED SABO, PA JE ŠE BOLJŠI.

10. JABOLČNI KOMPOT IZ STARIH ČASOV

8 JABOLK

1 L VODE

2 ŽLICI SLADKORJA ALI MEDU

10 SUHIH SLIV

KOMPOT SI SEVEDA LAHKO PRILAGODITE VAŠEMU OKUSU. ČE IMATE RADI VEČ TEKOČINE, DODATE VEČ VODE, ČE IMATE RADI BOLJ SLADKO, DODATE VEČ SLADKORJA. PO ŽELJI LAHKO DANES DODATE KLINČKE, CIMETOVE PALČKE, INGVER, RUM, VANILJO, POMARANČNI ALI LIMONIN SOK IPD.

PRIPRAVA:

JABOLKA OPEREMO, PO ŽELJI OLUPIMO (ČE SO EKO JIH NI POTREBNO) IN JIH NAREŽEMO NA MAJHNE KOŠČKE.

V LONEC DODAMO ŠE VSE OSTALE SESTAVINE IN VSE SKUPAJ PRELIJEMO Z VODO.

KUHAMO, DA ZAVRE, POTEM PA ŠE 5 DO 10 MINUT NA NIZKEM OGNJU. VMES NEKAJKRAT PREMEŠAMO.

PO ŽELJI ŠE VROČEGA SHRANIMO V ČISTE STEKLENE KOZARCE, SICER PA POČAKAMO, DA SE MALO OHLADI – IN ŽE AROMATIČNO ZADIŠIJO DOMAČI OKUSI.

MÁRIA TERÉZIA CSÁSZÁRNÉ MÁR TÖBB MINT KÉT ÉVSZÁZADDAL EZELŐTT JÓL TUDTA, MILYEN FONTOSAK A GYÜMÖLCSFÁK A LAKOSSÁG SZÁMÁRA.

RENDELETBEN ÍRTA ELŐ, HOGY AZ EMBEREK AZ UDVARAIKRA ÉS A BIRODALMI UTAK MELLÉ BŐSÉGESEN TERMŐ GYÜMÖLCSFÁKAT ÜLTESSENEK, AMELYEK TERMÉSE TÉLI HÓNAPOKBAN IS BIZTOSÍTJA AZ ÉLELMET. EZZEL AZ INTÉZKEDÉSSSEL AKARTA MEGELŐZNI AZ ÉHÍNSÉGET A MI VIDÉKEINKEN.

AZ ALMA AZ A KLASSZIKUS, MÉGIS MINDIG ÖRÖMMEL VÁRT GYÜMÖLCS, AMELYET MÁR ELŐDEINK IS GYAKRAN HASZNÁLTAK. A FRISS ALMÁN KIVÜL A PARASZTI HÁZTARTÁSOKBAN KÉSZÍTETTEK BELŐLE ALMÁS RÉTEST ÉS ALMAKOMPÓTOT IS. MI IS ILYEN RÉGI, ILLATOS ÉS ÍZEKBEN GAZDAG KOMPÓTOT KÉSZÍTETTÜNK – ÚGY, AHOGY EGYKORON IS CSINÁLTÁK. KIVÁLÓ DESSZERT VAGY AKÁR UZSONNA, SŐT NÉHA REGGELI IS; MELEGEN NAGYON FINOM, MÁSNAP PEDIG – AMIKOR AZ ALMA MÉG PUHÁBBAN OMLIK ÉS AZ ÍZEK TELJESEN ÖSSZEÉRNEK – TALÁN MÉG JOBB.

RÉGI IDŐK ALMAKOMPÓTJA

8 DB ALMA

1 LITER VÍZ

2 EVŐKANÁL CUKOR VAGY MÉZ

10 SZEM ASZALT SZILVA

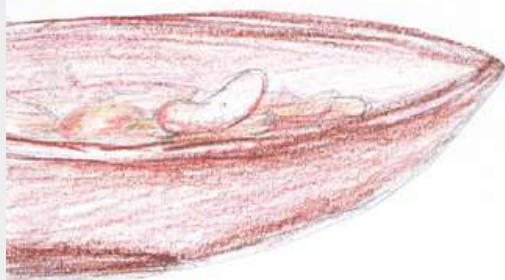
A KOMPÓTOT TERMÉSZETESEN SAJÁT ÍZLÉSÉRE IS ALAKÍTHATJA. HA TÖBB LÉT SZERET, ADJON HOZZÁ TÖBB VIZET; HA ÉDESEBBEN KEDVELI, TÖBB CUKROT TEHET BELE. ÍZLÉS SZERINT MA MÁR TEHETÜNK HOZZÁ SZEGFŰSZEGET, FAHÉJRUDAT, GYÖMBÉRT, RUMOT, VANILIÁT, NARANCS- VAGY CITROMLEVET IS.

ELKÉSZÍTÉS:

AZ ALMÁKAT MEGMOSSUK, KIVÁNSÁG SZERINT MEGHÁMOZZUK (BIO ALMA ESETÉN NEM SZÜKSÉGES), MAJD KIS KOCKÁKRA VÁGJUK. A FAZÉKBA TESSZÜK A TÖBBI HOZZÁVALÓVAL EGYÜTT, MAJD FELÖNTJÜK VÍZZEL. FELFORRALJUK, EZUTÁN MÉG 5-10 PERCIG KIS LÁNGON FŐZZÜK, KÖZBEN NÉHÁNYSZOR MEGKEVERJÜK. HA SZERETNÉNK, MÉG FORRÓN TISZTA ÜVEGEKBE TÖLTHETJÜK; EGYÉBKÉNT HAGYJUK KISSÉ KIHŰLNI – ÉS MÁRIS OTTHON ILLATOZNAK A RÉGI, JÓL ISMERT ÍZEK.

Jabolčni kompot je bil nekoč zelo pogosta sladica ali priloga v slovenskih domovih, predvsem v času, ko ni bilo svežega sadja skozi vse leto. Gre za zelo preprost, domač recept, ki izhaja iz tradicije varčne uporabe sezonskega sadja. Pripravljali so ga predvsem jeseni, ko je bilo veliko jabol, jedli pa so ga

- kot sladico po kosilu - pogosto ohlajenega,
- kot prilogo k težjim mesnim jedem (npr. svinjina, pečenke),
- za zajtrk ali malico - zlasti za otroke ali bolnike,
- pozimi - iz vložnega kompota v kozarcih.



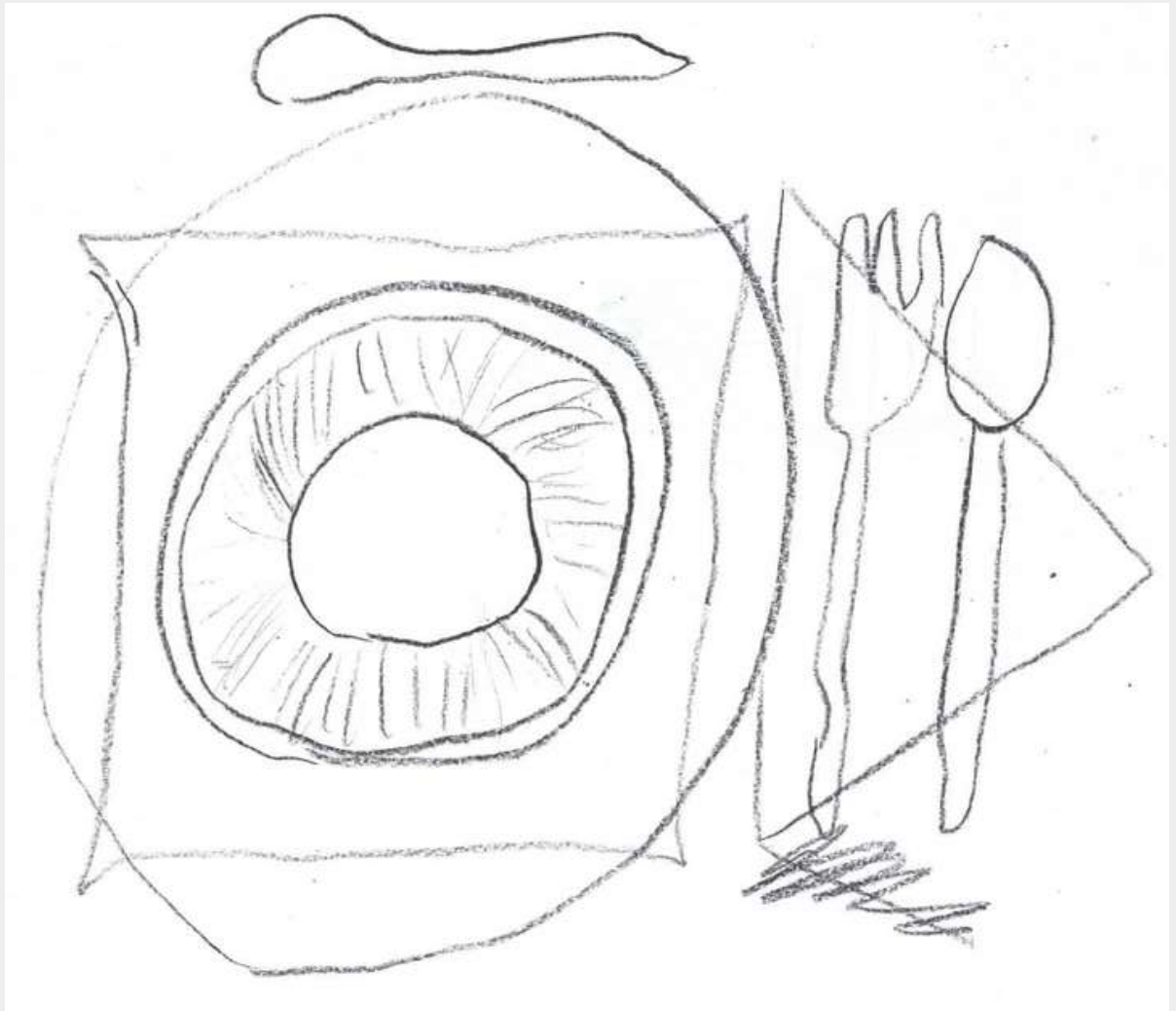
Starinski recept za jabolčni kompot

Sestavine:

- 1 kg jabolk (najbolje domača, neškropljena)
- 1 l vode
- 2-4 žlice sladkorja (po okusu)
- 1-2 cimetovi palički ali ščepec mletega cimeta
- 2-3 klinčki (neobvezno)
- sok polovice limone (neobvezno - proti oksidaciji in za okus)

Postopek:

1. Jabolka operi, olup (ali pusti neolupljena, če so domača), odstrani peščišča in jih nareži na kubičke.
2. V večji lonec nalij vodo, dodaj sladkor, cimet, klinčke in limonin sok.
3. Ko zavre, dodaj jabolka.
4. Kuhaj na zmernem ognju 10-15 minut, dokler jabolka ne postanejo mehka, a ne razkuhana.
5. Ohladi in postreži - lahko toplo, mlačno ali hladno.



**DELAVNICA INOVATIVNIH
METOD IN PRISTOPOV V
OHRANJANJU KULINARIČNE
DEDIŠČINE
MŰHELYMUNKA KULINÁRIS
ÖRÖKSÉGÜNK
MEGŐRZÉSÉNEK INNOVATÍV
MÓDSZEREIRŐL ÉS
MEGKÖZELÍTÉSEIRŐL**



**VPLIVNICA URŠKA FARTELJ, KULINARIČNA BLOGERKA
"220 STOPINJ POŠEVNO" – URŠKA FARTELJ, A „220
STOPINJ POŠEVNO" GASZTROBLOG SZERZŐJE ÉS
INFLUENZERE**

10.BUČKINA VLVANKA

SESTAVINE ZA 6 OSEB:

1 VELIKA BUČKA

1 ČEBULA

1 JOGURTOV LONČEK PIRINE MOKE

1 JOGURTOV LONČEK VODE

2 ŽLICI OLIVNEGA OLJA

**1/2 JOGURTOVEGA LONČKA KORUZNEGA
ZDROBA (POLENTE)**

1/2 ŽLIČKE SOLI

**1/2 ŽLIČKE MEŠANICE ZAČIMB (ROŽMARIN,
ORIGANO, TIMIJAN)**

SVEŽE MLET POPER

OLIVNO OLJE ZA PEKAČ

**1.BUČKO NARIBAMO NA 1-2 MM TANKE
DISKE, ČEBULO NAREŽEMO NA TANKE
REZANCE. NA ČIM TANJŠE. NA MALO
OLIVNEGA OLJA POPRAŽIMO BUČKE IN
ČEBULO. TOLIKO, DA SE OBOJE ZMEHČA IN
FAJN ZADIŠI.**

2.V POSODI ZMEŠAMO MOKO, POLENTO, SOL, POPER, 2 ŽLICI OLIVNEGA OLJA IN VODO, ZATEM PA DODAMO S ČEBULO PRAŽENE BUČKE. GROBO PREMEŠAMO IN NA TAKO RAZPOREDIMO PO NAVADNEM PEKAČU, KI SMO GA PREMAZALI Z OLIVNIM OLJEM.

3.PEČEMO V ŽE OGRETI PEČICI NA 200 STOPINJ CELZIJA, PRIBLIŽNO 30 MINUT (ODVISNO OD PEČICE). BUČKINA VLVANKA MORA BITI ZGORAJ IN SPODAJ FAJN ZAPEČENA, V SREDINI PA MALCE MEHKA.

ČAS PRIPRAVE: 1 URA

1 LONČEK = 200 ML JOGURTOV LONČEK





**CUKKINIS TEPŠIS LEPĖNŲ
(BUČKINA VLIVANKA)**



HOZZÁVALÓK 6 SZEMÉLYRE:

1 NAGY CUKKINI

1 HAGYMA

1 POHÁR TÖNKÖLYLISZT (JOGHURTOS POHÁR)

1 POHÁR VÍZ

2 EVŐKANÁL OLIVAOLAJ

1/2 POHÁR KUKORICADARA (POLENTA)

1/2 TEÁSKANÁL SÓ

**1/2 TEÁSKANÁL FŰSZERKEVERÉK (ROZMARING,
OREGÁNÓ, KAKUKKFŰ)**

FRISSEN ŐRÖLT BORS

OLIVAOLAJ A TEPSI KIKENÉSÉHEZ

**1.A CUKKINIT 1-2 MM VÉKONY KARIKÁKRA
GYALULJUK, A HAGYMÁT PEDIG NAGYON
VÉKONY SZELETEKRE VÁGJUK. EGY KEVÉS
OLIVAOLAJON EGYÜTT MEGPIRÍTJUK ŐKET
– CSAK ANNYIRA, HOGY MEGPUHULJANAK
ÉS KELLEMES ILLATUK LEGYEN.**

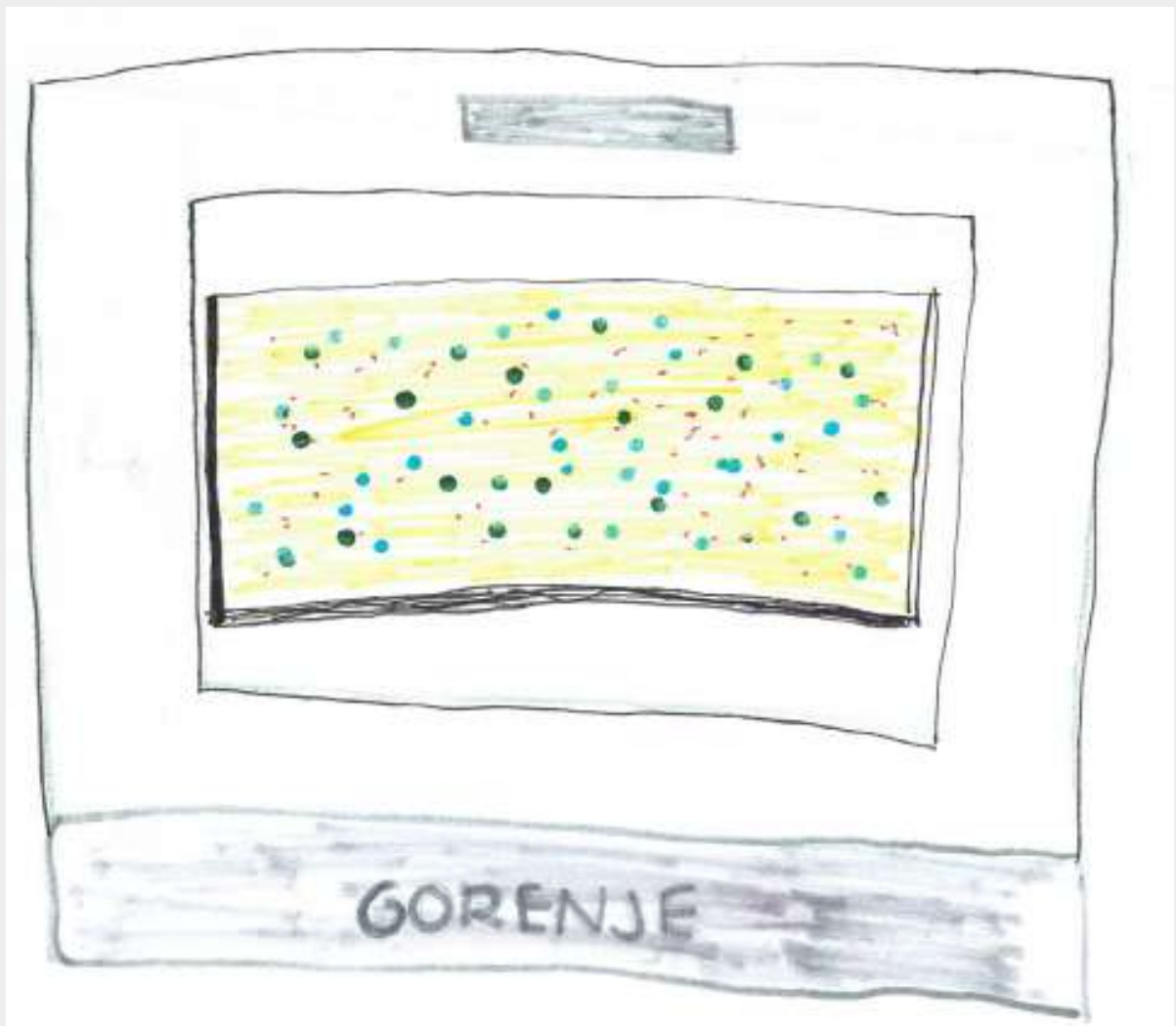
**2.EGY TÁLBAN ÖSSZEKEVERJÜK A LISZTET,
A POLENTÁT, A SÓT, A BORSOT, A 2
EVŐKANÁL OLIVAOLAJAT ÉS A VIZET, MAJD
HOZZÁADJUK A HAGYMÁVAL PIRÍTOTT
CUKKINIT.**

**LAZÁN ELKEVERJÜK, ÉS EGY OLIVAOLAJJAL
KIKENT TEPSIBEN EGYENLETESEN ELOSZLATJUK.**

**3.ELŐMELEGÍTETT SÜTŐBEN, 200 °C-ON KB. 30
PERCIG SÜTJÜK (SÜTŐTŐL FÜGGŐEN). A
CUKKINIS LEPÉNY TETEJE ÉS ALJA LEGYEN
SZÉPEN MEGPIRULVA, A KÖZEPE PEDIG KISSÉ
PUHA MARADJON.**

**ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: 1 ÓRA
1 POHÁR = 200 ML JOGHURTOS POHÁR**







11.ZAVITEK S KROMPIRJEM IN KISLIM ZELJEM

SESTAVINE ZA 8 OSEB:

2 ZAVITKA LISTNATEGA TESTA (V ROLI)

2-3 VEČJI KROMPIRJI

1 KOZAREC KISLEGA ZELJA

25 G MASLA

50 ML MLEKA

KUMINA V ZRNJU

SOL & POPER

LOVORJEV LIST

1/2 -1 ŽLIČKA MLETE SLADKE PAPRIKE

1 BELA ČEBULA

1 JAJCE



1. KROMPIR OLUPIMO, NAREŽEMO IN SKUHAMO V SLANI VRELI VODI. ZA VEČ OKUSA, LAHKO V VODO, KJER SE KROMPIR KUHA, DODAMO ŠE MALO DODATNEGA MLEKA. KUHAN KROMPIR ODCEDIMO, DODAMO MLEKO IN NA LISTIČE NAREZANO MASLO TER VSE PRETLAČIMO V PIRE. MALCE OHLADIMO.

2. TA ČAS, KO SE KROMPIR KUHA, NA FINO NAREŽEMO ČEBULO IN JO POPRAŽIMO NA MALO OLIVNEGA OLJA. DODAMO ŠE KISLO ZELJE (KI GA, ČE JE PREKISLO, MALO SPLAKNEMO POD TEKOČO VODO), LOVORJEV LIST IN MLETO RDEČO PAPRIKO. VSE SKUPAJ PRAŽIMO PRIBLIŽNO POL URE, DA SE ZELJE ZMEHČA. MALCE GA OHLADIMO.

3. LISTNATO TESTO RAZVIJEMO, GA PO DALJŠI STRANICI DO 1/3 PREMAŽEMO S KROMPIRJEVIM PIREJEM, OBLOŽIMO S PRAŽENIM ZELJEM IN ZAVIJEMO V ZAVITEK. OB STRANEH KRAJCE TESTA SPNEMO IN PODVIHAMO. DAMO GA NA PEKAČ OBLOŽEN S PAPIRJEM ZA PEKO.

4. ZAVITEK PREMAŽEMO Z RAZTEPENIM JAJCEM, PREPIKAMO Z ZOBOTREBCEM, POTRESEMO Z MALCE KUMINE IN SPEČEMO. PEČEMO GA V ŽE OGRETI PEČICI 20-30 MINUT NA 220 STOPINJ CELZIJA.



ČAS PRIPRAVE: 2 URI



KRUMPLIS-SAVANYÚ KÁPOSZTÁS RÉTES

HOZZÁVALÓK – 8 SZEMÉLYRE:

2 CSOMAG LEVELES TészTA (TEKERCSBEN)

2-3 NAGYOBB BURGONYA

1 ÜVEG SAVANYÚ KÁPOSZTA

25 G VAJ

50 ML TEJ

EGÉSZ KÖMÉNY

SÓ ÉS BORS

BABÉRLEVÉL

1/2-1 TEÁSKANÁL ÉDES PIROSPAPRIKA

1 HAGYMA

1 TOJÁS

OLIVAOLAJ



1. A BURGONYÁT MEGHÁMOZZUK, FELVÁGJUK ÉS SÓS, FORRÓ VÍZBEN MEGFŐZZÜK. TÖBB IZÉRT A FŐZŐVÍZHEZ EGY KEVÉS TEJET IS ADHATUNK. A MEGFŐTT BURGONYÁT LESZŰRJÜK, HOZZÁADJUK A TEJET ÉS A SZELETEKRE VÁGOTT VAJAT, MAJD KRUMPLIPÜRÉT KÉSZÍTÜNK. KICSIT HAGYJUK HŰLNI.

2. AMIG A BURGONYA FŐ, FINOMRA VÁGJUK A HAGYMÁT, ÉS KEVÉS OLIVAOLAJON MEGPIRÍTJUK. HOZZÁADJUK A SAVANYÚ KÁPOSZTÁT (HA TÚL SAVANYÚ, FOLYÓ VÍZ ALATT KICSIT ÁTÖBLÍTJÜK), A BABÉRLEVELET ÉS AZ ŐRÖLT ÉDES PAPRIKÁT. KÖRÜLBELÜL FÉL ÓRÁIG PIRÍTJUK, AMIG A KÁPOSZTA MEGPUHUL. EZT IS KISSÉ KIHÚTJÜK.

3. A LEVELES TÉSztát KITERÍtJÜK, HOSSZANTI OLDALÁN KB. 1/3-IG MEGKENJÜK A KRUMPLIPÜRÉVEL, MAJD BEBORÍtJUK A PIRÍTOTT KáPOSZTÁVAL, ÉS FELTEKERJÜK. A SZÉLEKET ÖSSZECSÍPJÜK ÉS ALÁHAJTJUK. A RÉTEST SÜTŐPAPÍRRAL BÉLELT TEPSÍRE TESSZÜK.

4. A TETEJÉT FELVERT TOJÁSSAL MEGKENJÜK, VILLÁVAL VAGY FOGPISZKÁLÓVAL MEGSZURKÁLJUK, MEGHINTJÜK KEVÉS KÖMÉNNYEL, ÉS MEGSÜTJÜK. ELŐMELEGÍTETT SÜTŐBEN 220 °C-ON 20-30 PERCIG SÜTJÜK.

