

Super
VERO



**РИЗНИЦА
РЕЦЕПАТА
ИЗ СРБИЈЕ**



САДРЖАЈ

ПИТЕ, ГИБАНИЦЕ И САВИЈАЧЕ – СЛОЈЕВИ ТРАДИЦИЈЕ У СРБИЈИ

- 4. Основни рецепт за домаће коре
- 5. Како се прави тесто за коре које се листају

БЕОГРАД И ШУМАДИЈА – ГИБАНИЦА ЗА ОКУПЉАЊЕ ПОРОДИЦЕ

- 6. Шумадијска гибаница

ЈУЖНА СРБИЈА – ПИТЕ ЗА ВЕЛИКЕ СВЕЧАНОСТИ И ПРАЗНИКЕ

- 7. Пиротска свадбена пита

ЗАПАДНА СРБИЈА – ПЛАНИНСКЕ ПИТЕ ЗА СНАГУ

- 8. Златиборска кромпируша

ИСТОЧНА СРБИЈА – ПИТЕ СА ЛЕКОВИТИМ БИЉЕМ

- 9. Зељаница са хомоља

ВОЈВОДИНА – БОГАТЕ САВИЈАЧЕ И ШТРУДЛЕ

- 10. Савијача са маком
- 10. Савијача са вишњама
- 11. Зимска краљица

ПИТЕ КОЈЕ ЧУВАЈУ ДУХ СВОЈИХ КРАЈЕВА

- 12. Хељдопита
- 13. Спелтопита
- 14. Флија
- 15. Пита са корпивом
- 15. Вурек понос јужне Србије

СЛАТКЕ ПИТЕ

- 16. Пита са сувим шљивама
- 17. Пита са лудајом (бундевом)
- 17. Пита са тиквицама
- 18. Пита са боровницама
- 19. Пита са аронијом

ЗИМНИЦА

- 20. Туршија од грожђа
- 21. Туршија од зеленог парадајза
- 22. Туршија од печурака
- 23. Пинђур
- 24. Љутеница

ЗА СЛАДАК ЖИВОТ

- 25. Сируп од зове
- 26. Слатко од дуња
- 27. Слатко од дрењина
- 28. Слатко од ружиних латица
- 29. Слатко од дудиња
- 30. Ораснице
- 31. Колач шапице
- 32. Медене фигурице
- 33. Колачи од семенки лана и сунцокрета
- 34. Котоњата
- 35. Колачи са сусамом и медом



ПИТЕ, ГИБАНИЦЕ И САВИЈАЧЕ СЛОЈЕВИ ТРАДИЦИЈЕ У СРБИЈИ

ИСТОРИЈА, ОБИЧАЈИ И ПРАВИ ДОМАЋИ РЕЦЕПТИ

У Србији, пита није само јело – она је део породичног идентитета и културног наслеђа. Кроз коре и филове, у питу је уткан начин живота једног краја, сезона у којој се прави и прилика за коју се спрема. У сваком делу Србије постоји макар једна специфична пита која се не прави нигде другде на исти начин – по саставу фила, облику, како се развија тесто или како се пече. Ако бисте кренули на пут од југа ка северу, могли бисте буквално да читате карту Србије кроз пите: од зељара и свадбених пита на југу, преко планинских кромпируша, па све до савијача и штрудли на северу. Свака пита из Србије прича причу о свом крају: о планинском животу, о обиљу плодних равница, о ритуалима и празницима. У неким питама су слојеви теста и фила попут слојева сећања и обичаја – сваки се открива тек када загризете.

ПИТА ИЛИ ГИБАНИЦА ?

На многим местима пита је општи назив за јело од развијених кора. У централној и јужној Србији гибаница је посебна пита од сира и јаја, где се коре „гужвају“, док се на северу често користи израз савијача за пите где се коре уролају.

- Пита – обично се односи на пите од развијаног теста, било слане или слатке (нпр. зељара, кромпируша).
- Гибаница – пита од сира и јаја, сложена од гужваних кора.
- Савијача – коре се пуне и уролавају, најчешће са воћем или маком.

У наставку је појашњено како се некада правило тесто за коре и како је када сами развијете коре, баш онако како су то радиле наше баке, и спојите их са филом од домаћих састојака. Тако добијате много више од обичног јела. То је залогај традиције, мириса куће и осећаја припадности.



ОСНОВНИ РЕЦЕПТ ЗА ДОМАЋЕ КОРЕ

Састојци:

- 500 г меког брашна (тип 400 или 500)
- 250 мл млаке воде
- 1 кашика уља или растопљене масти
- 1 кашичица соли



Припрема:

1. На радној површини направити гомилу од брашна и у средини направити удубљење.
2. У удубљење сипати со, уље и воду, па лагано умесити тесто.
3. Месити док не постане глатко и еластично (10–15 минута).
4. Поделити на мале лоптице (јуфке), сваку премазати уљем, прекрити крпом и оставити 30 минута да одморе. Одмарање је важно да би се глутен опустио и тесто могло лепо да се развуче.
5. На столу прекривеним столњаком (мушема), посутим брашном, јуфку прво развући оклагијом, па рукама, све док не буде танка.
6. Рубови се могу пажљиво подсећи да би коре биле правилне

• За **савијаче** коре треба да буду што тање и еластичне да би се савијале, за **гибаницу** могу бити нешто дебље јер се гужвају, док се за **пите попут кромпируше** праве средње танке, али мекше, како би упиле сокове из фила.

* У неким крајевима су се за питу правиле „**пресне коре**“, које се нису развијале танко, већ се растањивале руком и слагале слојевито, слично као код лиснатог теста.





КАКО СЕ ПРАВИ ТЕСТО ЗА КОРЕ КОЈЕ СЕ ЛИСТАЈУ



КАКО СЕ НЕКАДА ПРАВИЛО ТЕСТО ЗА КОРЕ – СРЦЕ СВАКЕ ПИТЕ

Пре него што су се куповне коре појавиле у продавницама, свака пита почињала је од теста које се правило ручно, а умеће развијања кора било је знак вештине сваке домаћице. Коре нису биле исте за сваку врсту пите – за неке су се развијале танко као папир, док су за друге остајале дебље, мекше, чак и слојевите попут хлеба.



Замеси се основно тесто:

- 500 г брашна
- 1 кашичица соли
- 250 мл млаке воде
- 2 кашике масти (или уља ако нема масти, али маст је традиционална)
- 1 кашичица сирћета или ракије (за еластичност)



Припрема:

1. Све се умеси да тесто буде мекано, али да се не лепи за руке.
2. Тесто се подели на 4–6 мањих лоптица („јуфки“).
3. Свака се мало премаже машћу и остави да „одмори“ 20–30 минута пре развлачења.
4. Свака јуфка се прво развуче мало оклагијом, па се премаже отопљеном машћу (танко, као да мажете палачинку).
5. Потом се пресавије на пола, па опет премаже машћу, затим опет пресавије на пола.
6. Добијени мали квадрат се остави да одмори 10 минута, па се тек онда развуче на величину тепсије. На овај начин се ствара више танких слојева, па кора при печењу буде мекана, али се благо одваја на листиће – посебно добро за гибанице и пите са сиром или месом.



БЕОГРАД И ШУМАДИЈА

ГИБАНИЦА ЗА ОКУПЉАЊЕ ПОРОДИЦЕ

У централној Србији и Београду, гибаница је јело које окупља породицу за недељни доручак или празник. Некада се јела са киселим млеком, данас често уз јогурт. Некада се у њу додавала маст уместо уља, што јој је давало богат укус.

