ZVEZA ZA TEHNIČNO KULTURO SLOVENIJE

ETNOLOŠKE IN KULINARIČNE ZNAČILNOSTI SLOVENIJE

zbornik člankov oz. povzetkov raziskovalnih nalog ter receptov 27. tekmovanja Etnološke in kulinarične značilnosti Slovenije

Priloge

Marec, 2025

Zbornik vsebuje članke oziroma povzetke nalog ter recepte, ki so jih avtorji in avtorice osnovnih šol pri predmetih Sodobna priprava hrane ali Načini prehranjevanja ter kmetijskih, živilskih, gostinskih in turističnih, biotehniških srednjih in višjih strokovnih šol oddali na podlagi razpisa za 26. tekmovanje Etnološke in kulinarične značilnosti Slovenije, ki ga organizirata center GRM Novo mesto – center biotehnike in turizma ter Zveza za tehnično kulturo Slovenije.

Namen tekmovanja je popularizacija etnoloških in kulinaričnih značilnosti slovenskega kulturnega prostora, odkrivanje za etnologijo in kulinariko nadarjene učenke in učence, dijake in dijakinje ter študente in študentke ter spodbujanje mladih k poglabljanju znanja in raziskovalne dejavnosti na tem področju.

Članki oziroma povzetki ter recepti niso slovnično pregledani in lektorirani s strani organizatorjev. So v obliki, v kakršni so jih avtorji in avtorice oziroma njihovi mentorji in mentorice poslali ob prijavi na razpis na tekmovanje. Za namene poenotenja izgleda biltena smo vnesli le nekatere oblikovne spremembe.

Spoštovani mladi raziskovalci, mentorji in vsi ljubitelji kulinarične dediščine,

z velikim veseljem vas nagovarjam ob izidu letošnjega zbornika tekmovanja Etnološke in kulinarične značilnosti Slovenije, ki že vrsto let povezuje mlade raziskovalce, mentorje in strokovnjake s področja etnologije in gastronomije. Vsako leto znova dokazujete, da je kulinarika več kot le priprava hrane – je pripoved o zgodovini, kulturi, ljudeh in njihovem načinu življenja.

Letošnja tema priloge nas je popeljala v osrčje vsakdanje in praznične prehrane preteklih in sedanjih generacij. Priloge – te pogosto skromne, a hkrati izjemno pomembne spremljevalke glavnih jedi – so bile skozi zgodovino ne le vir hranil in okusa, temveč so v različnih lokalnih razmerah, sezonskih sestavinah in dostopnosti vplivale na družbene in kulturne dejavnike. Torej jedi, ki povezujejo regije, hkrati odražajo njihovo raznolikost.

Mladi raziskovalci ste se podali na pot odkrivanja kulinarične preteklosti in sedanjosti – preučevali ste, kako so priloge nastajale v različnih slovenskih pokrajinah, kako so se skozi čas spreminjale in kako jih lahko danes interpretiramo na nove, ustvarjalne načine. V teh raziskovalnih nalogah ste zbrali dragocene podatke o sestavinah, načinih priprave in uporabi prilog v posameznih lokalnih okoljih. Vaše delo prispeva k ohranjanju bogate kulinarične dediščine ter hkrati odpira možnosti za njeno sodobno interpretacijo.

Na Grmu Novo mesto se zavedamo pomena celostnega izobraževanja na področju gastronomije in trajnostnega razvoja. Ohranjanje tradicionalnih jedi ter spoštovanje do hrane in dela naših prednikov so vrednote, ki jih želimo prenesti na mlajšo generacijo. Ponosni smo, da skupaj z vami soustvarjamo zgodbo slovenske kulinarične dediščine.

Vsem tekmovalcem iskreno čestitam za vaše raziskovalne dosežke, mentorjem pa se zahvaljujem za vašo neprecenljivo podporo in vodenje. Vaše delo ni le prispevek k letošnjemu tekmovanju, temveč pomemben kamenček v mozaiku ohranjanja in razvijanja slovenske kulinarične identitete.

Naj vas pri nadaljnjem raziskovanju vodi misel Ludvika Kuharja: "Narod, ki ne spoštuje svoje preteklosti, nima prihodnosti."

Martina Kralj, ravnateljica dijaškega in študentskega doma Grma Novo mesto

ZVEZA ZA TEHNIČNO KULTURO SLOVENIJE

LABORATORIJ BISEROV JUTRIŠNJEGA DNE

Zveza za tehnično kulturo Slovenije (ZOTKS) že 79 let generacijo za generacijo mladih izobražuje na področju tehničnih veščin in naravoslovnih ved. Pogled ZOTKS je vseskozi uprt v prihodnost, v ideje in znanja jutrišnjega dne. Mlade raziskovalce vzgajamo v kreativne in inovativne posameznike, ki bodo s svojim delovanjem prispevali k trajnostnemu razvoju, reševanju okoljskih izzivov, ohranjanju in razvoju zdravega naravnega okolja ter spodbujanju visoke življenjske ravni tako posameznikov kot tudi družbe v celoti. Zveza je domišljena kot sodobno organizirana neprofitna organizacija, ki deluje v javnem interesu.

Poslanstvo ZOTKS je uveljavljanje kulture inovativnega znanstvenega razmišljanja, spodbujanje medsebojnega dialoga različnih tehnično naravnanih nevladnih in javnih organizacij ter predvsem predano in motivirano delo z mladimi. V naših programih in akcijah jih vsako leto sodeluje okoli 50.000. V različnih dejavnostih otroci in mladi pod skrbnim vodstvom mnogih prizadevnih mentorjev in mentoric iz leta v leto vstopajo v raziskovalno delo.

Cilji Zveze za tehnično kulturo Slovenije so zlasti spodbujanje inovativnosti, ustvarjalnosti in raziskovanja, hkrati pa tudi

- razvijanje naravoslovno-tehniške logike in konstruktorstva,
- spodbujanje uporabe sodobnih znanstvenih in tehničnih dosežkov,
- odkrivanje in podpiranje razvoja nadarjenih,
- spodbujanje razvoja sposobnosti otrok in mladih v šoli in zunaj nje,
- prispevek h kakovostni in učinkoviti tehnični vzgoji,
- populariziranje ljubiteljske dejavnosti na različnih področjih tehnike,
- zmanjševanje dejavnikov tveganja, ki so jim otroci in mladi sicer izpostavljeni v družbi.

Skozi programe Zveze za tehnično kulturo Slovenije so svoj stik z znanostjo našle številne generacije. Zveza jim odpira vrata do neposrednega in življenjskega stika z mojstri naravoslovnih in tehničnih veščin, raziskovanja, reševanja problemov ter jih spodbuja k inovativnemu izpraševanju in kreativnemu pristopanju k problemom. Skozi sodelovanje v programih otroci in mladi naredijo svoje prve pogumne korake na področje svoje prihodnje

kariere, dobijo pa tudi partnersko podporo za svoj osebni razvoj. Posebno dragocena izkušnja je dodatno plemenitenje znanja na številnih raziskovalnih taborih, poletnih šolah in delavnicah.

Glavne aktivnosti, ki jih izvajamo v Zvezi za tehnično kulturo Slovenije so

- mladinske raziskovalne naloge in projekti,
- tekmovanja iz znanja (biologija, inovativne tehnologije, kemija, logika/lingvistika, naravoslovje, psihologija, sociologija, računalništvo, konstruktorstvo in tehnologije obdelav – na šolski, državni in mednarodni ravni),
- modelarstvo (tekmovanja ter izobraževanje otrok in mentorjev),
- mladinski raziskovalni tabori in ustvarjalne poletne šole,
- izobraževanja učiteljev in mentorjev na različnih področjih znanosti in tehnike,
- kmetijstvo (tekmovalno oranje),
- založniška dejavnost (revija TIM),
- druge aktivnosti (organizacija in sodelovanje na različnih izobraževalnih in promocijskih dogodkih, mednarodno sodelovanje itd.).

Zveza za tehnično kulturo Slovenije

Priloge

Obrazložitev teme in vsebinska izhodišča za izdelavo raziskovalne naloge

V okviru tekmovanja Etnološke in kulinarične značilnosti Slovenije želimo učence, dijake in študente v šolskem in študijskem letu 2024/25 spodbuditi, da vzamejo za izhodišče svojih raziskav in kuharskih podvigov eno najnovejših in večkrat nagrajenih zbirk knjig dr. Janeza Bogataja – Gastronomija Slovenije: Gastronomija Osrednje Slovenije in Ljubljane, Gastronomija Alpske Slovenije, Gastronomija Panonske Slovenije in Gastronomija Sredozemske Slovenije (Hart, 2021). V njej učenci, dijaki in študentje za izbrana lokalna okolja v katerih živijo oziroma jih dobro poznajo, izberejo priloge v kulinaričnem smislu, ki jih posamezna knjiga predstavlja, nato pa skušajo te iste jedi poiskati v lokalnih okoljih. Priloge razumemo kot enostavneje pripravljene jedi, ki spremljajo glavno jed, jo dopolnjujejo in izboljšajo njen okus. Lahko gre za različne jedi iz krompirja, riža, testenin, zelenjavne jedi in tudi solate.

Izhodiščno vprašanje je, ali v knjigah predstavljene priloge ljudje v izbranih okoljih dejansko poznajo oziroma so jih poznali v preteklosti ali pa so morda poznali kakšne druge, podobne ali pa povsem drugačne tradicionalne priloge.

