



TRADITIONAL

Tradizione a tavola

Jela iz pinjate

Svetvinčenat - Kanfanar



Tradizione a tavola

Jela iz pinjate

Svetvinčenat - Kanfanar

Toplina kuhinje, para iznad štednjaka i mirisi koji dopiru iz pećnice praćeni zveckanjem *pinjata*, tanjura, žlica i vilica... Dok se najdraža jela našeg djetinjstva i *terine* pune svježe salate postavljaju na stolove, vraćaju nam se slike čvrsto ispeglatih stolnjaka koje su naše none brižljivo prostirale za vrijeme nedjeljnog ručka ili obiteljskih okupljanja tijekom dugo očekivanih blagdana.

Današnji ubrzani tempo života diktira neke nove navike i trendove. Usprkos sve većoj pažnji koju posvećujemo prehrani, sve manje vremena provodimo u kuhinji. No ponekad, neovisno o nedostatku vremena ipak poželimo jela čija se priprema mjeri u satima.

Nedostaju li Vam okusi tradicionalno pripremljenih, dugo kuhanih toplih jela iz pinjate, ove zime krenite put Istre. Konobe u Balama i Svetvinčentu, obližnjim

Klarićima i Pekicima, uz plamen s *ognjišća*, uz kojeg su vezani brojni istarski običaji, pripremaju zamamna jela na *žlicu*: *jote* od kiselog kupusa i repe, guste maneštre iz koje proviruju komadići koromača, slanica i *tručinje* kao i tradicionalnu istarsku paštu: *pljukance*, *fuže*, *njoke* i *raviole*.

Uz domaću *paštu*, moći ćete kušati istarski pršut, divlje šparoge ili *šugo* od divljači odnosno domaće *kokoše*, a posebna iznenađenja predstavljaju jela pripremljena s mesom istarskog *boškarina*.

Jednostavnost i lakoću postojanja u Istri moguće je, između ostalog, doživjeti i kroz *jela iz pinjate*. Zbog toga smo za Vas odabrali autohtona istarska jela, pripremljena na tradicionalan način, koja će vas zagrijati i napuniti energijom, te Vas inspirirati na neka nova istraživanja i druženja u Istri!



Konoba **KLARIĆI**
Klarići 83, Svetvinčenat
Tel. +385 (0)91 584 5810

Istarska maneštra s trukinjom

Namirnice (za 4 osobe)

25 dag mladog fažola
2 klipa kukuruza (2 klasa trukinje)
2 krumpira
1 srednji luk
1 mrkva
1 jušna žlica nasjeckanog korijena celera
1 jušna žlica nasjeckanog lista celera
1 jušna žlica nasjeckanog korijena peršina
1 jušna žlica nasjeckanog lista peršina
2 česna češnjaka
10 dag istarske dimljene pancete
10 dkg istarskog domaćeg špeka (lardo)
4 istarske kobasice
šaka šuplje pašte (mali šubioti)
sol, papar

PRIPREMA:

U većoj posudi (loncu ili teći) u kojoj ćemo kuhati maneštru, na dvije žlice domaće svinjske masti kratko popržimo kockice pršuta i kockice istarske dimljene pancete. Zatim pršutu i pancetu dodamo sitno izrezan luk i sačekamo da uvene. Nakon što luk uvene ubacimo dvije jušne žlice konšerve i sve zajedno promiješamo. Kada se svi sastojci prožmu zalijemo ih goveđim temeljcem. Kost od pršuta izvadimo iz vode u kojoj smo je prokuhali i stavimo u teću s lukom. Zatim redom dodajemo: fažol koji smo prethodnu večer namočili, a zatim i kratko prokuhali, izrezanu mrkvu, kockice krumpira, mladu trukinju (mladi kukuruz), usitnjeni češnjak, list lovora i malo crvene mljevene paprike. Teću poklopimo i kuhamo na laganoj vatri idućih sat vremena. Za to vrijeme pripremamo 'pešt' od 'larda' (istarski domaći špek), češnjaka te listova celera i peršina. Sve sastojke usitnimo dok ne dobijemo pastu koju možemo namazati na kruh.

Nakon sat vremena, u maneštru ubacimo tri do četiri žlice 'pešta', začinimo svježe mljevenim paprom, po potrebi dodamo soli, poklopimo i nastavljamo kuhati na laganoj vatri još sat do sat i pol vremena. Dvadeset minuta prije kraja u maneštru ubacimo i nekoliko pari istarskih domaćih kobasica.







Konoba MRGANI 42

Mrgani 42, Kanfanar

Tel. +385 (0)91 152 6034 / +385 (0)91 941 8520

Jota

Namirnice (za 4 osobe)

1 kg kiselog kupusa

½ suhe pancete

1 kg krumpira

graha, koliko stane u stisnutu šaku

sol, papar i malo maslinova ulja

PRIPREMA:

Na početku pripreme jote, tradicionalne istarske maneštre s kupusom, potrebno je otprilike pola sata zajedno kuhati kupus i suhu pancetu. Istovremeno, u drugi lonac staviti kuhati grah, a kada je skoro gotov dodati mu krumpir narezan na koe kice. Kada se krumpir skuha, uzeti malo krumpira, izgnječiti ga u pire i staviti natrag kuhati da se maneštra malo zgusne. Dodati pancetu i kupus te zajedno kuhati još oko 20 minuta. Začiniti solju i paprom po potrebi, uz malo maslinova ulja. Maneštra je najbolja kada se kuha u pinjati na vatri i posluže na uz domaći kruh.

