



OKUSI VENECIJE

U ISTRI Utjecaji i prožimanja

Bogati tragovi prošlosti u istarskoj gastronomiji

Reci mi što jedeš, reći ću ti tko si. Ova poznata misao koju je izrekao Jean Anthelme Brillat-Savarin, francuski od-vjetnik i političar, epikurejac i gastronom, zrcali istinu i kada je s osobnog jelovnika prenesemo na kulturu stola određenog kraja ili naroda. U svakom se jelu i jelovniku od doručka, preko marende i obiteljskog ručka pa sve do svečane večere ogleda geografski i klimatski areal, povijest i kulturni utjecaji, kao i tradicija, običaji, identiteti ljudi i prostora uz koje se vezuje određena gastronomija.

Slučaj je to i s istarskom gastronomijom, koja je, istaknut će vodeći gastronomski znalac Poluotoka Franko Lukež, „vjeran odraz svih povijesnih, zemljopisnih i klimatskih značajki ovoga prostora. Burna istarska prošlost ostavila je nemalog traga i na gastronomiji.”

Naime, bogatstvo prirode i osebnost kraja u samim su temeljima pučke kuhinje Istre. Njenu osnovu čine namirnice koje se mogu pronaći u prirodi: samoniklo bilje, začini, sezonsko povrće, plodovi mora, riba... Tu su šparoge i divlji radič, rakovi, školjke, maslinovo ulje, vino... A u ovu skromnu, a prema suvremenim nutricionističkim spoznajama itekako vrijednu i zdravu kuhinju istarskih ribara i težaka – poslužimo se kulinarskim rječnikom – umiješana su, a pokatkad i sljubljena, jela i sastojci koje je ovdje donijelo slavensko stanovništvo, prepoznatljivi su utjecaji i tradicija romanske kuhinje, kao i kuhara franačkih i njemačkih feudalnih vladara, a potom i austrougarske gastronomije. Međutim, najveći je trag u istarskoj kulturi stola svakako ostavila gastronomija Venecije, čija je uprava u ovim krajevima trajala gotovo pet stoljeća: službeno od 1267. kada je Poreč prvi prisegnuo na vjernost Republici Svetoga Marka pa sve do propasti 1797. godine.

Osebnost baštinski venecijanski jelovnik

Venecijanska gastronomija baštini u sebi ljepotu i jedinstvenost grada koji je veliki dio svoje povijesti bio najmoćnija država Mediterana. Osebnost Venecije ogleda se u njenom zemljopisnom položaju – jer grad je to veličanstvene arhitekture utemeljen na laguni i okrenut moru sa zelenim zaledem – kao i bogatoj povijesti i kulturi u kojoj svoj pečat ima senzualnost, ali i dekadencija Serenissime te posebno snažan kozmopolitizam. Sve je to utkano i u venecijansku kuhinju koju odlikuje istodobna plemenitost i skromnost te maštovitost i raznolikost. Tako je Loredana Vareton na Prvoj studijskoj konferenciji Talijanske kulinarske akademije istaknula da je venecijanska posebnost u zlatno doba Serenissime bila ta da je trpeza bogatih redom potpadala pod uravnotežujući utjecaj kuhinje siromašnih, „budući da je potonja raspolagala neusporedivim obiljem neiscrpnih prirodnih izvora koji su jamčili život, svježinu i nepatvorenost: mora i vrtova.”

Poznato je i da su Mlečani u spravljanju hrane, a riječ je tu o raskošnim banketima duždeva i plemića, ali i svakodnevnim obrocima venecijanskih trgovaca, obrtnika, ribara, gondolijera, koristili namirnice iz gotovo cijelog svijeta. Budući da je Republika Svetoga Marka, država moćne pomorske flote, imala razvijene trgovinske odnose s gotovo cijelim svijetom, bio je to i put kojim su u Veneciju stizali rijetki začini s Dalekog istoka: papar, cimet, korijandar, kumin, muškatni oraščić, klinčić... Morskim su putem na venecijanske stolove stizale i namirnice sa sjevera Europe, poput bakalara iz baltičkih zemalja. Bogatstvo venecijanskoj kuhinji donose i maslinovo ulje i vina iz Istre te škampi s Kvarnera. Sve se to sljubljuje s uvijek svježim povrćem i voćem iz okolice Venecije, školjkama i rakovima iz lagune. Na trpezi su i jela od divljači iz zaleđa.