Raziskovalne naloge tako obsegajo:

- predstavitev nabora prilog za izbrano lokalno območje (vir: Gastronomija Slovenije),
- predstavitev prilog, ki so jih v preteklosti v svojih vsakdanjikih oziroma ob praznikih pripravljali prebivalci izbranega okolja,
- primerjava prilog iz knjige Gastronomija Slovenije in prilog, ki so jih učenci, dijaki oziroma študentje s pomočjo ustnih in pisnih virov zasledili v lokalnih okoljih,
- priprava izbranih tradicionalnih prilog na najrazličnejše ustvarjalne načine.

Pri opisih prilog se natančno proučuje sestavine, ki so jih uporabljali v preteklosti in ki jih uporabljajo danes. Zanima nas, kako so jih ljudje pridelovali ali kupovali, kakšna je bila dostopnost in razpoložljivost sestavin v posameznih geografskih in socialnih okoljih. V raziskovalnih nalogah naj učenci, dijaki oziroma študenti raziskujejo dejavnike, ki so vplivali na izbor in pripravo prilog v preteklosti in danes.

Obrazložitev pripravili: dr. Mateja Habinc in mag. Marlena Skvarča

POVZETKI RAZISKOVALNIH NALOG

OSNOVNE ŠOLE 8
TRADICIONALNO DOMAČE, PO NAŠE 9
PRILOGE V PREKMURJU 22
OKUSNE PRILOGE SOČE 28
PRILOGE IZ PRLEKIJE 34
SREDNJE ŠOLE 40
PRILOGE NA GORENJSKEM 41
PRILOGE NA KRASU 52
PRILOGE IZ ZELENJAVE 59
OD ZAHODA PROTI VZHODU 67

OSNOVNE ŠOLE

Osnovna šola Franceta Prešerna Kranj

avtorici Eva Šušteršič, Loti Demšar

mentorica Anja Zaletelj

TRADICIONALNO DOMAČE, PO NAŠE

UVOD MENTORICE

Raziskovanje, motivacija in kreativnost je največ, kar lahko predamo mlajšim generacijam. V sklopu izbirnih predmetov je odlična priložnost, da odkriješ talente, kot sta Loti in Eva. Vedoželjni, vredni zaupanja, kreativni, delovni in poleg kulinarike ju zanima še mnogo. V naši gospodinjski učilnici smo ustvarile tri različne recepte, ki smo jim želele dodati pridih sodobnega časa. Ajdo, proso in krompir smo si želele na krožnikih prikazati na drugačen način. Ajdovo kašo oblikovano v kroglice, povaljane v posebni panadi z oreščki. Proseno kašo v nadevu ajdovih krapov in krompirjev mošnjiček z nadevom mlade špinače.

Dekleti sta raziskovali o prilogam pri nas na gorenjskem, povprašali tudi svoje stare starše in odkrili marsikaj zanimivega. Ugotovili sta, da je kulinarična dediščina res bogata in da vsaka družina prenaša iz roda v rod svoje recepte in posebnosti. Več podrobnosti pa v nadaljevanju.

POVZETEK

Sva učenki devetega razreda – Loti in Eva – ter obiskujeva izbirni predmet načini prehranjevanja, v okviru katerega sva se udeležili tekmovanja. Že od samega začetka nama je pomagala, naju spodbujala in usmerjala najina mentorica Anja Zaletelj. S skupnimi močmi smo se lotile dela, raziskale smo kulinariko ter jo združile z zgodovino Gorenjske.

Našo raziskovalno nalogo smo stkale iz znanja o ajdi, prosu in krompirju, ki so v preteklosti Gorenjske pogosto krasili jedilnike ter krožnike kot priloge. Naš cilj je bil ohraniti tradicionalne recepte, vendar spremeniti oblike ter strukture jedi, da bi dobile nekaj sodobnega in naprednega.

Pobrskale smo po mnogo različnih pisnih in virtualnih virih. Nihče pa ne pozna tradicij bolje kot naši predniki, zato smo se odločile povprašati naše babice in dedke o prilogah ter ajdi, prosu in krompirju v tem času. Kar nekaj ur smo preživele tudi v kuhinji, kjer smo po tradicionalnih receptih na svoj način pripravljale priloge.

Izbrale smo si tri priloge: ajdove kroglice, ajdove krape s proseno kašo in krompirjev mošnjiček.

Za povratne informacije smo priloge postregle ravnateljici naše šole, nekaj učiteljem, sošolcem ter babicam in dedkom. Prejele smo pozitiven odziv, kar nam je dalo zagon za nadaljnje raziskave in nadgradnje, s pomočjo katerih smo jedi izboljšale.

KLJUČNE BESEDE

Priloge na Gorenjskem, domače, tradicija, iz roda v rod, proso, krompir, ajda

UVOD

Učenki zadnjega leta osnovne šole in najina mentorica (prav tako najina učiteljica izbirnega predmeta načini prehranjevanja) smo se povezale in se odločile sodelovati pri raziskovalni nalogi Etnološke in kulinarične značilnosti Slovenije.

Sklenili sva, da bomo z eksperimentiranjem stare tradicionalne priloge priredile po naše in jih umestile med moderno kulinariko. Namen najine raziskovalne naloge je ohranjati kulinarično dediščino na sodoben način, ki bi ustrezal današnjim prehranskim standardom in okusom, ter jo približati mlajšim generacijam. Najin cilj je raziskati tradicionalne slovenske priloge – njihove sestavine, pripravo in pomen − ter jih dodelati po naše. Cilj je tudi primerjati uporabo prilog prejšnjih generacij, kar sva raziskali pri najinih babicah in dedkih.

Hipoteza, ki sva jo poleg ciljev in namena zastavili, je temeljila na spoštovanju tradicionalne hrane in njeni pripravi. Ljudem so ajdova kaša, proso in krompir bolj všeč v jedeh, ki so pripravljene bolj sodobno in prezentirane estetsko.

Ajda

Vse se je začelo dogajati že 6000 let pred našim štetjem na jugozahodu Kitajske, kjer so se ljudje prvič spoznali z gojenjem ajde. V Sloveniji se je ajda pojavila v 15. stoletju in postala pomemben del prehrane, zlasti na Štajerskem, Koroškem in Gorenjskem. Poznamo jo celo dlje kot krompir in koruzo. (Vombergar, Kreft, Horvat, Vorih, 2014)

Ajdo sta v svojih delih opisala tudi J.V. Valvasor v Slavi vojvodinje Kranjske in Valentin Vodnik v svojih Kuharskih bukvah. Včasih je bila ta sestavina nepogrešljiva v prehrani kmečkega prebivalstva, predvsem v obliki ajdove kaše in kruha. Poznali so dve vrsti ajde, navadno in tatarsko.(Cortese, 2007)

Ajda ne vsebuje glutena, zato je primerna za osebe s celiakijo. Ima nizek glikemični indeks in je bogata z antioksidanti, kar ugodno vpliva na zdravje srca in ožilja. Torej ima tudi velik zdravilen pomen, pomaga namreč pri zniževanju krvnega tlaka ter izboljšanju prebave in presnove.

Če povzamemo, je ajda res hranilna, zdrava in zanimiva sestavina, ki ne sme manjkati ne v tradicionalni ne v moderni prehrani.

Proso

Proso ali latinsko Panicum miliaceum L., je žitarica, poznana že 10000 let in je ena najstarejših na svetu. Sprva se je pojavila v polsušnih predelih Kitajske. Na kmetijah slovenskih kmetov rž in pšenica zaradi slabih pogojev nista uspevali, proso pa je bilo odporno proti hudi vročini, malo padavinam, pa tudi cenovno je bilo dostopno.

V svoji knjigi Slava vojvodine Kranjske (1689) ga je Valvazor opisal kot pogosto žito na Gorenjskem in Dolenjskem. V svoji knjigi receptov Kuharska knjiga za slovenske žene pa ga je opisala tudi Marija Kmet leta 1896.

Navadno ima nevtralen okus, zato je primeren za uporabo kot priloga. Da bi se izognili njegovemu grenkemu priokusu, ga je treba pred kuhanjem oprati pod vročo vodo. Je žito, ki je najbogatejše z minerali. Je bogat vir magnezija, zato uživanje zmanjša tveganje za obolelost za sladkorno boleznijo tipa 2. Proso je tudi dober vir fosforja, ki je izredno dober za kosti in zobe. Vsebuje tudi vlaknine, antioksidante in ogljikove hidrate, ki pomagajo pri preprečevanju mnogih bolezni. (Pathak, 2013).

Da bi povrnili spomine na proso, je bilo leto 2023 razglašeno za mednarodno leto prosa (Cerkovnik, 2023).

Krompir

V Ameriki so krompir poznali že pred 13.000 leti. Prvi krompir so v Evropo v 16. stoletju prinesli z visokih ekvatorialnih delov Andov. Na Slovenskem so ga pričeli gojiti v prvi polovici 18. stoletja (Levak, Lukan, 2024). Med največjimi pridelovalci krompirja je občina Šenčur. Še danes velja izraz »imeti krompir«, imeti srečo (Kocjan Ačko, Goljat, 2005).

Krompir vsebuje precej škroba, beljakovine, ogljikove hidrate in malo maščob. Zaradi bogate vsebnosti vitaminov in mineralov ga imamo tudi za zdravilno rastlino. Najbolj znane slovenske

sorte krompirja so: igor, vesna, jana, dobrin. (Petrov, Mlakar, 2011). Poznamo pa kar 132 slovenskih izrazov za krompir. (povedal dr. Bogataj).

V Slovenski kuharici (1921) najdemo že 35 receptov za krompirjeve jedi. Krompir je postal vsesplošno priljubljeno živilo. Iz krompirja lahko pripravimo različne jedi, na primer krompir v oblicah, krompirjeve žgance, krompirjeve cmoke, krompirjev pire...