OPG ONDINA

Bričanci 4, Svetvinčenat

Tel. +385 (0)92 254 2483

Šugo od tovara

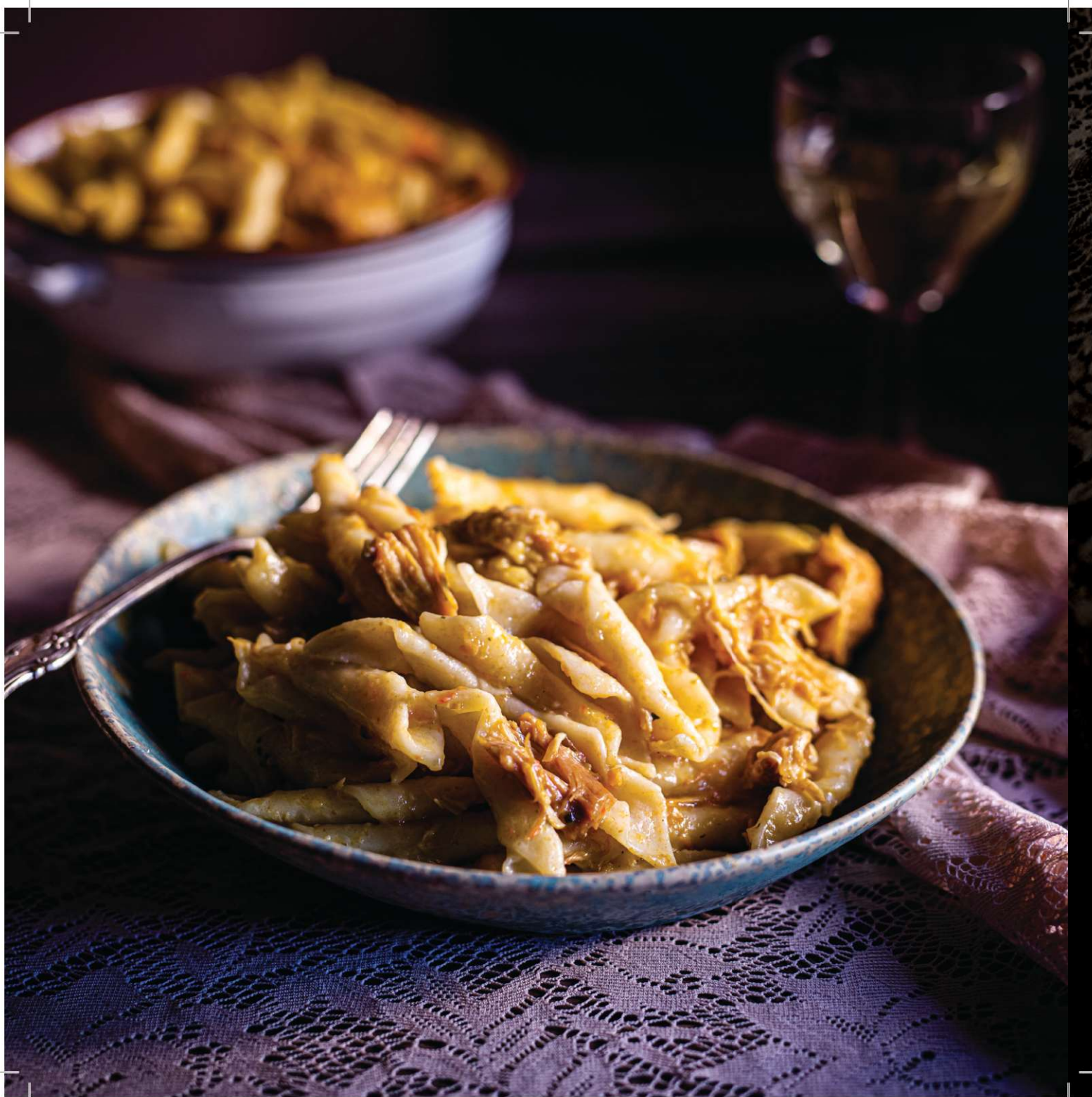
Namirnice (za 4 osobe)

1200 g mesa od tovara
100 g suhe slanine
1,5 dl ulja
150 g luka
25 g rajčice
list celera i 60 g peršina
60 g mrkve
5 g brašna
2 dl bijelog vina
grančica ružmarina
grančica kadulje
2 g papra u zrnju
5 g soli

PRIPREMA:

Oprano i posušeno meso od tovara izrezati na veće komade, posoliti i peći sa svih strana na ulju. Odložiti ga na stranu, a na preostalo ulje dodati suhu slaninu izrezanu na kockice, luk izrezan na rezance, očišćenu mrkvu isjeckanu na kockice te sitno isjeckan celer i list peršina. Pirjati dok mrkva napola omekša i tada posipati brašnom, dodati rajčicu, ružmarin, kadulju, papar i sol, doliti vino i vratiti poprženo meso. Vode doliti toliko da prekrije meso i kuhati pokriveno na nižoj temperaturi. Povremeno promiješati. Kada je meso mekano, izvaditi iz umaka, a umak propasirati. Na tanjur za posluživanje složiti meso, preliti umakom i poslužiti uz pljukance.





Konoba SanVincent 53
Svetvinčenat 53, Svetvinčenat
Tel. +385 (0)52 600 655

Teletina na padelu

Namirnice (za 4 osobe)

1 kg teleće lopatice ili vrata
maslac
3 mala luka
2 česna češnjaka
1 korijen peršina
1 dcl bijelog vina
1 lovorov list
Sol, svježe mljeveni papar,
majčina dušica ili timijan

PRIPREMA:

U širu posudu stavite veći komad maslaca sa salom od bubrega koje zarezete na nekoliko mjesta. Kad se masnoća dobro ugrije dodajte teletinu i popržite je sa svih strana da lijepo porumeni.

Zatim dodajte izrezan luk (glavice luka neka budu veličine oraha da njihov okus ne bi nadjačao okus teletine). Kad se meso dovoljno propržilo dodajte snopić začinskih trava – vrlo malo timijana, lovora i grančicu peršina. Teletinu posolite, zapaprite i podlijte sa malo bijelog vina. Poklopite posudu i pirajte na laganoj vatri dva i pol do tri sata dok meso ne omekša.

Umak za teletinu dobiti ćete od skupljene pare sa unutrašnje strane poklopca koja će u malim kapljicama padati u posudu. Na tanjur za posluživanje složiti meso, preliti umakom i poslužiti uz zapečenu palentu.



