



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



Српски Национални Гастрономски Производи



ТРЕЋИ ДЕО



Предавање. 19.05.2020



Проф. др Милијанко Ј. Портић

Салата од печурака



Потребно је:

- ❧ 500 г печурака
- ❧ Веза першуновог лишћа
- ❧ 2 дл уља
- ❧ 1 главица белог лука
- ❧ Јабуково сирће
- ❧ Со



Слика: Салата од печурака



Начин припреме:

- ❧ Печурке обарити у води у коју се дода неколико капи јабуковог сирћета, затим их ситно исецкати на коцкице, додати исецкану везу першуна и мало белог лука.
- ❧ Посолити, поуљити по укусу и закиселити.



Слика: Салата од печурака

Салата од кромпира и коприве



Потребно је:

- ❧ 1 кг кромпира
- ❧ 300 г коприве
- ❧ 100 г лука сремуша
- ❧ 2 главице црног лука
- ❧ Сирће
- ❧ Со и бибер



Слика: Салата од кромпира и коприве



Начин припреме:

- ❧ Кромпир опрати и кувати око 30 минута, затим додати коприву и кувати све заједно још 20 минута.
- ❧ Када све буде кувано, кромпир ољуштити и исећи на колутове, а коприву исецкати ситно, као и црни и лук сремуш (бели лук).
- ❧ Све измешати и зачинити, додати уље, кашику сирћета и посолити.
- ❧ Салату охладити у фрижидеру.
- ❧ Салату служити уз рибу, сиреве.



Слика: Салата од кромпира и коприве

Урнебес салата



Потребно је:

- ☞ 1 кг сира
- ☞ 10 г љуте туцане паприке
- ☞ 1 дл уља
- ☞ 10 свежих дугачких паприка
- ☞ 5 г босиљка



Слика: Урнебес салата



Начин припреме:

- ❧ Изгњечити сир, додати уље, љуту туцану паприку, зачинити босиљком и све добро измешати.
- ❧ Тако припремљеном масом пунити паприке које су претходно опране и очишћене.
- ❧ Напуњене паприке охладити у фрижидеру и исећи на колутове дебљине 1 цм.

Парадајз салата са сиром и белим ЛУКОМ



Потребно је:

- ❧ 1 кг парадајза
- ❧ 100 г сира
- ❧ 2 главице белог лука
- ❧ 1 кашика уља



**Слика: Парадајз салата са сиром
и белим луком**



Начин припреме:

- ❧ Парадајз опрати и исећи на крупније коцке.
- ❧ Сир исећи на коцке, бели лук ситно исецкати, додати једну кашику уља, па помешати са претходно припремљеним парадајзом.
- ❧ Све лагано измешати и служити.



Слика: Парадајз салата са сиром и белим луком

Мешана салата од краставаца и шаргарепе



Потребно је:

- ❧ Краставац
- ❧ 1-2 шаргарепе
- ❧ 1 веза першуна
- ❧ 1 кашика сирћета
- ❧ Уље
- ❧ Со



Слика: Мешана салата од краставаца и шаргарепе



Начин припреме:

- ❧ Краставац добро опрати и са љуском нарендати.
- ❧ Шаргарепу очистити и нарендати, све добро измешати и додати везу исецканог першуна, ставити со, уље, сирће по укусу.



Слика: Мешана салата од краставаца и шаргарепе

Салата од карфиола са павлаком



Потребно је:

- ☞ 1 кг карфиола
- ☞ 1 главица белог лука
- ☞ 2 дл павлаке
- ☞ 1 кашика уља
- ☞ Коријандер
- ☞ Со
- ☞ Першуново лишће



Слика: Салата од карфиола са павлаком



Начин припреме:

- ❧ Карфиол очистити, добро опрати и обарити у сланој води око 10 минута, затим оцедити и ситно исећи заједно са белим луком и першуновим лишћем.
- ❧ У тако припремљену масу додати павлаку и уље.
- ❧ Све добро измешати, зачинити по укусу и ставити у фрижидер да се хлади око 1 сат.
- ❧ Сервирати у чиније и служити.
- ❧ Ову салату служити уз рибу.