Priloge na Gorenjskem

Kot priloge k različnim jedem se na območju Alpske Slovenije pripravljajo ajdova kaša z gobami, čompe s skuto, krompirjeva čómpica, smukávc, frika, krompirjeva pita, ajdovi in koruzni žganci, bohinjski kašnati žganci, ajdovi krapi, fižolov namaz s prgo, mohovt, koroški kruhov tren, ajdovi in pečeni štruklji, kobariški štruklji, burkaša, govnač, štajerski kuhani štruklji, polijeva jed, želševka, drobkova in jetrova jed ter solčavski sirnek (Bogataj, 2021).

Ugotavljava, da nekatere jedi pripravljamo tudi v vsakdanu, kot so ajdova kaša, ajdovi in koruzni žganci, štruklji na več načinov in ajdove krape, ostale jedi pri nas na Gorenjskem pripravljamo malokrat ali pa jih sploh ne poznamo.

PRAKTIČNI DEL

Ajdove kroglice

Sestavine:

- 200 g ajdove kaše
- 4 žlice skuhane narezane rdeče pese
- 1 jajce
- žlička kisle smetane
- sol, poper, peteršilj, česen v prahu
- žlička masla
- 100 g mandljev
- 1 pest bučnih semen
- drobtine
- olje za cvrtje (sončnično ali repično)

Postopek:

Ajdovo kašo splaknemo pod hladno vodo in jo kuhamo v 1dl dobro osoljene vode, ki ji dodamo spasirano rdečo peso. Kašo kuhamo do mehkega približno 12 minut, da vpije vso tekočino, ter jo ohladimo. Primešamo jajce, kislo smetano in začimbe. Če je masa preveč mokra, ji dodamo drobtine.

Oblikujemo v kroglice, ki jih povaljamo v mešanici krušnih drobtin in prepraženih sesekljanih mandljev ter bučnih semen. Olje segrejemo na srednji temperaturi in ocvremo. Kroglice postavimo na papirnate serviete, da vpijejo odvečno maščobo. Serviramo tople, lahko pa jemo tudi hladne.

Krožnik lahko popestrimo še s posipom ajdovih kokic:

Sestavine:

- 50 g ajdove kaše
- Olje za cvrtje
- Sol

Postopek

V zelo segreto olje vsujemo ajdovo kašo, počakamo 1 do 2 minuti, da se razprejo. Polovimo jih iz olja in jih postavimo na papirnate serviete, da vpijejo odvečno maščobo. Na koncu jih še malo posolimo.

Slika 1: Izdelava ajdovih kroglic

Slika 2: Ajdove kokice

Ajdovi krapi s proseno kašo

Sestavine:

Testo:

- 20 dag ajdove moke
- 5 dag bele moke
- 1 jajce
- 1 dag masla

Nadev:

- 10 dag skute
- 20 dag prosene kaše
- 1 jajce
- sol
- 2 žlici kisle smetane
- zmleta bučna semena

Slika 3: Ajdovi krapi s proseno kašo

Slika 4: Testo za ajdove krape

Postopek:

Ajdovo moko poparimo s slano vrelo vodo in zmešamo v gosto testo. Počakamo, da se ohladi. Testu primešamo jajce, maslo in belo moko ter testo dobro pregnetemo. Testo razvaljamo na debelino pol centimetra in ga namažemo z nadevom. Za nadev zmešamo skuto s kislo smetano, kuhano proseno kašo, jajcem in soljo. Dodamo še zmleta bučna semena po okusu. Razvaljano testo, namazano z nadevom, zvijemo v zvitek, stisnemo robove na obeh koncih ter skuhamo v slani vreli vodi, dokler ne priplavajo na vrh.

Krompirjev mošnjiček

Sestavine:

Testo:

- 0,5 kg krompirja
- majhna žlica masla
- 20 dag moke
- 1 rumenjak
- sol

Nadev:

- Mlada špinača
- Žlička kisle smetane
- Sol, česen v prahu
- Ostalo:
- Svež por

Priprava testa

Krompir skuhamo v oblicah, ga olupimo in pretlačimo. Dodamo maslo, moko, rumenjak, osolimo in hitro vgnetemo testo. Glede na sorto krompirja bo odvisno, koliko vode ima v sebi krompir, ko ga pretlačimo, v tem primeru bomo dodali več moke, tako da se testo lahko razvalja. Testo razrežemo na kvadrate (odvisno, kako velike mošnjičke želimo) in ga oblikujemo v mošnjiček. Pred tem smo por očistili in najdaljši list odrežemo na tanko v vrvico, por samo blanširamo v vreli vodi in ga osušimo na brisački. Zavežemo mošnjiček. Sledi priprava nadeva, ki ga dodamo v mošnjiček glede na velikost.

Priprava nadeva

Za nadev liste mlade špinače operemo pod vodo in jih skuhamo 2 minuti v vreli slani vodi. Špinačo odcedimo, ji dodamo česen v prahu. Na hitro pretlačimo z vilicami in dodamo kislo smetano. Nadevamo v mošnjičke.

Mošnjičke kuhamo v osoljeni vodi, ki rahlo vre, kuhamo dokler ne priplava na vrh.

Slika 5: Krompirjevi mošnjički

INTERVJU

V drugem delu praktičnega sklopa raziskovalne naloge so bili opravljeni trije intervjuji s starimi starši avtoric naloge, kjer so povedali katere vrste prilog so uporabljali v času njihovega odraščanja in v današnjem času. Predvsem pa so predstavili na kakšne načine so v prehrano vključevali ajdo, proso in krompir.

Slika 6: Loti in Eva z zaključeno jedjo ajdove kroglice

ZAKLJUČEK

Ob sklepnih mislih in zaključku najine raziskovalne naloge naj strneva vse dogajanje. Osredotočili sva se za priloge Gorenjske in prišli do zaključka, da želiva izbrati manjkrat na krožnik postavljene jedi. Zgodovina, pomen, prehranska vrednost, odnos starejših generacij do ajde, prosa in krompirja naju je vodila do ideje, da bi tradicionalne jedi postavili v sodobno pripravo in izgled.

Praktični del sva opravili pretežno v šoli in tudi doma eksperimentirali v kuhinji. Najbolj zanimiv del raziskovalne naloge je bila priprava teh jedi, sprotno okušanje in ugotavljanje, kaj bi še vključile v jed.

Hipoteza, ki sva si jo poleg ciljev in namena zastavili, je temeljila na spoštovanju tradicionalne hrane in njeni pripravi. Ljudem so ajdova kaša, proso in krompir bolj všeč v jedeh, ki so pripravljene bolj sodobno in prezentirane estetsko. Vse jedi, ki smo jih pripravile, so bile poskuševalcem okusne, všeč jim je bil način priprave in pravijo, da bi z veseljem še enkrat preizkusili vse priloge. Hipotezo lahko potrdiva.

Drugi del praktične naloge pa naju je povezal s starimi starši in prejšnjo generacijo, ko sva opravljali intervju, v katerem so naju marsikaj naučili in seznanili.

Ugotavljava, da je zelo pomembno, da se kulinarična dediščina prenaša iz roda v rod in recepti zaživijo tudi v sodobni preobleki. Predvsem pa, da med mladimi raste zanimanje za kulinariko, eksperimentiranje na krožnikih, uporaba lokalnih in sezonskih živil. Uporaba avtohtonih sort poljščin je tisto, kar še bolj krepi tradicijo.

Zahvala vsem, ki so nama omogočili raziskovanje in obljubiva, da ohraniva iskrico do vseh razsežnosti kulinarike.

VIRI IN LITERATURA

1. Ačko Darja, Goljat Andrej (2005). Krompir, Kmečki glas.

2. Bogataj Janez (2021). Gastronomija alpske Slovenije: pod vrhovi gora in slikovitih dolinah. Hart.

3. Cortese Dario (2007). Semena tretje moči. Kmečki glas.

4. Cerkovnik Benjamina (10.11.2023) https://www.egss.si/index.php/unesco/5

5. Kreft Ivan (2023). Ajda, Slovenska akademija znanosti in umetnosti.

6. Levak Valentina, Lukan Tjaša (2024) . Zakaj toliko besed o krompirju. https://doi.org/10.3986/alternator.2024.27

7. Petrov Marica, Mlakar Vlasta (2011). Krompirjevi vojščaki in kulturna zgodovina krompirja, Založba Morfem.

8. Vombergar, B., Kreft, I., Horvat, M., Vorih, S. (2014). Ajda. Kmečki glas.

9. Wilson Laura (2016). Čudovita žita, Mladinska knjiga.

10.https://www.24ur.com/tv-oddaje/mali-sef-slovenije/gorenjska-je-raj-za-ljubitelje-narave-in-dobre-domace-hrane.html , 30.5.2019, S.C.

11. Cerkovnik Benjamina (10.11.2023) https://www.egss.si/index.php/unesco/

Osnovna šola III Murska Sobota

avtorica Maja Šeruga

mentorici Bojana Kuronja Kit, Tadeja Gobar

PRILOGE V PREKMURJU

V raziskovalni nalogi sem se osredotočila na zgodovinski in kulturni pomen prekmurskih prilog. Zbrala in analizirala sem recepte, ki sem jih pridobila z različnih virov – od starejših občanov, iz kuharskih knjig in del Janeza Bogataja. Moj cilj je bil ne le dokumentirati te dragocene informacije, temveč tudi poudariti pomen ohranjanja prekmurske kulinarične dediščine za prihodnje generacije.