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: KB. 2 ÓRA



12. PEČENA PROSENA KAŠA S SUHIMI SLIVAMI

SESTAVINE ZA 8 OSEB:

1 LONČEK PROSENE KAŠE

4 LONČKI NARAVNO MOTNEGA JABOLČNEGA SOKA

1 VEČJE JABOLKO

1/2 ŽLIČKE SOLI

200 G MEHKIH SUHIH SLIV BREZ KOŠČIC

OLIVNO OLJE

SLADKOR V PRAHU Z VANILIJO (PO ŽELJI)

- 1. PROSENO KAŠO NA CEDILU SPEREMO POD TEKOČO VODO IN DOBRO ODCEDIMO.**
- 2. PEKAČ NA TANKO PREMAŽEMO Z OLIVNIM OLJEM, PO NJEM RAZPOREDIMO PROSENO KAŠO, GROBO NARIBANO JABOLKO, TER GROBO NAREZANE SUHE SLIVE.**
- 3. SOK POČASI PREVIDNO ZLIJEMO V PEKAČ. NE VSE NA ENO MESTO, DA NE PREMAKNEMO PREVEČ KAŠE. SOLIMO.**
- 4. PROSENO KAŠO PEČEMO NA 180 STOPINJ CELZIJA, PRIBLIŽNO 1 URO – ODVISNO OD GLOBINE PEKAČA IN PEČICE.**
- 5. PO PEČENI KAŠI POTRESEMO MALO VANILJEVEGA SLADKORJA V PRAHU IN ŠE TOPLO POSTREŽEMO.**

ČAS PRIPRAVE: 1,5 URI

1 LONČEK = 200 ML JOGURTOV LONČEK

OGNJEVAREN PEKAČ MER 18X26 CM

SÜLT KÖLES ASZALT SZILVÁVAL

HOZZÁVALÓK: (8 SZEMÉLYRE)

1 POHÁR KÖLES

4 POHÁR TERMÉSZETES, SZŰRETLEN ALMALÉ

1 NAGY ALMA

1/2 TEÁSKANÁL SÓ

200 G PUHA, MAGOZOTT ASZALT SZILVA

OLIVAOLAJ

VANILIÁS PORCUKOR (ÍZLÉS SZERINT)

ELKÉSZÍTÉS:

**1. A KÖLEST SZŰRŐBEN, FOLYÓ VÍZ ALATT ÁTÖBLÍTJÜK,
MAJD JÓL LECSEPEGTETJÜK.**

**2. A HŐÁLLÓ TEPSIT VÉKONYAN KIOLAJOZZUK,
RÁSZÓRJUK A KÖLEST, A DURVÁRA RESZELT ALMÁT ÉS A
NAGYOBB DARABOKRA VÁGOTT ASZALT SZILVÁT.**

**3. AZ ALMALEVET LASSAN, ÓVATOSAN ÖNTJÜK A TEPSIBE
– NE EGY HELYRE, HOGY NE MOZDITSUK EL A KÖLEST.
MEGSÓZZUK.**

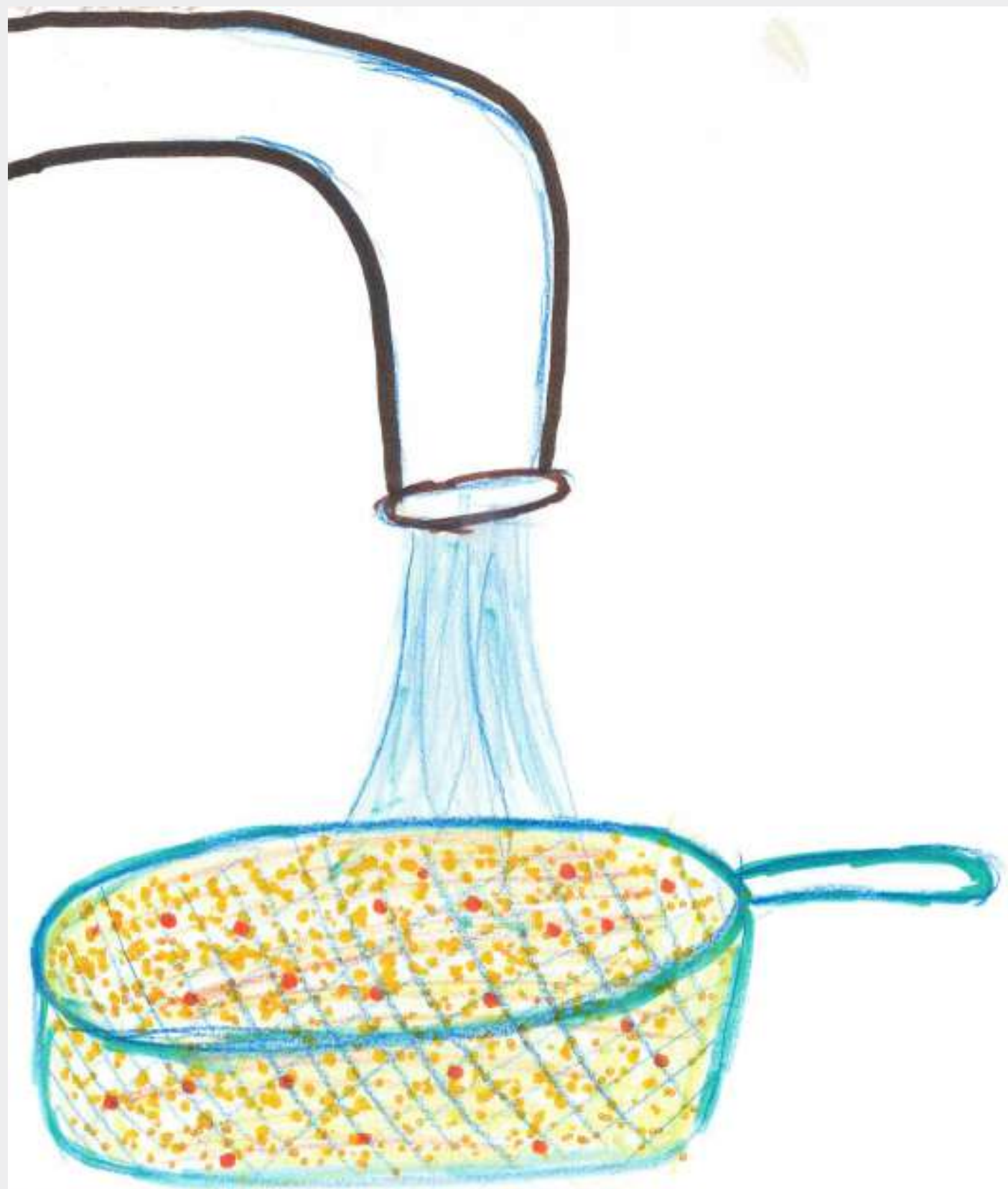
**4. A KÖLEST 180 °C-ON KB. 1 ÓRÁN ÁT SÜTJÜK – A
SÜTÉSI IDŐ A TEPSI MÉLYSÉGÉTŐL ÉS A SÜTŐTŐL FÜGG.**

**5. A KÉSZ KÖLESRE KEVÉS VANILIÁS PORCUKROT
SZÓRUNK, ÉS MELEGEN TÁLALJUK.**

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: KB. 1,5 ÓRA

1 POHÁR = 200 ML JOGHURTOS POHÁR

HŐÁLLÓ TEPSI MÉRETE: 18 × 26 CM



UMIVANJE

PROSENE

KAŠE



**ENA OD POMEMBNIH
SESTAVIN DOMAČEGA
LEDENEGA ČAJA SICER Z
BRESKVAMI SO SEVEDA
SPET JABOLKA – A HÁZI
ŐSZIBARACKOS JEGESTEA
EGYIK FONTOS
ALAPANYAGA
TERMÉSZETESÉN ISMÉT AZ
ALMA.**



Rezanje breskvi



13. **DOMAČI LEDENI ČAJ Z BRESKVAMI**

SESTAVINE ZA 8 OSEB:

3 L VODE

7 VREČK ZELENEGA ČAJA

**1 ŽLIČKA HIBISKUSOVIH CVETOV (ALI 3 VREČKE HIBISKUS
ČAJA)**

2 LIMONI

SVEŽA META

KOLIČINA MEDU PO ŽELJI

BRESKVE (+ JABOLKA)

LED

1. ČAJ SKUHAMO PO NAVODILU PROIZVAJALCA IN GA NEKOLIKO OHLADIMO. ŠE V MALCE TOPLEGA VMEŠAMO MED IN VANJ NATRGAMO SVEŽE LISTE METER.

2. ČAJ DOBRO OHLADIMO, NATO PA DODAMO NAREZANE BRESKVE, SOK LIMONE, ŠE MALO SVEŽE METER IN TIK PRED POSTREŽBO ŠE LED.

ČAS PRIPRAVE: 60 MINUT (KER SE MORA ČAJ OHLADITI. RAZEN, ČE IMAMO OGROMNO LEDU. :))

HÁZI ŐSZIBARACKOS JEGESTEA

HOZZÁVALÓK 8 SZEMÉLYRE:

3 L VÍZ

7 FILTER ZÖLD TEA

1 TEÁSKANÁL HIBISZKUSZVIRÁG (VAGY 3 FILTER HIBISZKUSZTEA)

2 CITROM

FRISS MENTA

MÉZ ÍZLÉS SZERINT

ŐSZIBARACK (+ ALMÁK)

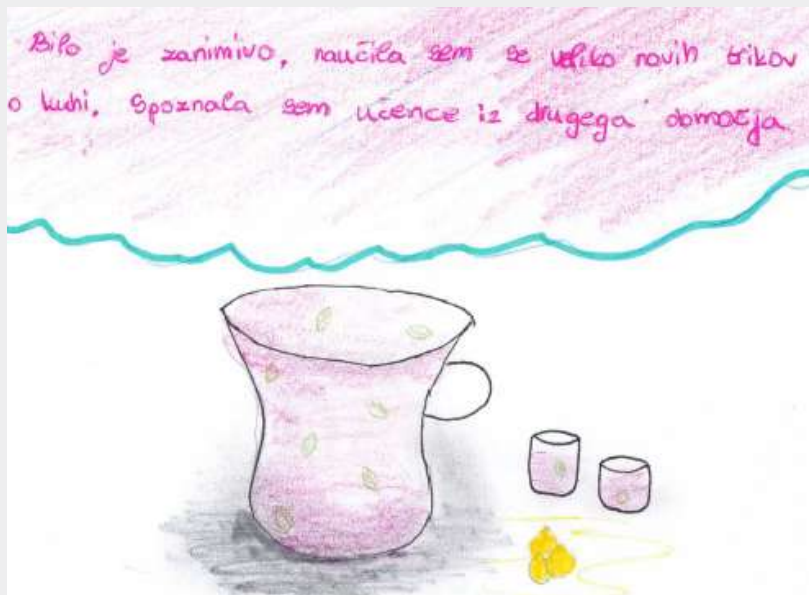
JÉG

ELKÉSZÍTÉS:

1. A TEÁT A GYÁRTÓ UTASÍTÁSAI SZERINT ELKÉSZÍTJÜK, MAJD KISSÉ KIHŰTJÜK. MÉG LANGYOSAN BELEKEVERJÜK A MÉZET, ÉS BELETÉPKEDJÜK A FRISS MENTALEVELEKET.

2. A TEÁT ALAPOSAN LEHŰTJÜK, MAJD HOZZÁADJUK A FELSZELETELT ŐSZIBARACKOT, A CITROM LEVÉT, MÉG EGY KEVÉS FRISS MENTÁT, VÉGÜL KÖZVETLENÜL TÁLALÁS ELŐTT A JEGET.

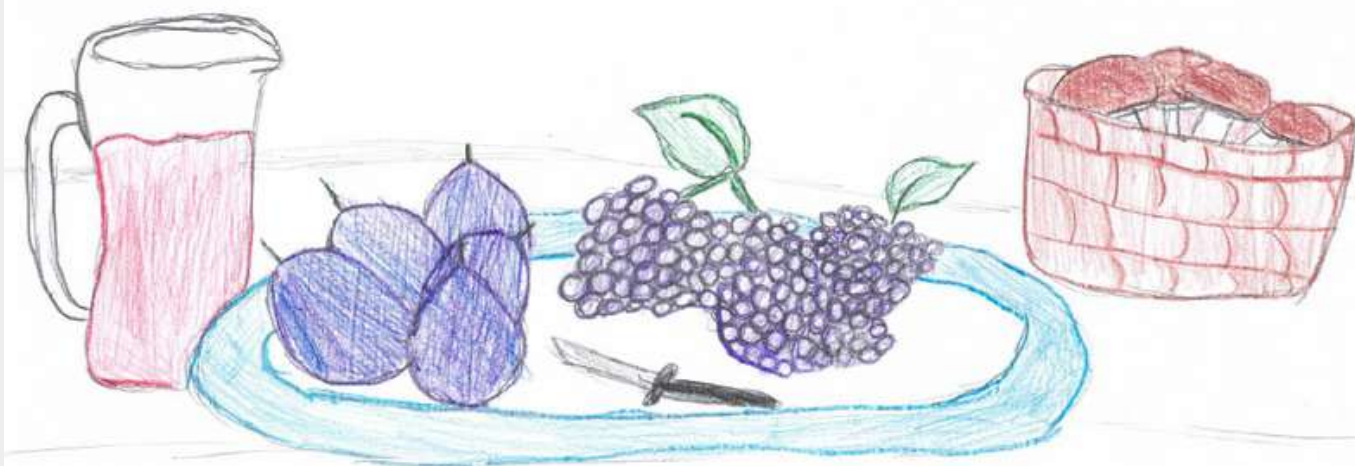
ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: KB. 60 PERC (MIVEL A TEÁNAK LE KELL HŰLNIE – KIVÉVE, HA NAGYON SOK JEGET HASZNÁLUNK 😊)





Kmetija
Gornji Serik

24.09.2025



**KUHAR NA SLOVENSKI VZORČNI KMETIJI JE
VODIL DELAVNICO – A SZLOVÉN
MINTAGAZDASÁG SZAKÁCSA VEZETTE A
MŰHELYMUNKÁT.**

Gombaleves

Hozzávalók:

14.GOBOVA JUHA

3ek olaj, 1 közepes fej vöröshagyma, 2 sárgarépa, 1 fehérrépa, 50dkg csiperkegomba, 8dkg hajdina, 1ek só, 1/2kk őrölt fekete bors, 1/2csokor petrezselyem, 1ek aprított tárkony, 175gr tejföl.

Elkészítés:

A felaprított hagymát megdinszteljük az olajon, majd rádobjuk a megtisztított, felaprított zöldséget is, és néhány percig együtt pároljuk. Közben a megtisztítjuk és felaprítjuk a gombát, a hagymás zöldséghez adjuk, és további 4-5 percig együtt pirítjuk. Felöntjük 15dl vízzel, beleszórjuk a fűszereket, a petrezselyemből és a tárkonyból egy keveset félreteszünk, felforraljuk, sózzuk, majd az alaposan megmosott hajdinát is hozzáadjuk. Fedő alatt, kis lángon főzzük 25 percig, néha megkeverjük, majd a megfőtt hajdinából és a zöldségekből kimerünk egy részt, botmixerrel pürésítjük, hozzákeverjük a tejfölt, pár percig még főzzük, így sűrítjük be a levest. A végén megszórjuk a félretett petrezselyemmel és tárkonnyal. (5 főre, 60 perc).

SESTAVINE:

**SVEŽE GOBE – ČEBULA – ČESEN – OLJE ALI MAST – RDEČA MLETA PAPRIKA
– SOL – POPER – LOVORJEV LIST – MOKA (ZA PREŽGANJE) – KISLA
SMETANA – VODA**

PRIPRAVA:

NA MAŠČOBI PREPRAŽIMO DROBNO SESEKLJANO ČEBULO, DA POSTEKLENI. DODAMO NAREZANE GOBE IN JIH NA HITRO POPRAŽIMO. PRIMEŠAMO SESEKLJAN ČESEN, RDEČO MLETO PAPRIKO IN LOVORJEV LIST, NATO ZALIJEMO Z VODO. SOLIMO IN POPRAMO TER KUHAMO, DA SE GOBE ZMEHČAJO.

POSEBEJ PRIPRAVIMO PREŽGANJE IZ MOKE IN MAŠČOBE, GA RAZREDČIMO Z MALO JUHE IN PRIMEŠAMO JUHI. NA KONCU DODAMO KISLO SMETANO, DOBRO PREMEŠAMO IN JUHO ŠE NA KRATKO POKUHAMO.

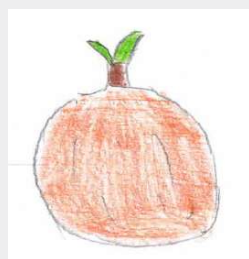
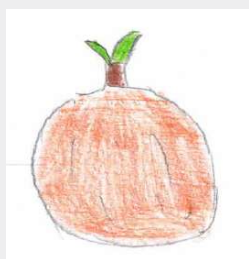
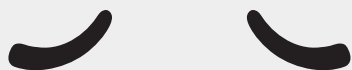
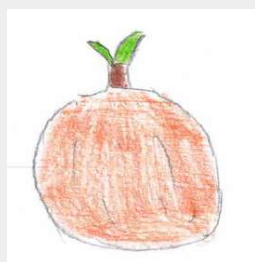
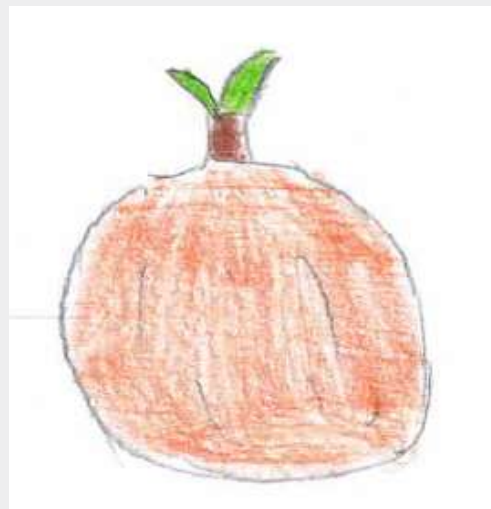
POSTREŽEMO TOPLO, PO ŽELJI S KRUHOM.





**"DODALI SMO TUDI KORENČEK –
HOZZÁDTUK A SÁRGARÉPÁT IS."**





15. PEREC, PEČEN NA VROČEM KAMNU

SESTAVINE:

500 G GLADKE MOKE
1 KOCKA SVEŽEGA KVASA (ALI 7 G SUHEGA)
1 ŽLIČKA SLADKORJA
1,5 ŽLIČKE SOLI
PRIBLIŽNO 300 ML MLAČNE VODE
2 ŽLICI OLJA
GROBA SOL ZA POSIP
(PO ŽELJI: KUMINA ALI SEZAM)

HŐKÖVÖN SÜLT PEREC

HOZZÁVALÓK:

500 G FINOMLISZT
1 KOCKA FRISS ÉLESZTŐ (VAGY 7 G SZÁRÍTOTT ÉLESZTŐ)
1 TEÁSKANÁL CUKOR
1,5 TEÁSKANÁL SÓ
KB. 300 ML LANGYOS VÍZ
2 EVŐKANÁL OLAJ
DURVA SÓ A SZÓRÁSHOZ
(ÍZLÉS SZERINT: KÖMÉNY VAGY SEZÁMMAG)



PRIPRAVA:

KVAS RAZTOPIMO V MLAČNI VODI S SLADKORJEM IN PUSTIMO NEKAJ MINUT, DA SE AKTIVIRA.

MOKO PRESEJEMO V SKLEDO, DODAMO SOL, OLJE IN KVASEC TER ZAMESIMO GLADKO, MEHKO TESTO.

TESTO POKRIJEMO IN PUSTIMO VZHAJATI PRIBLIŽNO 45-60 MINUT, DA SE NJEGOV VOLUMEN PODVOJI.

VZHAJANO TESTO RAZDELIMO NA MANJŠE KOSE, IZ KATERIH OBLIKUJEMO DOLGE SVALJKE IN JIH ZAVIJEMO V OBLIKO PERECA.

PERECE POLOŽIMO NA VROČ KAMEN (ALI PEKAČ), JIH PO ŽELJI RAHLO NAVLAŽIMO Z VODO, POSUJEMO Z GROBO SOLJO IN PO ŽELJI S KUMINO ALI SEZAMOM.

PEČEMO V DOBRO OGRETI PEČICI PRI 220 °C PRIBLIŽNO 15-20 MINUT, DA LEPO PORJAVIJO.

POSTREŽBA:

PERECI SO NAJBOLJŠI ŠE TOPLI, KOT PRIGRIZEK ALI PRILOGA K JUHAM.

ELKÉSZÍTÉS:

AZ ÉLESZTŐT A LANGYOS VÍZBEN A CUKORRAL FELFUTTATJUK.

A LISZTET TÁLBA SZITÁLJUK, HOZZÁADJUK A SÓT, AZ OLAJAT ÉS A FELFUTTATOTT ÉLESZTŐT, MAJD SIMA, LÁGY TÉSztÁT DAGASZTUNK.

A TÉSztÁT LETAKARVA KB. 45-60 PERCIG KELESZTJÜK, AMIG A TÉRFOGATA MEGDUPLÁZÓDIK.

A MEGKELT TÉSztÁT KISEBB DARABOKRA OSZTJUK, HOSSZÚ RUDAKAT SODRUNK BELŐLÜK, MAJD PEREC ALAKÚRA FORMÁZZUK.

A PERCEKET A FORRÓ KÖRE (VAGY TEPSIRE) HELYEZZÜK, SZÜKSÉG ESETÉN ENYHÉN MEGVIZEZZÜK, MEGSZÓRJUK DURVA SÓVAL, ÍZLÉS SZERINT KÖMÉNNYEL VAGY SZEZÁMMAGGAL.

ELŐMELEGÍTETT SÜTŐBEN 220 °C-ON KB. 15-20 PERCIG SÜTJÜK, AMIG SZÉP ARANYBARNÁRA SÜLNEK.

TÁLALÁS:

A PERCEK FRISSEN, MELEGEN A LEGFINOMABBAK, LEVESEK MELLÉ VAGY ÖNÁLLÓAN IS KÍNÁLHATÓK.



16A.DÖDÖLLE (HAGYOMÁNYOS KRUMPLIS-LISZT)

HOZZÁVALÓK:

1 KG BURGONYA

KB. 250 G LISZT (SZÜKSÉG SZERINT)

SÓ

ZSÍR VAGY OLAJ

1 FEJ HAGYMA

ELKÉSZÍTÉS:

A BURGONYÁT MEGHÁMOZZUK, FELKOCKÁZZUK, MAJD SÓS VÍZBEN PUHÁRA FŐZZÜK.

A FŐZŐVÍZET NEM ÖNTJÜK LE TELJESEN: ANNYIT HAGYUNK RAJTA, AMENNYI A PÜRÉSÍTÉSHEZ SZÜKSÉGES. A BURGONYÁT ÖSSZETÖRJÜK, MAJD FOLYAMATOS KEVERÉS MELLETT FOKOZATOSAN HOZZÁADJUK A LISZTET, AMIG SÚRÚ, RAGAC SOS MASSZÁT NEM KAPUNK. A MASSZÁT MÉG NÉHÁNY PERCIG FŐZZÜK, KÖZBEN ERŐTELJESEN KEVERJÜK, HOGY NE CSOMÓSODJON. EGY SERPENYŐBEN ZSÍRT (VAGY OLAJAT) HEVITÜNK, HOZZÁADJUK AZ APRÓRA VÁGOTT HAGYMÁT, ÉS ARANYBARNÁRA PIRÍTJUK. A FORRÓ HAGYMÁS ZSIRADÉKBA KANÁLLAL BELESZAGGATJUK A DÖDÖLLÉT, KISSÉ MEGPIRÍTJUK, MAJD ÓVATOSAN ÁTFORGATJUK.

TÁLALÁS:

A DÖDÖLLÉT HAGYOMÁNYOSAN TEJFÖLLEL, SAVANYÚ KÁPOSZTÁVAL VAGY SALÁTÁVAL KÍNÁLJÁK.

MUCA NA KMETIJI CICA A GAZDASÄGBAN



PRIPRAVA:

KROMPIR OLUPIMO, NAREŽEMO NA KOŠČKE IN SKUHAMO V SLANI VODI DO MEHKEGA. TE VODE NE ODLIJEMO V CELOTI – PUSTIMO JE TOLIKO, KOLIKOR JE POTREBNO ZA TLAČENJE KROMPIRJA. KROMPIR PRETLAČIMO, NATO PA OB STALNEM MEŠANJU POSTOPOMA DODAJAMO MOKO, DA DOBIMO GOSTO, LEPLJIVO MASO. MASO ŠE NEKAJ MINUT KUHAMO IN MOČNO MEŠAMO, DA SE NE NAREDIJO GRUDICE. V PONVI SEGREJEMO MAST (ALI OLJE), DODAMO DROBNO NASEKLJANO ČEBULO IN JO PREPRAŽIMO DO ZLATO RJAVE BARVE. Z ŽLICO TRGAMO DÖDÖLE IN JIH DODAJAMO V VROČO ČEBULNO MAŠČOBO, RAHLO POPEČEMO TER PREVIDNO PREMEŠAMO.