Салата од маслачка



Потребно је:

- ☞ 500 г маслачка
- ☞ 1 дл уља
- ☞ 10 ченова белог лука
- ☞ 1 веза першуновог листа
- ☞ 2 лимуна
- ☞ Со



Слика : Салата од маслачка



Начин припреме:

- ☞ Маслачак добро опрати и ставити у посуду.
- ☞ Посебно направити маринат од ситно исецканог першуновог лишћа и ситно исецканог белог лука, уља, соли и сока од лимума.
- ☞ Тако припремљеним маринатом прелити маслачак и ставити да одстоји 2 сата у фрижидеру.



Слика: Салата од маслачка

Салата од пасуља



Потребно је:

- ☞ 300 г пасуља
- ☞ 2 главице црног лука
- ☞ 1 кашика сирћета
- ☞ Со
- ☞ Уље
- ☞ Першуново лишће



Слика: Салата од пасуља



Начин припреме:

- ❧ Пасуљ опрати, очистити и скувати у сланој води.
- ❧ Када је пасуљ куван, оцедити га и измешати са ситно сецканом црним луком, додати уље, сирће и зачинити по укусу.
- ❧ Декорисати са ситно сецканим першуновим лишћем.



Слика: Салата од пасуља

Љутеница



Потребно је:

- ☞ 350 г суве паприке
- ☞ 250 г празилука
- ☞ Бели лук
- ☞ Уље
- ☞ Со



Слика: Љутеница



Начин припреме:

- ☞ Паприке опрати и ставити да се кувају.
- ☞ Када су куване оцедити их и ситно исецкати.
- ☞ Празилук ситно исецкати и измешати са паприкама, додати уље, ситно исецкани бели лук и со по укусу.



Слика: Љутеница

Пролећна салата



Потребно је:

- ☞ 2 наkisеле јабуке
- ☞ 1 веза младог црног лука
- ☞ 10 ротквица
- ☞ Уље
- ☞ Сирће
- ☞ Со
- ☞ Бибер



Слика: Пролећна салата



Начин припреме:

- ☞ Јабуке ољуштити и исећи на танке листиће, као и ротквице, додати ситно исецкани млади лук, све измешати, додати уље и сирће, бибер и со по укусу.
- ☞ Све добро измешати и сервирати.



Слика: Пролећна салата



Десерти



Бундевара



Потребно је:

- ❧ 800 г бундеве (беле)
- ❧ 400 г меког брашна
- ❧ 100 г шећера
- ❧ 2 кашике масти
- ❧ Со
- ❧ Вода
- ❧ Цимет
- ❧ Шећер у праху



Слика: Бундевара

Начин припреме:

- ❧ Брашно ставити у одговарајућу посуду и на средини направити мало удубљење, у њега ставити маст и посолити.
- ❧ Измешати брашно и маст и замесити тесто са млаком водом.
- ❧ Од тако припремљеног теста направити три јуфке и оставити да стоје око 1 сат.
- ❧ Јуфке растањити, намазати са мало масти и развући коре жељене величине.
- ❧ Од крајева који остану после развлачења направити четврту јуфку и на крају и њу развући.
- ❧ Бундеву нарендати и мало продинстати, додати шећер и масу поделити на четири дела. На сваку кору ставити масу од бундеве, посути цимет по жељи и укусу, попрскати мало уљем и водом и увити у ролну.
- ❧ Сложити у добро подмазан плех и пећи у добро загрејаној пећници око 45 минута.
- ❧ Када се бундевара охлади, исећи на комаде жељене величине, и посути шећером у праху.



Слика: Бундевара

Колач од јабука



Потребно је:

- ☞ 300 г брашна
- ☞ 4 јајета
- ☞ 2 шоље шећера
- ☞ 1 шоља уља
- ☞ 1 кашичица цимета
- ☞ 2 кашичице соде бикарбоне
- ☞ 1 кг јабука



Слика: Колач од јабука



Начин припреме:

- ❧ Умутити беланца са шећером, додати уље, цимет, соду бикарбону, брашно, све добро измешати и додати ољуштене, нарендане и исцеђене јабуке.
- ❧ Све добро измешати и сипати у подмазан плех, па пећи на температури од 250 степени.
- ❧ Колач сећи на коцке жељене величине.