ШУМАДИЈСКА ГИБАНИЦА

Састојци:

- 500 г домаћих кора
- 400 г сира
- 4 јаја
- 200 мл јогурта
- 100 мл уља
- со по укусу

Припрема:

1. Умутити сир, јаја и јогурт.
2. Коре гужвати и умакати у фил, па слагати у тепсију.
3. Пећи на 200°C док не порумени.



ОБИЧАЈ

За Божић се у гибаници често сакривала пара, баш као у чесници, а веровало се да оне ко је нађе доноси срећу.



ЈУЖНА СРБИЈА

ПИТЕ ЗА ВЕЛИКЕ СВЕЧАНОСТИ И ПРАЗНИКЕ

На југу су познате пите везане за посебне прилике: свадбе, крштења, славе. Овде се тесто развија до невероватне танкоће, а филови су богати сиром, јајима, кајмаком, често и свежим зачинским биљем.

ПИРОТСКА СВАДБЕНА ПИТА

Симбол части и благодата домаћина, пече се у великим тепсијама, некада и под сачем.

Састојци:

- 1 кг брашна
- 600 г пиротског сира
- 6 јаја
- 200 г кајмака
- 200 г киселог млека
- 150 мл масти
- со по укусу

Припрема:

1. Умесити тесто по основном рецепту, поделити на 12 јуфки.
2. Сваку развити танко, намазати машћу.
3. На сваку другу кору стављати фил од сира, јаја и кајмака.
4. Сложити слојеве у округлу тепсију.
5. Пећи на 220°C док не порумени. Пред крај прелити киселим млеком, па вратити још 10 минута.



ОБИЧАЈ

Пече се у сачу или фуруни, а на свадбама се носи домаћину уз песму, а први залагај се давао младенцима као благослов за плодност и срећу.





ЗАПАДНА СРБИЈА

ПЛАНИНСКЕ ПИТЕ ЗА СНАГУ

На планинским подручјима попут Златибора и Таре, пите су морале бити хранљиве и заситне, јер су служиле као доручак за пастире или храна коју су жене носиле на поље радницима. Најпознатија је кромпируша, једноставна, али укусна.



ЗЛАТИБОРСКА КРОМПИРУША



Састојци:

- 500 г домаћих кора (средње танких)
- 800 г кромпира
- 2 главице црног лука
- со, бибер
- уље или маст

Припрема:

1. Кромпир ољуштити, изрендати, додати ситно сецкан лук, со и бибер.
2. На сваку кору стављати танак слој фила, увити и слагати у тепсију.
3. На крају прелити уљем и мало киселе воде.
4. Пећи на 200°C док не порумени.



ПОСНО



ВАРИЈАНТА

За празнике се додаје мало сира или сушеног меса, али то се некада радило само када је кућа била у бољој материјалној ситуацији.



ИСТОЧНА СРБИЈА

ПИТЕ СА ЛЕКОВИТИМ БИЉЕМ



Овај крај познат је по коришћењу дивљих трава и зачинског биља, па су домаћице умеле да од пролећних трава направе укусне и лековите пите. Некада су имале и ритуалну улогу – спремале су се у пролеће, када се природа буди, као симбол обнављања живота. Најпознатија је зељаница, која се и данас прави у време поста.



ЗЕЉАНИЦА СА ХОМОЉА

Састојци:

- 500 г блитве, коприве, сремуша или штавеља
- 500 г домаћих кора
- 1 главица црног лука
- 2 кашике кукурузног брашна
- со, уље

Припрема:

1. Зелен кратко обарити, насецкати, додати пржени лук и кукурузно брашно.
2. Филовати коре, увијати их и слагати у плех у облик пужа.
3. Премазати уљем и пећи док не порумени.



ПОСНО

ОБИЧАЈ

Ове пите су се правиле у пролеће као део обичаја „чишћења тела и куће“ после дуге зиме, уз песму и дружење жена из села.



ВОЈВОДИНА

БОГАТЕ САВИЈАЧЕ И ШТРУДЛЕ

На северу Србије, посебно се негује прављење савијача или штрудли, било сланих или слатких. Савијаче са маком или вишњама су се правиле у посној варијанти за време поста.



САВИЈАЧА СА МАКОМ

Састојци:

- 500 г кора
- 300 г млевеног мака
- 200 г шећера
- 200 мл млека (или воде за посну варијанту)
- 1 кашика меда

Припрема:

1. Мак прелити врелом млеком и медом, додати шећер.
2. Фировати коре, увити, слагати у плех.
3. Пећи на 180°C, посути прах шећером



САВИЈАЧА СА ВИШЊАМА

Састојци:

- 500 г домаћих кора
- 400 г очишћених вишања
- 200 г шећера
- мало презли

Припрема:

1. Вишње помешати са шећером и презлама.
2. Распоредити фил на коре, увити и слагати у плех.
3. Премазати путером или машћу.
4. Пећи на 180°C док не порумени.
5. Посути прах шећером када се охлади.



ЗИМСКА КРАЉИЦА

СТАРА ПИТА СА ОРАСИМА И СУВИМ ВОЋЕМ

Зими, када свежег воћа није било, домаћице су користиле орасе, суве шљиве, смокве и грожђице. Ова пита се често служила за Божић или Бадње вече.

Састојци:

- 500 г танких домаћих кора
- 200 г ораха
- 150 г сувих шљива
- 50 г грожђица
- 100 г сувих смокава
- 200 г меда или шећера
- мало цимета
- уље за премазивање

Припрема:

1. Суво воће ситно насецкати и помешати са орасима и мало цимета.
2. На сваку кору стављати фил, прелити медом или посути шећером.
3. Коре слагати једну преко друге, а горњу добро премазати уљем.
4. Пећи на 180°C док не порумени.
5. По жељи, још док је врућа прелити растопљеним медом.



ПОСЕБНОСТ

За славље се често праве две врсте пита. Често су се служиле на свадбама и славама, али и као слатки залогај уз поподневну кафу. Данас се пита са маком прави скоро искључиво у облику штрудли, али су пите са вишњама и даље у класичном облику омиљене.





ПИТЕ КОЈЕ ЧУВАЈУ ДУХ СВОЈИХ КРАЈЕВА

Србија је вековима била раскрсница путева и народа, а њена кухиња то најбоље одражава. Сваки крај има своје посебне пите – и по састојцима, и по начину припреме. Неке су настале из оскудице, друге као празничне делиције, али све носе причу о људима, обичајима и времену у којем су настале. Упознали смо се са "класицима", а сада представљамо неколико посебних пита које и данас чувају дух старог времена и традицију српске трпезе.



❖ ХЕЉДОПИТА – БЛАГО СА ПЛАНИНА ❖ ЈУГОЗАПАДНЕ СРБИЈЕ

Хељда је некада била основна храна у планинским крајевима, посебно у југозападној Србији – око Таре, Златибора, Пештера, Рашке и Старе планине. Људи су је ценили јер успева на сиромашном земљишту и хранљива је, па је хељдопита била и свакодневно јело и празнични специјалитет.

Састојци:

- 500 г хељдиног брашна
- 200 г пшеничног брашна (да тесто буде еластичније)
- 1 кашичица соли
- 250 мл млаке воде
- 100 г свињске масти (или домаћег путера)
- 400 г ситног сира
- 200 мл киселе павлаке
- 2 јаја

Припрема:

1. Тесто за коре

- Помешајте хељдино и пшенично брашно, додајте со и воду.
- Умесите глатко тесто, поделите на 4 јуфке, премажите машћу и оставите 30 минута да одморе.
- Коре развуците рукама на побрашњеној површини.
Хељдино тесто је мало грубље, па се развлачи до дебљине од 2–3 мм (не превише танко).