V okviru raziskave sem obiskala Dom upokojencev Murska Sobota, kjer so mi starejše gospe z veseljem delile svoje spomine in recepte. Pripovedovale so mi, kaj so v mladosti kuhale in zakaj so pripravljale prav takšne jedi. Njihove zgodbe so mi dale vpogled v preteklost, ko so ljudje uporabljali preproste, a dostopne sestavine, ki so jih imeli doma. Krompir je bil v tistem času nepogrešljiv, saj je bil vedno pri roki, zato so bile priloge iz krompirja pogosto na mizi. Danes so te jedi še vedno priljubljene, le obogatijo jih z dodatkom začimb ali novimi sestavinami, da popestrijo okuse.

Predstavila bom različne jedi, ki so značilne za Prekmurje in jih uporabljamo kot priloge. Pripravila sem jedi iz knjige Janeza Bogataja ter jedi, ki so mi jih zaupali starejši občani. Poleg tega sem preučila recepte iz drugih kuharskih knjig in primerjala njihove različice. Moja raziskava združuje zgodovinski vpogled in praktično pripravo jedi, ki nas povezujejo z našimi koreninami.

V nadaljevanju članka prilagam recepte jedi in slike priprave jedi.

Dödoli

Sestavine**:**

- 4 veliki krompirji,
- ščepec soli,
- 3–4 žlice moke,
- 1 žlica masti,
- 1 majhna čebula,
- 2 žlici kisle smetane.

Postopek dela**:**

1. Krompir olupimo, operemo ter narežemo na 4 trakce. Damo v lonec, nalijemo vodo in kuhamo 30 minut.
2. Ko je krompir kuhan, odlijemo večino vode ter krompir pretlačimo. Dodamo moko ter na štedilniku kuhamo in mešamo, da postane gosta zmes. Ko je zmes gosta, jo vzamemo s štedilnika, pokrijemo s pokrovko in pustimo stati približno 5 minut. Nato po pol žlice mase dajemo v drugo posodo, da zmes ločimo.
3. Potem pripravimo omako. V posodo damo mast in čebulo, ki jo narežemo na kocke. Vse skupaj popražimo in dodamo kislo smetano. Premešamo in prelijemo dödole.

Slika 2: Postopek priprave dödolov (vir: lasten)

Slika 3: Postopek priprave dödolov (vir : lasten)

Slika 4:Postopek priprave dödolov (vir: lasten)

Slika 5: Postopek priprave dödolov (vir: lasten)

Ajdova zlivanka

Sestavine**:**

- 30 dag ajdove moke,
- 30 dag bele moke,
- sol,
- sladkor,
- 2 jajci.

Postopek dela:

Vse sestavine zmešamo in vlijemo v pekač. Pekač predhodno segrejemo. Na vrhu mase naredimo kupčke kisle smetane. Pečemo na 200 °C približno 15 minut.

Slika 6:Postopek priprave ajdove zlivanke (vir: lasten)

Slika 7:Postopek priprave ajdove zlivanke (vir: lasten)

Koruzna zlivanka

Sestavine**:**

- 2 jajci,
- sladkor,
- 1,5 L mleka,
- 75 g koruzne moke,
- 8 žlic kisle smetane.

Postopek dela:

Vse sestavine zmešamo in vlijemo v pekač. Pekač predhodno segreješ. Na vrhu mase naredimo kupčke kisle smetane. Pečemo na 200 °C približno 15 minut.

Slika 8:Postopek priprave koruzne zlivanke (vir: lasten)

Slika 9:Postopek priprave koruzne zlivanke (vir: lasten)

Ajdovi žganci

Sestavine:

- 300 g ajdove moke
- 1 žlica svinjske masti
- 150g ocvirkov
- 1 ščep soli

Postopek dela:

V slan krop vsujemo moko in pokrito kuhamo 6 minut. Nato v moki naredimo luknjo s kuhalnico, da se moka obrne in spodnjo stran kuhamo še 6 minut. Nato odlijemo malo vode in žgance mešamo. Na njih vlijemo malo vroče masti in pustiš pokrito nekaj minut. Zabelimo jih z ocvirki.

Slika 10: Ajdovi žganci z ocvirki (vir: lasten)

Slika 11: Ajdovi žganci (vir: lasten)

Krompirjevi kroketi

Sestavine:

- 500g krompirja
- 20g masla
- Sol
- muškatni orešček
- 1 jajce
- drobtine

Postopek dela:

Kuhan krompir olupimo in še vročega hitro pretlačimo. Pretlačenemu krompirju dodamo maslo, sol, muškatni orešček in jajce. Dobro premešamo, da postane masa gladka in se loči od kuhalnice. Iz dobljene mase oblikujemo krokete, jih povaljamo v drobtinah in stepenem jajcu ter ponovno v drobtinah. Nato jih ocvremo v vroči maščobi.

Slika 12: Krompirjevi kroketi (vir: lasten)

Osnovna šola Kanal

avtor Jernej Škvarč

mentorici Dominika Slokar De Lorenzi

OKUSNE PRILOGE SOČE

Z raziskovalno nalogo sem želel podrobneje spoznati kulinarični turizem, gastronomske regije Slovenije ter značilne priloge doline Soče- doline, kjer se nahaja tudi moja šola in moj domači kraj. Hkrati sem želel mlade in ostale prebivalce Kanala in okolice ozaveščati o pomenu ohranjanja tradicionalnih jedi – prilog ter preoblikovanju tradicionalnih jedi v sodobne.

V raziskovalnem delu sem uporabil prebiranje različnih virov (predvsem kuharskih knjig in receptov), anketni vprašalnik ter praktično delo – kuhanje. Zastavil sem si tri hipoteze, od tega sem dve potrdil, eno pa zavrnil. Z analizo šolskih jedilnikov sem zavrnil hipotezo, da je na šolskem jedilniku vsaj enkrat na mesec lokalna tradicionalna priloga. Rezultati anketnega vprašalnika učencev moje šole so pokazali in s tem potrdili hipotezo, da učenci s pomočjo fotografije najbolje prepoznajo friko. Potrdil pa sem tudi hipotezo o slabšem poznavanju ostalih tradicionalnih prilog doline Soče.

Tudi sam sem doma in v šoli zavihtel kuhalnice in lonce ter tri tradicionalne priloge naše doline preoblikoval v svojo sodobno obliko. Preoblikoval sem: friko, bovške krafe in kostanjev pire.

FRIKA

SESTAVINE

- 2 jajci
- 60 dag naribanega sira Tolminc
- 40 dag olupljenega in na lističe narezanega krompirja
- 5 dag slanine
- 1 čebula
- 1 topljeni sirček
- smetana za kuhanje
- sol, poper, sladka paprika

POSTOPEK PRIPRAVE

- Krompir olupimo in narežemo na tanke rezine. Začinimo ga in v ponvi popečemo na ogreti maščobi.
- Čebulo popražimo na maščobi, dodamo slanino, sirček, sol, poper. Po potrebi dodamo tekočino.
- Krompir razporedimo v majhne pekače in prelijemo s pripravljeno zmesjo. Čez maso potresemo nariban sir. Premažemo z razžvrkljanim jajcem
- Za 20 minut postavimo v pečico na 180 stopinj Celzija.

Slika 1: Frika – priprava

KOSTANJEV PIRE S KOSTANJEVO SMETANOVO OMAKO

SESTAVINE ZA PIRE

- 250 g kostanja
- 1 žlička soli
- 4 veliki krompirji
- 100 ml sladke smetane
- 3 žlice masla
- muškatni orešček

SESTAVINE ZA OMAKO

- 30 dag kostanja
- 20 dag bučk
- 1 velika čebula
- 1 korenček
- 1 dl jušne osnove
- olivno olje
- 2 dl smetane za stepanje
- maslo

POSTOPEK PRIPRAVE KOSTANJEVEGA PIREJA

- Kostanj skuhamo, dodamo krompir in kuhamo, dokler krompir ni mehak. Po želji rahlo solimo.
- Odcedimo in olupimo kostanj ter jih skupaj s krompirjem stresemo v skledo. Dobro pretlačimo, dodamo smetano, maslo in začimbe.

POSTOPEK PRIPRAVE OMAKE

- Skuhan kostanj narežemo na manjše koščke. Narežemo še bučke. Damo na stran.
- Na ponvi segrejemo olje in na njem prepražimo čebulo. Ko ta pozlati, dodamo česen. Ko česen zadiši, dodamo korenček, bučko in kostanj. Ko bučka izpusti vodo, solimo in popramo.
- Zalijemo z jušno osnovo. Dodamo sladko papriko in česen v prahu. Dodamo še smetano in pokrijemo, da se omaka zgosti. Omako končamo z maslom.
- Priporočilo: za omako uporabimo beli pinot.

KRAFI S PISTACIJO IN MALINAMI

SESTAVINE

- 50 g moke
- sol
- vodo
- maline
- bela čokolada
- pistacijev namaz
- sladkor

POSTOPEK PRIPRAVE

- Moko in vodo zmešamo v posodi, dokler ne dobimo enotne zmesi. Testo razvaljamo na debelino 2 mm. Iz testa izrežemo kroge.
- Žličko pistacijevega namaza damo v sredino krogca in ga prepognemo ter ob robovih zatisnemo.
- Kuhamo v osoljeni vreli vodi, dokler krafi ne priplavajo na vrh.
- Dekoriramo z malinovo omako, zdrobljeno karamelo, ter belo čokolado.

Slika 2: Kuhanje

Osnovna šola Ormož

avtorice Meta Bezjak, Ema Puklavec, Pia Rajh

mentorici Petra Bohinec

PRILOGE IZ PRLEKIJE

Povzetek

V raziskovalni nalogi smo raziskovale štiri tipične priloge naših krajev:kislo zelje, krompirjeve žgance, mlince in sireke. Primerjale smo jih z jedmi, ki so zapisane v objavljenih kuharskih knjigah, iskale smo razloge za njihovo pripravo in skušale jih pripraviti na drugačen način. Zanimalo nas je katere prleške priloge opisujejo kuharske knjige. Poiskale smo ustne in pisne vire naših babic in dedka, ki opisujejo pripravo prilog v našem okolju. Iskale smo nove načine zapisa receptur, da bi približale pripravo jedi vrstnikom.

