

Recepti



Projekt: **KUHAM DOMAče**

Financerji: **Občine Kranjska Gora, Jesenice in Radovljica**

Izvajalec: **Razvojna agencija Zgornje Gorenjske**

Zbrala: **Romana Smagin in Ambrož Černe**

Uredil: **Ambrož Černe**

Jesenice, december 2020



NAMESTO APERITIVA: UVOD

Na Razvojni agenciji Zgornje Gorenjske izvajamo projekt KUHAM DOMAče, katerega namen je ohranjati domače jedi, ki so jih nekoč pripravljali naše babice in dedki. Pri tem nas ne zanima le končna jed, ampak tudi postopki, tehnike, orodja, skratka ves proces pridelave sestavin in priprave jedi od njive, polj, vrta ali, če želite, hleva do krožnika. Zlasti nas zanima dediščina prehrane. Se pravi, kateri običaji, navade, reki, povezani s prehrano, so značilni za naša lokalna okolja, kaj od tega se je ohranilo do danes, kakšno mesto je zasedala prehrana v kmečkem in prazničnem letu ter navsezadnje v človekovem vsakdanjem življenju.

Projekt izvajamo v obliki kuharskih delavnic, s katerimi želimo opolnomočiti lokalne skupnosti na področju njihove prehranske dediščine. Ciljne skupine so lokalne gospodinje, družine, posamezniki vseh generacij od starejših do (zlasti) mladih. Povežemo se z lokalnimi osnovnimi šolami, kjer vsaj eno delavnico izvedemo z učenci bodisi v okviru gospodinjskega pouka, ali kako drugače.

Naše kuharice in kuharji so bodisi posamezniki, gostinci ali člani društev, ki so tako ali drugače povezana s kulinariko v domačem kraju. Pestrost temu izboru daje tudi modrost starejših na eni in zagnanost mladih kuharskih mojstrov na drugi strani ali pa razmerje ženske na eni in moške kreativnosti na drugi strani.

Na območju občin Kranjska Gora, Jesenice in Radovljica smo izvedli skupno 18 delavnic. Od tega 8 v živo, 8 preko ZOOM-a, 2 pa smo vnaprej posneli in ju naložili na You Tube.

V sodelovanju z izvajalci smo za vas pripravili pričujočo zbirko receptov jedi, ki so bile osrednja tema naših delavnic. Upamo, da vam bodi zbrani zapisi v pomoč pri domačem kulinarinem ustvarjanju.

Ambrož Černe
vodja projekta KUHAM DOMAče

Razvojni agencija Zgornje Gorenjske
Spodnji Plavž 24e
4270 Jesenice
E: ambroz.cerne@ragor.si
T: 04 581 34 15



I. Preprosto in skromno

Jedilnik kmečkega vsakdana nekoč ni bil nič drugačen kot takraten način življenja.

Namreč, preprost in skromen.



Foto: Špela Ankele





1. GORENJSKI KRAPI

AJDOVI KRAPI

Avtorica: Vera Grgurič, Penzion Pr' Betel, Planina pod Golico

NADEV (za 8 manjših ali 4 velike krape):

80 dag suhe skute;
10 dag kuhane prosene kaše;
1 srednje velika prepražena čebula;
sesekljan peteršilj ali drobnjak;
1 jajce;
sol.

TESTO:

80 dag črne moke (tip 850);
20 dag ajdove moke;
sol;
kocka kvasa;
6–7 dcl mlačne vode.

ZABELA:

ocvirki ali bela zaseka.

PRIPRAVA:

Izdelavo krapov vedno začnemo z nadevom. Nato sledi priprava testa brez vzhajanja, nato izdelava (oblikovanje) krapa in takoj za tem kuha.

Nadev naredimo tako, da v skledo vmešamo vse sestavine. Pri skuti je pomembno, da je čimbolj suha. Če jo kupimo in je preveč »mokra«, jo precedimo. Kuhane prosene kaše ne smemo prekuhati. Kuhana naj bo do te mere, da se še vedno vidijo okrogla zrnca. Poleg prepražene čebule v zmes dodamo sesekljan peteršilj ali drobnjak. Kar nam je ljubše. Tudi količina je poljubna. Po potrebi dodamo tudi eno jajce. Ni pa nujno; če je npr. kdo alergičen na jajce, lahko to tudi izpustimo. Nazadnje še solimo po okusu. Zmes nato temeljito premešamo. Biti mora bolj suha. To je pomembno zato, da nam med kuho krapa ne bo ušla iz testa. Če dobimo občutek, da je zmes premalo suha, lahko dodamo žlico pšeničnega zdroba.

Preden se lotimo izdelave testa, damo kuhati vodo, v kateri bomo na koncu kuhali krape. Zelo pomembno je, da voda vre, ko imamo krape izdelane. Uporabimo kar se da veliko posodo. Krapji morajo v njej normalno plavati. Ko pristavimo vodo na štedilnik, jo seveda tudi posolimo.

Nato se lotimo izdelave testa. Uporabimo 80 dag črne moke (tip 850) in 20 dag ajdove moke. Razmerje in sama količina sta lahko tudi poljubna. Zapisana količina je, denimo, za 4-člansko družino za dve kosili. V primeru kakršnih koli omejitev pri glutenu, se lahko krape izdelata tudi le iz ajdove moke. V tem primeru pridejo malo trši. Mešanico moke





posolimo. Dodamo kocko kvasa. Zgnetemo testo. Dolivamo mlačno (!) vodo. Vode naj bo vsega skupaj nekje 6–7 dcl. Testo mora priti bolj trdo.

Izdelano testo na pomokani deski takoj oblikujemo v štruco. Bistveno je torej, da testo ne vzhaja. V nasprotnem primeru imamo lahko težave med kuho krapov. Iz štruca testa izrežemo štiri oz. poljubno število delov. Iz njih izdelamo za prst debele okrogle / kvadratne »krpice«. Pomembna je debelina teh testenih krpic, torej za prst debela, da nam krap v kropu ne razpade. Na krpice položimo v kepo oblikovan nadev. Najlažje bomo to počeli z rokami. Nato krap »zapremo« tako, da ga oblikujemo v »žepek«. Rob testa stisnemo s prsti. Pri tem smo pozorni, da je krap dobro zaprt (glej slike). Po potrebi zunanost krapa še malo pomokamo.



Foto: Špela Ankele



Foto: Špela Ankele

Ko krape izdelamo, jih takoj vržemo v krop. Voda mora takrat intenzivno vreti. Krap mora plavati po gladini kropa. Kuhati se morajo pol ure. Naj bodo pokriti. Vmes jih lahko enkrat previdno obrnemo.

Ko so krapji kuhani, jih vzamemo z lopatko iz posode, razrežemo na deski in zabelimo z ocvirki. Zelo dobra je tudi zabela z belo zaseko.



#KAJ VSE LAHKO KOMBINIRAMO S KRAPI?

Osnovna (najstarejša) oblika jedi so krapji kot samostojna, enostavna brezmesna jed, zabeljena z ocvirki. V tej obliki jih lahko kombiniramo z zeleno solato. Lahko pa jih jemo s kislim zeljem, kislom repo ali klobasami različnih vrst (krvavice, pečenice, ...). V modernejši kuhinji se lahko servirajo kot topla predjed z npr. jurčkovo omako. V spomladanskem in poletnem času so dobre kombinacije krapov s telečjo obaro, gobovo juho ali kot priloga h govejim zrezkom, svinjskim zrezkom, telečji pečenki ali jagnjetini.





Foto: Špela Ankele

Ko so krapji gotovi, jih na krožniku razrežemo in zabelimo z ocvirki ali belo zaseko.