Ljubičasta artičoka s otoka Sant'Erasmus, odnosno *castraure*, prvi nježni pupoljci artičoke, *moeche* i *masanete*, rakovi meke ljuske, *sepa bianca de ciosa*, bijela sipa iz mjesta Chioggia, *schia della laguna di Venezia*, male kozice, samo su neke od namirnica koje čine venecijansku gastronomsku baštinu. Ona donosi autentična jela bogatih okusa, boja i mirisa. Tu je *bigoli*, tipična tjestenina vrlo slična velikim špagetima; *baicoli*, tipični venecijanski keksi; *bussolai*, keksi s otoka Burano; *fave alla veneziana*, mali keksi napravljeni od badema i pinjola; *fugassa veneta*, venecijanska focaccia; *galani e crostoli*, kroštule; *mandorlato veneziano*, mletački nugat; *pagnotta del doge*, duždev kruh; *zaletti*, tipični žuti keksi napravljeni od kukuruznog brašna, *baccalà mantecato*, tučeni bakalar; *sarde in saor*, srdele na savor; *risi e bisì*, riži biži, odnosno rižoto s graškom; *bigoli in salsa*, tjestenina bigoli sa srdelama; *fegato alla veneziana*, venecijanska jetrica s lukom i bijelom palentom...

Čitajući ovaj baštinski venecijanski jelovnik pronaći ćemo mnoštvo jela koja su odavno neizostavni dio istarskih obiteljskih svakodnevnih i blagdanskih obroka. *Bigoli* su, kažu znalci, dio morskih marendi novigradskih ribara. U Puli, Poreču, Rovinju, Rapcu svaka obitelj ima svoj recept za srdele na savor. Riži biži zaživio je kao tipično proljetno jelo na obiteljskim stolovima diljem Istre, a ima i svoje stalno mjesto na vrtićkim menijima. *Polenta alla veneziana* u vrijeme kolinja obavezno je jelo u mnogim selima u unutrašnjosti Poluotoka. Nijedna fešta u Istri ne može proći bez kroštula. Badnjak u Istri nezamisliv je bez bakalara na bijelo s pasuticama, njegovi miris, okus i kremoznost neizostavni su nagovještaj Božića.

Gastronomski istraživači bilježe da je jedan od putova razmjene načina pripreme jela od ribe i plodova mora između Venecije i Istre bio vezan uz susrete ribara iz Chioggie s istarskim ribarima u Piranu, Izoli, Novigradu i Rovinju. Dok su venecijanski ribari bili vični pripremi *zuppe* (guste juhe), rižota, poput crnog rižota sa sipom, i buzare, specijaliteta istarskih ribara bili su pečeni rakovi i brodet od grmalja ili priljepaka.

Kultura stola s obje strane Jadrana

Pogled na kulturu stola s obje strane Jadrana, od recepata, preko naziva jela, namirnica koje se koriste, okusa pa sve do filozofije pripreme hrane svjedoči da su kulinarska prožimanja između Istre i Venecije iznimno prisutna i danas. Ona su i u samoj srži modernog koncepta promišljanja gastronomije, odnosno turističke ponude koju već gotovo tri desetljeća promiče Istarska županija i njena Turistička zajednica zagovarajući mediteranski način življenja i koncept mediteranske prehrane. Uz blagodati koje ovakav način života ima na zdravlje, rezultat je popularizacija domaćih istarskih tradicionalnih jela i gastronomskih proizvoda kao što su ulje, med, sir, ali i zaštita njihove izvornosti, poput istarskog pršuta ili najnovijeg na listi – muškata momjanskog.



Bakalar – ima svoju priču, ali i operu

Bakalar na kremi jedno je od autentičnih jela venecijanske kuhinje. Recept je to s pričom, a odnedavno čak i operom.

