



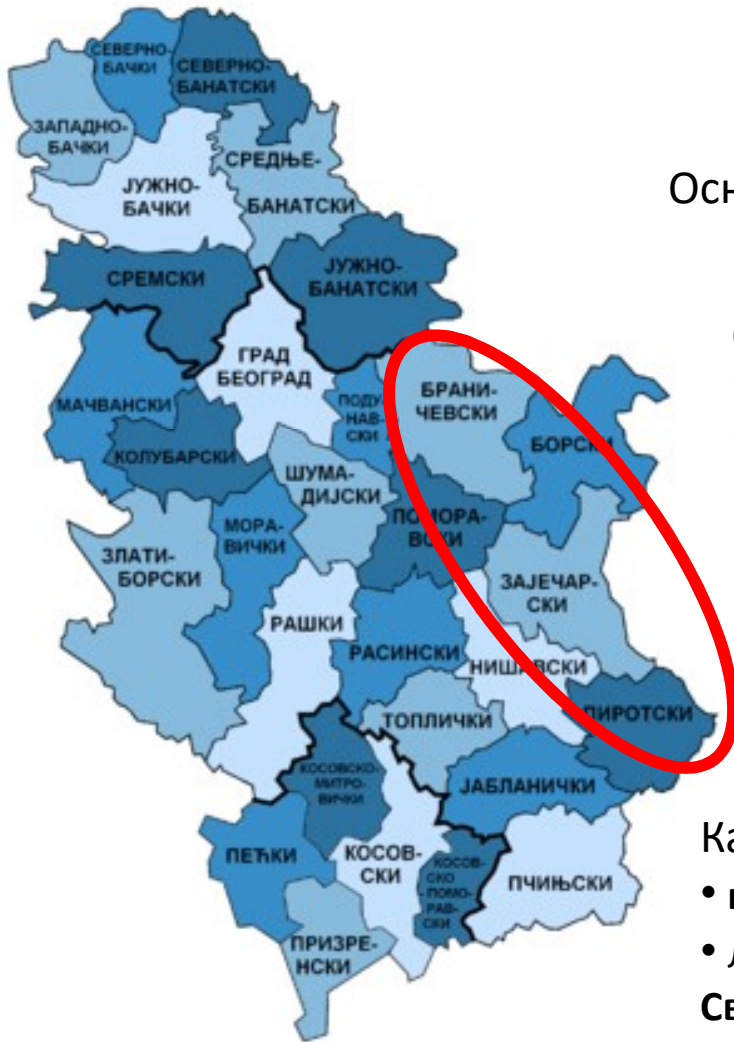
Универзитет у Новом Саду
Природно-математички факултет
Департман за географију, туризам и хотелијерство
Катедра за гастрономију



ПРИМЕР СЕМИНАРСКОГ РАДА
“МЕНИ”

РЕГИОНАЛНЕ СРПСКЕ ГАСТРОНОМИЈЕ
ЈУГО-ИСТОЧНА СРБИЈА

ИСТОЧНА СРБИЈА



Основне карактеристике регионалне гастрономије:

- Велика заступљеност **самониклих јестивих биљака** у куварству.
- Честа примена **слатководне рибе**,
- **Мед** и ливадско **цвеће** престижног квалитета,
- **Румунски** и **Бугарски** културни утицај,

Карактеристичне локалне намирнице:

- **коприва, матичњак, планински чубар, штир, драгољуб,**
- **локални сиреви (Сувопланински бели, Пиротски качкаваљ, Сврљишки, Вурда),**
- **кечига, моруна, јесетра (+ кавијар).**

*Мени источне
Србије*

Пихтије од боба



Чорба од штира



Поховани драгољуб



Риба печена у тањирачи



*Влашачки Бурундеу
Салата од маслачка*



Итрија

Пухтије од боба



Пихтије од боба

(за 10 порција)

Потребне намирнице:

- 1kg боба
- 50g масти
- 30g млевене слатке паприке
- 20g белог лука
- 10g соли
- 5g туцане љуте паприке
- 5g скроба



ТЕХНОЛОШКО ТОПЛОТНИ - ПОСТУПАК ПРИПРЕМЕ

- Оставити боб преко ноћи у хладној води да набубри, а затим га сутрадан кувати до 90% готовости.
- Затим додати скроб, очишћен бели лук и пропасирати у блендеру целу смесу, након чега се одмах излива у калуп.
- Затим отопити маст и повезати је са алевом и туцаном паприком па прелити преко формираних пихтија.
- Расхладити у фрижидеру док не буду компактне па их исећи на коцке од 4цм и сервирати.