Izletište **PEKICI**
Pekici 1, Svetvinčenat
Tel. +385 (0)91 367 3378

Frite na kušine (motanice)

Namirnice (za 4 osobe)

2 jaja
4 fete starog kruha (kruh star dan-dva)
domaća skuta
grubi šećer
krušne mrvice
malo maslaca
cvjetni med

PRIPREMA:

Omiljena slastica iz djetinjstva priprema se od lako dostupnih sastojaka svake istarske seoske kužine. Za početak umutiti jaja i u njih umočiti kruh. Kratko pržiti na ulju (dovoljno je tek dvaput okrenuti) i ocijediti na papirnatom ubrusu da ne zadrži puno ulja. Rastopiti maslac i dodati krušne mrvice, a zatim napraviti loptice od skute i tako ih dodati na krušne mrvice (ne miješati da ostane u košuljici). Složiti dvije fete pripremljenog kruha s jajima i dodati skutu koja se prelije medom i posipa grubim šećerom.



Tradizione a tavola

Jela iz pinjate

Svetvinčenat - Kanfanar

Il calore della cucina, il vapore sopra la stufa e i profumi che giungono dal forno, seguiti dal tintinnio di *pinjate*, piatti, cucchiari e forchette... Mentre i cibi preferiti della nostra infanzia e le *terrines* traboccanti di insalata fresca vengono disposti sui tavoli, tornano in mente immagini di tovaglie ben stirate, accuratamente stese dalle nostre nonne per i pranzi domenicali o le riunioni di famiglia durante le tanto attese vacanze.

Il ritmo accelerato della vita odierna impone nuove abitudini e tendenze. Nonostante la crescente attenzione verso la nutrizione, passiamo sempre meno tempo in cucina. Tuttavia, a volte, sebbene il tempo manchi, preferiamo ancora i pasti la cui preparazione è misurata in ore.

Se sentite la mancanza dei sapori dei piatti caldi della *pinjata* cucinati tradizionalmente e che richiedono una lunga preparazione, quest'inverno

andate in Istria. Le trattorie di Valle e Sanvincenti, e nei villaggi vicini di Klarići e Pekici, con le fiamme del focolare cui sono legate numerose usanze istriane, preparano *piatti da mangiare con il cucchiario*, *jota* con crauti e rapa, minestrone denso da cui spuntano finocchi, ceci e mais, e la pasta tradizionale istriana: *pljukanci*, *fuži*, gnocchi e ravioli.

Oltre alla pasta fatta in casa, potrete assaggiare il prosciutto istriano, gli asparagi selvatici o il sugo di selvaggina o gallina allevata in casa, e le specialità a base di carne di *boškarin* istriano.

La semplicità della vita in Istria può essere sperimentata, tra le altre cose, attraverso *i piatti della pinjata*. Perciò, abbiamo scelto per voi cibi autoctoni istriani preparati in modo tradizionale, che vi riscalderanno e riempiranno di energia, ispirandovi nuove esplorazioni e incontri in Istria!



Konoba **KLARIĆI**
Klarići 83, Svetvinčenat
Tel. +385 (0)91 584 5810

Minestrone istriano con mais

Ingredienti per 4 persone:

25 dkg di fagioli novelli
2 pannocchie di mais
1 cipolla media
1 carota
1 cucchiaino di radice di sedano tritata
1 cucchiaino di foglie di sedano tritate
1 cucchiaino di radice di prezzemolo tritata
1 cucchiaino di foglie di prezzemolo tritate
2 spicchi d'aglio
100 g di pancetta istriana affumicata
100 g di lardo istriano
una manciata di pasta col buco (šubioti piccoli)
sale, pepe

PREPARAZIONE:

Nella pentola capiente in cui prepareremo il minestrone, soffriggere brevemente i dadini di prosciutto e pancetta istriana affumicata in due cucchiaini di strutto. Aggiungere la cipolla tritata finemente e farla appassire.

Quindi, aggiungere due cucchiaini di passata di pomodoro e mescolare bene. Quando tutti gli ingredienti sono ben uniti, versare il brodo di carne. Rimuovere l'osso del prosciutto dall'acqua in cui lo abbiamo fatto bollire e aggiungerlo alla pentola con le cipolle. Unire poi i fagioli, che abbiamo messo in ammollo la sera precedente e abbiamo bollito brevemente, le carote tagliate a pezzetti, le patate tagliate a dadini, il mais novello, l'aglio tritato, una foglia di alloro e un po' di paprika rossa macinata. Coprire la padella e cuocere a fuoco basso per un'ora. Nel frattempo, preparare il lardo con la pancetta istriana, l'aglio e le foglie di sedano e di prezzemolo. Macinare tutti gli ingredienti fino a ottenere una consistenza cremosa.

Dopo un'ora, aggiungere tre o quattro cucchiaini di lardo al minestrone, condire con pepe appena macinato, aggiungere sale se necessario, coprire e continuare a cuocere a fuoco basso per un'altra ora/ora e mezza. Venti minuti prima della fine della cottura, aggiungere al minestrone alcune salsicce istriane.







Konoba MRGANI 42

Mrgani 42, Kanfanar

Tel. +385 (0)91 152 6034 / +385 (0)91 941 8520

Jota

Ingredienti per 4 persone:

1 kg di crauti
½ di pancetta essicata
1 kg di patate
un pugno di fagioli
sale, pepe e un po' di olio d'oliva

PREPARAZIONE:

All'inizio della preparazione della jota, il minestrone istriano tradizionale con crauti, è necessario cuocere insieme crauti e pancetta essicata per circa mezz'ora.

Contemporaneamente mettere i fagioli a cuocere in un'altra pentola e, a cottura quasi ultimata, aggiungere le patate tagliate a cubetti. Quando le patate sono cotte, prenderne una parte, ridurla a purè e rimetterla nella pentola, così il minestrone si addensa un po'.

Aggiungere la pancetta e i crauti e cuocere insieme per altri 20 minuti. Condire con sale e pepe se necessario, insieme a un filo d'olio d'oliva. Il minestrone è più buono se cotto in una pinjata sul fuoco e servito con pane fatto in casa.