2. Фил

- Умутите сир, павлаку и јаја. По жељи, додајте мало ситно сецканог младог лука или коприве.



3. Слагање пите

- Прву кору положите у плех и премажите машћу.
- На другу кору ставите део фила, па тако редом док не потрошите све састојке.
- Завршите кором и одозго премажите машћу.

4. Печење

- Пеците на 200°C око 35–40 минута, док пита не добије румену боју.
- Хељдопита је посебно укусна када мало одстоји, а традиционално се служила уз кисело млеко.



СПЕЛТОПИТА – ПОВРАТАК ЗАБОРАВЉЕНЕ ЖИТАРИЦЕ (БАЧКА И БАНАТ)

Састојци:

- 400 г спелтиног брашна
- 100 г пшеничног брашна
- 250 мл млаке воде
- 1 кашичица соли
- 3 кашике уља
- 500 г младог сира
- 200 мл јогурта
- 3 јаја

Припрема:

1. Тесто

- Замесити глатко тесто од оба брашна, соли и воде.
- Поделити на 5 јуфки, оставити да одморе 20 минута.

2. Развлачење кора

- Сваку јуфку развуците танко, али спелта се не развлачи као обична пшеница – оставите је мало дебљу да пита има рустичан изглед.

3. Фил

- Умутите сир, јаја и јогурт у глатку смесу.

4. Слагање

- Ред коре, ред фила, завршите кором и премажите уљем.

5. Печење

- Пеците на 180°C око 30 минута.



ФЛИЈА – СВЕЧАНА ПИТА СА КОСОВА И МЕТОХИЈЕ

Флија је једно од најпосебнијих јела са Косова и Метохије, права мала свечаност у припреми. Некада се пекла напољу, испод сача или „сачваре“, и била симбол окупљања породице и комшилука. Сваки слој флије пече се посебно, што је чини јединственом.



Састојци:

- 1 кг брашна
- 1 кашика соли
- 1 л млаке воде
- 200 мл домаће павлаке
- 100 г масти или путера

Припрема:

1. Тесто

- Помешајте брашно, со и воду да добијете течно тесто, слично као за палачинке.

2. Први слој

- На подмазану тепсију излијте танак слој теста и пеците само одозго (у рерни на јакој температури или испод сача).

3. Додавање слојева

- Преко испеченог слоја премазати павлаком или машћу, па прелити новим слојем теста.
- Поновити поступак док не потрошите све састојке – често се прави и 20–30 слојева.

4. Завршно печење

- На крају се цела пита запече док горњи слој не порумени.
- Флија се служи уз кисело млеко и домаћи сир и традиционално се једе рукама, кидањем слојева.



НАПОМЕНА

Флија је више од јела – она је друштвени догађај, често се правила за велике празнике, свадбе или кад се чека долазак драгих гостију.



ПРОЛЕЋНА ПИТА СА КОПРИВОМ ИЗ ИСТОЧНЕ СРБИЈЕ

Када би пролеће дошло, домаћице су прве младе листове коприве користиле за ову питу. Сматрала се **лековитом и чистом храном**, идеалном за исхрану после поста и за јачање крви.

Састојци:

- 500 г брашна
- 250 мл млаке воде
- 1 кашичица соли
- 3 кашике уља или масти
- 500 г свеже коприве (млади листови)
- 200 г сира
- 2 јаја
- Прстохват бибера

Припрема:

1. Тесто
 - Замесите глатко тесто, поделите на 3 јулке, оставите да одморе.
2. Припрема коприве
 - Очистите коприву и кратко је бланширајте (потопите у врелу воду на 1 минут), па процедите и ситно исецкајте.
 - Помешајте је са сиром, јајима и бибером.
3. Слагање и печење
 - Ред коре, ред фила, завршите кором.
 - Пеците на 200°C око 30 минута.
 - Пита се служи уз јогурт и домаће кисело млеко.



БУРЕК – ПОНОС ЈУЖНЕ СРБИЈЕ



Бурек је понос Ниша, где се 1498. године први пут спомиње у записима као „пита са месом“. Данас га има у многим варијантама — са сиром, месом, спанаћем, кромпиром, па чак и слатким пуњењем. Прави се од танких кора које се ређају у слојевима и преливају машћу.

Припрема:

1. Фил
 - Пропржите лук и месо, зачините.
2. Слагање
 - У плеху редом ређајте коре, сваку премажите уљем, а између ставите фил. Завршите кором.
3. Печење
 - Пеците на 200°C око 35 минута док не порумени.
4. Послуживање
 - Најбољи је топао, уз јогурт. У Нишу се и данас сматра да је прави бурек само с месом, док су све друге варијанте „пита“.

Састојци:

- 500 г кора
- 300 г млевеног меса (или сира, по избору)
- 1 главица лука
- 100 мл уља или 150 г масти
- Со и бибер



СЛАТКЕ ПИТЕ

СА СУВИМ ШЉИВАМА СПЕЦИЈАЛИТЕТ ИЗ ШУМАДИЈЕ

У шљиварским крајевима, посебно око Тополе, Аранђеловца и Краљева, прављена је слатка пита са сувим шљивама. Традиционално се пекла у јесен када је било довољно домаће масти и зрелих шљива.



Састојци:

- 500 г брашна
- 250 мл воде
- 1 кашичица соли
- 150 г масти
- 300 г сувих шљива (без коштица)
- 100 г ораха
- 200 г шећера
- Кашичица цимета



Припрема:

1. Тесто

- Замесите тесто за коре, поделите на 4 јуфке, развуците танке коре.

2. Фил

- Шљиве ситно исецкајте и помешајте са орасима, шећером и циметом.

3. Слагање

- На сваку кору ставити фил, увити у ролну и поређати у тепсију.
- Премажите машћу и пеците на 180°C око 25 минута.

4. Послуживање

- Док је пита још топла, поспите је прах шећером.
- Има густ, карамеласт укус и мирис зиме.



СА ЛУДАЈОМ (БУНДЕВОМ) ВОЈВОЂАНСКИ КЛАСИК

У равничарским крајевима Војводине, нарочито у Бачкој и Банату, јесен је незамислива без пите с лудајом. Мирис печене бундеве, цимета и теста шири се кућом и означава почетак хладнијих дана.

Припрема:

1. Фил

- Бундеву ољуштите, изрендате и пропржите кратко на мало уља. Додајте шећер, ванилин шећер, цимет и гриз, па промешајте и оставите да се прохлади.

2. Слагање

- Коре попрскајте уљем, нанесите фил и уролајте. Ређајте ролне у плех.

3. Печење

- Премажите горњу кору уљем и пеците на 190°C око 30 минута док не порумени.

4. Послуживање

- Поспите прах шећером и послужите топло.
- Пита с лудајом се у Војводини често служила уз киселу павлаку или млеко.

Састојци:

- 500 г танких кора
- 800 г рендане бундеве
- 150 г шећера
- 1 ванилин шећер
- 1 кашичица цимета
- 100 мл уља
- 100 г гриза



СА ТИКВИЦАМА – СТАРИНСКИ ЛЕТЊИ РЕЦЕПТ ИЗ ЗАПАДНЕ СРБИЈЕ

Иако данас необично звучи, пита са тиквицама била је чест летњи колач у селима западне Србије. Тиквице се рендају и мешају са орасима и шећером, а резултат је лагана, сочна пита нежног укуса.

