



Универзитет у Новом Саду  
Природно-математички факултет  
Департман за географију, туризам и хотелијерство



# Српски Национални Гастрономски Производи

## ∞ ПРВИ ДЕО



Предавање. 05.05.2020

Проф. др Милијанко Ј. Портић

# Хлеб





# Хлеб као обавезни део оброка



- ❧ Житарице су битан извор угљених хидрата, беланчевина, минералних соли и витамина, па су због тога производи од њих врло значајне намирнице за људску исхрану.
- ❧ **Пшенично брашно** (индустријског типа од којег се меси хлеб) има ознаке: „00“, „400“, „800“. Самлевено је ситније или крупније-према различитој намени у кулинарству, као „меко“ или „чврсто“ брашно, а најкрупније се меље „гриз брашно“.
- ❧ У свакодневној исхрани пшенично брашно се користи и за: мешање разноврсних колача, за запршке, умаке и разноврсне кремове.



Слика 1: Пшенично брашно

❧ **Хлеб** као најхранљивија намирница меси се претежно од пшичног „меког“ брашна (ређе од ражаног, јечменог и кукурузног), а разноврсне тестенине справљају се од пшеничног „чврстог брашна“. У новијој исхрани се од житарица праве разноврсне пахуљице(кокице) које се једу са млеком.

❧ **Кукурузно(пројино) брашно** такође се меље на ситније и крупније честице (крупно млевени кукуруз „јарма“ служи за исхрану стоке).

❧ У људској исхрани кукурузни хлеб „проја“, који је врло калоричан, али и теже сварљив од пшеничног, једе се уз вариво уместо пшеничног хлеба, или као каша (качамак, пура, палента) са млеком, сиром или масноћом.



Слика 2: Хлеб



Слика 3: Кукурузно- пројино брашно





❧ **Пиринач** је такође житарица па се од њега туцањем у авану прави брашно које се просејава за пиринчани хлеб или неку другу употребу у кулинарству. Садржи око 70% скроба, мало беланчевина, а масти само у траговима. У љусци пиринча је драгоцен витамин Б1, а када се он ољушти (глазира), тај витамин се изгуби.

❧ Пиринач се кува као додаток јелима и ставља у разне надеве (за сарме и пуњене паприке), или се укувава са супама, а од њега се у балканској кухињи праве посебна јела: ризото и разни пилави, а најчешће се једе са млеком као сутлијаш.



Слика 4: Пиринач



- ❧ **Брашно** не треба дуго држати у врећама него га треба складиштити у дрвене сандуке, на сувом и прозачном месту, с тим што га треба са времена на време промешати-да не „загори“.
- ❧ Плесниво брашно није здраво за људску исхрану.



**Слика 5: Пшенично брашно**



# Проја са сиром



## Потребно је:

- ❧ 500г белог кукурузног брашна
- ❧ 200г сира
- ❧ 2-3 јајета
- ❧ Чаша киселог млека
- ❧ Прашак за пециво



Слика 6: Проја са сиром



### Начин припреме:

- ❧ Јаја умутити и додати изгњечен сир, кисело млеко, брашно и прашак за пециво.
- ❧ Све добро измешати, сипати у подмазан плех и пећи у загрејаној пећници.
- ❧ Служити топло.



**Слика 7: Проја са сиром**



# Погача



## Потребно је:

- ☞ 1 јогурт
- ☞ 2 шоље брашна
- ☞ Прашак за пециво
- ☞ Кашика уља
- ☞ Со



Слика 8: Погача



### Начин припреме:

- ☞ У одговарајућу посуду сипати јогурт, брашно, прашак за пециво, мало соли и уље, замесити тесто и обликовати погачу.
- ☞ Погачу ставити у претходно подмазан плех и пећи у добро загрејаној пећници.



**Слика 9: Тесто за погачу**



# Старинска проја



## Потребно је:

- ☞ 1 кг белог кукурузног брашна
- ☞ Вода
- ☞ Со



Слика 10: Старинска проја



### Начин припреме:

- ❧ Брашно мало посолити и замесити хладном водом да не буде много густо.
- ❧ Ставити у подмазан плех и пећи у загрејаној пећници око 40 минута док не добије лепу румену боју.
- ❧ Служити уз предјело или уз друга јела.



Слика 11: Старинска проја



# Хрскава погача



## Потребно је:

- ☞ 1кг брашна
- ☞ 1 жуманце
- ☞ 20г квасца
- ☞ Мало уља, млека и воде
- ☞ Со



Слика 12: Хрскава погача



### **Начин припреме:**

- ❧ Тесто замесити тако да не буде превише чврсто, месити док не почне да се одваја од руку.
- ❧ Оставити да надође око пола сата, па преручити у подмазану тепсију.
- ❧ Пре печења премазати добро улупаним жуманцетом.
- ❧ Пећи у добро загрејаној рерни.
- ❧ Печено је када се одвоји од тепсије.



# Посна пројара луковача



## Потребно је:

- ☞ 500г кукурузног белог брашна
- ☞ 3 везице младог црног лука
- ☞ 1 дл уља
- ☞ Вода и со по потреби



Слика 13: Посна пројара луковача

## Начин припреме:

- ❧ Млади лук очистити, ситно исецкати и пропржити на уљу. Пржен лук ставити у просејано кукурузно брашно, додати со по жељи и доливањем топле воде добро измешати. Масу замесити да не буде сувише густа.
- ❧ Подмазати плех, ставити масу и пећи у загрејаној пећници на температури од 180 степени око 30 минута.
- ❧ Пројара је печена када добије лепу румену боју.
- ❧ Посна пројара луковача се припремала још у доба Немањића и то за време велког поста. На крају 20.века посна пројара луковача је своје место заузела на трпезама као топло предјело, а добро је служити је уз пиво.