#O ZAMRZOVANJU KRAPOV

Krape vedno zamrznimo že kuhane, torej nikoli surovih! Kuhane ohladimo, zavijemo v prozorno folijo in zamrznemo. Ko si jih bomo privoščili je pomembno, da jih odmrzujemo počasi, najbolje čez noč. Nikoli pa na hitro (npr. v mikrovalovni pečici). Pomembno namreč je, da nadev v notranjosti normalno odmrzne. Potem jih pogrejemo kar v prozorni foliji. Morajo počasi vreti približno 15 minut. Lahko jih pa mrzle razrežemo in jih pogrejemo (»popražimo«) na ocvirkih v ponvi.

Utrinek z delavnice,
22. 10. 2020.
Potekala je preko
spletne aplikacije
ZOOM.



Foto: Špela Ankele







DOVŠKI KRAPI

Avtor: Gašper Zima, gostilna Pr' Železn'k, Mojstrana

NADEV (za 10–15 krapov):

2 kg skute;
250–300 dag kuhane prosene kaše;
3 velike prepražene čebule;
sesekljan drobnjak;
malo olja;
poper;
sol;
cimet.

TESTO:

1,5 kg bele pšenične moke (tip 500);
sol;
kocka kvasa;
žlička sladkorja;
0,15 L mleka;
0,5 L vode;
2 jajci.

PRIPRAVA:

Za testo kvas raztopimo v mlačnem mleku, dodamo žličko sladkorja in pustimo, da vzhaja. Zamesimo testo iz moke, vode, jajc, soli in kvasa. Testo mora biti bolj trdo kot mehko. Pustimo, da vzhaja; vmes ga ne gnetemo. Vzhaja naj samo enkrat. Če nam nekaj testa ostane, ga lahko zamrznemo ali pa spečemo pico.



Foto: Romana Smagin

Za nadev nasekljamo čebulo in jo prepražimo na olju samo toliko, da postekleni. Zmešamo s skuto, kuhano proseno kašo, dodamo drobno nasekljan drobnjak, poper, za nožev konico cimeta ter sol po potrebi.

Vzhajano testo dobro pomokamo, prav tako leseno podlago, na kateri ga bomo razvaljali na 3–5 mm debeline. Vzamemo nož ali kolešček in testo razrežemo na »krpice« velikosti približno 10 x 10 cm.

S kleščami za sladoled ali navadno žlico na sredino vsake »krpice« (kvadrata) testa naložimo nadev za približno eno sladoledno kepico na vsakega. Vsak nadevan del prepognemo in na zgornjem delu testo stisnemo s prsti. Stisnemo še del ob strani, kot bi zvili ovoj bonbončka.





Foto: Romana Smagin



Foto: Romana Smagin

Krape skuhamo v soljeni vreli vodi, rahlo jih pomešamo, da se ne sprimejo dna. Počasi naj vrejo približno 10 minut, če kuhamo zmrznjene, pa nekaj minut več. Če krapov ne postrežemo takoj, jih nekaj časa do serviranja pustimo v vodi, da ne postanejo trdi. Če nekuhane krape zamrznemo, jih prej dobro pomokamo.



Foto: Romana Smagin

#PRELIV ČEZ KRAPE : JABOLČNA ČEŽANA

Jabolka olupimo, jih očistimo pešk in pecljev ter razrežemo na manjše koščke. Zalijemo z vodo, dodamo klinčke in jih kuhamo, dokler ne zavrejo. Nato naj rahlo vrejo še približno 10 minut. Zatem vodo odlijemo (ne proč, saj jo lahko uporabimo kot osvežilno domačo pijačo!). Kuhanim jabolkom odstranimo klinčke. Dodamo jim malo cimeta in sladkor ter jih dobro pretlačimo.



2. SIROVI ŠTRUKLJI

Avtor: Gašper Zima, gostilna Pr' Železn'k, Mojstrana

TESTO:

25 dag mehke bele moke (tip 500);
1,5 dl mlačne vode;
0,03 L olja;
0,03 L kisa;
sol.

NADEV:

75 dag skute;
1 dl kisle smetane;
2–3 jajca;
sol.

PRIPRAVA:

Najprej se lotimo priprave testa. V posodo damo moko, olje, kis in ščepec soli. Ko začnemo mesiti – to lahko počnemo ročno ali z mešalnikom s kljuko – postopoma dodajamo mlačno vodo, dokler testo ne postane gladko in mehko. Navedena količina vode je okvirna, po potrebi jo lahko dodajamo še več. Ko je testo pripravljeno, ga razdelimo na dva hlebčka ali več. Damo ga v posodo in premažemo z oljem. Nato naj počiva vsaj 1–2 uri. Še boljše bo, če počiva čez noč.

Pred izdelavo štruklja pripravimo nadev. Skuto, kisló smetano, jajce in sol dobro premešamo in poskusimo, če je dovolj slano. Pri mešanju si lahko pomagamo s paličnim mešalnikom.



Foto: Romana Smagin



Foto: Romana Smagin





Spočito testo prestavimo na pomokani prst in prično raztegovati. Raztegujemo ga od sredine navzven. Nadev namažemo na testo. Nato ga prično zvijati, pri čemer si pomagamo s prtom (glej zgornjo sliko). Nato štrukelj razdelimo na primerno velike kose, zavijemo v pomokano ali naoljeno aluminijasto folijo in zavijemo strani kot bombone. Surove štruklje damo v vrelo slano vodo in kuhamo vsaj 20 minut. Čas kuhanja je odvisen od debeline štruklja.

Pred serviranjem pregrejemo ocvirke in jih polijemo čez štruklje.



Foto: Romana Smagin



3. PROSENA KAŠA S ČEŠPLJAMI

Avtorica: Mimi Fister, Ekološka kmetija Porta, Ovsiše

SESTAVINE:

1 L vode;
1 L mleka;
0,5 kg prosa;
300 g suhih sliv (češpelj);
maslo.

PRIPRAVA:

V večjo, npr. 4-litrsko posodo nalijemo vodo in jo zavremo. Soliti ni treba. Medtem operemo slive. Če so pretrde, jih prej malo namočimo. Koščic ni treba odstraniti. Ker so zrna prosa zelo mehka, kaše predhodno ni potrebno namočiti. Če proso kupimo, ga prej le malo operemo.



Foto: Špela Ankele



Foto: Špela Ankele

Ko voda zavre, dodamo proso. 0,5 kg prosa je približno enako količini 0,5 L v lončku (glej zgornjo sliko). Proso naj vre v vodi približno 10 minut. Nato postopoma dodajamo mleko. Medtem dodamo tudi češplje. Jed vmes nekajkrat rahlo premešamo. Počasi se mora gostiti. Bodimo previdni, da ne kuhamo predolgo, ker se potem lahko kaša »zapaca«. Namreč, kaša sama se gosti tudi, ko jo že odstavimo iz štedilnika. Na koncu lahko jed z dodajanjem mleka po okusu zredčimo. Pred serviranjem zabelimo z maslom.

Opisan recept je za približno 6 oseb za samostojno jed. Če jo bomo pripravili kot sladico, je količina ustrezno manjša.



Proso so nekoč pridelovali tako, da so ga na njivah poželi in ga v snopah dali sušit v kozolec.





#VSESTRANSKA JED ...

Jed je lahko kot samostojna, na primer za zajtrk ali večerjo. Za kosilo pa lahko kombiniramo na primer joto kot glavno jed in proseno kašo s češpljami kot sladico. Čez kašo lahko dodamo marmeladni preliv. Namesto sliv lahko dodamo suhe hruške, sveža jabolka, pravzaprav katero koli sadje po okusu. Jed se lahko pripravi tudi kot narastek.