OPIS JEDI

Kislo zelje s papriko

SESTAVINE:

- kislo zelje,
- svinjska mast,
- čebula (luk),
- mleta paprika,
- sol,
- kisla smetana.

POSTOPEK:

V vodi skuhamo kislo zelje, da se zmehča. V lončku zmešamo 1 žlico moke z dvema žlicama vode in jo proti koncu kuhanja dodamo k zelju.

V kozici segrejemo 2 žlici svinjske masti, dodamo drobno zrezano manjšo glavo čebule, da zarumeni. Nato dodamo ¼ žličke mlete rdeče, predhodno kuhano zelje, vse osolimo, na koncu dodamo še dve žlici kisle smetane. Pustimo, da dobro prevre.

Tako pripravljeno prikuho iz kislega zelja serviramo v globok krožnik.

Slika: Postopek priprave kislega zelja s prežganjem

Slika: Krožnik pripravljenega kislega zelja s papriko in mlinci

Krompirjevi žganci

KROMPIRJEVI ŽGANCI

Najprej olupimo in narežemo 3 velike krompirje, zavremo 1L vode ter jo solimo, nato kuhamo približno 10 minut.

Na pol kuhanemu krompirju dodamo 0,5 kg ostre moke. Pokrito posodo postimo vreti še približno 20 minut.

Malo vode odlijemo, ter jo prihranimo, če so žganci pregosti. Lotimo se mešanja s kuhalnico ali si pomagamo z električnim mešalnikom, da nastane gosta masa.

Preden jih postrežemo jih s kuhalnico ali z vilico nadrobimo (natrgamo) v posodo kjer jih bomo postregli.

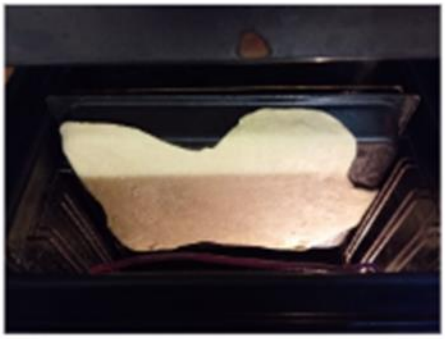
V ponvi prepražimo zaseko ter jo prelijemo po žgancih. Ter jo postrežemo. Dober tek!

Mlinci

1.Najprej si pripravimo sestavine.
In sicer potrebujemo **jajca, moko, Sol in mlačno vodo.**

2. Ločimo rumenjake in beljake, ter dodamo moko in mlačno vodo.

3. Vse te sestavine zmešamo skupaj, da nastane grobo testo.



4. Testo razvaljamo in ga pečemo v pečici za 10 min.

5. Pečene mlince nadrobimo in prelijemo s kropom.

Sireki

RECEPT

SESTAVINE

- 2 litra svežega surovega mleka
- sladka mleta paprika
- dimljena mleta paprika
- kumina
- sol

POSTOPEK

Sveže mleko nalijemo v lonec, ki ga pokrijemo in postavimo na kuhinjski pult za 2 dni. Po dveh dneh smo ugotovile, da je mleko kislo. Na vrhu je bila gosta, umazano bela plast- smetana. Z žlico smo jo pobrale in shranile. Preostanek smo na nizki temperaturi kuhale do vročega (vendar nismo prevrele). Nato smo počakale še eno uro, da se je masa malo ohladila in jo precedile preko sveže gosto tkane kuhinjske krpe. Dobile smo zrnato skuto. Vonj ob segrevanju kislega mleka je bil izredno močan.
Skuto smo presipale v skledo, dodale smo mleto papriko, sol, kumino in vse dobro premešale. Tako pripravljeno maso smo pustile slabo uro, da se je prepojila z vmešanimi začimbami.
Nato smo oblikovale iz skutne mase stožce, ki smo jih sušile na leseni deski več dni. Večkrat dnevno smo jih obračale, da bi se čimbolj enakomerno posušili.

Slika: Postopek priprave sirekov, Ema in Meta

Prleška kulinarika je na videz preprosta in podobna preostalim slovenskim pokrajinam. Priloge, ki so značilne za naš del Slovenije, najdemo tudi v drugih slovenskih pokrajinah.

Da odkriješ in podrobneje razumeš izbor in rabo prilog v prleški kuhinji, moraš poznati vsaj del zgodovine. Z razumevanjem kako so se preživeli ljudje v teh krajih, katere kmetijske dejavnosti prevladujejo in kakšen je vpliv širšega okolja, pa najdeš logične razlage za jedi, ki so tukaj tipične.

Pokrajina se razvija, pa vendar še vedno prevladujejo hiše z večjo zeleno površino z najmanj večjim vrtom, pogosto njivo in sadovnjakom. Z globalizacijo se je tudi v našem območju pojavila hitra prehrana, spremenil se je način prehranjevanja. Z razvojem kraja so spremembe del razvoja. Pri prehrani pa pomembno vlogo igrajo vtisi, ki jih hrana pusti na nas.

Me smo v zadnjih treh mesecih, kolikor smo intenzivneje raziskovale temo naše naloge, veliko časa preživele z našimi babicami. V skupnem druženju smo veliko izvedele o svoji družini, se naučile od svojih babic o pripravi hrane in to nas je še bolj povezalo. Priprava hrane, skupno uživanje v njej in spomini na skupno kuhanje- to je tisto kar se je vtisnilo v nas in nas bo vodilo, da bomo jedi še večkrat pripravljale, predstavljale širše in ob tem podoživljale te trenutke z babicami in ta naš skupni čas.

SREDNJE ŠOLE

Biotehniški center Naklo, Srednja šola

avtorice Anja Peternel, Manca Sajovic, Lucija Aljaž

mentorica Kristina Frlic

PRILOGE NA GORENJSKEM

1 UVOD

Za raziskovalno nalogo na temo prilog na Gorenjskem smo se odločile, ker kar nekaj prilog izhaja iz Gorenjske. Gorenjski svet je bogat z neštetimi domačimi pridelki in kulinaričnimi značilnostmi, ki so pomemben del mnogih gostiln in turističnih kmetij. Ker pa tudi same živimo v tem delu Slovenije, je tudi to igralo ključno vlogo pri tej odločitvi, saj smo želele ob priložnosti izvedeti kaj več o tipičnih gorenjskih jedeh.

Poleg tega nas je zanimalo, koliko ostali prebivalci te pokrajine poznajo izbrane jedi in če so jih že kdaj jedli oziroma kolikokrat približno jih jedo. Že od vsega začetka smo predvidevale, da mladina, ki živi skupaj s starimi starši, veliko bolje pozna te jedi kot ostali, saj so tradicionalne slovenske jedi veliko bolj razširjene med starejšimi, ti pa jih prenašajo iz roda v rod. Prepričane smo, da se slovenske narodne jedi vedno bolj in bolj izgubljajo in postajajo del zgodovine, kar pa negativno vpliva na ohranjanje kulturne dediščine. Jedi so del nas Slovencev kot naroda in nas po svoje opisujejo. Da bi poznanost teh jedi vsaj nekoliko, če ne drugače pa vsaj z besedo, razširili med mlajšimi generacijami oziroma jih opomnili o njih ter jih spodbudili k njihovi pripravi, smo se odločile za izbor različnih prilog, ki jih ponujamo k glavnim jedem. Nekatere izbrane jedi so tudi nam bolj znane, druge manj. Jedi, ki smo jih izbrale v raziskovalni nalogi Priloge na Gorenjskem so prata, ajdova kaša, pražen krompir, gluhi štruklji ter ajdovi krapi. Za prato in ajdove krape smo se odločile predvsem zato, ker jih tudi same nismo dobro poznale in smo želele izvedeti kaj več o njihovi pripravi, kaj vsebujejo in kakšne okuse nam ponujajo.

V nalogi smo ime pražen krompir zamenjale za tenstan krompir, saj ga avtorice naloge in v krajih, kjer živimo, tudi tako poimenujemo.

Ob pripravi naloge smo pripravile raziskovalne trditve:

1. Pričakujemo, da vsi poznajo tenstan krompir.

2. Predvidevamo, da sta gorenjska prata in ajdovi krapi najmanj poznani prilogi.

3. Pričakujemo, da so vsi anketiranci vsaj enkrat jedli naše izbrane priloge in so jim bile priloge všeč.

2 RECEPTI JEDI

2.1 TENSTAN KROMPIR

Sestavine:

- 10 srednje drobnih krompirjev
- 2 žlici ocvirkov
- 1 čebula
- 2 stroka česna
- 2 ščepca soli
- 2 žlici masti ali olja

Postopek:

Krompir 45 minut do 1 ure kuhamo v vreli vodi. Ko je kuhan, ga ohladimo in olupimo. Pripravimo drugo posodo, v kateri na masti ali olju prepražimo nasekljano čebulo in ocvirke do zlato-rjave barve. Olupljen krompir narežemo ali naribamo ter ga dodamo čebuli in ocvirkom. Po okusu solimo in pražimo da se razpusti. Za boljši okus lahko dodamo še malo domače goveje juhe.

Recept je bil zapisan iz ustnega izročila Mančine babice ge. Sajevic (Sajevic Rafka, roj. 1962, upokojenka, Luže, Šenčur).