Veze između bakalara i Venecije stare su više od 600 godina. Za sve je zaslužan Pietro Querini, mletački patricij i trgovac iz 15. stoljeća, koji je na svom trgovačkom putu s Krete do Flandrije doživio brodolom u Sjevernom moru, uz obalu Lofotskih otoka. Nasukao se na norveškom otoku Røest gdje je s preživjelim mornarima ostao punih sto dana. S lokalnim je ribarima odlazio u ribolov i ondje otkrio bakalar. Na povratku kući Querini ga 1432. donosi u Veneciju, bakalar tako ulazi u venecijanske kuhinje, a potom i na stolove okolnih zemalja. Evo ga do današnjih dana i u našim krajevima.

Bakalar se našao i na kazališnoj pozornici: povijesne zapise o venecijanskom trgovcu i norveškom bakalaru pretočio je 2012. u operu „Querini” norveški skladatelj Henning Sommerro prema libretu Ragnara Olsena.

Risi e bisi – stiže s duždeva stola

Jedno od najtradicionalnijih venecijanskih jela je *risi e bisi*. Ovo jednostavno živopisno jelo služilo se mletačkom duždu 25. travnja, na dan proslave venecijanskog zaštitnika svetog Marka, kao izraz želje za blagostanjem. Naime, riža simbolizira plodnost, a grašak je tipično proljetno povrće koje raste u ovom kraju.



VINA ISTRE

Od tradicije do svjetske vinske elite

Vina Istre od davnina su neodvojiv i važan dio istarske gastronomije i načina života, a vinarstvo na Poluotoku ima tisućljetnu povijest.

Vinovu lozu u Istri su donijeli Feničani i stari Grci, a vještinu uzgoja istarskog trsa uspješno su svladali Histri. Dok povijesni zapisi svjedoče da teran s Poluotoka hvale stari Rimljani, suvremena istraživanja zastupaju i tezu da je malvazija istarska nastala od neke malvazije koja je bila unesena u Istru za vrijeme Mlečana, a moguće je da je sa specifičnim biološkim osobinama nastala upravo u ekološkim uvjetima Istre. Istarski muškati u srednjem je vijeku delicija na kraljevskim dvorovima diljem Europe, od cara Franje Josipa u Beču do Emanuela III. u Rimu. Danas su vina Istre dio svjetske vinske elite, o čemu svjedoče brojna priznanja.

U najvažniju sortu Istre i važan dio njezinog identiteta ubraja se bijela malvazija. Zasadi malvazije prisutni su svugdje u Istri, a vino proizvedeno od ove sorte slamnato je žute boje, ugodnog mirisa bagremova cvijeta i umjerene svježine. Zlatne kapljice malvazije savršeno se sljubljuju s vrhunskim delicijama spravljenim od svježe ribe i plodova mora.

U Istri svakako popijte i čašu terana, najbolje se sljubljuje s domaćim pršutom i tjesteninom s umakom od boškarina, preporučuju znalci, a u dio istarske vinske čarolije ubrajaju priču prema kojoj je upravo istarski teran bio eliksir dugovječnosti carice Livije, supruge rimskog cara Augusta, ali i vino koje je na njegovim istarskim pustolovinama u 18. stoljeću opilo slavnog ljubavnika Casanovu. Teran je od davnina uzgajan u istarskim vinogorjima, a ova sorta daje izvrsno crveno vino sa zanimljivom nijansom trpkosti. Znalci kažu da je strastven i neobičan – ima živ, neobuzdani miris šumskog voća, a boja mu se kreće od ljubičaste do rubinski crvene.

A kao šećer za kraj tu je muškat momjanski, vino bogatog okusa i izražene sortne aromatičnosti, koje od 2021. nosi europsku zaštićenu oznaku izvornosti. U svom imenu muškat momjanski / moscato di Momiano kombinira naziv sorte vinove loze (muškat / moscato, od sorte muškat bijeli) i naziv zemljopisnog područja (momjanski / di Momiano) po mjestu Momjan na sjeveru Istre. Upravo je Momjan od davnina poznat kao tipično područje uzgoja ovog grožđa. Ova se sorta danas uzgaja na malom području od Oskoruša do Merišća, a muškat momjanski, vino svojih predaka, proizvodi pet obitelji momjanskih vinara – Brajko, Kozlović, Markežić, Prelac i Sinković.

