

**Zjutraj jej kot kralj,
opoldne kot meščan,
zvečer kot berač!**



**Osnovnošolski
kuharski mojstri**

**VEČSTOPENJSKA ŠOLA
PRI SV. JAKOBU**

NASLOV: Zjutraj jej kot kralj, opoldne kot meščan, zvečer kot berač! -
Osnovnšolski kuharski mojstri Večstopenske šole pri Sv. Jakobu -Trst

Besedilo: učenke, učenci in učiteljice:

OŠ Josipa Ribičiča pri Sv. Jakobu

in

OŠ Ivana Grbca – Marice Gregorič –Stepančič v Škednju

Besedila sta zbrali: Alenka Dobrila in Carmen Hrvatič

Oblikovala in tehnično uredila: prof. Magda Samec

Ilustracija na naslovnici: Luna Maria Detoni

Fotografija na uvodni strani: Leonardo Balducci

Fotografija na zaključni strani: Mitja Ferigutti

Projekt DEKD in TDK 2021 (25.9.- 9.10.2021):Dober tek!

Kraj in dan dogodka: Trst, ul. Frausin12-14, sreda, 6.10.2021 ob 14.30

Večstopenska šola pri Sv. Jakobu se pridružuje vseslovenskim aktivnostim ob imenovanju Slovenije za nosilko naziva Evropska gastronomska regija 2021. Slovenija si bo z nazivom prizadevala doseči boljšo kakovost življenja in sicer s poudarjanjem edinstvene kulinarčne kulture, izobraževanju za bolj zdravo in sonaravno življenje ter spodbujanjem inovativnosti v gastronomiji. Več v publikaciji [Okusiti Slovenijo](#).


Slast in strast

Knjiga osnovnošolskih kuharskih mojstrov je mali, pravzaprav veliki čudež. Iz več razlogov: v času vse bolj nore navezanosti na svet spleta, telefončkov in socialnih omrežij ter medsebojne odtujenosti nas naša najmlajša generacija preseneča s knjigo, ki govori o raziskovanju naše kulinarčne tradicije in hkrati o spoznavanju tradicije drugih in drugačnih, ki živijo v naši sredi in ki prav zaradi tega postajajo vse manj drugačni in drugi. V enem samem zamahu je to poklon našim koreninam in spoštljivo iskanje korenin drugih. In iskanje postaja s tem medsebojno sprejemanje. Iz receptov, za katerimi vzremo živahne, radovedne, nagajive in zvedave oči malih kuharskih mojstrov, upravičeno vejeta slast in strast iskanja kuharskih skrivnosti, ki so izraz različnih tradicij in navad ter našega odnosa do njih. Knjiga v izbrani jezikovni in likovni podobi tudi nastaja v prostoru in času, ki se soočata s stisko jezika, a ki hkrati ponižno, pa dovolj jasno dokazuje, da jo lahko uspešno premagujemo in da ob naših prizadevanjih bržčas ne zmore biti tako silovita, kot se nam včasih zdi.

Za našimi najmlajšimi stoji ljubezenska bližina in vešča roka učiteljic - Alenke Dobrila, Carmen Hrvatič in Magde Samec, kar znova dokazuje, kaj vse zmore naša šola, ko ve za pravo smer.

Naši mali kuharski mojstri nam s to knjigo ponujajo preprost, normalen, a zelo dragocen odgovor na izzive današnjega časa: kako lepo je živeti skupaj! Kako bogatejši smo, če dediščino lastnega naroda posredujemo drugim in če istočasno spoznavamo ter sprejemamo njihovo. Kako žlahten je ta mali, a tudi veliki korak!

Maja Lapornik



Dober tek!

DNEVI EVROPSKE
KULTURNE DEDIŠČINE
IN TEDEN KULTURNE
DEDIŠČINE

25. 9.–9. 10. 2021

Program prireditev
in dejavnosti
www.zvkds.si

Dnevi evropske kulturne dediščine (DEKD) 2021

Tema: Dober tek!

Spoštovani starši, dragi učenci in učenke, pozdravljeni vsi prijatelji,

v šolskem letu 2021/22 Večstopenjska šola pri Sv. Jakobu sodeluje pri oblikovanju programa Dnevov evropske kulturne dediščine - DEKD 2021. Letošnja tema je: "Dober tek!".

Kulinarične navade so del družinskega zaklada, ki jih vsaka družina prenaša iz roda v rod in s tem predaja mlajšim generacijam narodnostno in kulturno bogastvo. Različne jedi nam razkrivajo spretnosti, šege in navade. Spoznali smo različne okuse, sestavine, začimbe, jedi, ki jih doma pripravljamo ob različnih priložnostih:

verskih praznovanjih (sv. Martin, božič, velika noč, ramadan ...)

posvetnih praznovanjih, (novo leto, pust ...)

prijateljskih druženjih (družinski prazniki, razne obletnice, rojstni dnevi ...) in

jedi značilne za različne letne čase.

Skupaj z vami smo ustvarili multikulturni kuharski priročnik. Posredovali ste nam svoje okusne recepte, ki ste jih skupaj s svojimi otroki pripravili, fotografirali in zapisali. Z vašo pomočjo in sodelovanjem smo ustvarili to zanimivo, pisano kuharsko knjigo, s katero spoznavamo različne okuse, prehrabene navade, države in kulture.

Na današnjem dogodku v sklopu projekta DEKD 2021 vam predstavimo našo kuharsko knjigo **ZJUTRAJ JEJ KOT KRALJ, OPOLDNE KOT MEŠČAN, ZVEČER KOT BERAČ! - OSNOVNŠOLSKI KUHARSKI MOJSTRI**. Iz priročnika nam lepo zadiši in se nam cedijo sline ob pogledu na opisane dobrote. Kuharski priročnik, ki ga držite zdaj v rokah je dosegljiv tudi kot e-knjiga na spletni strani naše Večstopenjske šole pri Sv. Jakobu: <https://www.dijak.edu.it/>

S pobudo "Dober tek!" si prizadevamo, da bi dosegli boljšo inkluzivnost v naši skupnosti. Ob pogrneni in obloženi mizi, v prijetni družbi, z vsakim grižljajem spoznamo soseda in raznolikost kultur, ki domujejo v naši šoli. S poudarjanjem edinstvene kulinarične kulture, gojimo istočasno dobre medsebojne odnose, bolj zdravo in sonaravno življenje vseh nas.

Trst, 6. oktober 2021

Šolski referentki

Alenka Dobrila in Carmen Hrvatič



Večstopenjska šola pri Sv. Jakobu



Predjedi, prigrizki, priloge



| <i>Kuhar - kuharica</i> | <i>Jed</i> | <i>str.</i> |
|-------------------------|---|-------------|
| Filippo Porro | DOMAČI KRUH | 4 |
| Gaia Negrini | SLANA TORTA | 5 |
| Ilija Kostić | POGAČA S PRŠUTOM | 6 |
| Josip Roso | BAKALA – POLENOVKA NA BELO - BAKALAR - <i>BACCALA ' MANTECATO ALLA TRIESTINA</i> | 7 |
| Laura Bessarione | PIRHI | 8 |
| Laura Knežević | TRŽAŠKI ZELENI RADIČ S FIŽOLOM IN PARADIŽNIKI | 9 |
| Lucija Katalinić | VIŠKA POGAČA | 10 |
| Matthias Furlan | PICA MARGHERITA | 11 |
| Viola Benedet | POHANE BUČKE | 12 |
| Carmen Hrvatić | ŽOLCA - Ž'PCA | 13 |

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Filippo Porro | 3. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

DOMAČI KRUH

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Tu pri nas

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Ta je naša super hrana, ki nam polni želodčke vsak dan.

Sestavine :

- 750 g moke
- 25 g svežega kvasa
- 1 čajna žlička sladkorja
- 3 čajne žličke soli
- približno 0,5 L mlačne vode
- 1 jedilna žlica olja



Postopek priprave:

1. V skodelico nadrobimo kvas, dodamo žličko sladkorja in malo mlačne vode.
2. Premešamo in pustimo, da na toplem kvasec vzhaja.
3. V skledi zmešamo moko in sol. V sredini naredimo jamico, vanjo vlijemo olje in kvasec, malo premešamo in dolijemo mlačno vodo. Točna količina vode je odvisna od moke same.
4. Testo gnetemo toliko časa, da dobimo elastično zmes, ki samo odstopi od sklede.
5. Nato oblikujemo hlebček in pustimo vzhajati v skledi, počakamo toliko časa, da naraste na dvojno količino.
6. Vzhajano testo stresemo na pomokano površino, še enkrat na roke dobro pregnetemo in oblikujemo želeno obliko.
7. Testo položimo v podolgovat pekač, obložen s peki papirjem. Pekač postavimo na toplo, da testo še enkrat vzhaja.
8. Vzhajano testo postavimo v predhodno ogreto pečico na srednjo rešetko in 15 minut pečemo pri temperaturi 220°C nato pa še 20 minut na 200°C.
9. Pečen kruh s pomočjo peki papirja vzamemo iz modela in odložimo na rešetko, da se ohladi.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Gaia Negrini | 1. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

SLANA TORTA

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Italija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Za predjed ali za večerjo

Sestavine :

- 1 listnato testo
- 1 par hrenovk
- 1 čebula
- 70 g oljk
- sir po lastnem okusu



Postopek priprave:

1. V ponvi prepražimo sesekljano čebulo, da postekleni in dodamo na kolobarje narezane hrenavke. Oljke razkoščičimo in jih pomešamo s hrenovko in čebulo.
2. Razvijemo listnato testo in ga prebodemo z vilicami. Damo ga v pekač obložen s peki papirjem.
3. Z veliko žlico razporedimo ohlajene prepražene sestavine in dodamo izbrani sir.
4. Pečemo v pečici na 220° C približno 30 minut.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Ilija Kostić | 2. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

POGAČA S PRŠUTOM

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Srbija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Jed pripravimo v različnih letnih časih.

Sestavine :

Testo:

- 200 ml toplega mleka
- 1 kvasna kocka
- 1 čajna žlička sladkorja
- 600 g bele moke
- 1 jajce
- 150 ml olja
- 1 čajna žlička soli

Nadev:

- Rezine pršuta



Premaz:

- 1 jajce
- malo mleka
- sezamovo seme

Postopek priprave:

1. V 200 ml mlačnega mleka damo kvas in žličko skladkorja, premešamo in pustimo vzhajati 10 minut.
2. Med tem časom pripravimo testo: v moko primešamo jajce, olje, kvasec in nazadnje še žličko soli.
3. Testo dobro umesimo in zgnetemo, da dobimo gladko maso.
4. Pustimo vzhajati 30 - 35 minut.
5. Ko se je vsebina testa podvojila, jo razdelimo na približno 10 enakih delov. Vsak del razvaljamo. Vanj položimo rezino pršuta in ga zavijemo kot rolado. Dele položimo v pekač v obliki rožice.
6. Nato v kozarec ubijemo jajce, dodamo malo mleka in dobro premešamo. Vsebino polijemo po testu. Po želji lahko po vrhu potresemo sezamovo seme.
7. Pogačo pečemo v peči pri 180° C približno 30 - 35 minut.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Josip Roso | 5. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

BAKALA - POLENOVKA NA BELO – BAKALAR - BACCALA' MANTECATO ALLA TRIESTINA

Kraj ali država – izvor jedi

Jadransko primorje – otok Brač

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Bakala - bakalar, je tradicionalna obmorska praznična jed, ki jo še danes pogosto postrežemo na predbožični večer.

Sestavine :

- 500 g polenovke - bakalarja
- 400 ml olivnega olja
- 2 stroka česna
- 1 žlica nasekljanega peteršilja
- 1 ščepec soli
- 1 ščepec popra



Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Polenovko operemo in osušimo s papirnato brisačo. Nato jo potolčemo s kuhinjskim kladivom in jo čez noč pustimo, da se namoči v vodi.
2. Naslednji dan polenovko skuhamo in jo očistimo tako, da ji odstranimo kosti in kožo. V posodo damo ribje meso in dodamo dva decilitra segretega olja. Počakamo, da se meso napoji.
3. Namočeno meso z oljem damo v kuhinjski mešalnik skupaj s sesekljanim peteršiljem in česnom.
4. Zmes mešamo toliko časa, da postane kremasta. Nato še posolimo in poporamo.
5. Serviramo kot namaz na kruhu ali polenti.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Laura Bessarione | 3. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

PIRHI ALI VELIKONOČNA JAJCA

Kraj ali država – izvor jedi

Slovenija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Pirhe barvamo na veliki petek.

Sestavine :

- jajca
- hlačne nogavice
- različne spomladanske rastline (detelja, peteršilj, trobentice ...)
- čebulni olupki za rdečo barvo
- kava za rjavo barvo
- rdeča pesa za rožnato barvo
- borovnice za modro barvo
- zeleni čaj za zeleno barvo

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Najprej pripravimo različne liste ali cvetove rastlin. Te skrbno operemo in položimo na kuhinjske brisačke, da se posušijo.
2. Na jajce skrbno položimo rastlino in jo ovijemo s hlačno nogavico, tako da tkanina pritisne rastlino ob jajce. Lupino premažemo z beljakom, da se bo zelenje lažje prijelo. Kos hlačne nogavice nato na vrhu zvežemo z vrvico.
3. Jajca kuhamo v vodi in kisu z izbranim naravnim barvilom približno 10 minut. Ko so jajca skuhana, obarvano vodo odcedimo in v lonec dolijemo hladno vodo, v kateri se jajca ohladijo. Vsako jajce odvijemo.
4. Ko se jajca popolnoma ohladijo jih lahko namažemo z oljem, da se svetijo.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Laura Knežević | 5. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

TRŽAŠKI ZELENİ RADIČ S FIŽOLOM IN PARADIŽNIKI

Kraj ali država – izvor jedi

Trst

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Od pozne pomladi do jeseni

Sestavine :

količine po lastni potrebi in okusu

- radič
- fižol
- paradižnik

obela:

- ščepec soli
- ščepec popra
- kis
- oljčno olje

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Namočimo in skuhamo fižol.
2. Očistimo in temeljito operemo radič in paradižnik. Paradižnik narežemo na rezine.
3. V veliko skledo damo tržaški radič, fižol in paradižnik ter zabelimo.
4. Po želji dodamo trdo kuhano jajce, seseklano čebulo, česen ali različna semena.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Lucija Katalinić | 2. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

VIŠKA POGAČA

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Dalmacija – otok Vis

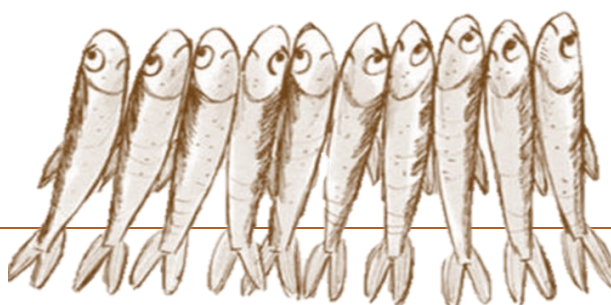
V kateri priložnosti jo pripravimo?