Чорба од штира



Чорба од штира

(за 10 порција)

Потребне намирнице:

- 500g штира
- 2L воде
- 300g мања главица црног лука
- 30ml млека
- 3 јаје
- 250g преврелог сланог крављег сира
- 5g соли,
- 5g млевени бибер



ТЕХНОЛОШКО ТОПЛОТНИ - ПОСТУПАК ПРИПРЕМЕ

- Опрати листове штира и ситно их исећи
- очистити црни лук и исећи га на ребарца.
- На плићој масночи пропржити бибер и црни лук па додати штир и налити са фондом од поврћа и млеком и оставити да проври.
- Након што чорба проври, додати сир па смањити температуру на 65*С, након чега се додају улупана јаја када се постигне жењена температура.
- Чорба се зачињава и сервира.

Поховани драгољуб



Поховани драгољуб

(за 10 порција)

Потребне намирнице:

- 0,5 kg цветова драгољуба
 - 200g пшеничног брашна
 - 20g белог лука
 - 4 јајета
 - 10g соли
- + масноћа за пржење



ТЕХНОЛОШКО ТОПЛОТНИ - ПОСТУПАК ПРИПРЕМЕ

- Опрати и осушити цветове драгољуба.
- Очистити и ситно исећи бели лук.
- Разбити јаја, улупати их и посолити.
- Цветове драгољуба панирати брашно-јаје-брашно.
- Пржити цветове у дубокој масноћи 4мин. на 180*С.
- Извадити на убрус да се оцеди и посути са ситно сецканим белим луком

Риба печена у тањирачи



Риба печена у тањирачи

(за 10 порција)

Потребне намирнице

- 3,5 kg беле рибе
- 2kg црног лука
- 400g брашна
- 100g белог лука
- 50g шаргарепе
- 5g алеве паприке
- 10g соли
- 10g рузмарина

+ маст за пржење



ТЕХНОЛОШКО ТОПЛОТНИ - ПОСТУПАК ПРИПРЕМЕ

- Очистити рибу од изнутрица и исећи је на комаде средње величине.
- Маринирати рибу минимум 24ч пре топлотне обраде користећи суву маринаду од соли и рузмарина.
- Очистити и ситно исећи бели лук и шаргарепу.
- Поштаубовати комаде рибе и пржити у таландари у дубокој масноћи 6 мин. , па посути са ситносеченим поврћем и пржити још 2 минута.
- Оцедити рибу на папирном убрусу и сервирати.

Влашачки Бурундеу



Влашачки Бурундеу

(за 10 порција)

Потребне намирнице:

- 1,5kg свињске трбушине (б/к)
- 2L воде
- 250g кукурузног брашна
- 50g белог лука
- 15g соли



ТЕХНОЛОШКО ТОПЛОТНИ - ПОСТУПАК ПРИПРЕМЕ

- Свињску трбушину исећи на коцке и кувати у води док месо не почне да се распада.
- Затим се додаје кукурузно брашно и са “Џагалом” се разбија док се не бобије кончаста маса.
- Очисти се бели лук и ситно исече.
- Бурундеу се зачини белим луком и сољу и сервира.

Салата од маслачка



Салата од маслачка

(за 10 порција)

Потребне намирнице:

- 1kg листова маслачка
- 0,2L јабуковог сирћета
- 0,1L маслиновог уља
- 5g соли



ТЕХНОЛОШКО ТОПЛОТНИ - ПОСТУПАК ПРИПРЕМЕ

- Опрати, обрисати и крупно исећи листове маслачка
- Припремити дресинг за салату сједињавајући јабуково сирће, маслиново уље и со.
- Зачинити и сервирати салату.

Импуја



Итрија

(за 10 порција)

Потребне намирнице:

- 480g сусама
- 110g ораха
- 110g бадема
- 110g лесника
- 480g меда



ТЕХНОЛОШКО ТОПЛОТНИ - ПОСТУПАК ПРИПРЕМЕ

- Орахе, бадеме и леснике очистити
- Пропржити претходно наведене намирнице 2 мин. на умереној ватри.
- Издробити средње ситно претходне намирнице.
- Мед загрејати до 65°C , затим га треба расхладити на 50°C и сјединити са остатком намирница.
- Формирати лоптице пречника 3цм.

ХВАЛА НА ПАЖЊИ