Slika 1: Kuhanje krompirja

Slika 2: Praženje čebule in ocvirkov

Slika 3: Rezanje krompirja

Slika 4: Praženje krompirja

Slika 5: Pripravljen tenstan krompir

4.2 GORENJSKA PRATA

Sestavine:

- 0,5kg svinjskega vratnika
- 1kg kruha
- 10 jajc
- 1 kisla smetana (180 g)
- 1 čebula
- 2 stroka česna
- 3 žlice nasekljanega peteršilja

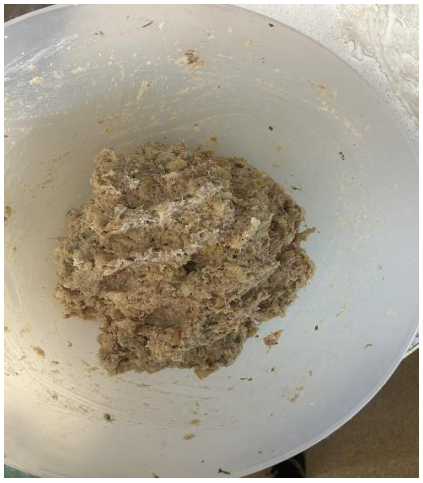
Postopek:

En dan star kruh narežemo ali ga natrgamo na majhne koščke. Med tem časom skuhamo svinjski vratnik, ki ga narežemo ali zmeljemo. Posebej v ponvi prepražimo čebulo s česnom, da lepo zarumeni. V manjši posodi stepemo jajca. Vse to polijemo po kruhu, da se prepoji, dodamo tudi kislo smetano nasekljan peteršilj. Zmes dobro premešamo, da se vse sestavine enakomerno razporedijo. Polnimo jo v danko ali svinjsko mrežico. Položimo v pekač in pečemo v pečici ogreti na 180 °C približno 1 uro. Ko se prata pečena, jo pustimo 10 minut počivati, nato jo narežemo na rezine in postrežemo.

Recept je bil zapisan iz ustnega izročila Mančine babice ge. Sajevic (Sajevic Rafka, roj. 1962, upokojenka, Luže, Šenčur).

Slika 6: Trganje kruha na koščke

Slika 7: Sestavine za prato



Slika 8: Homogena zmes

Slika 9: S prato napolnjena svinjska mrežica

Slika 10: Pečena prata

Slika 11: Postrežena prata

2.3 AJDOVI KRAPI

Sestavine za testo:

- 500 g ajdove moke
- 500g bele moke
- pol litra vroče vode

Sestavine za nadev:

- 500 g skute
- 170 g prosene kaše
- 1 jajce
- žlička soli
- 1 pest krušnih drobtin
- 1dl kisle smetane

Postopek:

Oprano kašo kuhamo v kropu približno 10 minut (ne sme biti preveč kuhana), nato jo odcedimo. Umesimo testo tako, da na sredini moke naredimo jamico, vanjo vlivamo vročo vodo in z vilicami mešamo, kasneje zgnetemo z roko. Pripravimo nadev iz odcejene kaše in ostalih sestavin, ki jih zmešamo v posodi. Testo razvaljamo za prst debelo in zrežemo na kvadrate 10 x 10 cm. Na te kose polagamo nadev v obliki cmokov, ki jih oblikujemo z mokrimi rokami in položimo na testo. S pomokanimi rokami zapognemo vogale testa navznoter in po robovih stisnemo, da se skrije nadev. Malo jih pomokamo, da se med kuhanjem ne primejo na dno posode. Krape kuhamo v vreli vodi, ki ji dodamo lovorjev list in ščepec soli. Na začetku posodo malo stresemo, da se krapi ne bi prijeli na dno. Kuhamo jih približno 20 minut.

Skuhane krape poberemo iz posode, narežemo in polijemo s precvrtimi ocvirki na maslu in postrežemo.

Recept je bil zapisan iz časopisnega izrezka (str. 6) s pomočjo ustnega izročila Anjine babice ge. Peternel (Peternel Marija, roj. 1953, upokojenka, Gorenja Žetina, Gorenja vas-Poljane).

Slika 12: Kuhana prosena kaša

Slika 13: Mešanje sestavin

Slika 14: Rezanje testa

Slika 15: Polnjenje krapov

Slika 16: Kuhanje krapov

Slika 17: Pogrevanje ocvirkov

Slika 18: Pripravljeni ajdovi krapi s skuto

2.4 AJDOVA KAŠA Z JURČKI

Sestavine:

- 100 g ajdove kaše
- 150 g svežih jurčkov
- pol čebule
- 50 ml sladke smetane
- 1 strok česna
- 20 g masla
- 5 g soli
- poper
- začimbe: timijan, origano

Postopek

V osoljeno vodo stresemo ajdovo kašo in jo kuhamo približno 20 minut. Na maslu najprej prepražimo čebulo, dodamo česen in na lističe narezane jurčke. Solimo in pražimo, da jurčki dobijo zlato barvo. Nato dodamo začimbe in smetano za kuhanje ter odcejeno ajdovo kašo. Vse dobro premešamo in kuhamo še 3 – 4 minute, da se okusi povežejo. Postrežemo kot prilogo.

Recept je bil zapisan iz ustnega izročila Lucijinega očeta g. Aljaž (Aljaž Janez, roj. 1956, upokojenec, Torovo, Vodice).

Slika 19: Kuhanje in soljenje kaše

Slika 20: Rezanje čebule in česna

Slika 21: Praženje čebule in česna

Slika 22: Mešanje jurčkov s smetano

Slika 23: Pripravljena kaša z jurčki

2.5 GLUHI ŠTRUKLJI

Sestavine:

- 14 g kvasa (1/3 male kocke)
- pol žličke sladkorja
- žlica moke
- 1 dl mleka
- 1 jajce
- 2 l vode
- 2 žlici drobtin
- 250 g moke
- žlica masla
- 2 žlici soli.

Postopek:

Naredimo kvasni nastavek in ga damo na toplo površino. Nato pogrejemo mleko in ga vlijemo v posodo. Dodamo še sol, jajce in moko. Vse skupaj dobro pregnetemo in vzhajamo 40 minut. Nato z roko raztegnemo testo in ga razrežemo 5 x 5cm velike kvadrate in pustimo še 10 minut vzhajati. Kuhamo v vodi s ščepcem soli 15 minut in med tem ne smemo dvigniti pokrovke. V drugi posodi prepražimo drobtine z maslom. Gluhe štruklje s cedilom poberemo iz posode, posujemo z drobtinami in postrežemo.

Recept je bil zapisan iz ustnega izročila Anjine babice Peternel (Peternel Marija, roj. 1953, upokojenka, Gorenja Žetina, Gorenja vas-Poljane).

Slika 24: Priprava testa

Slika 25: Gnetenje testa

Slika 26: Narezano testo

Slika 27: Kuhanje štrukljev

Slika 28: Praženje drobtin z maslom

Slika 29: Pripravljeni gluhi štruklji

Biotehniška šola Šempeter pri Gorici

avtorji Kelli Kovačič, Kerstin Frančeškin, Suzana Lipanje

mentorici Tanja Malik, Vesna Rajšp

PRILOGE NA KRASU

V raziskovalni nalogi smo raziskovale priloge na Krasu. Naš namen je bil izvedeti ali so se skozi čas priloge spremenile, ter kakšna je vsebnost maščob nekoč in danes. Katere vrste prilog so na Krasu, poznavanje razlike med prilogo in prikuho, količina v postreženi porciji to je le peščica vprašanj, ki so se nam rojila po glavi ob samem začetku raziskovanja

Ugotovili smo, da so se priloge spremenile ne le v količini na porcijo, vendar tudi v količini maščob. Vse bolj so priljubljene ocvrte priloge, ker so zaradi velike količine maščob in soli bolj okusne in tudi hitreje pripravljene. S smernicami zdrave prehrane pa se ljudje poslužujejo tudi tistih prilog z manj maščobe. Posegajo tudi po zelenjavnih prikuhah, ter solatah namesto težjih in bolj nasitnih prilog. Vrste maščob so se bistveno spremenile z porastom ljudi, kateri se izogibajo živalskih izdelkov (vegani in vegetarijanci).

Pri raziskovanju prilog v domačih gospodinjstvih smo si pomagale z anketnim vprašalnikom. Rezultati so nas presenetili, saj je bila količina rastlinskih in živalskih maščob skoraj enakovredna. Nekatere priloge izginjajo saj jih ljudje ne poznajo ali pa vzamejo preveč časa, da bi jih ljudje pripravljali večkrat na teden.

RECEPTI JEDI

PRAŽEN KROMPIR

Sestavine:

- 0.5 kg krompirja
- 1 veliko čebulo
- Svinjsko mast z ocvirki ali poljubno rastlinsko olje
- sol
- poper

Postopek priprave:

Krompir v olupku skuhamo do mehkega, ko je kuhan ga olupimo in ga ohladimo. Ohlajenega razrežemo na kolobarčke. Na svinjski masti ali poljubnem rastlinskem olju prepražimo sesekljano čebulo do zlatorjave barve. Ko čebula pozlati ji dodamo kolobarčke krompirja in začinimo s soljo in poprom. Krompir previdno mešamo z kuhalnico tako, da ne uničimo kolobarčkov krompirja.

ŠPINAČNI PUDING

Sestavine:

- 4 dag presnega masla
- 6 jajc
- 10 dag špinače
- V mleku namočene sredice kruha treh žemelj
- 0,25 L smetane
- Peteršilj
- Strok česna
- Poper
- Sol

Postopek priprave:

Ločimo rumenjake od beljakov. Rumenjakom penasto vmešamo zmehčano maslo in iz beljakov stepemo sneg. Rumenjakom in maslu dodamo na drobno sesekljano kuhano špinačo, ožete sredice kruha, ki smo jih namočili v mleku, smetano, sesekljan peteršilj, na drobno sesekljan česen, sol in poper. Vse sestavine skupaj dobro zmešamo in narahlo primešamo beljakov sneg. Maso vlijemo v dobro namaščen pekač, ki smo ga posuli z drobtinami. Kuhamo na sopari približno 20-30 minut.