Viška pogača je ena izmed najbolj priljubljenih tradicionalnih dalmatinskih jedi. V lokalih in restavracijah je prava uspešnica vsako poletje.

Sestavine :

Testo:

- 1 kg moke
- 500 ml vode
- 1 kocka kvasa
- ščepec soli
- 2 - 3 žlice olivnega olja
- Nadev:
- 500 g čebule
- 15 - 20 kosov slanih sardel
- 250 g paradižnikove mezge



Postopek priprave:

1. V skledi zamesimo vse sestavine. Premažemo z oljčnim oljem in pustimo, da vzhaja.
2. Sesekljamo čebulo na kolobarje in jo dušimo na oljčnem olju. Dodamo paradižnikovo mezgo.
3. Po približno pol ure testo ponovno zamesimo in ga razdelimo na dva dela.
4. Prvo polovico testa razvaljamo, položimo v pekač in razporedimo omako. Potem nanjo položimo sardele.
5. Razvaljamo še drugi del testa, s katerim pokrijemo nadev in spojimo robove.
6. Premažemo z oljčnim oljem in postavimo v pečico na 200° C za 30 minut.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Matthias Furlan | 3. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

PICA MARGHERITA

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

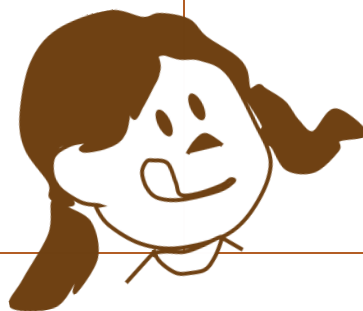
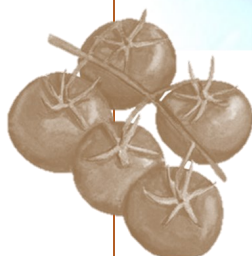
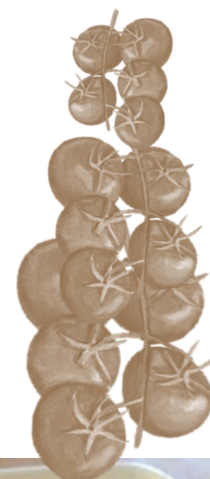
Italija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Za kosila in večerje ali kot prigrizek

Sestavine :

- 15g kvasa
- 300 ml vode
- 1 žlica olja
- 1 žlica sladkorja
- ščepec soli
- 300 g moke
- 400 g paradižnikove omake
- 250 g mocarele
- malo origana



Postopek priprave:

1. Stresemo moko v skledo, dodamo kvas, sol, olje, vodo in vse dobro premešamo in zgnetemo.
2. Testo naj vzhaja v pokriti skledi približno 30 minut.
3. Delovno površino posujemo z moko in nanjo položimo vzhajano testo.
4. Testo raztegnemo ali razvaljamo. Položimo ga v pekač.
5. Testo razmažemo s paradižnikovo omako. Dodamo narezano mocarelo in origano.
6. Pečico segrejemo na 200° C in vanjo položimo pico.
7. Pico pečemo približno 15 - 20 minut.
Pica je pripravljena.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Viola Benedet | 4. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

POHANE BUČKE

Fotografija pripravljene jedi:



Kraj ali država – izvor jedi

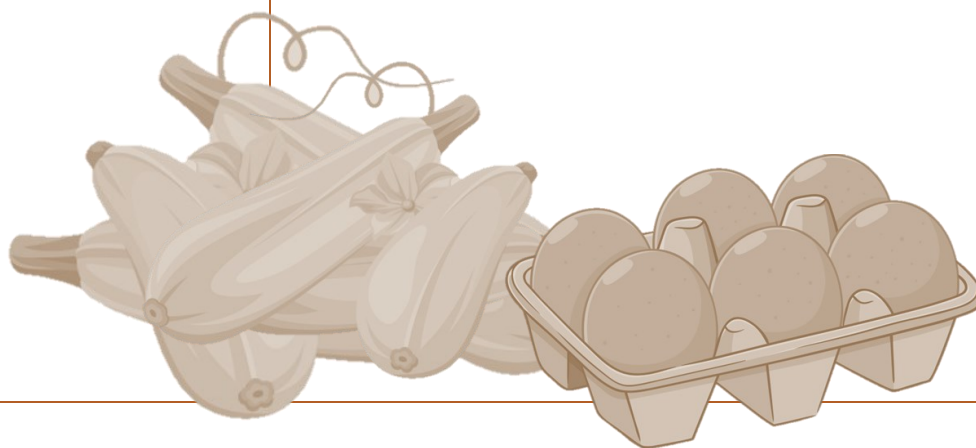
Sredozemlje

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Preprosta poletna jed, namenjena brezskrbnim družinskim prigrizkom.

Sestavine :

- 800 g svetlih ali temnih bučk
- 2 jajci
- 2 ščepca soli
- 100 g moke
- 220 g krušnih drobtin
- olje za cvrtje



Postopek priprave:

1. Bučke operemo, narežemo na tanke rezine. Jajca ubijemo v globok krožnik, jih posolimo in razžvrkljamo. Pripravimo si posodi eno za moko in eno za krušne drobtine.
2. Bučkine rezine najprej povaljamo v moki, nato jih potopimo v jajčno zmes, na koncu pa povaljamo še v drobtinah.
3. Na kuhalnik pristavimo srednje veliko ponev in v njej segrejemo olje. Bučke cvremo približno 10 minut, da pridobijo zlatorjavo barvo. Položimo jih na papirnate brisačke, da se odcedi odvečna maščoba.
4. Pohane bučke serviramo na krožnike in jih ponudimo kot glavno jed, prilogo ali prigrizek.

DOBER TEK!

| <i>Učiteljica/kuharica</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------------|--------------------|
| Carmen Hrvatič | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

ŽOLCA – Ž'PCA

Kraj ali država – izvor jedi

Slovenija, Avstrija, Istra, Furlanija Julijska krajina

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Žolca ji rečemo knjižno, pri nas pa žiuca, žuca, žopca, ž'pca ... To je domača strjenka, želatina iz juhe. Recept sem podedovala od moje babice Marije. Od nje sem se ga naučila in kot ona kuham ž'pco za veliko noč.

Sestavine :

- 2 svinjska uhlja
- 2 svinjski nogici
- 500 g govejega jezika
- 700 – 800 g telečjih nogic s kitami
- 1 čebulo
- 1 česen
- 2 srednje velika korenčka
- 2 lovorjeva lista
- 5 zrn črnega popra
- ščepec soli

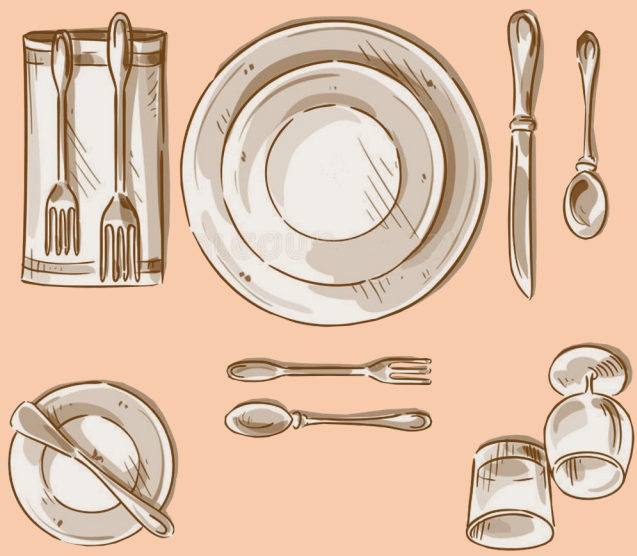
Fotografija pripravljene jedi:



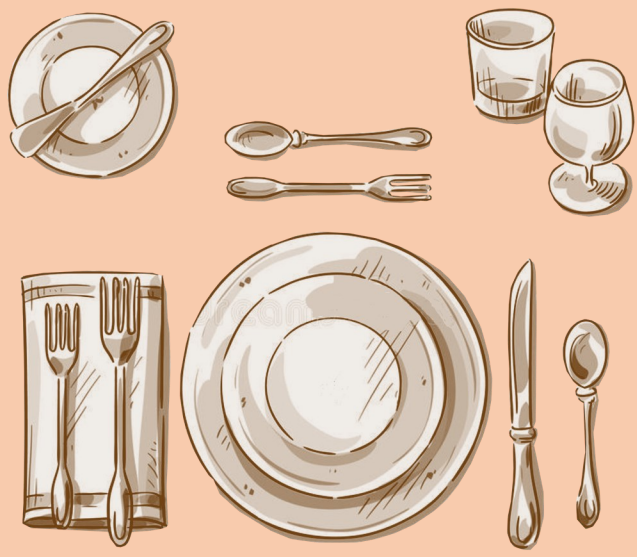
Postopek priprave:

1. V velik lonec stresemo vse sestavine in nalijemo toliko vode, da vse prekrije.
2. Kuhamo na zmernem ognju približno 4 ure.
3. Sproti odstranjujemo maščobo, ki se nabira na površju.
4. Po 4 urah odstranimo lonec s štedilnika. Iz lonca poberemo meso, odstranimo kosti, ga razrežemo na koščke in jih enakomerno porazdelimo po krožnikih.
5. Juho precedimo in ponovno odstranimo maščobo, ki se je nabrala na površju.
6. Z zajemalko zalijemo meso v krožnikih. Dodamo oprane in posušene sveže lovorjeve liste, ki jih namestimo v krožnike in simbolizirajo Jezusov križ.
7. Ž'pco pustimo, da se ohladi in strdi.
8. Postrežemo jo za veliko noč kot malico ali predjed.

DOBER TEK!



Dober tek!



Glavne jedi in prikuhe



| <i>Kuhar - kuharica</i> | <i>Jed</i> | <i>str.</i> |
|-------------------------------------|--|-------------|
| Aleksandar Zarić | VRAŽJI ŠPAGETI <i>SPAGHETTI AGLIO, OLIO E PEPERONCINO</i> | 17 |
| Alida Riosa | MARTINOV KROŽNIK: KLOBASE, ZELJE IN KROMPIR | 18 |
| Andrea in Nicolò Santulin | PICA | 19 |
| Angelina in Vasilije Vuk Kuzmanović | GOLAŽ | 20 |
| Artur Cocetta | ŠPARGLJEVA RIŽOTA | 21 |
| Asia Negrini | TESTENINE - KARBONARA | 22 |
| Asia Olivo | BUČKE IN KROMPIR Z GORGONZOLINO OMAKO | 23 |
| Bryan Trojer | JOTA | 24 |
| Christian Bruni | VLIVANCI - <i>SPATZLE</i> - <i>GNOCCHETTI TIROLES</i> | 25 |
| Denise Gašperšič | BUČNA KREMNA JUHA | 26 |
| Elia Stanic | MESNE KROGLICE - <i>POLPETE</i> | 27 |
| Enrico Bavazzano | LJUBLJANSKI ZREZEK | 28 |

| <i>Kuhar - kuharica</i> | <i>Jed</i> | <i>str.</i> |
|----------------------------|---|-------------|
| Erik Rojas | ŠPINAČNI CMOKI | 29 |
| Giacomo Della Pietra | BOBIČI | 30 |
| Giuseppe Schiberna | BOLONJSKA OMAKA - <i>RAGU'</i> | 31 |
| Jovan Kristian Gjorgjieski | POLENTA | 32 |
| Leonhard Deponte | SARDONI ali SARDELE NA ŠAVOR - <i>SARDONI/SARDELE IN SAHOR</i> | 33 |
| Luna Maria Detoni | TENSTAN KROMPIR - <i>KROMPIR V KOZICI - PATATE IN TECIA</i> | 34 |
| Mara Sustersich | FIŽOLOVA JUHA – <i>PAŠTA IN FIŽOL – PASTA E FASOI</i> | 35 |
| Maria Chiara Stefani | LAZANJA PO BOLONJSKO | 36 |
| Marta Carmignano | RIŽOTA Z MORSKIMI SADEŽI | 37 |
| Marta Dri | CMOKI S ŠTIRIMI SIRI | 38 |
| Medina Alioska | POLNJENE PAPRIKE – <i>POLNETI PIPERKI</i> | 39 |
| Tarik Hukarevič | PASULJ | 40 |
| Tauba Boudhiaf | ZELENJAVNI KUSKUS | 41 |
| Vasilije Marković | SARMA | 42 |
| Vukan Petrović | NABODALA - <i>RAŽNJIČI</i> | 43 |
| Vukašin Janković | PLESKAVICA V LEPINJI – <i>PLJESKAVICA V LEPINJI</i> | 44 |

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Aleksandar Zarić | 5. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

VRAŽJI ŠPAGETI
SPAGHETTI AGLIO, OLIO E PEPERONCINO

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Italija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Za vsak dan

Sestavine:

Tesetenine:

- 400 g špagetov
- voda
- sol
- parmezan

Omaka:

- olivno olje
- rdeč čili
- nekaj strokov česna
- rdeči poper
- sveže mleti poper
- ščepec soli
- malo belega vina



Postopek priprave:

1. Vodo zavremo, posolimo in dodamo testenine.
2. Medtem na oljčnem olju na hitro prepražimo drobno sesekljan česen, čili in rdeči poper. Premešamo. Dodamo ščepec soli in nekaj sveže mletega popra. Zalijemo z malo belega vina in pustimo, da tekočina povre. Omako sesekljamo v sekljalniku ali jo temeljito pretlačimo.
3. Ko so špageti kuhani, jih odcedimo in jih obelimo z olivnim oljem in pripravljeno vražjo omako.
4. Na testenine lahko natrosimo nariban parmezan.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Alida Riosa | 2. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

MARTINOV KROŽNIK: KLOBASE, ZELJE IN KROMPIR

Kraj ali država – izvor jedi

Primorska

V kateri priložnosti jo pripravimo?