DÖDÖLE (TRADICIONALNA KROMPIRJEVO-MOČNATA JED)

SESTAVINE:

1 KG KROMPIRJA
PRIBLIŽNO 250 G MOKE
(PO POTREBI)
SOL
MAST ALI OLJE
1 ČEBULA



POSTREŽBA:

DÖDÖLE TRADICIONALNO POSTREŽEMO S KISLIM ZELJEM, SOLATO ALI KISLO SMETANO.

ŠE VEČ RECEPTOV ZA DÖDÖLE

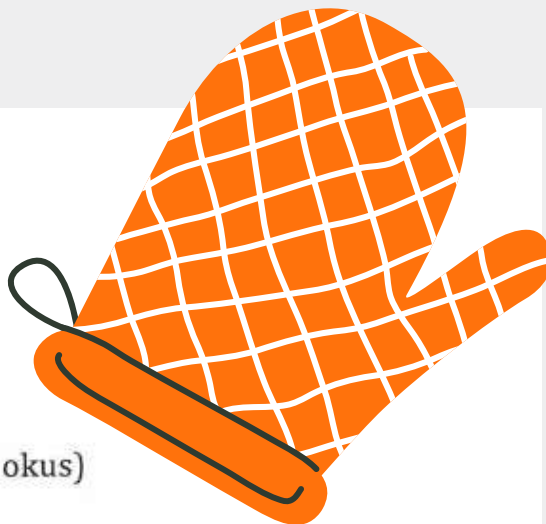
TÖBBFÉLE DÖDÖLLE RECEPTJE

16.B, 16.C, 16.D & 16.E

PREKMURSKI Dodoli

Sestavine (za 4 osebe):

- 1 kg krompirja (mokašaste sorte)
- 200–250 g gladke moka
- 150 g ocvirkov ali slanine
- sol po okusu
- voda (za kuhanje krompirja)
- 1 čebula (neobvezno – za dodaten okus)



Postopek priprave:

1. **Olupi in nareži krompir** na večje kose.
2. Krompir daj v lonec, **prelij z vodo** in posoli. Kuhaj do mehkega (kot za pire).
3. Ko je krompir kuhan, **ne odlij vode** – naj je ostane toliko, da je krompir še vedno v tekočini (približno 2–3 cm nad krompirjem).
4. V lonec s krompirjem **počasi vsuj moko v eni potezi**, brez mešanja. Pokrij s pokrovko in pusti stati **približno 10 minut**, da se moka »pari« nad krompirjem.
5. Po 10 minutah začni **močnejše mešati z leseno kuhalnico ali stepalko**, da nastane gosta, gladka masa brez grudic. To je najtežji del – masa postane zelo gosta.
6. Na ponvi posebej **zasekaj ocvirke ali na drobno narezano slanino**, po želji dodaj še **narezano čebulo** in praži do zlato rjave barve.
7. Dödöle s pomočjo žlice oblikuj v »žličnike« ali jih samo naloži na krožnik in **prelij z vročimi ocvirki ali slanino**.
8. Postrezi vroče – samostojno ali kot prilogo (npr. k mesu ali kislemu mleku).

Pripovedovala Terezija Vučko, zapisala Zoja Makoter.

Dödoli

Dödoli so tradicionalna slovenska jed, znana po svojem preprostem in bogatem okusu. Narejeni so iz krompirja, moke, čebule in kisle smetane, kar ustvari kremasto in nasitno jed.

Sestavine:

- 500g krompirja
- 450g moke
- Ščepec soli
- 2 žlici svinjske masti ali zaseke
- 1 večja čebula
- 400g kisle smetane

Postopek:

Krompir olupimo, narežemo na večje kose in ga damo kuhat v slano vodo. Voda mora ravno prekriti krompir. Ko je krompir skuhan, vode ne odlijemo ampak krompir v vodi pretlačimo. Nato dodamo moko. S kuhalnico mešamo toliko časa, da ne vidimo več grudic in je testo lepljivo. Med mešanjem to maso kuhamo približno 7 minut. Pri mešanju si lahko pomagamo z električnim mešalnikom.

Pripravimo zabelo iz kisle smetane in pražene čebule. Na maščobi prepražimo eno večjo čebulo narezano na kockice in ji dodamo žlico mlete paprike in eno veliko kisko smetano. Sestavine kuhamo do vretja. Nato z leseno kuhalnico »režemo« iz lepljive mase manjše koščke dödolov in jih dajemo v skledo. Tako narezane dödole zalijemo z zabelo.



Dodoli

Sestavine:

Krompir

Moka

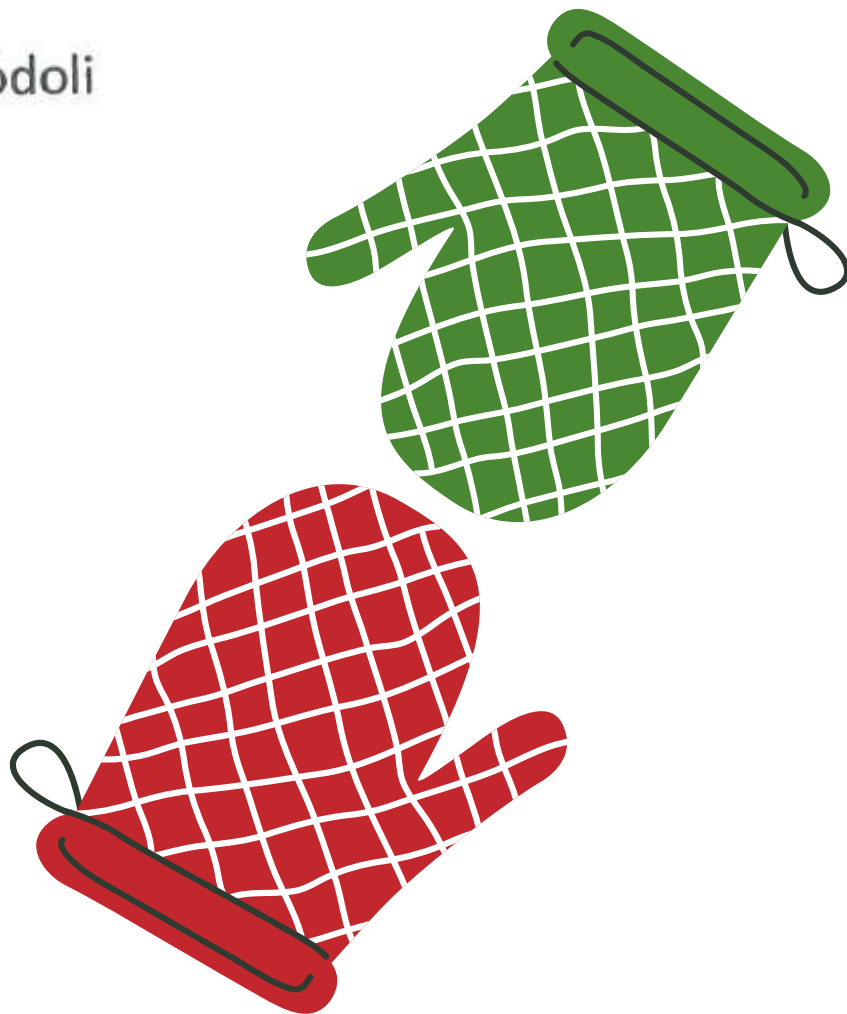
Sestavine za preliv:

Čebula

Zaseka

Rdeča paprika v prahu

Kisla smetana



Postopek:

Najprej olupimo krompir in ga skuhamo v slani vodi. Ko je krompir skuhan ga pretlačimo (vode ne odlivamo) dodamo moko in zmešamo v gladko maso. Na zaseki prepražimo čebulo dodamo rdečo papriko in kislo smetano. Nato z žlico oblikujemo žličnike in jih prelijemo z prelivom. Dober tek! 😊

Recept mi je povedala babica Marija.

Katarina Belovič

DÖDALA – PORABJE (ŠTEVANOVSKO NAREČJE)

LÜK NA DRAUVNO ZREJŽAMO, V ŽIREJ SPRAŽIMO.
KROMČA OLÜJPAMO, NA ŠAJBA ZREJŽAMO PA
STJÜJAMO V SOLEJNOJ VODEJ. VTJÜP ZMUŽDJIMO
KROMČA Z MELOM (CA. 1 KG). Z ŽLICO VÖPUBAREMO
NA FALATE PA Z LÜKOM SPEČEMO. AJ MALO
SKAURDJO DOBI. TAK BAUKŠTJI ŽMA MA.

ČEBULO DROBNO NAREŽEMO IN JO NA MAŠČOBI PREPRAŽIMO.
KROMPIR OLUPIMO, NAREŽEMO NA REZINE IN GA KUHAMO V
SLANI VODI. NATO KROMPIR SKUPAJ Z MOKO (PRIBLIŽNO 1
KG) PRETLAČIMO. Z ŽLICO MASO POLAGAMO NA VROČO PONEV
IN JO SKUPAJ S ČEBULO NA MASTI SPEČEMO. NAJ SE MALO
ZAPEČE SKORJICA. TAKO IMA PEČENA JED BOLJŠI OKUS.

A HAGYMÁT APRÓRA VÁGJUK, MAJD ZSIRADÉKON
MEGPIRÍTJÜK. A BURGONYÁT MEGHÁMOZZUK,
SZELETEKRE VÁGJUK, ÉS SÓS VÍZBEN MEGFŐZZÜK.
EZUTÁN A BURGONYÁT A LISZTTEL EGYÜTT (KB. 1 KG)
ÖSSZETÖRJÜK. A MASSZÁT KANÁLAL FORRÓ SERPENYŐRE
TESSZÜK, ÉS A HAGYMÁS ZSIRADÉKON MEGSÜTJÜK.
HAGYJUK, HOGY ENYHÉN KÉRGESRE SÜLJÖN. ÍGY AZ
ELKÉSZÜLT ÉTEL ÍZLETESEBB LESZ.

DÖDALA – RÁBA-VIDÉK (APÁTISTVÁNFALVA NYELVJÁRÁSA)

17. RABAVIDEKI CSUTRI LEVES

PORABSKA JUHA

SESTAVINE:

(PO ŽELJI) 1 KG SVINJSKIH KOSTI ALI SVINJSKIH REBRC

30 DAG KUHANEGA PREKAJENEGA MESA

2 KG PESE

1 VEČJA ČEBULA

2 STROKA ČESNA

4 LOVORJEVI LISTI

SOL

MLETA RDEČA PAPRIKA

2 ŽLICI MOKE

2 ŽLICI KISLE SMETANE

5 DAG MASTI

1 ŽLICA KISA (10-ODSTOTNEGA)

VODA

ZA SKUTNE CMOČKE (CSUTRI):

2 DL KISLE SMETANE

2 ŽLICI MOKE

MALO VODE

PRIPRAVA:

ČE UPORABLJAMO MESO ALI KOSTI, JIH NAJPREJ DAMO KUHATI V VEČJI LONEC Z VODO. MEDTEM OLUPIMO IN NAREŽEMO PESO NA VEČJE KOSE.

ČEBULO DROBNO SESEKLJAMO, ČESEN NASEKLJAMO.

KO JE MESO DELNO KUHAMO, V LONEC DODAMO PESO, ČEBULO, ČESEN,

LOVORJEV LIST IN SOL. KUHAMO, DOKLER SE PESA NE ZMEHČA.

MED KUHANJEM PRIPRAVIMO PREŽGANJE: NA MASTI POPRAŽIMO MOKO,

DODAMO MLETO RDEČO PAPRIKO IN TAKOJ ZALIJEMO Z MALO JUHE, DA

SE NE PRISMODI. PREŽGANJE PRIMEŠAMO JUHI.

KO JE PESA KUHAMO, JUHO RAHLO OKISAMO S KISOM.

PRIPRAVA SKUTNIH CMOČKOV:

V SKLEDI ZMEŠAMO KISLO SMETANO, MOKO IN MALO VODE, DA DOBIMO GOSTO MASO. Z ŽLIČKO ZAJEMAMO MAJHNE CMOČKE IN JIH DODAJAMO V VRELO JUHO. KUHAMO ŠE PRIBLIŽNO 10-15 MINUT, DA CMOČKI PRIPLAVAJO NA POVRŠJE IN SE SKUHAJO.

NA KONCU PO POTREBI ŠE SOLIMO, PREMEŠAMO IN JUHO POSTREŽEMO VROČO.

POSTREŽBA:

PORABSKO JUHO S SKUTNIMI CMOČKI POSTREŽEMO S SVEŽIM KRUHOM. PO ŽELJI JO LAHKO DODATNO OBOGATIMO S KISLO SMETANO.

HOZZÁVALÓK:

**(OPCIONÁLISAN) 1 KG SERTÉSCSONT VAGY SERTÉSBORDA
30 DKG FŐTT FÜSTÖLT HÚS
2 KG CSUTRI RÉPA
1 NAGY FEJ VÖRÖSHAGYMA
2 GEREZD FOKHAGYMA
4 BABÉRLEVÉL
SÓ
ŐRÖLT PIROSPAPRIKA
2 EVŐKANÁL LISZT
2 EVŐKANÁL TEJFÖL
5 DKG ZSÍR
1 EVŐKANÁL 10%-OS ECET
VÍZ**

A CSUTRIHOZ:

**2 DL TEJFÖL
2 EVŐKANÁL LISZT
KEVÉS VÍZ**

ELKÉSZÍTÉS:

HA CSONTOT VAGY HÚST HASZNÁLUNK, AZT ELŐSZÖR EGY NAGYOBB FAZÉKBAN VÍZBEN FELTESSZÜK FŐNI. KÖZBEN A CSUTRI RÉPÁT MEGHÁMOZZUK ÉS NAGYOBB DARABOKRA VÁGJUK. A VÖRÖSHAGYMÁT FINOMRA APRÍTJUK, A FOKHAGYMÁT FELVÁGJUK.

AMIKOR A HÚS FÉLIG MEGFŐTT, HOZZÁADJUK A CSUTRI RÉPÁT, A VÖRÖSHAGYMÁT, A FOKHAGYMÁT, A BABÉRLEVELET ÉS A SÓT. ADDIG FŐZZÜK, AMIG A CSUTRI RÉPA MEGPUHUL.

KÖZBEN ELKÉSZÍTJÜK A RÁNTÁST: A ZSÍRON MEGPIRÍTJUK A LISZTET, HOZZÁADJUK AZ ÓRÓLT PIROSPAPRIKÁT, MAJD AZONNAL FELÖNTJÜK EGY KEVÉS LEVESSEL, HOGY NE ÉGJEN MEG. A RÁNTÁST A LEVESHEZ ADJUK.

AMIKOR A CSUTRI RÉPA MEGFŐTT, A LEVEST ENYHÉN SAVANYÍTJUK AZ ECETTEL.

A CSUTRI ELKÉSZÍTÉSE:

EGY TÁLBAN ÖSSZEKEVERJÜK A TEJFÖLT, A LISZTET ÉS EGY KEVÉS VIZET, HOGY SŰRŰ MASSZÁT KAPJUNK. KISKANÁLLAL KIS GALUSKÁKAT SZAGGATUNK A FORRÁSBAN LÉVŐ LEVESBE. KÖRÜLBELÜL 10-15 PERCIG FŐZZÜK, AMIG A CSUTRIK FELJÖNNEK A LEVES TETEJÉRE ÉS MEGFŐNEK.

A VÉGÉN SZÜKSÉG SZERINT MÉG SÓZZUK, JÓL ELKEVERJÜK, ÉS FORRÓN TÁLALJUK.

TÁLALÁS:

A RÁBAVIDÉKI CSUTRI LEVEST FRISS KENYÉRREL KÍNÁLJUK. ÍZLÉS SZERINT TEJFÖLLEL IS GAZDAGÍTHATÓ.



18. SADNI AJDOV KOLÁČ (GYÜMÖLCSÖS HAJDINAMÁLÉ)



Gyümölcsös hajdinamálé

Hozzávalók: 50 dkg gyümölcs (körte, cseresznye, szilva, vagy tetszés szerinti idénygyümölcs), 30 dkg kristálycukor a gyümölcsökhöz. hat dl aludttej, 2 kávéskanál szóda bikarbóna, 2 kávéskanál só, 2 kávéskanál kristálycukor, kb. 14 evőkanál búzaliszt, 8 evőkanál hajdinaliszt. A tepszi zsírozásához és a sütemény locsolásához sertészsír, egy dl tejföl, a tetejére porcukor. A gyümölcsöket megtisztítjuk, magházukat (magjukat) eltávolítjuk, és felkockázzuk. Egy tálban összekeverjük a kristálycukorral.

Az aludttejbe beletesszük a szóda bikarbónát, sót, cukrot, a búzalisztet, a hajdinalisztet, és alaposan kikeverjük. Piskóta sűrűségű tésztamasszát kapunk, amit kizsírozott tepsibe öntünk. A tetejét megszórjuk gyümölcsökkel, meglocsoljuk tejföllel, és olvasztott zsírral. Előmelegített sütőben kisütjük. Kicsit hűlni hagyjuk, majd szeleteljük. Tetejét meghinthetjük porcukorral.

SESTAVINE:

AJDOVA MOKA

JAJCA

SLADKOR

MLEKO ALI JOGURT

OLJE ALI STOPLJENO MASLO

PECILNI PRAŠEK

SEZONSKO SADJE (NPR. SLIVE, JABOLKA, HRUŠKE ALI DRUGO SADJE)

PO ŽELJI: ŠČEPEC SOLI, VANILJEV SLADKOR ALI CIMET

PRIPRAVA:

V POSODI ZMEŠAMO JAJCA IN SLADKOR, DA ZMES POSTANE SVETLA IN PENASTA. DODAMO MLEKO (ALI JOGURT) TER OLJE OZIROMA STOPLJENO MASLO IN DOBRO PREMEŠAMO. NATO PRIMEŠAMO AJDOVO MOKO, PECILNI PRAŠEK IN PO ŽELJI ŠE ŠČEPEC SOLI ALI DRUGE ZAČIMBE.

SADJE OPEREMO, PO POTREBI OLUPIMO IN NAREŽEMO NA MANJŠE KOŠČKE. PEKAČ NAMAŽEMO Z MAŠČOBO IN VANJ VLIJEMO PRIPRAVLJENO MASO. PO VRHU ENAKOMERNO RAZPOREDIMO SADJE IN GA RAHLO POTISNEMO V MASO.

ZLIVANKO PEČEMO V OGRETI PEČICI, DOKLER NI LEPO ZAPEČENA IN ZLATO RJAVE BARVE. KO JE PEČENA, JO NEKOLIKO OHLADIMO, NATO NAREŽEMO IN POSTREŽEMO.

POSTREŽBA:

SADNA AJDOVA ZLIVANKA JE ODLIČNA KOT SLADICA ALI MALICA. POSTREŽEMO JO LAHKO ŠE TOPLO ALI HLADNO, PO ŽELJI POSUTO S SLADKORJEM V PRAHU.





19. LANGAŠ - LANGOS

Langoš

sestavine

50 dag moke

1,5 dl mleka

1 jogurt

1 jajce

1 mala žlička soli

1 mala žlička sladkorja

1 pecilni prašek

približno 2 dag kvasa

olje za cvrtje

NISMO GA PRIPRAVLJALI, AMPAK OHRANITI
SE MORAJ!

to mi je povedala babica
Marisa Horjan
Lana Horjan

**„NEM KÉSZÍTETTÜK EL, DE MEG KELL
ŐRIZNI!”**

LÁNGOS

HOZZÁVALÓK:

50 DKG LISZT

1,5 DL TEJ

1 JOGHURT

1 TOJÁS

1 KÁVÉSKANÁL SÓ

1 KÁVÉSKANÁL CUKOR

1 CSOMAG SÜTŐPOR

KB. 2 DKG ÉLESZTŐ

OLAJ A SÜTÉSHEZ

**A RECEPTET MARIJA HOZJAN NAGYMAMA MONDTA EL.
(LARISA HOZJAN)**

20. "OŽENJENA KAŠA"

PROSO + AJDA = LEP PAR



KÖLES + HAJDINA = SZÉP PÁR

OŽENJENA KAŠA

Sestavine:

- maslo
- čebula
- prosova kaša
- ajdova kaša
- mlita rdeča paprika
- sol



Na maslu prepražiš čebulo in dodaš mlito rdečo papriko. Nato dodaš obe kaši in vse skupaj zaliješ z vodo in posoliš, kuháš na zmernem ognju. Jed mora biti gosta. Po želji na koncu dodaš še malo bučnega olja.

Po pripovedovanju babice Angele Horvat.
Napisal Gašper Vučko.





HÁZAS KÁSA

(OŽENJENA KAŠA)

HOZZÁVALÓK:

– KRUMPLI (BURGONYA)

– KÖLES

– HAJDINA

– ZSÍR

ELKÉSZÍTÉS:

A HAJDINÁT ÉS A KÖLEST KÜLÖN-KÜLÖN MEGFŐZZÜK.

A KRUMPLIT MEGHÁMOZZUK, FELKOCKÁZZUK, ÉS SÓS VÍZBEN MEGFŐZZÜK.

AMIKOR MINDEN MEGFŐTT, A KÖLEST ÉS A HAJDINÁT A KRUMPLIHOZ ADJUK.

ZSÍRT TESZÜNK HOZZÁ, MAJD AZ EGÉSZET JÓL ÖSSZEKEVERJÜK.
ÍGY KAPJUK MEG A HÁZAS KÁSÁT.





KCUJ SMO DELALI ŠE **ZELEJNO ŠALATO** Z
BUČNIN OLIJON



MELLÉ MÉG CSINÁLTUNK ZÖLDSALÁTÁT TÖKMAGOLAJJAL.

21.ZELENA SOLATA Z BUČNIM OLJEM

SOLATA Z BUČNIM OLJEM JE NASITNA SOLATA, KI JE LAHKO TUDI SAMOSTOJNA JED. OBOGATIMO JO LAHKO S SEMENI (BUČNA SEMENA) IN TRDO KUHANIM JAJCEM, NA KONCU DODAMO ŠE BUČNO OLJE. NAJBOLJŠE JE DOMAČE GOSTO BUČNO OLJE, KI IMA IZRAZIT VONJ IN OKUS.

PRIPOMOČKI:

VEČJA POSODA
CEDILO
MANJŠI NOŽ
DESKA ZA REZANJE
2 ŽLICI (ZA MEŠANJE)



SESTAVINE:

POLJUBNA ZELENA SOLATA (KRISTALKA, RUKOLA, MOTOVILEC, MLADA ŠPINAČA)
SOL (PO OKUSU)
DOMAČE BUČNO OLJE
DOMAČI JABOLČNI KIS
1-2 TRDO KUHANI JAJCI (PO ŽELJI)

POSTOPEK:

UPORABIMO LAHKO KATEROKOLI VRSTO ZELENE SOLATE, POZIMI TUDI RADIČ. ODLOČIMO SE LAHKO ZA SAMO ENO VRSTO (NPR. KRISTALKO, RUKOLO, MLADO ŠPINAČO, MOTOVILEC ALI KAKŠNO DRUGO) ALI PRIPRAVIMO MEŠANICO RAZLIČNIH VRST. SOLATO OTREBIMO, IZLOČIMO POŠKODOVANE DELE RASTLINE, DOBRO OPEREMO IN ODCEDIMO NA CEDILU. ODCEJENO STRESEMO V VEČJO POSODO. TRDO KUHANO JAJCE NAREŽEMO NA TANJŠE KOLOBARJE. PO ŽELJI JIH LAHKO NAREŽEMO TUDI NA MANJŠE DELE. DODAMO JIH NA SOLATO. VSE SKUPAJ PRELIJEMO Z DOMAČIM BUČNIM OLJEM, DOMAČIM KISOM IN PREMEŠAMO Z 2 ŽLICAMA. SOLATA JE PRIPRAVLJENA. POSTREŽEMO JO TAKOJ.

TÖKMAGOLAJOS ZÖLDSALÁTA

A TÖKMAGOLAJOS SALÁTA TÁPLÁLÓ ÉTEL, AMELY ÖNÁLLÓ FOGÁSKÉNT IS FOGYASZTHATÓ. GAZDAGÍTHATJUK TÖKMAGGAL ÉS KEMÉNYRE FŐTT TOJÁSSAL. A LEGJOBB A HÁZI, SÚRÚ TÖKMAGOLAJ, AMELYNEK JELLEGZETES ILLATA ÉS ÍZE VAN.