OPG ONDINA

Bričanci 4, Svetvinčenat

Tel. +385 (0)92 254 2483

Ragù d'asino

Ingredienti per 4 persone:

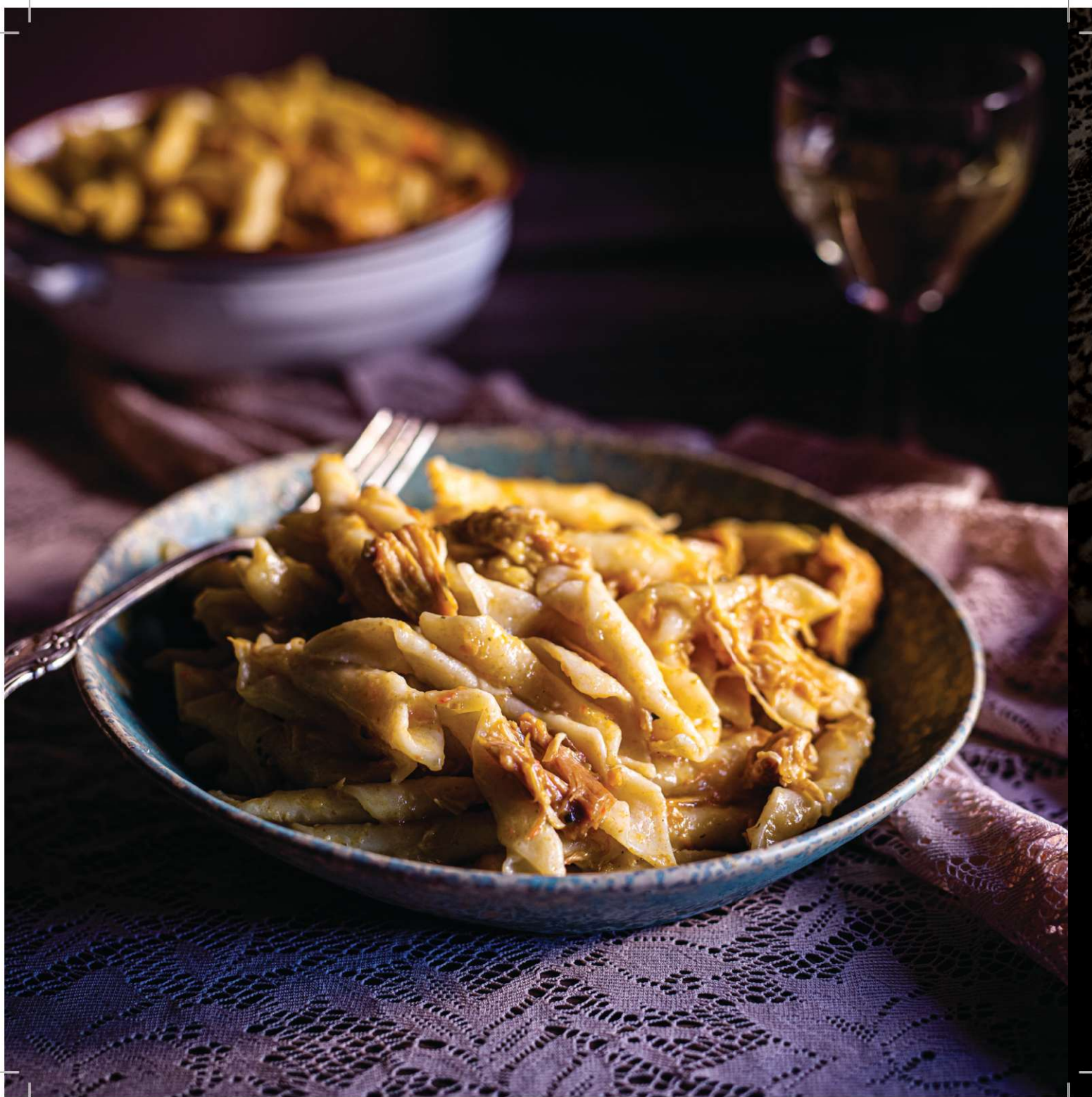
1,2 kg di carne d'asino
100 g di pancetta essicata
150 ml di olio
150 g di cipolla
25 g di pomodoro
foglia di sedano e 60 g di prezzemolo
60 g di carote
5 g di farina
200 ml di vino bianco
rametto di rosmarino
rametto di salvia
2 g di pepe in grani
5 g di sale

PREPARAZIONE:

Tagliare la carne lavata e asciugata in pezzi piuttosto grossi, salare e friggere su tutti i lati nell'olio. Metterla da parte e aggiungere nell'olio rimasto la pancetta essicata tagliata a cubetti, la cipolla tagliata a filangè, le carote sbucciate e tagliate a cubetti, il sedano tritato finemente e una foglia di prezzemolo. Soffriggere fino a quando le carote sono cotte a metà e poi cospargere il tutto di farina, aggiungere il pomodoro, il rosmarino, la salvia, il pepe, il sale e quindi il vino, poi aggiungere la carne precedentemente messa da parte.

Aggiungere acqua sufficiente a coprire la carne e cuocere a pentola coperta e a bassissima temperatura. Mescolare di tanto in tanto. Quando la carne è morbida, toglierla dalla pentola, quindi passare il ragù. Disporre la carne su un piatto da portata, cospargerla di ragù e servire con pljukanci (pasta tradizionale).







Konoba SanVincent 53
Svetvinčenat 53, Svetvinčenat
Tel. +385 (0)52 600 655

Vitello in umido

Ingredienti per 4 persone:

1 kg di scapola o collo di vitello
burro
3 cipolle piccole
2 spicchi d'aglio
1 radice di prezzemolo
1 decimo di vino bianco
1 foglia d'alloro
Sale, pepe macinato fresco, timo

PREPARAZIONE:

In una padella ben larga mettete un pezzo di burro insieme al grasso di rognone tagliato in più punti. Quando il grasso è ben caldo, aggiungetvi il vitello e fatelo rosolare su tutti i lati fino a doratura. Aggiungete poi le cipolle tritate (le cipolle dovrebbero essere grandi quanto una noce, in modo che il loro sapore non copra quello del vitello).