Састојци:

- 500 г кора
- 500 г младих тиквица
- 100 г ораха
- 150 г шећера
- 1 кашичица цимета
- 100 мл уља



Припрема:

1. Фил

- Тиквице изрендајте, посолите врло мало, оставите 10 минута да пусте сок, па оцедите. Додајте шећер, орахе и цимет.

2. Слагање

- Коре намажите уљем, ставите фил и уролајте.

3. Печење

- Пеците на 190°C око 30 минута.

4. Послуживање

- Поспите прах шећером. Тиквице дају влажност, па пита остаје мека и сутрадан.



СА БОРОВНИЦАМА – ПЛАНИНСКИ ДЕСЕРТ СА ЗЛАТИБОРА И ТАРЕ

На планинама западне Србије, где боровнице расту у изобиљу, домаћице су правиле једноставну питу од танко развучених кора и дивљих боровница. Била је омиљена у време бербе, када су деца доносила пуне чиније овог шумског воћа.



Састојци:

- 500 г кора
- 400 г боровница (свежих или смрзнутих)
- 150 г шећера
- 2 кашике гриза
- 100 мл уља



Припрема:

1. Фил

- Помешајте боровнице са шећером и гризом да упије вишак сока.

2. Слагање

- На сваку кору нанесите воће, уролајте и ставите у плех.

3. Печење

- Пеците 25–30 минута на 190°C.

4. Послуживање

- Поспите прах шећером. Боровнице дају боју и освежавајућу киселкасту ноту.



СА АРОНИЈОМ – САВРЕМЕНА ВЕРЗИЈА СТАРОГ РЕЦЕПТА

Аронија је новији додатак на нашим трпезама, али се у многим домаћинствима користи као замена за шумско воће. Ова пита комбинује традиционално тесто са модерним састојком богатим антиоксидансима.



Састојци:

- 500 г кора
- 300 г ароније
- 100 г шећера
- 2 кашике меда
- 2 кашике гриза
- 100 мл уља



Припрема:

1. Фил

- Аронију помешајте са шећером, медом и гризом.

2. Слагање

- На сваку кору ставите танак слој фила, уролајте и поређајте у плех.

3. Печење

- Пеците 25 минута на 190°C.

4. Послуживање

- Охладите и поспите прах шећером.
- Пита од ароније има благо горкасто-слаткаст укус и дубоку тамнољубичасту боју.



ТУРШИЈА ОД ГРОЖЋА

Позната је и као кисело грожђе, једна је од ређих, али изузетно укусних зимница. Иако је грожђе првенствено слатко воће, када се обради у туршији, добија посебан, освежавајући и пикантан укус који га чини савршеним прилогом уз печење или деликатесним додатком разним јелима. Овај рецепт је једноставан, а резултат је оригинална и здрава туршија која ће одушевити све љубитеље необичних укуса.

Састојци:

- 2кг белог грожђа
- 1л воде
- 500мл алкохолног сирћета
- 100г шећера
- 2 кашике соли
- 1 кашичица зрна биберa
- Ловоров лист
- 1-2 гранчице естрагона или мирођије (опционо)

Упутство:

- 1. Припрема грожђа:** Грожђе оперите и пажљиво скините бобице са петељки. Бирајте здраве и чврсте бобице. Оперите их још једном и оставите да се добро оцеде.
- 2. Припрема тегли:** Стерилисане тегле добро загрејте у рерни на 100°C око 15 минута. Бобице грожђа сипајте у топле тегле.
- 3. Кување маринаде:** У шерпу сипајте воду, сирће, со, шећер, зрна биберa и лаворов лист. Пустите да прокључа. Мешајте док се со и шећер потпуно не растопе.
- 4. Сипање маринаде:** Врућу маринаду сипајте преко грожђа у теглама, пазећи да бобице буду потпуно потопљене. По жељи, можете додати и гранчицу естрагона или мирођије у сваку теглу за додатну арому.
- 5. Затварање и чување:** Одмах затворите тегле поклопцем и окрените их наопако на неколико минута како би се створио вакуум. Када се охладе, чувајте их на тамном и хладном месту.

Савети:

- Користите зрело, али чврсто грожђе. Презрело грожђе ће се распасти током кувања и стајања.
- Туршија од грожђа је спремна за конзумирање већ након 2-3 недеље, када ароме прожму грожђе.



ТУРШИЈА ОД ЗЕЛЕНОГ ПАРАДАЈЗА

Једна је од омиљених зимница на овим просторима, цењена због свог јединственог киселкастог и хрскавог укуса. Иако зелени парадајз није јестив сиров, када се укисели, постаје неодрљив додатак зимским јелима. Овај рецепт је једноставан и проверен, а резултат је савршено хрскава и укусна туршија.

Састојци:

- 3 кг мањих зелених парадајза
- 1 л воде
- 500 мл алкохолног сирћета
- 2 кашике соли
- 2 кашике шећера
- Бели лук (једна главица или више, по укусу)
- Неколико зрна бибер
- Ловоров лист
- Гранчице мирођије или естрагона (опционо)

Упутство:

1. Припрема парадајза: Зелени парадајз добро оперите и осушите. Можете га оставити целог или исећи на пола. Мањи парадајз је идеалан за туршију јер се брже укисели.

2. Припрема тегли: Стерилисане тегле напуните припремљеним парадајзом. Убаците и неколико чена белог лука, зрна бибер и лаворов лист у сваку теглу. По жељи, можете додати и гранчицу мирођије или естрагона за додатну арому.

3. Припрема маринаде: У шерпу сипајте воду, сирће, со и шећер. Пустите да прокључа. Мешајте док се со и шећер потпуно не растопе.

4. Сипање маринаде: Врућу маринаду сипајте преко парадајза у теглама, пазећи да буду потпуно потопљени.

5. Затварање и чување: Одмах затворите тегле по клопцем и окрените их наопаче на неколико минута како би се створио вакуум. Када се охладе, чувајте их на тамном и хладном месту.

Савети:

- Бирајте чврсте, неоштећене зелене парадајзе.
- Количина сирћета може да се прилагоди вашем укусу, зависно од тога колико киселу туршију желите.





ТУРШИЈА ОД ПЕЧУРАКА



Са својим карактеристичним укусом и еластичном текстуром, представља праву делицију и изванредан додатак зимској трпези. Најчешће се користе шампињони, али туршија се може направити и од вргања, лисичарки или буковача. Овај рецепт је идеалан за све који желе да очувају шумски укус и уживају у њему током целе године.



Састојци:

- 2 кг мањих, чврстих печурака (шампињони, вргањи, буковаче)
- 1 л воде
- 500 мл алкохолног сирћета
- 2 кашике соли
- 2 кашике шећера
- Неколико ченова белог лука (по укусу)
- Неколико зрна бибера
- Ловоров лист
- Гранчице свежег рузмарина или мајчине душице (опционо)



Упутство:

- Припрема печурака:** Печурке добро очистите четкицом или влажном крпом. Не перите их под млазом воде да не би упиле превише течности. Очистите их и нарежите на мање комаде, ако су веће.
- Припрема тегли:** Стерилисане тегле напуните припремљеним печуркама, додајући у сваку теглу бели лук, зрна бибера и лаворов лист.
- Припрема маринаде:** У шерпу сипајте воду, сирће, со и шећер. Пустите да прокључа. Мешајте док се со и шећер потпуно не растопе.
- Сипање маринаде и кратко бланширање:** Врућу маринаду сипајте преко печурака у теглама, пазећи да буду потпуно потопљене. Пре него што затворите тегле, можете их ставити у шерпу са водом и бланширати 5-10 минута, како би се печурке мало смањиле и пустиле ваздух.
- Затварање и чување:** Одмах затворите тегле поклопцем и оставите их да се охладје. Чувајте их на тамном и хладном месту.