Muškat momjanski je, kažu, pravi afrodizijak. Provjerite: gutljaj ovog vina koje baštini iskonsku tradiciju sljubite sa slatkim istarskim kroštulama.

Dobar tek!



Venecijanski bakalar na bijelo



SASTOJCI

bakalar	peršin
1 dl maslinova ulja	sol
tri režnja češnjaka	papar

Očistiti kuhani bakalar, koji se prethodno dva dana namakao u vodi, od svih kostiju, drača i kože. Staviti komade ribe u široku posudu pa ih usitniti miješajući i podlijevajući decilitrom maslinovog ulja sve dok se ne dobije glatka krema. U nju umiješati tri češnja sitno sjeckanog češnjaka i peršin te još ulja, sol i papar. Služiti hladno s prepečanim kruhom. (Venecija, XVI. st.)

Veljko Barbieri „134 male priče o hrani“, Profil, Zagreb, 2003.

Riži biži

SASTOJCI (ZA 4 OSOBE)

300 g vialone nano riže

1 kg svježeg graška

1 luk

1 češanj češnjaka

1 mrkva

1 stabljika celera

40 g maslaca

maslinovo ulje

ribani parmezan

sol

papar

Očistiti grašak, oprati ga pod mlazom vode i ocijediti. Na poprženi češnjak i luk ubaciti grašak i pirjati; u međuvremenu pripremiti povrtni temeljac s mrkvom, celerom i mahunama graška. Kad je grašak skoro gotov, dodati rižu i temeljac te kuhati uz često miješanje drvenom kuhačom. Kada je riža kuhana al dente, skinuti s vatre te umiješati maslac i naribani sir.

visitvenezia.eu



RECIPI

Kroštule s vinom

(recept Roberta Perića, Pula)

SASTOJCI

pola kilograma brašna

2 jaja

decilitar bijelog vina

150 grama maslaca

vanilin šećer

limunova korica po želji

ulje za prženje

Od svih sastojaka umijesiti glatko tijesto i ostaviti da odleži pola sata; tijesto razvaljati što tanje, izrezati u trake, oblikovati mašne i pržiti u vrućem ulju dok ne požuti, posipati šećerom u prahu.

Vesna Medvedec Buršić: „Tradicionalna istarska jela – sezonska i blagdanska”, Reprezent d.o.o., Račice, 2010.



RECEP



Sardele na savor

SASTOJCI

800 g sardela	2 dl octa
2,5 dl maslinovog ulja	1,5 dl bijelog vina
80 g brašna	sol
250 g luka	papar u zrnu
20 g češnjaka	4 lovorova lista
	1 grančica ružmarina

Sardele očistiti, oprati, malo posušiti i uvaljati u brašno. Ispržiti ih na vrućem maslinovom ulju i potom poslagati u veću posudu. Na ostatku ulja popržiti luk izrezan na rezance, dodati krupno nasjeckani češnjak, izgnječen papar, sol, lovorov list i grančicu ružmarina. Izmiješati, prelići octom i vinom i ostaviti malo da prokuha. Preliti preko sardela koje sve moraju biti u tekućini. Po potrebi dodati još ulja i octa. Sardele na savor najukusnije su nakon duljeg stajanja u marinadi/savoru.

Istarska kuhinja, gastronomsko-turistički vodič, Franko Lukež, Branko Lovrić, Istarska naklada 1982.

Istarski brudet

SASTOJCI	50 g češnjaka
500 g škarpine	300 g svježih rajčica
250 g grdobine	40 g brašna
250 g ugora	1,5 dl bijelog vina
150 g liganja ili sipe	20 g peršina
5 rakova	2 lista lovora
0,8 dl ulja	2 g papra u zrnu
250 g luka	15 g soli

Ribu očistiti i ako je veća, narezati na ploške, pobrašniti i pržiti u vrelom ulju dok malo ne porumeni. Dodati lignje, rakove, narezani luk, nasjeckani češnjak i peršin, nasjeckane rajčice, lovor, papar u zrnu i sol. Zaliti vodom toliko da prekrije ribu i kuhati na umjerenj temperaturi. Na pola kuhanja uliti vino i nastaviti kuhati oko 30 minuta, povremeno protresti lonac. Poslužiti uz palentu.