Слика 14: Посна пројара луковача



# Владичин хлеб



## Потребно је:

- ❧ 150г масти
- ❧ 150г шећера
- ❧ 5 јаја
- ❧ 100г брашна
- ❧ 50г сувог грожђа
- ❧ 40г бадема
- ❧ 30г смокви
- ❧ Лимун



Слика 15: Владичин хлеб



### Начин припреме:

- ❧ Пенасто умутити маст и шећер и постепено додавати жуманца, затим ситно исецкано суво грожђе, бадеме, смокве, ситно нарендану лимунову кору и брашно. Све добро измешати, затим додати чврст снег од беланаца.
- ❧ Плех подмазати и посути брашном, сипати умућену масу, пећи на умереној температури.
- ❧ Када буде печено, полако извадити из плеха и охладити.
- ❧ Прави укус колач добија када одстоји пар сати.



**Слика 16: Владичин хлеб**



# Славски колач



## Потребно је:

- ☞ 500г брашна
- ☞ 50г квасца
- ☞ 5г шећера
- ☞ Со и уље



**Слика 17: Славски колач**



## Начни припреме:

- ❧ Квасац размутити у шољи млаке воде, додати кашичицу соли, кашичицу шећера и три кашике брашна, оставити око 15 минута да надође. У ту масу додати шољу уља и све то ставити у посуду са брашном.
- ❧ Тесто замесити уз додавање мало воде да се добије глатко и густо тесто.
- ❧ Оставити на топлом месту да надође.
- ❧ За то време узети мало брашна и воде и направити тврђе тесто за украсе (плетенице, цвет, птице, клас жита).
- ❧ Када тесто надође поново премесити и ставити у подмазан плех, по површини декорисати направљеним украсима и пећи у пећници око 30 минута на температури од 200 степени.



**Слика 18: Украси за славски колач**





# Српске Националне Супе и чорбе



# Супа од гушчијег меса



## ☞ Потребно је:

- ☞ 500г гушчијег меса
- ☞ Главица црног лука
- ☞ 2 шаргарепе
- ☞ 2 корена зелени
- ☞ Мања главица целера
- ☞ Уље, ким, бибер и со



Слика 19: Супа од гушчијег меса





### **Начин припреме:**

- ❧ Гушчије месо ставити да се кува.
- ❧ Зелен и целер очистити, лук исећи на ситне коцкице и пржити на врелом уљу уз повремено мешање (око 5 минута).
- ❧ Налити супом у којој се кувало гушчије месо.
- ❧ Месо исећи на коцкице и додати у супу.
- ❧ Кувати још око 10 минута, посолити, побиберити и додати ким по укусу. Служити топло.

# Супа од сочива



## Потребно је:

- ☞ 250г сочива
- ☞ 100г црног лука
- ☞ 2 кашичице јабуковог сирћета
- ☞ Зелен
- ☞ Мало мајчине душице
- ☞ Шећер и со



**Слика 20: Супа од сочива**





### **Начин припреме:**

- ❧ Очишћено сочиво увече потопити у млаку воду, а сутрадан оцедити и ставити да се кува у води са додатком зелени и пола главице очишћеног црног лука.
- ❧ Кувати док сочиво потпуно не омеша.
- ❧ Затим га оцедити, па супу ставити по страни на топло место.
- ❧ Сочиво заједно са поврћем процедити кроз цедиљку, па вратити у супу.
- ❧ По укусу посолити, може се заљутити, пошећерити по укусу и додати јабуково сирће и мајчину душицу.
- ❧ Све мало прокувати и служити топло.

# Палићка супа од морке



## Потребно је:

- ❧ 300г меса од морке
- ❧ 50г сала
- ❧ 100г домаћих резанаца
- ❧ 3 шаргарепе
- ❧ Главица црног лука
- ❧ Зачини и со



**Слика 21: Палићка супа од морке**





### Начин припреме:

- ❧ Комаде меса од морке (гуске, патке или кокошке) опрати па заједно са салом, очишћеним црним луком и шаргарепом ставити да се кува око 2 сата на тихој ватри.
- ❧ Фонд оцедити, месо ситно исецкати, и вратити у фонд, али без поврћа, зачинити по укусу, додати резанце и кувати још око 10 минута.
- ❧ Лук извадити и не користити, а шаргарепу посолити и ставити као прилог уз главно јело припремљено за ручак.

# Чорба од мирођије



## Потребно је:

- ❧ 5 главица црног лука
- ❧ Мања главица целера
- ❧ 2 кашике масти или уља
- ❧ Веза мирођије
- ❧ Кисело млеко
- ❧ Жуманце, сирће и со



Слика 22: Чорба од мирођије



### **Начин припреме:**

- ❧ Црни лук исећи на ребарца, налити водом и кувати док не омекша, затим изгњечити, пропасирати, тако да се добије густа течност.
- ❧ Додати још воде и кувати док целер не омекша.
- ❧ Зачинити жуманцем и киселим млеком, а сирће додати по укусу.
- ❧ Ова чорба се за време лета једе хладна.



# Ћурећа бела чорба



## Потребно је:

- ❧ 200г ћурећег меса
- ❧ 3 главице црног лука
- ❧ 3 свеже паприке
- ❧ 2 шаргарепе
- ❧ 3 кашике брашна
- ❧ 2 дл уља
- ❧ Со, бибер, першуново лишће, рузмарин.



**Слика 23: Ћурећа бела чорба**

## Начин припреме:



- ❧ Туреће месо кувати у једном литру воде.
- ❧ Док се месо кува ситно исецкати црни лук, паприку и шаргарепу.
- ❧ У лонцу где ће се чорба кувати пропржити поврће и прелити са мало воде како би се добро удинстало.
- ❧ Када месо буде кувано, охладити га, а фонд процедити и прелити поврће, па кувати још 20 минута.
- ❧ Размутити 3 кашике брашна у води, тако да маса буде течна, и сипати кроз цедиљку у чорбу како би се добила густина.
- ❧ Зачинити зачинима и служити топлу.