BLEKI

Sestavine:

- 500g bele moke tip 500
- 5 jajc

Postopek priprave:

Moko presejemo in vanjo naredimo jamico v katero ubijemo pet jajc. Maso gnetemo toliko časa da nastane gladka kepa testa. Testo razvaljamo na debelino 3mm kar s pomočjo strojčka za testenine. Razvaljano testo razrežemo s pomočjo okroglega rezalnega noža.

BUČKINI POLPETI

Sestavine:

- 800g bučk
- 150g feta sira
- 100g ribanega sira
- 130g moke
- 3 jajca
- 2 žlički pecilnega praška
- malo nasekljanega peteršilja
- strok česna
- sol
- poper

Postopek priprave:

Bučke naribamo in posolimo. Po približno desetih minutah jih ožamemo, da odstranimo odvečno vodo. V posodo z bučkami dodamo feta sir, nariban sir, moko, jajca, pecilni prašek, nasekljan peteršilj, strok česna ter začinimo s poprom. Vse skupaj dobro zmešamo dokler ne dobimo homogene zmesi. Maso z žlico damo na peki papir in spečemo.

RIŽ NA BELO

Sestavine:

- 1 kozarec kratkozrnatega riža za rižote
- 1 majhno čebulo
- olivno olje
- 10g masla
- jušno osnovo

Postopek priprave:

Čebulo na drobno nasekljamo in jo pocvremo na olivnem olju. Ko čebula pozlati ji dodamo kozarec riža, ki ga prepražimo, da postekleni. Rižu dodamo približno dva kozarca jušne osnove (lahko več ali manj po potrebi) in kuhamo na zmernem ognju. Ko je riž skuhan mu dodamo še maslo in sol. Tako pripravljen riž lahko postrežemo k raznim vrstam mesa z omako.

BELA POLENTA S POPEČENIM PRŠUTOM

Sestavine:

- 50g bele polente za hitro pripravo
- 10g masla
- sol
- pršut

Postopek priprave:

V slanem kropu skuhamo polento. Kuhano polento damo v pekač, ki smo ga predhodno namastili, da se ohladi. Ohlajeno polento razrežemo na enako velike kose ter jo popečemo na ponvi z malo masla. Koščke pršuta popečemo na ponvi do hrustljavega in jih potresemo po polenti. Po želji lahko pršut popečemo z malo več maščobe in ga čez polento prelijemo kot zabelo.

Grm Novo mesto – center biotehnike in turizma, Kmetijska šola Grm in biotehniška gimnazija

avtorici Patricija Muc, Nika Murn

mentorica Damjana Hosta

PRILOGE IZ ZELENJAVE

V nalogi je obravnavana tematika prilog k jedem, s posebnim poudarkom na prilogah, pripravljenih iz živil, ki jih pridelujemo na domačih vrtovih in njivah, kot so krompir, zelje in repa. Raziskava je bila osredotočena na pogostost uživanja teh prilog, njihove načine priprave, sezonsko razpoložljivost in dostopnost sestavin v različnih socialnih okoljih.

Krompir je še vedno najpogosteje uporabljeno živilo kot priloga na podeželju, saj se skoraj vsakodnevno pojavlja kot priloga na različne načine. Glede na vrsto krompirja se priloge pripravljajo v različnih oblikah, kot so samostojne priloge, priloge iz krompirjevega testa in žganci. Zagotovo pa je še vedno najpogostejša samostojna krompirjeva priloga iz praženega krompirja, pripravljenega na različne načine, ki je skoraj zagotovo prisoten pri tradicionalnem slovenskem nedeljskem kosilu, ki ga sestavlja goveja juha z govedino in hrenom, svinjska pečenka, pražen krompir in solata. Med zelo priljubljene samostojne krompirjeve priloge spada pire krompir, ki je zelo priljubljen med mlajšimi člani družine. Pogosto pa se pojavlja tudi v drugih oblikah prilog, med katere spada tudi matevž, ki pa je vrsta priloge k kateri je dodan fižol. Za matevža, ki je poznano tudi pod drugimi imeni kot so krompirjev mož, medved, »zmešanc«.

Za pripravo jedi pa so bila pomembna tudi živila, ki so bila konzervirana na različne načine. Najpogostejše konzervirano živili sta bili kislo zelje in kisla repa, kis ta bila na voljo v vsakem gospodinjstvu v zimskem času. Tako sta bili ti dve živili priloga mastnim glavnim jedem kot so

različne klobase, ki so bile na voljo tudi zaradi kolin, ki so bile značilne za zimske mesece, vse od novembra pa do aprila.

Raziskava je vključevala primerjavo načinov priprave teh prilog v različnih gospodinjstvih. Ugotovljeno je bilo, da so v kmečkih gospodinjstvih priloge pogosto pripravljene v večjih količinah in servirane skupno, medtem ko so v mestnih gospodinjstvih količine hrane bolj premišljeno izračunane na število oseb in postrežene porcijsko. Razlike so bile opažene tudi v pripravi obrokov med različnimi generacijami, saj mlajše generacije uporabljajo manj maščobe in pri pripravi hrane se poslužujejo več električnih kuhinjskih pripomočkov.

Poleg tega so bile razlike v uživanju kislega zelja in kisle repe, ki sta sezonski prilogi. V zimskem času sta ti dve živili na jedilniku pogosteje, medtem ko sta v poletnih mesecih redkeje prisotni. Kislo zelje se uživa v večjih količinah v primerjavi s kislo repo. Ugotovljeno je bilo tudi, da so na kmetijah še vedno v veliki meri prisotna tradicionalna živila, katerih pridelava je odvisna od naravnih pogojev poleg tega pa zagotavljajo visoke pridelke in na ta način tudi prehransko varnost.

Pražen krompir po Murnovo

Neolupljen krompir skuhamo v osoljeni vodi. Krompir olupimo. Na maščobi v kateri se je prej pekla pečenka prepražimo nasekljano čebulo. Ko je čebula zlato-rjave barve na ponev pretresemo krompir. Krompir potlačimo z tlačilcem za krompir. Krompir pustimo malo na ognju, da spodaj naredi zlato hrustljavo skorjo.

Slika: Priprava kuhanega krompirja za ribanje

Vir: Lasten vir, Murn 2025.

Pražen krompir družine Muc

V slani vodi skuhamo celi krompir v slani vodi. Kuhan še vroč krompir ocedimo, olupimo in narežemo na rezine. V ponvi prepražimo čebulo do zlate rjave barve, dodamo narezan krompir in ga posolimo. Premešamo s kuhalnico in pečemo do bledo-rjave barve.

Matevž po Murnovo

Fižol dan prej namočimo in ga skuhamo naslednji dan. Posebej olupimo krompir ga narežemo na manjše kose in damo kuhati v soljeno vodo. Krompir kuhamo približno 20 do 25 minut, ko zavre (odvisno od velikosti kosov). Fižol stlačimo posebej z vilicami, krompir pa z tlačilcem za krompir. Potem fižol in krompir zmešamo skupaj in ga postrežemo. Po želji matevž zabelimo z ocvirki.

Slika: Matevž s pečenico

Vir: Lasten vir, Murn 2025.

Matevž družine Muc

Fižol namočimo v mrzlo vodo, ki ga naslednji dan skuhamo. Posebej skuhamo olupljen in na kose narezan krompir, ga solimo in kuhamo do mehkega. Ko je fižol kuhan ga potlačimo v cedilu z leseno tlačilko in ga dodamo kuhanemu krompirju ter oboje premešamo. Vse skupaj po potratni dodatno posolimo in zalijemo z ocvirki.

Slika: Lesena tlačilka za fižol in krompir

Vir: Lastni vir, Muc 2025.

Pire krompir po murnovo (za 6 oseb)

3l lonec do ¾ napolnimo z olupljenim in na kose narezanim krompirjem. V lonec nalijemo toliko vode, da je krompir prelit. Ga posolimo in skuhamo. Ko je krompir kuhan ga odcedimo in potlačimo z tlačilcem za krompir vmes pa dodajamo malo toplega mleka (če mleka damo preveč, pride pire bolj redek), masla in malo kisle smetane. Tlačimo toliko časa, da je zmes brez grudic in da je zmes na koncu gladka.

Slika: Pire krompir

Vir: Lastni vir, Murn 2024.

Pire krompir družine muc

Olupimo krompir in ga narežemo na kose. Kose krompirja damo kuhati v osoljeno vodo, vode pa dolijemo toliko da je ves krompir pokrit. Ko je skuhan mu dodamo sol, maslo in mleko. Vse skupaj zmiksamo z paličnim mešalnikom, dokler ni krompir gladek in brez grudic.

Krompir v oblicah po murnovo

Pri Murnovih damo kuhati cel krompir. Ko je kuhan ga olupimo in narežemo na kocke ali pa na podolgovate plasti, če kdo želi dodati maslo in sol.

Pri Mucih imamo zelo enostavni postopek za krompir v oblicah. Olupimo in narežemo na približno enako velike kose, damo kuhati v osoljeno vodo in pustimo kuhati, dokler ni krompir mehak. Ga serviramo na krožnik z klobaso ali krvavico in zalijemo ga z ocvirki.