#PROSENA KAŠA Z GOBAMI:

Kašo zakuhamo samo v vodi. Nato dodamo na čebuli prepražene gobe, začiniimo z žajbljom, majaronom, poprom in soljo.

#NAMIG ...

Proseno kašo lahko tudi zakuhamo v jabolčni čežani in shranimo v kozarce za ozimnico. Čez zimo lahko to jemo kot prilogo k fižolu v zrnju, pire krompirju ali npr. zraven slivovih cmokov.



Foto: Špela Ankele



#MIMI PRIPOVEDUJE ...

»Proseno kaša je zelo preprosta jed. Včasih so jedli tisto, kar so imeli. Kdor je nekoč imel doma proso, je imel lahko zelo pestro prehrano. Ni se ga dalo vsako leto pridelati. Zmeraj so poskrbeli, da so imeli seme vsaj za dve leti, če ne za več. Naša mama je pravila, da so vsak dan jedli proseno kašo za večerjo. Kuhala ga je v kotličku v črni kuhinji na ognjišču. Skuhala je kašo, nato jo je dala v peč na toplo za dve uri. Nato so šli k maši. Ko so prišli nazaj, so jedli kašo. Na primer ob nedeljah zjutraj za zajtrk.«



Foto: Špela Ankele





4. KROMPIRJEVA MEŠTA

Avtorica: Vera Grgurič, Penzion Pr' Betel, Planina pod Golico

SESTAVINE (za 3 osebe):

9 srednje velikih krompirjev;
15 dag bele (ali katerekoli) moke;
sol;
ocvirki ali zaseka.

PRIPRAVA:

Krompir olupimo in narežemo na lističe. Damo ga kuhati v velik lonec, solimo. Pomembno je, da krompir skuhamo do mehkega. Velik lonec mora biti zato, da bomo potem lažje mešali. Ko je krompir kuhan, vanj stresemo moko, pokrijemo posodo in naprej kuhamo. Torej pustimo pri miru, ne mešamo. Mora biti več krompirja in manj moke. Počakamo, da čez moko prevre voda. Po nekaj (približno 5) minutah odstavimo lonec in odlijemo malo vode. Koliko vode odlijemo, ocenimo po občutku. Pomembno je, da zmes ni prevodena. Če se nam bo pri mešanju zdelo, da je jed presuha oz. pregosta, bomo to vodo lahko po potrebi dodajali. Nato zmes krompirja in moke mešamo. Najbolje bomo to počeli z vilicami za pečenko ali z orodjem za tlačenje pire krompirja. Mešamo precej hitro. Paziti moramo, da je v zmesi zadosti vode.



Foto: Špela Ankele

Medtem segrejemo ocvirke za zabelo. Serviramo v večjo skledo. V sredino posode naredimo luknjico in vanjo vlijemo ocvirke.

Jed je na videz in po teksturi zelo podobna pire krompirju.





Foto: Špela Ankele



#VERA PRIPOVEDUJE ...

»To je stara, preprosta jed, ki so jo nekoč jedli na podeželju. Naša mama je mešto kuhala za večerjo. Če je je še kaj ostalo, jo je naslednji dan za zajtrk pogrela tako, da jo je prepražila na ocvirkih. V tem primeru pride jed bolj trda in hrustljava. Zraven smo pili belo kavo. Kakopak, tak močan zajtrk so potrebovali možje, preden so šli na delo. Nekateri mešto jedo tudi s kislim zeljem ali repo.«



ZRAVEN MEŠTE SO PILI BELO KAVO ...

V 1 L vrele vode damo dve zvrhani veliki žlici kave KNEIPP in/ali FRANCK. Precej mešamo. Jo pokuhamo. Kuhati se mora 1–2 minuti. Če se vidijo penice na vrhu kave, jih moramo prevreti. Na koncu prelijemo z mrzlo vodo. Ko postrežemo, po potrebi zalijemo z mlekom. Nekoč so jo pili kosci za žejo.



Foto: Špela Ankele



5. JEŠPRENJ (RIČET)

Avtorica: Silva Potočnik, Društvo žensk z dežele občine Radovljica



Foto: Špela Ankele

SESTAVINE (za 4 osebe):

4 pesti ješprenja;
4 srednje veliki krompirji;
200 g fižola;
1 žlica zaseke;
50 g slanine za okus;
2 domači klobasi;
2 korenčka (rdeč in rumen);
1 por;
1 srednje velika čebula;
1 rdeča paprika;
1 manjša rumena koleraba;
1 žlica posušene zelenjave (majaron,
česen, čebula, peteršilj, bazilika, zelena);
sol.

PRIPRAVA:

V enem loncu skuhamo fižol, v drugem pa krompir, olupljen in narezan na kocke. V večji lonc damo zaseko, na drobno narezano slanino, na kockice narezano vso zelenjavo in ješprenj. Zalijemo z vodo in zavremo, nato kuhamo na zmanjšanem ognju. Kuhamo vsaj 30 minut. Potem v lonc dodamo še kuhan fižol in krompir, narezano klobaso in začimbe. Kuhamo še 15–20 minut. Po potrebi solimo.



Foto: Špela Ankele



#NASVET ...

»Ješprenja čez noč ne namakamo, kajti lahko se nam zgodi, da se bo skisal. Raje ga namočimo uro pred kuhanjem ali pa ga zgolj speremo.«



Foto: Marija Fister

Foto: Špela Ankele



»Za to, da bo ješprenj dobrega in polnega okusa, je pomembno, da so vse sestavine domače.«



Foto: Špela Ankele





6. GOVNAČ

Avtorica: Vijoleta Smolej, domačija Smolej, Prihodi

GOVNAČ (za 4 osebe):

pol srednje velike zeljnate glave;
4 večji krompirji;
kumina (cela ali v prahu);
pol lovorovega lista;
poper;
sol.

ZABELA:

3 do 4 žlice ocvirkov v masti;
1 velika žlica moke;
3 stroki sekljanega česna;
šopek peteršilja;



Foto: Špela Ankele



#VIJOLETA PRIPOVEDUJE ...

»Od mame sem se naučila, da se zelje najprej prekuha. V tem primeru naj bi manj napenjalo. Kot otrok se spomnim tudi, da je mama še zelene liste zelja dala kuhat.«

PRIPRAVA:

Liste zelja narežemo na majhne koščke in jih damo v večjo posodo. Zalijemo z vodo in jih zaenkrat le prevremo. Solimo še ne. Nato olupimo krompir in ga narežemo na kocke. Ko zelje zavre, naj povre še nekaj minut, nato ga odcedimo in stresemo nazaj v prazen lonec. Zelju dodamo krompir. Vse skupaj zalijemo z vodo le do te mere, da je zelenjava v loncu v celoti zalita. Več kot toliko ne zalijemo, da ne dobimo prevodene jedi. Preden damo ponovno kuhat, dodamo še začimbe: sol, kumino in lovorov list. Kuhati se mora približno 20–30 minut.

Nato izdelamo zabelo. Na ocvirkih in masti popražimo nasekljan česen in peteršilj. Zgostimo z moko. Popražimo le toliko, da česen zadiši. Nato zabelo dodamo v govnač in premešamo. Nekaj minut ga še pokuhamo. Po potrebi še dosolimo in popramo. Če želimo, lahko jed tudi zmečkamo.