**Слика 24: Турећа бела чорба**

# Чорба од коприве



## Потребно је:

- ☞ 1 кг телећих костију
- ☞ 500 г очишћених коприва
- ☞ 25 г масти
- ☞ 1 кашика брашна
- ☞ 100 г суве сланине
- ☞ 1 дл павлаке
- ☞ Со, зачини



Слика 25: Чорба од коприве





### Начин припреме:

- ☞ Коприву обарити и пропасирати.
- ☞ На загрејаној масти пропржити брашно и додати коприву.
- ☞ Све добро измашати и налити супом од куваних костију.
- ☞ Сланину исецкати на коцке, посебно испржити и додати у чорбу.
- ☞ Чорбу посолити, зачинити по жељи павлаком и осталим зачинима.



**Слика 26: Чорба од коприве**

# Чорба од спанаћа, коприве или зеља



## Потребно је:

- ☞ 300г спанаћа, коприве или зеља
- ☞ 1 главица црног лука
- ☞ 1 кашика брашна
- ☞ 1,5 л воде
- ☞ Со
- ☞ Маст или уље
- ☞ Кисело млеко



**Слика 27: Чорба од спанаћа, коприве или зеља**



### Начин припреме:

- ❧ Пропржити на масти или уљу ситно сецкану главицу црног лука, додати 300г свежег сецканог спанаћа, коприве или зеља, кашику брашна, па све заједно пржити.
- ❧ Налити воду и кувати око 15 минута.
- ❧ Посолити по укусу.
- ❧ Пре служења додати чашу киселог млека и промешати.



**Слика 28: Чорба од спанаћа, коприве или зеља**



# Чорба од шампињона

## Потребно је:



- ❧ 250 г шампињона
- ❧ 50 г шунке
- ❧ 2 кашике киселе павлаке
- ❧ 1 кашика маслаца
- ❧ 1 веза младог лука
- ❧ Јаје
- ❧ Лимун
- ❧ 1 кашика брашна
- ❧ Коцка за супу
- ❧ Маст
- ❧ Першуново лишће, зачини , млевени бибер, со



Слика 29: Чорба од шампињона





### Начин припреме:

- ☞ На загрејаном маслацу пропржити ситно сецкан црни лук, додати ситно исецкане шампињоне и исецкану шунку, све то динстати око 15 минута, налити водом и кувати.
- ☞ На врелој масти пропржити мало брашна да порумени, па сипати у чорбу.
- ☞ Чорбу зачинити са исецканим першуновим лишћем и на колутове исеченим лимуном.
- ☞ Пре служења додати умућено јаје и павлаку.



Слика 30: Чорба од шампињона

# Чорба од сувих шљива



## Потребно је:

- ❧ 10-15 сувих шљива
- ❧ 2 мање шаргарепе
- ❧ 1 главица црног лука
- ❧ 2 дл уља
- ❧ 1 кашика брашна
- ❧ Целеров корен
- ❧ Лист ловора, со и бибер



**Слика 31: Сува шљива**





### Начин припреме:

- ❧ Шаргарепу нарендати, лук и корен целера ситно исецкати и на 1 дл уља динстати 10-15 минута. Затим налити литар воде и кувати око пола сата, док поврће добро не омекша.
- ❧ У другу посуду ставити суве шљиве које су претходно добро опране и кувати их у води. Да би упијени дим из сувих шљива сасвим исчезао, воду у којој се кувају суве шљиве у току кувања мењати више пута.
- ❧ Куване шљиве процедити, опрати, извадити коштице и исецкати на мање комадиће.
- ❧ Тако исечене шљиве додати у посуду у којој је претходно кувано поврће.
- ❧ Направити запршку од 1 дл уља и кашике брашна и налити је у чорбу. На тај начин се добије густина, леп изглед и укус чорбе.
- ❧ На крају посолити по укусу, додати бибер и лаворов лист.
- ❧ Служити топло.

# Чорба од лука



## Потребно је:

- ❧ 5 главица црног лука
- ❧ 1 мања главица целера
- ❧ 2 кашике масти или уља
- ❧ 1 веза мирођије
- ❧ Кисело млеко
- ❧ Жуманце
- ❧ Сирће
- ❧ Со



**Слика 32: Чорба од лука**



### Начин припреме:

- ❧ Црни лук исећи на ребарца, налити водом и кувати док не омекша, затим га изгњечити, пропасирати, тако да се добије густа чорба.
- ❧ Додати нарендани целер и исецкану мирођију, посолити, додати још воде и кувати док целер не омекша.
- ❧ Зачинити жуманцем и киселим млеком, а сирће додати по укусу.
- ❧ Ова чорба се једе за време лета, хладна.



**Слика 33: Чорба од лука**



# Чорба од цигерице



## Потребно је:

- ❧ 300г прасеће или јагњеће цигерице
- ❧ 1 главица црног лука
- ❧ 5 ченова белог лука
- ❧ 150 г шаргарепе
- ❧ 200 г целера
- ❧ Маст
- ❧ 1 веза зелени
- ❧ 1 љута папричица
- ❧ Ловоров лист
- ❧ Бибер, ким и со



Слика 34: Чорба од цигерице

## Начин припреме:

- ☞ На масти издинстати ситно исецкан црни лук, целер, шаргарепу, и бели лук.
- ☞ Прасећу или јагњећу цигерицу добро опрати и обарити уз додатак бибера, соли и лоровога листа.
- ☞ Тако обарену изнутрицу исећи на коцке, сјединити са пропрженим луком, налити мало воде и кувати, а затим додати љуту папричицу.
- ☞ Запршку направити од масти, брашна и алеве паприке, сипати у чорбу и оставити да још мало прокува.
- ☞ На крају по укусу још мало побиберити, посолити, додати сецкано першуново лишће, винско сирће и ким.