Una volta che la carne è sufficientemente rosolata, aggiungete un mazzetto di erbe aromatiche: un po' di timo, alloro e un rametto di prezzemolo. Salate e pepate il vitello e sfumate con un po' di vino bianco. Coprite la pentola e fate bollire a fuoco lento per due ore e mezza o tre ore, finché la carne non diventa tenera. Il sugo per il vitello si forma dal vapore condensato raccolto all'interno del coperchio, che si raccoglierà in piccole goccioline nella pentola. Disponete la carne su un piatto da portata, versateci sopra il sugo e servite con polenta frita.



Izletišče **PEKICI**
Pekici 1, Svetvinčenat
Tel. +385 (0)91 367 3378

Pain perdu

Ingredienti per 4 persone:

2 uova
4 fette di pane raffermo (pane vecchio
uno/due giorni)
cagliata di produzione locale
zucchero grezzo
pangrattato
un po' di burro
miele di fiori

PREPARAZIONE:

Il dolce preferito fin dall'infanzia è preparato con ingredienti facilmente reperibili in ogni cucina di campagna istriana. Per prima cosa sbattere le uova e immergervi il pane. Friggerle brevemente nell'olio (sarà sufficiente girarle due volte) e riporle su della carta assorbente in modo che perdano un po' di olio. Sciogliere il burro e aggiungere il pangrattato, quindi fare delle palline di cagliata e unirle al pangrattato. Impilare due fette di pane fritto nell'uovo e aggiungere la cagliata, che va poi ricoperta di miele e zucchero grezzo.



Tradizione a tavola

Jela iz pinjate

Svetvinčenat - Kanfanar

The cosy warmth of the kitchen, the steam above the stove and the aromas coming from the oven accompanied by the clank of *pinjatas*, plates, spoons and forks ... As our favourite childhood dishes and *terine* filled with fresh salad are laid out on tables, images of well-ironed tablecloths that our grandmothers cautiously spread during Sunday lunch or family gatherings over the long-awaited holidays return to our memory.

Today's accelerated pace of life dictates new habits and trends. Despite the increasing attention paid to nutrition, the time we spend in the kitchen is decreasing. However, despite the lack of time, we sometimes still crave for meals which preparation is measured in hours.

If you miss the flavours of traditionally prepared, slow-cooked hot meals from the *pinjata*, why not head to Istria this winter. Taverns in Bale and Savičenta, the nearby Klarići and Pekići, together with flames from the hearth to whi-

ch a number of Istrian customs are connected, are preparing enticing dishes that can be eaten *with a spoon, jota*, bean minestrone with sauerkraut and turnip, dense minestrone where pieces of fennel, chickpeas and corn emerge as well as traditional Istrian pasta: *pljukanci, fuži, gnocchi and ravioli*.

Along with the homemade pasta, you will be able to taste Istrian prosciutto, wild asparagus or sauces made from venison or home bred chicken, as well as special surprises which are among those dishes prepared using the meat of Istrian *boškarin*.

The simplicity and ease of existence in Istria can be experienced, among other things, through dishes from the *pinjata*, which is why we have chosen indigenous Istrian dishes for you, prepared in the traditional way, which will warm and fill you with energy inspiring you to new explorations and get-togethers in Istria!



Konoba **KLARIĆI**
Klarići 83, Svetvinčenat
Tel. +385 (0)91 584 5810

Istrian minestrone with corn

Ingredients for 4 people:

25 dkg of young beans
2 ears of corn
2 potatoes
1 medium onion
1 carrot
1 tablespoon of chopped celery root
1 tablespoon of chopped celery leaves
1 tablespoon of chopped parsley root
1 tablespoon of chopped parsley leaves
2 garlic cloves
10 dkg Istrian smoked bacon
10 dkg Istrian homemade lardo
4 Istrian sausages
a handful of short pasta with holes (short šubioti)
salt, pepper

PREPARATION:

Briefly fry the cubes of prosciutto and cubes of Istrian smoked bacon in two tablespoons of local pork fat in a large saucepan in which the minestrone will be cooked. Then add finely chopped onions and simmer until they become soft. Once the onions have softened, add two tablespoons of tomato puree and stir it all together.

When all of the ingredients have been blended, pour over the beef stock. Remove the prosciutto bone from the water in which it was boiled and place it in the pan with the onions. Then add the beans that have been soaked overnight and boiled briefly, diced carrots, potato cubes, young corn, chopped garlic, laurel leaf and some ground red pepper. Cover the pot and cook over a low heat for an hour. During this time prepare the lardo from local Istrian bacon, garlic, celery and parsley leaves. Grind all of the ingredients until a paste that can be spread onto bread is achieved.

After an hour, put three to four tablespoons of lardo into the minestrone, season with freshly ground pepper, add salt if necessary, cover and continue to cook over a low heat for another hour to an hour and a half. Twenty minutes before the end, add a few pairs of local Istrian sausage into the minestrone.







Konoba MRGANI 42

Mrgani 42, Kanfanar

Tel. +385 (0)91 152 6034 / +385 (0)91 941 8520

Jota

Ingredients for 4 people:

1 kg sauerkraut
½ dry bacon
1 kg potatoes
beans, as much as fits in a clenched fist
salt, pepper and some olive oil

PREPARATION:

At the beginning of the preparation of jota, the traditional Istrian minestrone with sauerkraut, it is necessary to cook the sauerkraut and dry pancetta together for about half an hour. At the same time, put the beans to cook in another pot, and when they are almost done, add the diced potatoes. When the potatoes are cooked, take a few of them, mash them into a puree and put them back to cook so that the minestrone thickens a little.

Add the pancetta and sauerkraut and cook together for another 20 minutes. Season with salt and pepper to taste, along with some olive oil. Minestrone is best when cooked in a pinjata over the fire and served with homemade bread.