Кувано жито



Потребно је:

- ❧ 1 кг пшенице белице
- ❧ 700 г млевених ораха
- ❧ 500 г млевених бадема
- ❧ 300 г сувог грожђа
- ❧ Ванилин шећер
- ❧ Кристал шећер
- ❧ Каранфилић
- ❧ Мускантни орашчић



Слика 199: Кувано жито

Начин припреме:

- ❧ Очишћену и опрану пшеницу ставити у воду и оставити да стоји неколико сати, затим је оцедити и ставити у другу воду.
- ❧ Пшеницу кувати 2-3 сата док не омекша. Кувану пшеницу оцедити, опрати у хладној води и самлети на машини за месо.
- ❧ У млевену пшеницу додати млевене орахе, млевене бадеме, суво грожђе и шећер по укусу, све добро измешати.
- ❧ Тако припремљено жито формирати у виду купе, посути млевеним орасима и шећером у праху и декорисати бадемом.



Слика: Кувано жито

Сремска штрудла

Потребно је:

- ☞ 1 кг брашна
- ☞ 250г масти
- ☞ Јаје
- ☞ Лимун
- ☞ Квасац
- ☞ Млеко
- ☞ Шећер
- ☞ Со

За фил:

- ☞ Мак
- ☞ Ораси
- ☞ Рогач или јабуке



Слика: Сремска штрудла

Начин припреме:

- ❧ Коцкицу квасца потопити у мало млека са шећером и соли.
- ❧ Када надође сипати у посуду у којој је стављено брашно и замесити тесто.
- ❧ Тесто не сме да буде много чврсто, затим га поделити на 4 дела и развући оклагијом коре.
- ❧ Сваку кору филовати по жељи са маком, орасима, рогачом или наренданим јабукама, преко фила попрскати мало уља, ставити у облику штрудле и сложити у плех.
- ❧ Оставити још 1 сат да још мало надође, а потом пећи у загрејаној пећници.
- ❧ Штрудлу исећи по жељи и служити топлу.



Слика: Сремска штрудла

Кокос кифлице



Потребно је:

- ❧ 360 г брашна
- ❧ 250 г маргарина
- ❧ 100 г шећера
- ❧ 100 г кокосовог брашна
- ❧ Једно јаје
- ❧ Шећер у праху



Слика: Кокос кифлице



Начин припреме:

- ❧ Маргарин пенасто умутити, додати јаје, шећер, кокосово брашно, све добро сјединити и формирати мале кифлице или штанглице, поређати на плех и пећи на температури од 200 степени.
- ❧ Испечене кифлице вруће уваљати у прах шећер и служити.



Слика: Кокос кифлице

Старинске ванилице



Потребно је:

- ☞ 250 г масти или маслаца
- ☞ 500 г брашна
- ☞ 4 јајета
- ☞ 100 г млевених ораха
- ☞ Лимун
- ☞ Мало џема од кајсија
- ☞ 250 г шећера
- ☞ Прах шећер



Слика : Старинске ванилице

Начин припреме:

- ☞ Пенасто умутити маст или маслац, додати једно жуманце и једно цело јаје, шећер и сок од целог лимуна.
- ☞ Затим сипати брашно, замесити тесто и развући кору дебљине 5 мм.
- ☞ Ванилице вадити модлицом или малом чашом.
- ☞ Сваку ванилицу умочити у улупани снег од два беланца и посути млевеним орасима.
- ☞ Ређати их у подмазан плех, ставити их у врућу рерну да се пеку, али пазити да остану беле боје, тј. да не порумене.
- ☞ Када су печене, сваку премазати џемом и спојити по две.
- ☞ Док су ванилице још топле уваљати их у прах шећер.



Слика: Старинске ванилице

Штрудла са маком



Потребно је:

- ☞ 700 г брашна
- ☞ 5 дл млека
- ☞ 4 јајета
- ☞ Квасац
- ☞ Со
- ☞ Шећер
- ☞ Мак

За фил:

- ☞ 500 г самлеведеног мака
- ☞ 250 г шећера



Слика: Штрудла са маком

Начин припреме:

- ❧ У млеко потопити кашику шећера и коцкицу квасца.
- ❧ Оставити да квасац надође.
- ❧ Умутити 3 јајета са 3 кашике уља.
- ❧ Када надође квасац саставити масу од јаја и уља са мало посољеним брашном.
- ❧ Све то добро замесити да не буде много тврдо тесто, затим тесто поделити на две дела.
- ❧ Узети први део теста, оклагијом развући у виду једне коре, мало поуљити и ставити половину фила од мака (фил се састоји од мака и шећера). То исто урадити са другом половином теста и другим делом фила. Поново мало науљити сваку кору и савити у облику штрудле.
- ❧ Штрудле ставити у подмазан плех и оставити на топло место око 30 минута да надође.
- ❧ Затим једним жуманцетом са мало уља премазати штрудле и пећи у загрејаној пећници око 40 минута.
- ❧ Служити топло.