**Слика 35: Чорба од цигерице**

# Чорба од младе бораније на влашки начин



## Потребно је:

- ☞ 1 кг бораније
- ☞ 1 веза зелени
- ☞ 1 парадајз
- ☞ 200 г тврдог овчијег сира
- ☞ 2 јајета
- ☞ Мирођија
- ☞ Со



**Слика 36: Чорба од младе бораније на влашки начин**





### Начин припреме:

- ❧ Боранију опрати, очистити и ситно исецкати, додати исецкано поврће и ставити да се кува, додати со.
- ❧ Када је све добро кувано изгњечити овчији сир и додати у лонац, зачинити јајима.
- ❧ На крају кувања додати ситно сецкану мирођију.
- ❧ Чорбу служити топлу.



**Слика 37: Чорба од младе бораније на влашки начин**

# Чорба од белог пилећег меса



## Потребно је:

- ❧ 250 г белог пилећег меса
- ❧ 150 г карфиола
- ❧ 100 г црног лука
- ❧ 1 дл уља
- ❧ 50 г брашна
- ❧ 1 јаје
- ❧ 1 дл млека
- ❧ Ким, со и бибер



**Слика 38: Чорба од белог пилећег меса**

## Начин припреме:

- ❧ Пилеће месо кувати око један сат, охладити и сортирати по жељи, бело месо ситно исецкати.
- ❧ Карфиол скувати, а током кувања посолити.
- ❧ У посебној посуди на уљу продинстати ситно исецкан лук, додати месо и све заједно динстати око 5 минута, затим додати брашно и налити водом.
- ❧ Карфиол исецкати, ставити у чорбу и кувати још око 10 минута.
- ❧ Остатак уља мало загрејати и додати у чорбу.
- ❧ Зачинити са соли, бибером и млевеним кимом по укусу.



**Слика 39: Чорба од белог пилећег меса**



# Лесковачка чорба од пасуља



## Потребно је:

- ❧ 200 г пасуља
- ❧ 200 г црног лука
- ❧ 300 г црвених паприка
- ❧ 200 г сланине
- ❧ 1 главица црног лука
- ❧ 1 дл уља
- ❧ 2 кашике брашна
- ❧ 1 кашика алеве паприке
- ❧ Туцана паприка
- ❧ Со



**Слика 40: Лесковачка чорба од пасуља**



### Начин припреме:

- ❧ Пасуљ опрати у два литра воде и кувати око 1 сат.
- ❧ У међувремену поврће и сланину исецкати на коцке, додати у пасуљ и кувати још 1 сат.
- ❧ Направити црвену запршку, тако што се на загрејаном уљу пропрже две кашике брашна, затим дода алева паприка и љута туцана паприка.
- ❧ У чорбу сипати запршку и кувати још 10 минута.
- ❧ Служити топло.



**Слика 41: Лесковачка чорба од пасуља**

# Чорба од мешане рибе



## Потребно је:

- ❧ 1 кг рибе
- ❧ 100 г шаргарепе
- ❧ 300 г црног лука
- ❧ 100 г масти
- ❧ 2 свеже паприке
- ❧ 3 л воде
- ❧ 1 дл сирћета
- ❧ Со, бибер и зачини



Слика 42: Чорба од мешане рибе





### Начин припреме:

- ❧ Очистити поврће и исећи на комаде.
- ❧ Рибу очистити и опрати.
- ❧ Када поврће буде кувано, додати комаде мешане рибе.
- ❧ Кувати све око 20 минута.
- ❧ Кувану рибу процедити, затим рибу на комаде скинути и поново вратити у лонац са процеђеним фондом и кувати још неколико минута.
- ❧ Чорбу зачинити по укусу и додати 1 дл сирћета.



**Слика 43: Чорба од мешане рибе**

# Јагњећа чорба



## Потребно је:

- ❧ 300 г јагњећег меса
- ❧ 300 г црног лука
- ❧ 200 г шаргарепе
- ❧ Зелена свежа паприка
- ❧ 100 г кајмака
- ❧ 1 дл уља
- ❧ Зачини
- ❧ Со и бибер



Слика 44: Јагњећа чорба



### **Начин припреме:**

- ❧ Јагњеће месо кувати док добро не омекша.
- ❧ Очишћено и опрано поврће исецкати или нарендати на ренде.
- ❧ У одговарајућу посуду налити 1 дл уља, ставити поврће и динстати око 30 минута. У току динстања долити 2 л воде и месо исечено на коцке и кувати још 15 минута.
- ❧ На крају зачинити зачинима и додати кајмак.
- ❧ Чорбу служити врућу.



**Слика 45: Јагњећа чорба**



# Јагњећа бела чорба



## Потребно је:

- ❧ 500 г јагњећег меса
- ❧ 2 главице црног лука
- ❧ 2 шаргарепе
- ❧ 1 кашика брашна
- ❧ 1 чаша павлаке
- ❧ Першуново лишће
- ❧ Ловоров лист
- ❧ Со, бибер



### **Начин припреме:**

- ❧ У одговарајућу посуду ставити јагњеће месо, црни лук, шаргарепу, налити водом, додати бибер, лаворов лист и со и кувати.
- ❧ Када месо буде кувано, извадити га, одвојити од костију и наставити кување.
- ❧ Када чорба буде кувана, зачинити једном кашиком брашна и чашом павлаке.
- ❧ На крају чорбу зачинити першуновим лишћем.

# Домаћа чорба



## Потребно је:

- ❧ 200 г јунећег меса
- ❧ 200 г младе коприве
- ❧ 200 г црног лука
- ❧ 2 чена белог лука
- ❧ 1 дл уља
- ❧ 2 јајета
- ❧ Со, бибер





### Начин припреме:

- ❧ Скувати исечено месо на коцке.
- ❧ Док се месо кува, коприве и друго поврће ситно исецкати и пропржити на уљу, додати месу, сипати 2 литра воде, и кувати још 30 минута.
- ❧ Умутити 2 цела јајета, налити у чорбу, зачинити, побиберити и посолити по укусу.
- ❧ Служити топло.