OPG ONDINA

Bričanci 4, Svetvinčenat

Tel. +385 (0)92 254 2483

Šugo od tovara (Donkey sauce)

Ingredients for 4 people:

1200 g donkey meat
100 g dried bacon
1.5 dl oil
150 g onion
25 g tomato
celery leaf and 60 g of parsley
60 g carrot
5 g flower
2 dl white wine
sprig of rosemary
sprig of sage
2 g of peppercorns
5 g salt

PREPARATION:

Cut the washed and dried donkey meat into large chunks, salt and fry on all sides in oil. Put it aside, then add the diced dried bacon, onions cut into thin slices, peeled and diced carrots and finely chopped celery and parsley leaves to the remaining oil. Sauté until the carrots are semi soft and then sprinkle with the flour, add the tomatoes, rosemary, sage, pepper and salt. Then add the wine and return the fried meat. Add enough water to cover the meat and then with a lid on cook at a low temperature. Stir occasionally. When the meat is soft, remove it from the sauce and puree the sauce. Arrange the meat on a serving plate, pour the sauce over it and serve with pljukanci (traditional pasta).







Konoba SanVincent 53
Svetvinčenat 53, Svetvinčenat
Tel. +385 (0)52 600 655

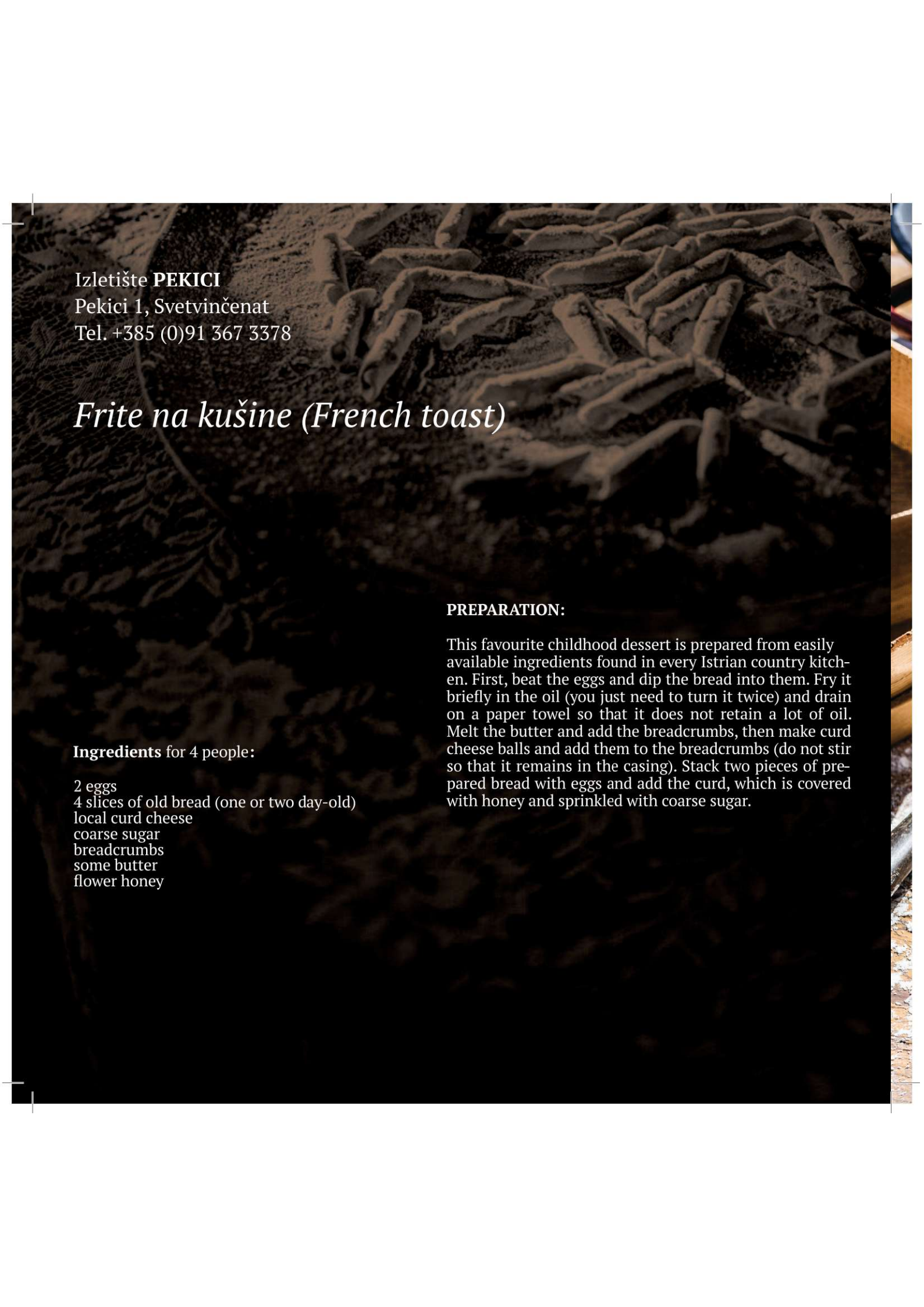
Pan-cooked veal

Ingredients for 4 people:

1 kg veal shoulder or neck
butter
3 small onions
2 cloves of garlic
1 parsley root
1 dl of white wine
1 bay leaf
Salt, freshly ground pepper, thyme

PREPARATION:

In a wide pot, place a larger piece of butter together with kidney fat that has been cut in several places. When the fat is well heated, add the veal and fry it on all sides until nicely browned. Then add chopped onions (the onions should be about the size of a walnut so their flavor does not overpower the veal). Once the meat is sufficiently browned, add a small bundle of herbs – very little thyme, bay leaf, and a sprig of parsley. Add salt and pepper to the veal and pour in a little white wine. Cover the pot and simmer over low heat for two and a half to three hours, until the meat becomes tender. The sauce for the veal is formed from the condensed steam collected on the inside of the lid, which will drip back into the pot in small droplets. Arrange the meat on a serving plate, pour the sauce over it, and serve with baked polenta.