ESZKÖZÖK:

- NAGY TÁL
- SZŰRŐ
- KISEBB KÉS
- VÁGÓDESZKA
- 2 EVŐKANÁL (KEVERÉSHEZ)

HOZZÁVALÓK:

- ZÖLDSALÁTA TETSZÉS SZERINT (FEJES SALÁTA, RUKKOLA, MADÁRSALÁTA, BÉBISPENÓT; TÉLEN CIKÓRIA IS)
- SÓ (ÍZLÉS SZERINT)
- HÁZI TÖKMAGOLAJ
- HÁZI ALMAECET
- 1-2 KEMÉNYRE FŐTT TOJÁS (OPCIONÁLIS)

ELKÉSZÍTÉS:

A SALÁTÁT MEGTISZTÍTJUK, A SÉRÜLT RÉSZEKET ELTÁVOLÍTJUK, ALAPOSAN MEGMOSSUK, MAJD SZŰRŐBEN LECSEPEGTETJÜK. A LECSEPEGTETETT SALÁTÁT NAGY TÁLBA TESSZÜK. A KEMÉNYRE FŐTT TOJÁST KARIKÁKRA VAGY KISEBB DARABOKRA VÁGJUK, ÉS A SALÁTÁHOZ ADJUK. HÁZI TÖKMAGOLAJJAL ÉS ALMAECETTEL MEGLOCSOLJUK, ÍZLÉS SZERINT MEGSÓZZUK, MAJD KÉT EVŐKANÁLLAL ÓVATOSAN ÖSSZEKEVERJÜK. AZONNAL TÁLALJUK.

22.KUKARČNI ŽGANIKI KUKORICAGÁNICA – – VEČ VARIANT TÖBBFÉLE VÁLTOZAT



Z OCVIRKI – TEPERTÖVEL

KUKARČNI ŽGANIKI

Sestavine:

- koruzna moka (30 dag)
- sol
- voda (3x toliko kot je žgancar)

Vodo posolimo in zavremo. Vanjo stremo koruzno moko, ko moka prerre, kupo prebademo ali pustimo v ryšji stati kuhalnico. Kuhati jo moramo pol ure. Odvečno vodo odlijemo.

Žganike damo v krožnik in jih prelujemo z vročim mlekom ali belo kavo.

Po pripovedovanju babice Angele Horvat.

Napisal Gašper Vučko.

**V VROČEM POLNOMASTNEM KRAVJEM MLEKU
FORRÓ, TELJES TEJBEN**



HOZZÁVALÓK:

- KUKORICALISZT (30 DKG)**
- SÓ**
- VÍZ (KB. HÁROMSZOR ANNYI, MINT A GÁNICA MENNYISÉGE)**

ELKÉSZÍTÉS:

A VIZET MEGSÓZZUK ÉS FELFORRALJUK. A FORRÁSBAN LÉVŐ VÍZBE BELESZÓRJUK A KUKORICALISZTET. AMIKOR A LISZT MEGFŐ, JÓL ÖSSZEKEVERJÜK VAGY FAKANÁLLAL ÖSSZETÖRJÜK.

LEGALÁBB FÉL ÓRÁIG FŐZZÜK, A FELESLEGES VIZET LEÖNTJÜK. A GÁNICÁT TÁLBA TESSZÜK, ÉS FORRÓ TEJJEL VAGY FEHÉR KÁVÉVAL LEÖNTJÜK.

A RECEPTET ANGELA HORVAT NAGYMAMA ELMONDÁSA ALAPJÁN JEGYEZTE LE GAŠPER VUČKO.

EZEK A GÁNICÁK CIKÓRIAKÁVÉBA VANNAK TÁLALVA – IGAZÁN FINOMAK !



TI ŽGANCI SO POTOPLJENI V KAVO IZ
CIKORIJE – ZELO FINI !

Mezei katáng ①



A katáng virágai

Rendszertani besorolás

Ország: Növények (Plantae)
Törzs: Zárvaermők (Magnoliophyta)
Csoport: Valódi kétszikűek (eudicots)
Csoport: Asteridae
Csoport: Euasterids II
Rend: Fészekvirágzatúak (Asterales)
Család: Őszirózsafélék (Asteraceae)
Nemzetség- Katángrokonúak csoport:
Nemzetség: **Katáng** (Cichorium)
Faj: **C. intybus**

Tudományos név
Cichorium intybus
L.

Navadni potrošnik



Navadni potrošnik (Cichorium pumilum)

Znanstvena klasifikacija

Kraljestvo: Plantae (rastline)
Deblo: Magnoliophyta (kritosemenke)
Razred: Magnoliopsida (dvokaličnice)
Red: **Asterales** (košarnice)
Družina: Asteraceae (nebinovke)
Rod: **Cichorium**
Vrsta: **Cichorium intybus**
L.

23.KORUŽNA VLEJVANKA Z JABOLKI – SLADICA :)



KUKARČNA VLEJVANKA Z DŽABOLKAMI

PEČENJE: 30 MIN
PRIPRAVA: 10 MIN
ZA: 12 OSEB

SESTAVINE:

$\frac{3}{4}$ L MLEKA
2 NAVADNA JOGURTA
5 ŽLIC SLADKORJA (BOLJŠI JE RJAVI)
1 KISLA SMETANA (ZA PREMAZ PO ŽELJI)
2 VEČJI JAJCI
2 VEČJI JABOLKI
KORUZNA MOKA (LAHKO JE POL KORUŽNE IN POL OSTRE)
PECILNI PRAŠEK (PO ŽELJI)
DOMAČA MARMELEDA (MARELIČNA, SLIVOVA, VIŠNJEVA,
ČEŠNJEVA ...)

POSTOPEK:

1. MLEKO, JOGURT, JAJCA (SLADKOR PO ŽELJI) DOBRO ZMEŠAMO TER DODAMO TOLIKO MOKE, DA JE MASA MALO BOLJ GOSTA KOT ZA PALAČINKE.
2. JABOLKA OPEREMO, OLUPIMO IN NARIBAMO TER JIH DODAMO K MASI. VSE SKUPAJ DOBRO PREMEŠAMO IN PRELIJEMO V POMAŠČEN IN POMOKAN PEKAČ CCA NA 1 CM DEBELO. Z ŽLIČKO PO VRHU NAREDIMO KUPČKE Z DOMAČO MARMELEDO.
3. PEČEMO PRI 180 STOPINJAH OZ. DOKLER NI VLEJVANKA ZLATO ZAPEČENA.
4. PO ŽELJI ŠE VROČE PECIVO NAMAŽEMO S KISLO SMETANO.

KUKORICÁS LEPÉNY ALMÁVAL

SÜTÉSI IDŐ: 30 PERC
ELŐKÉSZÍTÉS: 10 PERC
ADAG: 12 FŐ RÉSZÉRE

HOZZÁVALÓK:

$\frac{3}{4}$ L TEJ
2 NATÚR JOGHURT
5 EVŐKANÁL CUKOR (JOBB A BARNA CUKOR)
1 POHÁR TEJFÖL (KENÉSHEZ, IGÉNY SZERINT)
2 NAGYOBB TOJÁS
2 NAGYOBB ALMA
KUKORICALISZT (LEHET FELE KUKORICALISZT, FELE
RÉTESLISZT)
SÜTŐPOR (IZLÉS SZERINT)
HÁZI LEKVÁR (BARACK-, SZILVA-, MEGGY-,
CSERESZNYELEKVÁR STB.)

ELKÉSZÍTÉS:

1. A TEJET, A JOGHURTOT, A TOJÁSOKAT (ÉS A CUKROT, IZLÉS SZERINT) JÓL ÖSSZEKEVERJÜK, MAJD ANNYI KUKORICALISZTET ADUNK HOZZÁ, HOGY A MASSZA KISSÉ SÚRÚBB LEGYEN, MINT A PALACSHINTATÉSZTA.
2. AZ ALMÁKAT MEGMOSSUK, MEGHÁMOZZUK, LERESZELJÜK, MAJD A MASSZÁHOZ ADJUK. AZ EGÉSZET ALAPOSAN ÖSSZEKEVERJÜK, ÉS EGY KIVAJAZOTT, LISZTEZETT TEPSIBE ÖNTJÜK KB. 1 CM VASTAGON. A TETEJÉRE KANÁLLAL KIS HALMOKAT TESZÜNK A HÁZI LEKVÁRBÓL.
3. 180 °C-ON SÜTJÜK, AMIG A LEPÉNY SZÉP ARANYBARNÁRA NEM SÜL.
4. IGÉNY SZERINT A MÉG MELEG SÜTEMÉNYT TEJFÖLLEL MEGKENJÜK.

**OPOMBA: NAMESTO
SLADKORJA SMO UPORABILI
RAJE 2 SLADKA JABOLKA, KI
STA ŽE MALO MOKASTA IN
IMATA NAGUBANO LUPINO. LISZTESEK VOLTAK ÉS RÁNCOS
HÉJÜAK.**



**NEKOČ JE BILA VZLEJVANKA ZARADI SVOJE PREPROSTOSTI,
A ODLIČNEGA OKUSA ZNANA SKORAJ PRI VSAKI HIŠI. PRAV
TAKO SE JE NJEN RECEPT PREDAJAL IZ RODA V ROD, ZATO
JE BILA PRI VSAKI GOSPODINJI MALCE DRUGAČNA.**

**RÉGEN A VLEJVANKA EGYSZERŰSÉGE ÉS KIVÁLÓ ÍZE MIATT
SZINTE MINDEN HÁZNÁL ISMERT VOLT. A RECEPT
GENERÁCIÓRÓL GENERÁCIÓRA ÖRÖKLŐDÖTT, EZÉRT MINDEN
HÁZIAS SZONYNÁL KISSÉ MÁSKÉPP KÉSZÜLT.**

23.A Domače vzlejšvanke HAZI MALÉ

po receptu moje babice

Za pripravo potrebujemo:

685g	Moka (pol ostre, pol gladke)
360g	Navadni jogurt
2	Jajci
3 žlice, (na koncu še za na vrh)	Kisla smetana
2 ščepca	Sol
0,5	Pecilni prašek

Za premaz pekača bomo potrebovali še malo masla in olja.

Postopek priprave:

Vzamemo skledo ter vanjo zmešamo vse tekoče sestavine. Dodamo še moko zmešano z pecilnim praškom, nato pa mešamo da masa ne bo imela grudic ter mehurčkov. Preden maso vlijemo v pekač ga moramo namazati z oljem ter maslom, medtem pa pečico segrejemo na 210 stopinj. Nastalo maso pečemo do zlato-rjave barve. Ko so vzlejšvanke pečene jih premažemo še s kisló smetano ter posujemo s sladkorjem.

-Pri peki se včasih naredijo mehurčki; ko se bo jed ohlajala, bodo počili,

-Ko delamo vzlejšvanke ne varčujemo s sestavinami.

Nekoč je bila vzlejšvanke zaradi svoje preprostosti, a odličnega okusa znana skoraj pri vsaki hiši. Prav tako se je njen recept predajal iz roda v rod, zato je bila pri vsaki gospodinjí malce drugačna.

Slike: 1. slika: kako naj bi izgledala gotova sladica, slika 2: izgled mase ter pekača



Pripovedovala babica Marija, zapisala Ana Balažic

HÁZI MÁLÉ
A NAGYMAMÁM RECEPTJE SZERINT

HOZZÁVALÓK:

685 G LISZT (FELE RÉTESLISZT, FELE FINOMLISZT)

360 G NATÚR JOGHURT

2 TOJÁS

3 EVŐKANÁL TEJFÖL (A VÉGÉN MÉG A TETEJÉRE IS)

2 CSIPET SÓ

0,5 CSOMAG SÜTŐPOR

A TEPSI KIKENÉSÉHEZ MÉG EGY KEVÉS VAJRA ÉS OLAJRA LESZ SZÜKSÉG.

ELKÉSZÍTÉS:

EGY TÁLBAN ÖSSZEKEVERJÜK AZ ÖSSZES FOLYÉKONY HOZZÁVALÓT. HOZZÁADJUK A SÜTŐPORRAL ELKEVERT LISZTET, MAJD ALAPOSAN ELKEVERJÜK, HOGY A MASSZÁBAN NE MARADJANAK CSOMÓK VAGY LÉGBUBORÉKOK.

MIELŐTT A MASSZÁT A TEPSIBE ÖNTENÉNK, A TEPSIT OLAJJAL ÉS VAJJAL KIKENJÜK, KÖZBEN A SÜTŐT 210 °C-RA ELŐMELEGÍTJÜK.

A MASSZÁT ADDIG SÜTJÜK, AMIG SZÉP ARANYBARNÁRA NEM SÜL. AMIKOR A VLEJVANKA MEGSÜLT, MEGKENJÜK TEJFÖLLEL, MAJD MEGSZÓRJUK CUKORRAL.

MEGJEGYZÉSEK:

- SÜTÉS KÖZBEN IDŐNKÉNT BUBORÉKOK KELETKEZNEK; AHOGY AZ ÉTEL HÚL, EZEK KIPUKKADNAK.**
- A VLEJVANKA KÉSZÍTÉSEKOR NE SPÓROLJUNK A HOZZÁVALÓKKAL.**

RÉGEN A VLEJVANKA EGYSZERŰSÉGE ÉS KIVÁLÓ ÍZE MIATT SZINTE MINDEN HÁZNÁL ISMERT VOLT. A RECEPT GENERÁCIÓRÓL GENERÁCIÓRA ÖRÖKLŐDÖTT, EZÉRT MINDEN HÁZIASSZONYNÁL KISSÉ MÁSKÉPP KÉSZÜLT.

KÉPEK: KÉP1: A KÉSZ SÜTEMÉNY KINÉZETE, KÉP2: A MASSZA ÉS A TEPSI KINÉZETE

ELMONDTA MARIJA NAGYMAMA, LEJEGYEZTE ANA BALAZIC.

4 JAJCA
3 dl SLADKORJA } ZHEŠAMO

DODAMO:

3 dl KORUŽNE MOKE

1,5 dl GLADKE BELE MOKE

1 PEČILNI PRASEK

1 dl BELEGA OLJA

1 dl MLEKA

3 NARIBANA JABOLKA

HALO SOLI

VSE ZHEŠAMO

MASO VLIJEHO V NAHAZAN MODEL, DAHO
V OGRETO PEČICO NA 200°C, TER PEČEHO
15 - 20 MINUT.

PEČENO VLEJVANKO PREHAŽEHO S KISLO SMET-
TANO, TER POSUJEHO S SLADKORJEM.

PO PRIPOVEDOVANJU BABICE ROZINE KRAMAR

NARJALA MASA PALJANF.

KUKORICÁS MálÉ



HOZZÁVALÓK:

4 TOJÁS

3 DL CUKOR

(EZEKET ÖSSZEKEVERJÜK)

HOZZÁADJUK:

3 DL KUKORICALISZT

1,5 DL FINOM FEHÉR LISZT

1 CSOMAG SÜTŐPOR

1 DL ÉTOLAJ

1 DL TEJ

3 RESZELT ALMA

KEVÉS SÓ

MINDENT JÓL ÖSSZEKEVERÜNK.

A MASSZÁT KIVAJAZOTT FORMÁBA ÖNTJÜK, ELŐMELEGÍTETT SÜTŐBEN 200 °C-ON 15-20 PERCIG SÜTJÜK.

A MEGSÜLT VLEJVANKÁT TEJFÖLLEL MEGKENJÜK, MAJD CUKORRAL MEGSZÓRJUK.

ROZINA KRAMAR NAGYMAMA ELMONDÁSA ALAPJÁN.

RAJZOLTA: MAŠA PALDAUF.

23.C.ZLEJVANKA

TEO LEBAR ŠTAMAN PO RECEPTU STARE MAME BABICE VIDE LEBAR

SESTAVINE:

2 JAJCI

0,5 L MLEKA

1 JOGURT (180 G)

4 ŽLIČKE SLADKORJA

POL ŽLIČKE PECILNEGA PRAŠKA

SOL

MOKA PO OBČUTKU – MALO TRŠA MASA

DODATKI:
MARMELADA ALI KISLA SMETANA IN KRISTALNI SLADKOR

POSTOPEK:

STEPEMO JAJCE IN DODAMO MOKO, JOGURT, SLADKOR, SOL N PECILNI PRAŠEK.
MOKO DODAJAMO PO ŽLICAH, DA DOBIMO MALO TRŠO ZMES ZA PALAČINKE.
MASO VLIJEMO V PEKAČ IN PEČEMO, LAHKO ŽE DODAMO MARMELADO. 25
MINUT 200 °C.

KO JE OB ROBOVIH RAHLO RJAVA, JO VZAMEMO IZ PEČICE. ZA DRUGO
RAZLIČICO NA VROČO NAMAŽEMO KISLO SMETANO IN POSIPAMO S KRISTALNIM
SLADKORJEM.
POČAKAMO, DA SE OHLADI.



10034 Chivasso - TO - ITALY
Z.I. CHIND - Via E. Nazzaro 24-26
Tel. +39 0119195315 - Fax. +39 0119190922



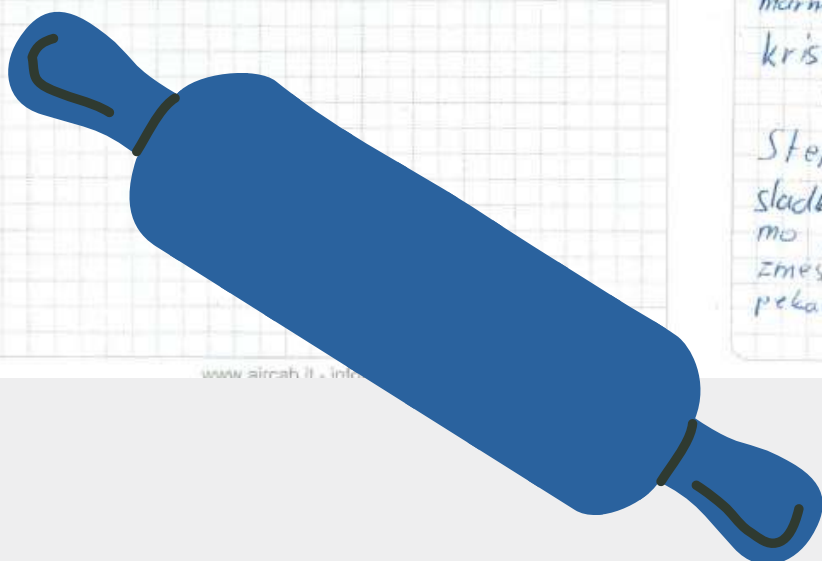
10034 Chivasso - TO - ITALY
Z.I. CHIND - Via E. Nazzaro 24-26
Tel. +39 0119195315 - Fax. +39 0119190922

Ko je ob robovih rahlo rjava
jo vzamemo iz pečice. Za drugo
različico ^{na} vročo namažemo ^{kislo} smetano in
presipamo s kristalnim sladkorjem.
Počakamo da se ohladi

CLEJANKA Tea Lebar Štaman
Babica Vida Lebar

2 jajci
0,5 l mleka
1 jogurt (180 g)
4 žličke sladkorja
0,5 pol žličke pecilnega praska
sol
moka po občutku malo trša masa
dodatki:
marmelada ali kislá smetana in
kristalni sladkor

Stepemo jajce in dodamo mleko, jogurt,
sladkor, sol in pecilni prašek. Moko dodaja
mo po žlicah da dobimo malo tršo
zmes za palačinke. Maso vlijemo v
pekač in pečemo lahko ~~že~~ dodamo marmelade
25 min 200 °C



MáLé

TEO LEBAR ŠTAMAN – A NAGYMAMA, VIDA LEBAR RECEPTJE SZERINT

HOZZÁVALÓK:

2 TOJÁS

0,5 L TEJ

1 JOGHURT (180 G)

4 TEÁSKANÁL CUKOR

½ TEÁSKANÁL SÜTŐPOR

SÓ

LISZT SZÜKSÉG SZERINT – KISSÉ SÚRÚBB TÉSZTA

ELKÉSZÍTÉS:

A TOJÁSOKAT, A TEJET, A JOGHURTOT ÉS A CUKROT EGY TÁLBAN ÖSSZEKEVERJÜK. HOZZÁADJUK A SÜTŐPORT, EGY CSIPET SÓT, MAJD FOKOZATOSAN ANNYI LISZTET KEVERÜNK BELE, HOGY KISSÉ SÚRÚBB MASSZÁT KAPJUNK.

A TEPSIT OLAJJAL KIKENJÜK, A MASSZÁT BELEÖNTJÜK, MAJD ELŐMELEGÍTETT SÜTŐBEN 200 °C-ON KB. 25 PERCIG SÜTJÜK, AMIG A TETEJE SZÉP ARANYBARNÁRA NEM SÜL.

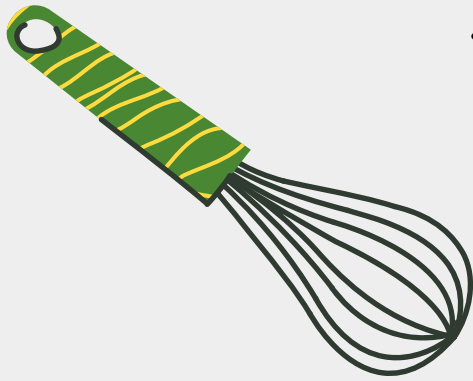
A MEGSÜLT ZLEJVANKÁT ÍZLÉS SZERINT LEKVÁRRAL VAGY TEJFÖLLEL MEGKENHETJÜK, ÉS KRISTÁLYCUKORRAL MEGSZÓRHATJUK.

IN ŠE 23.D.VLEJVANKA S SEDENIM MLEJKOM

VLEJVANKA S SEDENIM MLEJKOM (KISLIM MLEKOM;
DANES UPORABLJAMO NAVADNI JOGURT ALI KEFIR) SE
JE NAJVEČKRAT PEKLA OB VEČERIH, ZLASTI, KO SO
DOBILI KAKŠEN OBISK. VČASIH SE JE SPEKLA TUDI ZA
KOSILO ZRAVEN JUHE. PEKLI SO JO, KADAR SO IMELI
ČAS, VOLJO IN SESTAVINE. PRIPRAVILI SO JO V
ZAHVALO ZA POMOČ PRI RAZNEM DELU. VELIKOKRAT
JE BILA TO VLEJVANKA IZ PŠENIČNE MOKE, SAJ SO LE
TE IMELI NAJVEČ. VSE TO NAM JE PRIPOVEDOVALA
MARIJA ŽIŽEK.

SESTAVINE:

1 L SEDENEGA MLEKA
2 JAJCI
1 ŽLIČKA SODE BIKARBONE
8 ŽLIC SLADKORJA
18 ZVRHANIH ŽLIC MOKE
ŠČEPEC SOLI



PREMAZ:

VRNJE (KISLA SMETANA)
KRISTALNI SLADKOR

PRIPRAVA:

JAJCI IN SLADKOR TER ŠČEPEC SOLI PREMEŠAMO V POSODI, DODAMO POLOVICO MOKE IN POLOVICO SEDENEGA MLEKA. SPET NARAHLO PREMEŠAMO IN DODAMO ŠE PREOSTALO POLOVICO MOKE IN SEDENEGA MLEKA. VSE SKUPAJ PREMEŠAMO IN VLIJEMO V PEKAČ TER PEČEMO NA 200 °C 20-30 MINUT. PO KONČANI PEKI VLEJVANKO PREMAŽEMO Z VRNJEM IN POSIPAMO S KRISTALNIM SLADKORJEM.

VLEJVANKA S SEDENIM MLEJKOM

A VLEJVANKA S SEDENIM MLEJKOM (SAVANYÚ TEJJEL; MA LEGGYAKRABBAN NATÚR JOGHURTOT VAGY KEFIRT HASZNÁLUNK) LEGGYAKRABBAN ESTÉNKÉNT KÉSZÜLT, KÜLÖNÖSEN AKKOR, AMIKOR VENDÉGEK ÉRKEZTEK. ELŐFORDULT, HOGY EBÉDRE IS MEGSÜTÖTTÉK, LEVES MELLÉ. AKKOR KÉSZÍTETTÉK, AMIKOR VOLT IDŐ, KEDV ÉS ALAPANYAG. GYAKRAN HÁLÁBÓL SÜTÖTTÉK MEG KÜLÖNFÉLE MUNKÁKÉRT KAPOTT SEGÍTSÉGÉRT. SOKSZOR BÚZALISZTBÓL KÉSZÜLT, MIVEL EBBŐL ÁLLT RENDELKEZÉSRE A LEGTÖBB. MINDEZT MARIJA ŽIŽEK MESÉLTE EL NEKÜNK.