**Слика 46: Домаћа чорба**

# Рибља чорба



## Потребно је:

- ❧ 1,5 кг шарана
- ❧ 2 главице црног лука
- ❧ Свежа бабура паприка
- ❧ Слатка и љута алева паприка
- ❧ Парадајз
- ❧ Рибљи зачин
- ❧ Сирће
- ❧ Со



**Слика 47: Рибља чорба**

## Начин припреме:



- ❧ Шарана очистити, опрати, исећи на комаде, ставити у котлић и налити са 2 литра хладне воде, додати пола кашике сирћета и котлић ставити на ватру.
- ❧ Када чорба прокључа, додати ситно исецкан црни лук, кашику слатке и љуте паприке, свежу паприку, парадајз и посолити.
- ❧ Чорбу кувати на јакој ватри док риба и поврће не омекшају, а пред крај додати зачине и кувати још око 20 минута.
- ❧ Служити топлу.



**Слика 48: Рибља чорба**



# Косачка чорба од пшенице и коцкица сира



## Потребно је:

- ❧ 100 г црног лука
- ❧ 100 г шаргарепе
- ❧ 100 г корена целера
- ❧ 2 јајета
- ❧ 200 г сира
- ❧ 200 г куване пшенице
- ❧ 1 кашика алеве паприке
- ❧ 2 дл уља
- ❧ Со, бибер
- ❧ Мало рузмарина



**Слика 49: Косачка чорба од пшенице и коцкица сира**



### Начин припреме:

- ❧ Поврће самлети на машини за млевење mesa на крупнију шајбну, динстати га на уљу 15 минута а затим налити 3 литре воде и кувати.
- ❧ Када проври додати кувану пшеницу и ситно исецкане коцке сира. Све кувати још 20 минута.
- ❧ Додати алеву паприку и све остале зачине.
- ❧ На крају кувања додати рузмарин и умућена јаја, лагано сипати и мешати да се не згруша у чорби.
- ❧ 1 грам рузмарина је довољан на 3 литре чорбе.



**Слика 50: Косачка чорба од пшенице и коцкица сира**

# Парадајз чорба



## Потребно је:

- ❧ 1 кашика масти или уља
- ❧ 1 главица црног лука
- ❧ 1 кашика брашна
- ❧ 1 кашичица алеве паприке
- ❧ Домаћи кувани парадајз или концентрат
- ❧ Першунов лист
- ❧ Со, бибер
- ❧ Резанци за супу



**Слика 51: Парадајз чорба**





### Начин припреме:

- ❧ Исецкати лук и пропржити га на масноћи, додати брашно, промешати, налити куваним парадајзом или концентатом парадајза разблаженим са водом.
- ❧ Затим додати со и бибер и кувати.
- ❧ Пред крај кувања додати резанце за супу и исецкано лишће першуна.



**Слика 52: Парадајз чорба**

# Кромпир чорба



## Потребно је:

- ❧ 500 г кромпира
- ❧ 200 г црног лука
- ❧ 200 г свежих паприка
- ❧ 20 г љутог ајвара
- ❧ 200 г куваног говеђег меса
- ❧ 100 г кајмака
- ❧ 1 кашика масти
- ❧ Со, бибер



**Слика 53: Кромпир чорба**



### Начин припреме:

- ❧ Кромпир очистити, опрати и исећи на 4 или 8 делова.
- ❧ Кувати са исеченим поврћем око 30 минута, па додати претходно кувану говедину.
- ❧ На масти растопити кајмак и прелити чорбу.
- ❧ Посолити и побиберити.
- ❧ Служити топло.



**Слика 54: Кромпир чорба**



# Сјеничка чорба



## Потребно је:

- ❧ 300 г овчијег меса
- ❧ 300 г црног лука
- ❧ 3 свеже црвене паприке
- ❧ 2 кашике брашна
- ❧ 1 кашика алеве паприке
- ❧ 5дл овчијег млека
- ❧ Со, бибер



**Слика 55: Сјеничка чорба**



### **Начин припреме:**

- ❧ Месо кувати око 2 сата, да добро омекша.
- ❧ Кувано месо исећи на мале коцке и са сецканим поврћем динстати још 15 минута.
- ❧ Све заједно ставити у лонац и налити 2 литра вреле воде како би се процес кувања убрзао, кувати још 15 минута , и на крају додати 5дл млека.
- ❧ Направити запршку и налити у чорбу.
- ❧ Посолити и зачинити по укусу.

# Љута кромпир чорба



## Потребно је:

- ❧ 500 г кромпира
- ❧ 1 главица црног лука
- ❧ 1 свежа паприка
- ❧ 1 љута папричица
- ❧ Маст или уље
- ❧ Першуново лишће
- ❧ Со и бибер



**Слика 56: Љута кромпир чорба**





### **Начин припреме:**

- ☞ На масноћи пропржити црни лук, додати исечену паприку и још мало пропржити.
- ☞ У то сипати литар воде, кромпир сечен на коцкице, со, бибер и љуту папричицу.
- ☞ Када чорба буде кувана, додати ситно исецкано першуново лишће.

# Чорба од парадајза са босиљком



## Потребно је:

- ☞ 2,5 кг парадајза
- ☞ 1 веза босиљка
- ☞ 100 г маслаца
- ☞ 100 г младог сира или кајмака
- ☞ Со и бибер



**Слика 57: Чорба од парадајза са босиљком**



### **Начин припреме:**

- ❧ Парадајз мало расећи и спустити у кључалу воду неколико секунди.
- ❧ Парадајз ољуштити, пресећи на пола, извадити семенке и оцедити сок.
- ❧ Остатак парадајза исећи, додати сецкани босиљак и маслац и кувати на умереној температури.
- ❧ Када парадајз почне да се распада појачати температуру и непрестано мешати, затим посолити и побиберити.
- ❧ Када супа буде кувана, служити топлу са додатком сира или кајмака.