11. novembra na praznik Sv. Martina

Sestavine:

- svinjske klobase ali pečenice
- 1 kg kislega zelja
- česen
- čebula
- krompir
- olje
- sol
- lovorjev list
- poper

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Kislo zelje stresemo v lonec, zalijemo z vodo, da je pokrito, dodamo lovorjev list, česen, poper ter kuhamo približno eno uro. Solimo le po potrebi.
2. Krompir skuhamo in olupimo, nato ga narežemo na rezine. Čebulo narežemo na tanke kolobarčke in jo zarumenimo na olju. Dodamo krompir, sol in poper. Med praženjem ga obračamo s kuhlenco.
3. Klobase ali pečenice damo v lonec in jih zalijemo s toliko mlačne vode, da so s tekočino skoraj v celoti pokrite. Ko voda zavre, pečenice kuhamo nad šibkim ognjem 15 minut.
4. Ko so pečenice kuhane, jih z obeh strani zlato rjavo popečemo na segretem olju.

Klobase, zelje in krompir serviramo na krožnike.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|---------------------------|---------------|--------------------|
| Andrea in Nicolò Santulin | 1. in 5. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

PICA

Kraj ali država – izvor jedi

Italija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Doma jo običajno pripravimo enkrat na teden ob sobotah ali nedeljah.

Sestavine:

Testo:

- 1 kg moko
- 1 kocka svežega kvasa
- 600 ml vode
- 5 žlic sladkorja
- 6 žličk soli
- 6 žlic olja

Nadev:

- paradižnikova mezga
- oljčno olje
- ščepec soli
- ščepec sladkorja
- origano
- sir mocarela



Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Pripravimo kvasec.
2. Na delovno površino natresemo moko. V jamico damo kvasec, sol in olje. Zamesimo v gladko testo, ga pokrijemo s krpo in pustimo vzhajati dve uri.
3. Testo razdelimo na več enakih delov. Namažemo ga z oljčnim oljem in ga raztegnemo v značilno okroglo obliko.
4. Testo premažemo s paradižnikovo mezgo, potresemo znarezano mocarelo in origanom.
5. Z oljčnim oljem pomažemo pekač in namestimo pico, ki jo pečemo pri 180° C približno 20 minut.

DOBER TEK!

| Učenec/učenka | Razred | Šola |
|-------------------------------------|----------|--------------------|
| Angelina in Vasilije Vuk Kuzmanović | 4. in 5. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

GOLAŽ

Kraj ali država – izvor jedi

Madžarska

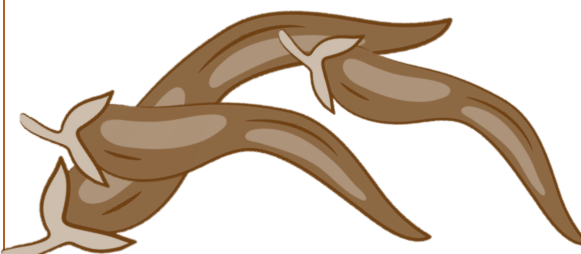
V kateri priložnosti jo pripravimo?

Za kosilo ali za večerjo.

Sestavine:

- 1 kg govejega mesa
- 4 čebule
- 4 stroki česa
- 1 - 2 korenčka
- 750 ml paradižnikove mezge
- olje
- ščepec soli
- 2 lovorjeva lista
- različne začimbe (majaron, bazilika, poper, origano, muškatni orešček, mleta sladka rdeča paprika ...)

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Meso narežemo na velike kocke. Čebulo in česen drobno sesekljamo.
2. Na kuhalnik pristavimo večjo kozico z oljem. Ko se olje segreje, stresemo vanjo čebulo, česen in korenje. Pražimo toliko časa, da postekleni.
3. Med stalnim mešanjem dodamo paradižnikovo mezgo in začimbe. Dodamo kocke mesa in mešamo še toliko časa, da meso porjavi. Pazimo, da se ne prepeče. Zalijemo z vodo, dodamo lovorjeva lista, dobro premešamo in lonec pokrijemo s pokrovko. Po okusu solimo in popramo. Znižamo temperaturo in zelo počasi kuhamo še od dve do tri ure oziroma toliko časa, da se vsa čebula razpusti v omako, meso pa postane mehko in voljno. Med kuhanjem golaž večkrat premešamo. Po potrebi prilijemo še malo tekočine.

Pripravljeno jed postrežemo z izbrano prilogo: krompirjem, rižem, polento, testenininami ali domačim kruhom.

DOBER TEK!

| Učenec/učenka | Razred | Šola |
|---------------|--------|--------------------|
| Artur Cocetta | 2. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

ŠPARGLJEVA RIŽOTA

Kraj ali država – izvor jedi

Italija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Špargljevo rižoto kuhamo spomladi, ko rastejo

Sestavine za 4 osebe:

- 400 g riža Carnaroli
- 1 majhna čebula
- 500 g špargljev
- 70 g masla
- olivno olje
- parmezan,
- zelenjavna juha
- sol in poper
- belo vino

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Šparglje kuhamo na pari 10 minut, nato ji narežemo na koščke, vršičke pustimo cele in jih na koncu popražimo na maslu.
2. Popražimo čebulo na olju in maslu.
3. Prepražimo riž in koščke narezanih špargljev. Vsebino zalijemo z vinom in počakamo, da izpari. Po malem dodajamo zelenjavno juho in kuhamo približno 20 minut. Malo pred koncem začimimo s soljo.
4. Serviramo v krožnik, po vrhu potresemo malo popra in parmezana ter okrasimo s špargljevimi vršički.



DOBER TEK!

| Učenec/učenka | Razred | Šola |
|---------------|--------|--------------------|
| Asia Negrini | 1. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

TESTENINE - KARBONARA

Kraj ali država – izvor jedi

Italija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Za kosilo

Sestavine za 4 osebe:

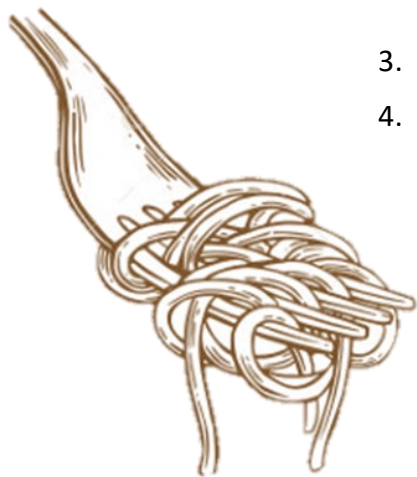
- 360 g testenin – peresnikov
- 200 g prekajene slanine, narezane na rezance
- 4 jajca
- parmezan
- ščepec soli
- smetana za kuhanje

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. V slanem kropu skuhamo testenine.
2. V ponvi pražimo slanino. Ko ugasnemo plamen na štedilniku, primešamo še jajca, smetano in parmezan.
3. Testenine odcedimo in jih pretresemo v lonec skupaj z omako.
4. Premešamo, popoprano in serviramo na krožnike.



DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Asia Olivo | 4. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

BUČKE IN KROMPIR Z GORGONZOLINO OMAKO

Fotografija pripravljene jedi:



Kraj ali država – izvor jedi

Italija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Spomladansko praznično kosilo

Sestavine:

- 4 bučke
- 4 krompirji
- 100 g goronzole
- 50 g scamorze
- 30 g parmezana
- mleko po potrebi
- paradižnikova mezga po potrebi
- ščepec soli



Postopek priprave:

1. Olupimo krompir in bučke. Naribamo jih na tanke kolobarje.
2. Kuhamo jih 10 minut v posoljenem kropu. Nato jih ocedimo.
3. V ponvi zamešamo naribani parmezan, gorgonzolo in par žlic mleka. Mešamo dokler ne dobimo gladke kreme.
4. Scamorzo narežemo na tanke rezine.
5. Dno pekača premažemo s plastjo sirove omake, nato zložimo plast krompirja in bučk, plast scamorze, ki jo polijemo s sirovo kremo. Nadaljujemo z nizanem plasti, dokler ne porabimo vseh sestavin.
6. Zadnja plast naj bo prekrita s sirovo omako in posuta s parmezanom.
7. Pekač postavimo v toplo peč in pečemo na 180° C približno 30 minut.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Bryan Trojer | 4. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

JOTA

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Trst in okolica



V kateri priložnosti jo pripravimo?

Običajno kuhamo joto pozimi od sv. Martina pa do pusta.

Sestavine:

- 500 g kislega zelja ali repe
- 200 g krompirja
- 300 g fižola
- 1 žlička soli
- 2 lovorjeva lista
- 3 zrna črnega popra
- 20 g moko
- 1 čebula
- 1 strok česna
- 100 g sesekljanane slanine



Postopek priprave:

1. Najprej skuhamo fižol, a ta mora ostati malo trši, saj ga kasneje dodamo še v joto in se ne sme prekuhati. Solimo ga šele takrat, ko je kuhan.
2. V kozico stresemo kisló zelje, dodamo lovorjev list, sol in nekaj zrn črnega popra. Prilijemo vodo in kuhamo približno 50 minut. Kuhano zelje odcedimo, pet žlic tekočine pa prihranimo.
3. Olupimo krompir, ga operemo in zrežemo na manjše koščke. Stresemo ga v kozico, zalijemo s hladno vodo, solimo in kuhamo 15 minut. Kuhan krompir odcedimo.
4. V večji lonec stresemo kuhan fižol z vodo in dodamo odcejen krompir ter kisló zelje s prihranjeno tekočino. Po potrebi dosolimo in vse skupaj kuhamo še deset minut.
5. Sesekljanó slanino popražimo v ponvi, dodamo sesekljanó čebulo in česen in potresemo z moko. Vse skupaj dobro premešamo. Mešanico primešamo že kuhani joti in postrežemo.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Christian Bruni | 4. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

VLIVANCI - SPATZLE - GNOCCHETTI TIROLES!

Kraj ali država – izvor jedi

Južna Tirolska

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Babica jih pripravi v božičnem času.

Fotografija pripravljene jedi:



Sestavine:

TESTO:

- 250 g bele moke
- 120 ml vode ali mleka
- 2 jajci
- 1 žlica olja
- ščepec soli

OMAKA:

- 60 g masla
- 100 g specka
- 200 ml smetane za kuhanje
- parmezan po potrebi
- ščepec soli
- poper



Postopek priprave:

Testo:

1. V skledo presejemo moko. Na sredini naredimo jamico, v katero dodamo jajca, sol in vodo ali mleko. Vse dobro premešamo, potem pa jih stepemo s kuhalnico, da dobimo gosto, a še vedno tekoče testo, ki mora biti povsem gladko in brez grudic.
2. V lonec pristavimo vodo, ki jo rahlo posolimo. Vlivance lahko pripravimo na dva načina:
3. **Prvi način:** Testo predenemo na desko. V osoljen krop, ki opazno vre, namočimo nož in s hrbtno stranjo režemo tanke rezance, ki jih sproti dodajamo v lonec. Z dna posode jih ločimo s kuhalnico. Vlivance kuhamo 3-4 minute.
4. **Drugi način:** Nad krop postavimo cedilo z večjimi luhnjami (pripomoček za pripravo vlivancev). Vanj dodamo del testa in ga počasi vlivamo ali potiskamo v krop skozi cedilo s pomočjo kartice. Vlivance kuhamo 3-4 minute.
5. Ko vlivanci priplavajo površje, jih odcedimo, prelijemo z mrzlo vodo, da se ne sprimejo in še enkrat dobro odcedimo.

Omaka:

1. Ponev pristavimo na nizek ogenj in razstopimo maslo. Narezan speck pražimo, da postekleni. Dodamo smetano, posolimo in popoprano. Tako je omaka pripravljena.

Vlivance nasujemo v ponev in jih pomešamo z omako.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Denise Gašperšič | 4. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

BUČNA KREMNA JUHA

Kraj ali država – izvor jedi

Slovenija - Štajerska

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Ko se v deželo prikrade jesen, se začne sezona buč. Ti oranžni plodovi niso samo zelo okusni, temveč tudi izredno zdravi in hranljivi, zato je dobro, da se v jesenskih in zimskih dneh čim večkrat znajdejo na naših krožnikih.

Sestavine:

- 800 g buče
- 2 čebuli
- olje po potrebi
- ščepec soli
- poper po potrebi
- muškadni orešček
- smetana za kuhanje
- jušna osnova

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Bučo operemo, olupimo in razrežemo na četrtine. Odstranimo semena. Četrtine zrežemo na manjše kose. Čebulo olupimo in drobno sesekljam.
2. Na kuhalnik pristavimo večji lonec, z oljem. Dodamo sesekljano čebulo in jo med mešanjem pražimo toliko časa, da postekleni. Dodamo kose buče in vse skupaj med mešanjem pražimo še približno 3 minute. Zalijemo z jušno osnovo. Ko tekočina zavre, temperaturo nekoliko znižamo in ob rahlem vretju kuhamo.
3. Ko se bučno meso zmehta, juho odstavimo in gladko zmiksamo s paličnim mešalnikom. Če je juha pregosta, jo razredčimo z vodo ali jušno osnovo. Juho poizkusimo in dodatno začinimo s poprom, soljo in muškatnim oreščkom.
4. Na koncu vmešamo še smetano.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Elia Stanic | 3. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

MESNE KROGLICE- POLPETE

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Italija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Za nedeljsko kosilo

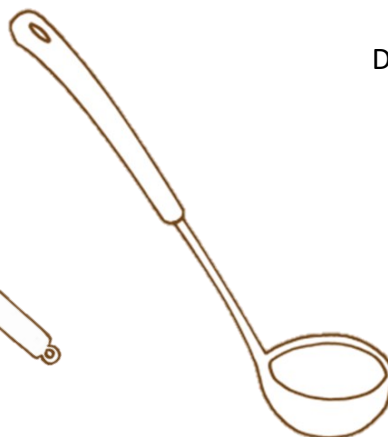
Sestavine:

- 500 g mešanega mletega mesa
- krušne drobtine
- strok česena
- ščepec soli
- ščepec popra



Postopek priprave:

1. V skledi dobro premešamo mleto meso in dodamo česen, sol in poper.
2. Iz dobljene mase naredimo kroglice.
3. Te povaljamo v krušnih drobtinah in jih položimo v pekač.
4. V pečici pečemo kroglice pri temperaturi 220°C 20 minut.
5. Ko so pripravljene jih ponudimo s paradižnikovo omako.



DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|-------------------------------|
| Enrico Bavazzano | 4. | OŠ I. Grbec - M. G. Stepančič |

Ime jedi:

LJUBLJANSKI ZREZEK

Kraj ali država – izvor jedi

Koroška

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Pripravijo mi jo, ko sem posebno priden, saj je moja najljubša jed.

Sestavine:

- 4 svinjski zrezki
- 2 rezini surovega pršuta
- 2 lističa sira (sottilette)
- sol
- moka
- 1 jajce
- drobtine za pohanje
- olje za cvrtje

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Meso dobro potolčemo in posolimo.
2. Na zrezek položimo rezino surovega pršuta, listič sira in pokrijemo z drugim zrezkom.
3. Meso povaljamo v moki na obeh straneh, ga namočimo v stepenem jajcu in nazadnje povaljamo v drobtinah.
4. V ponvi dobro segrejemo olje, vanj položimo meso in cvremo, dokler ne dobi zlate barve.

DOBER TEK!



| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|-------------------------------|
| Erik Rojas | 3. | OŠ I. Grbec - M. G. Stepančič |

Ime jedi:

ŠPINAČNI CMOKI

Kraj ali država – izvor jedi

Srednja Evropa

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Občasno ob koncu tedna

Sestavine:

- 500 g špinače
- 1 jajce
- 100 g skute
- 50 g naribanega parmezana
- 50 g moke
- mušklatni orešček (po želji)
- ščepec soli

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Skuhamo špinačo v kropu, nato jo odcedimo in sesekljamo.
2. Dodamo skuto, moko, jajce, parmezan, sol in mušklatni orešček. Vse skupaj zgnetemo.
3. Oblikujemo manjše kroglice in jih polagamo v krop. Ko priplavajo na površino, so kroglice kuhane in jih poberemo iz vode ter odcedimo.
4. Prelijemo s topljenim maslom in žajbljem ali z omako od pečenke.

DOBER TEK!



| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Giacomo Della Pietra | 3. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

BOBIČI

Kraj ali država – izvor jedi

Istra

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Nekoč je bila sezonska jed, saj se jo je pripravilo, ko je dozorela koruza.

Sestavine:

- 500 g fižola
- 1 večji krompir
- 3 - 4 sveže koruze
- 2 lovorjeva lista
- 1 paradižnik
- 2 stroka česna
- 1 žlica rdeče sladke paprike
- 1 žlica olja
- 1 žlica moke

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Fižol skuhamo z lovorjevim listom, česnom, papriko in paradižnikom.
2. Ko je fižol na tri četrt kuhan, dodamo na kockice narezan krompir, koruzo in kuhamo še na zelo majhnem ognju dokler ne postane krompir mehek.
3. Nato segrejemo olje in moko sprajimo do zlato - rumene barve.
4. Vlijemo v bobiče in kuhamo še 10 minut.

DOBER TEK!



| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Giuseppe Schiberna | 1. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

BOLONJSKA OMAKA - RAGU'

Kraj ali država – izvor jedi

Italija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Z ragujem ali bolonjsko omako pripravimo lazanje, ki je nedeljska jed ali pa testenine.

Sestavine za 4 osebe:

- 500 g mletega mesa
- 1 klobaso
- 1 čebulo
- 2 srednje velika korenčka
- 1 steblo zelene
- 750 ml paradižnikove mezge
- ščepec soli
- poper
- jušna osnova

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Čebulo, korenček in steblo zelene operemo in sesekljamo.
2. Na kuhalnik pristavimo večjo ponev z oljem in na njem hitro popražimo mleto meso. Dodamo čebulo, korenček in zeleno. Dobro premešamo in pražimo še nekaj minut. Po okusu začинimo s soljo in poprom.
3. Dodamo paradižnikovo mezgo. Počakamo, da omaka zavre in prilijemo jušno osnovo. Omako dobro premešamo.
4. Zmanjšamo temperaturo kuhalnika in omako kuhamo približno 2 uri. Med kuhanjem jo večkrat dobro premešamo.

DOBER TEK!



| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------------|---------------|--------------------|
| Jovan Kristian Gjorgjieski | 5. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

POLENTA

Kraj ali država – izvor jedi

Povsod kjer raste koruza

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Polenta je priljubljena jed, ki jo lahko ponudimo z najrazličnejšimi mesnimi, ribjimi, zelenjavnimi, gobovimi ali sirovimi omakami.

Sestavine: za 4 osebe

- 250 g koruznega zdroba
- 1L vode
- ščepec soli



Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. V lonec natočimo liter vode, jo solimo in zavremo. V krop postopoma vsujemo koruzni zdrob in neprestano mešamo, da ne nastanejo grudice.
2. Temperaturo znižamo in kuhamo 5 minut.
3. Polento zvrnemo v skledo in pustimo, da se ohladi.
4. Nareženo jo v kose ali rezine in postrežemo z različnimi omakami.
5. Odlična je tudi v mleku posuta s sladkorjem.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Leonhard Deponte | 5. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

SARDONI ali SARDELE NA ŠAVOR -
SARDELE IN SAVOR

Kraj ali država – izvor jedi

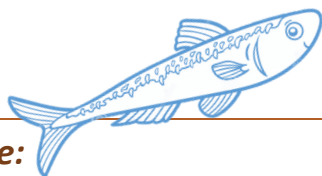
To je stara mornarska hrana značilna za območja v severnem jadranskem zalivu.

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Najbolji sardoni so poleti, ker so nekoliko večji.

Sestavine:

- 1 kg sardonov ali sardel
- moka
- 1 čebula
- ½ kozarca jabolčnega kisa
- 2 - 3 lovorjevih listov
- sol
- olje za cvrtje



Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Očiščene in oprane sardone ali sardele pomokamo in v večji ponvi ocvremo na olju.
2. Zložimo jih na papirnate brisačke, da vpijejo odvečno maščobo in jih malce posolimo.
3. Na olju ocvremo na drobne kolobarje narezano čebulo. Ko postekleni, dodamo kis (lahko tudi pol kisa, pol belega vina) in lovorjeve liste ter še malo podušimo.
4. V globljo skledo zložimo plast sardonov in jih prekrijemo z čebulno omako. Nadaljujemo, dokler ne ostanemo brez rib. Zadnja plast naj bo vedno čebulna omaka.
5. Tako pripravljene ribe postavimo na hladno oziroma hladilnik in ponudimo naslednji dan.
6. Sardone na šavor ponudimo kot predjed ali kot glavno jed.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Luna Maria Detoni | 2. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

TENSTAN KROMPIR - KROMPIR V KOZICI - PATATE IN TECIA

Kraj ali država – izvor jedi

Trst in okolica

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Tenstan krompir je zelo tradicionalna priloga k raznim jedem. Prilega se predvsem pozimi.

Sestavine :

- 5 srednje velikih krompirjev
- 1 srednje velika čebula
- ščepec soli
- 5 - 6 žlic olivnega olja
- jušna osnova

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Krompir skuhamo. Ko je delno ohlajen, ga olupimo in narežemo na rezine.
2. Čebulo narežemo na tanke kolobarčke in jo zarumenimo na olivnem olju.
3. Dodamo krompir in solimo. Med praženjem oz. tenstanjem ga mešamo in obračamo s kuhalnico. Nazadnje prilijemo jušno osnovo ali juho in ga še enkrat premešamo.



DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Mara Sustersich | 5. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

FIŽOLOVA JUHA – PAŠTA IN FIŽOL – PASTA E FASOI

Kraj ali država – izvor jedi

Slovensko in italijansko primorje

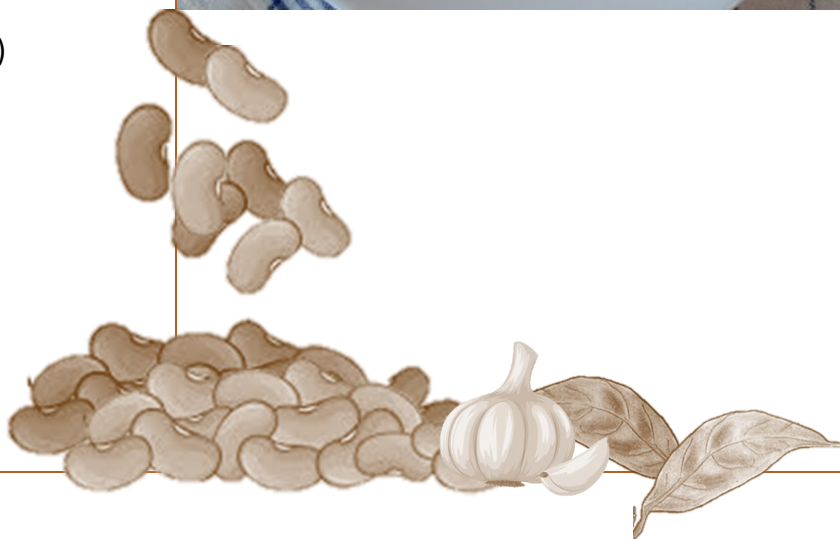
V kateri priložnosti jo pripravimo?

Pašta fižol je priljubljena primorska jed, ki jo postrežemo s kosom domačega kruha. Fižolova enolončnica zelo nasitna jed.

Sestavine :

- 300 g suhega fižola
- 100 g testenin (majhne oblike)
- 2 lovorjeva lista
- 2 korenčka
- 1 strok česna
- ščepec soli
- malo popra

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Fižol operemo in ga namakamo v hladni vodi vso noč. Namočen fižol odcedimo, stresemo v večji lonec. Zalijemo ga s hladno vodo, da sega vsaj tri prste nad fižolom. Lonec pristavimo na kuhalnik in počakamo, da voda zavre. Ko voda zavre, fižol odcedimo. Fižol ponovno zalijemo z ustrežno količino hladne vode in pristavimo na štedilnik. V lonec dodamo lovorjeva lista. Kuhamo približno 1 uro oziroma toliko časa, da se fižolova zrna povsem zmehčajo.
2. V lonec s fižolom dodamo še narezano korenje in seseklano čebulo in česen. Vse skupaj začinimo s soljo.
3. Juho pretlačimo s paličnim mešalnikom in vanjo zakuhamo jušne testenine po izbiri in okusu.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|-------------------------------|
| Maria Chiara Stefani | 5. | OŠ I. Grbec - M. G. Stepančič |

Ime jedi:

LAZANJA PO BOLONJSKO

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Italija (iz mesta Bologna)

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Božič, velika noč in nedeljska kosila

Sestavine :

ZA NADEV:

- 750 g mešanega mletega mesa
- 2 čebuli
- manjše steblo zelene
- korenje
- olivno olje
- 750 ml paradižnikove mezge
- ščepec soli

ZA LAZANJO:

- 250 g sveže jajčne testenine za lazanko
- 500 ml bešamel omake
- parmezan



Postopek priprave:

1. V kozici na olju popražimo čebulo, korenje in zeleno. Nato dodamo še mleto meso, paradižnikovo omako in sol. Kuhamo približno dve uri.
2. Lazanko pripravimo po plasteh. V pekač postavimo najprej eno plast nadeva, nato eno plast lazanke, zopet eno plast nadeva in bešamel. Nadaljujemo tako skoraj do vrha pekača. Zadnjo plast mesnate omake potresemo s parmezanom.
3. Pečemo na 180° C približno 30 minut.



DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Marta Carmignano | 4. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

RIŽOTA Z MORSKIMI SADEŽI

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Sredozemska oz. primorska jed



V kateri priložnosti jo pripravimo?

Za kosilo ali večerjo

Sestavine za 6 osebe:

- 400 g riža
- 200 g oljupljenega mesa različnih školjk
- 100 g lignjev
- 150 g očiščenih morskih kozic
- 1 čebulo
- peteršilj
- kozarec belega vina



Postopek priprave:

1. Čebulo nasekljamo, prepražimo v globlji ponvi in primešamo nasekljan peteršilj.
2. Dodamo morske sadeže, polijemo s kozarcem belega vina, posolimo in dušimo toliko časa, da se zmehčajo.
3. Dodamo paradižnikovo mezgo, počakamo, da zavre in vmešamo riž. Dolijemo vodo (skodelico riža na tri skodelice vode), ko zavre, kuhamo na šibkem ognju, dokler se riž ne skuha in voda povre.
4. Postrežemo in sanjarimo o poletju.



DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|-------------------------------|
| Marta Dri | 5. | OŠ I. Grbec - M. G. Stepančič |

Ime jedi:

CMOKI S ŠTIRIMI SIRI

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Italija



V kateri priložnosti jo pripravimo?

Nedeljska kosila

Sestavine :

- 1000 g krompirja
- 1 jajce
- moka po potrebi
- ščepec soli
- 4 poljubni siri
- poper



Postopek priprave:

Za cmoke:

1. krompir skuhamo, olupimo in stisnemo s stiskalnikom. Dodamo moko, jajce in sol ter zgnetemo. Iz zmesi povaljamo "kače" in jih narežemo na koščke, široke približno 2 cm.
2. Cmoke položimo v krop. Ko privrejo na površino, so kuhani.

Za omako:

1. V ponvi stopimo 4 različne vrste poljubnih sirov.
2. Skuhane cmoke položimo v ponev z omako, počasi premešamo in popoprano.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Medina Alioska | 3. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

POLNJENE PAPIRIKE – POLNETI PIPERKI

Kraj ali država – izvor jedi

Makedonija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Polneti piperki, znani tudi kot polnjene paprike, se lahko šteje za makedonsko državno jed.