Slika: Krompir v oblicah z sarmo in ocvirki

Vir: Lastni vir, Muc 2025

Kislo zelje po Murnovo

Iz kozarca kislo zelje stresemo v posodo, enkrat ga operemo in damo kuhati. Kuha se samo toliko časa, da zavre. Takoj ko zavre, ga odstavimo od ognja, odcedimo odvečno zeljnico in zabelimo z ocvirki ter postrežemo ob klobasi, krvavici, …

Kisla repa po Murnovo

Iz kozarca jo stresemo v posodo in ko zavre jo kuhamo še približno eno uro. Ko je repa kuhana jo zabelimo z ocvirki in dodamo kot prilogo.

Slik: Priprava prilog iz krompirja in kislega zelja s klobaso

Vir: Lasten vir, Murn 2025.

Grm Novo mesto – center biotehnike in turizma, Kmetijska šola Grm in biotehniška gimnazija

avtorice Ivana Bavdek, Vita Peternelj, Maja Smrekar

mentorica Anja Krošelj

OD ZAHODA PROTI VZHODU

Kulinarična dediščina Severne Primorske in Posavja

Slovenija je dežela raznolike kulinarike, kjer vsaka pokrajina pripoveduje svojo zgodbo skozi tradicionalne jedi. V seminarski nalogi Od zahoda proti vzhodu so pod drobnogled vzete priloge iz Severne Primorske ter Posavja s Kozjanskim, pri čemer smo izpostavile najbolj značilne jedi: Idrijske žlikrofe, Bizeljsko mlinčevko, različne štruklje in krape.

Priloge v slovenski kulinariki

Priloge v Sloveniji odražajo geografske in zgodovinske vplive na prehrano prebivalstva. Razlikujejo se glede na sestavine, način priprave in regijske posebnosti: v zahodnem delu države so bolj pogoste testenine, krompir in koruzne jedi. V vzhodnih regijah prevladujejo jedi iz moke, kaš, štruklji in različni krapi. Najpogostejše priloge v slovenski kuhinji so:

- Priloge iz krompirja (pražen krompir, pire, njoki)

- Priloge iz testa (štruklji, žlikrofi)

- Priloge iz riža in drugih žit (riž, prosena in ajdova kaša)

- Priloge iz krompirjevega testa (njoki, svaljki)

Pražen krompir

Značilne tradicionalne jedi iz posameznih regij

Idrijski žlikrofi

Idrijski žlikrofi so testeninski žepki, polnjeni s krompirjevim nadevom, ki vključuje še čebulo, zaseko in začimbe, kot sta majaron in poper. Njihova oblika spominja na Napoleonov klobuk, kar jih dela prepoznavne in unikatne. Žlikrofi so ena redkih slovenskih jedi, ki so zaščitene na ravni EU kot zajamčena tradicionalna posebnost. Tradicionalno se postrežejo s bakalco – omako iz koštrunovega ali zajčjega mesa.

Idrijski žlikrofi

Bizeljska mlinčevka

Bizeljska mlinčevka je posebna večplastna pogača, pripravljena iz kuhanih ali pečenih mlincev, ki jih premazujejo z različnimi nadevi. V Posavju je priljubljena različica z orehovim, skutnim ali jajčnim nadevom, na Kozjanskem je pogosto nadev z jajčnim sirom ali orehov nadev. Mlinčevka se tradicionalno pripravlja ob praznikih in posebnih priložnostih. Leta 2022 je bila dodana na seznam nesnovne kulturne dediščine Slovenije.

Bizeljska mlinčevka

Prfarski štruklji

Prfarski štruklji izvirajo iz Spodnje Idrije, kjer jih že stoletja pripravljajo po posebnem receptu. Gre za štruklje iz kvašenega testa, polnjene z bogatim orehovim nadevom. Po legendi so jih nekoč postregli trem romarjem, ki so obiskali Marijo na Skalci, zato so postali simbol gostoljubja. Danes so pomemben del lokalnih praznovanj in kulinaričnih dogodkov.

Prfarski štruklji

Kozjanski krapi

Kozjanski krapi so polkrožno oblikovani testeni žepki iz ajdovega testa, polnjeni s proseno kašo in skuto, zabeljeni z ocvirki ali kislo smetano. Njihova zgodovina sega v 20. stoletje, ko jih je prvič pripravila Milka Smole, gospodinja s turistične kmetije. Danes so del kulturne in gastronomske dediščine Kozjanskega in pogosto vključeni v lokalne kulinarične prireditve.

Kozjanski krapi

Ajdovi štruklji

Ajdovi štruklji so ena najbolj značilnih slovenskih jedi, priljubljena predvsem v alpskih in predalpskih regijah (Gorenjska, Notranjska, Koroška), pa tudi v Posavju in na Kozjanskem. Pripravljajo jih iz ajdovega testa s skutnim nadevom. Kuhajo se v vreli vodi in postrežejo z drobtinami na maslu ali s kislo smetano. So odlična priloga k mesnim jedem ali kot samostojna jed.

Ajdovi štruklji

Raziskava in njeni rezultati

Da bi preverile poznavanje in pogostost priprave izbranih tradicionalnih jedi med prebivalci Slovenije, smo izvedle raziskavo. Anketni vprašalnik je bil razdeljen preko spleta, dostopen pa je bil tudi v tiskani obliki za osebe, ki nimajo dostopa do interneta. Skupaj je v raziskavi sodelovalo 47 anketirancev različnih starostnih skupin in iz različnih regij Slovenije.

Raziskava je temeljila na petih hipotezah:

1. *Najpogostejša priloga na krožniku Slovencev so priloge iz krompirja.*
2. *Bizeljsko mlinčevko bodo prepoznali predvsem anketiranci iz Posavja.*
3. *Ajdove krape bo prepoznala več kot polovica anketirancev.*

4. *Idrijske žlikrofe bo poznalo več kot 50 % vprašanih, ne glede na regijo.*
5. *Prfarske štruklje bodo poznali samo anketiranci iz Severne Primorske.*

Kot smo pričakovale, je raziskava potrdila, da so krompirjeve priloge najbolj priljubljene v slovenski prehrani. Kar 87,23 % anketirancev je odgovorilo, da jih najpogosteje uživa kot prilogo. To potrjuje, da je krompir kot živilo osrednji del slovenske kulinarike.

Raziskava je pokazala tudi, da kar 91 % vprašanih pozna Idrijske žlikrofe, ne glede na regijo, iz katere prihajajo. To potrjuje hipotezo, da so žlikrofi ena najbolj prepoznavnih tradicionalnih jedi v Sloveniji.

Medtem ko smo pričakovale, da bodo Bizeljsko mlinčevko poznali predvsem prebivalci Posavja, se je izkazalo, da jo pozna le 11 % vseh anketirancev, tudi v Posavju pa jo je prepoznalo zelo malo vprašanih. To kaže, da ta jed ni več tako razširjena niti v svoji izvorni regiji, vendar te rezultate ne moremo posplošiti na celotno regijo, saj vzorec ni bil reprezentativen.

Rezultati so pokazali, da ajdove krape pozna samo 38 % vprašanih, kar pomeni, da hipoteza, da jih pozna več kot polovica anketirancev, ni bila potrjena. To kaže, da gre za manj znano kulinarično posebnost, ki je morda bolj prisotna v določenih lokalnih skupnostih.

Pričakovano je bilo, da bodo Prfarske štruklje poznali le prebivalci Severne Primorske, vendar so jih prepoznali tudi anketiranci iz Gorenjske, Posavja in Notranjske. To pomeni, da je ta jed bolj razširjena, kot smo pričakovale, in da se je njen recept prenesel tudi v druge dele Slovenije, vendar tudi tu težko govorimo o reprezentativnem vzorcu.

Zaključek

Slovenska kulinarika je izjemno raznolika, pri čemer vsaka regija prinaša edinstvene okuse in tradicionalne jedi. Medtem ko nekatere jedi ostajajo del vsakodnevne prehrane, druge tonejo v pozabo. Ohranjanje teh jedi ni pomembno le za kulturno identiteto Slovenije, temveč tudi za razvoj gastronomskega turizma in lokalnega gospodarstva. S prenosom znanja in prilagajanjem tradicionalnih receptov sodobnim prehranskim navadam lahko zagotovimo, da bodo te jedi še naprej del slovenske kulinarične dediščine.

Viri in literatura

Bogataj, J. (2021). *Gastronomija Alpske Slovenije*, Ljubljana: Hart

Bogataj, J. (2021). *Gastronomija Panonske Slovenije*, Ljubljana: Hart

Bogataj, J. (2007). *Okusi Slovenije*, Ljubljana: Darila Rokus, d.o.o. dostopno na: https://books.google.si/books?id=0aqK6C2K9rcC&printsec=frontcover&hl=sl#v=onepage&q&f=false

Kužnik, L. in Rangus, M. (2017). *Okusi Posavja: Izzivi prehranske kulturne dediščine*. Ljubljana: Založba Kmečki glas

Zalar, J., Vrandečič, J., Horvatin, A., Suwa Stojanovič. M. (2021). Kuharstvo Ljubljana: DZS

https://sloveniaholidays.com/severna-primorska_1/?nearMe=35&nearMeTxt=Gostinska%20ponudba

https://www.rra-posavje.si//posavje

https://www.gov.si/assets/ministrstva/MK/DEDISCINA/NESNOVNA/RNSD_SI/Rzd-02_00103.pdf

STROKOVNA KOMISIJA IN ORGANIZACIJA

Strokovna komisija

dr. Stojan Kostanjevec

mag. Marlena Skvarča

dr. Mateja Habinc

Organizatorja

Zveza za tehnično kulturo Slovenije

in

Grm Novo mesto – center biotehnike in turizma

Uredila

Helena lesar, ZOTKS

Novo mesto, marec 2025