Савети:

- Користите мале, чврсте печурке јер се оне најбоље укиселе. Ако користите вргање или друге шумске печурке, обавезно их прокувајте пре него што их ставите у тегле.
- Кључно је да печурке добро очистите без претераног квашења, како би задржале свој природан укус.
- Слободно експериментишите са зачинима. Поред бибера и лаворовог листа, можете додати и сенф, коријандер или чили.



ПИНЂУР

Једно је од најпопуларнијих јела на Балкану, неизоставни део зимске трпезе. Направљен је од сочних паприка, парадајза и белог лука, пинђур се често поистовећује са ајваром, али се разликује по својој рустичној текстури и нешто киселкастијем укусу. Идеалан је као прилог месу, намаз или додатак јелима, а његова припрема је прави ритуал који мирише на традицију.

Састојци:

- 5 кг црвене меснате паприке
- 2 кг парадајза
- 500 г белог лука
- 3 дл сунцокретовог уља
- 100 мл сирћета (алкохолно или јабуково)
- 1 кашика соли (по укусу)
- 1 кашика шећера (опционо, за ублажавање киселости парадајза)
- Љуте папричице (по укусу)

Припрема корак по корак

1. Печење паприке и парадајза: Паприке и парадајз испеците на роштиљу, плотни шпорета или у рерни док им кожа не поцрни. Печене паприке и парадајз одмах пребаците у посуду и покријте их, на пример, кухињском крпом. Пара ће омекшати и олакшати вам љуштење. Када се охладе, пажљиво их ољуштите и очистите од семенки.

2. Млевење: Ољуштене паприке, парадајз и бели лук самелјите на машини за месо или уситните у блендеру. Ако желите рустичнију текстуру, можете их и ситно насецкати.

3. Кување: У већу шерпу сипајте уље и загрејте га. Додајте смесу од паприке и парадајза, со и шећер, па кувајте на умереној ватри. Кување траје око 1.5 до 2 сата, док се смеша не згусне. Важно је да мешате непрестано, како се не би залепило за дно.

4. Додавање сирћета: Пред крај кувања додајте сирће. Ако желите љути пинђур, додајте и ситно исецкане љуте папричице.

5. Сипање у тегле: Припремљени пинђур сипајте у стерилисане, топле тегле. Добро их затворите и оставите да се охладе.

6. Пастеризација (опционо): Ако желите да вам пинђур дуже траје, можете га додатно пастеризовати. Сложите тегле у дубљу шерпу, налијте воду до нивоа поклопаца и кувајте на лаганој ватри 20-ак минута.

Савети:

- Користите зрело, свеже и меснато поврће. Од њега зависи укус пинђура.
- Уместо белог лука, можете користити и црвени лук. Неки рецепти укључују и мало шаргарепе.



ЉУТЕНИЦА

Љута балканска зимска салата, омиљена је због свог богатог, пикантног укуса. Традиционално се прави од печених паприка и парадајза, уз додатак белог лука, феферона и першуна, што јој даје специфичну арому и препознатљиву љутину. Иако се често меша са пинђуром или ајваром, љутеница се издваја по својој оштрини и текстури, идеална је као прилог месу, предјело или намаз.

Састојци:

- 5 кг црвене меснате паприке
- 2 кг парадајза
- 1 кг љутих папричица
- 500 г белог лука
- 500 мл сунцокретовог уља
- 100 мл сирћета (алкохолно или јабуково)
- 1 веза першуна
- Со и шећер по укусу

Упутство:

- 1. Печење поврћа:** Паприке, парадајз и љуте папричице испеците на роштиљу, плотни шпорета или у рерни док им кожа не поцрни. Печење ће им дати димљени укус.
- 2. Хлађење и љуштење:** Печено поврће пребаците у посуду и покријте да се охлади и омекша. Када се охлади, пажљиво ољуштите кожицу и очистите семенке.
- 3. Млевење:** Ољуштено поврће и бели лук самелите на машини за месо или уситните у блендеру. Ако желите крупнију текстуру, део паприке можете и ручно ситно исецкати.
- 4. Кување:** У већу шерпу сипајте уље и загрејте га. Додајте смесу од поврћа, со и шећер, па кувајте на умереној ватри уз непрестано мешање. Смесa треба да се кува око 1.5 до 2 сата, док се не згусне.
- 5. Додавање зачина:** Пред крај кувања додајте сирће и ситно сецкани першун. Першун се додаје на крају како би задржао свежину и боју.
- 6. Сипање у тегле:** Припремљену љутеницу сипајте у стерилисане, топле тегле. Добро их затворите.
- 7. Пастеризација (опционо):** Ако желите да продужите рок трајања, тегле додатно пастеризујте. Сложите их у дубљу шерпу, налијте воду до нивоа поклопаца и кувајте на лаганој ватри око 20 минута.

Савети:

- **Љутина:** Количина папричица може да се прилагоди вашем укусу. За изузетно љуту варијанту, можете оставити и семенке папричица.
- **Чување:** Љутеницу чувајте на тамном и хладном месту, у подруму или остави.
- **Квалитет поврћа:** За најбољи укус, користите зрело и свеже поврће.



СИРУП ОД ЗОВЕ

Са својим препознатљивим цветним мирисом и освежавајућим укусом, једно је од омиљенијих пића током пролећа и лета. Припрема је једноставна, а резултат је природан и здрав напатак који освежава и доноси дашак природе у ваш дом.

Састојци:

- 20 већих цветова зове
- 3 л воде
- 3 кг шећера
- 4-5 лимуна
- 2 кесице лимунтуса

Припрема корак по корак

Припрема цветова: Цветове зове пажљиво прегледајте и очистите. Не перите их, јер ћете тако испрати драгоцени полен, који сирупу даје арому. У већу посуду ставите цветове зове, исечене колутове лимуна и лимунтус. Прелијте са 3 литре хладне воде. Посуду покријте и оставите да одстоји на хладном и тамном месту 24 сата. Повремено промешајте смесу.

Цеђење и додавање шећера: Након 24 сата, смесу процедите кроз густу газу или цедиљку. У процеђену течност додајте шећер и добро промешајте док се потпуно не отопи.

Кување: Ако желите да сируп буде гушћи и дуготрајнији, можете га кратко прокувати. Ако не, оставите га да одстоји још 24 сата уз повремено мешање.

Сипање у боце: Сируп сипајте у стерилисане стаклене боце. Боце добро затворите и чувајте на тамном и хладном месту.

Савети:

- **Време бербе:** Цветове зове берите по сунчаном дану, идеално касно пре подне, када је полен најмириснији.
- **Чување:** Сируп од зове се може чувати до годину дана, али након отварања флаше, препоручљиво је држати је у фрижидеру.
- **Варијације:** Ако не желите да користите шећер, можете га заменити медом, али у том случају не треба да кувате сируп.