Sestavine :

- 5 – 6 paprik

Za polnilo:

- 500 g mletega mešanega mesa
- 1 pest riža
- 3 čebule
- 3 stroki česna
- peteršilj
- ščepec soli
- poper

Fotografija pripravljene jedi:



Za paradižnikovo omako:

- 1 večja čebula
- 750 ml paradižnikove mezge
- 1 žlička sladkorja
- mleta rdeča paprika
- lovorjev list
- ščepec soli
- po potrebi moka za zgoščevanje

Postopek priprave:

1. 5 srednje velikih paprik dobro operemo, jim odrežemo zgornji del okrog peclja ter jih z vrha očistimo. Semena na pokrovčku odrežemo, pokrovček ohranimo.
2. **Priprava mesa za polnilo:** čebulo sesekljam in pražimo na dveh žlicah olja. Čebulo posolimo, da prej postekleni. Dodamo mleto meso in dobro premešamo. Stresemo še narezan česen, peteršilj in začinimo.
3. Meso pražimo na srednje močnem ognju toliko časa, da se začne prijemati posode. Takrat dodamo dobro opran riž ter prilijemo nekaj vode in kuhamo približno 10 minut.
4. Kozico odstavimo. Z maso polnimo paprike. Napolnimo jih $\frac{3}{4}$ in pokrijemo s pokrovčkom. Tako preprečimo, da bi med kuhanjem meso padlo v omako.
5. **Priprava omake:** čebulo sesekljam prepražimo na dveh žlicah olja, da zarumeni. Dodamo žličko sladkorja in mešamo, da karamelizira. Prilijemo paradižnikovo mezgo, dodamo lovor, nekaj mlete rdeče paprike in po potrebi solimo.
6. Ko omaka zavre, dodamo polnjene paprike in kuhamo na zmernem ognju toliko časa, da se paprika zmehta. Če v tem času omaka se ni še zgostila, ji primešamo malo moka, ki jo prej prežvrkljamo v hladni vodi.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Tarik Hukarevič | 2. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

PASULJ

Kraj ali država – izvor jedi

Pasulj je balkanska jed, ki je priljubljena tudi v Sloveniji. Tradicionalno je pripravljen iz prekajenega mesa (klobasa, rebrca, slanina) ... in belega fižola. Upoštevam tradicijo in vam jo predstavljamo.

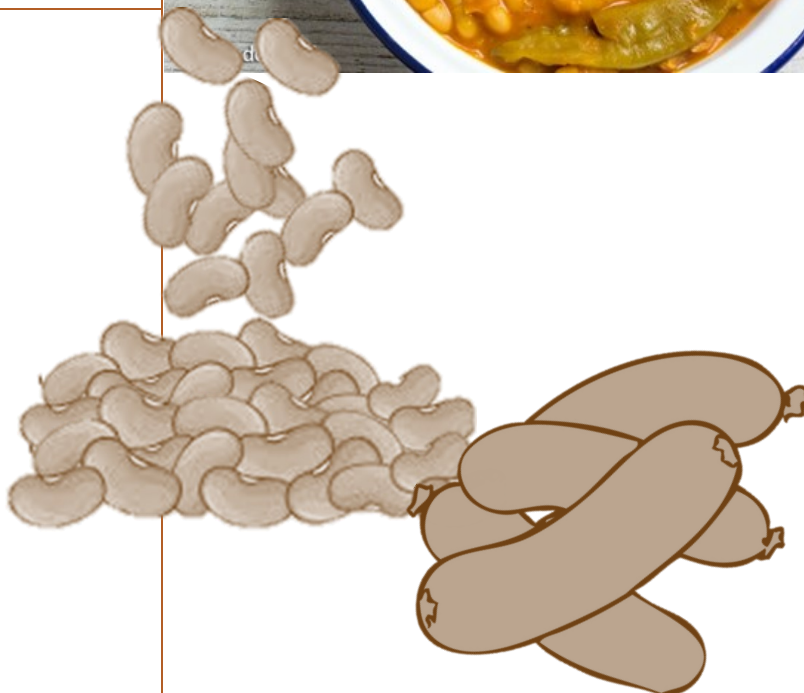
V kateri priložnosti jo pripravimo?

Za kosilo ali večerjo.

Sestavine :

- 750 g suhega belega fižola
- 1 lovorjev list
- 2 žlici moke
- 2 žlici olja
- 2 dimljeni klobasi
- 2 čebuli
- 2 stroka česna
- 2 dl jušne osnove
- 1 žlica mlete sladke paprike
- ščepec soli
- ščepec mletega črnega popra

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Delno skuhamo fižol z lovorjevim listom in strokom česna.
2. Čebulo in česen olupimo ter ločeno drobno sesekljamo. V večjem loncu popražimo na olju malo moke, da zadiši. V lonec nato dodamo čebulo, domačo prekajeno klobaso in počakamo, da mešanica porjavi. Vse skupaj večkrat dobro premešamo. Dodamo še česen in ga skupaj z ostalimi sestavinami na hitro prepražimo. Prilijemo vodo s fižolom, dodamo mleto papriko, poper in jušno osnovo ter kuhamo na zmernem ognju toliko časa, da se fižol povsem zmehta. Solimo šele takrat, ko je fižol že kuhan.
3. Pripravljen pasulj serviramo v globoke krožnike. Postrežemo ga s kruhom.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Tauba Boudhiaf | 5. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

ZELENJAVNI KUSKUS

Kraj ali država – izvor jedi

Tunizija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Za kosilo ali za večerjo.

Sestavine :

- 200 g kuskusa
- 1 zelena paprika
- 1 bučka
- 8 češnjevih paradižnikov
- 1 mlada čebula
- 2 korenčka
- 50 g praženih mandljev
- 50 g indijskih oreščkov
- 2 žlici olivnega olja
- ščepec soli

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Kuskus stresemo v skledo, ga malo posolimo in premešamo. Zavremo pol litra vode in prelijemo čez kuskus. Skledico pokrijemo in pustimo, da kuskus vpije vodo.
2. Papriko, paradižnike, bučko in mlado čebulico operemo in osušimo. Papriki odstranimo semena in jo narežemo na manjše kose. Bučko razpolovimo in razrežemo na četrtine. Paradižnike razpolovimo, večje lahko razrežemo na manjše kose. Čebulico narežemo na kolobarje. Korenček ostrgamo, operemo, razpolovimo in narežemo na manjše koščke.
3. V ponvi segrejemo olje, na katerem približno sedem minut med mešanjem pražimo vso narezano zelenjavo. Po želji jo lahko pražimo tudi nekaj minut več, vendar je dobro, da zelenjava ostane čvrsta. V popraženo zelenjavo vmešamo kuskus, vse skupaj dobro premešamo in solimo po okusu. Ponev odstavimo in v kuskus vmešamo še mandlje ter indijske oreščke.
4. Kuskus takoj serviramo na krožnike.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Vasilije Marković | 3. | OŠ Josipa Ribičiča |

| | |
|--|---|
| Ime jedi: SARMA | Fotografija pripravljene jedi:  |
| Kraj ali država – izvor jedi Srbija | |
| V kateri priložnosti jo pripravimo? Nedeljsko kosilo | |
| Sestavine: <ul style="list-style-type: none"> • 40 g olja • 1 čebula • 120 g riža • 600 g mletega mešanega mesa • 2 jajci • 2 stroka česna • 1 žlička soli • ščepec mletega popra | |

- 1 glava kislega zelja
 - 500 g narezanega kislega zelja
 - 1,5 dl mesne jušne osnove
- Omaka:
- 30 g olja
 - 1 žlica moko
 - 1 žlica paradižnikove mezge
 - 1 žlica mlete rdeče paprike

Postopek priprave:

1. Čebulo in česen drobno nasekljamo. Zeljno glavo previdno razdelimo na posamezne liste, ki jim z ostrim nožem izrežemo trda stebila. Pazimo, da ostanejo listi čim bolj celi.
2. Na olju prepražimo čebulo, dodamo riž, premešamo in še malo popražimo. Zalijemo z 1,5 dl vode, posolimo in na nizki temperaturi počasi kuhamo toliko časa, da vsa voda povre. Odstavimo in pustimo, da se riž ohladi.
3. Kislo naribano zelje stresemo v lonec, ga zalijemo z vodo in posolimo. Počakamo, da zelje zavre, nato ga kuhamo še nekaj minut. Zelje odstavimo in odcedimo.
4. V skledo stresemo ohlajen riž, meso, jajci in česen. Dodamo poper in po potrebi dosolimo. Dobro premešamo, da dobimo enotno maso.
5. Po delovni površini razporedimo zeljne liste in jih obložimo z mesnim nadevom. Liste zvijemo v rollice, konce pa zavijamo navznoter.
6. V velik širok lonec na dno naložimo najprej plast narezanega kislega zelja, na to naložimo sarme, nanje pa spet plast narezanega kislega zelja. Postopek ponavljamo, dokler nam ne zmanjka surovin. Prelijemo z vročim slanim kropom in kuhamo na nizki temperaturi v pokritem loncu približno 2 uri.
7. Pripravimo prežganje: v kozici segrejemo olje in vanj zamešamo moko. Med mešanjem jo na hitro popražimo. Vmešamo paradižnikovo mezgo, papriko in 1,5 dl mesne jušne osnove. Kuhamo še toliko časa, da se omaka zgosti.
8. 20 minut pred koncem kuhanja v lonec s sarmami dodamo omako in počakamo, da jed prevre. Pripravljene sarme razporedimo na krožnike, zraven ponudimo kruh.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Vukan Petrović | 1. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

NABODALA - RAŽNJIČI

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Srbija



V kateri priložnosti jo pripravimo?

Pripravimo jih v poletnih dneh in za družinske

Sestavine za 4 osebe:

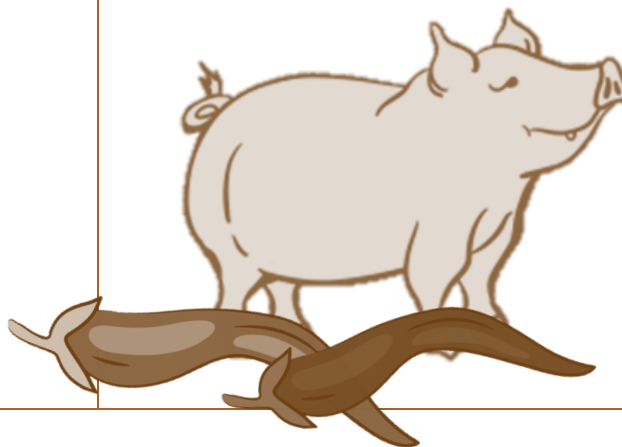
- 600 g svinjskih filejev

MARINADA:

- 2 žlički posušenih mešanih zelišč
- limonin sok in naribana lupinica
- 1 žlica tekočega medu
- sol
- poper
- olje

PRILOGA:

- bela čebula
- ajvar
- kajmak



Postopek priprave:

1. Svinjino razrežemo na manjše koščke, primerne za nabodala. V posodi zmešamo zelišča, limonin sok in naribano lupinico, med, olje, malo soli in popra. V marinadi povaljamo koščke svinjine, dobro premešamo, tako da se marinada enakomerno razporedi po mesu.
2. Meso nabodemo na 4 velike ali 8 manjših palčk za ražnjiče. Segrejemo žar ali rebrasto ponev in nabodala pečemo 6 do 8 minut. Vmes jih večkrat obrnemo, da se lepo rjavo zapečejo.
3. Da ostane meso sočno, ga lahko med peko oblijemo s pivom ali belim vinom.
4. Serviramo jih na krožniku z belo čebulo narezano na kolobarje, ajvarjem in kajmakom.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Vukašin Janković | 4. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

PLESKAVICA V LEPINJI - *PLJESKAVICA V LEPINJI*

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Srbija



V kateri priložnosti jo pripravimo?

Vedno

Sestavine :

- pleskavice
- ajvar
- kajmak
- čebula
- zelenjava
- lepinje



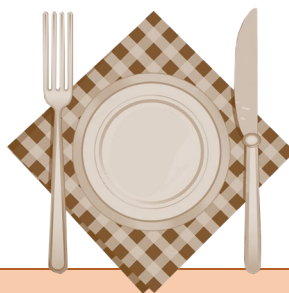
Postopek priprave:

1. Zakurimo žar do zmerne temperature. Primernost temperature preverimo tako, da 3 centimetre nad površino žara, pridržimo dlan; če zdržimo 6 sekund, je temperatura prava. Temperaturo žara na oglje uravnavamo tako, da rešetke po potrebi spuščamo k žerjavici.
2. Pleskavico položimo na rešetke in pečemo približno 4 minute na stran.
3. Pečene pleskavice postrežemo s svežo zelenjavo in kajmakom ali ajvarjem. Lahko pa jih postrežemo v lepinji.



DOBER TEK!

Sladice in napitki



| <i>Kuhar - kuharica</i> | <i>Red</i> | <i>str.</i> |
|-------------------------|---------------------------------------|-------------|
| Adam Biasoli | POTRATNA POTICA | 48 |
| Aldo Radovini | KUGLUF | 49 |
| Alia Taurisano | AMERICAN PANCAKES | 50 |
| Chiara Palmisano | TITOLA - MENIH | 51 |
| Danijel Debelis | PINCA | 52 |
| Emma Ukmar | JABOLČNI ZAVITEK | 53 |
| Emma Zocco | PIŠKOTI S ČOKOLADO | 54 |
| Francesco Andrea Martin | ČOKOLADNA TORTA – <i>TORTA NUVOLA</i> | 55 |
| Gabriel Vegliach | BEZGOV SOK | 56 |
| Greta Monaco | OREHOVI ROGLJIČKI | 57 |
| Jonathan Porro | OREHOVA POTICA | 58 |

| <i>Kuhar-kuharica</i> | <i>Jed</i> | <i>str.</i> |
|---------------------------------------|---|-------------|
| Katerina Gerin | JABOLČNA TORTA S SIROVIM NAMAZOM "MASCARPONE" | 60 |
| Lara Conte | JABOLČNA TORTA | 61 |
| Leo Sommariva | ŠNITE S ČOKOLADNIM NAMAZOM | 62 |
| Leonardo Balducci | ZAVITKI Z NUTELLO | 63 |
| Loris in Denis Zeneli | VELIKONOČNA TITOLA | 64 |
| Lucas in Oliver Testa | PALAČINKE | 65 |
| Ludovico Oscar Klauer | KUHANI OREHOVI ŠTRUKLJI | 66 |
| Marta in Luca Tornello | ČEŠNJEVA MARMELADA | 67 |
| Matilde, Agostino in Marcello Zornada | MANDLJEVA TORTA | 68 |
| Mitja Ferigutti | PROFITEROLES | 69 |
| Monica Laudicina | LIVANCE | 70 |
| Samuel Nanut | ŠNITE | 71 |
| Sandi Ferhatović | BRDARI – BOSANSKE HURMAŠICE | 72 |
| Sara in Monica Laudicina | MAZANEC | 73 |
| Sara Laudicina | SLADICA Z JOGURTOM | 74 |

| <i>Kuhar-kuharica</i> | <i>Jed</i> | <i>str.</i> |
|---|----------------------------------|-------------|
| Stella Campagna | VELIKONOČNI KOLAČ | 75 |
| Zoe Righi | SKUTIN BISKVIT ZA ČOKOLADNO PITO | 76 |
| Alenka Dobrila | FANCLI - MIŠKE S SKUTO | 77 |
| Učenci 2. r.: Artur, Luna Maria, Tarik, Lucija, Ilija, Greta, Zoe, Alida, Alia, Matilde | KOKOSOVE KROGLICE | 78 |



| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Adam Biasoli | 3. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

POTRATNA POTICA

Kraj ali država – izvor jedi

Slovenija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Pripravimo jo za božič in veliko noč.