Izletišče **PEKICI**
Pekici 1, Svetvinčenat
Tel. +385 (0)91 367 3378

Frite na kušine (French toast)

Ingredients for 4 people:

2 eggs
4 slices of old bread (one or two day-old)
local curd cheese
coarse sugar
breadcrumbs
some butter
flower honey

PREPARATION:

This favourite childhood dessert is prepared from easily available ingredients found in every Istrian country kitchen. First, beat the eggs and dip the bread into them. Fry it briefly in the oil (you just need to turn it twice) and drain on a paper towel so that it does not retain a lot of oil. Melt the butter and add the breadcrumbs, then make curd cheese balls and add them to the breadcrumbs (do not stir so that it remains in the casing). Stack two pieces of prepared bread with eggs and add the curd, which is covered with honey and sprinkled with coarse sugar.



Tradizione a tavola

Jela iz pinjate

Svetvinčenat - Kanfanar

Die Wärme der Küche, der Dampf über dem Herd und die Düfte, welche aus dem Ofen hinüberreichen, begleitet vom Klappern der *pinjata*, den Tellern, Löffeln und Gabeln... Während die beliebtesten Speisen unserer Kindheit und *terine* voll an frischem Salat auf den Tisch gestellt werden, kehren Bilder stark gebügelter Tischdecken zurück, welche unsere Omas sorgfältig zur Zeit des sonntäglichen Mittagessens oder anlässlich eines Familienbeisammenseins während der lang ersehnten Feiertage ausgebreitet haben.

Das heutige dynamische Lebenstempo diktiert einige neue Gewohnheiten und Trends. Trotz der immer größeren Aufmerksamkeit, welche wir der Ernährung widmen, verbringen wir immer weniger Zeit in der Küche. Aber manchmal, unabhängig vom Zeitmangel, wünschen wir uns doch Speisen, deren Zubereitung in Stunden gemessen wird.

Vermissen Sie Geschmäcker traditionell zubereiteter, lang gekochter warmer Speisen aus der *pinjata*, dann brechen Sie diesen Winter Richtung Istrien auf. Die Weinschenken in Bale und Savi-

čenta, den benachbarten Klarići und Pekici, bereiten auf den Flammen der Feuerstellen, an welche zahlreiche istrische Bräuche gebunden sind, verlockende Speisen zu, welche mit dem Löffel gegessen werden, *jota* vom Sauerkraut und der Rübe, dickflüssige Minestrone aus welchen Stückchen von Fenchel, Kichererbsen und *trukinja* hervorragen, sowie auch traditionelle Teigwaren: *pljukanci*, *fuži*, Gnocchi und Ravioli.

Neben der hausgemachten *pašta*, werden Sie istrischen Prosciutto-Schinken, Wildspargel oder *šugo* vom Wild oder heimischem Huhn verkosten können, und eine besondere Überraschung stellen Speisen dar, welche vom Fleisch des istrischen Rinds – *boškarin* zubereitet werden.

Die Einfachheit und Leichtigkeit der Existenz in Istrien kann man, unter anderem, auch durch die *Speisen aus der pinjata* erleben. Deshalb haben wir für Sie autochthone istrische Speisen, zubereitet auf traditionelle Weise, gewählt, welche Sie wärmen und mit Energie erfüllen, sowie zu neuen Forschungen und Treffen in Istrien inspirieren werden!



Konoba **KLARIĆI**
Klarići 83, Svetvinčenat
Tel. +385 (0)91 584 5810

Istrische Minestrone mit Mais

Zutaten für 4 Personen:

25 dag junge Bohnen
2 Maiskolben (2 Klasse der *trukinja*)
2 Kartoffeln
1 mittlere Zwiebel
1 Karotte
1 Esslöffel klein geschnittene Selleriewurzel
1 Esslöffel klein geschnittene Sellerieblätter
1 Esslöffel klein geschnittene Petersilienwurzel
1 Esslöffel klein geschnittene Petersilienblätter
2 Knoblauchzehen
10 dag istrischer hausgemachter Speck
10 dag istrischer hausgemachter Speck (*lardo*)
4 istrische Würste
eine Faust voll hohler Teigware (kleine *šubioti*)
Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG:

In einem größeren Gefäß (Topf oder Reindl), in welchem wir die Minestrone kochen werden, braten wir auf zwei Löffeln hausgemachtem Schweineschmalz kurz Schinkenwürfel und Würfel vom istrischen Räucherspeck an. Danach fügen wir dem Schinken und dem Speck fein geschnittene Zwiebeln zu und warten, dass diese weich gedünstet sind. Nachdem die Zwiebeln weich sind, fügen wir zwei Esslöffel Tomatenkonzentrat hinzu und rühren alles zusammen durch. Wenn sich alle Zutaten miteinander verbinden, löschen wir mit Rinderbrühe ab. Den Schinkenknochen nehmen wir aus dem Wasser in welchem wir ihn vorgekocht haben und geben ihn in den Topf mit den Zwiebeln. Danach fügen wir der Reihe nach hinzu: Bohnen, welche wir am Vorabend eingeweicht und danach kurz aufgekocht haben, geschnittene Karotte, Kartoffelwürfel, junge Maiskolben (*trukinja*), gehackten Knoblauch, Lorbeerblatt und etwas rotes Paprikapulver. Wir decken den Topf ab und kochen in der nächsten Stunde auf leichter Flamme. In dieser Zeit bereiten wir das Pesto vom *lardo* (istrischer hausgemachter Speck), Knoblauch, sowie den Sellerie- und Petersilienblättern zu. Alle Zutaten zerkleinern wir, bis wir eine Paste erhalten, welche wir aufs Brot schmieren können.

Nach einer Stunde fügen wir der Minestrone drei bis vier Löffeln des Pesto hinzu, würzen mit frisch gemahlenem Pfeffer, nach Bedarf geben wir Salz hinzu, decken den Topf ab und kochen weiterhin auf leichter Flamme noch etwa eine bis eineinhalb Stunden. Zwanzig Minuten vor Ende geben wir einige istrische hausgemachte Würste in die Minestrone.