Слика: Штрудла са маком

Кох од гриза



Потребно је:

- ☞ 4 јаја
- ☞ 4 кашике шећера
- ☞ 8 кашика гриза
- ☞ 1 л млека
- ☞ 2 кесице ванилин шећера



Слика: Кох од гриза



Начин припреме:

- ❧ Беланце умутити са шећером, додати жуманца и гриз.
- ❧ Плех подмазати, посути брашном, сипати умућену масу и пећи у пећници на температури од 200 степени.
- ❧ Млеко загрејати, по укусу засладити, додати ванилин шећер и прелити испчени кох.
- ❧ Када се кох охлади исећи и служити.



Слика: Кох од гриза

Пуњене дуње



Потребно је:

- ☞ 8 дуња
- ☞ 100 г сецканих ораха
- ☞ 100 г сувог грожђа
- ☞ 8 кашика брашна
- ☞ Каранфилић



Слика: Пуњене дуње



Начин припреме:

- ❧ Дуње обрисати, опрати и осушити.
- ❧ Одсећи горњи део па их на горњем делу издубити.
- ❧ Орахе, суво грожђе и брашно помешати, зачинити наренданим каранфилићем и том масом напунити дуње.
- ❧ Дуње поређати у подмазан плех и пећи у подмазаној пећници.
- ❧ Печене дуње ставити на тањир и прелити сирупом од карамелисаног шећера.

Медењаци



Потребно је:

- ☞ 4 јаја
- ☞ 500 г брашна
- ☞ 350 г шећера
- ☞ 10 каранфилића
- ☞ 4 кашике меда
- ☞ 1 кашичица соде бикарбоне
- ☞ 1 кашика уља



Слика: Медењаци



Начин припреме:

- ❧ Замесити тесто од 3 цела јаја, меда, 200г шећера, соде бикарбоне, уља, истуцаног каранфилића и брашна.
- ❧ Од таквог теста правити куглице и пећи у подмазаном плеху на јачој температури.
- ❧ Ушпиновати 150г шећера са мало воде да се добије густ сируп.
- ❧ Од преосталог беланцета умутити шне. У току мућења постепено додавати ушпинован сируп.
- ❧ Медењаке премазати умућеним жуманцетом и оставити да се осуше.



Слика: Медењаци

Куглице од гриза и бадема



Потребно је:

- ☞ 4 жуманцета
- ☞ 200 г шећера
- ☞ 150 г млевеног бадема
- ☞ 100 г гриза
- ☞ Лимун



Слика: Куглице од гриза и бадема



Начин припреме:

- ❧ Жуманца и шећер пенасто умутити, додати млевени бадем, затим сок и нарендану кору од лимуна и све добро измешати.
- ❧ Од тако припремљене масе правити куглице.
- ❧ У сваку куглицу забости ољуштен и ситно исецкан бадем.
- ❧ Куглице сложити у подмазан плех и пећи на умереној температури.
- ❧ Куглице охладити и служити.



Слика: Куглице од гриза и бадема

Кнедле са шљивама



Потребно је:

- ❧ 12 свежих шљива
- ❧ 5 дл млека
- ❧ 1 шољица уља
- ❧ 300 г брашна
- ❧ ½ кесице прашка за пециво
- ❧ 3 јајета
- ❧ Уље
- ❧ Презла



Слика: Кнедле са шљивама

Начин припреме:

- ☞ У прокључалу воду додати шољицу уља, брашно и прашак за пециво, све добро измешати и скинути са ватре.
- ☞ У ту врелу масу додати јаја и све добро сјединити.
- ☞ Када тесто буде мало прохлађено направити 12 лоптица и у сваку у средину ставити шљиву.
- ☞ Кнедле кувати у води (куване су када се подигну на врх).
- ☞ Кнедле извадити из воде и ставити у ђевђир да се оцеде.
- ☞ У посебну посуду ставити уље и презле, и пржити док презла не добије лепу румену боју.
- ☞ Кнедле уваљати у презлу, извадити и сервирати.
- ☞ Пошећерити по укусу.