Sestavine :

SVETEL / TEMEN BISKVIT

- 6 jedilnih žlic gladke moke
- 5 jedilnih žlic sladkorja
- 5 jajc
- 1 vanilin sladkor
- 1 pecilni prašek
- 3 jedilne žlice grenkega kakava

KVAŠENO TESTO

- 500 g gladke moke
- 200 ml mleka
- 90 g sladkorja
- 100 g zmehčanega masla
- 2 rumenjaka



- 2 jedilni žlici ruma

• 1 kocka kvasa

• ščep soli

SKUTIN NADEV

- 1,5 kg skute
- 200 g sladkorja
- 1 jajce
- 1 vanilin sladkor

Fotografija pripravljene jedi:



OREHOV NADEV

- 1 kg mletih orehov
- 300 ml stepene sladke smetane
- 200 g sladkorja
- 150 g stopljenega masla
- 1 jajce
- 50 ml ruma

Postopek priprave:

1. Za biskvit vmešamo jajca in sladkor, dodamo presejano moko s pecilnim praškom, premešamo in pečemo na 180° C približno 15 minut.
2. Pripravimo svetel in temen biskvit, pri katerem postopek ponovimo z dodatkom kakava.
3. Za **kvašeno testo** najprej vzhajamo kvas s sladkorjem in toplim mlekom. Kvasec dodamo v posodo z moko, prelijemo z mlačnim mlekom in maslom. Zamesimo testo. Pustimo, da vzhaja približno 45 minut.
4. **Nadevi:** za **skutin** nadev zmešamo skuto, jajca in sladkor, za **orehov** pa orehe, sladkor, mleko, smetano in rum.
5. Namastimo pekač, v katerem smo pekli biskvite, razvaljamo vzhajano testo na debelino 2 mm ter ga raztegnemo čez pekač. Najprej namažemo polovico orehovega nadeva. Čezenj prelijemo svetli biskvit, navlažen z rumom. Nanj namažemo skutni nadev in ga prekrijemo s temnim biskvitom. Še enkrat namažemo orehov nadev in prekrijemo s kvašenim testom.
6. Sestavljeno potico prepikamo, namažemo z rumenjacom (brez dodatnega vzhajanja) ter pečemo na 180° C približno 45 minut.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|-------------------------------|
| Aldo Radovini | 2. | OŠ I. Grbec - M. G. Stepančič |

Ime jedi:

KUGLUF

Fotografija pripravljene jedi:



Kraj ali država – izvor jedi

Trst in Avstrija (iz besede “Kugelhupf”)

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Božič in novo leto

Sestavine :

- 35 g kvasa
- 280 g moko
- mleko
- sol
- 3 jajca
- 3 rumenjaki
- 150 g sladkorja
- 90 g masla
- nastrgana limonina lupina
- kakav
- sladkor v prahu



Postopek priprave:

1. Zmešamo kvas, moko, vrelo mleko in pol žlice sladkorja. Pustimo, da vzhaja.
2. Zmesi dodamo rumenjake in cela jajca. Dodamo še sol in ostalo moko. Mešamo približno 30 minut.
3. Dodamo nastrgano limonino lupino, stopljeno maslo in zmes dobro premešamo.
4. Zmes razdelimo na pol. V eno polovico dodamo kakav.
5. Z maslom namažemo pekač in pomokamo. Zmes vlijemo v pekač in jo pustimo, da vzhaja.
6. Pečemo približno eno uro.
7. Ko se kugluf ohladi, ga potresemo s sladkorjem v prahu in ga postrežemo.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Alia Taurisano | 2. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

AMERICAN PANCAKES

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Amerika



V kateri priložnosti jo pripravimo?

Nedeljski zajtrk

Sestavine :

- 230 g moka
- 13 g pecilnega praška
- 5 g soli
- 35 g sladkorja
- 300 ml mleka
- 1 jajce
- 40 g stopljenega masla

Namaz ali preliv po želji:

- javorov sirup



Postopek priprave:

1. V posodo natresemo najprej suhe sestavine in šele nato dodamo mleko in jajce. Vse dobro premešamo, da bo masa gladka.
2. Ponev namažemo z maslom in segrejemo.
3. Z zajemalko vlijemo maso. Pancakes obrnemo, ko opazimo, da se pojavljajo mehurji zraka. Pečemo jih toliko časa, da dobijo lepo zlato rjavo barvo.
4. Pancakes so tako pripravljene in jih lahko jemo. Če želimo, pa lahko uporabimo različne namaze ali prelive po lastnem okusu.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|-------------------------------|
| Chiara Palmisano | 1. | OŠ I. Grbec - M. G. Stepančič |

Ime jedi:

TITOLA - MENIH

Kraj ali država – izvor jedi

Trst in okolica

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Titole in pinze pripravimo za velikonočne praznike.

Sestavine za 4 titole:

- 500 g moke 00
- 16 g pivskega kvasa
- 40 g sladkorja
- 3 jajca
- 60 g masla
- pol kozarca mleka
- naribana limonina lupina
- 1 rumenjaki
- ščepec soli
- 4 trdo kuhana jajca, obarvana v rdeče z ustreznim barvilom za živila

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Kvas raztopimo v toplem mleku.
2. Četrtno moke zmešamo s pecilnim praškom, žlico sladkorja in kvascem. Pokrijemo s prtičkom in pustimo, da vzhaja.
3. Po 1 uri dodamo še četrtno moke, polovico preostalega sladkorja, polovico masla in jajce. Zmešamo, pokrijemo s prtom in pustimo vzhajati 2 uri.
4. V zmes dodamo ščepec soli, preostanek moke, sladkor, maslo, 2 jajci, naribano limonino lupino. Mesimo testo, da postane gladko in nelepljivo in ga pustimo vzhajati na toplem.
5. Testo razdelimo na 12 enakih svaljkov, dolgih približno 30 centimetrov. S tremi svaljki spletemo kito. V preplet glave vstavimo obarvano trdo kuhano jajce in dobro spojimo robove testa. Postopek ponovimo tako, da dobimo 4 titole.
6. Z rumenjaki namažemo površino pletenic.
7. V predhodno ogreti pečici na 250° C pečemo titole 10 minut. Znižamo temperaturo na 200 ° C in nadaljujemo s peko še dodatnih 30 minut.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|-------------------------------|
| Danijel Debelis | 4. | OŠ I. Grbec - M. G. Stepančič |

Ime jedi:

PINCA

Kraj ali država – izvor jedi

Trst in okolica

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Med velikonočnimi prazniki

Sestavine :

- 1 kg moke
- 200 g sladkorja
- 200 g masla
- 100 g kvasa
- 4 rumenjaki in 2 jajci
- 4 dl mleka
- ščepec soli
- vanilin
- nastrgana limonina lupina
- rum

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. V mlačni vodi stopimo kvas, dodamo malo moke in žličko sladkorja.
2. V skledo damo, jajca in sladkor. Dobro premešamo.
3. Dodamo moko, maslo in kvasec. Dolijemo mleko in rum. Nastrgamo limonino lupino, dodamo vanilin in ščepec soli. Vse dobro prenetemo.
4. Zmes pokrijemo in pustimo, da vzhaja.
5. Iz testa pripravimo hlebčke in jih postavimo na toplo površino, da vzhajajo. Namažemo jih s stepenim jajcem in jih na vrhu prerežemo v obliki križa. Hlebčke pince pečemo na 175°C v peči približno 30 minut.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|-------------------------------|
| Emma Ukmar | 5. | OŠ I. Grbec - M. G. Stepančič |

Ime jedi:

JABOLČNI ZAVITEK

Kraj ali država – izvor jedi

Trst – recept pranone Eme

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Ob druženjih in praznikih

Sestavine :

TESTO:

- 300 g moke
- 100 ml semenskega olja
- 80 ml mlačne vode,
- 1 žlica sladkorja
- ščepec soli
- 1 žlica jabolčnega kisa

NADEV:

- razne vrste jabolk, pinoli, rozine, sladkor, maslo, drobtine kruha, limonin sok

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Sestavine zmešamo v topli skledi. Gnetemo jih vsaj 10 minut. S kuhinjskim robotom opravimo delo v 5 minutah.
2. Pokrito testo mora počivati vsaj 40 minut.
3. Na prtju ročno razvlečemo testo čim bolj na tanko.
4. Nanj potresemo drobtine, na koščke ali krhle narezana jabolka, pinole, rozine, koščke surovega masla, 5 žlic sladkorja, pokapamo z limoninim sokom, po želji lahko dodamo cimet.
5. S pomočjo prta testo zavijemo v rolo.
6. Pečemo na 200° C približno 1 uro.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Emma Zocco | 3. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

PIŠKOTI S ČOKOLADO

Kraj ali država – izvor jedi

Amerika

V kateri priložnosti jo pripravimo?

V prazničnih dneh

Sestavine :

- 300 g moko
- 230 g masla
- 2 jajci
- 120 g sesekljanе čokolade
- 1 žličko sode bikarbone
- 1 ščepec soli



Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. V skledo stresemo moko, sol in sodo bikarbono.
2. V drugi skledi stepemo maslo in sladkor, dodamo jajci in počasi umešamo mešanico moko, soli in sode bikarbone. Nazadnje dodamo še sesekljano čokolado.
3. Iz testa oblikujemo kroglice, ki jih položimo v pekač obložen s peki papirjem.
4. Piškote pečemo približno 15 -20 minut na 180° C.
5. Ko jih potegnemo iz pečice so še mehki. Strdijo se šele, ko se ohladijo.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|-------------------------|---------------|--------------------|
| Francesco Andrea Martin | 1. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

ČOKOLADNA TORTA – *TORTA NUVOLA*

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Italija



V kateri priložnosti jo pripravimo?

Pripravimo jo za družinske praznike in druženja.

Sestavine :

TESTO:

- 250 g moka
- 200 g sladkorja
- 50 g kakava
- 100 g sončničnega semenskega olja
- 120 g mleka
- 1 vanilin sladkor

NADEV:

- 50 g moka
- 100 g sladkorja
- 400 g mleka
- 1 jajce





Postopek priprave:

1. **Nadev:** V kozico damo vse sestavine in jih z električnim stepalnikom mešamo, da penasto narastejo.
2. Pristavimo na štedilnik in kuhamo 8 minut na 90° C. Odstavimo s štedilnika, da se nadev ohladi.
3. **Testo:** V presejano moko damo vse ostale sestavine in jih z električnim stepalnikom premešamo, da dobimo gladko maso brez grudic.
4. Okrogli pekač (25 cm) obložimo s peki papirjem.
5. Prelijemo tekočo zmes testa v pekač. Z žlico zajamemo nadev in ga porazdelimo po temnem testu.
6. Pečemo na 160° C za 45 minut.
7. Ohlajeno sladico razrežemo in postrežemo.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Gabriel Vegliach | 5. | OŠ Josipa Ribičiča |

| | |
|--|---|
| <p>Ime jedi: BEZGOV SOK</p> | <p>Fotografija pripravljene jedi:</p> |
| <p>Kraj ali država – izvor jedi Slovenija</p> |  |
| <p>V kateri priložnosti jo pripravimo? Spomladi, ko cvete bezeg</p> | |
| <p>Sestavine :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 3 bezgovi cvetovi • 5 L vode • 1 lonček kisa • 2 lončka sladkorja • 2 limoni | |
| <p>Postopek priprave:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. V večjem loncu zavremo vodo. Dodamo sladkor in mešamo, da se raztopi. 2. Oprane bezgove cvetove položimo v vodo, nanje natresemo limonine rezine in polijemo s kisom. Vse dobro premešamo in pokrijemo. 3. Vsebino pustimo počivati tri dni v temi na hladnem. Vsak dan pa vsebino skrbno premešamo. 4. Po treh dneh sok lahko precedimo v steklenice in ga hranimo v hladilniku. <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: flex-end; margin-top: 20px;">  <p style="text-align: right;">NA ZDRAVJE!</p> </div> | |

| Učenec/učenka | Razred | Šola |
|---------------|--------|--------------------|
| Greta Monaco | 2. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

OREHOVI ROGLJIČKI

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Slovenija, Primorska

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Orehove rogljičke pečemo za vsa domača praznovanja. Ta recept je moji mami dala prababica.

Sestavine :

- 500 g moka
- 250 g masla
- 200 g mletih orehov
- 200 g sladkorja v prahu
- 2 jajci



Postopek priprave:

1. V razpršeno maslo penasto umešamo sladkor in jajce. Dodamo presejano moko in orehe ter hitro zgnetemo v gladko maso.
2. Hlebček testa naj počiva v hladilniku vsaj 30 minut.
3. Pregneteno testo oblikujemo v rogljičke.
4. Pečemo jih pri 180° C 20 minut.
5. Nazadnje jih povaljamo v mletem sladkorju.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Jonathan Porro | 4. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

OREHOVA POTICA

Kraj ali država – izvor jedi

Slovenija in Primorska

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Ob pomembnih praznikih.

Sestavine :

TESTO:

- 1000 g moke (Primorska posebna)
- 200 g sladkorja
- 150 g masla
- 450 ml mleka
- 100 g kvasa
- 5 rumenjakov (3 za pol kg moke)
- 2 žlički soli

NADEV:

- 200 g sladkorja
- 150 g masla
- vrečka vanilnega sladkorja
- 3 jajca
- ribana limonina lupina
- 100 ml ruma
- 450 – 500 g mletih orehov

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

Vse sestavine uporabimo pri sobni temperaturi, da niso prehladne.

TESTO:

1. V loncu segrejemo mleko in sladkor.
2. Priprava kvasca: v posodo odlijemo malo mleka in primešamo kvas, dodamo 2 - 3 žlice moke in mešamo, da se masa zgosti. Pokrijemo in pustimo vzhajati na toplem.
3. V lonec s preostalim toplim mlekom in sladkorjem dodamo maslo in dobro premešamo.