Foto: Špela Ankele



Foto: Špela Ankele



Foto: Špela Ankele

“

»Nekoč so slabše zeljnate glave obrezali in jih uporabili za govnač. Boljše so prihranili za zeljnato solato ali sladko (dušeno) zelje.«

“

»Govnač je dober tudi kot priloga h klobasam, hrenovkam, govedini itd.«



Foto: Špela Ankele



II. Praznično

Ob nedeljah in praznikih je bil jedilnik bolj pester, nasiten, obilen. Skratka, prazničen.



Foto: Špela Ankele





7. KOLINE

GODLJA

Avtor: Vinko Globočnik, Izletniška kmetija Globočnik, Globoko

SESTAVINE:

masa iz krvavic;
voda, v kateri so se kuhale krvavice;
prosena kaša;
ocvirki.



#PREDEN GREMO NA PRIPRAVO ...

Godlja je jed, ki jo lahko pripravimo iz mase krvavic, če nam je med kuhanjem kakšna »počila«. Če doma nimamo kolin, lahko to jed pripravimo tudi iz krvavic, ki jih kupimo pri mesarju. Spodnji preprost recept je zapisan ob predpostavki, da smo pred tem kuhali krvavice.



Foto: Ambrož Černe

PRIPRAVA:

Maso krvavice (»počeno« krvavico) poberemo iz lonca. Vodo, v kateri so se kuhale krvavice ohladimo in odstranimo maščobo. Maso dodamo v pekač in jo premešamo s proseno kašo, ki jo pred tem prekuhamo le do dveh tretjin. Količina prosene kaše je poljubna. Mešanici dodamo malo vode, v kateri so se kuhale krvavice. Vse skupaj v pekaču premešamo. Zmes mora biti pred peko bolj vodena, vlažna. Nato jo damo peči v pečico. Pečemo le nekaj (približno 10) minut oz. toliko časa, da se zmes zgosti. Namesto, da jed pečemo, jo lahko tudi le prekuhamo. V tem primeru kuhamo toliko časa, da se kaša do konca skuha.

Godljo lahko jemo skupaj z ocvrnim kruhom (»miškami«) ali ocvirkovico. Pred serviranjem posujemo z ocvirki.





Foto: Ambrož Černe

Več o godlji pove Vinko v spodnjem filmčku:



OCVIRKOVICA

Avtor: Vinko Globočnik, Izletniška kmetija Globočnik, Globoko

SESTAVINE (za en srednje velik model):

- 750 g bele moke tip 400;
- 1 žlička kvasa (suhega ali razdrobljenega svežega);
- 400–450 ml mlačne vode;
- 1 dcl kefirja;
- 1 žlička svinjske masti;
- 1 slaba žlička sladkorja;
- pol žličke soli;
- 200–300 g pogretilih ocvirkov brez masti;
- 200 g naribanega dimljenega sira;
- 2 dl kisle smetane;
- 1 jajce;
- pest semen (mešanica lanenih, bučnih in sezamovih).

PRIPRAVA:

Najprej napravimo kvasni nastavek. To storimo tako, da zmešamo kvas, mlačno vodo, kefir, svinjsko mast in sladkor.

Stehtamo moko, v sredino naredimo kupček in vanj vlijemo kvasni nastavek, ki ga malo pomešamo z moko. Počakamo, da začne kvas delovati in nastavek vzhajati.

Ob rob dodamo sol, potem zamesimo. Po potrebi dodajamo mlačno vodo. Mesimo toliko časa, da dobimo gladko (ne pregosto in ne



Na kratko: testo za ocvirkovico pripravimo tako, kot za domači kruh.





preredko) testo. Postopek je pravzaprav zelo podoben, kot bi pripravljali navadni domači kruh. Testo oblikujemo v kepo, ki jo položimo v posodo in jo pokrijemo s prtičem. Testo mora vzhajati na sobni temperaturi toliko časa, da lepo naraste. Ko je vzhajalo, ga do primerne debeline (ne pretanke in ne predebele) razvaljamo na pomokani deski. Namažemo ga z mešanico stepenih jajc in kisle smetane. Potresemo z naribanim dimljenim (prekajenim) sirom, nato pa še z ocvirki, katerim smo prej odcedili maščobo. Količina vseh navedenih sestavin, ki jih dodamo v testo je poljubna. Če želimo bogato obloženo potico, s količino



Ocvirkovica se odlično prilega k vsem jedem, ki so sestavni del kolin: godlja, narezek s suhimi mesninami ali tople jedi, kot so krvavice, pečenice, kuhani želodčki, dušeno kislo zelje s proseno kašo ali repa itd.



#VINKO PRIPOVEDUJE ...

»Navdih za koline sem dobil pri vaškem mesarju, pa tudi pri mami, ki je pogostokrat pekla kruh in ocvirkovico.«



Foto: Ambrož Černe

torej ne skoparimo. Pri tem smo pozorni, da nam sestavine ne bodo uhajale iz potice, ko bo ta zavita v štrukelj. Zato si privoščimo malo eksperimentiranja po svoje, saj so v receptu navedene zgolj okvirne količine za nadev. Nadevano testo zavijemo v štrukelj in položimo na papir za peko v pekač ali v namaščen in pomokan model (potičnico). Potica nato mora vzhajati še približno 15 minut. Zatem jo z vilicami preluknjamo, da med peko lepše naraste. Površino premažemo s preostankom mešanice stepenih jajc in kisle smetane ter nazadnje potresemo še s semeni. Ocvirkovico damo v pečico, segreto na 160–180 °C. Pečemo približno 45–60 minut, pri čemer pazimo, da se lepo zlatorjavo zapeče. Če imamo občutek, da postaja potica preveč rjava, jo pokrijemo s papirjem za peko. Ko je pečena, naj 10 minut počaka v pekaču, preden jo zvrnemo na leseno desko ali rešetko, na kateri se bo ohladila do konca.





Foto: Ambrož Černe

Celoten postopek izdelave
ocvirkovice do peke prikaže
Vinko v tem filmčku.



Foto: Martin Kavčnik



#Koline na domačiji Globočnik

Vabljeni k ogledu serije kratkih filmov, ki so bili izdelani v okviru našega projekta KUHAM DOMAče. Do filmov dostopate s klikom na spodnje ikone.





PEČENICA Z MATEVŽEM IN KISLIM ZELJEM

Avtor: Gašper Zima, gostilna Pr' Železn'k, Mojstrana

SESTAVINE (za 2 osebi):

2 para pečenic;
1 L vode (za kisló zelje);
200 g rjavega fižola;
200 g krompirja;
150–200 g čebule;
sol;
popper;
0,1 L olja;
kisló zelje.

PRIPRAVA:

Pečenice skuhamo v vodi. Ko so kuhane jih popečemo na olju na ponvi.



Foto: Ambrož Černe

Za pripravo matevža moramo rjavi fižol najprej namočiti. Najbolje čez noč. Če ga kupimo v konzervi, to ni potrebno. Fižol damo kuhat in ga malo posolimo. V drugi posodi isto storimo z olupljenim in narezanim krompirjem. V ponvi na olju (lahko tudi na masti ali zaseki) do zlato rjave barve popražimo seseklano čebulo. Ko sta fižol in krompir kuhana, ju zmešamo, pretlačimo, dodamo prepraženo čebulo, sol, popper in dobro premešamo. Po potrebi dosolimo.

Za pripravo kislega zelja v lonec dodamo olje in seseklano čebulo in jo pražimo, da postekleni. Nato dodamo kisló zelje in ga z vodo zalijemo do te mere, da je vso pod vodo. Če nam je zelje preveč kisló, ga pred kuhanjem skozi cedilo operemo. Solimo, popramo in dodamo lovorjev list ter pustimo da se kuha še približno 5 minut.