Слика: Кнедле са шљивама

Пита са сувим грожђем и орасима



Потребно је:

- ❧ 500 г танких кора
- ❧ 250 г млевених ораха
- ❧ 100 г грожђа
- ❧ 4 јаја
- ❧ 1,5 чаша шећера
- ❧ 1 чаша уља
- ❧ Јогурт
- ❧ Прашак за пециво
- ❧ Кесица ванилин шећера

За сируп:

- ❧ 2,5 чаше шећера
- ❧ 4 чаше воде



Слика: Пита са сувим грожђем и орасима



Начин припреме:

- ❧ Умутити беланца са шећером, додати жуманца, уље, јогурт, прашак за пециво и млевене орахе и све добро измешати.
- ❧ Плех (четвртасти) поуљити и стављати по две коре, премазати их умућеном масом и ставити мало сувог грожђа, тако ређати док се маса и коре не потроше.
- ❧ Пре печења исећи питу на троуглове.
- ❧ Када је пита печена, прелити је сирупом, а по жељи и прах шећером.

Салчићи



Потребно је:

- ❧ 1 кг брашна
- ❧ 500 г сала
- ❧ 2 жуманца
- ❧ 150 г шећера
- ❧ 2 ванилин шећера
- ❧ 1 чашица љуте ракије
- ❧ Сок и кора од једног лимуна
- ❧ Со
- ❧ Цем по жељи
- ❧ Прах шећер



Слика: Салчићи

Начин припреме:

- ❧ Умесити тесто од брашна, жуманаца, шећера, соли, сока и нарендане коре лимуна, ракије и мало хладне воде.
- ❧ Тесто оставити да стоји 20 минута, затим растањити и премазати салом.
- ❧ Тесто се пресавија тако што се леви и десни део пребаце до половине, а преко доњи и горњи крај.
- ❧ Тесто покрити и оставити да одстоји 20 минута.
- ❧ Поступак поновити 3 пута, затим тесто растањити у виду коре, исећи врелим ножем на траке ширине 5 цм, затим на коцке.
- ❧ У сваки колач ставити џем, савити и ређати у плех и пећи у загрејаној пећници на јачој температури.
- ❧ Тако печене салчиће топле уваљати у прах шећер.



Слика:Салчићи



Слатка и пекмези



Слатко од шљива



Потребно је:

- ❧ 65 шљива маџарки
- ❧ 1 кг шећера
- ❧ Лимун
- ❧ Кречна вода



Слика: Слатком од шљива



Начин припреме:

- ❧ Шљиве опрати, ољуштити и ставити у кречну воду да одстоје 2 сата.
- ❧ После тога шљиве извадити, добро опрати, извадити коштице и ставити у ђевђир да се добро оцеде.
- ❧ У посуду ставити шећер, додати 6 дл воде, добро ушпиновати и ставити оцеђене шљиве. У току кувања пену која се створила пажљиво скидати кашиком. При крају кувања ставити лимун добро опран и исечен на колутове и кувати још пар минута.
- ❧ Кувано слатко од шљива скинути са ватре, посуду прекрити пиквашеном платненом крпом и оставити до сутрадан.
- ❧ Приликом сипања у тегле водити рачуна да шљиве остану целе и да сок остане изнад шљива.

Слатко од струганих дуња



Потребно је:

- ☞ 3 веће дуње
- ☞ 4 дл воде
- ☞ 1 кг шећера



Слика: Слатко од струганих дуња



Начин припреме:

- ❧ У посуду ставити шећер и воду и мало ушпиновати.
- ❧ Дуње ољуштити и нарендати на крупније.
- ❧ Нарендане дуње ставити у шпинован шећер и кувати до жељене густине.
- ❧ Мало прохлађено слатко сипати у тегле и затворити.