4. V skledo damo rumenjake, 2 žlički sladkorja in jih stepemo.
5. V veliko skledo presejemo moko in umešamo 2 žlički soli. Vlijemo še mleko s sladkorjem in maslom ter mešamo. Dodamo rumenjake in kvasec ter zmešamo. Če slučajno je testo pretrdo, dolijemo mlačno mleko.
6. Najprej mešamo in nato testo tolčemo, dokler se ne več oprijema kuhalnice.
7. Testo pokrijemo in pustimo vzhajati na toplem.

NADEV:

1. V skledi zamešamo sladkor in maslo zrezano na manjše kose, tako, da postane mehka krema. Postopno umešamo po 1 jajce in za vsako mešamo vsaj 5 minut. Temu dodamo ribano limonino lupino, rum in orehe. Vse skupaj mešamo, da postane gladka krema.
2. Pekač premažemo z maslom.
3. Dobro vzhajano testo razdelimo na dva dela. Zvrnemo ga na pomokano krpo in začnemo nategovati, da oblikujemo pravokotno obliko (najprej na sredini, nato vedno bolj proti robu). Pazimo, da ne bo kje pretanko oz. luknjičasto. Na mlinc namažemo nadev. Zavijemo s pomočjo prta in položimo v pekač. Ponovno pokrijemo s krpo in pustimo vzhajati na toplem.
4. Potico premažemo s stepenim beljakom.
5. Pečemo v vroči pečici od 150° C do 180° C približno eno uro. Prvih 40 minut pečice ne odpiramo.

DOBER TEK!



| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|-------------------------------|
| Katerina Gerin | 3. | OŠ I. Grbec - M. G. Stepančič |

Ime jedi:

JABOLČNA TORTA S SIROVIM NAMAZOM
"MASCARPONE"

Kraj ali država – izvor jedi

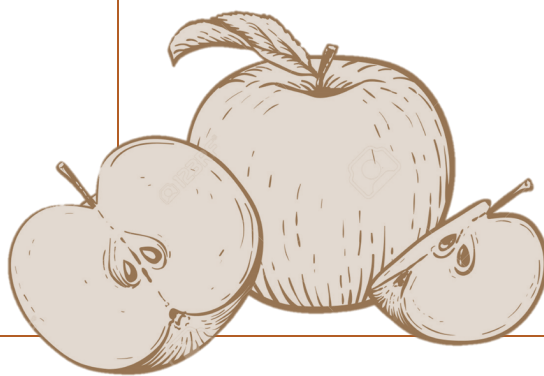
Češka

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Ob praznikih ali druženjih s prijatelji ali sorodniki

Sestavine :

- list vlečenega testa (pasta sfoglia)
- 4 jajca
- 500 g mascarpone-ja
- 150 g sladkorja
- 3 žlice nesladkanega kakava
- jabolka



Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Postavimo plast testa v pekač.
2. Olupimo jabolka in jih narežemo na rezine. Jabolčne rezine položimo na plast testa in sladkamo. Pekač postavimo v peč in pečemo pri 170° C za 10 minut.
3. Razžvrkljamo 4 jajca, dodamo sladkor, "Mascarpone" in kakav. Dobro premešamo. Zmes vlijemo na polpečeno sladico in ponovno pečemo pri 160° C še dodatnih 20 minut.
4. Pustimo, da se sladica ohladi.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Lara Conte | 3. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

JABOLČNA TORTA

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

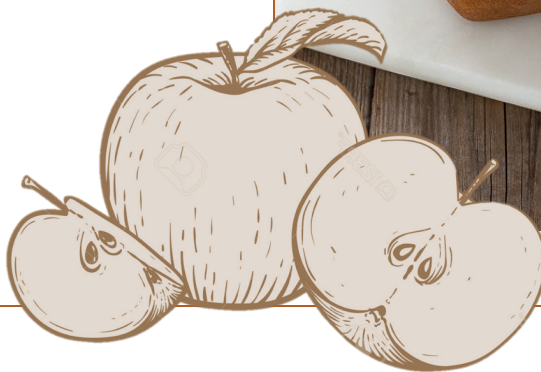
Trst

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Za moj rojstni dan

Sestavine :

- 1 lonček jogurta
- 3 lončke moka
- 3 lončke sladkorja
- 2 jajci
- 1 pecilni prašek
- 4 jabolka
- ščepec soli



Postopek priprave:

1. V skledo zmešamo jogurt, sladkor in jajci. Počasi dodajamo moko s pecilnim praškom.
2. Olupimo jabolka in jih narežemo na tanke rezine.
3. V pekač prelijemo polovico testa. Nanj položimo jabolčne rezine in jih prelijemo s preostalim testom.
4. Pečemo v peči pri 200° C približno 40 minut.
5. Ko se sladica ohladi, jo posipamo s sladkorjem v prahu in jo serviramo.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Leo Sommariva | 5. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

ŠNITE S ČOKOLADNIM NAMAZOM

Kraj ali država – izvor jedi

Slovenija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Vsakič, ko nam ostaja kruh in si zaželimo nekaj dobrega. Šnite so primerne predvsem za zajtrk ali malico.

Sestavine :

- star kruh
- jajca
- mleko
- ščepec soli
- maslo
- sladkor ali čokoladni namaz ali marmelada

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Star kruh narežemo na rezine.
2. Skupaj zmešamo mleko, jajca in ščepec soli. Rezine namočimo v zmes mleka in jajc. Pražimo jih v vroči ponvi, v kateri smo stopili malo masla. Ko so rezine na eni strani zlato zapečene, jih pražimo tudi na drugi strani.
3. Ko so šnite pripravljene, jih potresemo s sladkorjem. Lahko pa jih namažemo s čokoladnim namazom ali z marmelado.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Leonardo Balducci | 5. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

ZAVITKI Z NUTELLO

Kraj ali država – izvor jedi

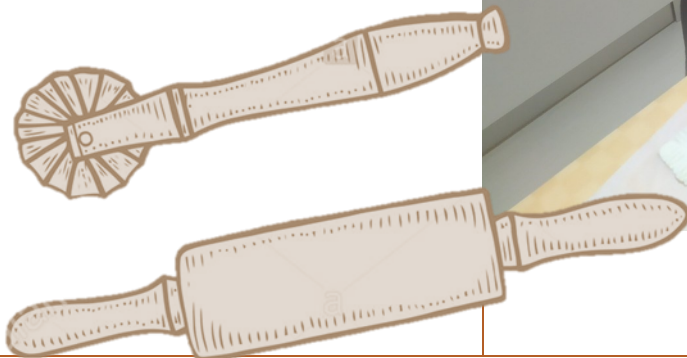
Italija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Ko si zaželimo nekaj slastnega.

Sestavine :

- 1 listnato testo
- Nutella
- mleko po potrebi
- 1 jajce



Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Listnato testo razrežemo na 10 enakih kvadratov.
2. Na pet kosov testa damo v sredino žličko Nutelle.
3. Na preostalih kvadratih naredimo v sredini z nožem dva diagonalna reza.
4. Z zarezanimi kvadrati pokrijemo kvadrate z Nutello.
5. Z vilicami potlačimo robove, da se dobro zlepijo.
6. Položimo jih v pekač, obložen s peki papirjem in jih premažemo s stepenim jajcem.
7. Pečemo na 180° C približno 15 minut.



DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|-----------------------|---------------|-------------------------------|
| Loris in Denis Zeneli | 2. in 4. | OŠ I. Grbec - M. G. Stepančič |

Ime jedi:

VELIKONOČNA TITOLA MENIH
PLETENICA

Kraj ali država – izvor jedi

Titole, slaščice v obliki pletenice, ki vsebujejo rdeče kuhano jajce, izhajajo iz grške in slovenske tradicije. Narejene so iz testa, ki ga uporabimo za pripravo pince.

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Titole in pince pripravimo za Velikonočne praznike.

Sestavine za 4 osebe:

- 500 g moke 00
- 16 g pivskega kvasa
- 40 g sladkorja
- 3 jajca
- 60 g masla
- pol kozarca mleka
- rahlo sladko belo vino
- naribana limonina lupina
- 1 rumenjaka
- ščepec soli
- 4 trdo kuhana jajca, obarvana v rdeče z ustreznim barvilom za živila



Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:


1. Priprava kvasca: v skodelico stremo pivski kvas, dodamo žličko sladkorja, dve žlici moke in štiri žlice mlačnega mleka. Pokrijemo s prtom in pustimo, da vzhaja.
2. V veliko skledo presejemo moko in v sredini naredimo jamico, v katero vlijemo kvasec. Dodamo zmehčano maslo, jajca, preostali sladkor in mleko, naribano limonino lupino ter ščepec soli. Iz vseh sestavin zamesimo testo, ki mora biti gladko in se ne sme oprijemati rok ali posode.
3. Testo pokrijemo in pustimo počivati na toplem tako dolgo, da zmes podvoji.
4. Testo razdelimo na 12 enakih delov in iz njih oblikujemo svaljke. S temi spletemo 4 titole. V preplet glave vstavimo obarvano trdo kuhano jajce in dobro spojimo robove testa.
5. Titole premažemo z rumenjaki.
6. V predhodno ogreti pečici na 250° C pečemo pletenice 10 minut. Znižamo temperaturo na 200° C in nadaljujemo s peko še dodatnih 30 minut.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|-----------------------|---------------|--------------------|
| Lucas in Oliver Testa | 5. | OŠ Josipa Ribičiča |

| | |
|---|--|
| <p>Ime jedi: PALAČINKE</p> | <p>Fotografija pripravljene jedi:</p> |
| <p>Kraj ali država – izvor jedi Slovenija</p> |  |
| <p>V kateri priložnosti jo pripravimo? Vedno</p> | |
| <p>Sestavine : MASA ZA PALAČINKE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 250 g moko • 1 jajce • 500 ml mleka • 1 žličko sladkorja <p>NAMAZ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nutella ali marmelada | |
| <p>Postopek priprave:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zmešamo moko, sladkor, mleko in jajca z električnim mešalnikom. 2. V ponvi segrejemo olje in z zajemalko nalijemo pripravljeno maso. Popečemo 2 minuti in obrnemo palačinko, da se speče na drugi strani. 3. Palačinke ponudimo namazane z Nutello ali marmelado. |  |
|  | <p>DOBER TEK!</p> |

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|-----------------------|---------------|--------------------|
| Ludovico Oscar Klauer | 5. | OŠ Josipa Ribičiča |

| | |
|---|---|
| <p>Ime jedi: KUHANI OREHOVI ŠTRUKLJI</p> | <p>Fotografija pripravljene jedi:</p> |
| <p>Kraj ali država – izvor jedi Tržaški Kras in Slovenija</p> |  |
| <p>V kateri priložnosti jo pripravimo? KUHANIM ŠTRUKLJEM pripada posebno mesto v kraški kuhinji. Nekoč so ustvarjalne gospodinje bogatile testo z različnimi nadevi ali ga zabelile samo z maslom in potresle z orehi. Ta sladica je bila, in je še dandanes, tako cenjena, da je bila nepogrešljiva na vsakem pomembnem prazniku, kot so poroke, krsti, birme, likofi ... Danes jih pripravimo za božične, velikonočne praznike, veliki šmaren in kraško ohcet.</p> | |
| <p>Sestavine : TESTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 kg moka • 600 g kvasa • 3 jajca • 4 žlice sladkorja • 800 g masla • naribana limonina lupina • žlica ruma | <ul style="list-style-type: none"> • 1 vanilin sladkor • ščepec soli • mleko po potrebi <p>NADEV:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 800 g mletih orehov • 200 g rozin • 200 g masla • 300 g sladkorja • 2 jajci • 3 pesti krušnih drobtin • naribana limonina lupina • mleko po potrebi |
| <p>Postopek priprave:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. V skledo presejemo moko in dodamo naštetih sestavine. Vse dobro pregnetemo, da je testo brez grudic in se ne prijema podlage. Postavimo ga v posodo, ga pokrijemo s krpo in pustimo, da vzhaja. 2. Pripravimo nadev. Zmlete orehe oparimo z vrelim mlekom, dodamo sladkor, jajci, namočene rozine v rumu, maslo in naribano limonino lupino. Vse dobro premešamo. 3. Testo razpolovimo. Razvaljamo dva mlinca in ju namažemo z nadevom. 4. Ohlapno ju zavijemo v pomokano krpo in jo na koncih zavežemo. Vzdolžni rob pa sešijemo in pustimo vzhajati še pol ure. 5. V podolgovati kozici kuhamo štruklje v slanem kropu za 40 minut, 20 minut na vsaki strani. 6. Ohlajene štruklje zrežemo na rezine in jih posujemo s prepraženimi krušnimi drobtinami. <p style="text-align: right;">DOBER TEK!</p> | |

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|------------------------|---------------|--------------------|
| Marta in Luca Tornello | 1. in 4. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

ČEŠNJEVA MARMELADA

Kraj ali država – izvor jedi

Povsod kjer rastejo češnje

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Spomladi, ko dozori češnje.

Izraz marmelada zasledimo proti koncu 13. stoletja, a so se z njo sladkali že stari Grki in Rimljani. Zaradi visoke cene sladkorja iz sladkornega trsa so jo poznali le premožni. Šele v 19. stoletju, po odkritju postopka za pridobivanje cenejšega sladkorja iz sladkorne pese, so marmelade, džemi in želeji postali prava domača poslastica.

Sestavine :

- 1 kg – 1,2 kg zrelih in sočnih češenj
- 500 g sladkorja
- 1 manjša bio limona

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Steklene kozarce za marmelado dobro operemo, obrišemo in jih steriliziramo v pečici približno 20 minut pri temperaturi 100° C.
2. Češnje operemo, posušimo, odstranimo peclje in razkoščičimo.
3. Stresemo jih v lonec, primešamo sladkor, limonin sok in narezano limonino lupino.
4. Vsebina naj počiva nekaj ur ali eno noč.
5. Lonec pristavimo na štedilnik in kuhamo približno eno uro, dokler se vsebina ne zgosti. Marmelado moramo pogosto mešati, da se ne sprime lonca ali prismodi.
6. Odstranimo limonino lupino in češnje stlačimo s pomočjo paličnega mešalnika. Po želji lahko pustimo tudi večje koščke in jih stlačimo le s pomočjo tlačilke za krompir.
7. Vročo marmelado previdno natočimo v tople in sterilizirane steklene kozarčke.