ЗА СЛАДАК ЖИВОТ

СЛАТКО ОД ДУЊА

Једна је од најцењенијих посластица у српским домаћинствима. Некада је било обавезно послужење првим гостима, уз чашу хладне воде. Дуња, воће специфичне ароме и златне боје, у шећерном сирупу постаје прави драгуљ зимнице. Осим у облику слатка, дуње се на традиционалан начин користе и за припрему котоњате – густе воћне посластице налик желеу, која се сече на коцкице и служи уз кафу или ракију.

Састојци (за 6-7 тегли):

- 1 кг очишћених дуња
- 1 лимун (сок и пар колутова)
- 1.2 кг шећера
- 1 ванилин шећер (опционо)
- 500 мл воде



Припрема корак по корак

- 1. Припрема дуња:** Оперите дуње, ољуштите их и очистите од семенки. Исеците их на коцкице или танке кришке. Да не би поцрнеле, ставите их у посуду с водом и мало лимуновог сока.
- 2. Кување шећерног сирупа ткзв. агде:** У шерпу сипајте 500 мл воде и додајте шећер. Кувајте док се шећер не отопи и сируп не постане густ и провидан.
- 3. Додавање дуња:** У кључалу агду пажљиво убаците дуње. Кувајте на тихој ватри док воће не постане прозирно и сируп густ. Повремено скидајте пену.
- 4. Завршетак:** Пред крај додајте сок од лимуна и ванилин шећер. Сипајте врело слатко у загрејане тегле и затворите.

Савети:

- Сируп треба бити густ, али пазите да не прекувате да се не би ушећерио.
- Чувајте на хладном и тамном месту, отворена тегла траје до 7 дана у фрижидеру.





СЛАТКО ОД ДРЕЊИНА



Ово је права посластица, помало заборављена, а изузетно цењена у традиционалним кухињама. Дрењине, ситни црвени плодови специфичног кисело-слатког укуса, идеалне су за припрему слатка које буди носталгију. Иако је припрема захтевна због чишћења коштица, резултат је вредан труда.

Састојци

- 1 кг очишћених дрењина
- 1 кесица ванилин шећера
- 1 кг шећера
- 1 лимун, исечен на колутове
- 2 дл воде



Упутство:

1. Припрема дрењина: Оперите дрењине и пажљиво извадите коштице. То можете учинити ножићем или специјалним алатом за вађење коштица. Важно је да остану целе.

2. Припрема сирупа: У већој шерпи помешајте шећер и воду. Кувајте на умереној ватри док се шећер потпуно не отопи и док не добијете густ сируп.

3. Кување слатка: Када сируп прокључа, додајте очишћене дрењине. Смањите ватру и кувајте око 45 минута, повремено скидајући пену која се ствара на површини. Слатко је готово када кап сирупа стављена на тањирић остане компактна и не разлива се.

4. Додавање лимуна и ванилин шећера: Неколико минута пре краја кувања додајте колутове лимуна и ванилин шећер. Они ће дати слатку посебан мирис и спречити кристализацију.

5. Хлађење и паковање: Склоните шерпу са ватре и прекријте је влажном крпом. Оставите да се слатко потпуно охлади пре него што га преспете у стерилисане тегле. Чувајте на тамном и хладном месту.

Савети:

- **Бирајте зреле плодове:** Користите зреле дрењине тамноцрвене боје. Оне су слађе и лакше им се вади коштица.
- **Чишћење коштица:** Иако је захтевно, будите стрпљиви. Сваки плод треба пажљиво обрадити како би се сачувала форма.
- **Провера густине:** Најбољи начин да проверите да ли је слатко готово јесте да на хладан тањирић ставите кап сирупа. Ако се кап стврдне и не разлива, слатко је спремно.
- **Складиштење:** Стерилисане тегле су кључне за дуготрајност слатка. Темељно их оперите и загрејте у рерни на 100°C око 15 минута.
- **Арома:** Можете додати и друге зачине, попут штапића цимета или звездастог аниса, како бисте слатку дали јединствен мирис.





СЛАТКО ОД РУЖИНИХ ЛАТИЦА



Ово је посланица која се сматра врхунцем елеганције и укуса. Њена префињена арома и деликатан цветни мирис чине је идеалном за посебне прилике. Припрема овог слатка је прави ритуал који захтева стрпљење, али резултат је заиста чаробан, слатко које буди сва чула. Кључно је користити мирисне сорте ружа - дамаск или мајчина ружа, како би се постигао аутентичан укус и мирис.



Састојци:

- 200 г свежих, мирисних ружиних латица
- 800 г шећера
- 400 мл воде
- 1 лимун, сок и колотови
- 1 кесица ванилин шећера (опционо)

Припрема корак по корак

1. Припрема латица: Пажљиво скините латице са ружа. Прегледајте их и уклоните све инсекте и нечистоће. Не перите их под млазом воде да не би изгубиле мирис, већ их лагано очистите. Одсеците бели део на дну латице, јер може дати горчину.

2. Припрема сирупа: У шерпу сипајте воду и шећер, па кувајте на лаганој ватри док се шећер потпуно не отопи и сируп не почне да кључа. У посуду ставите припремљене латице, прелијте их соком од лимуна и добро их протрљајте рукама. На овај начин ће латице пустити арому и задржати лепу боју током кувања.

3. Кување: Лагано додајте припремљене латице у прокључали сируп. Смањите ватру и кувајте 15 до 20 минута, док латице не омекшају. Повремено лагано промешајте и скидајте пену са површине. Додајте колотове лимуна и ванилин шећер пред крај кувања.

4. Провера густине: Слатко је готово када кап сирупа, стављена на хладан тањирић, остане компактна и не разлива се.

5. Хлађење и паковање: Склоните шерпу са ватре и прекријте је влажном крпом. Оставите да се слатко потпуно охлади пре него што га преспете у стерилисане тегле. Чувајте на тамном и хладном месту.

Савети:

- Лимунов сок је кључан јер спречава кристализацију шећера и помаже латицама да задрже своју боју.
- Будите стрпљиви приликом кувања. Не прекувајте слатко, како би латице остале целе и меке.





СЛАТКО ОД ДУДИЊА



Познато и као слатко од дудкиња, једна је од заборављених посластица које заслужују повратак на наше трпезе. Ови ситни плодови, било црни или бели, некада су били цењени као права витаминска бомба, а њихова припрема у слатко чува јединствену арому лета. Иако је дуд осетљив плод, уз мало пажње, добићете посластицу која ће вас вратити у детињство.



Састојци:

- 1 кг дудиња (белог или црног дуда)
- 1 кг шећера
- 2 дл воде
- 1/2 лимуна, исеченог на колутове
- 1 ванилин шећер

Припрема корак по корак

1. Припрема дудиња: Дудиње пажљиво оперите и очистите од петељки. Будите нежни јер су плодови веома осетљиви. Најбоље је да их оперете у посуди са водом како би се прљавштина слегла на дно. Оставите их да се добро оцеде.

2. Сируп: У већу шерпу сипајте шећер и воду. Кувајте на умереној ватри док се шећер потпуно не отопи и док сируп не почне да кључа.

3. Кување: Када сируп прокључа, додајте очишћене дудиње. Кувајте на благој ватри око 30-45 минута. Важно је да не мешате често, већ само благо протресете шерпу, како би плодови остали цели. Током кувања скидајте пену са површине.

4. Провера густине: Слатко је готово када се кап сирупа, стављена на хладан тањирић, стврдне и не разлива се. Пред крај кувања додајте колутове лимуна и ванилин шећер. Лимун помаже да се слатко не ушећери и даје му освежавајућу ноту.