Слика: Слатко од струганих дуња

Слатко од шумских јагода



Потребно је:

- ❧ 600 г шумских јагода
- ❧ 2 кг шећера
- ❧ 2 кесице лимунтуса
- ❧ Вода



Слика: Слатко од шумских јагода



Начин припреме:

- ❧ Шумске јагоде ставити на плато и већом иглом пребрати зреле и неизгњечене за кување, затим их ставити у посуду са водом у којој је размућена кесица лимунтуса.
- ❧ Оставити да одстоји око 2 сата.
- ❧ У посуду ставити шећер са литром воде и ушпиновати.
- ❧ Шумске јагоде ставити у ђевђир да се оcede и ставити у ушпиновани шећер да се кувају.
- ❧ Слатко кувати до жељене густине и на крају кувања додати у мало воде размућен лимунтус.
- ❧ Скинути са ватре и поново скинути пену.
- ❧ Посуду прекрити поквашеном платненом крпом и оставити до сутрадан.
- ❧ Слатко сипати у тегле и затворити.

Слатко од купина



Потребно је:

- ☞ 2 кг купина
- ☞ 2 кг шећера
- ☞ Вода



Слика: Слатко од купина



Начин припреме:

- ❧ У посуду ставити 1л воде и шећер и ушпиновати.
- ❧ У ушпинован шећер додати купине и кувати до жељене густине.
- ❧ Када слатко буде кувано скинути са ватре, прекрити поквашеном платненом крпом и оставити до сутрадан.
- ❧ Слатко сипати у тегле и затворити.

Српско слатко од ружа



Потребно је:

- ❧ 60 г латица са некалемљене мајске руже
- ❧ 1 кг шећера
- ❧ 1 л воде
- ❧ Лимун



Слика: Српско слатко од ружа



Начин припреме:

- ☞ У посуду сипати воду да проври, а затим додати латице ружа и кувати око 15 минута (приликом кувања вода ће бити зелене боје).
- ☞ Затим додати шећер и сок од лимуна и кувати до жељене густине.
- ☞ Када је кувано, скинути са ватре, пажљиво са површине слатког скинути пену, прекрити поквашеном платненом крпом и оставити до сутрадан.
- ☞ Слатко сипати у тегле и затворити.



Слика: Српско слатко од ружа

Старинско слатко од ружа



Потребно је:

- ❧ 60 г латица некалемљене мајске руже
- ❧ 1,1 кг шећера
- ❧ Лимун



Слика: Старинско слатко од ружа



Начин припреме:

- ❧ Латице ружа добро измешати и утрљати са 100 г шећера.
- ❧ У посебној посуди ушпиновати 5 дл воде са 1 кг шећера.
- ❧ Ушпиновани шећер ставити у смесу од ружа, затим кувати до жељене густине, а на крају додати сок од једног лимуна.
- ❧ Када је слатко кувано, скинути са ватре, пажљиво скинути заосталу пену са површине, прекрити поквашеном платненом крпом и оставити до сутрадан.
- ❧ Слатко сипати у тегле и затворити.



Слика: Старинско слатко од ружа

Пекмез од шипака



Потребно је:

- ☞ 5 кг шипака
- ☞ Шећер
- ☞ Вода



Слика : Пекмез од шипка



Начин припреме:

- ❧ Зрели шипак очистити са обе стране, опрати, налити воду и ставити да се кува.
- ❧ Када шипак добро омекша, мало охладити и пропасирати кроз сито.
- ❧ Добијени сируп ставити у шерпу и на један литар добијеног сирупа ставити 500г шећера.
- ❧ Шећер и сируп кувати уз непрестано мешање да не загори.
- ❧ Пекмез је куван када се варјачом повуче по дну посуде и остане траг.
- ❧ Куван пекмез још топао сипати у тегле да би се на површини ухватила танка корица, затим ставити у млаку пећницу, а сутрадан тегле затворити.

Пекмез од купина



Потребно је:

- ☞ 4 кг купина
- ☞ 1 кг шећера



Слика: Пекмез од купина



Начин припреме:

- ❧ Купине опрати, оцедити, и пропасирати.
- ❧ Добијену масу ставити у посуду, додати шећер и кувати уз непрестано мешање да не загори.
- ❧ Када се добије жељена густина, пекмез је куван.
- ❧ Док је још топао сипати у тегле, затим ставити у млаку пећницу, а сутрадан тегле затворити.