HOZZÁVALÓK:

1 L ALUDTTEJ

2 TOJÁS

1 TEÁSKANÁL SZÓDABIKARBÓNA

8 EVŐKANÁL CUKOR

18 PÜPOZOTT EVŐKANÁL LISZT

EGY CSIPET SÓ

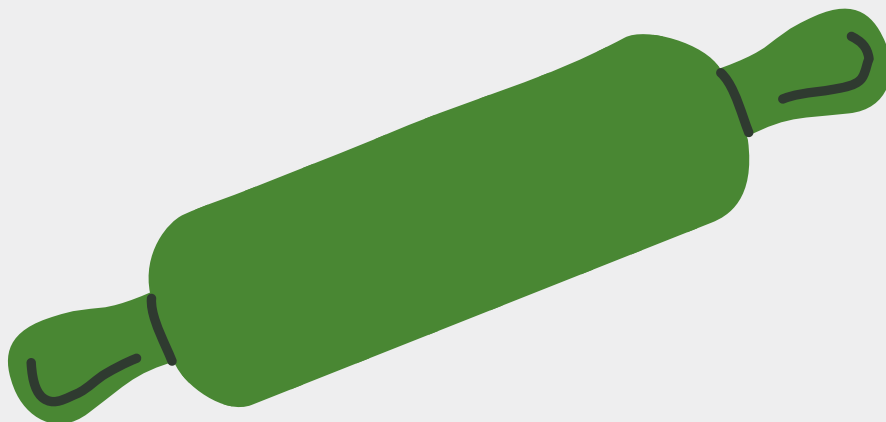
TETEJÉRE:

VRNJE (TEJFÖL)

KRISTÁLYCUKOR

ELKÉSZÍTÉS:

A TOJÁSOKAT, A CUKROT ÉS EGY CSIPET SÓT EGY TÁLBAN ÖSSZEKEVERJÜK, MAJD HOZZÁADJUK A LISZT FELÉT ÉS A SEDENEGA MLEKA FELÉT. ISMÉT ÓVATOSAN ELKEVERJÜK, EZUTÁN HOZZÁADJUK A MARADÉK LISZTET ÉS A SEDENEGA MLEKÁT. AZ EGÉSZET ALAPOSAN ÖSSZEKEVERJÜK, TEPSIBE ÖNTJÜK, MAJD 200 °C-ON 20-30 PERCIG SÜTJÜK. A SÜTÉS UTÁN A MÁLÉT TEJFÖLLEL MEGKENJÜK ÉS KRISTÁLYCUKORRAL MEGSZÓRJUK.





**SMO DOKUMENTIRALI
DOKUMENTÁLTUK**

**SMO ILUSTRIRALI
VTISE
ILLUSZTRÁLTUK A
BENYOMÁSAINKAT**



**PRIMERJALI RECEPTE
ÖSSZEHASONLÍTOTTUK
A RECEPTEKET**

PRIPRAVILI RAZSTAVO KIÁLLÍTÁST KÉSZÍTETTÜNK



**NA ZADNJI DELAVNICI SO NAM MADŽARSKE
GOSPODINJE SPEKLE BOŽANSKE SLADICE**

**AZ UTOLSÓ MŰHELYFOGLALKOZÁSON A
MAGYAR HÁZIASSZONYOK MENNYEI
SÜTEMÉNYEKET SÜTÖTTÉK :**



- **POTICA Z BUČNI SEMENI (PRIPRAVO JE PREDSTAVILA MEGGYES FERENC JÓZSEFNÉ-HUGI MEGGYES /MONOŠTER-SLOVENSKA VES/).**
- **PESIN IN JABOLČNI (RETEŠ) ZAVITEK (PRIPRAVILA IN RECEPT PRINESLA DONCSECZ FERENCNÉ – ILUŠ DONCSECZ /ŠTEVANOVCI/).**
- **BUČNA ROLADA – (HOLECZ LAJOSNÉ – AGICA HOLECZ /ŠTEVANOVCI/ JE NA INOVATIVEN NAČIN ZDRUŽILA TRADICIONALNO IN MODERNO PECIVO NAMESTO MOKE VSEBUJE MLETA BUČNA SEMENA, NADEV PA JE NAREJEN NA OSNOVI MASCARPONEJA).**
- **„REJPNA ZAUNITYÁ” – BUČNI-MAKOVI KOLAČ (PRINESLA PO DRUŽINSKI TRADICIJI PRIPRAVLJENO RAZLIČICO DONCSECZNÉ NÉMETH ANNA –ANUŠ DONCSECZ /ŠTEVANOVCI/).**
- **DOMAČI KRUH IZ KRUŠNE PEČI (RECEPT, KI GA JE PREDSTAVILA HANZSEK ALAJOSNÉ –AGI HANZSEK /GORNJI SENIK/, PRIPRAVLJA GA V VEČJIH KOLIČINAH, SAJ KRUH VEDNO SPEČE ŠE ZA DRUŽINE SVOJIH OTROK).**



**MEGGYES FERENC
JÖZSEFNÉ-HUGI
MEGGYES IZ
MONOŠTRA-
SLOVENSKE VESI**



**DONCSECZ FERENCNÉ
– ILUŠ DONCSECZ IZ
ŠTEVANOVCEV**



**HOLECZ LAJOSNÉ –
AGICA HOLECZ IZ
ŠTEVANOVCEV,
RAVNATELJICA DOŠ
ŠTEVANOVCI – AZ
APÁTISTVÁN FALVI
KÉTANNYELVŰ
ÁLTALÁNOS ISKOLA ÉS
ÓVODA IGAZGATÓNŐJE**



**DONCSECZNÉ
NÉMETH ANNA –
ANUŠ DONCSECZ IZ
ŠTEVANOVCEV**



**HANZSEK
ALAJOSNÉ -AGI
HANZSEK IZ
GORNJEGA
SENIKA**



**ZSOHÁR LÁSZLÓNÉ -
HILDA ŽOHAR IZ
GORNJEGA SENIKA**







**UČENKE IN UČENCI PA SO S POMOČJO HILDE
ŽOHAR PRIPRAVILI / A TANULÓK PEDIG ZSOHÁR
LÁSZLÓNÉ SEGÍTSÉGÉVEL ELKÉSZÍTETTÉK :**



24. JABOLČNI LEPENJ / ALMÁS LEPÉNY

Almás lepény

- 45 dkg liszt
- 20 dkg cukor
- 2 tojás sárgája
- 2 púpos evőkanál zsír
- 1 kis doboz tejföl (175g)
- 1 csipet só
- 1 csomag vaníliás cukor
- 1 csomag sütőpor

Töltelék

10 db reszelt alma

1 teáskanál fahéj

5 evőkanál cukor

180° 30 perc



Jabolčna pita

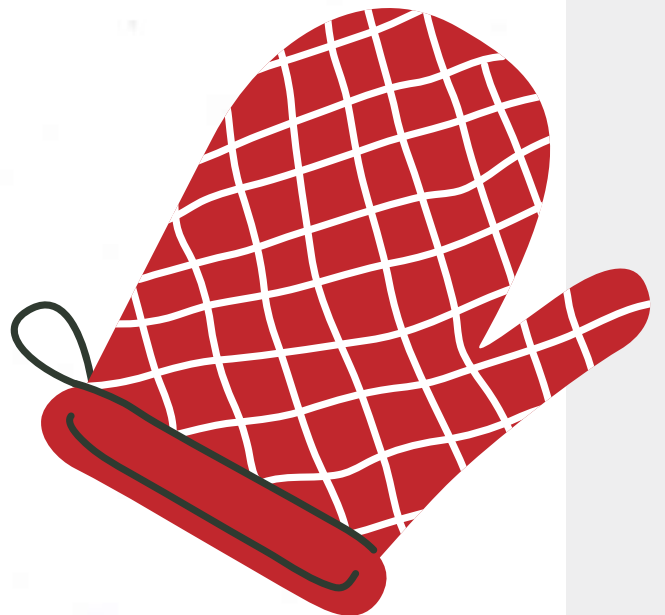
Sestavine zatesto

- 45 dkg pšenične moke
- 20 dkg sladkor
- 2 rumenjaki
- 2 žlice žir
- 175 g kisle smetane
- 1 g soli
- 10 g vanilin sladkorja
- 10 g pečilnega praška

Poznjenje

10 jabolk
cimet
sladkor

180° 30 min









**KER JE ZADNJA DELAVNICA SOVPADLA S PRAZNOVANJEM BUČ, SLEDI
NEKAJ ZBRANIH RECEPTOV Z BUČAMI (TAKŠNIMI IN DRUGAČNIMI)**

**MIVEL AZ UTOLSÓ MŰHELYFOGLALKOZÁS EGYBEESETT A TÖK
ÜNNEPÉVEL, KÖVETKEZZEN NÉHÁNY ÖSSZEGYŰJTÖTT TÖKÖS RECEPT,
MINDENFÉLE VÁLTOZATBAN**

25.ROLADA Z BUČNIMI SEMENI, PO PORABSKO "BUČNA SEMENSKA ROLADA" – ROLÁD TÖKMAGGAL

**6 JAJC, 12 DKG SLADKORJA, 10 DKG ZDROBLJENO BUČNO SEME,
1 ŽLICA BUČNO OLJE, PECILNI PRAŠEK.**

**ZMEŠAMO, DAMO V PEKAČ. KO SE SPEČE, ZAVIJEMO TESTO. KO SE OHLADI, JO
NAMAŽEMO Z MARMELADO ALI S KREMO MASCARPONE. SPET ZAVIJEMO, MALO
POČAKAMO IN JO RAZREŽEMO.**

**6 TOJÁS, 12 DKG CUKOR, 10 DKG DARÁLT TÖKMAG, 1 EVŐKANÁL
TÖKMAGOLAJ, SÜTŐPOR.**

**ÖSSZEKEVERJÜK, TEPSIBE TESSZÜK. AMIKOR MEGSÜL, A TÉSztÁT
FELTEKERJÜK.**

**MIUTÁN KIHÚLT, LEKVÁRRAL VAGY MASCARPONEKRÉMMEL MEGKENJÜK.
ISMÉT FELTEKERJÜK, RÖVID IDEIG PIHENTETJÜK, MAJD FELSZELETELJÜK.**

26.RETAŠ IZ BUČ

SESTAVINE:

4 POLE DOMAČEGA ALI KUPLJENEGA LISTNATEGA TESTA

1,5 KG NARIBANIH BUČ

2 ŽLICI SLADKORJA

1 VANILIJA

OLJE

MARGARINA

PO ŽELJI:

1 KISLA SMETANA, SLADKOR V PRAHU

PRIPRAVA:

MARGARINO RAZTOPIMO NA KOZICI. NA TESTO NALOŽIMO NARIBANE BUČE IN JIH POSIPAMO Z MAKOM, SLADKORJEM IN VANILIN SLADKORJEM. PRELIJEMO Z RAZTOPLJENO MARGARINO IN ZAVIJEMO TESTO. TAKO PONOVI MO ZA VSE POLE TESTA. ZVITKE POLOŽIMO V NAOLJEN PEKAČ ALI NA PEKI PAPIR IN PEČEMO OKOLI 45 MINUT NA 200 STOPINJAH.

PEČENEGA POSIPAMO S SLADKORJEM V PRAHU ALI PRELIJEMO S KISLO SMETANO.

TÖKÖS RÉTES

HOZZÁVALÓK:

4 LAP HÁZI VAGY BOLTI RÉTESTÉSZTA

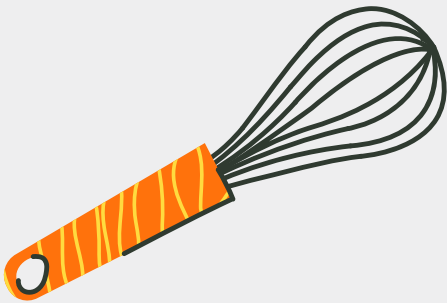
1,5 KG RESZELT TÖK

2 EVŐKANÁL CUKOR

1 CSOMAG VANILIÁS CUKOR

OLAJ

MARGARIN



ÍZLÉS SZERINT:

TEJFÖL

PORCUKOR

ELKÉSZÍTÉS:

A MARGARINT EGY KIS LÁBASBAN FELOLVASZTJUK. A RÉTESTÉSZTÁRA RÁTESSZÜK A RESZELT TÖKÖT, MAJD MEGSZÓRJUK MÁKKAL, CUKORRAL ÉS VANILIÁS CUKORRAL. MEGLOCSOLJUK AZ OLVASZTOTT MARGARINNAL, MAJD FELTEKERJÜK A TÉSZTÁT.

EZT MEGISMÉTELJÜK AZ ÖSSZES RÉTESLAPPAL. A FELTEKERT RÉTESEKET KIOLAJOZOTT TEPSIBE VAGY SÜTŐPAPIRRA HELYEZZÜK, ÉS KB. 45 PERCIG SÜTJÜK 200 °C-ON.

A MEGSÜLT RÉTEST PORCUKORRAL MEGSZÓRJUK, VAGY TEJFÖLLEL MEGLOCSOLJUK.

27. BUČKE V LISTNATEM TESTU

ZA NADEV:

3 MLADE BUČKE

2 KROMPIRJA

1 ČEBULA

3 STROKI ČESNA

PETERŠILJ

SOL

POPER

250 G NEPASIRANE SKUTE

2 JEDILNI ŽLICI KISLE SMETANE

1 JEDILNA ŽLICA OLIVNEGA OLJA

3 JEDILNE ŽLICE PŠENIČNEGA ZDROBA

PRIPRAVA:

V POSODI ZMEŠAMO NASTRGANE BUČKE, OLUPLJENA IN NASTRGANA KROMPIRJA, NASTRGANO ČEBULO, NA DROBNO NASEKLJANE STROKE ČESNA IN NA DROBNO NASEKLJAN PETERŠILJ. V SESTAVINE NARAHLO VMEŠAMO ŠE NEPASIRANO SKUTO, KISLO SMETANO Z MALO OLIVNEGA OLJA, SOL, POPER IN NA KONCU ŠE PŠENIČNI ZDROB. TESTO VZAMEMO IZ HLADILNIKA, GA RAZDELIMO NA DVA DELA IN VSAKEGA POSEBEJ RAZVALJAMO Z VALJARJEM NA MANJ KOT 1 CM DEBELINE. NA PRVO POLOVICO TESTA NEENAKOMERNO POTRESEMO NADEV. ROBOVE TESTA Z LEVE IN DESNE STRANI ZA KAKŠEN CENTIMETER ZAVIHAMO, DA NE BI NADEV PRI PEKI UŠEL VEN, IN TESTO Z NADEVOM ZAVIJEMO V ZAVITEK, KOT BI ZAVIJALI PALAČINKO. POSTOPEK PONOVIŠO ŠE PRI DRUGI POLOVICI TESTA IN JU POLOŽIMO V NAMAŠČEN PEKAČ.

PREDEN ZAVITKA DAMO PEČI, JU NAMAŽEMO ŠE Z RAZŽVRKLJANIM JAJCEM IN PREBODEMO Z VILICAMI, SAJ S TEM PREPREČIMO, DA SE TESTO PRI PEKI NAPIHNE. PEČICO SEGREJEMO NA 200 STOPINJ IN ZAVITKA V PEKAČU PEČEMO 30 DO 40 MINUT.

CUKKINI LEVELES TÉSztáBAN

A TÖLTÉLEKHEZ:

3 FIATAL CUKKINI

2 BURGONYA

1 VÖRÖSHAGYMA

3 GEREZD FOKHAGYMA

PETREZSELYEM

SÓ

BORS

250 G DARABOS TÚRÓ

2 EVŐKANÁL TEJFÖL

1 EVŐKANÁL OLIVAOLAJ

3 EVŐKANÁL BÚZADARA



ELKÉSZÍTÉS:

EGY TÁLBAN ÖSSZEKEVERJÜK A LERESZELT CUKKINIT, A MEGHÁMOZOTT ÉS LERESZELT BURGONYÁT, A RESZELT HAGYMÁT, AZ APRÓRA VÁGOTT FOKHAGYMÁT ÉS AZ APRÓRA VÁGOTT PETREZSELYMET. AZ ALAPANYAGOKHOZ ÓVATOSAN HOZZÁKEVERJÜK A DARABOS TÜRÖT, A TEJFÖLT KEVÉS OLIVAOLAJJAL, SÓT, BORSOT, VÉGÜL A BÚZADARÁT.

A TÉSztÁT KIVESSZÜK A HÚTÓBÓL, KÉT RÉSZRE OSZTJUK, MAJD MINDKÉT RÉSZT KÜLÖN-KÜLÖN KINYÚJTJUK SODRÓFÁVAL 1 CM-NÉL VÉkonyABBRA. A TÉSztA EGYIK FELÉRE EGYENLŐTLENÜL ELOSZTJUK A TÖLTÉLÉKET. A TÉSztA BAL ÉS JOBB OLDALÁT KB. 1 CM SZÉLESEN VISSZAHAJTJUK, HOGY A TÖLTÉLÉK SÜTÉS KÖZBEN NE FOLYJON KI, MAJD A TÉSztÁT A TÖLTÉLÉKKEL EGYÜTT FELTEKERJÜK, MINTHA PALACSINTÁT GÖNGYÖLNÉNK. A MŰVELETET MEGISMÉTELJÜK A MÁSİK TÉSztARÉSZNÉL IS, MAJD A TEKERCEKET KIVAJAZOTT TEPsIBE HELYEZZÜK. SÜTÉS ELŐTT A TEKERCEKET FELVERT TOJÁSSAL MEGKENJÜK, MAJD VILLÁVAL MEGSZURKÁLJUK, HOGY SÜTÉS KÖZBEN NE PUFFADJANAK FEL. A SÜTŐT 200 °C-RA ELŐMELEGÍTJÜK, ÉS A TEKERCEKET 30-40 PERCIG SÜTJÜK.

28.BUČKE NA LISTNATEM TESTU

SESTAVINE:

250 G LISTNATEGA TESTA, 250 G BUČK, 250 G SVEŽEGA SIRA, 2 STROKA ČESNA, 3 JAJCA, SOL, SVEŽE MLETI POPER, MUŠKATNI OREŠČEK

PRIPRAVA:

LISTNATO TESTO RAZVALJAMO NA 3 MILIMETRE DEBELINE IN GA PRENESEMO V PEKAČ, OBLOŽEN S PAPIRJEM ZA PEKO. BUČKE NAREŽEMO NA ZELO TANKA KOLESKA, JIH POSOLIMO IN PUSTIMO PRIBLIŽNO 20 MINUT, DA IZLOČIJO VODO.

SVEŽI SIR ZMEŠAMO Z NASEKLJANIM ČESNOM, NARIBANIM MUŠKATNIM OREŠČKOM IN JAJCI. POSOLIMO, POPRAMO IN DOBRO PREMEŠAMO. SIRNO ZMES ENAKOMERNO RAZPOREDIMO PO TESTU, PO NJEJ POLOŽIMO KOLOBARJE BUČK IN PEČEMO V PEČICI, SEGRETI NA 170 STOPINJ, PRIBLIŽNO 30 MINUT.

CUKKINI LEVELES TÉSztÁBAN

HOZZÁVALÓK:

250 G LEVELES TÉSztA, 250 G CUKKINI, 250 G FRISS SAJT, 2 GEREZD FOKHAGYMA, 3 TOJÁS, SÓ, FRISSEN ŐRÖLT BORS, SZERECSENDIÓ

ELKÉSZÍTÉS:

A LEVELES TÉSztát 3 MILLIMÉTER VASTAGSÁGÚRA KINYÚJTJUK, MAJD SÜTŐPAPÍRRAL BÉLELT TEPsIBE HELYEZZÜK. A CUKKINIT NAGYON VÉKONY KARIKÁKRA VÁGJUK, MEGSÓZZUK, ÉS KB. 20 PERCIG ÁLLNI HAGYJUK, HOGY LEVET ERESSZEN.

A FRISS SAJTOT ÖSSZEKEVERJÜK AZ APRÓRA VÁGOTT FOKHAGYMÁVAL, A RESZELT SZERECSENDIÓVAL ÉS A TOJÁSOKKAL. SÓZZUK, BORSOZZUK, MAJD ALAPOSAN ÖSSZEKEVERJÜK. A SAJTOS KEVERÉKET EGYENLETESÉN ELOSZTJUK A TÉSztÁN, RÁHELYEZZÜK A CUKKINI KARIKÁKAT, MAJD 170 °C-RA ELŐMELEGÍTETT SÜTŐBEN KB. 30 PERCIG SÜTJÜK.



29.BUČKE S SKUTO

SESTAVINE:

800 G BUČK

500 G SKUTE

150 G KISLE SMETANE

3 CELA JAJCA

250 G SVEŽEGA, ŽE RAZVALJANEGA LISTNATEGA TESTA

SOL PO OKUSU

POPER PO OKUSU

MUŠKATNI OREŠČEK

ŠČEP TIMIJANA (LAHKO TUDI ŽLICO POSUŠENEGA)

ŠČEP PETERŠILJA (LAHKO TUDI ŽLICO POSUŠENEGA)

2-3 STROKI ČESNA

MOKA ZA POMOKANJE POVRŠINE

MASLO ZA MAZANJE PEKAČA

PRIPRAVA:

NAJPREJ BUČKE OPEREMO IN JIH NAREŽEMO NA PRIBLIŽNO 1-2 CENTIMETRA VELIKE KOČKE. ČE ŽELIMO, LAHKO BUČKE PREDHODNO TUDI OLUPIMO. BUČKE POSOLIMO, JIH DAMO V CEDILO IN JIH PUSTIMO 20-30 MINUT, DA SPUSTIJO VODO. NATO PRIPRAVIMO ELEKTRIČNO PEČICO IN TEMPERATURO NASTAVIMO NA 180 °C (VENTILACIJSKA PEČICA). NATO Z MASLOM NAMAŽEMO PEKAČ. Z MOKO POMOKAMO DELOVNO POVRŠINO IN NANJO RAHLO RAZVALJAMO SICER ŽE RAZVALJANO SVEŽE LISTNATO TESTO. RAZVALJAMO GA LE TOLIKO, DA BO USTREZAL MERAM PEKAČA. LISTNATO TESTO NATO POLOŽIMO V PEKAČ IN ROBOVE ZAVIHAMO VEN IZ PEKAČA.

SEDAJ PRIPRAVIMO NADEV. SKUTO, KISLO SMETANO, JAJCA IN ZAČIMBE (ČESEN OLUPIMO IN ČIM BOLJ DROBNO SESEKLJAMO, PRAV TAKO TIMIJAN IN PETERŠILJ – UPORABIMO LAHKO SVEŽA) ZMEŠAMO SKUPAJ S POMOČJO METLICE ZA STEPANJE (ALI SI POMAGAMO KAR Z ROČNIM ELEKTRIČNIM MEŠALNIKOM), TAKO DA SO SESTAVINE PREMEŠANE IN POVEZANE. NATO DODAMO ŠE DOBRO ODCEJEJENE BUČKE. VSE SKUPAJ SPET DOBRO PREMEŠAMO.

LISTNATO TESTO PO DNU S POMOČJO VILICE (ALI ZOBOTREBCA) PRELUKNJAMO NA VEČ MESTIH. NADEV S SKUTO IN BUČKAMI VLIJEMO V PEKAČ IN GA PORAZDELIMO PO PEKAČU. ROBOVE LISTNATEGA TESTA ZAVIHAMO NAZAJ V PEKAČ TAKO, DA USTVARIMO ROB.

PEČEMO V PEČICI, KI SE JE SEDAJ ŽE OGRELA NA 180 °C (VENTILACIJSKA PEČICA), PRIBLIŽNO 40 MINUT (LAHKO MALO MANJ ALI VEČ, ODVISNO OD MOČI VAŠE PEČICE), DA SE VSE SKUPAJ LEPO ZAPEČE.

PEČENO VZAMEMO IZ PEČICE IN PUSTIMO NEKAJ MINUT, DA MALO POSTOJI, ŠELE NATO PA RAZDELIMO NA POLJUBNO VELIKE KOSE IN POSTREŽEMO.

CUKKINI TÚRÓVAL

HOZZÁVALÓK:

800 G CUKKINI

500 G TÚRÓ

150 G TEJFÖL

3 EGÉSZ TOJÁS

250 G FRISS, ELŐRE KINYÚJTOTT LEVELES TÉSZTA

SÓ ÍZLÉS SZERINT

BORS ÍZLÉS SZERINT

SZERECSENDIÓ

EGY CSIPET KAKUKKFŰ (VAGY 1 EVŐKANÁL SZÁRÍTOTT)

EGY CSIPET PETREZSELYEM (VAGY 1 EVŐKANÁL SZÁRÍTOTT)

2-3 GEREZD FOKHAGYMA

LISZT A MUNKAFELÜLET LISZTEZÉSÉHEZ

VAJ A TEPSI KIKENÉSÉHEZ

ELKÉSZÍTÉS:

ELŐSZÖR A CUKKINIT MEGMOSSUK, MAJD KB. 1-2 CM-ES KOCKÁKRA VÁGJUK. IGÉNY SZERINT A CUKKINIT ELŐZETESEN MEG IS HÁMOZHATJUK. A CUKKINIT MEGSÓZZUK, SZŰRŐBE TESSZÜK, ÉS 20-30 PERCIG ÁLLNI HAGYJUK, HOGY LEVET ERESSZEN. EZUTÁN ELŐKÉSZÍTJÜK A SÜTŐT, ÉS A HŐMÉRSÉKLETET 180 °C-RA ÁLLÍTJUK (LÉGKEVERÉSES SÜTŐ). A TEPSIT VAJJAL KIKENJÜK. A MUNKAFELÜLETET LISZTEZZÜK, ÉS A FRISS, MÁR ELŐRE KINYÚJTOTT LEVELES TÉSztÁT ENYHÉN TOVÁBB NYÚJTJUK, CSAK ANNYIRA, HOGY A TEPsi MÉRETÉHEZ IGAZODJON. A LEVELES TÉSztÁT A TEPsiBE HELYEZZÜK, A SZÉLEIT PEDIG KIFELE HAJTJUK A TEPsin Túl.