Konoba MRGANI 42

Mrgani 42, Kanfanar

Tel. +385 (0)91 152 6034 / +385 (0)91 941 8520

Jota

Zutaten für 4 Personen:

1 kg Sauerkraut
½ trockener Speck
1 kg Kartoffeln
Bohnen, so viel wie in eine geballte Faust passt
Salz, Pfeffer und etwas Olivenöl

ZUBEREITUNG:

Zu Beginn der Zubereitung der Jota, einer traditionellen istrischen Minestrone mit Kraut, ist es notwendig etwa eine halbe Stunde das Sauerkraut und den trockenen Speck gemeinsam zu kochen. Gleichzeitig in einen anderen Topf die Bohnen aufkochen, und sobald diese fast fertig sind die in Würfel geschnittenen Kartoffeln hinzugeben. Sobald die Kartoffeln gar gekocht sind etwas Kartoffeln nehmen, pürieren und zurück zum Kochen geben, damit die Minestrone etwas eindickt. Den Speck und das Kraut hinzufügen und gemeinsam etwa noch 20 Minuten kochen. Mit Salz und Pfeffer nach Bedarf würzen, mit etwas Olivenöl.

Die Minestrone ist am besten, wenn sie in einem tiefen Metalltopf pinjata am Feuer gekocht und mit selbstgebackenem Brot serviert wird.

OPG ONDINA

Bričanci 4, Svetvinčenat

Tel. +385 (0)92 254 2483

Sauce vom Esel

Zutaten für 4 Personen:

1200 g Esselfleisch
100 g getrockneter Speck
1,5 dl Öl
150 g Zwiebeln
25 g Tomaten
Sellerieblatt und 60 g Petersilie
60 g Karotten
5 g Mehl
2 dl Weißwein
Rosmarinzweig
Salbeizweig
2 g Pfefferkörner
5 g Salz

ZUBEREITUNG:

Das gewaschene und getrocknete Esselfleisch in größere Stücke schneiden, salzen und von allen Seiten im Öl anbraten. Zur Seite legen, und zum restlichen Öl den in Würfel geschnittenen getrockneten Speck, die in Streifen geschnittenen Zwiebeln, die gereinigten und im Würfel geschnittenen Karotten, sowie die fein gehackten Sellerie- und Petersilienblätter geben. So lange dünsten bis die Karotten zur Hälfte erweichen und dann mit Mehl bestäuben, die Tomaten, Rosmarin, Salbei, Pfeffer und Salz hinzugeben, mit Wein aufgießen und das angebratene Fleisch hinzugeben. Wasser hinzufügen, bis das Fleisch nicht bedeckt ist und zugedeckt auf niedrigerer Temperatur kochen. Von Zeit zu Zeit umrühren. Sobald das Fleisch weich ist aus der Sauce nehmen und die Sauce passieren. Auf den Teller zum Servieren das Fleisch anrichten, mit Sauce begießen und mit Teigwaren (pljukanci) servieren.







Konoba SanVincent 53
Svetvinčenat 53, Svetvinčenat
Tel. +385 (0)52 600 655

Kalbfleisch in der Pfanne

Zutaten (für 4 Personen)

1 kg Kalbsschulter oder -hals
Butter
3 kleine Zwiebeln
2 Knoblauchzehe
1 Petersilienwurzel
1 Deziliter Weißwein
1 Lorbeerblatt
Salz, frisch gemahlener Pfeffer, Thymian

ZUBEREITUNG:

In einer großen Pfanne etwas Butter mit dem Nierenfett, das an mehreren Stellen geputzt wurde, erhitzen. Sobald das Fett heiß ist, das Kalbfleisch hineingeben und von allen Seiten goldbraun anbraten. Dann die gehackten Zwiebeln (walnussgroß, damit ihr Geschmack den des Kalbfleischs nicht überdeckt) hinzufügen. Sobald das Fleisch ausreichend gebräunt ist, ein kleines Bouquet garni (etwas Thymian, ein Lorbeerblatt und einen Petersilienzweig) dazugeben. Das Kalbfleisch mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Weißwein ablöschen. Den Topf abdecken und zweieinhalb bis drei Stunden schmoren lassen, bis das Fleisch zart ist. Die Kalbssauce entsteht durch den kondensierten Dampf, der sich im Deckel sammelt und kleine Tröpfchen im Topf bildet. Das Fleisch auf einer Servierplatte anrichten, die Sauce darüber gießen und mit gebratener Polenta servieren.



Izletišče **PEKICI**
Pekici 1, Svetvinčenat
Tel. +385 (0)91 367 3378

Arme Ritter

Zutaten für 4 Personen:

2 Eier
4 Scheiben altes Brot (ein-zwei Tage altes
Brot)
hausgemachter Quark
grober Zucker
Semmelbrösel
etwas Butter
Blütenhonig

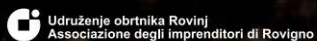
ZUBEREITUNG:

Der beliebte Nachtisch aus der Kindheit wird aus leicht zugänglichen Zutaten jeder istrischen ländlichen Küche zubereitet. Wir starten mit dem Verquirlen der Eier und tauchen das Brot ein. Kurz in Öl ausbraten (es reicht, diese nur zweimal zu wenden) und auf Küchenpapier abtropfen, damit nicht viel Öl verbleibt.

Die Butter schmelzen und Semmelbrösel hinzufügen, danach aus dem Quark Kugeln formen und diese so auf die Semmelbrösel geben (nicht mischen, damit diese fest bleiben). Zwei Scheiben des zubereiteten Eierbrotes servieren und den Quark hinzufügen, welcher mit Honig begossen und mit grobem Zucker bestreut wird.



Organizator / Organizzatore / Organiser / Organisator:



MAISTRA
HOSPITALITY GROUP

Urednik / Redattore / Editor / Redakteur:
Zorica Bocić

Fotografije / Fotografie / Photos / Foto:
Maja Danica Pečanić

Food stylist:
Gruša Zorn

**Stručni suradnici / Associato esperto /
Professional associate / Beruflicher
Kollaborateur :**
Marija Ferlin, Aliče Jelenić