Слика: Пекмез од купина

Пекмез од шљива



Потребно је:

- ❧ 4 кг шљива
- ❧ 1 кг шећера
- ❧ 1 шоља рума
- ❧ 2 кесице ванилин шећера
- ❧ Цимет
- ❧ 2 дл винског сирћета



Слика: Пекмез од шљива



Начин припреме:

- ❧ Зреле шљиве маџарке опрати и самлети на машини за месо.
- ❧ Тако самлеvene шљиве сипати у посуду, ставити шећер, рум, ванилин шећер, мало цимета и сирће.
- ❧ Кувати и непрестано мешати док пекмез не добије добру густину.
- ❧ Скувани пекмез док је још топао сипати у тегле, затим ставити у млаку пећницу, а сутрадан тегле затворити.



Слика: Пекмез од шљива

Пекмез од дрењина



Потребно је:

- ☞ 5 кг дрењина
- ☞ Шећер



Слика: Пекмез од дрењина



Начин припреме:

- ❧ Зреле дрењине очистити, опрати и скувати у води.
- ❧ Када буду куване оцедити и пропасирати.
- ❧ На један килограм пропасираних дрењина додати један килограм шећера, затим ставити да се кува уз непрестано мешање да не загори.
- ❧ Пекмез је куван када добије добру густину.
- ❧ Скувани пекмез док је још топао сипати у тегле, затим ставити у млаку пећницу и сутрадан тегле затворити.



coolinarika.com/klub/sanjass01

Слика: Пекмез од дрењина

Пекмез од кајсија



Потребно је:

- ☞ 5 кг зрелих кајсија
- ☞ 2 кг шећера



Слика: Пекмез од кајсија



Начин припреме:

- ☞ Зреле кајсије опрати, извадити коштице, самлети на машини за млевење меса.
- ☞ Тако припремљене кајсије ставити у посуду, додати шећер и кувати уз непрестано мешање до одређене густине.
- ☞ Када је пекмез куван док је још топао сипати у тегле, како би се на површини ухватила танка корца, затим ставити у млаку пећницу, а сутрадан тегле затворити.



Слика: Пекмез од кајсија

СОКОВИ



Сок од малина



Потребно је:

- ☞ Малине
- ☞ 2 кг шећера



Слика: Сок од малина



Начин припреме:

- ❧ Зреле малине изгњечити у суду и оставити да преноће.
- ❧ Сутрадан процедити кроз чисто танко платно.
- ❧ На један литар добијеног сока ставити 2 кг шећера и кувати да проври (2-3 кључа).
- ❧ Скинути са ватре, мало прохладити, сипати у флаше и затворити.



Слика: Сок од малина

Сок од вишања



Потребно је:

- ❧ 5 кг вишања
- ❧ 2 кг шећера
- ❧ 2 л воде



Слика: Сок од вишања



Начин припреме:

- ❧ Вишње опрати, одстранити петељке и коштице, прелити водом и кувати док не омекшају.
- ❧ Скуване вишње пропасирати.
- ❧ У сок додати шећер и прокувати (неколико кључева).
- ❧ Врео сок сипати у топле флаше и затворити.

Чајеви



Чај од зоби и кантариона



Потребно је:

- ☞ 100 г зоби
- ☞ Струк кантариона
- ☞ 3 л воде



Слика: Чај од зоби и кантариона



Начин припреме:

- ☞ Зоб добро очистити, опрати и тако припремљену кувати у 3 л воде око 15 минута, додати струк кантариона и поклопити да се чај охлади.
- ☞ Охлађен чај пити 1 л дневно у размацама, на празан стомак без шећера.
- ☞ **Напомена:** овако припремљен чај има изузетно дејство за чишћење желуца и оштећења на његовој слузокожи.

Чај од босиљка



Потребно је:

- ☞ 2 л воде
- ☞ Струк босиљка



Слика: Чај од босиљка



Начин припреме:

- ☞ Воду са изломљеним босиљком (само цвет и листови) кувати 10 минута, затим поклопити и скинути са ватре.
- ☞ После 30 минута чај процедити и пити 1л дневно без шећера.
- ☞ **Напомена:** босиљак је најбољи конзерванс, а чај од њега је добар за чишћење организма.

Чај од нане



Потребно је:

- ☞ 2 л воде
- ☞ 10 г нане



Слика: Чај од нане

ХВАЛА НА ПАЖЊИ



ПРИЈАТНО

Нови Сад, 19.05.2020.

Проф. Портић М.