Istarska kuhinja, Franko Lukež i Branko Lovrić, Petko, Pula, 1994.



Tradicionalne novigradske božićne fritule

(recept Novigradana Mirjane Benjak i Đanina Božića)

SASTOJCI		
3 kg jabuka	200 g suhih grožđica	200 g oraha
250 g šećera	100 g pinjola	čašica rakije (grape)
300 g bijelog brašna	100 g suhih smokava	naribana korica limuna i naranče
200 g čokolade za kuhanje	200 g badema	maslinovo ulje
	200 g lješnjaka	šećer u prahu

Bademe, orahe, lješnjake i pinjole usitniti nožem. Oguliti jabuke i narezati na manje komade. Čokoladu zdrobiti i narezati smokve. U loncu kuhati jabuke dok voda ne ispari da se dobije kašasta smjesa u koju redom, uvijek miješajući, dodavati orašaste plodove, suho voće i brašno.

Smjesu konstantno miješati dok se ne homogenizira.

Pred kraj dodati šećer, čokoladu, grape te naribanu koricu limuna i naranče. Smjesu izliti na pladanj i ostaviti da se hladi.

Rukama oblikovati kuglice i prstima ih nježno spljoštiti pa ih obostrano pržiti na maslinovom ulju (oko 2 minute).

Gotove fritule posuti šećerom u prahu.

www.muzej-lapidarium.hr/2238-2



RECEPTI



Bigoli u salsi

SASTOJCI

za svježu tjesteninu bigoli: 400 g brašna 00, 4 srednja jaja, prstohvat soli

za salsu: 8 fileta inćuna u ulju, 45 g ekstradjevičanskog maslinovog ulja, 300 g luka, sol po ukusu

Priprema umaka:

U velikoj tavi na ulju pirjati sitno isjeckani luk dok ne postane proziran, po potrebi dodati malo vruće vode. Inćune oprati pod mlazom vode, filetirati tako da im se ukloni središnja i bočne kosti te ih narezati na komadiće. Dodati ih u tavu na pirjani luk i pustiti da se polako i potpuno otope, dodajući vodu u kojoj se kuha tjestenine sve dok salsa ne postane homogena. Popapriti po želji.

Priprema svježe tjestenine bigoli:

Pomiješati sve sastojke za tijesto te ga na dasci mijesiti najmanje 10 minuta dok ne postane mekano i homogeno. Oblikovati loptu i ostaviti da odstoji oko 30 minuta na sobnoj temperaturi. Kad se tijesto odmorilo, podijeliti ga na manje pogače te tjesteninu bigoli izraditi uz pomoć stroja. Tjesteninu posložiti na pobrašnjenu dasku da se ne zalijepi te je potom skuhati u dosta slane vode. Ocijeđene bigoli staviti u tavu s prethodno pripremljenom vrućom salsom. Miješati da dobro upiju umak i odmah poslužiti vruće.

ricette.giallozafferano.it/Bigoli-in-salsa.html

Seppie alla veneziana

Venecijanska sipa

SASTOJCI

1 kg vrlo svježih srednjih sipa	juha od povrća
800 g žute palente	ekstradjevičansko maslinovo ulje
150 g pirea od rajčice	češnjak
30 g luka	peršin
suho bijelo vino	krupna sol

Očistiti sipu: izvaditi pipke i glavu iz vrećica. Ukloniti kljun između ticala te unutarnje organe, izrezati vrećicu s crnilom i zadržati je. Tijelo sipe otvoriti poput knjige, ukloniti kost i unutarnju kožu. Isprati sipu pod vodom i narezati na trakice. Oprati i natrgati i pipke.