[coolinarika.com/klub/weki](http://coolinarika.com/klub/weki)



# Предјела



# Предјело



## Потребно је:

- ❧ 100 г говеђе пршуте
- ❧ 100 г свињске пршуте
- ❧ 100 г овчије пршуте



**Слика 58: Говеђа пршута**



**Слика 59: Свињска пршута**



### **Начин припреме:**

- ❧ Пршуту исећи на танке листиће, па онда приступити слагању предјела у тањир, овал или на дрвени подметач и то са лева на десно у облику раширене лепезе, ред по ред.
- ❧ Водити рачуна да размак између пршуте буде веома мали, а визуални изглед због разноврсности боја адекватно постављен.
- ❧ Прво слагати говеђу, свињску и на крају овчију пршуту.



# Пихтије од рена



## Потребно је:

- ❧ 1 кашика млека
- ❧ 1 кашика маслаца
- ❧ 2 кашике брашна
- ❧ 100 г наренданог рена
- ❧ 2 киселе јабуке
- ❧ 2 кашике презли
- ❧ Сок од пола лимуна
- ❧ 30 г желатина



**Слика 60: Пихтије од рена**

## Начин припреме:

- ❧ Млеко са маслацем ставити да проври па додати брашно и со и мешати док се не згусне.
- ❧ Још врелом бешамелу додати рен, нарендане јабуке, презлу и лимунов сок, па све измешати тако да се маса сједини.
- ❧ У мало топле воде растворити желатин и додати претходној маси.
- ❧ Добро све измешати да се желатин равномерно растопи.
- ❧ Масу сипати у калуп, или одговарајућу посуду и ставити у фрижидер 2 сата да се пихтије стегну.
- ❧ Служити уз предјело.



Слика 61: Пихтије од рена

# Пихтије



## Потребно је:

- ❧ 1 кг свињских ногица
- ❧ 2 главице белог лука
- ❧ Со
- ❧ Першуново лишће
- ❧ Бибер
- ❧ 10 г желатина



Слика 62: Пихтије





### Начин припреме:

- ❧ Свињске ногице опрати и кувати у 3 литра воде док добро не омекшају.
- ❧ Када су куване оцедити их, затим меснате делове и кожицу ситно исећи, додати исецкан бели лук, першуново лишће, со и зачине.
- ❧ У плех разлити фонд у коме су куване ногице, лагано распоредити месо и додати размућен желатин како би се добила лепа пихтијаста маса.
- ❧ Када се пихтије мало охладе ставити у фрижидер да се добро стегну.
- ❧ Охлађене пихтије исећи на коцке и сервирати.



**Слика 63: Пихтије**

# Ужичка кавурма



## Потребно је:

- ❧ 2 кг изнутрица
- ❧ 2 кашике масти
- ❧ 4 главице црног лука
- ❧ 1 главица белог лука
- ❧ Алева паприка
- ❧ Со, лоров лист



Слика 66: Ужичка кавурма



### Начин припреме:

- ☞ Изнутрице(дигерице, срце, бубрези, свињске кожице) кувати 2-3 сата.
- ☞ Када буде кувано, исецкати, затим са исеченим црним и белим луком динстати око сат времена, зачинити по жељи како би се добио пикантан укус (по жељи могу се додати и дуван чварци које треба добро измешати).
- ☞ Тако припремљену кавурму оставити да се охлади и стегне, затим је исећи на коцке жељене величине и служити као предјело или главно јело.



# Дуван чварци



## Потребно је:

- ❧ 2 кг свињског сала прожетом кртином
- ❧ 2 кг меснате сланине
- ❧ Со и вода



Слика 69: Дуван чварци

## Начин припреме:

- ❧ Сланину и сало исећи на мање комаде, ставити у велику посуду, додати 2-3 литра воде и кувати уз стално мешање дрвеном варјачом док све док комадићи сала не почну да жуте.
- ❧ Тада посуду склонити са ватре и процедити масноћу кроз чисто густо бело платно.
- ❧ Чварке вратити у исту посуду, још мало пропржити да добију тамнију боју, затим процедити кроз исто платно.
- ❧ Учврстити крајеве платна и увртати да се чварци што боље оцеде, цедити док се и последња кап не оцеди.
- ❧ Затим одвити крајеве платна и истрести чварке у посуду у којој се топила маст, по укусу посолити и протрљати их рукама да се изједначе и издробе.
- ❧ Дуван чварци се спремају у западној Србији, посебно у околини Ваљева и Чачка, а називају их тако јер подсећају на сецкани дуван.



**Слика 70: Дуван чварци**



# Павловдански уштипак



## Потребно је:

- ☞ 500 г брашна
- ☞ 4 јаја
- ☞ Млеко
- ☞ 1 л уља
- ☞ Квасац
- ☞ Босиљак
- ☞ Со



**Слика 71: Павловдански уштипак**





### Начин припреме:

- ❧ Брашно просејати у посуду за мешање, додати квасац растопљен у млакој води, шећер, млевени босиљак и јаја.
- ❧ Тесто добро замесити и оставити да стоји око 1 сат.
- ❧ Тесто узимати кашиком, развлачити руком што дуже и пржити на врелом уљу у дубљој посуди.



**Слика 72: Павловдански уштипак**

# Паприка пуњена сиром



## Потребно је:

- ❧ 600 г пуномасног сира
- ❧ 100 г слатке павлаке
- ❧ 6 већих црвених паприка



Слика 73: Паприка пуњена сиром



### Начин припреме:

- ❧ Сир пропасирати и помешати са павлаком да се добије компактна маса.
- ❧ Паприке опрати, очистити од семенки, и напунити их припремљеном масом.
- ❧ Сложити паприке у одговарајућу посуду и ставити у фрижидер да се охладе.
- ❧ Охлађене паприке исећи по жељи и служити уз проју или погачу.