EZUTÁN ELKÉSZÍTJÜK A TÖLTÉLÉKET. A Túrót, A TEJFÖLT, A TOJÁSOKAT ÉS A FÜSZEREKET (A FOKHAGYMÁT MEGTISZTÍTJUK ÉS FINOMRA VÁGJUK, UGYANÍGY A KAKUKKFÜVET ÉS A PETREZSELYMET – HASZNÁLHATUNK FRISSET IS) HABVERŐVEL (VAGY KÉZI ELEKTROMOS MIXERREL) ALAPOSAN ÖSSZEKEVERJÜK, HOGY A HOZZÁVALÓK Jól ÖSSZEÁLLJANAK. EZUTÁN HOZZÁADJUK A Jól LECSEPEGTETETT CUKKINIT, ÉS ISMÉT ALAPOSAN ÖSSZEKEVERJÜK.

A LEVELES TÉSztÁT AZ ALJÁN VILLÁVAL (VAGY FOGPISZKÁLÓVAL) TÖBB HELYEN MEGSZURKÁLJUK. A Túrós-CUKKINIS TÖLTÉLÉKET A TEPsiBE ÖNTJÜK, EGYENLETESEN ELOSZTJUK. A LEVELES TÉSztA SZÉLEIT VISSZAHAJTJUK A TEPsiBE, HOGY PEREMET KÉPEZZÜNK.

AZ ELŐMELEGÍTETT, 180 °C-OS (LÉGKEVERÉSES) SÜTŐBEN KB. 40 PERCIG SÜTJÜK (A SÜTŐ TELJESÍTMÉNYÉTŐL FÜGGŐEN VALAMIVEL RÖVIDEBB VAGY HOSSZABB IDEIG), AMIG SZÉPEN MEG NEM SÜL.

A MEGSÜLT ÉTELT KIVESSZÜK A SÜTŐBŐL, Néhány PERCIG PIHENTETJÜK, MAJD TETSZŐLEGES MÉRETŰ DARABOKRA VÁGVA TÁLALJUK.

AZ UTOLSÓ MŰHELYFOGLALKOZÁSON EGY NAGYON RÉGI RECEPT ALAPJÁN KÉSZÜLT ÉDESSÉGET KÖSTOLTUNK MEG, AMELY A DONCSECZNÉ NÉMETH ANNA – ANUŠ DONCSECZ CSALÁD HAGYOMÁNYOS RECEPTJE – NA ZADNJI DELAVNICI SMO POSKUSILI SLADICO PO TEM ZELO STAREM RECEPTU, KI SO GA PRIPRAVLJALI V DRUŽINI DONCSECZNÉ NÉMETH ANNA – ANUŠ DONCSECZ

30.REPNI ZAUNIKI – REJPNA ZAUNITYÁ – „REJPNA ZAUNITYÁ” CSUTRIS-MÁKOS LEPÉNY

KVAS NAREDITION Z MLEKOM.

1 KG MOKA, DVE JAJCI, MALO SOL, SLADKOR, SMETANA IN OLJE.

TESTO NAJ POČIVA.

NADEV: REPO ZRIBAMO, MALO JO PARIMO, DAMO ŠE MALO SLADKOR. KDAJ SE OHLADI MEŠAMO Z MAKOM. MAK POPREJ TUDI MALO SKUHAMO IN MU DODAMO SLADKOR.

V PEKAČ SPODAJ DAMO POLOVICE GIBANO TESTO, NA TO DAMO NADEV IN ZGORAJ SPET TESTO. DAMO V PEČICO IN SPEČEMO.

AZ ÉLESZTŐT TEJJEL FELFUTTATJUK.

**1 KG LISZTET, KÉT TOJÁST, KEVÉS SÓT, CUKROT, TEJFÖLT ÉS OLAJAT ADUNK HOZZÁ.
A TÉSztÁT PIHENTETJÜK.**

TÖLTELÉK:

**A RÉPÁT LERESZELJÜK, KISSÉ MEGPÁROLJUK, MAJD KEVÉS CUKROT ADUNK HOZZÁ.
AMIKOR KIHÜLT, ÖSSZEKEVERJÜK A MÁKKAL. A MÁKOT ELŐZŐLEG SZINTÉN KISSÉ
MEGFŐZZÜK, ÉS CUKROT ADUNK HOZZÁ.**

**A TEPsi ALJÁRA A GYÜRT TÉSztA FELÉT TESSZÜK, ERRE KERÜL A TÖLTELÉK, MAJD A
TETEJÉRE A MARADÉK TÉSztA.
SÜTŐBE TESSZÜK ÉS MEGSÜTJÜK.**

**DVE JEDI IZ PORABJA (V ORIGINALU): KÉT ÉTEL A RÁBA-
VIDÉKRŐL (EREDETI FORMÁBAN):**

31.DJAJČOVI KAUP

**PET DJAJC FTÜP ZMEŠÄTI, V TA PAU LITRA MLJEKA, MALO SOLI, MELO (TJEKO
GORA ZEMA). TAU FTÜPAR ZGRAUŽAMO.
LABOŠKO VÜNAMAŽAMO Z ŽIROM, NA TO MASO GORAVLAJEMO PA V TOPEL
REGLI DEJAMO PEČT. PAU VÖRA NJAMO, NAJ SE SPEČE.**

JAJČNI KRAPI

**PET JAJC DOBRO ZMEŠAMO, DODAMO POL LITRA MLEKA, MALO SOLI IN MOKE
(TOLIKO, DA DOBIMO PRIMERNO MASO). TESTO DOBRO PREGNETEMO.
PEKAČ DOBRO PREMAŽEMO Z MASTJO, VANJ VLIJEMO MASO IN JO
PORAVNAMO. POSTAVIMO V TOPLO PEČICO IN PEČEMO. PUSTIMO POL URE, DA
SE DOBRO SPEČE.**

TOJÁSOS KAUP

**ÖT TOJÁST JÖL ÖSSZEKEVERÜNK, HOZZÁADUNK FÉL LITER TEJET, EGY KEVÉS
SÓT ÉS ANNYI LISZTET, HOGY MEGFELELŐ SŰRŰSÉGŰ MASSZÁT KAPJUNK. A
TÉSztÁT JÖL KIDOLGOZZUK.**

**EGY TEPsiT ALAPOSAN KIKENÜNK ZSÍRRAL, BELEÖNTJÜK A MASSZÁT ÉS
ELSÍMÍTJÜK. ELŐMELEGÍTETT SÜTŐBE TESSZÜK, ÉS MEGSÜTJÜK. KÖRÜLBELÜL
FÉL ÓRÁIG SÜTJÜK, HOGY JÖL ÁTSÜLJÖN.**

32. AJDOVI KAUP

4 DECI SEGJANO MLJEKO, MALO OLAJA, PAV LITRA MLJEKA, 5 ŽLIC AJDOVO
MEJLO VTJÜP ZMEJŠÄTI.
LABOŠKO VÜNAMAŽAMO Z ŽIROM, NA TO MASO GORAVLAJEMO, VRKAJ MALO Z
OLAJOM PULAJEMO, PA V TOPEL REGLI DEJAMO PEČT.
PAU VÖRA NJAMO, NAJ SE SPEČE.

AJDOVI KRAPI

ŠTIRI DECILITRE OGRETEGA MLEKA, MALO OLJA IN POL LITRA MLEKA ZMEŠAMO S
PETIMI ŽLICAMI AJDOVE MOKE.
PEKAČ DOBRO PREMAŽEMO Z MASTJO, VANJ VLIJEMO MASO IN JO PORAVNAMO.
PO VRHU POKAPAMO ŠE Z MALO OLJA IN POSTAVIMO V TOPLO PEČICO, DA SE
SPEČE. PUSTIMO POL URE, DA SE DOBRO SPEČE.

HAJDINÁS KAUP

NÉGY DECILITER MELEG TEJET, EGY KEVÉS OLAJAT ÉS FÉL LITER TEJET
ÖSSZEKEVERÜNK ÖT EVŐKANÁL HAJDINALISZTTEL.
EGY TEPSIT ALAPOSAN KIKENÜNK ZSÍRRAL, BELEÖNTJÜK A MASSZÁT ÉS
ELSIMÍTJÜK. A TETEJÉT KEVÉS OLAJJAL MEGLOCSOLJUK, MAJD ELŐMELEGÍTETT
SÜTŐBE TESSZÜK, ÉS MEGSÜTJÜK. KÖRÜLBELÜL FÉL ÓRÁIG SÜTJÜK, HOGY JÓL
ÁTSÜLJÖN.

TO PA JE RECEPT ZA KRAPEC / EZ A KRAPEC RECEPTJE:

33. KRAPEC

TESTO:

3 DL MLEKA
0,5 KOCKE KVASA
MALO SLADKORJA
1 ŽLICA MASTI
1 JAJCE
30 DAG MEHKE MOKE
MALO SOLI

NADEV:

2 L MLEKA
70 G RIŽA
40 DAG SLADKORJA (OZIROMA PO
OKUSU)
1 KG SKUTE
1 MALA KISLA SMETANA

PRELIV:

30 DAG MLETIH OREHOV
10 DAG SLADKORJA
1 VELIKA KISLA SMETANA

POSTOPEK:

KVAS NAMOČIMO V TOPLO MLEKO, DODAMO MALO SLADKORJA IN PUSTIMO VZHAJATI. KO KVAS NARASTE, IZ NAVEDENIH SESTAVIN ZAMESIMO TESTO. TESTO MORA BITI MEHKO IN PROŽNO. PUSTIMO GA VZHAJATI, VMES PA PRIPRAVIMO NADEV.

OPRANO RIŽEVO ZRNJE V MLEKU KUHAMO DO MEHKEGA. VMES DOSTIKRAT PREMEŠAMO, SAJ SE RIŽ RAD PRIJEMA. KO JE RIŽ KUHAN, DODAMO SLADKOR IN SKUTO. VSE DOBRO PREMEŠAMO. NADEV MORA BITI MEHAK.

KO TESTO PRVIČ VZHAJA, GA DAMO NA POMOKANO DESKO, NA TANKO RAZVALJAMO IN DAMO V POMAŠČEN PEKAČ. NA TESTO NALOŽIMO NADEV IZ KISAČE, PREMAŽEMO S KISLO SMETANO IN DAMO V PEČICO. PEČEMO PRIBLIŽNO POL URE NA 220 STOPINJ CELZIJA.

OREHE, SLADKOR IN KISLO SMETANO ZMEŠAMO SKUPAJ NA OGNJU. MASA NAJ VRE MINUTO ALI DVE. KO JE KRAPEC ŽE SKORAJ PEČEN, GA PRELIJEMO S PRIPRAVLJENIM PRELIVOM IN SPEČEMO DO KONCA. KRAPEC PEČEMO SAMO TOLIKO ČASA, DA SE SPEČE TESTO, SAJ JE VSE OSTALO NA NJEM ŽE KUHANO.

KDA SI GA DELALA? PO VEČINOMA SEM GA DELALA ZA BRATOV, IN TA TRADICIJA OSTAJA MNOGA LETA, KER GA ZMERAJ DELAMO.

TÉSZA:

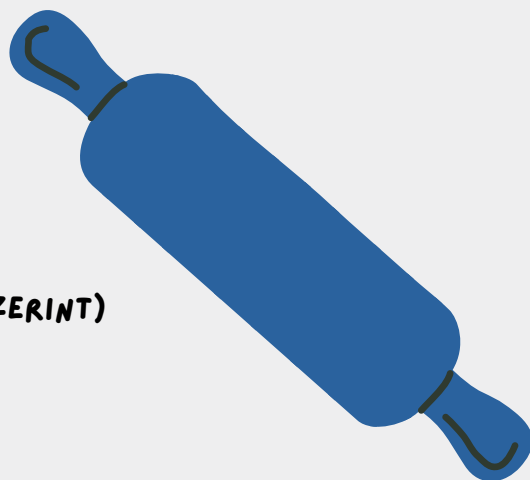
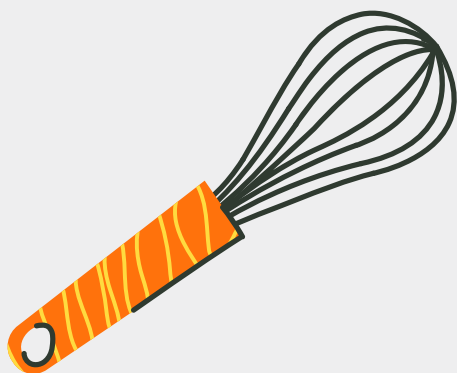
3 DL TEJ
½ KOCKA ÉLESZTŐ
KEVÉS CUKOR
1 EVŐKANÁL ZSÍR
1 TOJÁS
30 DKG FINOMLISZT
KEVÉS SÓ

TÖLTELÉK:

2 L TEJ
70 G RIZS
40 DKG CUKOR (VAGY ÍZLÉS SZERINT)
1 KG TÚRÓ
1 KIS POHÁR TEJFÖL

ÖNTET:

30 DKG DARÁLT DIÓ
10 DKG CUKOR
1 NAGY POHÁR TEJFÖL



ELKÉSZÍTÉS:

AZ ÉLESZTŐT LANGYOS TEJBE KEVÉS CUKORRAL FELFUTTATJUK. AMIKOR AZ ÉLESZTŐ MEGKELT, A MEGADOTT HOZZÁVALÓKBÓL TÉSztÁT DAGASZTUNK. A TÉSztÁNAK LÁGYNAK ÉS RUGALMASNAK KELL LENNIE. KELESZTJÜK, KÖZBEN ELKÉSZITJÜK A TÖLTÉLÉKET.

A MEGMOSOTT RIZST TEJBE PUHÁRA FŐZZÜK. KÖZBEN GYAKRAN MEGKEVERJÜK, MERT KÖNNYEN LEÉG. AMIKOR A RIZS MEGFŐTT, HOZZÁADJUK A CUKROT ÉS A TÜRÖT, MAJD ALAPOSAN ÖSSZEKEVERJÜK. A TÖLTÉLÉK LEGYEN LÁGY ÁLLAGÚ.

AMIKOR A TÉSztA ELŐSZÖR MEGKELT, LISZTEZETT DESZKÁRA TESSZÜK, VÉKONYRA NYÚJTJUK, MAJD KIVAJAZOTT TEPsIBE HELYEZZÜK. A TÉSztÁRA RÁTESSZÜK A TÜRÖS TÖLTÉLÉKET, MEGKENJÜK TEJFÖLLEL, MAJD SÜTŐBE TESSZÜK. KÖRÜLBELÜL FÉL ÓRÁIG SÜTJÜK 220 °C-ON.

A DIÓT, A CUKROT ÉS A TEJFÖLT TÚZÖN ÖSSZEFŐZZÜK. A MASSZÁT EGY-KÉT PERCIG FORRALJUK. AMIKOR A KRAPEC MÁR MAJDNEM MEGSÜLT, RÁÖNTJÜK AZ ELKÉSZÍTETT ÖNTETET, ÉS KÉSZRE SÜTJÜK. A KRAPECET CSAK ADDIG SÜTJÜK, AMIG A TÉSztA MEGSÜL, MIVEL A RAJTA LÉVŐ TÖBBI HOZZÁVALÓ MÁR FŐTT.

MIKOR KÉSZÍTETTÉK?

LEGINKÁBB A TESTVÉREK SZÁMÁRA KÉSZÜLT, ÉS EZ A HAGYOMÁNY SOK ÉVEN ÁT FENNMARADT, MERT MA IS MINDIG ELKÉSZITIK.

KAJ SO TO?!
OCVIRKI!



MIK EZEK?!
TEPERTŐK!

34.OCVIRKOVE POGAČE / TEPERTŐS POGÁCSÁK

Recept za ocvirkove pogače

Sestavine:

- 500g moke
- 250g mletih ocvirkov
- 50g kvasa
- 2dcl kisle smetane
- 0,5dcl mleka
- Sol
- Mleti poper
- 1 žlička sladkorja
- Jajce za premaz
- Papir za peko

Postopek: V mleku vzhajaj kvas. Vse sestavine skupaj umesi in naj vzhaja 1 uro. Nato razvaljaj, izreži, premaži z jajcem in speci.



To mi je pripovedovala babica Marija, da so radi jedli zvečer in so radi pili zraven mleko.

Larisa Hozjan, razpisateljica

TEPERTŐS POGÁCSA RECEPTJE

HOZZÁVALÓK:

500 G LISZT

250 G DARÁLT TEPERTŐ

50 G ÉLESZTŐ

2 DL TEJFÖL

0,5 DL TEJ

SÓ

ŐRÖLT BORS

1 TEÁSKANÁL CUKOR

1 TOJÁS A KENÉSHEZ

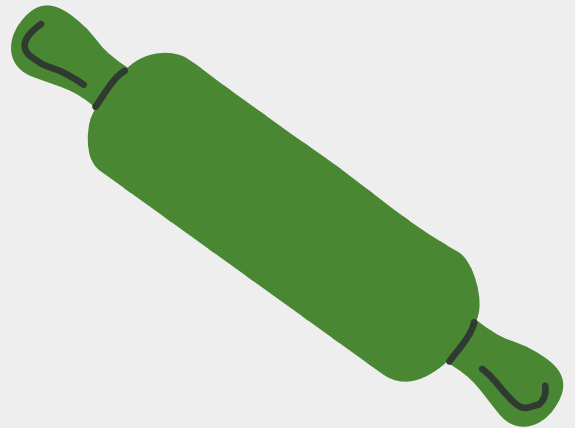
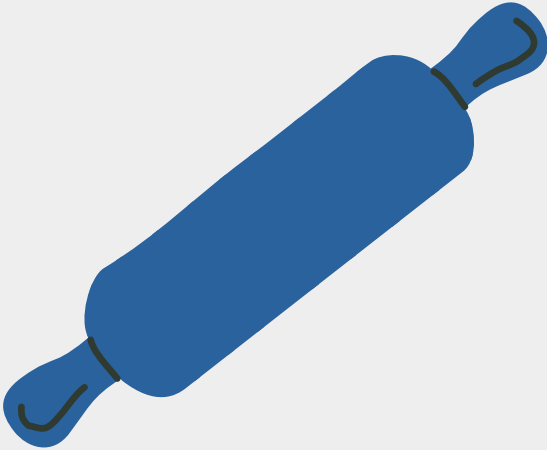
SÜTŐPAPÍR

ELKÉSZÍTÉS:

AZ ÉLESZTŐT LANGYOS TEJBE FELFUTTATJUK. AZ ÖSSZES HOZZÁVALÓT ÖSSZEGYŰRJÜK, MAJD A TÉSztÁT 1 ÓRÁN ÁT KELESZTJÜK. EZUTÁN KINYÚJTJUK, KISZAGGATJUK, TOJÁSSAL MEGKENJÜK ÉS MEGSÜTJÜK.

EZT A RECEPTET MARIJA NAGYMAMA MESÉLTE EL NEKEM; ESTE SZÍVESEN ETTÉK, ÉS MELLÉ TEJET ITTAK.

LARISA HOZJAN



35. ŽÜJCA – ŽOLCA

BESEDA ŽOLCA, PRI NAS REČEMO ŽÜJCA, JE ENA IZMED STAREJŠIH JEDI. IZHAJA IZ AVSTRO-OGRSKE, IZ OKRAJA ZALA. VČASIH SO JO KUHALI PREDVSEM ZJUTRAJ ALI ZVEČER. VELIKOKRAT JE BILA TO PREPROSTA JED, KI SO JO PRIPRAVLJALI DOMA V ZIMSKEM ČASU, NEKAJ DNI PO KOLINAH, KADAR NI BILO VELIKO SESTAVIN. KUHALI SO JO IZ OSNOVNIH ŽIVIL, KI SO BILA VEDNO PRI ROKI. ŽÜJCA JE BILA NASITNA IN PREPROSTA ZA PRIPRAVO, ZATO SE JE POGOSTO ZNAŠLA NA MIZI. KOT TRADICIONALNA JED SE JE UPORABLJALA NA POROKAH IN SEVEDA OB DRUGIH PRILOŽNOSTIH.

KUHALA SE JE NA ZELO NIZKEM OGNJU, DA NE BI POSTALA MOTNA. KOT NAJBOLJ POMEMBNO PRI TEM JE BILO, DA SO SVINJO NAJPREJ OSMODILI S SLAMO, ZARADI OBSTOJNOSTI, KER TAKRAT NISO IMELI HLADILNIKOV ALI ZAMRZOVALNIKOV. NA KONCU KUHANJA SO ZA LEPŠI IZGLED DODALI V MOŽNARJU MLETO RDEČO PAPRIKO. NATO SO ŽOLCO RAZDELILI V VEČ POSOD. OHLAJENO, ČVRSTO ŽOLCO SO DEKORIRALI IN SERVIRALI. OB POSEBNIH PRILOŽNOSTIH SO JI DODALI KUHANA JAJCA, BUČNO OLJE IN SUROVO ČEBULO.

GOSPOD ŠTEFAN ŠIMONKA NAM JE POLEG ZGORAJ NAVEDENEGA POVEDAL, DA JE ŽOLCA ENA OD PREČIŠČEVALNIH JEDI. PONEKOD SO ZARADI BOLJŠEGA OKUSA DALI V ŽOLCO ŠTÖLCLIN (SVINJSKO KRAČO), A JE JED TAKRAT VELJALA ZA MANJVREDNO, SAJ JE MESO TEŽJE RAZGRADLJIVO, ZATO GA NEKATERI NISO UPORABLJALI.

SESTAVINE:

1 KG SVINJSKIH KOŽ

4 NASEKANE SVINJSKE NOGICE

VODE ZA DVA PRSTA VEČ OD SESTAVIN

DVE GLAVI SREDNJE VELIKEGA ČESNA

SOL PO OKUSU

POPER

LOVORJEV LIST

MLETA SLADKA PAPRIKA PO ŽELJI

PRIPRAVA:

V PRIMERNEM LONCU PRISTAVIMO HLADNO VODO, DODAMO KOŽO IN NOGICE TER POSOLIMO. KO VODA ZAČNE VRETI, ZMANJŠAMO TEMPERATURO NA MINIMALNO IN POBIRAMO PENE TAKO DOLGO, DOKLER SE POJAVLJAJO. NATO DODAMO OSTALE SESTAVINE (ČESEN NAJ BO NAREZAN NA LISTIČE). NA NIZKEM OGNJU KUHAMO TAKO DOLGO, DOKLER SE MESO OZIROMA KOŽA NE ODSTRANI OD KOSTI. KUHAMO Približno 3–4 URE ALI ŠE VEČ ČASA, ODVISNO OD SESTAVIN. PUSTIMO MIROVATI OKOLI DVE URI. ŠELE NATO TEKOČINO RAZTOČIMO V POLJUBNE POSODE TER DODAMO KOŽE IN NOGICE. NA KONCU PA LAHKO POSIPAMO Z MLETO SLADKO PAPRIKO.

ŽÜJCA – KOCSONYA

A ŽOLCA SZÓ, AMELYET NÁLUNK ŽÜJCA (KOCSONYA) NÉVEN EMLEGETÜNK, AZ EGYIK RÉGEBBI ÉTEL. AZ OSZTRÁK–MAGYAR MONARCHIA IDEJÉBŐL SZÁRMAZIK, ZALA VÁRMEGYÉBŐL. EGYKOR LEGINKÁBB REGGEL VAGY ESTE FŐZTÉK. GYAKRAN EGYSZERŰ ÉTEL VOLT, AMELYET TÉLEN, A DISZNÓVÁGÁS UTÁN NÉHÁNY NAPPAL KÉSZÍTETTEK OTTHON, AMIKOR KEVÉS ALAPANYAG ÁLLT RENDELKEZÉSRE. OLYAN ALAPVETŐ HOZZÁVALÓKBÓL FŐZTÉK, AMELYEK MINDIG KÉZNÉL VOLTAK. A ŽÜJCA LAKTATÓ ÉS EGYSZERŰEN ELKÉSZÍTHETŐ ÉTEL VOLT, EZÉRT GYAKRAN KERÜLT AZ ASZTALRA. HAGYOMÁNYOS ÉTELKÉNT LAKODALMAKON ÉS TERMÉSZETESEN MÁS ALKALMAKKOR IS FELSZOLGÁLTÁK.