Nasjeckani luk staviti u lonac na 30 g ulja, češanj češnjaka s ljuskom, 10 g krupne soli, grančicu nasjeckanog peršina i sve pirjati oko 3 minute. Dodati sipu i pirjati još 3 minute, pomiješati s 1/2 čaše vina i kuhati još 2 minute. Na kraju dodati pire od rajčice, crnilo od sipe iz vrećice i žlicu juhe od povrća. Poklopiti i lagano kuhati sat i pol. Sipe poslužiti na palenti s njihovim gustim umakom.

www.lacucinaitaliana.it/ricetta/secondi/seppie-alla-veneziana



RECETT

Bucolaj

(Marisa Šimunović, Vodnjan)

SASTOJCI

1 kg brašna	korica jednog limuna
20 dag šećera	6 jaja
15 dag ulja	malo ruma
6 dag kvasca	malo soli

Šećer pomiješati sa žutanjcima, bjelanjak posebno istući, sve dobro izmiješati i staviti na toplo da se smlači, tada dodati brašno i umijesiti tijesto.

Od komadića tijesta formirati krugove promjera desetak centimetara, zapeći ih u pećnici dok blago ne porumene. Izvaditi iz pećnice i posuti ih šećerom.

Vesna Medvedec Buršić: „Tradicionalna istarska jela – sezonska i blagdanska“, Reprezent d.o.o., Račice, 2010.



IZVORI

1. Gastronomija (F. Lukež), Istarska enciklopedija, str. 243, 244, Leksikografski zavod Miroslav Krleža, Istarska županija (2005.)
2. Vino kakvo bi trebalo biti: Teran, malvazija i muškati
www.istra.hr/hr/gourmet/800
3. Istarska kužina nekad i sad
www.istra.hr
4. Nera Karolina Barbarić „Bakalar – priča o bakalaru koji je ukrao Badnjak”
svijet.com.hr/kako-je-bakalar-ukrao-badnjak
5. „Muškati momjanski postao 18. hrvatsko vino sa zaštićenom oznakom izvornosti u EU”, Ministarstvo poljoprivrede RH,
poljoprivreda.gov.hr/vijesti/muskat-momjanski-postao-18-hrvatsko-vino-sa-zasticenom-oznakom-izvornosti-u-eu/4792
6. Malvazija istarska
www.vinistra.com/Malvazija-istarska.aspx
7. Interreg Central Europe – Strategija projekta slowfood – CE
www.interreg-central.eu/Content.Node/The-SlowFood-CE-Strategy-HR.pdf
8. L. Vareton „Evoluzione della cucina veneziana e veneta per effetto dei traffici con l’Oriente”, „Giornale economico della Camera di Commercio industria artigianato e agricoltura di Venezia”, n. 6, novembre-dicembre 1967, str. 728
9. veneziaautentica.com/authentic-venetian-food/2

VODITELJ PROJEKTA

Vladimir Torbica

KOORDINATORICA PROJEKTA

Sandra Ilić

NAKLADNIK

Istarska županija – Regione Istriana

FOTOGRAFIJE I TEKST

© Istarska Županija – Regione Istriana

GRAFIČKO OBLIKOVANJE

Ana Berc

REALIZACIJA

Mara d.o.o. Pula

KONTAKT

Istarska županija – Regione Istriana
Upravni odjel za kulturu i zavičajnost
Sandra Ilić
Pula – Pola, Riva 8
Tel. +385 52 351 471
E-mail: sandra.ilic@istra-istria.hr
www.istra-istria.hr



www.italy-croatia.eu/web/take-it-slow



ISTARSKA
ŽUPANIJA

rerasd

PUBLIC INSTITUTION FOR COORDINATION AND
DEVELOPMENT OF QUALITY AND WATER SECURITY



PUBLIC INSTITUTION
DEVELOPMENT AGENCY
OF SIBENIK-KNIN COUNTY



University of Zadar
Universitas Studiorum
Iadertina | 1396 | 2002 |



REGIONE
ISTRIANA



Teatro
Pubblico
Pugliese

Consorzio Regionale
per le Arti e la Cultura



REGIONE DEL VENETO



SVEM

REGIONE
ABRUZZO



REGIONE
MOLISE



REGIONE
PUGLIA

PUGLIA REGION
Department of Tourism, Economy
of Culture and Valorization of Territory