**Слика 74: Паприка пуњена сиром**



# Паприке пуњене павлаком



## Потребно је:

- ☞ 20 паприка
- ☞ 1,5 кг павлаке



**Слика 75: Паприке пуњене павлаком**



### Начин припреме:

- ❧ Паприке опрати, очистити од семенки и исећи петељке.
- ❧ Сваку паприку пунити павлаком и сложити у одговарајућу посуду тако да отвори буду окренути на горе како павлака не би исцурела. Остатак павлаке прелити преко паприка и затворити посуду херметички.
- ❧ Оставити да стоји 30 дана.
- ❧ Може се служити као предјело или као салата уз јело.



**Слика 76: Паприке пуњене павлаком-слагање**

# Рабаџијска закуска



- ❧ Рабаџијска закуска је необично јело које се у стара времена носило у торби.
- ❧ Састојало се од сира, кајмака, умоченог хлеба из дрвеног чанка и комада сланине, главице белог лука и погаче испод црепуље.
- ❧ Рабаџије су носиле јело у торби са повезом и када огладне јело су стављали на торбу и из исте јели.



# Љутица



## Потребно је:

- ☞ 2 парадајза
- ☞ Струк празилука
- ☞ 2 љуте папричице
- ☞ 1 главица црног лука
- ☞ 2 печене паприке
- ☞ Уље
- ☞ Лист купуса
- ☞ Со



Слика 77: Љутица



### **Начин припреме:**

- ❧ Парадајз, празилук, љуте папричице, црни лук и печене паприке ситно исећи, посолити, поуљити по укусу и све измешати.
- ❧ Тако припремљену салату сервирати на листу свежег купуса.

# Куглице од кајмака



## Потребно је:

- ❧ 500 г кајмака
- ❧ 60 г маргарина или маслаца
- ❧ 50 г першуна
- ❧ Љута зелена папричица
- ❧ 80 г крупније сечених ораха
- ❧ 80 г исецканих лешника



Слика 78: Куглице од кајмака





### Начин припреме:

- ☞ Кајмак пропасирати, добро промешати са маслацем и додати ситно исецкан першун и папричицу.
- ☞ Направити куглице величине лешника, па их уваљати у посољене лешнике и орахе.



**Слика 79: Куглице од кајмака**

# Лесковашки љутенац



## Потребно је:

- ❧ 300 г свеже зелене паприке
- ❧ 100 г љуте свеже црвене паприке
- ❧ 2 чена белог лука
- ❧ 2 парадајза
- ❧ 1 кашика сирћета
- ❧ 1 дл уља
- ❧ 5 г шећера
- ❧ Со



**Слика 80: Лесковачки љутенац**



### Начин припреме:

- ❧ Паприке добро опрати и очистити од семенки, додати шећер, со и сирће и пржити на уљу око 30 минута.
- ❧ У тако пропржену масу додати млевени парадајз, ситно исецкан бели лук, и пржити док се не добије густа маса, посолити, охладити.



# Топла предјела пите,...



# Пита од кромпира



## Потребно је:

- ❧ 500 г кора
- ❧ 3 главице црног лука
- ❧ 1 кг кромпира
- ❧ Першунов лист
- ❧ Со,бибер
- ❧ Алева паприка



Слика 81: Пита од кромпира



### Начин припреме:

- ❧ Лук ситно исецкати, пропржити и додати нарендани кромпир. Све заједно мало пропржити, посолити, побиберити, додати алеву паприку и ситно исецкан першун.
- ❧ Сваку кору прскати уљем, и стављати надев.
- ❧ Савити у ролне, сложити у плех и поуљити.
- ❧ Пећи у добро загрејаној пећници око 40 минута.
- ❧ Служити топло.



**Слика 82: Пита од кромпира**



# Косјерићки качамак



## Потребно је:

- ❧ 1 кг кукурузног белог брашна
- ❧ 300 г кајмака
- ❧ 3 л воде
- ❧ Со



Слика 83: Косјерићки качамак

## Начин припреме:



- ❧ У одговарајућу посуду сипати воду, посолити, а затим ставити кајмак и кувати док не прокључа.
- ❧ Целу количину брашна сипати одједном у кључалу воду и не мешати све док се не обликује лопта. На средини варјачом направити удубљење и варјачу оставити на средини док се качамак кува.
- ❧ Кувати око 30 минута.
- ❧ После тога измаћи посуду са ватре и брзо мешати у круг да би се све лепо сјединило.
- ❧ Качамак сервирати са кајмаком, а може се сервирати и са прженом и свежом сланином, свежим чварцима или прженом паприком.



**Слика 84: Косјерићки качамак**

# Задушна пита пиринчара



## Потребно је:

- ❧ 500 г кора
- ❧ 200 г пшенице
- ❧ 1 дл уља
- ❧ 100 г кристал шећера
- ❧ 1 кесица цимета





### **Начин припреме:**

- ❧ Пшеницу добро скувати, опрати и охладити, додати шећер и цимет и све добро измешати.
- ❧ Плех подмазати, на дно ставити две коре и филовати танким слојем кору по кору и слагати све док се маса не потроши. Завршну кору премазати уљем и пећи у пећници око 30 минута на 200 степени.
- ❧ Печену питу сећи на коцке и посути кристал шећером.

# Пита од празилука са сиром



## Потребно је:

- ❧ 500 г кора за питу
- ❧ 5 струкова празилука
- ❧ 3-4 јајета
- ❧ 360-400 г масног сира
- ❧ Уље
- ❧ Со



**Слика 85: Пита од прасилука са сиром**



### Начин припреме:

- ❧ Празилук исећи на танке резанце и продинстати на уљу да добро омекша.
- ❧ Склонити са ватре да се охлади, додати изгњечен сир и посолити.
- ❧ Јаја умутити посебно и додати у претходно припремљену смесу.
- ❧ Наизменично ређати коре и надев док се не утроши сав материјал.
- ❧ Пећи у добро загрејаној пећници око 40 минута.
- ❧ Служити топло.