8. GOVEJI JEZIK S HRENOVO PRILOGO

Avtorica: Olga Kajfež, Društvo žensk z dežele občine Radovljica

GOVEJI JEZIK (za 4–6 oseb):

1 goveji jezik;
peteršilj (gomolj in zelenje);
1 čebula;
malo luštreka;
košček gomolja zelene;
strok česna;
košček rumene kolerabe;
košček pora;
košček cvetače;
manjši paradižnik;
sol;
poper.

HRENOVA PRILOGA:

3 veliki krompirji;
2 žlici naribanega hrena;
2 žlici olja;
2 žlici kisa;
sol.

PRIPRAVA:

Goveji jezik operemo in ga damo v večji lonec. Zalijemo z mrzlo vodo, solimo, dodamo poper in vso zelenjavo. Pristavimo, zavremo in potem zmanjšamo ogenj. Pokrijemo. Juha naj se nežno kuha dve do tri ure. Koliko časa takšno juho kuhamo, je odvisno od velikosti jezika in starosti živali. Ko je kuhana, lahko vanjo zakuhamo kakšen dodatek, kot so jušni rezanci, žličniki ipd.

Ko je jezik kuhan, ga olupimo in narežemo na rezine. Podobno, kot bi narezali goveje meso iz juhe.



Foto: Špela Ankele



Foto: Špela Ankele



Za pripravo hrenove priloge skuhamo krompir, ga ohladimo in naribamo. Tudi hren naribamo na drobno in ga dodamo naribanemu krompirju. Premešamo, dodamo kis, olje in sol ter še enkrat pomešamo.

»

»Poleg hrenove priloge zraven govejega jezika pripravimo na ocvirkih pražen (*tenstan*) krompir.«



Foto: Špela Ankele

Foto: Špela Ankele



»

#OLGA PRIPOVEDUJE ...

»Pri nas doma smo v preteklosti skuhami prekajen jezik. Zdaj pa raje kot prekajenega skuham svež goveji jezik, ki mu dodam jušno zelenjavo in ga tudi skuham kot juho. Pomembno je vedeti, da je svež jezik kos mesa, ki poseba veliko soli, zato takšno juho solimo bolj, kot bi solili običajno govejo. Goveji jezik je bila jed, ki jo je mama navadno pripravila ob sobotah. Poleg tega je bil na mizi za binkošti, kajti ta praznik ljudski glas šegavo imenuje praznik žleht, torej nesramnih jezikov.«



9. TELEČJA OBARA Z AJDOVIMI ŽGANCI

Avtor: Gašper Zima, gostilna Pr' Železn'k, Mojstrana

TELEČJA OBARA (za 4–6 oseb):

0,75 kg teletine;
0,75 kg zelenjave (korenje, krompir, zelena, pora itd.);
1,3 L vode;
0,1 kg čebule;
0,3 L govejega fonda ali juhe;
0,06 L olja;
3 jajca;
0,15–0,20 kg moke;
sol;
popper;
majaron;
lovor.

AJDOVI ŽGANCI (za 4–6 oseb):

0,5 kg ajdove moke;
2 L vode;
ščepec soli;
zaseka po potrebi.

PRIPRAVA:

V lonec damo olje in seseklano čebulo in pražimo, da postekleni. Telečje meso in zelenjavo narežemo na kocke (približno 1 x 1 cm). Ko čebula postekleni, dodamo meso in vse skupaj pražimo, dokler meso ne postane blede. Ne sme porjaveti. Ko je meso pripravljeno, dodamo zelenjavo, vodo, fond in začimbe. Obara more vreti, dokler ni meso in zelenjava lepo mehka. Medtem v drugo posodo razbijemo jajca, dodamo moko in mešamo, dokler ne dobimo gladke zmesi. Ta ne sme biti preveč tekoča ali preveč trda. Z jedilno žlico oblikujemo žličnike in jih dodamo v obaro. Obaro poskusimo in po potrebi dodatno začinimo.

Za pripravo žgancev na štedilnik pristavimo vodo, jo solimo in počakamo, da zavre. V vrelo vodo stresemo moko in jo pustimo 5 minut, da se popari. Nato vodo prelijemo v drugo posodo. Pri tem smo pozorni, da moka ostane v posodi. Žgance nato pražimo in pri tem dodajamo vodo od žgancev, ki smo jo odlili. Če želimo bolj mokre žgance dodamo več vode, če pa bolj suhe pa manj. Pred serviranjem žgance po želji polijemo z zaseko.



Foto: Špela Ankele





10. ČEBULNA BRŽOLA Z OCVRTO POLENTO

Avtor: Gašper Zima, gostilna Pr' Železn'k, Mojstrana

ČEBULNA BRŽOLA (za 4 osebe):

80 dag govejega ramsteka;
1–2 dag moke;
6 dag olja;
30 dag čebule;
5 dl govejega fonda ali juhe;
1–2 dag gorčice;
1–2 dl rdečega vina;
ščepec soli;
ščepec popra;
rožmarin;
timijan.

OCVRTA POLENTA (za 4 osebe):

30 dag koruznega zdroba ali instant polente;
5 dag masla;
5 dag mleka;
15 dag vode;
2 jajci;
15 dag moke;
15 dag drobtin;
1 L olja za cvrtje;
kocke sira ali slanine (po želji);
sol.

PRIPRAVA ČEBULNE BRŽOLE:

Meso narežemo na 4 enake dele (približno 20 dag na kos), ga posolimo in premažemo z gorčico. V široki lonec dodamo olje in ga segrejemo. Ko je posoda segreti, vanjo položimo premazano meso in ga popečemo na medium (40–43 °C, lahko tudi manj). Pečeno meso odložimo na krožnik, dodamo poper, timijan in rožmarin. Vse skupaj pokrijemo z aluminijasto folijo in postavimo na toplo (lahko tudi v malo segreti pečico). V isto posodo, kjer smo pekli meso, dodamo na kolobarje narezano čebulo, jo prepražimo da postekleni. Ko je čebula pripravljena dodamo moko, jo prepražimo, nato dodamo fond ter rdeče vino. Vse skupaj naj se kuha vsaj 5 minut. Na koncu dodamo sok od mesa, ki je na krožniku. Če je omaka premalo gosta, lahko dodamo podmet ter začinimo po okusu.

PRIPRAVA OCVRTE POLENTE:

V lonec nalijemo vodo, dodamo mleko, maslo ter sol. Ko vse skupaj zavre, vsujemo koruzni zdrob in z metlico mešamo, da se skuha in zgosti. Ko je polenta hladna, ji dodamo jajce in vse skupaj zmešamo. Iz



Foto: Romana Smagin

Foto: Romana Smagin





zmesi naredimo kepe. Vanje lahko dodamo sir, koščke slanine in druge podobne sestavine po našem okusu. Pri tem smo pozorni, da nadev ni premoker, saj se nam v tem primeru lahko izloči med cvrtjem. Kroglice trikrat spaniramo (po običajnem postopku: moka, jajca, drobtine). Ocvremo jih v večji količini olja do zlato rjave barve. Na krožnike serviramo kos mesa, ocvrto polento in prelijemo z bržolo.



Foto: Romana Smagin

#KAKO PREVERIMO, DA JE MESO PEČENO, ČE NIMAMO TERMOMETRA?

Sprostimo roko in s prstom druge roke pritisnemo na mesnati del pod palcem. Trdota mišice na tem delu ob sproščeni roki je enaka surovemu mesu na otip. Ko se s palcem dotikamo ostalih prstov, postaja mišica trša – različna trdota ustreza različnim stopnjam zapečenosti mesa. Test je preprost, a deluje, številni kuharji prisegajo nanj. Za preverjanje zapečenosti mesa najprej pritisnemo na meso, potem pa s testom prstov preverimo, kako je pečeno.