NAGYON KIS LÁNGON FŐZTÉK, HOGY NE ZAVAROSODJON MEG. KÜLÖNÖSEN FONTOS VOLT, HOGY A SERTÉST ELŐSZÖR SZALMÁVAL PERZSELJÉK MEG A TARTÓSSÁG ÉRDEKÉBEN, MIVEL AKKORIBAN MÉG NEM ÁLLTAK RENDELKEZÉSRE HŰTŐSZEKRÉNYEK VAGY FAGYASZTÓK. A FŐZÉS VÉGÉN, SZEBB MEGJELENÉS CÉLJÁBÓL, MOZSÁRBAN TÖRT ŐRÖLT PIROSPAPRIKÁT ADTAK HOZZÁ. EZUTÁN A ŽOLCÁT TÖBB EDÉNYBE SZÉTOSZTOTTÁK. A KIHŰLT, MEGSZILÁRDULT ŽOLCÁT FELDÍSZÍTETTÉK ÉS FELSZOLGÁLTÁK. KÜLÖNLEGES ALKALMAKKOR FŐTT TOJÁST, TÖKMAGOLAJAT ÉS NYERS HAGYMÁT IS ADTAK HOZZÁ.

ŠTEFAN ŠIMONKA ÚR AZ ELMONDOTTAKON TÚL MEGJEGYEZTE, HOGY A ŽOLCA AZ EGYIK TISZTÍTÓ HATÁSÚ ÉTEL. EGYES HELYEKEN AZ ÍZ JAVÍTÁSA ÉRDEKÉBEN ŠTÖLCLINT (SERTÉSCSÜLKÖT) IS TETTEK BELE, ÁM ILYENKOR AZ ÉTELT ALACSONYABB ÉRTÉKŰNEK TARTOTTÁK, MIVEL A HÚS NEHEZEBBEN EMÉSZTHETŐ, EZÉRT EGYESEK NEM HASZNÁLTÁK.

HOZZÁVALÓK:

1 KG SERTÉSBŐR

4 FELAPRÍTOTT SERTÉSLÁB

ANNYI VÍZ, HOGY KÉT UJJNYIVAL ELLEPJE AZ ALAPANYAGOKAT

2 FEJ KÖZEPES MÉRETŰ FOKHAGYMA

SÓ ÍZLÉS SZERINT

BORS

BABÉRLEVÉL

ŐRÖLT ÉDES PIROSPAPRIKA (ÍZLÉS SZERINT)

ELKÉSZÍTÉS:

EGY MEGFELELŐ EDÉNYBEN HIDEG VIZET TESZÜNK FEL, HOZZÁADJUK A BŐRT ÉS A LÁBAKAT, MAJD MEGSÓZZUK. AMIKOR A VÍZ FORRNI KEZD, A HŐMÉRSÉKLETET MINIMÁLISRA CSÖKKENTJÜK, ÉS A HABOT ADDIG SZEDJÜK LE, AMIG KÉPZŐDIK. EZUTÁN HOZZÁADJUK A TÖBBI HOZZÁVALÓT (A FOKHAGYMÁT SZELETEKRE VÁGVA). KIS LÁNGON ADDIG FŐZZÜK, AMIG A HÚS, ILLETVE A BŐR EL NEM VÁLIK A CSONTTÓL. KÖRÜLBELÜL 3–4 ÓRÁN ÁT, VAGY AZ ALAPANYAGOKTÓL FÜGGŐEN MÉG TOVÁBB FŐZZÜK. EZUTÁN KÖRÜLBELÜL KÉT ÓRÁN ÁT PIHENTETJÜK. CSAK EZUTÁN ÖNTJÜK A LEVET TETSZŐLEGES EDÉNYEKBE, ÉS HOZZÁADJUK A BŐRT ÉS A SERTÉSLÁBAKAT. A VÉGÉN MEGSZÓRHATJUK ŐRÖLT ÉDES PIROSPAPRIKÁVAL.

36. GRAJ NA ZELJDŽI

ZELJE, REPA, FIŽOL IN KROMPIR JE BILA REDNA HRANA PREBIVALSTVA NE GLEDE NA GOSPODARSKO MOČ; RAZLIKA JE BILA V TEM, DA JE V REVNEJŠI HIŠI TA HRANA BILA SLABO ZABELJENA, POGOSTEJŠA IN ČESTO EDINA JED DNEVNEGA OBROKA. PO LJUDSKEM PRIPOVEDOVANJU JE TREBA ZELJE SEJATI NA GREGORJEVO, DA NE POSTANE ČRVIVO. PRED DESETLETJI SO PRIDELALI VEČ ZELJA, KER PRIPOVEDUJEJO, DA SO IMELI STARO ZELJE DO NOVEGA IN SO STARO POLOŽILI NA NOVO, KO SO GA NAKVASILI.

GRAJEVO ZELJE JE ZELO STARA JED, KI JE IZ PREKMURSKIH KRAJEV PRIŠLA TUDI V SOSEDNJE SEVEROVZHODNE MADŽARSKE VASI V ŐRSEGU. TO JED SO KUHALI ZELO POGOSTO POZIMI, ŠE POSEBEJ OB PETKIH, KO NISO JEDLI MESA. REDKO KDAJ SO DALI V ZELJE SVINJSKO MESO.

V ZVEZI S FIŽOLOM SO RAZŠIRJENA RAZNA VEROVANJA: KO GA SADI, MORA IMETI PISAN PREDPASNIK, DA BO BOLJ RODEN; IZ ISTEGA RAZLOGA SE JE TREBA PREPIRATI IN MNOGO GOVORITI, KO GA SADI. PREDEN GREDO FIŽOL SADIT, ZAKOPLJEJO TRI PESTI GNOJA. KO GA SADE, GOVORE: VI ZAJCI, TA FIŽOL NAJ VAM TAKO SMRDI KOT GNOJ.

SESTAVINE:

FIŽOL
VODA
LOVORJEV LIST
MLETI POPER
MLETA KUMINA
SOL
ZELJE
MAST
ČEBULA
MOKA
RDEČA PAPRIKA

PRIPRAVA:

V VODO DAMO FIŽOL
DAMO LOVORJEV LIST, MLETI POPER, MLETO
KUMINO, SOL
KO JE FIŽOL SKUHAN, DODAMO ZELJE
NAREDIMO ZABELO
V MAST DODAMO NAREZANO ČEBULO
KO PREPRAŽIMO, DAMO MOKO IN DODAMO
RDEČO PAPRIKO
KO JE VSE KONČANO, DAMO VSE V ZELJE IN
ŠE MALO KUHAMO



BABOS KáPOSZTA (GRAJ NA ZELJI)

A KáPOSZTA, A RÉPA, A BAB ÉS A BURGONYA A LAKOSSÁG MINDENNAPI ÉTELE VOLT, FÜGGETLENÜL A GAZDASÁGI HELYZETTŐL: A KÜLÖNBSÉG ABBAN ÁLLT, HOGY A SZEGÉNYEBB HÁZAKBAN EZEK AZ ÉTELEK GYENGÉBBEN VOLTAK MEGZSÍROZVA, GYAKRABBAN KÉSZÜLTEK, ÉS SOKSZOR A NAPI ÉTKEZÉS EGYETLEN FOGÁSÁT JELENTETTÉK. A NÉPI HAGYOMÁNY SZERINT A KáPOSZTÁT GERGELY-NAPON KELL VETNI, HOGY NE LEGYEN FÉRGES. ÉVTIZEDEKKEL EZELŐTT TÖBB KáPOSZTÁT TERMESZTETTEK, MERT ÚGY TARTOTTÁK, HOGY AZ ÓKáPOSZTA KITART AZ ÚJIG, ÉS AMIKOR SAVANYÍTOTTÁK, A RÉGIT AZ ÚJRA FEKTETTÉK.

A GRAJEVO ZELJE (BABOS KáPOSZTA) NAGYON RÉGI ÉTEL, AMELY A MURAVIDÉK (PREKMURJE) TERÜLETÉRŐL A SZOMSZÉDOS, ÉSZAKKELET-MAGYARORSZÁGI ŐRSÉGI FALVAKBA IS ELJUTOTT. EZT AZ ÉTELT TÉLEN IGEN GYAKRAN FŐZTÉK, KÜLÖNÖSEN PÉNTEKENKÉNT, AMIKOR NEM ETTEK HÚST. SERTÉSHÚST CSAK RITKÁN TETTEK A KáPOSZTÁBA.

A BABHOZ SZÁMOS HIEDELEM KAPCSOLÓDIK: ÜLTETÉSKOR SZÍNES KÖTÉNYT KELLETT VISELNI, HOGY BŐ TERMÉST HOZZON; UGYANEZEN OKBÓL SOKAT KELLETT BESZÉLNI ÉS VESZEKEDNI IS ÜLTETÉS KÖZBEN. MIELŐTT A BABOT ELÜLTETTÉK, HÁROM MARÉK TRÁGYÁT ÁSTAK EL. ÜLTETÉSKOR ÍGY MONDTÁK: TI NYULAK, EZ A BAB OLYAN BÜDÖS LEGYEN NEKTEK, MINT A TRÁGYA.

HOZZÁVALÓK:

BAB

VÍZ

BABÉRLEVÉL

ŐRÖLT BORS

ŐRÖLT KÖMÉNY

SÓ

KÁPOSZTA

ZSÍR

VÖRÖSHAGYMA

LISZT

PIROSPAPRIKA

ELKÉSZÍTÉS:

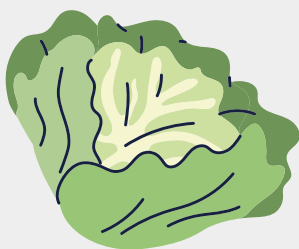
A BABOT VÍZBEN FELTESSZÜK FŐNI.

**HOZZÁADJUK A BABÉRLEVELET, AZ ŐRÖLT BORSOT, AZ
ŐRÖLT KÖMÉNYT ÉS A SÓT.**

**AMIKOR A BAB MEGFŐTT, HOZZÁADJUK A KÁPOSZTÁT.
RÁNTÁST KÉSZÍTÜNK.**

**A ZSÍRBAN MEGPIRÍTJUK AZ APRÓRA VÁGOTT HAGYMÁT.
AMIKOR MEGPIRULT, HOZZÁADJUK A LISZTET ÉS A
PIROSPAPRIKÁT.**

**AMIKOR MINDEN ELKÉSZÜLT, AZ EGÉSZET A KÁPOSZTÁHOZ
ADJUK, ÉS MÉG RÖVID IDEIG EGYÜTT FŐZZÜK.**



37. FIŽOL NA KAŠI

Nekoč so jedli mlečno kašo , mlečen močnik,
kulje, dodole, zeljne krpice in fižol na kaši.

Recept za fižol na kaši:

Zarumenimo čebulo, dodamo proseno kašo,
zaližemo z vodo, solimo in popramo, dodamo
lovorjev list in kuhamo, poskusimo če po potrebi
dodamo sol ali poper in še na rahlo premešamo.

Te jedi so jedli takrat ko so imeli pestro delo.

Recept mi je povedala babica Ana Vučko

Gašper Vučko



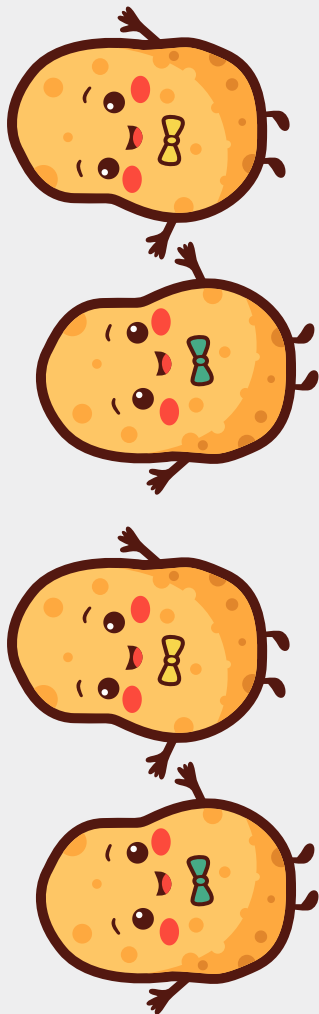
EGYKOR TEJKÁSÁT, TEJES KÁSÁT, KÁSÁT, DÖDÖLÉT,
KÁPOSZTÁS KRUMPLIT ÉS BABOS KÁSÁT ETTEK.

RECEPT A BABOS KÁSA ELKÉSZÍTÉSÉHEZ:

A HAGYMÁT MEGPIRÍTJUK, HOZZÁADJUK A KÖLESKÁSÁT,
FELÖNTJÜK VÍZZEL, MEGSÓZZUK ÉS MEGBORSOZZUK,
HOZZÁADJUK A BABÉRLEVELET, MAJD FŐZZÜK.

MEGKÖSTOLJUK, ÉS SZÜKSÉG SZERINT MÉG SÓT VAGY
BORSOT ADUNK HOZZÁ, MAJD ÓVATOSAN ÁTKEVERJÜK.
EZEKET AZ ÉTELEKET AKKOR ETTÉK, AMIKOR NEHÉZ, SOK
MUNKÁVAL JÁRÓ FELADATAIK VOLTAK.

A RECEPTET ANA VUČKO NAGYMAMA MONDTA EL NEKEM,
GAŠPER VUČKO

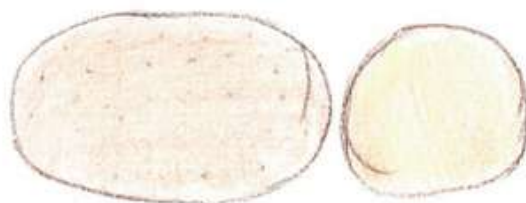


38. PEČENI KRUMPLI - PEČEN KROMPIR

„PEČENI KRUMPLI“

IZBEREMO KROMPIR ENAKE DEBELINE (3 NA OSEBU)
II. GA DOBRO OPEREMO.
ZLOŽIMO GA V PEKAČ - NEOLUPLJENEGA.
VEČKRAT GA PREBUDEMO Z VILICO, DAMO GA
V PEČICO - 180°C. PEČEMO GA 50-60 MINUT.
PEČENEGA PREREŽEMO IN NAHAŽEMO Z ZASEKO,
MASLOM, SKUTO...
V ZIMSKEH VEČERIH SHO TAK KROMPIR PEKLI
V ŠTEDILNIKU NA DRVA. DİBALA JE VSA
HİBA. BRAVEN SHO JEDLI KİSLO ZELJE
IN ČEBULO.

PO PRİPOVEDOVANJU BABICE ROZINE KRAHAR
NAPIŠALA MİSA PALDAUF.



SÜLT KRUMPLI (SÜLT BURGONYA)

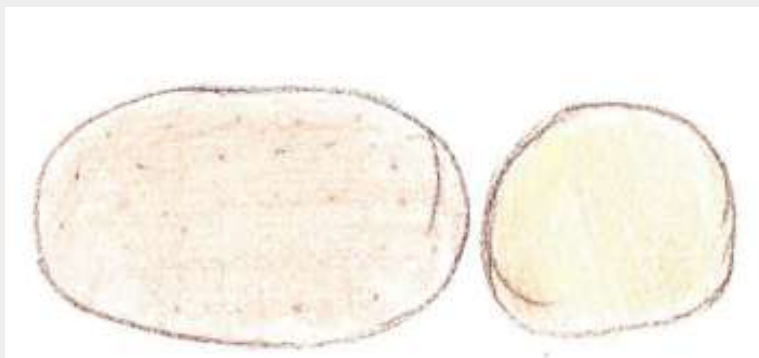
EGYFORMA NAGYSÁGÚ BURGONYÁT VÁLASZTUNK (SZEMÉLYENKÉNT 3 DARABOT), JÓL MEGMOSSUK.

TEPSIBE TESSZÜK HÉJASTUL, TÖBBSZÖR MEGSZURKÁLJUK VILLÁVAL, MAJD 180 °C-RA ELŐMELEGÍTETT SÜTŐBEN 50-60 PERCIG SÜTJÜK.

A MEGSÜLT BURGONYÁT FELVÁGJUK, ÉS ZSÍRRAL, VAJJAL VAGY TÚRÓVAL MEGKENJÜK.

TÉLI ESTÉKEN ÍGY SÜTÖTTÜK A BURGONYÁT A SPARHELTBEN. KÉT NAPIG ÁLLT AZ ASZTALON. AZ EGÉSZ HÁZ ILLATOZOTT, KÖZBEN SAVANYÚ KÁPOSZTÁT ÉS HAGYMÁT ETTÜNK HOZZÁ.

**BABICA ROZINA KRAMAR ELBESZÉLÉSE ALAPJÁN.
LEJEGYEZTE: MAŠA PALDAUF.**



39. PEČEN KROMPIR V PEČI NA DRVA SESTAVINE:

- **POLJUBNO ŠTEVILO SREDNJE VELIKIH KROMPIRJEV**
- **SOL**
- **ZASEKA**
- **ČEBULA**

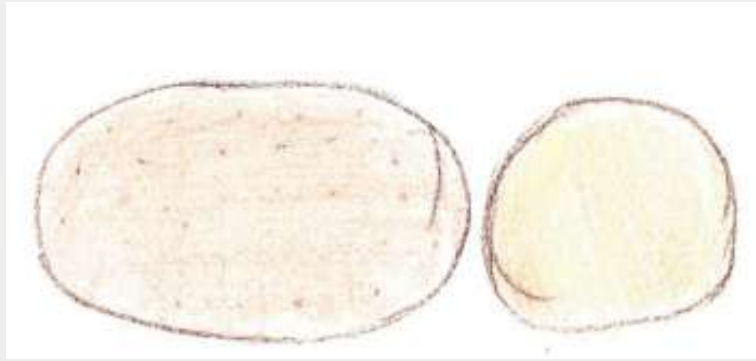
KROMPIR OPEREMO IN GA DAMO (NEOLUPLJENEGA) CELEGA V PEČICO. KROMPIR IMA BOLJŠI OKUS, ČE GA PEČEMO V PEČI NA DRVA. KO JE PEČEN (MEHEK), GA PREREŽEMO NA POL, POSOLIMO, PREMAŽEMO Z ZASEKO IN NA VSE SKUPAJ POLOŽIMO NAREZANO ČEBULO. KROMPIR POJEMO ŠE VROČ.

KEMENCÉBEN SÜLT BURGONYA (FATÜZELÉSŰ KEMENCÉBEN)

HOZZÁVALÓK:

- **TETSZŐLEGES MENNYISÉGŰ KÖZEPES MÉRETŰ BURGONYA**
- **SÓ**
- **TEPERTŐZSÍR (ZSÍR)**
- **HAGYMA**

A BURGONYÁT MEGMOSSUK, MAJD HÉJASTUL, EGÉSZBEN A SÜTŐBE TESSZÜK. A BURGONYA ÍZE MÉG JOBB, HA FATÜZELÉSŰ KEMENCÉBEN SÜTJÜK. AMIKOR MEGSÜLT (PUHA), FÉLBEVÁGJUK, MEGSÓZZUK, ZSÍRRAL MEGKENJÜK, MAJD A TETEJÉRE APRÓRA VÁGOTT HAGYMÁT TESZÜNK. A BURGONYÁT MÉG MELEGEN FOGYASZTJUK.



40.CÜJCEKI – NUDLI

HOZZÁVALÓK:

- **BURGONYA**
- **LISZT**
- **SÓ**
- **ZSÍR, ZSEMLEMORZSA**
- **SÜTŐPOR**

A BURGONYÁT MEGHÁMOZZUK, KOCKÁKRA VÁGJUK, MAJD SÓS VÍZBEN MEGFŐZZÜK. AMIKOR MEGFŐTT, LESZŰRJÜK ÉS ÁTTÖRJÜK. EZUTÁN HOZZÁADJUK A LISZTET ÉS A SÜTŐPORT, MAJD AZ EGÉSZET ÖSSZEGYŰRJÜK, HOGY MASSZÁT KAPJUNK, AMELYBŐL KÖNNYEN FORMÁZHATÓK A CÜJCEKIK. A CÜJCEKIT SÓS VÍZBEN FŐZZÜK. ADDIG FŐZZÜK, AMIG FEL NEM JÖNNEK A VÍZ FELSZÍNÉRE.

ZSÍRON MEGPIRÍTJUK A ZSEMLEMORZSÁT. A KIFŐTT CÜJCEKIT A PIRÍTOTT MORZSÁVAL MEGSZÓRT EDÉNYBE TESSZÜK. AZ EDÉNYT ÓVATOSAN MEGRÁZZUK, HOGY A MORZSA RÁTAPADJON A CÜJCEKIKRE. A MORZSÁS CÜJCEKIT MEGSZÓRTHATJUK CUKORRAL, ÉS MELLÉ ALMAPÜRÉT IS KÍNÁLHATUNK.

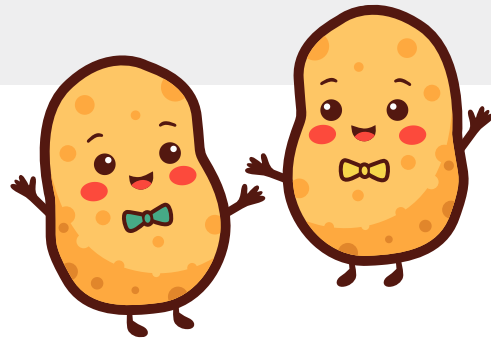
BABICA ANGELA HORVAT ELBESZÉLÉSE ALAPJÁN.

LEJEGYEZTE: GAŠPER VUČKO.

ČUJČEKI

Sestavine:

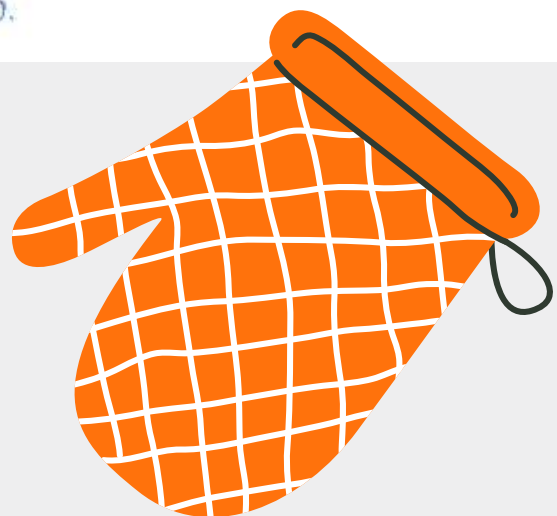
- krompir
- moka
- sol
- mast, drobtine
- pecilni prašek



Krompir olupiš, ga narežeš na kocke in ga skuhaš v slani vodi. Ko se skuha, ga odcediš in ga pretlačiš. Nato dodaš moko ^{in pecilni} in vse skupaj zgneteš, da dobiš maso, ki jo lahko oblikuješ v čufceke. Čufceke skuhaš v slani vodi, kuhani so minuto za tem, ko priplavajo na površje.

Na masti prepražiš drobtine. Odcejiš čufceke daš v posodo s praženimi drobtinami. Posodo s čufčki rahlo potreseš, da se drobtine sprimejo čufcekor. Čufceke z drobtinami lahko potrosiš s sladkorjem in zraven postrežeš še jabolan kompot.

Po pripovedovanju babice Angele Horvat.
Napisal Gasper Vučko.



VRTANIK

Pekli so ga ob družinskih praznikih in kmečkih opravilih.

SESTAVINE:

- 1 kg mehke moke
- 1/2 kvasa (približno 21 g)
- žlička sladkorja
- 3 žličke soli
- 5 dcl mleka ali več – po potrebi
- 1 lonček (180g) navadnega čvrstega jogurta ali kislega mleka (sedeno mlejko)
- 15 dag masla ali svinjske masti
- 1 jajce – za premaz

Deciliter mleka rahlo segrejemo, vanj nasujemo sladkor in nadrobimo kvas. Pustimo nekaj minut, da začne kvas vzhajati. Tačas damo v večjo skledo moko, preostalo mleko, jogurt/kislo mleko, maščobo in sol. Premešamo in dodamo vzhajan kvas. Testo gnetemo tako dolgo, dokler ne postane gladko. Testo naj bo mehko, zato imejmo pri roki še mleko, ki ga po potrebi dodamo. Testo pustimo vzhajati v toplem prostoru. Vzhajano testo razdelimo na 3 dele in vsakega posebej pregnetemo in spet pustimo počivati, da vzhaja. Iz vzhajanih delov oblikujemo dolge svaljke. Svaljke še malo zasukamo. Iz teh svaljkov spletemo kito in oba konca združimo v venec. Kiti na vsaki strani odvajamo nekaj testa, iz katerega naredimo tanek svaljek, ki ga obložimo okrog oblikovanega vrtanika in služi kot okras. Nato ga postavimo na pekač in ga zopet pustimo počivati, da ponovno vzhaja. Pred peko, ga premažemo z razžvrkljanim jajcem.