5. Хлађење и паковање: Склоните шерпу са ватре и прекријте је влажном крпом. Оставите да се слатко потпуно охлади пре него што га сипате у стерилисане тегле. Чувајте на тамном и хладном месту.

Савети:

- Дудиње су изузетно нежне, па је кључно да се с њима поступа пажљиво током целог процеса, од чишћења до кувања.
- Користите ширу, плићу шерпу, јер ће то спречити претерано гњечење плодова током кувања.



Један од оних колача који се памте генерацијама. Правили су се за славе, свадбе, Божић и свечане трпезе. Обликом подсећају на полумесец или мале кифлице, а укусом на праву посластицу домаће кухиње, миришљаве орахе и нежно тесто. Тајна добрих орасница је у балансу: споља благо хрскаве, изнутра меке и сочне.



Састојци (за 25–30 комада):

- 3 беланца
- 200 г шећера у праху
- 250 г млевених ораха
- 50 г ситно сецканих ораха (за посипање или мешање у смесу)
- 1 кашика меда
- 1 кесица ванилин шећера или прстохват ваниле

ПОСНО

Припрема – корак по корак

1. Умутите беланца миксером док не постану пенаста, па постепено додајте шећер у праху и ванилу. Мутите док не добијете чврст и сјајан снег (слично као за пуслице). У снег лагано умешајте млевене орахе и кашику меда. Маса треба да буде густа, али лепљива – да се може обликовати рукама.
2. Влажним рукама правите мале полумесеце, што је традиционални облик орасница. Сваку орасницу треба уваљати у сецкане орахе за лепши изглед и текстуру. Ређајте на плех обложен папиром за печење. Пеците у рерни на 150°C око 15–20 минута.
3. Ораснице не смеју потамнити, треба да остану светле и само благо румене са доње стране. Оставите их да се потпуно охладе на плеху јер су док су вруће врло мекане и лако пуцају.

Савети да успеју и буду мекане:

- Не препећи – ако предуго стоје у рерни, постају тврде. Боље их извадити док су још мало мекане, јер се додатно стегну хлађењем.
- Беланца чврсто умутити – то даје лакоћу смеси и спречава да буду гњецаве.
- Чување – најбоље их држати у затвореној кутији обложене папиром, да остану мекане и свеже неколико дана.
- Припрема 2-3 дана раније – да би постигле савршену текстуру, препоручује се да се направе пар дана пре служења.





КОЛАЧ ШАПИЦЕ



Шапе, шапице или медвеђе шапе су један од најпознатијих и најомиљенијих старинских колача у Србији, а име су добиле по карактеристичном облику који се добија помоћу калупа. Овај хрскави и ароматични колач, често обогаћен орасима или лешницима, незаобилазан је део празничних трпеза, а његова припрема буди сећање на детињство. Иако рецепти варирају од краја, база је увек иста: мешавина брашна, масти (или путера), шећера и млевених ораха, са додатком ваниле или лимунове корице.



Савети:

- Пре него што почнете са печењем, обавезно добро намажите калупе машћу и поспите их брашном. Ово је кључно да се шапе не би залепиле и лако извадиле.
- Оставите тесто да одстоји у фрижидеру најмање 30 минута. Хладно тесто се лакше обликује и мање лепи за руке и калупе.
- Не треба пунити калупе до врха, оставите мало простора јер ће шапице нарасти током печења.
- Пеците их на умереној температури (око 180°C) и пазите да их не препечете. Готове су када им ивице благо порумене. Не треба да буду превише тамне.
- Чувајте их у металној кутији с поклопцем. Временом постају мекше и укусније, па су идеалне за припрему неколико дана унапред.

Састојци

- 2 јаја
- 200г масти
- 200г шећера
- 100г млевених ораха
- 1 ванилин шећер
- прстохват соли
- 1 прашак за пециво
- око 500г брашна (оштрог)
- рендана корица од 1 лимуна
- шећер у праху за посипање



Припрема корак по корак

- 1. Припрема теста:** У посуду помешајте маст собне температуре и шећер, па их добро умутите док не добијете пенасту смесу. Додајте јаја једно по једно, ванилин шећер, прстохват соли и рендану лимунову корицу. Све добро промешајте.
- 2. Додавање сувих састојака:** У смесу постепено додајте млевене орахе, брашно помешано са прашком за пециво и месите док не добијете глатко и компактно тесто. Пазите да не додате превише брашна. Тесто треба да буде мекано, али да се не лепи за руке. Умотајте га у провидну фолију и оставите да одстоји у фрижидеру 30 минута.
- 3. Обликовање:** Калуп за шапицанамажите машћу и поспите брашном. Узимајте мале комаде теста, утисните их у калупи прстима лепо обликујте. Важно је да не пуните калуп до врха јер ће колач током печења нарасти.
- 4. Печење:** Загрејте рерну на 180°C, колачиће поређајте на плех обложен папиром за печење и пеците их 15-20 минута. Шапице су готове када добију благо румену боју по ивицама. Не треба да буду превише тамне.
- 5. Хлађење:** Док су још топле, шапице пажљиво извадите из калупа. Ређајте их на тацну и пустите да се охладе. После хлађења, обилно их поспите шећером у праху.



МЕДЕНЕ ФИГУРИЦЕ

Древни слаткиш са дубоким симболичким значењем, представљају много више од обичне посластице. Ове мале скулптуре од брашна и меда, често обликоване као животиње, птице или сунце, некада су се правиле за децу, венчања и пролећне ритуале. Веровало се да доносе заштиту, срећу и плодност. Са сваким обликом долазила је и прича, а ми вам представљамо рецепт како бисте и сами могли да оживите ову слатку традицију.

Састојци:

- 500 г брашна
- 1 кашичица цимета
- 250 г меда
- Прстохват млевеног каранфилића
- 1 јаје
- Мало нарендане коре лимуна
- 1 кашичица соде бикарбоне
- Мало млека по потреби

Упутство:

Мешање састојака: У већој посуди помешајте брашно, соду бикарбону и зачине (цимет, каранфилић, кору лимуна).

Додавање меда и јаја: У средини направите удубљење, па додајте мед и јаје. Полако мешајте све састојке док се не сједине.

Формирање теста: Месите рукама док не добијете глатко и компактно тесто. Ако је превише тврдо, додајте мало млека. Тесто треба да буде еластично и да се не лепи за руке.

Одмор теста: Умотајте тесто у провидну фолију и оставите га да одстоји у фрижидеру најмање 30 минута.

Обликовање фигурица: Развуците тесто на побрашњеној површини на дебљину од 5-7 мм. Помоћу калупа или ручно, обликујте фигурице по жељи – животиње, птице, цвеће или сунце.

Печење: Загрејте рерну на 160°C. Фигурице поређајте на плех обложен папиром за печење. Пеците их 10-15 минута, док не добију златножуту боју. Важно је да не претерате са печењем како би остале мекане. Оставите фигурице да се охладе на плеху пре него што их преместите, јер су вруће веома крхке.

Савети:

- **Квалитет меда:** Користите квалитетан, природан мед, јер он даје тесту посебну арому и текстуру.
- **Дебљина теста:** Пазите на дебљину теста – ако је превише танко, фигурице ће се препећи и бити тврде, а ако је превише дебело, неће се равномерно испећи.
- **Декорација:** Ако желите, можете их украсити након печења. Користите глазуру од шећера у праху и мало воде за цртање детаља, или их поспите шареним мрвицама пре печења. Уживајте у стварању ових прелепих и укусних фигурица које носе дух традиције!