Vir: Pinterest



11. NABUDLAN ZAJEC

Avtor: Gašper Zima, gostilna Pr' Železn'k, Mojstrana

SESTAVINE (za 4–6 oseb):

celi zajec;
0,3 kg suhega na kocke narezanega kruha;
0,1 kg čebule;
3 stroki česna;
peteršilj;
2–3 jajca;
0,1 L olja;
0,15 L mleka;
sol;
poper;
majaron;
timijan.



Foto: Ambrož Černe

PRIPRAVA:

Suh narezan kruh namočimo v mleku in vodi, da se zmehča. Nasekljano čebulo prepražimo na olju. Po praženju jo dodamo h kruhu. Ko se čebula malo ohladi, dodamo jajca, peteršilj, majaron, moko, sol in poper. Vse skupaj dobro premešamo in po potrebi dosolimo.

Ko je nadev končan, nadevamo zajca. Zajca nato zašijemo in ga z mešanico česna, majarona, timijana, soli, popra in olja namažemo po površini. Nato ga položimo v pekač in dodamo malo vode. Če nam nadeva kaj ostane, ga lahko oblikujemo v štruco in damo peči zraven zajca. Nadevanega zajca pečemo 30–45 min na 160 °C. Čas peke je odvisen od velikosti zajca. Priporočljivo je, da vsakih 10 minut preverimo, koliko vode je še v pekaču. Po potrebi jo dodajamo.



Foto: Ambrož Černe



Foto: Ambrož Černe

III. Vsestransko, cenjeno

Kolikor je šlo hlebov v peč, toliko so ga napekli. Preden so ga prerezali, so ga trikrat pokrižali. Zelo so ga cenili. Na mizi je bil vedno, ne glede na priložnost. Tako je še danes.



Foto: Špela Ankele





12. DOMAČI KRUH

Avtorica: **Violeta Smolej, domačija Smolej, Prihodi**

SESTAVINE (za en večji ali dva manjša hlebca):

500 g polbele moke (tip 850);
330 g bele moke (tip 500);
170 g ržene (ali polnozrnate) moke;
0,75 L mlačne vode;
13 g svežega kvasa;
1 mala žlička sladkorja;
13 g soli;
malo kumine oz. janeža.

PRIPRAVA:

Iz razdrobljenega kvasa, vode, malo moke in sladkorja pripravimo kvasec. Namesto vode lahko uporabimo tudi pinjenec ali mleko ali kislo mleko. V skledo presejemo moko in jo solimo ob strani. Dodamo kvasec in tekočino, nato pa zamesimo. Testo mora biti gladko. Posodo s testom pokrijemo s prtom in pustimo, da vzhaja. Vzhajati mora 30–60 minut v toplem prostoru.

Ko je testo vzhajano, oblikujemo poljubno velike hlebčke in jih z gladko stranjo navzdol položimo v peharje, pokrite z rahlo pomokanim prtičem. Ko znova vzhajajo vsaj za polovico prostornine, hlebce obrnemo na pekač, obložen s papirjem za peko ali posut s koruznim zdrobom. Hlebce premažemo z vodo ali mlekom in jih zarežemo po površini. Nato damo peči v pečico, segreto na 200–220 °C (odvisno od pečice) in pečemo 20 minut. Nato znižamo temperaturo na približno 170–180°C. Na tej temperaturi pečemo še 30–40 minut. Kruh se torej mora peči vse skupaj približno uro. Pečeni kruh pokrijemo s čistim in suhim kuhinjskim prtičem, če hočemo imeti mehko skorjo. Pri tem je pomembno, da prtič ni opran z mehčalcem!



Foto: Špela Ankele



Foto: Špela Ankele





Foto: Špela Ankele



Foto: Ambroz Černe



#VIJOLETA PRIPOVEDUJE, KAKO PRIPRAVI KRUH ZA PEKO V DOMAČI KRUŠNI PEČI

»Že dan prej si pripravim vse za peko, da se lahko takoj zjutraj lotim dela. Mož zakuri v krušni peči, jaz pa pripravim kvasec, posolim moko. Vanjo gre vzhajani kvas, dodam tudi tekočino in zamesim. Po navadi uporabim manj kvasa, kot je zapisano na ovitku. Na tri kilograme moke dodam kocko kvasa, da počasneje vzhaja. Še počasneje bi šlo, če bi kruh pripravljala tako, kot je delala moja stara mama – namesto kvasa je uporabila testo od prejšnje peke. Ko prvič vzhaja, iz njega oblikujem hlebčke in jih položim v peharje, pokrite z narahlo pomokanim prtičem. In ko vzhaja že drugič, je čas, da gredo hlebčki v peč. Da se ne bi prijeli, posujem lopar s koruznim zdrobom. Hlebčke prevrnem na lopar, potem pa jih obilneje pomažem z vodo, lahko tudi s kavo ali jajcem. Potem vsak hlebček zarežem in ga porinem v segreto peč.«







13. DOMAČE POLNOZRNATE ŽEMLJICE

Avtorica: Vijoleta Smolej, domačija Smolej, Prihodi

SESTAVINE (za 12–16 žemljic):

500 g polnozrnate ali pirine moke;
500 g gladke bele moke (tip 500);
17 g soli;
40 g (ali kocka) kvasa;
4 jedilne žlice olja (oljčno ali sončnično);
6–7 dcl mlačne vode.

PRIPRAVA:

Sestavine zamešamo, zgnetemo v testo in ga damo vzhajati za pol do ene ure. Nato razdelimo na 12–16 enakih delov. Vsakega oblikujemo v kepico in položimo na pekač, obložen s papirjem za peko. S pomokanim ročajem kuhavnice pritisnemo na vsako kepico, da oblikujemo žemljice.



Foto: Ambrož Černe

Vzhajajo naj za polovico svoje višine. Premažemo in jih nato damo za 20 minut v pečico, segreto pri 200 °C. Pečene žemljice ohladimo na kuhinjski mrežici.

Postopek izdelave domačih žemljic prikaže Vijoleta v tem filmčku. Izdelali smo ga v okviru projektov KUHAM DOMAČE in Tradicionalni slovenski zajtrk 2020 v sodelovanju z OŠ Koroška Bela. Do filmčka dostopate s klikom na ikono na desni.



14. KRUHOVA PLETENKA

Avtor: Gašper Zima, gostilna Pr' Železn'k, Mojstrana

SESTAVINE (za eno kruhovo krono, premera 35–40 cm):

- 1,4 kg mehke moke;
- 1 kocka kvasa;
- 1 dag sladkorja;
- 0,75 L mleka.
- 2 žlici masti;
- 4 ščepci soli;
- 1 jajce za premaz.



PRIPRAVA:

Najprej pripravimo kvasec. Mlačno mleko, sladkor, kvas in žlico moke dodamo v malo skodelico in pustimo, da nabrekne.



Moko damo v posodo. V sredino posode naredimo jamico, v en vogal dodamo sol. V jamico zlijemo kvasec in mast ter pričnemo mešati. Postopoma dodajamo mlačno mleko. Ko se je testo sprijelo skupaj, začnemo gnesti z rokami. Testo razdelimo na tri enake dele, jih pokrijemo z kuhinjsko krpo in pustimo vzhajati 30 minut na toplem.