Marmelada je primerna za mazanje na kruh v kombinaciji z maslom. Uporabljamo jo tudi kot namaz za palačinke. Z njo pripravljamo lahko tudi različne pite in druge sladice.

DOBER TEK

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|---------------------------------------|---------------|--------------------|
| Matilde, Agostino in Marcello Zornada | 2., 4. in 5. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

MANDLJEVA TORTA

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Trst

V kateri priložnosti jo pripravimo?

To torto je za rojstne dneve pekla že naša prababica Vida. Zdaj jo pripravi moja babica Klara. Ko bomo veliki, jo bomo pekli mi za svoje otroke.

Sestavine :

TESTO:

- 280 g sladkorja
- 6 jajc
- 280 g mletih mandljev
- ½ kozarca mrzle kave
- 1 žlica krušnih drobtin

KREMA:

- 150 g čokolade
- 150 g masla
- 150 g sladkorja
- 3 jajca



Postopek priprave:

TESTO:

1. Penasto umešamo rumenjake s sladkorjem. Postopno dodajamo mandljevo moko, nato kavo in žlico krušnih drobtin.
2. Beljake stepemo v sneg in jih nežno umešamo v maso, ki jo prelijemo v model in jo pečemo približno 40 minut.

KREMA:

1. Temeljito umešamo maslo in sladkor, da pride gladka krema.
2. Primešamo že ohlajeno stopljeno čokolado na pari.
3. Postopno dodajamo jajca: najprej prvo, nato drugo in nazadnje še tretje.
4. S kremo premažemo in okrasimo torto. Pokusite jo, ne bo vam žal!

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Mitja Ferigutti | 4. | OŠ Josipa Ribičiča |

| | |
|---|---|
| <p>Ime jedi: PROFITEROLES</p> | <p>Fotografija pripravljene jedi:</p> |
| <p>Kraj ali država – izvor jedi Sladica prihaja iz Francije, je pa razširjena po vsem svetu.</p> |  |
| <p>V kateri priložnosti jo pripravimo? Mi se sladkamo s profiteroles na velikonočni ponedeljek in tako izkoristimo čokoladna jajca.</p> | |
| <p>Sestavine : ZA 20 DO 30 BIGNE':</p> <ul style="list-style-type: none"> • 400 g čokoladnega jajca <p>ZA KREMO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 jajci • 4 žlice sladkorja • 4 žlice moka • 500 ml mleka • naribana limonina lupina • 500 ml smetane  | |

Postopek priprave:

1. Priprava kreme: segrejemo mleko, dodamo limonino lupino, ki jo kasneje odstranimo. V drugi posodi razžvrkljamo dobro jajca, sladkor in moko. Zmes prelijemo v vroče mleko in kuhamo, dokler se ne zgosti. V ohlajeno kremo dodamo še 250 ml stepene smetane.
2. Profiteroles – puhaste kroglice preluknjamo in jih nadevamo s kremo.
3. Za vodno kopel zavremo štiri decilitre vode v manjši posodi. Skledo postavimo nad vodno kopel in vanjo nadrobimo čokoladno jajce, ki jo med občasnim mešanjem stopimo v gladko zmes. Stopljeno čokolado ohladimo.
4. Nadevane profiteroles prelijemo s čokoladnim prelivom in damo v hladilnik. Počakamo, da se sladica dobro ohladi in postrežemo.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Monica Laudicina | 4. | OŠ Josipa Ribičiča |

| | |
|--|---|
| <p>Ime jedi: LIVANCE</p> | <p>Fotografija pripravljene jedi:</p> |
| <p>Kraj ali država – izvor jedi Češka</p> |  |
| <p>V kateri priložnosti jo pripravimo? Za malico, za piknik ali za goste.</p> | |
| <p>Sestavine :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 500 ml mleka • 300 g moka • 2 jajci • 20 g kvasa • ščepec soli • 1 žlica sladkorja • 1 žlica masla | |



| |
|--|
| <p>Postopek priprave:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. V skodelici pripravimo kvas z malo mleka in žlico sladkorja. 2. V drugi posodi segrejemo mleko in v njem razpustimo maslo. 3. Dodamo jajci, moko in sol ter vse gladko umešamo. 4. Dodamo kvasec in pomešamo. 5. Zmes pustimo vzhajati 30 – 40 minut. 6. Livance pečemo v ponvi na olju. 7. Serviramo jih lahko s premazom marmelade, Nutelle ali pa z jagodami ali cimetom. <p style="text-align: right;">DOBER TEK!</p> |
|--|

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Samuel Nanut | 3. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

ŠNITE

Fotografija pripravljene jedi:

Kraj ali država – izvor jedi

Štandrež

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Pozimi.

To je stara jed naših babic, ki nikoli ne bo utonila v pozabo, saj so zlato-rjave ocvrte rezine kruha na moč okusne. To je odličen način, da porabimo zalogo starega kruha.

Sestavine :

ZA 2 KOSA STAREGA KRUHA:

- 1 jajce
- 1 skodelica mleka
- 1 žlica sladkorja



Postopek priprave:

1. Zrežemo kruh na rezine.
2. Namočimo jih v mleku in v razžvrkljanem jajcu.
3. Rezine ocvremo v vročem olju.
4. Ko so pripravljene jih položimo na krožnik.
5. Posipamo jih s sladkorjem in jih serviramo.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Sandi Ferhatović | 4. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

BRDARI – BOSANSKE HURMAŠICE

Kraj ali država – izvor jedi

Bosna

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Za praznike

Sestavine :

TESTO:

- 2 jajci
- 2 lončka olja
- 2 lončka sladkorja
- 7 lončkov moko (približno)
- 1 vrečka vanilnega sladkorja
- ½ pecilnega praška

PRELIV »AGDA«:

- 800 g sladkorja
- 5 lončkov vode
- limonin sok

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. V skledi premešamo jajca, sladkor, olje in pecilni prašek. Postopno dodajamo moko in umesimo testo. Oblikujemo svaljke. Položimo jih v pekač obložen s peki papirjem tako, da so odmaknjene druga od druge, saj bodo med peko narasle.
2. Pečemo jih pri 180° C za 20 minut.
3. Med peko pripravimo preliv oz. agdo. Vodi dodamo limonin sok in sladkor in to kuhamo približno 10 minut, tako da se sladkor raztopi.
4. Pečene brdarje polijemo z agdo in pekač pokrijemo, da sladica vpije preliv.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|--------------------------|---------------|--------------------|
| Sara in Monica Laudicina | 1. in 4. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

MAZANEC

Kraj ali država – izvor jedi

Češka

V kateri priložnosti jo pripravimo?

To je tipična češka sladica, ki jo pripravimo doma za veliko noč.

Sestavine :

- 1 kg moka
- 400 ml mleka
- 60 g kvasa
- 200 g sladkorja
- 4 rumenjaki
- 200 g masla
- 1 vanilin sladkor
- 100 g čokolade
- 100 g orehov
- 2 žlici ruma
- ščepec soli
- 4 žlice mandeljev v lističih

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. V posodo nalijemo malo mlačnega mleka, dodamo kvas in sladkor, da počasi vzhaja.
2. V skledi umešamo maslo, sladkor in rumenjake. Dodamo še koščke čokolade, orehe in malo ruma.
3. Prilijemo kvasec in počasi mešamo.
4. Nazadnje dodamo moko in sol. Testo temeljito mesimo. Oblikujemo hleb, ki ga položimo v skledo, pokrijemo s krpo in pustimo vzhajati vsaj 3 ure.
5. Testo razdelimo na dva okrogla hlebca, ki ju položimo v pekač obložen s peki papirjem.
6. Na hlebcih zarezemo z nožem križ. Premažemo ju z beljakom in posujemo z mandlji v lističih.
7. Mazanec damo v ogreto pečico in ga pečemo vsaj eno uro na 180° C.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Sara Laudicina | 1. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

SLADICA Z JOGURTOM

Kraj ali država – izvor jedi

Češka

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Za zajtrk ali za malico

Sestavine :

- 1 lonček belega jogurta
- 1 lonček sladkorja
- 3 lončki moka
- 1 lonček olja
- 3 jajca
- 1 pecilni prašek
- 1 vanilin sladkor
- ščepec soli
- naribana limonina lupina
- 2 žlici kakava

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. V skledo zlijemo jogurt iz lončka, da ga uporabimo kot mero za vse sestavine z izjemo kakava. Temeljito jih premešamo z električnim stepalnikom.
2. $\frac{3}{4}$ vsebine prelijemo v ozek in dolg pekač.
3. V preostalo testo dodamo še kakav in premešamo s stepalnikom.
4. Temno zmes polijemo po svetlem testu v pekaču.
5. Pekač damo v toplo pečico na 180° C. Pečemo 45 minut.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Stella Campagna | 4. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

VELIKONOČNI KOLAČ

Kraj ali država – izvor jedi

Italija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Za veliko noč

Sestavine :

- 300g sladkorja
- 3 jajca
- 500 g moko
- 200 ml mleka
- 2 žlici olja
- 1 vanilin sladkor
- naribana limonina lupina
- limonin sok
- 1 beljak
- barvne mrvice po želji



Fotografija pripravljene jedi:





Postopek priprave:

1. Zmešajmo jajca s sladkorjem in oljem. Dodamo mleko, moko, naribano limonino lupino in vanilin sladkor. Vse dobro premešamo s paličnim mešalnikom.
2. Vlijemo v pekač za kolače, ki smo ga prej dobro namazali z maslom.
3. Pečemo v pečici ogreti na 200° C.
4. Ko se ohladi, premažemo kolač z mešanico sladkorja v prahu, beljaka in limonenega soka in potresemo z barvnimi mrvicami.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------|---------------|--------------------|
| Zoe Righi | 2. | OŠ Josipa Ribičiča |

| | |
|--|---|
| <p>Ime jedi: SKUTIN BISKVIT ZA ČOKOLADNO PITO</p> | <p>Fotografija pripravljene jedi:</p> |
| <p>Kraj ali država – izvor jedi Italija</p> |  |
| <p>V kateri priložnosti jo pripravimo? Sladico pripravimo običajno za veliko noč.</p> | |
| <p>Sestavine :</p> <p>TESTO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 250 g skute • 250 g moke • 100 g masla • 100 g sladkorja v prahu • ½ pecilnega praška • ščepec soli <p>KREMIN NADEV:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 100 g sladkorja • 80 g masla • 180 g čokolade (čokoladnih jajc) • 3 jajca • 100 g tekoče smetane | |
| <p>Postopek priprave:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dobro premešamo narezano maslo na kocke, moko, sladkor, pecilni prašek in sol. Nazadnje dodamo še skuto in vse dobro pregnetemo. Ko je testo gladko, ga pustimo počivati eno uro v hladilniku. 2. Za nadev najprej penasto umemšamo jajca in sladkor, dodamo moko, stopljeno čokolado, maslo in tekočo smetano. 3. 2/3 testa razvaljamo in ga položimo v model in vlijemo kremni nadev. Preostalo razvaljano testo narežemo na centimeter široke trakove in okrasimo pito. 4. Sladico pečemo pri 180 ° C za 40 minut. |  |
| <p>DOBER TEK!</p> | |

| <i>Učiteljica/kuharica</i> | <i>Šola</i> |
|----------------------------|--------------------|
| Alenka Dobrila | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

FANCLI – MIŠKE S SKUTO

Kraj ali država – izvor jedi

Trst

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Božič, pust

Sestavine :

- 200 g moke
- 300 g skute
- 3 jajca
- 4 žlice sladkorja
- 70 g rozin
- 30 g pinjolv
- 1 aroma rum
- 1 aroma limone
- 1 pecilni prašek
- limonina ali pomarančna naribana lupinica
- ščepec soli
- 1 L olja za cvrtje

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. V skledi zmešamo moko, skuto, jajca, sladkor, pecilni prašek in arome tako, da dobimo gladko maso brez grudic. Primešamo namočene rozine v rumu in pinjole.
2. V loncu segrejemo olje na 180 °C. Če nimamo termometra, si lahko pomagamo tako, da v olje potopimo ročaj lesene kuhavnice. Olje je vroče, ko vidimo okoli ročaja mehurčke.
3. Vzamemo žlico in jo za nekaj sekund pomočimo v segreto olje. Z žlico zajamemo testo in ga položimo v olje. Z naoljene žlice bo testo zlahka samo zdrselo. Ko spodnja stran miške zadobi zlato rjavo barvo, jo obrnemo in ocvremo še na drugi strani. Postopek ponavljamo, dokler ne porabimo vsega testa.
4. Ocvrte miške s penovko poberemo iz olja in položimo na krožnik, ki smo ga obložili s kuhinjskimi brisačkami. Pustimo, da se odvečna maščoba odcedi.
5. Miške serviramo na velik krožnik ali pladenj, potrosimo s sladkorjem v prahu in postrežemo.

DOBER TEK!

| <i>Učenec/učenka</i> | <i>Razred</i> | <i>Šola</i> |
|--|---------------|--------------------|
| Artur, Luna Maria, Tarik, Lucija, Ilija, Greta, Zoe, Alida, Alia, Matilde. | 2. | OŠ Josipa Ribičiča |

Ime jedi:

KOKOSOVE KROGLICE

Kraj ali država – izvor jedi

Slovenija - Italija

V kateri priložnosti jo pripravimo?

Kokosove kroglice pripravimo takrat, ko si zaželimo nekaj slastnega.

Mi, učenci 2. razreda OŠ Ribičič smo si jih privoščili zadnji dan pouka. Vse sestavine smo dobro zgnetli, nato smo oblikovali kroglice in nazadnje smo jih z užitkom snedli.

Poskusite jih tudi vi, ne bo vam žal!

Sestavine :

- 200 g kokosove moke
- 100 g sladkorja
- 100 g ribane črne čokolade
- 250 g skute
- 100 g masla

Fotografija pripravljene jedi:



Postopek priprave:

1. Stopljeno ohlajeno maslo dobro premešamo s sladkorjem. Dodamo skuto, ribano čokolado in več kot polovico kokosove moke. Sestavine temeljito premešamo in za eno uro postavimo v hladilnik.
2. Potem oblikujemo kroglice in jih povaljamo v kokosovi moki. Poljubno jih lahko povaljamo tudi v čokoladnih mrvicah ali v čokoladi v prahu.
3. Kroglice damo za nekaj ur v hladilnik in nato postrežemo.

DOBER TEK!