**Слика 86: Пита од празилука са сиром**



# Пита од киселог купуса



## Потребно је:

- ☞ 500 г кора
- ☞ 1 главица киселог купуса, око 1 кг
- ☞ 2 јајета
- ☞ 1 чаша киселе воде
- ☞ Со, бибер
- ☞ Уље



### **Начин припреме:**

- ❧ Купус ситно исецкати и пржити на уљу, док не омекша, посолити и побиберити, скинути са ватре и додати 2 размућена јајета.
- ❧ Коре поделити на три дела.
- ❧ У подмазан плех ставити трећину кора. Сваку кору претходно попрскати уљем, прелити половином надева а затим другу трећину кора, надев и одозго остатак кора.
- ❧ Прелити киселом водом и оставити да стоји 20 минута.
- ❧ У загрејаној пећници пећи око 20 минута.
- ❧ Пита је печена када добије румену боју и одвоји се се од плеха.
- ❧ Служити топло са киселим млеком или салатом по жељи.

# Пројара са печуркама и сиром



## Потребно је:

- ❧ 400 г кукурузног белог брашна
- ❧ 200 г лисичарки
- ❧ 300 г сира
- ❧ 100 г црног лука
- ❧ 4 јајета
- ❧ 2 дл уља
- ❧ 5 дл млека
- ❧ Једна кесица прашка за пециво



Слика 87: Пројара са печуркама и сиром





### **Начин припреме:**

- ❧ Просејати брашно, а у другој посуди изгњечити сир, додати умућена јаја, прашак за пециво и саставити са брашном.
- ❧ Посебно пропржити ситно сецкан лук и печурке и сипати у посуду са брашном, добро измешати и додати изгњечен сир и млеко.
- ❧ Маса која се добије не сме бити много густа, а затим је сипати у претходно подмазан плех.
- ❧ Прелити са мало уља и ставити да се пече у пећници на температури од 200 степени око 40 минута.

# Пљескавице од коприве



## Потребно је:

- ❧ 400 г младе коприве
- ❧ 150 г кајмака или сира
- ❧ 100 г кукурузног белог брашна
- ❧ Бибер



Слика 88: Пљескавице од коприве



### Начин припреме:

- ❧ Обарене и самлеване коприве помешати са мало кајмака или сира.
- ❧ Побиберити и додати кукурузно брашно, све добро измешати и правити пљескавице.
- ❧ Тако обликоване пљескавице пећи на роштиљу.
- ❧ Служити са кајмаком, сиром или киселим млеком.



**Слика 89: Пљескавице од коприве**



# Српска старинска пита



## Потребно је:

- ❧ 500 г танких кора
- ❧ 500 г сира
- ❧ 3 јајета
- ❧ 2,5 дл млека
- ❧ 1 дл уља
- ❧ Со



Слика 90: Српска старинска пита



### **Начин припреме:**

- ❧ Надев се припрема тако што се сир изгњечи, додају му се жуманца, млеко и шне од беланаца, посоли се по укусу и све се добро измеша.
- ❧ Одвојити шест кора, а остале коре искидати и додати у надев.
- ❧ Плех подмазати уљем, поређати по три коре, сваку попрскати уљем како се не би залепиле, прелити их надевом и одозго ставити преостале коре.
- ❧ Питу прелити уљем и попрскати водом.
- ❧ Пећи у добро загрејаној пећници око 20 минута.
- ❧ Када пита буде печена исећи је на комаде.

# Купусник



## Потребно је:

- ❧ 500 г кора за питу
- ❧ 1 кг купуса
- ❧ 1 главица црног лука
- ❧ 200 г масти или уља
- ❧ Со, бибер



Слика 91: Купусник





### Начин припреме:

- ❧ Кисели купус оцедити, ситно исећи и ставити да се кува са ситно исеченим црним луком.
- ❧ Када купус омекша, оцедити га, додати растопљену маст или уље, посолити и побиберити по укусу.
- ❧ Сваку кору филовати масом од купуса и ређати у плех.
- ❧ На врх ставити кору и попрскати је уљем и водом.
- ❧ Припремљену питу исећи на коцке и пећи у загрејаној пећници.



**Слика 92: Купусник**

# Народна савијача



## Потребно је:

- ❧ 500 г брашна
- ❧ 300 г сира
- ❧ 300 г кајмака
- ❧ 30 г квасца
- ❧ 5 јаја
- ❧ 200 г масти
- ❧ Со



Слика 94: Народна савијача- начин припреме



### Начин припреме:

- ❧ Брашно просејати, додати со, истопљен квасац у мало топле воде и замесити тесто па га прекрити платненом салветом и оставити да стоји и да надође.
- ❧ У другој посуди изгњечити сир и кајмак и додати улупана јаја.
- ❧ Када тесто надође, направити мање лоптице, намазати их са мало масти и оставити их да одстоје још 5 минута.
- ❧ Лоптице теста развити оклагидом у облику коре и сваку филовати са масом од сира и кајмака.
- ❧ Сваку увити у ролну.
- ❧ Савијачу сложити тако што треба почети од зида плеха ка средини и то у круг, прелити са мало масти и пећи у пећници око 45 минута.



# Масна проја-прелевуша



## Потребно је:

- ❧ 600 г кукурузног белог брашна
- ❧ 200 г сира
- ❧ 4 јајета
- ❧ 300 г кајмака
- ❧ 3 кашике масти



**Слика 95: Масна проја-прелевуша**



### Начин припреме:

- ❧ Кукурузно брашно просејати и додати изгњечени сир и 100г кајмака и добро умућена јаја. Све помешати са водом и млеком (да маса не буде много густа), сипати у плех и пећи у пећници на 200 степни док не порумени.
- ❧ Пред сам крај печења прелити са растопљеним кајмаком и служити топло.



**Слика 96: Масна проја-прелевуша**

# Српска гибаница



## Потребно је:

- ❧ 600 г кора
- ❧ 800 г сира
- ❧ 200 г кајмака
- ❧ 6 јаја
- ❧ 2 дл уља
- ❧ 2,5 дл воде



Слика 97: Српска гибаница



# ХВАЛА НА ПАЖЊИ



Нови Сад, 05.05.2020.г.

Проф. Портић