Ko je testo vzhajalo, ga oblikujemo v tri dolge kače. Iz teh spletemo kito. Odrežemo začetek in konec kite. Kito nato oblikujemo v lep venec in ga pustimo vzhajati 15 minut. Venec premažemo z jajcem ter ga damo za 25 minut v pečico, segreto na 180 °C.



IV. Sladko

Na koncu se vedno najde prostor za:
sladico



Foto: Ambrož Černe





15. OREHOVA POTICA

Avtorica: **Olga Kajfež**, Društvo žensk z dežele občine Radovljica

TESTO:

1 kg moke (tip 400);
1 kocka kvasa;
žlička soli;
20 dag masla;
20 dag sladkorja;
1 vrečica vaniljevega sladkorja;
6 rumenjakov;
0,5 dl ruma;
0,5 l mlačnega mleka;
1,5 dl sladke smetane;
0,5 dl soka limone in pomaranče
(zmešano skupaj);
naribana lupina ene limone;
naribana lupina ene pomaranče.

PREMAZ:

1 jajce (za premaz potice);
košček svinjske maščobe (za premaz potičnice).

NADEV:

600–700 g mletih orehov;
majhen lonček (180–200 g) kisle smetane;
2 jajci;
150 g medu;
0,5 dl ruma;
1 žlica sladkorja;
150 g sladkorja;
2 vrečici vaniljevega sladkorja;
naribana lupinica ene limone;
200 g rozin;
0,5 dl ruma.

Količine veljajo za eno večjo ali
dve srednje veliki potici.

Olga Kajfež iz Mišač je pred nekaj leti na ocenjevanju Dobrote slovenskih kmetij, ki poteka na Ptuju, dobila srebrno priznanje za orehovo potico. To peče po receptu mame Pepce, Dolenjke po rodu, ki jo je tudi vpeljala v svet kuhanja.



Foto: Špela Ankele





PRIPRAVA:

Dan prej pripravimo vse sestavine – te naj bodo ogrete na sobno temperaturo. Moko presejemo.

Najprej v lončku pripravimo kvasec: od pripravljene moke odvezamemo 2 žlici moke, od natehtanega sladkorja vzamemo pol žličke sladkorja, od pol litra mlačnega mleka pa odvezamemo približno 0,3–0,5 dl. Dodamo razdrobljen sladkor, vse skupaj zmešamo in pustimo na pultu toliko časa, da začne kvas delovati.



»Vse sestavine, ki jih uporabimo, tudi maslo in jajca, damo dan prej na sobno temperaturo.«

Zdaj rumenjake stepemo z navadnim in vaniljevim sladkorjem – uporabimo mešalnik. Moko vsujemo v večjo posodo, ob strani dodamo sol. Na sredino moke naredimo jamico, v katero damo mešanico jajc in sladkorja in kvasec. Med mešanjem dodajamo še ostale sestavine. Dobro zamesimo, oblikujemo v kepo, ki jo pustimo v posodi, to pa pokrijemo s krpo. Naj vzhaja približno 45 minut. Testo mora biti ravno pravšnje – ne pretrdo niti premehko. Zato je treba količino tekočine rahlo prilagoditi moki.



Foto: Špela Ankele

Ko testo vzhaja, se lotimo priprave nadeva. Med pogrejem na 60 °C in ga nato ohladimo. Najbolje je, če je med cvetlični, kajti gozdni oziroma kostanjev znata potici prinesiti grenkobo. V rum namočene rozine uporabimo po želji: rozine odtehtamo v lonček in jih prelijemo z rumom. Jajci ločimo na rumenjaki in beljaki. Iz beljakov, ki jim na koncu vmešamo žlico sladkorja, naredimo trd sneg.

Orehe razdelimo na dva dela, saj bomo iz 300 g orehov naredili moker nadev, preostanek bomo porabili za suh nadev. Moker nadev pripravimo tako, da 300 g orehov zmešamo s kisló smetano, dvema rumenjaka, pogretim in ohlajenim medom in rumom, zatem pa v to zmes previdno vmešamo še sneg. Suh nadev pripravimo tako, da preostanek (300–400 g) orehov premešamo z obema sladkorjema in naribano limonino lupinico.

Preden začnemo valjati testo, pripravimo mizo za valjanje. Najprej mizo pokrijemo z odejo, potem pa še z belim prtom. Prt pomokamo, nato nanj zvrnemo testo in ga zvaljamo. Ko je testo zvaljano do polovice, ga s pomočjo valjarja obrnemo na drugo stran in zvaljamo





do konca. Ta tehnika naj bi pripomogla k temu, da testo med peko ne bo odstopilo. Testo ne sme biti zvaljano preveč na debelo, preveč na tanko pa tudi ne.

Na zvaljano testo, a ne čisto do robov, namažemo najprej moker nadev, nato čez enakomerno posujemo suh nadev. Čezenj enakomerno posujemo rozine, čeznje pa pokapamo še preostanek ruma.

Zavijemo v štrukelj, pri tem pa testo ob vsakem zavoju rahlo, zares le rahlo povlečemo k sebi.



Foto: Špela Ankele



Foto: Špela Ankele

temperaturi. Če jo pečemo pozimi, pa naj potica drugič vzhaja v pečici, ogreti na 25 °C.

S koščkom svinjske maščobe namažemo lončeno potičnico. Potičnice ne pomokamo! Če lončene potičnice nimamo, lahko uporabimo tudi navaden pekač. Potem štrukelj preložimo v namaščeno potičnico.

Potica zdaj drugič vzhaja, kar traja približno 45 minut. Če pečemo potico poleti, lahko vzhajamo na sobni

Vzhajano potico premažemo s stepenim jajcem in jo z daljšo leseno palico (za ražnjiče) na več mestih prebodemo čisto do dna pekača. Pekač preložimo v pečico, ogreto na 170 °C. Potico pečemo z ventilacijo. Po pol ure pogledamo, kako se peče. Če se nam zdi, da se je že preveč zapeklo oziroma, da je skorjica že preveč rjava, potico pokrijemo s kosom aluminijaste folije.



Foto: Špela Ankele

Koliko časa se bo potica pekla, je odvisno od moči pečice in tudi od velikosti potičnice. Večja se peče približno uro in 15 minut, če pa bomo iz navedenih sestavin naredili dve manjši (oziroma bomo količine prepolovili in spekli le eno potičko), se bo verjetno pekla slabo uro.

Ko je potica pečena, jo vzamemo iz pečice in pol ure pustimo v potičnici. Šele nato jo zvrnemo na rešetko, pokrito s papirjem za peko.





Glinenega pekača nikar ne pomijmo takoj po peki potice, temveč to storimo šele pred naslednjo uporabo. Če smo pekač pravilno namastili in potico tudi pravilno spekli, bo pekač po peki ostal čist.

Da ne pozabimo: potica lahko dva dneva počaka na sobni temperaturi, pokrita s prtičem, po tem pa jo raje ovijmo v prozorno folijo. Tako bo dlje časa ostala sveža.

#PEHTRANOV NADEV

1 lonček kisle smetane (180–200 g);
100 g mletega sladkorja;
2 jajci;
1 vaniljev sladkor;
50 g masla;
2 pesti (piškotnih ali navadnih) drobtin;
pehtran (svež nasekljan ali suh);

Testo je isto, kot za orehovo potico. Za pripravo nadeva na maslu, ki ga pristavimo na zmerni ogenj, rahlo zarumenimo drobtine. Odstavimo, ohladimo. V ohlajene drobtine vmešamo kisko smetano, mleti sladkor ter rumenjaka, dodamo še vaniljev sladkor in premešamo. V zmes previdno vmešamo še čvrst beljakov sneg. S tem nadevom premažemo razvaljano testo, potem posujemo s pehtranom in zavijemo v štrukelj.