КОЛАЧИ ОД СЕМЕНКИ ЛАНА И СУНЦОКРЕТА

Древна посластица која спаја укус и здравље. Иако ретко забележени у модерним куварима, ови колачи су некада били неизоставни део посних дана и празника. Прављени са вером да доносе дуговечност и заштиту домаћинства, ови колачи су савршен спој нутритивних вредности и традиције. Представљамо вам рецепт који ће оживети ову заборављену причу.

Састојци:

- 100 г млевеног семена лана
- 1 кашичица цимета
- 100 г млевеног семена сунцокрета
- 1/2 кашичице млевеног ђумбира
- 150 г пшеничног или спелтиног брашна
- Прстохват соли
- 50 г смеђег шећера
- 150 мл топле воде
- 50 мл уља (сунцокретово или маслиново)

ПОСНО



Припрема корак по корак

1. Припрема смесе: У посуду помешајте млевени лан, млевени сунцокрет, брашно, шећер, цимет, ђумбир и со. Све добро промешајте.

2. Додавање течности: У суву смесу постепено додајте топлу воду и уље. Мешајте док не добијете лепљиво, али компактно тесто. Оставите смесу да одстоји 10-15 минута како би лан упио течност и направио компактну масу.

3. Обликовање колача: Влажним рукама обликујте мале, правоугаоне колаче и благо их спљоштите. Можете користити и калупе за колаче.

4. Додавање семенки: Пре печења, утапкајте целе семенке сунцокрета по површини сваког колача.

5. Печење: Загрејте рерну на 180°C. Колаче поређајте на плех обложен папиром за печење. Пеците их 15-20 минута, док не добију златну боју и док не постану хрскави са спољашње стране.

6. Хлађење: Оставите колаче да се охладе на плеху. Постаће чвршћи како се буду хладили.

Савети:

• **Свеже семенке:** Користите свеже млевене семенке лана и сунцокрета, јер су тада нутритивне вредности и арома најизраженији. Можете их сами самлети у млину за кафу или блендеру.

• **Складиштење:** Чувајте колаче у херметички затвореној посуду на сувом месту. Остаће свежи и хрскави неколико дана.



Стара посланица која се у Србији правила још у 19. веку. Реч је о чврстој маси од дуња и шећера, сечена на коцке или плочице, налик желеу. Осим што је била слаткиш за децу, сматрала се и „лековитим тоником“ за јачање организма.

Састојци (за плех 20x30 цм):

- 2 кг дуња (са кором, без семенки)
- 1,5 кг шећера
- 1 лимун (сок)

ПОСНО

Припрема (корак по корак):

- 1. Кување дуња:** Добро оперите дуње и исеците их на четвртине. Не љуштите, само одстраните семенке. Кувајте их у води док не омекшају (око 30–40 мин).
- 2. Пасирање:** Оцедите их и пропасирајте кроз пасирку или блендер. Измерите добијени пире.
- 3. Кување масе:** На 1 кг пиреа додајте 750 г шећера. Вратите на ринглу и кувајте уз стално мешање, док маса не постане густа, глатка и сјајна (око 1–1,5 х).
- 4. Обликовање:** Додајте сок од лимуна, добро промешајте. Врелу масу излијте у плех обложен папиром за печење. Оставите да се суши 2–3 дана на сувом и прохладном месту.
- 5. Сечење:** Када се потпуно стегне, исеците на коцке или ромбове. По жељи уваљајте у кристал шећер.

Савети:

- Маса треба да се кува довољно дуго да буде чврста, ако је прерано скинете, котоњата ће бити мека.
- Сушење је кључно – не покривајте је, да не дође влага.
- Чува се у металној кутији или стакленој тегли, одвојена папиром. Може трајати месецима.





КОЛАЧИ СА СУСАМОМ И МЕДОМ



Овај старински колач потиче из времена када су домаћице користиле основне намирнице које су увек биле при руци попут житарица, семенки и меда. Ови колачи спадају у једноставније и здравије посластице. Нису се правили често, већ углавном за посебне прилике, јер је мед био драгоцен. Поред тога што су представљали слатку посластицу, ови колачи су често служили и као енергетски залогај за путнике и раднике у пољу, јер су дуго могли да стоје и пружали су енергију због комбинације меда и сусама. Данас, поред тога што нас враћају у прошлост, они су и сјајан природни слаткиш без додатног шећера.

Састојци:

- 250 г сусама
- 200 г меда (најбоље багремовог или ливадског)
- 50 г ораха или бадема
- 1 кашичица лимуновог сока (опционо, ситно сецканих)
- мало маслаца или уља за подмазивање плеха



Припрема – корак по корак

1. Припрема сусама: Сусам сипати у сув тигањ и лагано пржити на средњој температури док не почне да добија златну боју и пријатан мирис. Мешати стално, да не загори, јер горки сусам може покварити укус колача.

2. Прављење медене смесе: У мањој шерпи загрејати мед на тихој ватри док не постане течнији и почне лагано да ври. Додати лимунов сок (он спречава кристалисање и даје благ освежавајући укус).

3. Спајање састојака: У врео мед умешати пржени сусам (и по жељи сецкане орахе или бадеме). Мешати брзо док се све лепо не сједини и смеша не постане густа и лепљива.

4. Формирање колача: Подмазати плех или га обложити папиром за печење. Смесу одмах истрести у плех и поравнати влажним рукама или ваљком. Док је још топла, исећи је на правоугаонике, ромбове или штанглице (касније ће бити тврда).

5. Хлађење: Оставити да се потпуно охлади и стегне. Када се колач стврдне, одвојити исечене комаде и чувати у добро затвореној посуди.

Савети:

- Сусам обавезно благо препржити – тиме добија пуноћу укуса и мирише на орашасте плодове.
- Мед се не сме прегрејати (да не изгуби корисна својства) довољно је да буде врућ и густ.
- Колаци се секу док су још млаки, јер кад се потпуно охладе постају чврсти попут бомбона.
- Ако желите мекшу верзију, можете додати мало шећерног сирупа или маслаца у мед.





Чувамо укусе традиције

Ова збирка рецепата настала је из жеље да сачувамо гастрономско благо Србије – мирисе, укусе и обичаје који се преносе с колена на колена. У њој су сабрана јела која се данас ређе виђају на трпезама, или су позната само у појединим крајевима, али свако од њих носи причу о месту из ког потиче и људима који су га стварали. Српска кухиња је више од рецепата – то је наслеђе које нас повезује, део идентитета којим се можемо поносити. Зато желимо да заједно сачувамо те укусе од заборавља и подсетимо колико је наша традиција богата и разнолика. Позивамо вас да нам пишете и пошаљете рецепт из свог краја, онај који можда не познају сви, али носи дух вашег поднебља и причу коју вреди сачувати. Уз рецепт, додајте и фотографију, неку занимљивост или специфичност везану за то јело: како се традиционално припрема, у којим приликама се служи, одакле потиче и по чему је јединствено. Фокус је на оним посебним, аутентичним јелима, која чине богатство наше гатрономске баштине. Најлепше међу њима објавићемо уз име аутора, а следеће године, на почетку нове Ризнице укуса из Србије, представићемо издање са проширеном колекцијом домаћих рецепата, оних који чувају дух времена и говоре језиком срца и укуса. Реците можете послати на мејл адресу info@veropoulos.rs или да објавите на свом Инстаграм профилу тако што ставите ознаке за #SuperVero и #RiznicaUkusaizSrbije.