Pečemo ga lahko v pečici. Nekoč so ga pekli v krušni peči.

BOSMAN je podoben vrtanku, spleten iz štirih svaljkov ali kit in okrašen s srčki, ptički in drugimi okraski. Pekli so ga ob poroki.

Z vrtankom ali bosmanom je povezanih veliko običajev. Nevesti so po poroki domači ali botra naproti nesla vrtanik in pint, ples z bosmanom...

Recent Terezije Hozjan (Pavlove tete) M.P. 60

Katarina Belonić



PEREC (VRTANIK)

CSALÁDI ÜNNEPEKEN ÉS MEZŐGAZDASÁGI MUNKÁK ALKALMÁVAL SÜTÖTTÉK.

HOZZÁVALÓK:

1 KG FINOMLISZT
½ KOCKA ÉLESZTŐ (KB. 21 G)
1 TEÁSKANÁL CUKOR
3 TEÁSKANÁL SÓ
5 DL TEJ VAGY SZÜKSÉG SZERINT TÖBB
1 POHÁR (180 G) NATÚR SÚRÚ JOGHURT VAGY SAVANYÚ TEJ (SEDENO MLEJKO)
15 DKG VAJ VAGY SERTÉSZSÍR
1 TOJÁS – A KENÉSHEZ

EGY DECILITER TEJET LANGYOSRA MELEGITÜNK, BELEKEVERJÜK A CUKROT, MAJD BELEMORZSOLJUK AZ ÉLESZTŐT. NÉHÁNY PERCIG ÁLLNI HAGYJUK, HOGY AZ ÉLESZTŐ FELFUSSON. EZUTÁN EGY NAGY TÁLBA TESSZÜK A LISZTET, A MARADÉK TEJET, A JOGHURTOT/SAVANYÚ TEJET, A ZSIRADÉKOT ÉS A SÓT. ÖSSZEKEVERJÜK, MAJD HOZZÁADJUK A FELFUTTATOTT ÉLESZTŐT. A TÉSZTÁT ADDIG DAGASZTJUK, AMIG SIMA NEM LESZ. A TÉSZTA NE LEGYEN TÚL KEMÉNY, EZÉRT SZÜKSÉG SZERINT MÉG TEJET ADUNK HOZZÁ. A TÉSZTÁT MELEG HELYEN KELESZTJÜK.

A MEGKELT TÉSZTÁT HÁROM RÉSZRE OSZTJUK, MINDEGYIKET KÜLÖN-KÜLÖN ÁTGYŰRJÜK, MAJD ISMÉT PIHENTETJÜK, HOGY ÚJRA MEGKELJEN. A MEGKELT TÉSZTÁBÓL HOSSZÚ RUDAKAT FORMÁZUNK. MINDEGYIK RUDAT ENYHÉN MEGSODORJUK. EZEKBŐL A RUDAKBÓL A VÉGÜKÖN ÖSSZEFONVA KOSZORÚT KÉSZITÜNK. AZ EGYIK OLDALON EGY DARAB TÉSZTÁT LEVÁGUNK, EBBŐL VÉKONY RUDAT FORMÁLUNK, ÉS A MEGFORMÁZOTT VRTANIK KÖRÉ HELYEZZÜK, DISZITÉSKÉNT RÁSIMULVA. EZUTÁN TEPSIRE TESSZÜK, ÉS ISMÉT PIHENTETJÜK, HOGY ÚJRA MEGKELJEN. SÜTÉS ELŐTT FELVERT TOJÁSSAL MEGKENJÜK.

SÜTŐBEN SÜTJÜK MEG. RÉGEN KENYÉRSÜTŐ KEMENCÉBEN SÜTÖTTÉK.

A BOSMAN (ESKÜVŐI FONOTT KENYÉR) HASONLÓ A VRTANIKHOZ: NÉGY RUDBÓL FONJÁK, VAGY DISZITIK SZÍVEKKEL, MADÁRKÁKKAL ÉS MÁS MOTIVUMOKKAL. ESKÜVŐK ALKALMÁVAL SÜTÖTTÉK.

A VRTANIKHOZ ÉS A BOSMANHOZ SZÁMOS SZOKÁS KAPCSOLÓDIK. AZ ESKÜVŐ UTÁN A MENYASSZONY ELÉ PERECET ÉS EGY PINT ITALT VITTEK A HELYIEK VAGY A KERESZTANYA, TÁNC BOSMAN KENYÉRREL.

RECEPT: TEREZIJA HOZJAN, PAVLOVA NAGYNÉNJE. KATARINA BELOVIČ

ZA KONEC PA VAM PREDSTAVIMO ŠE RECEPTE ZA TRI SLADICE, KI SMO JIH PRIPRAVILI NA POMELAJU V MALI POLANI NA PRVI DELAVNICI PROJEKTA REGIOTASTE 26. MAJA 2025, KO SMO SE ZBRALI IN POVEZALI KULINARIČNI DELEŽNIKI, PROJEKTA PARTNERJA IN ŠOLE. NADALJNJIH ŠEST DELAVNIC NAS JE TAKO ZBLIŽALO, DA SMO SKLENILI SRČNA PRIJATELJSTVA, KI JIH BOMO GOJILI TUDI ZASEBNO IN V DRUGIH PROJEKTIH ŠE NAPREJ.

VÉGÜL BEMUTATJUK AZT A HÁROM DESSZERT RECEPTJÉT IS, AMELYEKET A REGIOTASTE PROJEKT ELSŐ MŰHELYFOGLALKOZÁSÁN KÉSZÍTETTÜNK EL A MALA POLÁNÁN TALÁLHATÓ POMELAJBAN (2025.05.26), AMIKOR A GASZTRONÓMIAI SZEREPLŐK, A PROJEKTPARTNEREK ÉS AZ ISKOLÁK KÉPVISELŐI ÖSSZEGYÜLTÉK ÉS KAPCSOLATBA LÉPTEK EGYMÁSSAL. A TOVÁBBI HAT MŰHELYFOGLALKOZÁS ANNYIRA KÖZEL HOZOTT BENNÜNKET EGYMÁSHOZ, HOGY SZÍVBŐL JÖVŐ BARÁTSÁGOK SZÖVŐDTEK, AMELYEKET A JÖVŐBEN MAGÁNÉLETÜNKBEN ÉS MÁS PROJEKTEK KERETÉBEN IS TOVÁBB ÁPOLUNK.

42. GIBICA (1)

MOKA PECILNI MLEKO SOL

OMESI. RAZDELI NA VEČ KUPČKOV IN VSAKEGA POSEBEJ RAZVALJAJ V OKROGLO OBLIKO. TO SPEČI NA PLATI ŠTEDILNIKA (NAVADEN ŠTEDILNIK NA DRVA). KO JE PEČENO, MALO POŠKROPI Z VODO IN ZAVIJ V KRPO, DA SE POČASI HLADI. MEDTEM PRIPRAVI PRILIV. NA MALO MASTI PREPRAŽI ČEBULO IN PRELIJ Z MLEKOM. PREVRI. GIBICE STRGAŠ NA KOŠČKE IN JIH PRELIJEŠ Z VROČIM MLEKOM. RECEPT SVOJE MAME MARIJE BAKAN JE PO SPOMINIH IZ OTROŠTVA ZAPISALA IN PRIPRAVILA IVANKA KIREC.



LISZT SÜTŐPOR TEJ SÓ

ÖSSZEGYÜRJÜK.

TÖBB KISEBB DARABRA OSZTJUK, ÉS MINDEGYIKET KÜLÖN-KÜLÖN KERÉK FORMÁRA NYÚJTJUK.
FORRÓ PLATNIN (HAGYOMÁNYOS, FATÜZELÉSŰ TŰZHELYEN) MEGSÜTJÜK.

AMIKOR MEGSÜLT, ENYHÉN MEGLOCSOLJUK VÍZZEL, MAJD KONYHARUHÁBA CSAVARJUK, HOGY LASSAN
HŰLJÖN KI. KÖZBEN ELKÉSZÍTJÜK AZ ÖNTETET. KEVÉS ZSÍRON MEGPIRÍTJUK A HAGYMÁT, MAJD
FELÖNTJÜK TEJJEL. FELFORRALJUK. A GIBICÉT KISEBB DARABOKRA TÉPJÜK, ÉS LEÖNTJÜK A FORRÓ
TEJJEL.

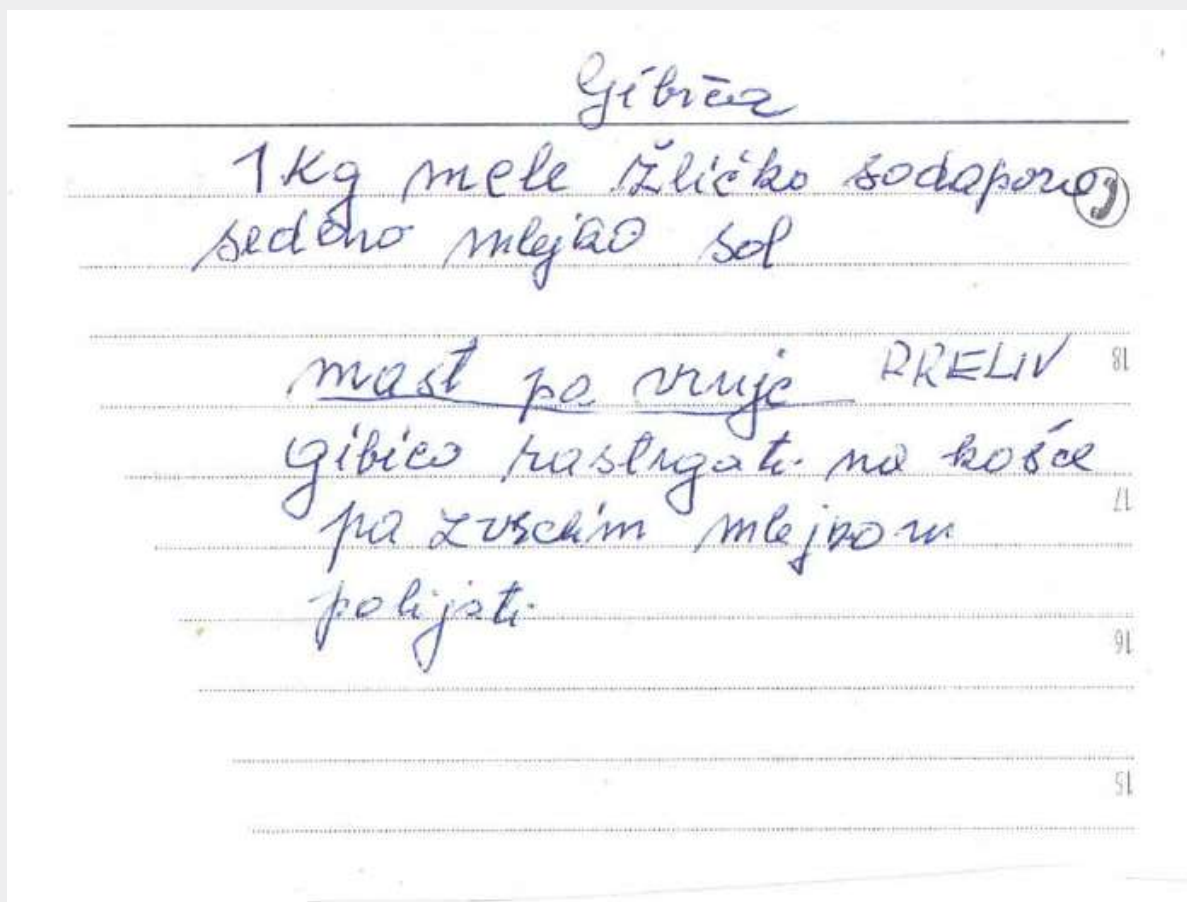
A RECEPTET MARIJA BAKAN ÉDESANYJA EMLÉKEI ALAPJÁN IVANKA KIREC ÍRTA LE ÉS KÉSZÍTETTE EL.



43. GIBICA (2)

DRUGO VARIANTO RECEPTA ZA GIBICO, KOT JO JE
PRIPRAVLJALA NJENA BABICA VERONA ŽALIK, JE ZAPISALA IN
PRIPRAVILA DRAGICA HOZJAN.

A GIBICA RECEPTJENEK EGY MÁSIK VÁLTOZATÁT, AHOGYAN AZT A
NAGYMAMÁJA, VERONA ŽALIK KÉSZÍTETTE, DRAGICA HOZJAN
JEGYEZTE LE ÉS KÉSZÍTETTE EL.



1 KG MELE (MOKE), ŽLIČKO SODE BIKARBONE, SEDENO MLEJKO (KEFIR), SOL.

MAST PA VRNJE (KISLA SMETANA) **PRELIV**

GIBICO RAZTRGATI NA KOŠČKE
PA Z VRELIM MLEJKOM POLIJATI (PRELITI)

**1 KG LISZT, 1 TEÁSKANÁL SZÓDABIKARBÓNA, SAVANYÚ TEJ (KEFIR), SÓ.
ZSÍR ÉS TEJFÖL – ÖNTET
A GIBICÁT DARABOKRA TÉPJÜK, MAJD FORRÓ TEJJEL LEÖNTJÜK.**

POSTOPEK PRIPRAVE ELKÉSZÍTÉS





**OBE GIBICI SE TU SREČATA :)
ITT TALÀLKOZIK A KÈT GIBICA :)**





**NA TEJ FOTOGRAFIJI PA DRAGICA HOZJAN DRŽI V ROKAH
PEKAČ NJENE BABICE. EZEN A FÉNYKÉPEN HOZJAN
DRAGICA A NAGYMAMÁJA TEPSIJÉT TARTJA A KEZÉBEN**



ZA KONEC PA ŠE SLADICA "GEJENO VLIJANO" VÈGÜL PEDIG MÈG A »GEJENO VLIJANO« (KELT ÖNTÖTT) DESSZERT

**PRIPRAVILI STA JO GOSPODINJI OLGA ŽARDIN IN
MARIJA HOZJAN**

44.VLIJANA POGAČA

500 G PRESAJANEGLADKE MOKE

2 JAJCI, KI JU RAZŽVRKLJAMO

½ KOCKEKVASA

ŠČEP SOLI,

5-6 ŽLIC SLADKORJA

0,5 DCL OLJA

MLEKO PO POTREBI

ROZINE (NAMAKAMO JIH V RUMU ALI VINU)

NEKAJ ŽLIC GOSTE MARMELADE

MOKO PRESEJEMO V VEČJO SKLEDO IN OB ROBU DODAMO SOL. KVAS VZHAJAMO Z ŽLIČKO SLADKORJA. VZHAJAN KVAS PRILIJEMO V MOKO, DODAMO ŠE SLADKOR, NAMOČENE ROZINE, JAJCA, OLJE IN MLAČNO MLEKO PO POTREBI. S KUHALNICO TESTO DOBRO STEPAMO, (TESTO S KUHALNICO DVGUJEMO) STEPAMO TAKO DOLGO, DA NASTAJAJO MEHURJI. TESTO MORA BITI BOLJ MEHKO. TESTO PUSTIMO VZHAJATI V SKLEDI, KI JO POKRIJEMO S KRPO. VZHAJAMO CCA. 30 MINUT. VZHAJANO TESTO VLIJEMO V POMAŠČEN IN RAHLO POMOKAN PEKAČ. TESTA NAJ BO V PEKAČU 2-3 CM. PO ŽELJI LAHKO PO TESTU NADEVAMO KUČPKE DOBRE GOSTE MARMELADE. PUSTIMO ŠE VZHAJATI. VZHAJANO POGAČO DAMO V OGRETO PEČICO (180- 200 C) IN PEČEMO Približno 30 MINUT, DO ZLATO RJAVE BARVE. PEČENO POGAČO BOGATO PREMAŽEMO S KISLO SMETANO IN POTRESEMO S KRISTALNIM SLADKORJEM.





OLGA ŽARDIN ÉS MARIJA HOZJAN HÁZIASSZONYOK KÉSZÍTETTÉK EL.

**500 G ÁTSZÍTÁLT FINOMLISZT
2 TOJÁS, FELVERVE
½ KOCKA ÉLESZTŐ
EGY CSIPET SÓ
5-6 EVŐKANÁL CUKOR
0,5 DL OLAJ
TEJ SZÜKSÉG SZERINT
MAZSOLA (RUMBA VAGY BORBA ÁZTATVA)
NÉHÁNY EVŐKANÁL SŰRŰ LEKVÁR**

A LISZTET EGY NAGY TÁLBA SZÍTÁLJUK, A SZÉLÉHEZ HOZZÁADJUK A SÓT. AZ ÉLESZTŐT EGY TEÁSKANÁL CUKORRAL FELFUTTATJUK. A FELFUTTATOTT ÉLESZTŐT A LISZTHEZ ÖNTJÜK, MAJD HOZZÁADJUK A CUKROT, AZ ÁZTATOTT MAZSOLÁT, A TOJÁSOKAT, AZ OLAJAT ÉS SZÜKSÉG SZERINT A LANGYOS TEJET. A TÉSztÁT FAKANÁLLAL ALAPOSAN KIKEVERJÜK (A TÉSztÁT FAKANÁLLAL EMELGETJÜK), ADDIG VERJÜK, AMIG BUBORÉKOK NEM KELETKEZNEK. A TÉSztÁNAK INKÁBB LÁGY ÁLLAGÚNAK KELL LENNIE.

A TÉSztÁT LETAKARVA, A TÁLBAN KB. 30 PERCIG KELESZTJÜK.

A MEGKELT TÉSztÁT KIVAJAZOTT ÉS ENYHÉN LISZTEZETT TEPSIBE ÖNTJÜK. A TÉSztA VASTAGSÁGA A TEPSIBEN LEGYEN KB. 2-3 CM. ÍZLÉS SZERINT A TÉSztÁRA KISEBB HALMOKBAN SÚRÚ LEKVÁRT TEHETÜNK. EZUTÁN MEG EGYSZER KELESZTJÜK.

A MEGKELT SÜTEMÉNYT ELŐMELEGÍTETT SÜTŐBEN (180-200 °C) KB. 30 PERCIG SÜTJÜK, AMIG ARANYBARNÁRA SÜL. A MEGSÜLT POGÁCSÁT BŐSÉGESEN MEGKENJÜK TEJFÖLLEL, MAJD KRISTÁLYCUKORRAL MEGSZÓRJUK.



**PROJEKT REGIOTASTE JE TRAJAL OD 1. MAJA 2025 DO
31. OKTOBRA 2025. A REGIOTASTE PROJEKT 2025.
Május 1-Jétől 2025. Október 31-ig tartott.**



**SODELOVALI SO UČENKE IN UČENCI OSNOVNIH ŠOL MIŠKA KRANJCA VELIKA
POLANA, DVOJEZIČNE OSNOVNE ŠOLE ŠTEVANOVCI IN DVOJEZIČNE
OSNOVNE ŠOLE JOŽEFA KOSIČA GORNJI SENIK, NJIHOVE UČITELJICE IN
RAVNATELJICE, MENTORICE IN LOKALNE GOSPODINJE, KI SE JIM
PARTNERJA PROJEKTA LEPO ZAHVALJUJEVA ZA PRISRČNO IN
PRIJATELJSKO KULINARIČNO DRUŽENJE.**

**SARA KÖLEŠ RIBEIRO, DIREKTORICA POMELAJA IN TAMÁS KOVÁCS,
DIREKTOR RAZVOJNE AGENCIJE SLOVENSKA KRAJINA**

INFO@POMELAJ.SI

SZLOVENVIDEK@GMAIL.COM

A PROJEKTBEN A MIŠKO KRANJEC ÁLTALÁNOS ISKOLA (VELIKA POLANA), AZ APÁTISTVÁNFALVI KÉTTANNYELVŰ ÁLTALÁNOS ISKOLA ÉS ÓVODA, VALAMINT A KOSSICS JÓZSEF KÉTNYELVŰ ÁLTALÁNOS ISKOLA ÉS ÓVODA (FELSŐSZÖLNÖK) TANULÓI, TOVÁBBÁ TANÍTÓIK ÉS INTÉZMÉNYVEZETŐIK, MENTOROK ÉS HELYI HÁZIASSZONYOK VETTEK RÉSZT. A PROJEKT PARTNEREI EZÜTON IS SZERETNÉNEK KÖSZÖNETET MONDANI MINDANNYIUKNAK A SZÍVÉLYES ÉS BARÁTI HANGULATÚ KULINÁRIS EGYÜTTLÉTÉRT.

SARA KÖLEŠ RIBEIRO, A POMELAJ IGAZGATÓJA, VALAMINT TAMÁS KOVÁCS, A SZLOVÉN VIDÉK KÖZHASZNÚ NONPROFIT KFT. ÜGYVEZETŐ IGAZGATÓJA

Interreg



Sofinancira
EVROPSKA UNIJA
Az EURÓPAI UNIÓ
társfinanszírozásával

Slovenija – Magyarország

REGIOTASTE

O UPORABI GRADIVA
TA PUBLIKACIJA JE NASTALA V OKVIRU
EVROPSKEGA PROJEKTA REGIOTASTE IN JE JAVNO
DOSTOPNA. GRADIVO JE NAMENJENO
IZOBRAŽEVALNI, KULTURNI IN PROMOCIJSKI RABI.
OB VSAKI NADALJNJI UPORABI, POVZETKIH ALI
REPRODUKCIJI VSEBIN (BESEDIL, RECEPTOV IN
FOTOGRAFIJ) PROSIMO ZA JASNO NAVEDBO VIRA IN
IZDAJATELJEV. ZA KOMERCIÁLNO UPORABO ALI
OBSEŽNEJŠO REPRODUKCIJO GRADIVA JE
POTREBNO PREDHODNO SOGLASJE IZDAJATELJEV.
RECEPTI IN ZAPISI TEMELJIJO NA OSEBNIH
PRIČEVANJIH, LOKALNEM ZNANJU TER DELAVNICAH,
IZVEDENIH V OKVIRU PROJEKTA. SOGLASJA ZA
OBJAVO FOTOGRAFIJ OTROK SO BILA PRIDOBILJENA
V OKVIRU SODELUJOČIH OSNOVNIH ŠOL, OSEBNA
IMENA AVTORJEV RECEPTOV PA SO NAVEDENA Z
DOVOLJENJEM AVTORJEV OZIROMA NJIHOVIH
SVOJCEV.

AZ ANYAG FELHASZNÁLÁSÁRÓL
EZ A KIADVÁNY AZ REGIOTASTE EURÓPAI PROJEKT
KERETÉBEN KÉSZÜLT, ÉS NYILVÁNOSAN HOZZÁFÉRHETŐ.
AZ ANYAG OKTATÁSI, KULTURÁLIS ÉS PROMÓCIÓS
CÉLOKRA HASZNÁLHATÓ FEL.
A TARTALMAK (SZÖVEGEK, RECEPTEK, FÉNYKÉPEK)
BÁRMILYEN TOVÁBBI FELHASZNÁLÁSA, KIVONATOLÁSA
VAGY REPRODUKCIÓJA ESETÉN KÉRJÜK A FORRÁS ÉS A
KIADÓK EGYÉRTELMŰ FELTÜNTETÉSÉT. AZ ANYAG
KERESKEDELMI CÉLÚ FELHASZNÁLÁSÁHOZ VAGY
NAGYOBB TERJEDELMŰ REPRODUKCIÓJÁHOZ A KIADÓK
ELŐZETES HOZZÁJÁRULÁSA SZÜKSÉGES.
A RECEPTEK ÉS LEÍRÁSOK SZEMÉLYES
VISSZAEMLEKEZÉSEKEN, HELYI TUDÁSON, VALAMINT A
PROJEKT KERETÉBEN MEGVALÓSULT
MŰHELYFOGLALKOZÁSOKON ALAPULNAK. A
GYERMEKEKRŐL KÉSZÜLT FÉNYKÉPEK KÖZZÉTÉTELÉHEZ
AZ ÉRINTETT ÁLTALÁNOS ISKOLÁK KERETÉBEN
SZEREZTÜK BE A SZÜKSÉGES HOZZÁJÁRULÁSOKAT, A
RECEPTEK SZERZŐINEK SZEMÉLYNEVEI PEDIG A
SZERZŐK, ILLETVE HOZZÁTARTOZÓIK ENGEDÉLYÉVEL
KERÜLTEK FELTÜNTETÉSRE.