Foto: Špela Ankele

Delavnica o poticah je potekala kot zadnja v nizu KUHAM DOMAče 2020 in sicer 17. decembra. Potekala je preko spletne aplikacije ZOOM.





#MAKOV NADEV

4 dl mleka;
300 g mletega maka;
50 g masla;
2 jajci;
2 vaniljeva sladkorja;
100 g sladkorja v prahu;
2 žlici ruma;
2 žlici drobtin (po želji).

Testo je isto kot za orehovo potico. Za pripravo nadeva zavremo mleko, dodamo mleti mak in na majhnem ognju med nenehnim (!) mešanjem kuhamo 10 minut. Odstavimo, ohladimo. V posodi z mešalnikom zmešamo rumenjaka, maslo (ogreto na sobno temperaturo), vaniljev sladkor in sladkor v prahu. K ohlajenemu maku v mleku dodamo mešanico rumenjakov in sladkorja. Po želji dodamo še 2 žlici drobtin. Iz beljakov naredimo čvrst sneg, ki ga previdno vmešamo k makovi mešanici. Na koncu dodamo še rum, previdno premešamo in z nadevom namažemo razvaljano testo.



Foto: Špela Ankele



#OLGA PRIPOVEDUJE O SLANIH POTICAH:

»Testo za slane potice, kot je denimo ocvirkova, pripravimo podobno kot krušno testo, le da naj bo to malo bogatejše. V testo dodamo jajce in 50 g masla na sobni temperaturi. Kot tudi za sladke potice, naj testo za slane potice najprej prvič vzhaja, potem ga razvaljamo in namažemo z nadevom. Ko pripravljam ocvirkovo potico, segrejem ocvirke. Te posujem po zvaljanem testu, nato posujem z drobnjakom in nasekljano čebulo, ki sem jo prepražila na maščobi. V preteklosti smo v takšno potico dodali še narezano klobaso«.





#OLGA PRIPOVEDUJE ...

»Iz beljakov, ki mi ostanejo pri pripravi potice naredim BELJAKOV SADNI KOLAČ«

6 beljakov;
160 g sladkorja;
160 g moke;
80 g stopljenega masla;
150 g narezanega suhega sadja (uporabimo, kar imamo ali kar nam je všeč);
60 g narezanih rozin;
60 g jedilne čokolade (narezane na koščke);
1 žlička pecilnega praška;
1 vaniljev sladkor.

Iz beljakov naredimo trd sneg, ki mu med mešanjem postopoma dodamo sladkor. V drugi posodi zmešamo vse ostale sestavine, razen masla. V sneg postopoma in previdno vmešamo pripravljeno suho mešanico, na koncu dodamo še raztopljeno (in malo ohlajeno) maslo. Zmes vlijemo v namaščen pekač. Pečeno kakih 45 minut v pečici, ogreti na 180–200 °C.





16. JABOLKA V ŠLAFROKU

Avtorica: Vijoleta Smolej, domačija Smolej, Prihodi

SESTAVINE (za 4 osebe):

3 debelejša (ali 5 drobnejših) jabolka;
3 jajca;
2–3 dcl mleka;
sol (za konico noža);
1 žlička sladkorja;
pecilni prašek (za konico noža);
300–500 g moke.
olje za cvrtje;
sladkor (navadni ali v prahu) za posip.

PRIPRAVA:

Jabolka olupimo, očistimo koščic in pecljev in narežemo na kolobarje. Nato iz jajc, mleka, soli, sladkorja, pecilnega praška in moke izdelamo maso. Ta je zelo podobna tisti za palačinke, le da je malo bolj gosta. V ponev vlijemo olje in ga segrejemo za cvrtje. Krhle jabolka v celoti namočimo v maso in jih z obeh strani ocvremo na olju. Pred serviranjem potresemo s sladkorjem.



Foto: Špela Ankele



#VIJOLETA PRIPOVEDUJE ...
»Jabolka *v šlafroku* smo jedli zraven govnača za petkovo kosilo. Kot otrokom so nam velikokrat naredili za večerjo jabolka na ta način in skodelico pogretega mleka.«





16. ŠPIKOVA GRMADA PRESENEČENJA

Avtor: Gašper Zima, gostilna Pr' Železn'k, Mojstrana

BISKVIT:

10 jajc;
250 g moke;
250 g sladkorja;
20 g kakava v prahu.

SESTAVA SLADICE:

250 g mletih orehov;
2 žlici kakava v prahu.

VANILIJEVA KREMA:

1 L mleka;
5 jajc;
140 g sladkorja;
2 zavitka vanilijevega pudinga;
1 zavitek vanilijevega sladkorja;
0,1 L ruma.

SLADKORNI SIRUP:

50 g sladkorja;
1 dl vode;
1 dl ruma;
100 g rozin;

PRIPRAVA BISKVITA:

Beljake do trdega stepemo s polovico sladkorja. Rumenjake penasto umešamo s preostalo polovico sladkorja. Na rahlo jih vmešamo med beljake. V maso počasi dodajamo moko in maso med mešanjem na rahlo dvigujemo. Polovico mase vlijemo v pravokoten pekač. V preostalo polovico vmešamo kakav, nato jo vlijemo v isti pekač. Obe masi, svetlo in temno, z vilicami premešamo, da nastane videz marmornega kolača. Pečemo približno 20 minut v pečici, ogreti na 180 °C. Pečen biskvit ohladimo in prerežemo, da dobimo tri plasti.

PRIPRAVA VANILIJEVE KREME:

V dve skledi ločimo rumenjake in beljake. Rumenjakom dodamo 1 dl mleka, vaniljevega pudinga in ruma. Dobro premešamo, da dobimo gladko zmes. Preostalo mleko segrejemo in med nenehnim mešanjem dodajamo rumenjakovo zmes. Krema naj se kuha vsaj 5 minut. Ko se ohladi na telesno temperaturo, dodamo trdi stepen sneg iz beljakov. Vse skupaj na rahlo premešamo z metlico.

PRIPRAVA SLADKORNEGA SIRUPA:

Iz sladkorja in vode skuhamo sirup. Dodamo mu rozine in rum. Ohladimo in odcedimo rozine.

SESTAVA SLADICE:

Sladico zložimo v primerno veliko in visoko posodo. V pekač položimo polovico biskvita in ga prelijemo s polovico sladkornega sirupa. Potresemo z mletimi orehi in namočenimi rozinami ter prelijemo s polovico vaniljeve kreme. Dodamo drugo polovico biskvita in postopek ponovimo. Po jajčni kremi potrosimo kakav v prahu. Sladico vsaj za 2 uri (najbolje kar čez noč) shranimo v hladilnik.







Kuhali so:

Silva Potočnik

Brezje, Društvo žensk z dežele občine Radovljica

Mimi Fister

Ekološka kmetija Porta, Ovsiše, Društvo žensk z dežele občine Radovljica

Olga Kajfež

Mišače, Društvo žensk z dežele občine Radovljica

Vijoleta Smolej

domačija Smolej, Prihodi

Vera Grgurič

Penzion Pr' Betel, Planina pod Golico

Vinko Globočnik

Izletniška kmetija Globočnik, Globoko

Gašper Zima

Gostilna Pr' Železn'k, Mojstrana

Posebna zahvala gre tudi:

Mariji Fister

predsednici Društva žensk z dežele občine Radovljica



in

Špeli Ankele

Slovenske novice, Okusi





Projekt KUHAM DOMAče financirajo

Občina Kranjska Gora



Občina Jesenice



Občina Radovljica



Izvedba:

