

35. državni festival
TURIZMU POMAGA LASTNA GLAVA
Moj kraj, moj chef



Avtorji:

Krištof Kovač, Miha Lapajne, Mihael

McCully, Žan Ukmar – 5. b

Tilen Čuk, Tian Ravbar – 6. b

Nika Antonič, Tia Colja, Neža Fakin, Nik
Gec, Polona Jug, Luka Mržek, Nika Pahor,

Matic Peric, Naj Turk, Andrej Zega – 7. a

Zala Fakin – 7. b

Mentorici:

Metka Paljk, prof. matematike in
kemije

Dunja Peric, prof. razrednega pouka

KOMEN, šol. leto 2020/21

januar 2021

POVZETEK

Kras se lahko s svojo kulinariko in značilno pokrajinsko ter arhitekturno posebnostjo glasno pohvali. Ni ga Slovenca, ki ne bi Krasa povezoval s pršutom in teranom.

Verjetno obstaja razlog za to? Kvaliteta in pristnost kraške kuhinje.

A Kras ni samo okusen pršut, sušen na kraški Burji po receptih nonotov, in niti ni teran, ki ga vinogradniki pridelajo z grozdja, ki zraste v rdeči zemlji, terra rosi, na trti refošk.

Je precej več. So zelišča, plodovi, rastline, ki zrastejo na presušeni gmajni, in so pridelki na njivah, v čebelnjakih in hlevih, so delo pridnih rok trmastih kmetov, ki kljubujejo vetru, suši, toči, kamnu, ki naj bi ga hudič, glede na legendo, raztresel po Krasu.

Ko se vse to združi, najprej v loncih strastnih kuharjev in kuharic, pa naj si bodo chefi ali ne, in jed pristane na krožniku, se Kraševcu zasmeje srce. Tudi obiskovalci na Krasu, se po besedah gostincev naše občine, domov vračajo zadovoljni ob zaužitju dobrot kraške kuhinje.

Kraška kuhinja je lahko preprosta, tradicionalna, lahko pa so to kulinarčne specialitete velikih mojstrov naših ponudnikov. Mi smo našim obiskovalcem pripravili tematske cajne s kraškimi dobrotami, ki vključujejo tudi aktiven oddih v naravi z možnostjo ogledov krajevnih znamenitosti.

KLJUČNE BESEDE:

kraške dobrote, rastline, pršut, cajna, družinski izlet

KAZALO VSEBINE

KAZALO VSEBINE	3
1 UVOD	6
2 ZBIRANJE IDEJ O CHEFU V NAŠEM KRAJU	7
2.1 Nizanje idej »Moj kraj, moj chef«	7
2.2 Kdo je za otroke chef?	7
2.3 Kaj menijo o »chefu« odrasli?	8
2.4 Kdo je za gostince in kuharske mojstre »chef«?	8
3 PONUDBA KRAŠKIH DOBROT V NAŠIH VASEH TER MNENJA ZNANIH KUHARSKIH MOJSTROV	10
4 ŠOLSKA KUHINJA	12
5 VINO TERAN, JABOLKA IN SIVKA	13
5.1 Vinarji v občini	13
5.2 Sadjarstvo v občini	14
5.3 Sivka v občini	14
6 TURISTIČNI PRODUKT	15
6.1 Cajna za na gmajno	15
6.1.1 Špargljeva cajna - zelena	17
6.1.2 Medena cajna - rumena	17
6.1.3 Sivkina cajna - vijola	18
6.1.4 Grajska cajna - siva	19
6.1.5 Kmečka cajna - rdeča	20
6.2 Komu so cajne namenjene?	21
6.3 Spletna kuharska knjiga	22
6.4 Čemu je nastala spletna kuharska knjiga?	22
6.5 Kje dobimo informacije o spletni kuharski knjigi?	23
7 STROŠKI IN MATERIAL ZA CAJNE	24
8 PROMOCIJA IN TRŽENJE CAJN	27
8.1 Kako bo izgledal naš turistični produkt?	27
8.2 Promocija turističnega izdelka, cajn in spletne knjige	27
9 ZAKLJUČEK	28
10 VIRI IN LITERATURA	29
11 PRILOGE	31
Priloga 1: Anketni vprašalnik za starše	31
Priloga 2: Analiza ankete za starše	33

Priloga 3: Gostinski ponudniki v občini Komen	40
Priloga 4: Sodelovanje z gostinci v občini Komen	45
Gostilna Grča iz Hruševice	45
Špacapanova hiša iz Komna	50
Turistična kmetija Ostrouška Pelicon iz Coljave	51
Turistična kmetija Pri Tavčarjevih iz Hruševice	52
Hotel St. Daniel iz Hruševice	53
Turistična kmetija Krasberry, Gorjansko	55
Hiša posebne Sorte, Kodreti	56
Restavracija Komel, Kobjeglava in Štanjel	57
Biodinamična kmetija Pri Kamnarjevih, Volčji Grad	59
Priloga 5: Sodelovanje s priznanimi kuharji	60
Sodelovanje z Masterchefovim zmagovalcem g. Anžetom Kupelnikom	60
Sodelovanje z Michelinovim nagrajencem g. Urošem Štefelinom iz Vile Podvin	64
Sodelovanje z Michelinovim nagrajencem g. Gregorjem Vračkom iz Hiše Denk	68
Priloga 6: Sodelovanje z ostalimi ponudniki v občini Komen	72
Sodelovanje s čebelarstvom Furlani, Volčji Grad	72
Sodelovanje z mesnico in delikateso Tošč	76
Sodelovanje s sadjarstvom Turk iz Komna	78
Sodelovanje s Tadejo Rodman, šiviljo iz Komna, izdelovalko in oblikovalko Pup iz Krasa	80
Priloga 7: Sodelovanje s šolsko kuhinjo	83
Priloga 8: Kraške rastline	85
Priloga 9: Sodelovanje z vinarji v občini Komen	87
Vinarstvo Kobal iz Štanjela	87
Vinarstvo Švagelj iz Štanjela	88
Vinarstvo Kralj iz Kobjdilja	90
Vinarstvo Rebula iz Brestovice pri Komnu	91
Vinarstvo Mržek iz Hruševice	94
Priloga 10: Sodelovanje z vaškimi skupnostmi	96
Vaška skupnost Hruševica	97
Turistično društvo Brest in Vaška skupnost Brestovica pri Komnu	99
Vaška skupnost Brje pri Komnu	100
Vaška skupnost Kobjeglava - Tupelče	101

Vaška skupnost Štanjel	102
Vaška skupnost Gorjansko	103
Vaška skupnost Lukovec	104
Vaška skupnost Komen	105
Vaška skupnost Branica	105
Priloga 11: Zgibanke	106
Priloga 12: Zahvale	116

KAZALO SLIK

Slika 1: Asociacije na Kras	6
Slika 2: Viharjenje idej	7
Slika 3: Sušenje pršutov	11
Slika 4: Šolska kuhinja v Štanjelu	12
Slika 5: Vinograd jeseni	13
Slika 6: Priznanja Vinarstvu Rebula iz Brestovice	14
Slika 7: Cajna iz sreboti	15
Slika 8: Krožnik z odtisom šetraja	15
Slika 9: Postaja za izposojlo koles v Komnu na "placu"	16
Slika 10: Zemljevid občine Komen z označenimi destinacijami	16
Slika 11: Špargljeva cajna	17
Slika 12: Medena cajna	18
Slika 13: Sivkina cajna	19
Slika 14: Grajska cajna	20
Slika 15: Kmečka cajna	21
Slika 16: Naslovnica spletne kuharske knjige	22

*Opomba: slike so last šolskega arhiva

KAZALO TABEL

Tabela 1: Odhodki za vsebine cajna	25
Tabela 2: Odhodki promocije na tržnici	25
Tabela 3: Prihodki in oblikovanje cen	26
Tabela 4: Področja promocije	27

1 UVOD

Na katero hrano pomislite ob besedi Kras? Odgovor sem kar sam ponuja. Pršut in teran.



Slika 1: Asociacije na Kras

Sta res samo pršut in teran tisto, kar predstavlja Kras z vsemi svojimi naravnimi bogastvi? Ali skriva pokrajina bogata s kamnom, ki ga je skozi čas oblikoval tako človek, vreme z značilno burjo in nenazadnje trma in znanje Kraševcev, še kaj več?

Za kraškimi suhozidi, na peščici rdeče zemlje, rastejo številne rastline, ki nudijo iznajdljivim rokam in umom številne možnosti uporabe in razvajanje gostov, ki pridejo v naše kraje, z značilnimi kraškimi okusi v jedeh.

Kraški šetraj, šparglji, brin, drnjule...vse to in še več ponuja narava sama. Kako sestavine vključiti v okusne jedi pa je odvisno od človeka, chefa, ki v rokah vihti nož, kuhalnico in je spreten z okusi.

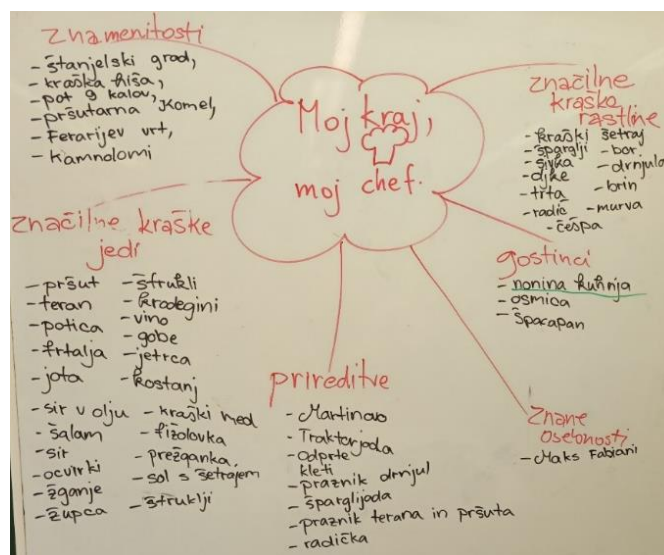
Imamo v naših krajih kaj takih ljudi?

Imamo jih veliko. Vsaka domačija premore svojega chefa, največkrat pa to vlogo prevzamejo none. None so tiste, ki obvladajo »špargert« in zaklade, ki jih ponuja narava. Učimo se od njih, saj svoje znanje rade predajajo naprej, mi pa jih z novimi pogledi na hrano nekoliko moderniziramo in ponudimo v novi preobleki. Moderno s pridihom preteklosti.

2 ZBIRANJE IDEJ O CHEFU V NAŠEM KRAJU

2.1 Nizanje idej »Moj kraj, moj chef«

Z učenci smo zbirali ideje, kaj od prehrane najbolje predstavlja naš kraj oz. Kras. Iskali smo že obstoječo ponudbo na temo prehrane, znamenitosti in kraških rastlin. Oblikovali smo plakat, kar je bila osnova za raziskave.



Slika 2: Viharjenje idej

2.2 Kdo je za otroke chef?

Zaradi vprašanj, ki so se nam porajala ob besedi chef, smo oblikovali poizvedovanje o pomenu besede najprej med učenci. Mnenja med učenci so bila različna:

Matic P.: »Chef je glavni kuhar v neki priznani restavraciji, ki zelo dobro pozna okuse. Nonam pravimo chefi kuhinje, ker imajo dosti izkušenj iz življenja in njihove jedi so dobre, okusne in domače.«

Polona J.: »Pomislil na profesionalnega kuharskega mojstra. Lahko je kdorkoli, ki zna kuhati.«

Zala F.: »Beseda pomeni kuharski mojster. Chef je lahko kdorkoli, ki ima smisel in veščine za pripravo hrane, ki pri tem uporablja lokalne proizvode in jih kreativno vključi v jedi.«

Miha L.: »Chef je glavni v kuhinji. Mama in nona sta lahko tudi chef.«

Andrej Z.: »Chef je profesionalni kuhar, ki se je šolal za kuharja. Mama in nona sta lahko zelo dobri v kuhanju, a da bi bile profesionalni chef, bi se morale šolati.«

Učenci so si pod besedo chef predstavljali različne osebe, od kuharskih mojstrov v znanih ponudnikih na Krasu, do svojih mam, ki znajo pripraviti domače dobrote, do non, ki skuhajo najboljša kosila, mineštre ... Niso pa si bili enotni, ali sta oni dve tisti pravi chefi ali ne.

Pomen besede in razlago smo poiskali v slovarju slovenskega knjižnega jezika:

chef čefa *samostalnik moškega spola* [šéf] tudi [šéf]
profesionalni kuhar, zlasti kot vodja kuhinje, pripravljalec inovativnih, izbranih jedi
ETIMOLOGIJA: prevzeto iz frc. *chef*, prvotno 'poglavar', iz lat. *caput* 'glava'

Chef, šef, kuharski mojster ...?

Kakšna je najustreznejša slovenska različica izraza *chef – šef, kuharski mojster* ali kar *chef*? Slednjega imajo v stroki najraje, češ da nobena od slovenskih različic ne zajame vsega, kar pomeni.

VIR: www.fran.si (pridobljeno dne 19. 10. 2020)

Če sedaj rečemo, da sta mama ali nona vodji kuhinje, potem sta tudi oni dve chef, da se s tem ukvarjata profesionalno pa ne drži, ljubiteljsko pa drži.

2.3 Kaj menijo o »chefu« odrasli?

Da bi dobili odgovore na vprašanja, smo opravili anketo med starši (*Priloga 1*). Anketni odgovori so predstavljeni v *prilogi 2*.

Na vprašanje »**Kdo je za Vas "chef"?**« so starši najpogosteje izbrali: kuharski mojster v gostilni, restavraciji. Na drugo mesto so starši uvrstili svojo mamo. Kot tretji najpogostejši odgovor pa so starši izbrali sebe.

Pod drugo so zapisali:

- Tisti, ki iz preprostih naravnih sestavin (v loncu s kuhalnico) s polja ali vrta naredi okusno jed, brez trendovskih začimb ali omakic, na navadnem krožniku, še večji chef je pa tisti, ki zna sam doma pridelati hrano.
- Oče.
- Vsak dober kuhar, kuharica.

2.4 Kdo je za gostince in kuharske mojstre »chef«?

K sodelovanju pri nalogi smo povabili tudi občinske gostince (*Priloga 3*).

Gostinci iz naše občine pa so mnenja, da je chef:

- Chef oz. glavni kuhar je oseba, ki drži in vleče vse niti v kuhinji. Je vizionar. Sledi svoji intuiciji. Spoštuje univerzalna načela, ki vladajo v kuhinji. Zna

usmerjati ekipo, da mu sledi. Je izumitelj in umetnik. Zelo pomembna vrlina chefa je, da kljub prepoznavnosti v svoji duši ostaja skromen. (**Hotel St. Daniel iz Hruševice**)

- Zame je chef tisti, ki zna uporabiti lokalne sestavine in jih s čim manj toplotne ali katere koli druge obdelave, prenese na krožnik, s poroko okusov v ustih in z lepim dizajnom. (**Simo Komel iz Restavracije Komel, Kobjeglava - Štanjel**)

K sodelovanju pri raziskovalni nalogi smo povabili tudi Masterchefovega zmagovalca Anžeta Kuplenika in Michelinova nagrajenca Uroša Štefelina in Gregorja Vračko (*Priloga 5*). Kdo je za njih chef kuhinje, so povedali takole:

- **Anže Kuplenik:** »Če pogledam splošno in ne profesionalno kulinariko, je moj odgovor sledeč: Chef kuhinje je lahko prav vsak posameznik. Zakaj? Zagotovo je vsak, ki nekaj časa preživi v kuhinji znan po vsaj enem receptu, po eni jedi, ki jo pripravi najbolje. V svoji kuhinji se počutimo domače in lahko v njej ustvarjamo najbolje, kar se da.

Če pa se ozrem na profesionalno kuhinjo, je chef (torej vodja kuhinje) tisti, ki ima dovolj znanja ter izkušenj in je pripravljen to deliti z ostalimi v kuhinji. Je kreativen, sposoben, odločen in organiziran. Se je pripravljen učiti, osvajati novo znanje in prisluhniti ostalim.«

- **Uroš Štefelin:** »Zame je to kuhar, ki ustvarja svoje avtorske jedi, ki pusti na vsakem krožniku svoj pečat.«
- **Gregor Vračko:** »Kuhar je nekdo, ki pripravlja obroke v različnih prehranjevalnih oblikah: šola, vrtec, zapor, bolnišnica; kjer pogosto prehrana ni prioriteta namena, kot v restavracijah in hotelih. Te sodelavce v kuhinjah pa imenujejo chef, kateri termin izvira iz starih francoskih brigad in so po gastronomskem ključu nekaka tradicija/ hierarhija, kot npr. chef de cuisine, sous chef.«

3 PONUDBA KRAŠKIH DOBROT V NAŠIH VASEH TER MNENJA ZNANIH KUHARSKIH MOJSTROV

Ponudbo smo preverili najprej na spletu, saj nam epidemiološka slika ni dovoljevala bližnjih stikov s ponudniki po vaseh (*Priloga 4*). Kontaktirali smo jih po elektronski pošti. Gostinski ponudniki v naši občini so se je k sodelovanju odzvali in nam posredovali svoja razmišljanja, ponudbo in pogled na kraške sestavine, cajno.

Iz njihovih odgovorov, ki smo jim jih zastavili, lahko povzamemo, da so si ponudniki zelo raznoliki. Eni prisegajo na tradicionalno, drugi dodajajo kraškim sestavinam moderne note. Gostom na Krasu je tako prepuščena izbira, kaj si želijo.

Če si podrobneje pogledamo njihove izjave, so za vse pomembna kraška zelišča (šetraj- žepek, žajbelj, rožmarin), doma pridelana zelenjava in sadje, rabljena v sezoni, ko je na razpolago, mesni in sirovi izdelki domačih, vaških pridelovalcev.

Zanimiva se nam je zdela misel **ge. Nine iz hotela St. Daniel iz Hruševice**, ki pravi: *»Tradicionalna kuhinja je nastajala tisočletja in je nobena hipster kuhinja ne more preseči. Temelji tradicionalne kuhinje so tako globoko zasidrani, da jih nič ne more izruvati. Ampak to ne pomeni, da je moderno slabo. Vsaka generacija doprinese pečat, ki se bo trajno zapisal. Smotrno je, da se tradicionalno in moderno povezuje, ne pa izključuje ena drugo.«*

Glede priljubljenih jedi, po katerih povprašujejo gostje, ki obiščejo Kras in naše vasi, pa gostinci pravijo, da so to: mineštre, jedi na žlico, frtalje.

Da ne bi zanemarili vloge čebelarjev in njihovih vrhunskih izdelkov ter pomembnosti kraškega medu na zemljevidu Slovenije, smo navezali stike tudi s **čebelarstvom Furlani iz Volčje Grada** (*Priloga 6*).

Povedali so nam, da med ni uporaben le kot nadomestek sladkorja in za pripravo sladice, ampak je odličen v kombinaciji z različnim mesom in siri. Menijo, da sta v kulinariki najbolj uporabna kostanjev in akacijev med.

Spoznali smo, da je edini »pravi« kraški med, med rešeljike. To je grmovna, trpežna in preprosta rastlina z belim cvetjem, ki raste za mnogimi suhimi zidovi kraške gmajne.

Tudi za našega zunanjega sodelavca, kuharskega mojstra, **Anžeta Kuplenika**, ki ni s Krasa, je pršut sestavina, ki je zelo uporaben v kuhinji. Je pa v preteklosti, po besedah **gospoda Iva iz gostilne Grča iz Hruševice**, zagotovo imel drugačen pomen in vlogo

v kulinariki. Danes je dostopen tako rekoč vsem, včasih pa je bil predragocen za rabo v jedeh. Za kuhanje se je uporabljalo le ostanke, odrezke pršuta.

Kuharska mojstra, dobitnika Michelinovih zvezdic, g. Gregor Vračko in g. Uroš Štefelin sta nam povedala sledeče:

Uroš Štefelin pravi, da sta v njegovi kuhinji zelo prisotna kraški šetraj in divji šparglji ter da je njegova kuhinja polna tradicionalnih okusov pripravljenih s sodobnimi tehnikami. Najraje pripravlja enolončnice, ki imajo pridih nostalgije otroštva.

Gregor Vračko je povedal, da je njegova prva misel ob Krasu, pršut in teran ter mesnine. V svoji kuhinji uporablja vsesplošne sestavine. Je pa povedal, da sivka v času cvetenja ponuja številne možnosti uporabe v kulinariki. Gregor je mnenja, da nam je v kuhinji tradicija naših prednikov postavila temelj, in naša dolžnost je, da ga ohranjamo, in hkrati gradimo, s spoštljivostjo današnjih možnosti, v novo obliko tradicije za naše naslednike.

Glede izdelave in sušenja kraških mesnin, ki so večkrat omenjene kot glavni prepoznavni lik Krasa, smo se po informacije obrnili na **Andreja Švaglja**, ki je v Štanjelu v Mesnici Tošč prevzel mesarijo od svojega očeta Janka (*Priloga 6*). Mesnica je v občini Komen in širši okolici ter tudi v zamejstvu znana s svojo kvalitetno ponudbo mesa in suhih mesnin.

Pršut je glavna mesnina, ki jo sušijo. Pršut je začel sušiti že njegov pranono, saj prehaja mesnica iz roda v rod že več kot 200 let.

Andrej meni, da Kras najbolje predstavita kraška panceta in krodegini oz. kožarice – to so klobase, ki so narejene iz svinjskih kož in svinjskega mesa. Vse mesnine sušijo kot nekoč – v zračni kleti. Vsaka mesnina zahteva svoj režim sušenja, zato jih imajo v ločenih prostorih. Paziti je treba, da se mesnine ne sušijo prehitro. G. Andrej je povedal, da je največje povpraševanje po pršutu, pancetah in suhih klobasah.



Slika 3: Sušenje pršutov

4 ŠOLSKA KUHINJA

O prisotnosti kraških sestavin in kraških jedi smo povprašali tudi kuharice, ki kuhajo v šolski kuhinji (*Priloga 7*). Zanimalo nas je, koliko se te sestavine uporabljajo v šoli in ali otroci radi jedo domače jedi (jote, mineštre, pršut).

Kuharica **Mojca Ukmar**, ki kuha v kuhinji podružnične šole v Štanjelu in velja za izjemno kuharico, kuharico s srcem, nam je povedala, da so zanjo najbolj značilne kraške jedi: jota iz kislega zelja ali kisle repe, žolca, šelinovka, špargljeva frtalja, jabolčni štrukelj, gluhi štruklji, orehovi štruklji, mineštra iz ohrovta in šelin (zelena) v kozici. Povedala je, da v jedeh uporablja kar nekaj kraških sestavin. Meni, da sta zdaj zelo priljubljena šelin in vrzote (zelena in ohrovt). Pravi, da je za našo pokrajino najbolj značilna začimba majaron in te v njeni šolski kuhinji ne manjka. Doma najraje uporablja rožmarin, lovor, žajbelj, baziliko in šetraj.

Najraje pripravlja joto iz kislega zelja ali kisle repe. Pripravi jo zato, ker je več ali manj vsem priljubljena in je jed njenega otroštva. Tudi otroci jo v šoli radi pojedjo. Otrokom je bolj všeč pršut kot ostale mesnine. Zato je večkrat na jedilniku za malico.

Ga. Mojca je mnenja, da bi kraške jedi lahko utonile v pozabo le zaradi hitrega načina življenja, ki ga živijo dandanašnji otroci, sicer pa ne.



Slika 4: Šolska kuhinja v Štanjelu

Ker so vsi kuharji omenjali uporabo zelišč in rastlin, ki rastejo na kraški gmajni, smo le te raziskali in opisali (*Priloga 8*).

5 VINO TERAN, JABOLKA IN SIVKA

Teran je slovensko avtohtono rdeče vino. Pridelujejo ga na Krasu iz trte refošk. Domovina kraškega terana, vina kraškega vinorodnega okoliša, leži med Tržaškim zalivom in Vipavsko dolino z nadmorsko višino okoli 300 m, ostrejšo klimo, ter terro rosso, bogato s silikati in železom. Vse to se odraža v polnosti, kislini in visokem ekstraktu kraškega terana. Je visokokakovostno suho vino, karminasto rdeče barve z veliko vsebnostjo mlečne kisline, ki je proizvod jabolčno mlečnega vrenja, ter z nizko stopnjo alkohola.

Postreže se ga h gurmanskim jedem, mesu na žaru, pršutu, divjačini in pikantnim sirom.



Slika 5: Vinograd jeseni

Teran je vino, ki se praviloma ne stara in ga je najbolje uporabljati v tekočem letu od proizvodnje dalje. Iz njega na Krasu izdelujejo tudi teranov liker.

5.1 Vinarji v občini

Tudi vinarji, s katerimi smo vzpostavili stik, so bili prijazni in so nam predstavili svoje poglede na vlogo vina v turistični ponudbi naše občine (*Priloga 9*).

Del prepoznavnosti Krasa lahko zagotovo pripišemo vinu, zlasti teranu. Vsi vinarji, ki so se odločili sodelovati, so povedali, da vinogradništvo v njihovi družini prehaja iz roda v rod in da je b'ndima (trgatev) neke vrste praznik.

G. Ivo Kobal iz Vinarstva Kobal iz Štanjela je mnenja, da je ta delavni praznik vesel, če je šla sezona minila brez vremenskih nevšečnosti. Običajno se tedaj postreže z domačimi tradicionalnimi jedmi: domač narezek in ocvirki za malico, kraška jota s klobaso, meso in obvezno kraški štruklji za kosilo.

G. Ivo Švagelj iz Vinarstva Švagelj pravi, da je za kvalitetno vino najprej potrebno skrbno delo v vinogradu, nato sledi natančna predelava grozdja ter skrb za dobro kletarjenje.

Vinarstvo Rebula iz Brestovice, g. Roman, sin, ki nadaljuje tradicijo vinarstva v družini Rebula, pravi, da so prisotni na različnih tekmovanjih v Sloveniji in svetu. Dosegli so Priznanje občine Komen za županovo vino (teran), Naj penina Portoroža (penina Anastazija). Sodelovali so na Sejmu v Gornji Radgoni in na Dobrotah slovenskih kmetij. S svojimi vini so se udeležili mednarodnega tekmovanja Glass of bubbly in International wine competition Great American.



Slika 6: Priznanja Vinarstvu Rebula iz Brestovice

Tudi ostali vinarji občine Komen dosegajo številna priznanja za svoja kvalitetna vina tako doma kot v tujini. Lahko se pohvalijo z reko: « Dober glas, seže v deveto vas. »

5.2 Sadjarstvo v občini

Občina Komen se lahko pohvali tudi s kvalitetnim pridelovanjem sadja. Eni izmed najbolj prepoznavnih pridelovalcev jabolk so zagotovo Turkovi iz Komna. Prijazno so nas sprejeli na svoji domačiji in nam prikazali, s čim se ukvarjajo. Lahko se pohvalijo z jabolki različnih sort, jabolčnimi krlji, jabolčnim sokom in jabolčnim kisom (*Priloga 6*).

5.3 Sivka v občini

Najpogostejši asociaciji povezani s sivko in občino Komen sta dve, ne nujno v tem vrstnem redu: sivkin festival in Pupe s Krasa. Več o pupah (od ideje do dodelanosti) smo izvedeli od ge. Tadeje Rodman (*Priloga 6*).

6 TURISTIČNI PRODUKT

6.1 Cajna za na gmajno

Na podlagi vprašanj, ki smo jih zastavili našim občinskim gostinskim ponudnikom in seveda naših idej, smo oblikovali ponudbo. Odločili smo se za cajne, ki vsebujejo aktivne družinske izlete v različne destinacije naše občine in kulinarično popotnico.



Slika 8: Cajna iz srebot

Kaj sploh cajna je?

Cajna je košara pletena iz vej vrbe (beke po kraško) ali iz srebot. Spretnost pletenja cajn se iz leta v leto izgublja iz naše zakladnice tradicije, zato se nam je zdelo smiselno, da je naša ponudba predstavljena v značilni kraški cajni.

Cajne so poimenovane glede na destinacijo izleta in njene značilnosti. V cajno bi dali prt, ki bi služil kot podlaga za postrežbo dobrot na gmajni, in vanj zavili spominski krožnik, ki z odtisi kraških zelišč in rastlinstva predstavlja naš Kras. Dodali bi še piknik odejo, malico s pijačo, darilo ter zgibanko z zemljevidom.



Slika 7: Spominski krožnik z odtisom šetraja

V zgibanki (*Priloga 11*) je na kratko opisana turistična ponudba določenega območja komenske občine.



Slika 9: Primer zgibanke za Špargljevo cajno

Obiskovalci si lahko za družinski ali individualni izlet v Komnu oz. Štanjelu izposodijo električna kolesa v okviru projekta Kras Brkini bikes (več informacij je dostopnih na www.visitkras.info).



Slika 10: Postaja za izposajo koles v Štanjelu na "placu"

Za pomoč pri oblikovanju ogleda turističnih znamenitosti po naših vaseh smo k sodelovanju povabili vaške skupnosti, ki so nam predstavile znamenitosti in turistično ponudbo v njihovih vaseh.

Na podlagi sodelovanja je nastala turistična ponudba, ki zajema ogled znamenitosti vasi v določeni destinaciji ter cajno z dobrotami vaških pridelovalcev in šole (*Priloga 10*). Nastalo je pet destinacij s svojo cajno. Cajne so različno poimenovane glede na dobrote in temo destinacije, ki jo ponujajo obiskovalcu:

- Špargljeva cajna – destinacija Brestovica,
- Medena cajna – destinacija Volčji Grad,
- Sivkina cajna – destinacija Ivanji Grad,
- Grajska cajna – destinacija Štanjel, Kodreti,
- Kmečka cajna – destinacija Hruševica, Kobjeglava.



Slika 11: Zemljevid občine Komen z označenimi destinacijami

6.1.1 Špargljeva cajna - zelena

Ponuja družinski kolesarski ali pohodniški izlet v smeri iz Komna proti zahodu, proti državni meji z Italijo, proti Brestovici. Podrobneje je predstavljeno v zgibanki (Špargljada, ogled Grofove jame, Pohod po poteh Soške fronte po državni meji do cerkve sv. Anastazije), ki je priložena v zeleno cajno. V zeleni cajni naši obiskovalci najdejo izdelke in dobrote domačih, občinskih, in tudi šolskih ponudnikov.



Slika 12: Špargljeva cajna

6.1.2 Medena cajna - rumena

Družinski izlet v smeri iz Komna proti Volčjemu Gradu, ki je podrobneje predstavljen v zgibanki (degustacija medu v čebelarstvu Furlani, voden ogled biodinamične kmetije Pri Kamnarjevih, ogled gradišča Debela griža), ki je priložena v rumeno cajno. V rumeni

cajni naši obiskovalci najdejo tako izdelke in dobrote domačih, občinskih in tudi šolskih ponudnikov.



Slika 13: Medena cajna

6.1.3 Sivkina cajna - vijola

Družinski izlet v smeri iz Komna proti Ivanjemu Gradu, ki je podrobneje predstavljen v zgibanki (žetev na sivkinem polju, delavnica pletenja venčkov iz sivke, ogled znamenitosti vasi in okolice, nakup pup iz Krasa), ki je priložena v vijola cajno. V vijola cajni naši obiskovalci najdejo tako izdelke in dobrote domačih, občinskih kot tudi šolskih ponudnikov.



Slika 14: Sivkina cajna

6.1.4 Grajska cajna - siva

Družinski pohodniški ali kolesarski izlet v okolici Štanjela in Kobdilja, z možnostjo razširitve območja na Braniško dolino, ki je podrobneje predstavljen v zgibanki (ogled štanjelskega gradu, kraške hiše, Ferrarijevega vrta v Štanjelu, Fabianijeve poti in domačije, spahnjence v Kobdilju, ogled edinega kraškega vodnega vira v dolini Branice), ki je priložena sivi cajni. V sivi cajni naši obiskovalci najdejo tako izdelke in dobrote domačih, občinskih kot tudi šolskih ponudnikov.



Slika 15: Grajska cajna

6.1.5 Kmečka cajna - rdeča

Družinski pohodniški izlet med Hruševico in Kobjeglavo, ki je podrobneje predstavljen v zgibanki (kraški kamnolomi, suhozidi, vinogradi, zasebni muzej vojaške zgodovine v Hruševici ter zasebne zbirke starih orodij, Pot 9 kalov s pastirskimi hiškami v Kobjeglavi), ki je priložena rdeči cajni. V rdeči cajni naši obiskovalci najdejo tako izdelke in dobrote domačih, občinskih kot tudi šolskih ponudnikov.



Slika 16: Kmečka cajna

6.2 Komu so cajne namenjene?

Tematske cajne so namenjene obiskovalcem Krasa, v občini Komen, tako družinam kot individualnim popotnikom, ki želijo divjo kraško gmajno zares začutiti.

Cajno s ponudbo pohoda ali kolesarskega izleta ter dobrot bi prevzeli, po predhodni najavi (os-komen@guest.arnes.si ali na telefonski številki 05/ 731 89 20), v šoli in tako prosti čas preživeli na prostem, na svežem zraku, v čisti naravi in brez skrbi. Po končanem izletu cajno obiskovalci vrnejo na prevzemno mesto. Cena posamezne cajne je 10 €, družinska cajna (za štiričlansko družino) pa 25 €. Plačilo ob prevzemu.

6.3 Spletna kuharska knjiga

Spletna kuharska knjiga (tiskan izvod je priložen nalogi) je nastala vzporedno z raziskovanjem kot rezultat poizvedovanja po družinah, vaseh, pri gostincih in vinarjih ter s pripravljenostjo nekaterih Kraševcev in Kraševk, ki so z nami bili pripravljeni deliti svoje recepte.

Recepte so v knjigo prispevali tudi priznani slovenski kuharski mojstri, kot so: g. Anže Kupelnik, zmagovalec Masterchefa, g. Uroš Štefelin ter g. Gregor Vračko, dobitnika Michelinovih zvezdic. Veliko receptov non in mam, naših domačih kuharskih chefov, je preizkušenih v okviru obveznega izbirnega predmeta Sodobna priprava hrane na predmetni stopnji ter v okviru naravoslovnega dne Zdrava prehrana.



Slika 17: Naslovnica spletne kuharske knjige

6.4 Čemu je nastala spletna kuharska knjiga?

Zakaj spletna? 20 % staršev je v naši anketi odgovorilo, da ideje za kraške jedi črpa iz receptov pridobljenih na spletu, kar je bil drugi najpogostejši odgovor. Smo v časih, ko informacije pogosto iščemo po spletu. Redkeje posegamo po konkretnih kuharskih knjigah (v naši anketi približno 14 % staršev).

Recepti so nam s spletom takoj pri roki, se ne raztrgajo, se težje zgubijo in se ne popackajo. Obenem nastala spletna kuharska knjiga nudi možnost dodajanja receptov tekom šolskega leta.

Če se bo pojavila želja šole ali občine po tiskanju, smo jo pripravljene tudi predstaviti v tiskani obliki.

6.5 Kje dobimo informacije o spletni kuharski knjigi?

Zainteresirani si lahko našo spletno kuharsko knjigo ogledajo na spletni strani OŠ Komen (www.os-komen.si), pod zavihkom DEJAVNOSTI in PROJEKTI – projekt Turizmu pomaga lastna glava.

7 STROŠKI IN MATERIAL ZA CAJNE

Materiali, ki jih bomo potrebovali pri izvedbi in trženju naših tematskih cajn ter pri pripravi turistične tržnice, in stroški, povezani z njimi, so:

ODHODKI ZA VSEBINO CAJNE

material	količina	stroški	opombe
medeno milo	10 kosov	30 €	šola* Možnost nakupa 3 € - ročno delo čebelarstva Furlani
rešeljikov med* – 250 ml	10 kosov	30 €	šola* Možnost nakupa 3 € - čebelarstvo Furlani
Pupe s Krasa *	10 kosov	150 €	šola * Možnost nakupa 15 € - ročno delo Tadeja Rodman
sušene klobase*	10 parov	21,50 €	šola* Možnost nakupa 2,15 € - mesnica Tošč
suhe mesnine: pršut – 70 dag, panceta – 70 dag, klobase – 70 dag.		20 € 16 € 14 €	šola
Labele iz sivke	10 kosov	20 €	šola
medenjaki – 20 dag	10 paketkov	20 €	šola
šparglji s česnom v oljčnem olju		/	podarjeno
bezgov, drnjulov sok	20 l	20 €	šola
čaj in sol iz šetraja	1 kg	/	šola
das masa	10 kom	20,10 €	Mimovrste

material	količina	stroški	opombe
teranov sok	10 l	30 €	šola* Možnost nakupa 3 € - Vinarstvo Kralj
jabolčni sok	10 l	20 €	šola* Možnost nakupa 2 € - Kmetija Turk - Komen
suho sadje: kaki, jabolka	1 kg	/	šola
piknik odeje	10 kom	125 €	Mimovrste
čajne *	10 kosov		Izposoja* Možnost nakupa 50 € - ročno delo

Tabela 1: Odhodki za vsebine čajn

ODHODKI ZA PROMOCIJO NA TURISTIČNI TRŽNICI

material	količina	stroški	opombe
embalaža za zeliščno sol	20 kosov	5 €	kozarčki
sol	1 kg	0,50 €	
folija za plastificiranje	50 kosov	7 €	
barvni tisk zgibank, etiket	200 kosov	10 €	
lesene kuhalnice	10 kosov	8 €	
embalaža za šetraj, suho sadje	20 kosov	/	papirnate vrečke
barvni prti	5 kosov	15 €	Rdeč, siv, zelen, vijola, rumen
barvne majice za promotorje	10 kom	29,60 €	www.euroton.si

Tabela 2: Odhodki promocije na tržnici

PRIHODKI IN OBLIKOVANJE CENE

Ponudba aktivnega družinskega izleta s cajno	
posamezna cajna	10 €
družinska cajna	25 €

Tabela 3: Prihodki in oblikovanje cen

8 PROMOCIJA IN TRŽENJE CAJN

8.1 Kako bo izgledal naš turistični produkt?

Naš turistični proizvod je cajna za na gmajno z dobrotami šolske kuhinje in dela otrok ter izbranih občinskih ponudnikov in zgibanko, ki ponuja možnosti za aktiven oddih na komenskem Krasu. Obiskovalcu ponudi spoznavanje kraških vasi, priložnostnih dogodkov, pohodov in delavnic ter značilnosti, ki jih ponujajo narava, arhitektura, zgodovina in družba sama.

Obenem je tu še spletna kuharska knjiga, ki jo je mogoče sooblikovati celo šolsko leto in je dostopna vsem na spletni strani naše šole.

8.2 Promocija turističnega izdelka, cajn in spletne knjige

 <p>Spletna stran osnovne šole Komen</p> <ul style="list-style-type: none">- novica o kraju in datumu turistične tržnice- povezava na turistično nalogo in spletno kuharsko knjigo- obvestilo o izvedbi družinske ponudbe S cajno na gmajno	 <p>Spletna stran Občine Komen</p> <ul style="list-style-type: none">- novica o uspešnosti naše turistične naloge v projektu Turizmu pomaga lastna glava- povezava na turistično nalogo in spletno kuharsko knjigo	 <p>Glasilo Občine Komen</p> <ul style="list-style-type: none">- objava članka v občinskem glasilu Burja
--	--	---

Tabela 4: Področja promocije

9 ZAKLJUČEK

Dober glas seže v deveto vas. To velja za nas. Smo majhna občina, s pestro ponudbo dobrin, ki je prepoznavna po naši državi in drugod. Naša ponudba tematskih cajn objame veliko vasi naše občine. Dobrodošli k nam v vseh letnih časih.

V svojo raziskavo smo skušali vključiti, kar se da največ ponudnikov gostinskih storitev in pridelovalcev v naših vaseh. Na ta način smo spoznali njihovo delo ter izvedeli marsikaj novega, kar se dogaja pred našim pragom. Čeprav bi lahko rekli, da vasi v občini poznamo, smo ugotovili, da skrivajo številne neraziskane koticke, dogodke, za katere vedo le vaščani.

Hvaležni smo, da nam je veliko ljudi odprlo svoja vrata in nam pomagalo z informacijami in idejami kljub epidemiji. Zahvale so zapisane v *prilogi 12*.

Na Krasu imamo veliko neodkritih chefov, ki se držijo domačega štedilnika in peči, kar je dokazala zbirka receptov v naši spletni kuharski knjigi.

10 VIRI IN LITERATURA

- **Znamenitosti Krasa**, vir pridobljen s svetovnega spleta 10.12.2020: <http://www.kroufe.com/sl/znamenitosti-krasa/seznam-znamenitosti>.
- **Gostilna Grča**, vir pridobljen s svetovnega spleta 2.12.2020: www.grca.si/slo/kdo.html.
- **Peš poti po Komenskem krasu**, Vir pridobljen s svetovnega spleta 28.1.2021: <https://www.komen.si/mma/ /2011100509061642>.
- **Štanjel**, vir pridobljen s svetovnega spleta 2.12.2020: <https://www.visitstanjel.si/>
- **Debela griža**, vir pridobljen s svetovnega spleta 5.12.2020: www.volcjugrad.com/opis-vasi-in-njene-znacilnosti/.
- **Kraške jedi**, Vir pridobljen s svetovnega spleta 10.12.2020: https://www.stanjel.eu/kraska_kuhinja/kraske_jedi/.
- Bogataj, J.; Nemanič, J.; Adamlje, S. Kuhinja: Slovenije, **Mojstrovine nove kuharske umetnosti**. Ljubljana: Rokus, 2000.
- Miklavec, M.: **Ponos Krasa**. Ljubljana: Narodna in univerzitetna knjižnica, 2018.
- **Bio hotel St. Daniel Hruševica**, vir pridobljen s svetovnega spleta 16.12.2020: <http://www.rtvsllo.si/tureavanture/fascinantni-hoteli/st-daniel-hotel-na-krasu-kjer-je-vse-ekolosko-od-gradnje-do-vinske-karte/421233>.
- **SSKJ**, spletni slovar slovenskega knjižnega jezika, vir pridobljen s svetovnega spleta 19. 10. 2020 spleta www.fran.si.
- Guštin Grilanc, V.: **Je več dnevou ku klobas**. Ztt.Est. 2017.
- Casparek- Tükkan, E., Casparek, P.: **Domače dobrote**. Ljubljana: Prešernova družba d.d., 2004.
- **občina Komen**, vir pridobljen s svetovnega spleta 10.12.2020: www.komen.si.
- **Komel Q**, vir pridobljen s svetovnega spleta 10.12.2020: <https://q-komel.com/>.
- **Turistična kmetija Ostrošuka Pelicon**, vir pridobljen s svetovnega spleta 10.12.2020: <http://www.ostrouska-pelicon.com/>.
- **Biodinamična kmetija Pri kamnarjevih**, vir pridobljen s svetovnega spleta 10.12.2020: <https://www.prikamnarjevih.com/>.
- **Kras**, vir pridobljen s svetovnega spleta 5.12.2020: <https://www.visitkras.info/>.

- **Špacapanova hiša**, vir pridobljen s svetovnega spleta 5.12.2020:
<http://www.spacapan.si>.
- **Vinarstvo Kobal**, vir pridobljen s svetovnega spleta 5.12.2020:
<https://vinakobal.com/sl/>.
- **Vinarstvo Rebula**, vir pridobljen s svetovnega spleta 5.12.2020:
<http://www.vinorebula.si/>.
- **Hiša posebne sorte**, vir pridobljen s svetovnega spleta 5.12.2020:
<https://sorta.si>.

11 PRILOGE

Priloga 1: Anketni vprašalnik za starše

Spoštovani.

Na Vas se obračamo z željo po sodelovanju. Skupina otrok, ki letos obiskuje interesno dejavnost Turizmu pomaga lastna glava mora oblikovati raziskovalno nalogo z naslovom **Moj kraj, moj chef**. Nalogo razpisuje Turistična zveza Slovenije. Naprošamo Vas, da si za nas vzamete nekaj minut časa in nam pomagate pri odkrivanju kraških značilnih rastlin, jedi in proizvodov, ter rešite spodnjo anketo. Prosimo, da jo rešite do 10. 1. 2021. Anketa se nahaja na priloženi povezavi. Hvala vam za pomoč in ostanite zdravi.

Učenci in mentorici krožka Turizmu pomaga lastna glava

VPRAŠANJE 1:

Kdo je za Vas "chef"? Možnih je več odgovorov.

- a. kuharski mojster v gostilni, restavraciji...
- b. jaz v naši kuhinji
- c. partner v naši kuhinji
- d. moja mama
- e. moja nona
- f. drugo: _____

VPRAŠANJE 2:

Katera jed ali pa sestavina jedi je po Vašem mnenju tista, ki najbolje predstavi Kras oz. kraško pokrajino, če izvzamemo pršut?

VPRAŠANJE 3:

Katere tipične kraške sestavine uporabljate največ v svojih jedeh?

- a) Pršut
- b) Šetraj
- c) Šparglje
- d) Drugo: _____

VPRAŠANJE 4:

Od kje črpate ideje za kraške jedi?

- a) Od svoje mame.
- b) Od svoje none.
- c) Od svoje tašče.
- d) Iz kuharskih knjig v tiskani obliki.
- e) Iz kuharskih oddaj.
- f) Iz receptov pridobljenih iz interneta.
- g) Drugo: _____

VPRAŠANJE 5:

Ali ste pripravljeni z nami deliti vaš recept kraške jedi?

VPRAŠANJE 6:

Na naš seznam kraških sestavin smo uvrstili pršut. Zapišite, za kaj ga uporabljate v kuhinji? Če ga ne uporabljate, zapišite NE UPORABLJAM.

VPRAŠANJE 7:

Na naš seznam kraških sestavin smo uvrstili kraški med. Zapišite, za kaj ga uporabljate v kuhinji? Če ga ne uporabljate, zapišite NE UPORABLJAM.

VPRAŠANJE 8:

Na naš seznam kraških sestavin smo uvrstili šparglje. Zapišite, za kaj jih uporabljate v kuhinji? Če jih ne uporabljate, zapišite NE UPORABLJAM.

VPRAŠANJE 9:

Na naš seznam kraških sestavin smo uvrstili brin. Zapišite, za kaj ga uporabljate v kuhinji? Če ga ne uporabljate, zapišite NE UPORABLJAM.

VPRAŠANJE 10:

Na naš seznam kraških sestavin smo uvrstili drnjule. Zapišite, za kaj jih uporabljate v kuhinji? Če jih ne uporabljate, zapišite NE UPORABLJAM.

VPRAŠANJE 11:

Na naš seznam kraških sestavin smo uvrstili teran. Zapišite, za kaj ga uporabljate v kuhinji? Če ga ne uporabljate, zapišite NE UPORABLJAM.

Priloga 2: Analiza ankete za starše

VPRAŠANJE 1: Kdo je za Vas "chef"? Možnih je več odgovorov.

- a. kuharski mojster v gostilni, restavraciji ...
- b. jaz v naši kuhinji
- c. partner v naši kuhinji
- d. moja mama
- e. moja nona
- f. drugo: _____

Odgovor	Št. odgovorov
kuharski mojster v gostilni, restavraciji...	42
vaša mama	12
vi v vaši kuhinji	11
vaš partner v vaši kuhinji	6
vaša nona	4
drugo	3
vaša tašča	2

Najpogosteje so starši izbrali: kuharski mojster v gostilni, restavraciji... Drugi najpogostejši odgovor staršev je bil moja mama, na tretjem mestu so bili kar oni sami. Pod DRUGO so zapisali:

- Tisti ki iz preprostih naravnih sestavin (v loncu z kuhalnico) iz polja ali vrta naredi okusno jed, brez trendovskih začimb ali omakic, na navadnem krožniku, še večji chef je pa tisti, ki zna sam doma pridelati hrano.
- Oče.
- Vsak dober kuhar, kuharica.

VPRAŠANJE 2: Katera jed ali pa sestavina jedi je po Vašem mnenju tista, ki najbolje predstavi Kras oz. kraško pokrajino, če izvzamemo pršut?

Odgovor	Št. odgovorov
jota iz kislega zelja	23
šparglji	7
frtalja	7
teran	5
njoki	3
štruklji	3
frtalja s šparglji	2
šelinka	2
mineštra	2
jota iz kisle repe	2
ohrovtova mineštra	2
kraški med	1
teranov toč	1
šetra	1
brinove jagode	1

zelje s klobaso	1
žajbelj	1
suha salama	1
sufle s teranovim likerjem	1
kraška panceta	1
kraški zašink	1
divji šparglji z jajcem	1
svinjska ribica po kraško	1
klobasa v teranovi omaki	1
jetrca v teranovi omaki	1
špargljeva juha	1
potica	1
pršut	1
brin	1
salama	1
kraški fižolov golaž	1
polenta z zelenjavo	1
ješprenjeva juha	1

Starši so najpogosteje izbrali jed JOTA iz kislega zelja, na drugo mesto so uvrstili ŠPARGLJE in FRTALJO.

VPRAŠANJE 3: Katere tipične kraške sestavine največkrat uporabljate v svojih jedeh?

- a) pršut
- b) šetraj
- c) šparglje
- d) drugo: _____

Odgovor	Št. odgovorov
pršut	35
šparglje	30
šetraj	11
drugo: _____	4

Najpogosteje so starši izbrali pršut, sledili so šparglji. Na tretje mesto so uvrstili šetraj. Pod DRUGO so zapisali panceta, rožmarin, ovčji sir in polenta.

VPRAŠANJE 4: Od kod črpate ideje za kraške jedi?

- a) Od svoje mame.
- b) Od svoje none.
- c) Od svoje tašče.
- d) Iz kuharskih knjig v tiskani obliki.
- e) Iz kuharskih oddaj.
- f) Iz receptov pridobljenih na internetu.
- g) Drugo: _____

Odgovor	Št. odgovorov
od svoje mame	20
iz receptov pridobljenih na internetu	16
od svoje none	14
iz kuharskih knjig v tiskani obliki	11
od tašče	10
drugo: _____	7
iz kuharskih oddaj	2

Najpogosteje so starši izbrali odgovor od svoje mame, sledi odgovore iz receptov pridobljenih na internetu, na tretjem mestu je odgovor od svoje none.

Pod DRUGO so napisali: od žene, sam/a – lastne kreacije, od ene izmed gostiln, od prijateljev, iz narave ali pa so napisala, da jih sploh ne črpajo.

VPRAŠANJE 5: Ali ste pripravljeni z nami deliti vaš recept kraške jedi?

Odgovor	Št. odgovorov
DA	30
NE	50

Recepti, ki so jih straši delili z nami, so objavljeni v spletni kuharski knjigi.

VPRAŠANJE 6: Na naš seznam kraških sestavin smo uvrstili pršut. Zapišite, za kaj ga uporabljate v kuhinji? Če ga ne uporabljate, zapišite NE UPORABLJAM.

Odgovor	Št. odgovorov
narezek	18
za pico	7
z umešanim jajcem	6
omaka	5
s pašto	4
mineštra	4
s polento	3
fitalja	2
ne uporabljam	2
teranov toč	2
s kislim zeljem	2
skoraj pri vsaki jedi	2
z zelenjavo	1
kaneloni	1
polnjeni lignji	1
v rižoti	1
v kruhu	1
za sendvič	1
za prilogo k zavitkom in narastkom	1
s šparglji	1

v piti	1
Z mesom	1
njoki	1
pečenega v pečici	1
kot priloga	1
nadev pri mastnih jedeh	1
s piščancem	1
z radičem	1
v puranjih zavitkih	1
s pečenko	1
pri paradižnikovi omaki	1
testenine v grahu	1
v slani torti	1
carbonara	1
fižolov narastek	1

Starši so najpogosteje izbrali narezek, sledi uporaba na pici in na tretjem mestu je pršut z umešanimi jajci.

VPRAŠANJE 7: Na naš seznam kraških sestavin smo uvrstili kraški med. Zapišite, za kaj ga uporabljate v kuhinji? Če ga ne uporabljate, zapišite NE UPORABLJAM.

Odgovor	Št. odgovorov
sladkanje čaja	28
sladice	21
namaz	17
omaka	2
z mesom	2
zdravilo	2
napitki	1
samostojna jed	1
v mleku	1
ne uporabljam	1
s sadjem	1
z jogurtom	1
s krompirjem	1
s sirom	1

Starši so najpogosteje izbrali sladkanje čaja, sledijo sladice in med kot namaz.

VPRAŠANJE 8: Na naš seznam kraških sestavin smo uvrstili šparglje. Zapišite, za kaj jih uporabljate v kuhinji? Če jih ne uporabljate, zapišite NE UPORABLJAM.

Odgovor	Št. odgovorov
z jajci	16
z rižoto	12
frtalja	9
špargljeva juha	8
solata	7
s testeninami	7
prikuha	5
v omakah	5
v "mineštrah"	4
špargljeva pita	2
lazanja	1
na pici	1
namaz	1
narastek	1
za njoke	1

Starši so najpogosteje izbrali, da šparglje pripravijo z jajci, sledi rižota in frtalja.

VPRAŠANJE 9: Na naš seznam kraških sestavin smo uvrstili brin. Zapišite, za kaj ga uporabljate v kuhinji? Če ga ne uporabljate, zapišite NE UPORABLJAM.

Odgovor	Št. odgovorov
začimba za omake	17
z mesom	17
v pijači	14
začimba	6
brinjeve jagode	6
brinovo olje	4
ne uporabljam	3
zdravilo	3
razkužilo	2
v različnih jedeh	2
za dekoracijo	1
brinjevec	1
v solati	1
v siru	1
eterično olje	1
začimba za juho	1

Starši so zapisali, da največkrat brin uporabijo kot začimbo v omaki, z njim začinijo tudi meso in uporabljajo ga v pijači.

VPRAŠANJE 10: Na naš seznam kraških sestavin smo uvrstili drnjule. Zapišite, za kaj jih uporabljate v kuhinji? Če jih ne uporabljate, zapišite NE UPORABLJAM.

Odgovor	Št. odgovorov
marmelada	18
sok	13
v žganju	12
sirup	10
liker	7
za čaj	4
kompot	4
ne uporabljam	3
sladica	2
v omakah	2
s čilijem	1
v jogurtu	1
v piškotih	1
s sirom	1
drnjulov kis	1

Starši najpogosteje uporabljajo drnjule v marmeladi, soku in žganju.

VPRAŠANJE 11: Na naš seznam kraških sestavin smo uvrstili teran. Zapišite, za kaj ga uporabljate v kuhinji? Če ga ne uporabljate, zapišite NE UPORABLJAM.

Odgovor	Št. odgovorov
za omake	25
kot pijača	12
k sladicam (v sladici)	6
teranov liker	5
teranov toč	5
z mesom	4
šoto	4
ne uporabljam	3
s testeninami	2
k rižu	2
barvanje pirhov	2
kis	2
z njoki	1
kuhano vino	1
zalivanje klobas	1
za supe	1
pri polenti s panceto	1

v mineštri	1
teranova marmelada	1
marinada	1


Starši najpogosteje uporabljajo teran za omake, kot pijačo ter pri sladica.

Priloga 3: Gostinski ponudniki v občini Komen

Vas	Kontaktne podatki	Opis gostinske ponudbe
Komen	<p>ŠPACAPANOVA HIŠA d.o.o., Komen 85, 6223 Komen</p> <p>Tel: +386 (0)30 226 390 Ada: +386 41 297 829</p> <p>Email: info@spacapan.si</p>	<p>Špacapanova hiša že več kot 40 let skrbi za promocijo in razvoj kraške kulinarike. Začetki segajo v leto 1973, ko so Špacapanovi pod svoje okrilje vzeli staro vaško gostilno. So družinska gostilna, ljubitelji dobre hrane, pijače, glasbe in dobre družbe.</p> <p>Njihova kulinarika temelji na prvovrstnih kraških sestavinah, ki jih večinoma pridelajo in vzgojijo sami. Česar nimajo ali jim zmanjka, pa dobijo od najbližjih kmetov. Filozofija njihove kuhinje je zelo preprosta – iz najkakovostnejših lokalnih sestavin ustvariti najboljše okuse. Okuse Krasa, ki pripovedujejo zgodbe o kraški deželi in ljubezni, ki jih povezuje z njo.</p>
Kobjeglava, Štanjel	 <p>Gostilna Kobjeglava Restaurant Kobjeglava 63, 6222 Štanjel</p> <p>Tel: +386 (0)5 731 00 80 +386 (0)31 356 138</p> <p>Email: kobjeglava@gmail.com www.q-komel.com</p>	<p>Blagovna znamka Q Komel je del družinskega podjetja, pod katero Simo in Farzila Komel skupaj z ekipo združujeta Gostilno Kobjeglava, Bistro Grad Štanjel ter selekcijo pršutov in ostalih izdelkov Q Komel.</p> <p>V Gostilni Kobjeglava vam ponujajo razvajanje ob modernizirani kraški kuhinji, ki vas bo popeljala v harmonijo okusov ter polnost barv in arome. Jedi, ki jih ponujajo, se konstantno spreminjajo ter s tem prilagajajo letnemu času ter sezonskim sestavinam, katerih razpoložljivost ustreza filozofiji 0km.</p>

Coljava	<p>Turistična kmetija Ostrouška Pelicon Ostrouška Mateja Coljava 5, 6223 Komen</p> <p>Tel.: +386 5 766 87 08 +386 31 303 523</p> <p>Email: sandrapelicon@gmail.com</p>	<p>Kmetija se nahaja na robu slikovite kraške vasi Coljava, ki šteje le 25 hiš. Poslopje je tipična stara kraška hiša z zaprtim notranjim dvoriščem - borjačem. V preteklosti so predniki družine Ostrouška imeli tu odprto gostilno, vendar v drugih prostorih. Gostilna je obratovala do leta 1947. Čez pol stoletja so se potomci odločili za ponovno obuditev gostinske dejavnosti. Leta 1997 so prejeli priznanje za arhitekturo za originalno ureditev prostora v kraškem stilu.</p>
Hruševica	<p>Grča Turizem Kras Hruševica 6, 6222 Štanjel</p> <p>Tel: +386 5 769 02 24 +386 31 743 491</p> <p>Email: grca.doo@siol.net grca.turizem@gmail.com</p>	<p>Grčevi so poznani pod nazivom Kraljevi, saj naj bi eden od domačih, ki je služil v vojski v času Napoleona, prišel domov v tako lepi opravi, da so domačini rekli, da je kot kralj. Tako je gostilna Grča, kjer sta svoje delo leta 1967 začela Ivo in žena Pavla, poznana tudi pod imenom Kraljevi.</p> <p>Grča pomeni tudi močnega, krepkega človeka, in prav taki so Grčevi. Že od svojih začetkov se ukvarjajo s kmetijstvom in temu se še danes niso odpovedali. Gospodar Ivo z ženo Pavlo in sinom Bogdanom poleg gostilne skrbi še za večje število trt, iz katerih prideluje kraško kri - teran, pa tudi druge sorte vina. Iz kuhinje, kjer gospodari Pavla, vedno diši po mineštrah in jotah, lazanjah, "njokih" z mesnim prelivom, govedini po kraško, prav tako pa na mizo velikokrat priroma doma zorjeni pršut Paulina, ne manjkajo telečja pečenka, repa, zelje ... Večina hrane je doma pridelane, tako kot tudi teran, cabernet Franc in vitovska grganja, vina, ki hrani dajo še popolnejši okus.</p>

Hruševica	<p>Turistična Kmetija Pri Tavčarjevih Hruševica 44, 6222 Štanjel</p> <p>Tel.: +386 5 769 01 36</p> <p>Email: hrusevica44@gmail.com</p>	<p>Bistvo njihove kuhinje je tradicija in domača kraška hrana pridelana na Krasu in v bližnji okolici. Pohvalijo se lahko s kvalitetnim vinom iz svojih obširnih vinogradov.</p>
Hruševica	 <p>Hotel St. Daniel Hruševica 1b 6222 Štanjel</p> <p>Tel.: +386 5 997 69 29 +386 40 785 085</p> <p>Email: info@stdaniel.si www.stdaniel.si</p>	<p>EKOLOŠKO + LOKALNO = IDEALNO</p> <p>Bistvo naše kuhinje je v ekološko pridelanih in naravno dozorelih živilih iz domačega okolja, ki jih vseskozi prilagajamo vašim željam in seveda pogojem ter sadovom, ki nam jih narava nakloni v določenem letnem času. V naši kuhinji uporabljamo izključno živila certificiranih ekoloških pridelovalcev</p> <ul style="list-style-type: none"> - lokalnih partnerjev s Krasa. <p>Hrana ni le tisto, kar je postreženo in lepo dekorirano na krožniku. Hrana je veliko več od tega. Je rezultat večmesečnega, a poplačanega truda na kraški zemlji in vloženega časa in ljubezni v pridelke, ki jih potem skrbno pripravimo na tradicionalen način z mislijo na vas in naše goste.</p>

Volčji Grad	<p>biodinamična kmetija PRI KAMNARJEVIH</p>  <p>Biodinamična kmetija Kamnarjevi Volčji Grad 40, 6223 Komen</p> <p>Tel.: +386 5 766 82 45, +386 40 644 121</p> <p>Email: prikamnarjevih@amis.net</p>	<p>Vodilo jim je pristno življenje na prekrasnem Krasu in iskanje novih, izvirnih poti za naš nadaljnji razvoj; pridelovanje zdrave hrane, obenem pa tudi skrb za zdrav in ekološko naravnan življenjski slog.</p> <p>Odločili so se, da se preizkusijo v ekološkem oz. biodinamičnem načinu kmetovanja, saj človek, ki svojo zemljo obdeluje in neguje po taki metodi, resnično postane vezni člen med rastlinami, živalmi, zemljo in kozmosom ter posledično najde pot do lastne duše ter duha ...</p> <p>Tako pridelano hrano in izdelke lahko okusite v prostorih njihove izletniške kmetije, v jedilnicah na prostem, po predhodnem naročilu pa vam ekološke obroke dostavijo tudi na dom.</p>
Gorjansko	<p>Krasberry K'ntina Čotar Gorjansko 84 C, 6223 Komen</p> <p>Tel: +386 5 766 8194 +386 31 309 119</p> <p>Email: pepi.jez@amis.net cotar.si</p>	<p>Gorjansko ima spet cerkev in gostilno. Nožu, tankemu in ostremu, se smeji, ko drsi pod dolgo fetu pršuta. Smeji se gostom v senci na placu ob cesti, za šankom ob kuhinji, v jedilnici pod združnim domom, saj je kruh iz domače peči, skuta iz sosedove jame, zelišča iz kraške podrasti, vino iz lastne kleti in pujs s komenskokraškega polja. Za uvod ponudijo šparglje z jajci. Kar jih ostane, pa jih potresejo. Po vsaki jedi! Jelenov file z zelišči je bil dva tedna v teranovi kvaši, nato pa na hitro zamrznjen, da so ga lahko tanko zrezali na rukolo, začinili z jabolki in divjimi šparglji. In pujs? Nikakor nezdravo masten, pač pa zdravo maščoben.</p>

Kodreti	 <p>Hiša posebne sorte Kodreti 15, 6222 Štanjel</p> <p>Tel: +386 5 769 00 0 +386 41 728 619 Email: vid.sorta@siol.net</p>	<p>Kar postrežemo, cenimo, saj je naše in ustvarjamo sami. Dodamo ščepec Krasa in vejico iz Vipavske doline. Sezonske dobrote, goveje meso z naše kmetije, lastne testenine in nepozabne slaščice. In domače vino...</p>
---------	--	--

Priloga 4: Sodelovanje z gostinci v občini Komen

Gostincem v občini Komen smo zastavili vprašanja, na katera so prijazno odgovorili in tako z nami delili svoje znanje.

Zastavili smo jim naslednja vprašanja:

1. Kdo je za Vas chef?
2. Katera jed, sestavina jedi, je po Vašem mnenju tista, ki najbolje predstavi Kras, kraško pokrajino, če izvzamemo pršut?
3. Ali v svojih jedeh skušate uporabiti čim več kraških sestavin (pršut, šetraj, šparglje ...)? Katera sestavina, značilna za našo pokrajino, je tista, ki jo najpogosteje uporabljate pri pripravi vaših specialitet?
4. Ali vaši gostje cenijo okuse kraške kuhinarike? Katera jed je v okviru vaše ponudbe najbolj priljubljena?
5. Menite, da je gostom bolj všeč pridih tradicionalnosti ali modernih trendov v kuhinariki?
6. Katero jed najraje pripravljate? Zakaj?
7. Če bi morali svojo ponudbo ponuditi v »cajni« in za na pot, kaj bi pripravili?

Prejeli smo odgovore sledečih gostinskih ponudnikov:

Gostilna Grča iz Hruševice

Po pogovoru z nonotom Ivom zapisala Leja Grča.

LEJA GRČA
HRUŠEVICA 6
6222 ŠTANJEL

1. Kdo je za Vas chef?

Šef kuhinje je tisti, ki zna izbrati prave surovine in iz njih pripraviti jedi tako, da:

- Okusi ustrezajo čim širšemu krogu gostov različnih starosti in stanu.
- Vase mora verjeti in znati oceniti gosta, da mu bo ponudil zanj pravilno sestavljen meni, ki mu ustreza po okusu in tudi ceni.

Pri nas je nona Pavla prava šefica kuhinje. Kuha že več kot 50 let. Med delom v kuhinji jo večkrat opazujem. Čudim se, kako vse po štedilniku in v pečicah obvlada. Ničesar ne prepusti slučajju. Čeprav sem Izbirčna, imam njeno hrano rada, ker je okusna. Vidim, da so tudi naši gostje z njeno hrano zadovoljni, to povedo že pri mizah. Pogosto pa se pridejo zahvaliti noni v kuhinjo. Včasih slišim, ko rečejo noni: jedli smo hrano, kot nekoč doma pri mami, in čeprav so porcije obilne, nam vaša hrana želodca ne obremenjuje.

Ko nono potem vprašam, kaj to pomeni, mi reče:« Leja, veš to je pa tisto, kar mi kot kuharici največ pomeni.» Zato je moja nona boljši šef kot tisti na televiziji, saj ob nedeljah kuha sama več kot petnajst vrst jedi za petdeset in tudi več gostov.



2. Katera jed, sestavina jedi, je po Vašem mnenju tista, ki najbolje predstavi Kras, kraško pokrajino, če izvzamemo pršut?

Kras poleg pršuta najbolj zaznamujeta kislá repa in kisló zelje, saj iz njih pripravimo za Kras nepogrešljive joto, repa in zelje sta tudi nepogrešljivi pri domači kuhani klobasi. Naslednja surovina je krompir, kot osnova za kraške njoke in svaljke. Gostje zelo cenijo ajdovo polento. Pšenice in koruze v preteklosti ni bilo na pretek, zato je bil kruh iz krušne peči zelo cenjen. Peklo se ga je ob sobotah in pred prazniki. Skratka kraška hrana je bila preprosta predvsem zaradi pomanjkanja surovin. Zato je bilo še toliko pomembnejše, da so jo gospodinje znale pravilno pripraviti. Skromnost je ustvarila najboljše šefice kuhinj.

3. Ali v svojih jedeh skušate uporabiti čim več kraških sestavin (pršut, šetraj, šparglje ...)? Katera sestavina, značilna za našo pokrajino, je tista, ki jo najpogosteje uporabljate pri pripravi vaših specialitet?



Kralj jedi na krasu je pršut. Za pravilno zorenje je vedno poskrbel gospodar domačije. Po teh znanjih so se domačije spoštovale in cenile. Pri naših jedeh uporabljamo vse možne sestavine s Krasa, te so: pršut, panceta, svinjska mast, gobe, šparglji divji in zeleni, brinove jagode in druge začimbe, česen, čebula, por, korenček in seveda zelo veliko



paradižnika. Cenjene so gobe, uporabljamo tudi tartufe. Šetraja ne uporabljamo. Moj nono pravi, da žepka še pašna živina ne poje. Ko je v cvetju, ga veselo obletavajo čebele. Da pa so v njegovih otroških letih žepok (šetraj) nabirali, ga sušili in prodali kot zelišče. Od mesa uporabljamo izbrane dele govedine, svinjine, drobnice, kuncev in divjačine. Pri solatah je nepogrešljiv teranov kis.

4. Ali vaši gostje cenijo okuse kraške kuhinarike? Katera jed je v okviru vaše ponudbe najbolj priljubljena?

Za našo kuhinjo in mislim, da tudi za ostali Kras, je najpomembnejši pršut. Gostje zelo cenijo našo domačo kuhinjo. Ne morem pa trditi, da je kuhinarika čisto samo kraška. Saj jo poleg kraške sestavljajo tudi elementi tržaško-furlanske kuhinje, značilnosti teh so pastičo in kaneloni z različnimi nadevi. Od mesa pa osobuko. Pri nas ga pripravimo iz telečje krače.



5. Menite, da je gostom bolj všeč pridih tradicionalnosti ali modernih trendov v kuhinariki?

Menim, da je gostom najbolj všeč preprosta tradicionalna hrana postrežena z malo modernosti. Še vedno imajo radi konkretno porcijo, česar pa v moderni kuhinji ni. Nono pravi:« Pri nas ne sadimo rožic na krožnike.»

6. Katero jed najraje pripravljate? Zakaj?

Najraje pripravimo pečenke. Med njimi pa je zelo cenjena izrecno naša kraška pečenka. Je cenovno ugodna in primerna za večino odraslih gostov, meso je mehko in zelo okusno.

Priprava: Goveje pleče toplo mariniramo in dušimo skupaj z začimbami in teranom. Fond pasiramo in z njim pripravimo omako. Postrežemo govedino obloženo s tanko rezino pršuta. Vse skupaj prelijemo z omako, poleg lahko ponudimo različne prikuhe, razen kisle repe in kislega zelja. Zraven pa ne sme manjkati žlička džema iz brusnic.



7. Če bi morali svojo ponudbo ponuditi v »cajnik« in za na pot, kaj bi pripravili?

V „cajno“ spadajo hladne jedi, kot so različni sendviči s pršutom, suho klobaso in salamo, zelenjavni in mesni namazi ter kruh.

Šparglji z jajcem v solati. Trdo kuhano jajce zabeljeno z oljem in soljo, temu lahko pred zaužitjem dolijemo teran. Trdo kuhano jajce s teranom je bila včasih južina koscev in kopačev, da so dobili dodano moč za dokončanje „žrnade“ (delovnega dne). Gospodinje so to prinesle v vinograd v „cajni“. Delavci so z užitkom jedli, tako da so zraven točali (pomakali kruh v tekočino) kruh. Od tod izhaja ime za jed, „toč“.

Napačno je bilo to ime kasneje osvojeno za toč s pršutom. Nono pravi, da v njegovih mladih letih je bil pršut zelo cenjen. Gospodinjam še na pamet ni prišlo, da bi v ponvi pokvarile lepe rezine pršuta. Za v ponev so uporabile največkrat obrezke pršuta in z njim pripravile »hemendeks«.

8. Vaše posebnosti.

Od sladic je pri nas poleg štrukljev zelo cenjena hruška, pečena v teranu, s sladoledom ali strjenko (pana kota).



Za oblikovanje vaše šolske zbirke bi bila morda zanimiva zgodba o teranovem likerju. Pri nas ga imamo zaščitenega pod blagovno znamko "Paulina". Zakaj je temu tako pa v nadaljevanju.

Včasih, in ponekod še danes, zaradi neenakomerne dozorelosti grozdja, opravimo trgatve grozdja za teran dvakrat. Najprej zbiramo dozorele grozde, za izbrani teran. Namenjen je prodaji. Čez par tednov pobiramo še preostalo, manj dozorelo grozdje. Iz tega naredimo vino, tako imenovani "drugi teran". Ta je bil vedno bolj kiselkast, in za domačo uporabo. Samega skoraj ni bilo mogoče piti. Zato so ga kmetje za pogasitev žeje mešali z vodo.

Da bi bil drugi teran užiten tudi za ženske, so gospodinje poskrbele tako, da so mu dodale sladkor in začimbe ter vse skupaj pogrele skoraj do vretja. Po ohladitvi so dodale še potrebno količino žganja iz teranovih tropin. Tako je nastala pijača prijetnega okusa in užitna tudi za ženske.

Vsaka gospodinja je osvojila svoj način za izdelavo likerja, zato se danes tako razlikujejo med seboj.

Med prve napisane recepte za teranov liker, veljajo recepti iz gospodinjske šole, ki so jo v Tomaju vodile redovnice.

Po prvi svetovni vojni je to šolo obiskovala tudi Stana Furlan iz Koprive, ki je kasneje, po drugi svetovni vojni, postala naša sorodnica. Bila je odlična kuharica in je nono Pavlo veliko naučila. Med drugim ji je izdala tudi recept za teranov liker.

Nono in nona sta ta recept začela preizkušati nekje leta 1978. Ponujati sta ga začela gostom v gostilni. Ko sta videla, da je gostom zelo všeč, se je nono odločil to pijačo pridelovati v večjih količinah in tudi za prodajo na trgu. S stekleničenjem je pričel leta 1987, v steklenico "čutaro". V enaki steklenici je na trgu še danes.

Do leta 2000 je bil naš liker na trgu pod imenom "Teranov liker". Zaradi takratnega zaščitenja imena za vino teran v letu 2000 pod oznako "Teran PTP", je bila nonotu od kmetijskega zavoda Nova Gorica izdana odločba, da za liker ne sme več uporabljati imena Teranov liker.

S tem povzročena škoda je bila nepredstavljiva in prepoznavnost na trgu izgubljena. Da bi se prilagodil predpisom, je nono poiskal rešitev in liker poimenoval v "Paulina" kraški liker. Tako je nastala naša blagovna znamka "Paulina". Nono jo je patentiral leta 2000.

Od kmetijskosvetovalne službe Sežana nam je priznan primat za uveljavitev teranovega likerja na trgu. Pri izdelavi se strogo držimo izvirnega recepta, zato je naš teranov liker drugačen. Predvsem ni "osladen", kot jih je večina ostalih danes na trgu, ker se pridelovalci ne ozirajo na tradicijo. Ponosna sem na tata, ki vse to danes dela in vodi. Vesela sem, da je za teranov liker Paulina tudi letos dobil zlato medaljo na radgonskem sejmu.



Špacapanova hiša iz Komna

1. Kdo je za Vas chef?

Chef je lahko nosilec dejavnosti ali zaposleni delavec, vsekakor atraktivni vodja z znanjem na svojem področju, sposobnostjo odločanja in dobrega sodelovanja s sodelavci.

2. Katera jed, sestavina jedi, je po Vašem mnenju tista, ki najbolje predstavi Kras, kraško pokrajino, če izvzamemo pršut?

Vsekakor kraške mesnine, ovčji in kozji sir, drobnica in zelišča.

3. Ali v svojih jedeh skušate uporabiti čim več kraških sestavin (pršut, šetraj, šparglje ...)? Katera sestavina, značilna za našo pokrajino, je tista, ki jo najpogosteje uporabljate pri pripravi vaših specialitet?

Naše jedi vsebujejo čim več lokalno pridelane hrane, nič kilometrov.

4. Ali vaši gostje cenijo okuse kraške kulinarike? Katera jed je v okviru vaše ponudbe najbolj priljubljena?

Jagnjetina, dobro uležana govedina, domače testenine, drobni prigrizki(z gobami, šparglji, zelišči, paštetami).

5. Menite, da je gostom bolj všeč pridih tradicionalnosti ali modernih trendov v kulinariki?

Tradicionalnih jedi s pridihom modernih trendov.

6. Katero jed najraje pripravljate? Zakaj?

Jagnjetino, po domače janjček, ko vidiš, da si gostje obliznejo prste, pa domače sladice.

7. Če bi morali svojo ponudbo ponuditi v »cajni« in za na pot, kaj bi pripravili?

Domač kruh z drožmi, lahko mesnine in sire, ter vsekakor sezonsko ponudbo – šparglji, kislja repa, vrzote, šelin, fitalje, štruklje ali štrudelj, miške, piškote.



Turistična kmetija Ostrouška Pelicon iz Coljave

Pogovor z lastnico kmetije go. Sandro Pelicon, tudi članico društva Planta, društva za razvoj kmetijstva in turizma, ki je bila tako prijazna, da nam je pokazala prostore svoje kmetije, kuhinjo in knjižnico s kuharskimi knjigami. Povedala je sledeče:

1. Kdo je za Vas chef?

Zame je chef pokojni Ivan Ivačič, ki je izdal veliko kuharskih knjig. Pomemben je njegov zapis v knjigi, kako se obnašati, ko gremo v goste. Včasih so veljala pravila obnašanja, danes tega niti ne poznamo.

2. Katera jed, sestavina jedi, je po Vašem mnenju tista, ki najbolje predstavi Kras, kraško pokrajino, če izvzamemo pršut?

Bleki in njoki so zame značilna kraška jed.

3. Ali v svojih jedeh skušate uporabiti čim več kraških sestavin (pršut, šetraj, šparglje ...)? Katera sestavina, značilna za našo pokrajino, je tista, ki jo najpogosteje uporabljate pri pripravi vaših specialitet?

Svoje jedi pripravljam z domačimi sestavinami, s tem, kar zraste na Krasu. Je bolj okusno, kot tam, kjer so pogoji za rast boljši. Tudi poanta društva Planta je uporaba domačih surovin.

4. Ali vaši gostje cenijo okuse kraške kulinarike? Katera jed je v okviru vaše ponudbe najbolj priljubljena?

Cenijo. Kraška kuhinja ima prefinjen okus – veže se na mediteran. Najbolj priljubljena jed so zagotovo bleki s hišno omako – smetano in pršutom.

5. Menite, da je gostom bolj všeč pridih tradicionalnosti ali modernih trendov v kulinariki?

Kuhamo tradicionalno, je pa potrebna posodobitev. Tradiciji se približamo in ta mora biti prepoznavna. Najprej jedo oči, potem nos in nazadnje usta. Dekoracija na krožniku mora biti užitna.

6. Katero jed najraje pripravljate? Zakaj?

Štruklje.

7. Če bi morali svojo ponudbo ponuditi v »cajni« in za na pot, kaj bi pripravili?

Sendvič s pršutom, jabolko.



Turistična kmetija Pri Tavčarjevih iz Hruševice

Priloga: Naprošamo Vas, da odgovorite na naslednja vprašanja.

1. Kdo je za Vas chef?

Nekdo, ki zna dobro kuhati in iz malo
malih presenečaje!

2. Katera jed, sestavina jedi je po Vašem mnenju tista, ki najbolje
predstavi Kras, kraško pokrajino, če izvememo pršut?

Štruklji, jota, Njoki, TOČ

3. Ali v svojih jedeh skušate uporabiti čim več kraških sestavin (pršut,
šetraj, šparglje...)? Katera sestavina, značilna za našo pokrajino je tista,
ki jo najpogosteje uporabljate pri pripravi vaših specialitet?

Se poskušujemo! Šetraj, pršut, teran

4. Ali vaši gostje cenijo okuse kraške kulinarike? Katera jed je v okviru
vaše ponudbe najbolj priljubljena?

JOTA, (DOMACI) KUNEC, KRAŠKI ŽRELEK

5. Menite, da je gostom bolj všeč pridih tradicionalnosti ali modernih
trendov v kulinariki?

ODVISNO KAM PRIDEJO, ČE GLEDAMO V IN RESTAVRACIJO
NEKDOHNO MODERNO, ČE PRIDEJO NA KRAŠKI TRADICIONALNO

6. Katero jed najraje pripravljate? Zakaj?

GLEDE NA TO, DA IMAMO TO NARČIŽU, PRIPRAVLJAMO KAR
SI ŽELIMO; Sicer pa je USTALNI PONUDBI JOTA, NJOKI.

7. Če bi morali svojo ponudbo ponuditi v »cajnik« in za na pot, kaj bi
pripravili?

servise (pršut, selam, poneta)

servise z pečenko

katšno sladico štufje / ostalo bi bilo potrebno dognati.

Za Vaše sodelovanje se Vam iskreno zahvaljujemo.

Če ste pripravljeni z nami deliti katerega izmed Vaših receptov za dobrote,
ki jih pripravljate, ga bomo z veseljem vključili v našo zbirko receptov ter
Vas navedli kot avtorja in sodelavca pri oblikovanju zbirke.



Hotel St. Daniel iz Hruševice

1. Kdo je za Vas chef?

Chef oz. glavni kuhar je oseba, ki drži in vleče vse niti v kuhinji. Je vizionar. Sledi svoji intuiciji. Spoštuje univerzalna načela, ki vladajo v kuhinji. Zna usmerjati ekipo, da mu sledi. Je izumitelj in umetnik. Zelo pomembna vrлина Chefa je, da kljub prepoznavnosti v svoji duši ostaja skromen.

2. Katera jed, sestavina jedi je po Vašem mnenju tista, ki najbolje predstavi Kras, kraško pokrajino, če izvzamemo pršut?

Osebnost sem veganka in precej raziskujem rastlinsko hrano kraških prednikov. 80% hrane, ki se je v preteklosti jedla na Krasu, je bila rastlinskega izvora. Ostali delež so bili mlečni izdelki. Mesa, sploh pa pršuta, je bilo zelo malo. Samo za velike praznike.

Pozabili smo na ajdo, piro, polnovredno pšenico, lečo, čičeriko ... živila, ki so zelo hranljiva in v njih se skriva velika moč. Čas je, da se spet obudijo ta tradicionalna in stara živila, do katerih smo bili desetletja zelo mačehovski.

Tujci, ki nas obiščejo, se spomnijo zgodb svojih prednikov, ki so obiskovali Kras ... spomnijo se božanskih ovčjih sirov. To se je tudi izgubilo.

3. Ali v svojih jedeh skušate uporabiti čim več kraških sestavin (pršut, šetraj, šparglje...)? Katera sestavina, značilna za našo pokrajino, je tista, ki jo najpogosteje uporabljate pri pripravi vaših specialitet?

Naša kuhinja temelji izključno na lokalnih in ekoloških sestavinah. Kuhamo kot so kuhale nase pranone. Menija nimamo. Kuhamo tisto, kar nam Mati narava nakloni.

4. Ali vaši gostje cenijo okuse kraške kulinarike? Katera jed je v okviru vaše ponudbe najbolj priljubljena?

Naši gostje nas obiščejo z namenom. Vsi imajo globoko spoštovanje do Matere narave in se močno zavedajo, da Narava ni samoumevna in da nam ni samo na posojilo. Ni naša trajna last.

Food waste je pri nas skorajda ničeln. Zelo redko se zgodi, da gost pusti hrano na krožniku.

5. Menite, da je gostom bolj všeč pridih tradicionalnosti ali modernih trendov v kulinariki?

Tradicionalna kuhinja ni trend. Ne more biti. Tradicionalna kuhinja je nastajala tisočletja in je nobena hipster kuhinja ne more preseči. Temelji tradicionalne kuhinje so tako globoko zasidrani, da jih nič ne more izrjaviti.

Ampak to ne pomeni, da je moderno slabo. Vsaka generacija doprinese pečat, ki se bo trajno zapisal. Smotrno je, da se tradicionalno in moderno povezuje, ne pa izključujejo ena drugo.

6. Katero jed najraje pripravljate? Zakaj?

Najraje delam mineštre. Mineštra je džem sesion. Je kot simfonija. Zmes različnih sestavin, ki tvori trdno celoto.

7. Če bi morali svojo ponudbo ponuditi v »cajni« in za na pot, kaj bi pripravili?

Lonček mineštre, pirin kruh, namaz iz rdeče pese in čičerike, pest orehov, smootie iz sezonskega sadja.



Turistična kmetija Krasberry, Gorjansko

1. Kdo je za Vas chef?

Narava, saj je odvisno od nje, kaj prinesemo z njive in pašnikov. V kuhinji pa je važno skupno sodelovanje, saj vsak lahko poda svoje mnenje, ki se potem poveže v celoto.

2. Katera jed, sestavina jedi je po Vašem mnenju tista, ki najbolje predstavi Kras, kraško pokrajino, če izvzamemo pršut?

Domači pridelki, pašeni pujs (prašiči iz pašne reje), janjček, kozliček, kokoš ... kraška zelišča

3. Ali v svojih jedeh skušate uporabiti čim več kraških sestavin (pršut, šetraj, šparglje ...)? Katera sestavina, značilna za našo pokrajino, je tista, ki jo najpogosteje uporabljate pri pripravi vaših specialitet?

Uporabljamo samo kraške sestavine. Sestavine so različne, odvisno od sezone. Spomladi divji šparglji, regrat, kopriva, meta, melisa, koromačevo cvetje .. .od dišavnic in začimb uporabljamo največ kraški žepek, žajbelj, rožmarin, smilj ... sadje in zelenjavo odvisno od sezone.

4. Ali vaši gostje cenijo okuse kraške kulinarike? Katera jed je v okviru vaše ponudbe najbolj priljubljena?

Gostje k nam prihajajo predvsem zaradi svežih kraških pridelkov v kombinaciji z vrhunskimi vini ... V ponudbi imamo 2 do 3 hladne predjedi, 2 do 3 tople predjedi, 2 do 3 glavne jedi, 2 do 3 sladice. Spečemo kruh. Skutni štruklji s kraškimi dišavnicami in popečeno panceto, počasi pečeno meso na 110 ° C, ob ognju lesa brinja, jabolane, fige, trte, sladice v kombinaciji z našim sadjem (jagoda mieze schindler, malina, sibirski in mongolski borovnica, goji jagode, goumi, kutina, jabolka, fige, češnje, kaki ...)

5. Menite, da je gostom bolj všeč pridih tradicionalnosti ali modernih trendov v kulinariki?

Modernih trendov ne spremljamo in uporabljamo, tako da ne poznamo razlike.

6. Katero jed najraje pripravljate? Zakaj?

Radi pripravljamo vse jedi.

7. Če bi morali svojo ponudbo ponuditi v »cajni« in za na pot, kaj bi pripravili?

Pripravili bi: narezek mesnin in sirov iz okoliških kmetij, počasi pečena svinjska rebrca, zraven bi dali vloženo zelenjavo (z naše njive) v našem balzamičnem kisu (bučke, paprika, melancane, kumare, paprika jalapeno, daterini ...), sveže pečeni kruh, akacijev ali bezgov sirup in steklenico terana.

Hiša posebne Sorte, Kodreti

1. Kdo je za Vas chef?

Vodja kuhinje, ki skrbi za pripravo inovativnih jedi.

2. Katera jed, sestavina jedi, je po Vašem mnenju tista, ki najbolj predstavi Kras, kraško pokrajino, če izvzamemo pršut?

Vsaka jed, pri kateri se pri pripravi uporabijo sestavine pridelane na Krasu.

3. Ali v svojih jedeh skušate uporabiti čim več kraških sestavin (pršut, šetraj, šparglje ...)? Katera sestavina, značilna za našo pokrajino, je tista, ki jo najpogosteje uporabljate pri pripravi vaših specialitet?

Posebno noto dajo jedem kraška zelišča in »ljubezen do kuhanja« kuharske ekipe.

4. Ali vaši gostje cenijo okuse kraške kulinarike? Katera jed je v okviru vaše ponudbe najbolj priljubljena?

»Dušen gospodov klobuk«, popečena rumena polenta s kraškim žepkom, sotirana cikorija s pinjolami.

5. Menite, da je gostom bolj všeč pridih tradicionalnosti ali modernih trendov v kulinariki?

Kombinacija obojega.

6. Katero jed najraje pripravljate? Zakaj?

Frtaljo z zelišči in kraško panceto, ker najboljšo pripravljala naša nona.

7. Če bi morali svojo ponudbo ponuditi v »cajni« in za na pot, kaj bi pripravili?

Kraške suhomesnate dobrote, sir, olive, sušen paradižnik, vložene melancane, kruh in steklenico rebule.



Restavracija Komel, Kobjeglava in Štanjel

1. Kdo je za Vas chef?

Zame je chef tisti, ki zna uporabiti lokalne sestavine in jih s čim manj toplotne, ali katere koli druge, obdelave, prenese na krožnik, s poroko okusov v ustih in z lepim dizajnom.

2. Katera jed, sestavina jedi je po Vašem mnenju tista, ki najbolje predstavi Kras, kraško pokrajino, če izvzamemo pršut?

V dolgoletnem delu na Krasu sem ugotovil, da smo po svetu prepoznavni po joti in štrukljih (seveda, če izvzamemo pršut). Jaz pa mislim, da je tukaj še veliko jedi, na katere ne smemo pozabiti. Ena od teh je šelinka, narejena iz »šelina«, gomolja zelene s Krasa. Sam sem se s krožniki izpeljanimi iz šelinke, predstavljal na raznih tekmovanjih in še vedno poskušam vsako jesen dobiti kakšno novo idejo za krožnik, s katerim bi našim gostom predstavil šelinko.

3. Ali v svojih jedeh skušate uporabiti čim več kraških sestavin (pršut, šetraj, šparglje ...)? Katera sestavina, značilna za našo pokrajino, je tista, ki jo najpogosteje uporabljate pri pripravi vaših specialitet?

Vedno strmimo k sezonskim sestavinam in skrbimo za raznoliko ponudbo. Naše Q KOMEL izdelke imamo vedno v ponudbi v obliki narezka »Kraške dobrote«, kateri je sestavljen iz pršuta sušenega na Krasu 20+ mesecev, pečenega pršuta, hrena, kraške pancete, kraškega zašinka, lokalnih sirov, oliv, česna, kuhanega na nizki temperaturi, in podobnih izdelkov. Vse te izdelke tudi pogosto uporabljamo v drugih jedeh in našim gostom predstavimo razne načine, kako lahko le-te uporabijo v raznih jedeh.

Spomladi iz divjih špargljev in čemaža pripravljamo razne kremne juhe, poleti iz šetraja in žajblja naredimo sladolede ali sorbete, jeseni pa v jedeh uporabljamo teran in šelin – gomolj zelene.

4. Ali vaši gostje cenijo okuse kraške kulinarike? Katera jed je v okviru vaše ponudbe najbolj priljubljena?

Glede na to, da se naši gostje vračajo, mislimo, da ja. Ker pa strmimo k inovativnosti in konstantno rastemo, se krožniki konstantno spreminjajo, saj gosti pri nas vedno iščejo nove stvari. Kot sem že prej omenil, je pa naša stalnica narezek »Kraških dobrot«.

5. Menite, da je gostom bolj všeč pridih tradicionalnosti ali modernih trendov v kulinariki?

Kombinacija obojega, saj tudi naš stil kuhinje imenujemo »modernizirana kraška kuhinja«.

6. Katero jed najraje pripravljate? Zakaj?

Najbolj so mi prirasle h srcu razne sezonske kremne juhe in ostale jedi na žlico, saj lahko z malo obdelave ohranimo dober okus, lepo barvo in pridemo do prave harmonije okusov.

7. Če bi morali svojo ponudbo ponuditi v »cajni« in za na pot, kaj bi pripravili?

Kraške suhe mesnine, lokalne sire, kraški teran, domač kruh in enega izmed naših domačih sokov, ki jih vsako leto pripravljamo iz raznih lokalnih in sezonskih sestavin.



Biodinamična kmetija Pri Kamnarjevih, Volčji Grad

1. Kdo je za Vas chef?

Sodobni chef je na Krasu kuhar, ki uspešno spaja kvalitetne sezonske kraške sestavine v inovativno poenostavljene okusne krožnike. Kraška kuhinja je bila namreč vedno revna, a zelo okusna. Naše prednice so morala biti pravi chefi, saj so iz omejenega izbora sestavin znale sestaviti vrhunske sezonske jedi.

2. Katera jed, sestavina jedi, je po Vašem mnenju tista, ki najbolje predstavi Kras, kraško pokrajino, če izvzamemo pršut?

Jota, repa tropinka, kraški fižol, šetraj.

3. Ali v svojih jedeh skušate uporabiti čim več kraških sestavin (pršut, šetraj, šparglje ...)? Katera sestavina, značilna za našo pokrajino, je tista, ki jo najpogosteje uporabljate pri pripravi vaših specialitet?

Vse kraške dišavnice, ki lahko vsako jed naredijo res edinstveno.

4. Ali vaši gostje cenijo okuse kraške kulinarike? Katera jed je v okviru vaše ponudbe najbolj priljubljena?

Da. Kraški žličniki v različnih sezonskih omakah.

5. Menite, da je gostom bolj všeč pridih tradicionalnosti ali modernih trendov v kulinariki?

Naši gostje cenijo tradicionalnost v posodobljeni obliki.

6. Katero jed najraje pripravljate? Zakaj?

Vse jedi, ki prihajajo iz naše kuhinje radi pripravljamo, saj jih drugače enostavno ne bi kuhali. Radi tudi pogosto spreminjamo jedilnik glede na sezonskost in razpoložljivost sestavin na naši kmetiji ter sestavljamo nove krožnike.

7. Če bi morali svojo ponudbo ponuditi v »cajni« in za na pot, kaj bi pripravili?

Navdih bi iskali v tradicionalni kraški malici: domač kruh, pršut v teranovem toču in ovčji sir ali v vege varianti okisan kraški fižol s kraško čebulo ter domačim trdo kuhanim jajcem. Da naši gostje ne bi ostali žejni, bi dodali v cajno še kozarček terana in bezgov, ali teranov, brezalkoholni sok.



Priloga 5: Sodelovanje s priznanimi kuharji

Sodelovanje z Masterchefovim zmagovalcem g. Anžetom Kupelnikom



Pozdravljeni g. Anže Kuplenik.

Najprej naj Vam čestitamo za lanskoletno zmago v Masterchefu ter izdano kuharsko knjigo.

Že vnaprej se Vam zahvaljujemo za pripravljenost sodelovanja z nami pri raziskovalni nalogi, ki jo razpisuje Turistična zveza Slovenije, in pripravljenost odgovoriti na nekaj vprašanj povezanih s kuhanjem.

Ker smo doma s Krasa, se bodo naša vprašanja navezovala na ta del slovenske dežele.

Učenci interesne dejavnosti
Turizmu pomaga lastna glava
ter mentorici Metka Paljk in Dunja Peric

Vprašanja so sledeča:

1. Kdo je po vašem mnenju chef kuhinje in zakaj si ta naziv zasluži? Je lahko chef kuhinje mama, oče oz. babica?

Če pogledam splošno, in ne profesionalno kulinariko, je moj odgovor sledeč: Chef kuhinje je lahko prav vsak posameznik. Zakaj? Zagotovo je vsak, ki nekaj časa preživi v kuhinji znan po vsaj enem receptu, po eni jedi, ki jo pripravi najbolje. V svoji kuhinji se počutimo domače in lahko v njej ustvarjamo, najbolje kar se da.

Če pa se ozrem na profesionalno kuhinjo, je chef (torej vodja kuhinje) tisti, ki ima dovolj znanja ter izkušenj in je pripravljen to deliti z ostalimi v kuhinji. Je kreativen, sposoben, odločen in organiziran. Se je pripravljen učiti, osvajati novo znanje in prisluhniti ostalim.

2. Ste že obiskali Kras in pri nas jedli kakšno kraško jed, ki je na vas pustila dober »vtis«?

Na Krasu se še nisem nikoli ustavil. Sem pa se kar nekaj krat peljal mimo. Zagotovo ne morem mimo pršuta in kozarca res dobrega terana.

3. Ali ste v okviru tekmovanja v Masterchefu morda pripravili kakšno značilno kraško jed?

V času tekmovanja nisem pripravil nobene tipične kraške jedi. Sem pa v polfinalu, pri glavni jedi, pripravil teranovo omako z jagodičevjem. Res je odlična.

4. Katero izmed značilnih kraških jedi znate oz. bi znali pripraviti?

Pripravljaj sem kraške štruklje in kakšno različico jote in mineštre.

5. Katera jed, ki jo pripravljate, vsebuje kraški pršut?

Pršut je zagotovo zelo hvaležna sestavina. Zato je uporabna v različnih jedeh. Najprej mi na misel pade pica. Med drugim pa ga uporabljam tudi pri pripravi različnih kanapejev in prigrizkov, pri nadevih za meso (npr. obloženi piščančji zrezki, puranja rolada) in polnjenih testeninah.

6. Ali kdaj svoje jedi začinite s kraškim šetrajem?

Ne, saj ga doma nimamo. Seveda pa uporabljam domači, vrtni šetraj. Uporabljam svežega in sušenega.

7. Kakšno frtaljo (če jo) najraje pripravite in jo potem tudi z užitkom pojedete?

Seveda, da jo pripravljam. Sicer pri nas na dolenskem to izgleda malo drugače. Ampak v bistvu gre za zelo podobno jed. Poleg jajc, od sestavin najraje uporabim dimljenega lososa, špinačo, skyr (proteinski jogurt) in češnjev paradižnik.

8. Vam je bolj všeč kuhinja in okusi naših babic ali prisegate na nove okuse sodobne kuhinje?

Obožujem kuhinjo naših babic – tisto pravo, domačo kuhinjo. Seveda sam prisegam na sodobno kulinariko, saj sem v tem najboljši. A da bi bolje skuhal kakšno jed kot jo naše babice, to pa ne. Preprosto imajo neverjeten občutek za takšne jedi, pa po navadi kuhajo še vse brez receptov. Ker sem včasih dalj časa odsoten in me ni doma, se ob vrnitvi najbolj razveselim kakšne domače, kmečke jedi.

9. Šparglji - raje uporabljate v kuhinji divje, nabrane v naravi ali ste bolj za gojene?

Tudi špraglje obožujem. A ker so v naših krajih divji zelo nedostopni, uporabljam gojene. Sem pa nad divjimi bolj navdušen. So res posebni.

10. Ali se v kuhinji poslužujete tudi uporabe kakijev? Le za sladice?

Tudi kaki sem že uporabil v svojih jedeh, a ne ravno pogosto. Zaenkrat pa le v sladicah.

11. Ali v jedi vključujete tudi sivko?

Sivko sem v svoji kuhinji uporabil le enkrat. Je pa bil rezultat odličen. Pripravil sem polentino torto z limono, belo čokolado in sivko.

12. Ali kakšna vaša jed (objavljena v vaši knjigi) vsebuje teranovo omako?
Če se navežem kar na eno izmed zgornjih vprašanj ... Teran sem kot glavno sestavino uporabil za pripravo omake v polfinalni oddaji MasterChef Slovenija. Recept za pripravo te omake pa najdete tudi v kuharski knjigi Chef svoje kuh'ne.

13. Ali bi bili pripravljeni deliti z nami katerega izmed (preprostih) kuharskih receptov? Če se s tem strinjate, se vam iskreno zahvaljujemo.

Prilagam 2 okusna recepta ☺

Piščančja pita

Št. oseb: 8

Čas kuhanja: 15 minut + 60 minut pečenja

Sestavine:

- jajca
- 150 ml mleka
- 100 ml smetane za kuhanje
- 30 ml stopljenega masla
- 80 moko
- 200 g piščančjih stegen, brez kosti in kože
- 1 žlička gorčice
- 1 čebula
- 125 g cheddar sira
- sol, poper
- maslo in drobtine

Postopek:

Čebulo olupimo in drobno sesekljamo. Sir naribamo, piščančje meso narežemo na trakove, ga solimo, popramo in primešamo gorčico .

V skledo ubijemo jajca. Prilijemo mleko, smetano in stopljeno maslo ter začinimo s soljo in poprom. Sestavine z metlico dobro premešamo. Dodamo moko in vse skupaj še enkrat dobro premešamo, da dobimo gosto tekočo zmes brez grudic, v katero vmešamo sir, piščanca in čebulo.

Pečico segrejemo na 160 °C. Okrogel pekač namastimo z maslom in posipamo z drobtinami. V pekač vlijemo pripravljeno zmes, nato pa ga za približno 1 uro potisnemo v ogreto pečico.

Finske palačinke

Št. oseb: 5

Čas kuhanja: 35 minut

Sestavine:

- 420 g moke
- jajca
- žlice sladkorja
- dl mleka
- 1dl radenske
- 1 žlica vaniljeve paste
- 100 g masla
- 30 g vaniljevega sladkorja

Kot nadev lahko uporabimo: poljubno sveže ali zamrznjeno sadje, nutello, kinder bueno, raffaello, marmelado, med, naribano lupino agrumov.

Postopek:

Jajca, oba sladkorja in vaniljevo pasto kremasto stepemo. Dodamo mleko in radensko ter premešamo. Primešamo moko in na koncu raztopljeno maslo. Ponovno premešamo. Vso maso prelijemo v namaščen pekač, dimenzij 20x30 cm. Pečemo v pečici, ogreti na 180 °C, približno 25 minut.

Pred pečenjem lahko v maso dodamo poljubne nadeve, ki so naštetih zgoraj. Nadev enakomerno porazdelimo.

Ko so palačinke pečene, jih razrežemo na večje kocke in postrežemo. Poleg se prilega tudi kepica sladoleda in polivka iz gozdnih sadežev.

Sodelovanje z Michelinovim nagrajencem g. Urošem Štefelinom iz Vile Podvin



OŠ KOMEN
KOMEN 61 A
6223 KOMEN



Komen, 29. 12. 2020

Spoštovani.

Na Vas se obračamo z željo po sodelovanju s šolo.

Skupina otrok, ki letos obiskuje interesno dejavnost Turizmu pomaga lastna glava, mora oblikovati raziskovalno nalogo z naslovom **Moj kraj, moj chef**. Nalogo razpisuje Turistična zveza Slovenije.

Naprošamo Vas, da si za nas vzamete nekaj minut časa in nam pomagate pri definiciji, kdo je sploh chef kuhinje oz. posredujete nekaj informacij o vaši kulinarčni ponudbi (priloga), ki vsebuje morda kraške sestavine oz. vaš vidik na kraško kuhinjo.

Poleg oblikovanja kraškega krožnika, ki bi predstavljal značilne rastline naše pokrajine, bi radi oblikovali tudi preprosto zbirko kraških, domačih jedi, tradicionalnih, od naših non. Radi bi oblikovali spletno knjigo.

Že vnaprej se Vam zahvaljujemo za sodelovanje v upanju, da nam ne boste odrekli pomoči v obliki informacij.

Uspeh naše raziskovalne naloge bo hkrati posredna reklama tudi za Vas in Vašo gostinsko ponudbo, saj boste v nalogi omenjeni kot naš zunanji sodelavec.

Hvala za razumevanje in lep pozdrav.

Ostanite zdravi.

Učenci in mentorici Metka Paljk in Dunja Peric

Priloga: Naprošamo Vas, da odgovorite na naslednja vprašanja.

1. Kdo je za Vas chef?

Zame je to kuhar, ki ustvarja svoje avtorske jedi, ki pusti na vsakem krožniku svoj pečat.

2. Katera jed, sestavina jedi, je po Vašem mnenju tista, ki najbolje predstavi Kras, kraško pokrajino, če izvzamemo pršut?

Ko pomislim na Kras, pomislim na šetraj in divje šparglje.

3. Ali v svojih jedeh skušate uporabiti kraške sestavine (pršut, šetraj, šparglje ...)? Katera sestavina, značilna za našo pokrajino, je tista, ki jo najpogosteje uporabljate pri pripravi vaših specialitet?

Moja kuhinja je kuhinja Slovenije. Šetraj najdete v mnogo mojih jedeh. Ko je sezona divjih špargljev, so na mojem krožniku.

4. Vam je bolj všeč kuhinja in okusi naših babic ali prisegate na nove okuse sodobne kuhinje?

Ljubim tradicionalne okuse, s pridom pa uporabljam sodobne tehnike priprave jedi.

5. Katero jed Vi najraje pripravljate? Zakaj?

Zelo rad pripravljam enolončnice, ki jih postrežem drugače. To so okusi mojega otroštva in ob njih postanem nostalgichen.

6. Glede na to, da so vse sestavine vsem tako rekoč dostopne, ali menite, da obstajajo ostre meje med gastronomskimi regijami?

Slovenijo in regije gledam kot celoto. Zame meja ni, tudi razdalje so zelo kratke.

7. Šparglji - raje uporabljate v kuhinji divje, nabrane v naravi ali ste bolj za gojene?

Seveda divje.

8. Če bi vi pripravljali košaro za piknik v naravi, kaj bi vanjo dali?

V naravo grem s prazno košaro, v kateri je knjiga o divjih zeliščih, raziskujem rastline in jih nato doma preizkušam.

9. Ali bi bili pripravljeni deliti z nami katerega izmed (preprostih) kuharskih receptov? Če se s tem strinjate, se vam iskreno zahvaljujemo.

Seveda, prilagam štrudelj po naše.



Jabolčni zavitek po naše (za 4 osebe)

Orehov biskvit

Sestavine:

- 2 jajci
- 2 žlici sladkorja
- 2 žlici moke
- 1 žlica mletih orehov

Postopek:

Ločimo rumenjake in beljake. Polovico sladkorja zmešamo z rumenjaki, dodamo moko in mlete orehe, da dobimo gladko maso. Preostali sladkor z beljaki stepemo v trd sneg. Sneg narahlo vmešamo v maso z rumenjaki. Pečemo 15 min pri 190°C.

Cimetova krema

Sestavine:

2 dcl mleka	10 g moke	1 jajce	70 g stepene smetane
35 g sladkorja	1 strok vanilje		1,5 g mletega cimeta
10 g koruznega škroba	1 listič želatine		15 g masla

Postopek:

Namočimo želatino. Zavremo mleko in strok vanilje, precedimo. Vmešamo jajca, sladkor, koruzni škrob in moko in v to maso dodamo zavreto mleko z vaniljo ter mešamo 4 minute pod vreliščem, da se zgosti. V pripravljeno maso dodamo cimet, maslo in namočeno ter ožeto želatino. Maso ohladimo in previdno dodamo stepeno smetano, da ostane rahla.

Karamelizirana jabolka

Sestavine:

- 2 jabolki
- 35 g sladkorja

Postopek:

Jabolka olupimo in narežemo na manjše koščke. Sladkor karameliziramo, dodamo jabolka.

Karamelna omaka:

Sestavine:

100 g sladkorja

150 g smetane

Naredimo karamelo, zalijemo s smetano.

Serviramo tako, da kozarec ali posodo obložimo z orehovim biskvitom, napolnimo s karameliziranimi jabolki in cimetovo kremo. Postavimo na hladno, da se krema strdi. Serviramo posuto s sladkorjem v prahu. Prelijemo s karamelno omako.



Dober tek!

Uroš Štefelin z ekipo

Sodelovanje z Michelinovim nagrajencem g. Gregorjem Vračkom iz Hiše Denk



OŠ KOMEN
KOMEN 61 A
6223 KOMEN



Komen, 29. 12. 2020

Spoštovani.

Na Vas se obračamo z željo po sodelovanju s šolo.

Skupina otrok, ki letos obiskuje interesno dejavnost Turizmu pomaga lastna glava mora oblikovati raziskovalno nalogo z naslovom **Moj kraj, moj chef**. Nalogo razpisuje Turistična zveza Slovenije.

Naprošamo Vas, da si za nas vzamete nekaj minut časa in nam pomagate pri definiciji, kdo je sploh chef kuhinje oz. posredujete nekaj informacij o vaši kulinarčni ponudbi (priloga), ki vsebuje morda kraške sestavine oz. vaš vidik na kraško kuhinjo.

Poleg oblikovanja kraškega krožnika, ki bi predstavljal značilne rastline naše pokrajine, bi radi oblikovali tudi preprosto zbirko kraških, domačih jedi, tradicionalnih, od naših non. Radi bi oblikovali spletno knjigo.

Že vnaprej se Vam zahvaljujemo za sodelovanje v upanju, da nam ne boste odrekli pomoči v obliki informacij.

Uspeh naše raziskovalne naloge bo hkrati posredna reklama tudi za Vas in Vašo gostinsko ponudbo, saj boste v nalogi omenjeni kot naš zunanji sodelavec.

Hvala za razumevanje in lep pozdrav.

Ostanite zdravi.

Učenci in mentorici Metka Paljk in Dunja Peric

Najprej se Vam moram zahvaliti za povabilo k sodelovanju pri vašem super projektu ter se Vam hkrati opravičiti, da sem potreboval " celo večnost ", da sem Vam odgovoril.

1. Kdo je za Vas chef?

Če se greva doslednost -by the book-, kuhar je nekdo, ki pripravlja obroke v različnih prehranjevalnih oblikah: šola, vrtec, zapor, bolnišnica; kjer pogosto prehrana ni prioriteta namena, kot v restavracijah in hotelih. Te sodelavce v kuhinjah pa imenujejo chef, termin izvira iz starih francoskih brigad in so po gastronomskem ključu nekaka tradicija/ hierarhija, kot npr. chef de cuisine, sous chef, itd. Ampak, na koncu vsi kuhamo samo z vodo. :-)

2. Katera jed, sestavina jedi, je po Vašem mnenju tista, ki najbolje predstavi Kras, kraško pokrajino, če izvzamemo pršut?

Hja, 99,99% ljudi bi reklo, z menoj vred, pršut oz. mesnine, ampak kot terroir Krasa lahko edino izpostavim teran, seveda zraven pršuta. :-)

3. Ali v svojih jedeh skušate uporabiti kraške sestavine (pršut, šetraj, šparglje ...)? Katera sestavina, značilna za našo pokrajino, je tista, ki jo najpogosteje uporabljate pri pripravi vaših specialitet?

Različno. Uporabljamo seveda mesnine, teran, divje šparglje, drugače so pa sestavine vsesplošne, kot vrzote - slovensko ga pač imenujemo ohrovt.

4. Vam je bolj všeč kuhinja in okusi naših babic ali prisegate na nove okuse sodobne kuhinje?

Oboje, tradicija naših prednikov nam je postavila temelj, na katerem je sedaj naša dolžnost, da ga ohranjamo in hkrati gradimo s spoštljivostjo današnjih možnosti v novo obliko tradicije za naše naslednike. Ali na kratko - če ne greš s časom, greš za časom.

5. Katero jed Vi najraje pripravljate? Zakaj?

Hja, nimam nekkih ovir, po domače: vse kaj je na tleh in v zraku, seveda v naši tradiciji prehranjevanja. :-)

6. Glede na to, da so vse sestavine vsem tako rekoč dostopne, ali menite, da obstajajo ostre meje med gastronomskimi regijami?

Ne, glede na to, da smo tako majhna, skromna deželica, je ravno ta diverziteteta po okrajih tista, katera nam daje ta simpatičen DNK.

7. Šparglji - raje uporabljate v kuhinji divje, nabrane v naravi ali ste bolj za gojene?

Tudi tukaj je čisto odvisno, za kakšno jed gre. Divji kraški špargelj daje po eni strani svežino in hkrati grenkobo zaradi klorofila in zemeljskih mineralov, na drugi strani pa gojeni beli šparglji prinesejo v jed tisto nežno sladkobo, katera povzdigne jed v druge sfere. Njam.

8. Ali v jedi vključujete tudi sivko?

Ja seveda, sivka v času njenega razcveta kar krepko buri kreativno v naših jedeh. Sladoled, ganache, omaka k jagnjetini ...

9. Če bi vi pripravljali košaro za piknik v naravi, kaj bi vanjo dali?

Košara za piknik: najprej odejo, drugače pa bi se pa držal, prej kot vsebine piknik košar, kodeksa le njih ...

10. Ali bi bili pripravljeni deliti z nami katerega izmed (preprostih) kuharskih receptov? Če se s tem strinjate, se vam iskreno zahvaljujemo.

Recept, kateri bi spojil Kras s Štajersko, bi bili kraški njoki iz bučne moke, kremo tolminca ter marmelado iz pancete pršutarne Ščuka. In to lahko naredite v šolski kuhinji - 30 minut.

Krema tolminca:

- 300 g mleka
- 100 g smetane
- 2 g soli
- 1 g muškati oreh
- 150 g tolminca

Vse sestavine zmešamo v ponvi in segrevamo na majhni temperaturi 10 do 15 minut. Precedimo skozi fino sito ter nalijemo v espuma posodo. Dodamo 1 do 2 bombici ter pustimo počivati 2 uri.

Marmelada iz pancete:

- 400 g kraške slanine,
- 2 čebuli, sesekljeni,
- 2 stroka česna, sesekljana,
- 70 g rjavega sladkorja,
- 70 g javorjevega sirupa,
- 80 g jabolčnega soka,
- 40 g balsamičnega kisa,
- 80 g bourbonski viski,
- 80 g temnega piva,
- 1/2 čajne žličke rdeče paprike.

Slanino prepražimo, dodamo ostale sestavine ter pokuhamo do gostote marmelade. Okusimo po potrebi in pospravimo marmelado v kozarčke.

Njoki:

- 500 g krompirja,
- 200 g bučne moke,
- 100 g moke,
- 80 g rumenjakov,
- sol, poper, rjavo maslo.

Krompir skuhamo, pretlačimo, pomešamo z ostalimi sestavinami ter naredimo testo. Oblikujemo krapce ter jih skuhamo v slani vodi.

Krapce po potrebi popečemo ali pa damo sveže iz vode na krožnik, dodamo kremo tolminca in posipamo z marmelado iz pancete. Dodamo lahko tudi divje beluši ali pa ohrovt, itd.

Dober tek.

Najlepše se Vam še enkrat zahvaljujem za izkazano zaupanje. Upam, da sem Vam bil v pomoč in da bodo učenci spoznali, v kakšni bogati dediščini imajo pravico živeti.

Hvala še enkrat.

Vse lepo in v upanju, da se tudi enkrat srečamo v živo, Vas lepo pozdravljam.

Grega

Priloga 6: Sodelovanje z ostalimi ponudniki v občini Komen

Sodelovanje s čebelarstvom Furlani, Volčji Grad

OŠ KOMEN
KOMEN 61 A
6223 KOMEN



Komen, 16. 12. 2020

Spoštovani.

Na Vas se obračamo z željo po sodelovanju s šolo.

Skupina otrok, ki letos obiskuje interesno dejavnost Turizmu pomaga lastna glava, mora oblikovati raziskovalno nalogo z naslovom **Moj kraj, moj chef**. Nalogo razpisuje Turistična zveza Slovenije.

Naprošamo Vas, da si za nas vzamete nekaj minut časa in nam pomagate pri odkrivanju kraških značilnih rastlin, jedi in proizvodov.

Menimo, da ima kraški med v Sloveniji posebno mesto na zemljevidu, zato smo se obrnili na vas, kot znanega in priznanega čebelarja v našo občino.

Že vnaprej se Vam zahvaljujemo za sodelovanje v upanju, da nam ne boste odrekli pomoči v obliki informacij.

Uspeh naše raziskovalne naloge bo hkrati posredna reklama tudi za Vašo ponudbo, saj boste v nalogi omenjeni.

Hvala za razumevanje in lep pozdrav.

Ostanite zdravi.

Učenci in mentorici Metka Paljk in Dunja Peric

Priloga: Naprošamo Vas, da odgovorite na naslednja vprašanja.

1. Kdaj ste se začeli ukvarjati s čebelarstvom?

S čebelarjenjem smo se začeli ukvarjati v letu 2013.

2. So se s čebelarstvom ukvarjali že vaši predhodniki - starši, stari starši?

Samo, ki je glavni nosilec našega čebelarstva, se je s to dejavnostjo srečal že v otroštvu. Čebelar je bil namreč njegov ded. Po dedovi smrti je bil Samo še premlad, da bi z čebelarjenjem nadaljeval sam, poleg tega je bila njegova mama alergična na čebelje pike. Zato so takrat to dejavnost opustili. Pri Samu pa je želja po čebelarjenju vedno ostala, še več – rastla. V letu 2013 je zbral pogum in seveda sredstva ter se le-tega lotil sam.

3. Koliko čebeljih panjev imate? Je to veliko?

Trenutno čebelarimo z 250-imi čebeljimi družinami, kar predstavlja dokaj velik zalogaj, še zlasti, ker to ni edina dejavnost, s katero se ukvarjamo.



4. Kateri so vaši najpomembnejši proizvodi?

Najpomembnejši proizvod je vsekakor med, poleg tega pa poberejo še nekaj cvetnega prahu, voska in propolisa. V okviru dopolnilne dejavnosti na kmetiji pečemo še medenjake, izdelujemo svečke in medeno milo.



5. Katera vrsta medu je po vašem mnenju najbolj »kraška«, predstavlja naš Kras?

Najbolj kraški in tudi izključno kraški je rešeljikin med.

6. Katera vrsta medu vam je najbolj pri srcu?

Težko rečemo, da nam je katera vrsta medu najbolj pri srcu, kajti vsak kanček medu je sad trdega dela naših čebelic in mi smo ponosni na vsako vrsto, ki jo lahko iztočimo. Lahko pa rečemo, da smo najbolj ponosni na rešeljikin med, saj tega lahko čebelice naberejo na zelo majhnem področju, samo na Krasu. Ta med je tudi zaščiten z geografskim poreklom – Kraški med.



7. Kateri med je primeren za uporabo v kulinariki?

Po naših izkušnjah za kulinariko ljudje najbolj uporabljajo kostanjev med, ki ima značilen grenak okus, in akacijev med, za katerega je značilen prijetno sladek okus, brez izrazito močnega vonja.

8. Menite, da je med primeren le za pripravo sladkih jedi ali tudi npr. mesa?

Po našem mnenju je med splošno uporaben v kulinariki. Odlično se ga da uporabiti v kombinaciji s siri in seveda tudi z mesom. Pri pripravi sladic pa je tudi odličen nadomestek kristalnega sladkorja.



9. Ali pripravljate tudi peciva iz medu za prodajo?

Za prodajo pečemo medenjake.

10. Če bi morali svojo ponudbo ponuditi v »cajni« in za na pot, kaj bi pripravili?

V cajno bi sigurno položili termovko z čajem, ki bi bil sladkan z medom, odlična bi bila žemljica, spečena iz črne moke, nadevana z medom in maslom, za vsak slučaj pa so tu še dišeči medenjaki.

Za Vaše sodelovanje se Vam iskreno zahvaljujemo.

Če ste pripravljeni z nami deliti katerega izmed Vaših receptov za sladke dobrote, ki jih pripravljate, ga bomo z veseljem vključili v našo zbirko receptov ter Vas navedli kot avtorja in sodelavca pri oblikovanju zbirke.

Medene palačinke

Sestavine za testo:

- 100 g moke
- 2 jajci
- ščepec soli
- žlička medu
- 300 ml mleka
- žlička olja
- nadev:
- med (najbolje hojin)
- limonin sok

Priprava:

V posodi najprej stepemo jajca, dodamo sol, žličko medu, žličko olja in moko. Zmesi postopoma dodajamo mleko, da dobimo gladko in tekočo maso.

Pripravljeno maso pred pečenjem pustimo počivati 20 minut. Ko pričnemo s peko, mora biti ponev, ki jo na začetku naoljimo, zelo vroča.

Pečene palačinke namažemo z medom, zavijemo in po vrhu nakapamo limonin sok.

Pa dober tek!

Sodelovanje z mesnico in delikateso Tošč

Za informacije o ponudbi in proizvodnji znamenitih kraških suhih mesnin smo za sodelovanje prosili lastnika mesnice v Štanjelu. Njihovo meso in suhe mesnine so znane po občini in širši okolici ter zamejstvu.

1. Katera jed, mesnina, je po Vašem mnenju tista, ki najbolje predstavi Kras, kraško pokrajino, če izvzamemo pršut?

Če izvzamemo pršut, mislim, da najbolje predstavita Kras kraška panceta in krodegini oz. kožarice – to so klobase, ki so narejene iz svinjskih kož in svinjskega mesa.

2. Vaša mesnica se ukvarja tudi s sušenjem mesnin. Katerih?

Sušimo pršut, panceto, zašink, prato s špehom, klobase, zavito panceto ter salame.



3. Ali sušite poleg pancet, salam, klobas tudi pršute?

Seveda, pršut je glavna mesnina, ki jo sušimo. Pršut je začel sušiti že moj pranon, ki je bil eden od začetnikov sušenja pršutov za nadaljnjo prodajo na Krasu.

4. Koliko časa je potrebno sušenje različnih mesnin?

Čas sušenja je odvisen predvsem od velikosti mesnine. Pršut sušimo oz. zorimo 2 leti, panceto 5 do 6 mesecev, klobase 5 do 6 tednov.



5. Kakšne prostore (zračnost, vlaga) zahteva sušenje mesnin?

Vse mesnine sušimo kot nekoč – v zračni kleti. Vsaka mesnina zahteva svoj režim sušenja, zato jih imamo v ločenih prostorih. Paziti je treba, da se mesnine ne sušijo prehitro. Sušiti se morajo počasi in čimbolj enakomerno, od zunanosti v notranjost izdelka. Zato mora biti vlažnost v prostoru v začetku procesa višja, nato pa jo počasi zmanjšujemo.

6. Kako meso pripravite (začinite) za sušenje?



Meso, ki je namenjeno za sušenje, najprej skrbno obrežemo in oblikujemo, nato ga nasolimo z grobo morskó soljo. Takšne kose mesa pustimo v soljenju nekaj dni, odvisno od velikosti oziroma teže mesa. Ko je mesnina dovolj slana, jo operemo pod vodo, osušimo in popoprano. Izdelke kot so zašink, prata s špehom, zavita panceta, pa je potrebno še zaviti v folijo, ki propušča vlago ter jo 'obleči' v elastično mrežico, ki mesnino stiska skupaj med sušenjem.

7. Po katerih suhih mesninah je največje povpraševanje?

Največje povpraševanje je po pršutu, pancetah in suhih klobasah.

8. Ali se pri sušenju mesnin držite tradicionalnih postopkov ali se poslužujete modernejših?

Vsi postopki so tradicionalni - isti kot pred 100 leti.

9. Imate kakšno svojo posebnost (specialiteto »hiše«) v vaši ponudbi?

Poleg suhih izdelkov kot specialiteto lahko ponudimo domače ocvirke, klobase, krodegine, zorjeno goveje meso ...

10. Ali obstaja skrivni recept za vaše kakovostne izdelke?

Potrebno se je zavedati, da se narave ne da prehitovati, zato je potrebna potrpežljivost, vsakodnevno kontroliranje in čakanje, da izdelek dozori po naravni poti.



11. Kaj menite, da je najboljša kombinacija postrežbe s kraškimi mesninami?

Domače mesnine so najboljše z domačim kruhom ter kakšnim dobrim, zorjenim sirom, kraških sirarjev. Ne sme manjkati tudi kozarček terana oziroma teranovega soka za otroke.

12. Če bi morali svojo ponudbo ponuditi v »cajni« in za na pot, kaj bi pripravili?

V cajni ne bi smel manjkati kraški narezek iz pršuta, pancete, prate s špehom, zašinka, suhih klobas in pest ocvirkov, da bi bila pot krajša in lažja ;-).

Sodelovanje s sadjarstvom Turk iz Komna

Na sončno, jesensko soboto, smo se odpeljali na bližnjo kmetijo v Komen. Obiskali smo jih ravno v času obiranja jabolk in skupaj smo se odpravili v bližnji sadovnjak. Zanimalo nas je veliko stvari. Na naša vprašanja sta nam prijazno odgovarjala Tomaž in Jože s Kmetije Turk.



- Kako ste prišli na idejo o zasaditvi jablan na Krasu?



Najprej smo se ukvarjali z vinarstvom, včasih pa smo imeli tudi govedo. Odločili smo se, da se z živinorejo ne bomo več ukvarjali ter iskali druge možnosti. Vedno bolj vseč nam je bila ideja o zasaditvi sadovnjaka z jablanami. Za sam Kras jabolka niso tako značilna, začeli smo bolj kot eksperiment. Rekli smo si, če uspevajo jabolka v Brkinih, zakaj ne bi tudi pri nas. In prav smo imeli.

- Od kdaj se že ukvarjate s sadjarstvom?

Sadovnjak smo zasadili leta 1994, da pa jablana polno obrodi, potrebuje približno pet let. Z leti pa se njena rodnost zopet zmanjša.

- Kakšne sorte jabolk imate v vašem sadovnjaku?

Sadovnjak je velik okrog 0,5 ha, na njem pa raste 7 vrst jabolk. Imamo sorte idared, mutsu, zlati delišes, čadel, breaburn, gala ter elstar. Nekatere sorte so bolj kislega okusa, nekatere sladke, za vsak okus pa se najde primerno jabolko. Vsa jabolka pa so primerna za ozimnico.



- Zanima nas, ali vsa jabolka prodate ali iz njih tudi kaj pridelujete ?



Večina jabolk gre za prodajo. Odkupujejo jih okoliške šole in vrtci, mimoidoči na »placu v Komnu«, največ kupcev pa pride kar k nam domov.

Kar ni za prodajo ali pa je višek, predelamo v sok, kis, sušimo v jabolčne krhle, pridelujemo pa tudi jabolčno vino.



- Ali uporabljate jabolka v kulinarične namene?

Jabolka uporabljamo za različna peciva, kot so različne pite, štrudelj, čežana, pozimi nas pogreje kompot, pečena jabolka z orehi. Za domačo uporabo pa skuhamo tudi jabolčno marmelado.



- Kaj poleg jabolk ponuja še vaša kmetija?

Ponuja črno (teran) in belo vino, od zelenjave pa krompir, fižol, čebulo, česen, buče. Kot dopolnilno dejavnost pa ponujamo različne zeliščne čaje, tinkture ter različna žganja, brinjevec in brinjevo olje.



Učenci in učenke ter njihove mentorice, ki sodelujemo v projektu: »Turizmu pomaga lastna glava«, se vam iskreno zahvaljujemo za vaše sodelovanje ter vam želimo vse dobro še vnaprej.

Sodelovanje s Tadejo Rodman, šiviljo iz Komna, izdelovalko in oblikovalko Pup iz Krasa



OŠ KOMEN
KOMEN 61 A
6223 KOMEN
Spoštovani.



Komen, 29. 12. 2020

Na Vas se obračamo z željo po sodelovanju s šolo.

Skupina otrok, ki letos obiskuje interesno dejavnost Turizmu pomaga lastna glava, mora oblikovati raziskovalno nalogo z naslovom **Moj kraj, moj chef**. Nalogo razpisuje Turistična zveza Slovenije. Epidemija nas je prikrajšala za konkretno sodelovanje, zato se na vas obračamo v elektronski obliki.

Naprošamo Vas, da si za nas vzamete nekaj minut časa in nam na daljavo pomagate pri oblikovanju naše naloge.

Radi bi oblikovali turistično ponudbo komenske občine, ki bi bila teoretično izvedljiva.

Ponudba naj bi obsegala ogled znamenitosti v občini Komen ter udeležbo na različnih prireditvah ter hrano in proizvodi iz cajne (košare).

Če se sprašujete, kje pridete vi na vrsto za sodelovanje, je odgovor sledeč:

odgovorite nam na spodnja vprašanja v prilogi in zelo vam bomo hvaležni za vaše namige, informacije. Veseli bomo tudi fotografij vašega proizvoda.

Zadovoljni bomo tudi za vse vaše pobude in ideje.

Že vnaprej se Vam zahvaljujemo za sodelovanje v upanju, da nam ne boste odrekli pomoči v taki obliki podajanja informacij.

Uspeh naše raziskovalne naloge bo hkrati posredna reklama tudi za Vas in Vašo vaško skupnost, saj boste v nalogi omenjeni kot naš zunanji sodelavec.

Hvala za razumevanje in lep pozdrav.

Ostanite zdravi.

Učenci in mentorici Metka Paljk in Dunja Peric

Priloga: Naprošamo Vas, da odgovorite na naslednja vprašanja.

1. Od kod ideja za izdelavo punčk iz sivke? Kdaj ste z oblikovanjem pričeli?

Ideja za punčko iz sivke je čisto moja. Približno 18 let nazaj so nastale prve punčke. Imela sem material pri roki in iz karo blaga sem izdelala trup, iz otroških žabic glavo in že je bilo tu darilo v obliki punčke za sorodnike, a tiste prve so bile brez lavande (sivke).

Konec leta 2006 pa sem se z oblikovanjem začela ukvarjati aktivno. Za novo leto sem jih izdelala iz sivke za svojo prijateljico in s časom je iz hobija nastal posel »Pupe s Krasa«.

2. Je izdelava zahtevna? Koliko časa vzame izdelava ene punčke?

Zame ni več zahtevna. Za oblikovanje moraš biti spreten in vaja dela mojstra. Dodelanost in popolna oblikovanost do podrobnosti vzame čas. Punčke so tudi personalizirane, izdelane za posebne priložnosti. Barve in oblike prilagajam tudi letnim časom, dogodkom. Danes je izbira dodatkov ogromna, včasih pa so se materiali dobili le v cvetličarnah. Veliko oblikovalk posnema izdelavo mojih pup. Posnemovalke so mi navdih in še večja motivacija, dokaz, da delam dobro.





3. Imate občutek, da so Pupe s Krasa prepoznavni znak občine Komen?

Zagotovo predstavljajo mene in cel Kras, ne le Komen. Z njimi sem šla promovirat Kras tudi v tujino, v Avstrijo, v Schladming. Menim, da sem kot oblikovalka Pup s Krasa znana tudi izven Slovenije, saj so moje pupe kot darila šle velikokrat v tujino.



4. Ali vsako leto sodelujete pri občinskih prireditvah in na Sivkinem festivalu?

Vedno sodelujem na vseh domačih prireditvah, tako po Krasu in tudi na obali, po celi Primorski. O mojih Pupah s Krasa je pisalo tudi v reviji Zarja.



Priloga 7: Sodelovanje s šolsko kuhinjo

Spoštovani.

Na Vas se obračamo z željo po sodelovanju.

Skupina otrok, ki letos obiskuje interesno dejavnost Turizmu pomaga lastna glava, mora oblikovati raziskovalno nalogo z naslovom **Moj kraj, moj chef**. Nalogo razpisuje Turistična zveza Slovenije.

Naprošamo Vas, da si za nas vzamete nekaj minut časa in nam pomagate pri odkrivanju značilnih kraških rastlin, jedi in proizvodov.

Vaše delo v šolski kuhinji, priprava obrokov, je zagotovo pomemben del prehrane šolskih, predšolskih otrok in tudi starejših občanov v okolici šole. Zdrava in kvalitetna prehrana in gibanje pa sta pomembna dejavnika za ohranjanje zdravja.

Že vnaprej se Vam zahvaljujemo za sodelovanje v upanju, da nam ne boste odrekli pomoči v obliki informacij.

Uspeh naše raziskovalne naloge bo hkrati posredna reklama tudi za vaše delo in trud v šoli, saj boste v nalogi omenjeni.

Hvala za razumevanje in lep pozdrav.

Ostanite zdravi.

Učenci in mentorici Metka Paljk in Dunja Peric

Priloga: Naprošamo Vas, da odgovorite na naslednja vprašanja.

Šolska kuharica Mojca Ukmar, OŠ Komen, podružnica Štanjel

1. Kdo je za Vas chef kuhinje?

Šef kuhinje mora hoditi na delo z veseljem, svoje sodelavce mora znati motivirati, jih kaj novega naučiti in jim s svojim zgledom biti vzor.

2. Katera jed oz. sestavina jedi je po Vašem mnenju tista, ki najbolje predstavi Kras, kraško pokrajino, če izvzamemo pršut?

Jed, ki predstavlja Kras in kraško pokrajino, po mojem mnenju, je; jota iz kislega zelja ali kisle repe, žolca, šelinovka, špargljeva frtalja, jabolčni štrukelj, gluhi štruklji, orehovi štruklji, mineštra iz vrzot, šelin v kozici.

3. Ali v svojih jedeh skušate uporabiti čim več kraških sestavin (pršut, šetraj, šparglje ...)? Katera sestavina, značilna za našo pokrajino, je tista, ki jo najpogosteje uporabljate pri pripravi vaših specialitet doma? Kaj pa v šoli?

V svojih jedeh uporabim kar nekaj kraških sestavin. Zdaj je zelo priljubljen šelin, vrzote. Za našo pokrajino je najbolj značilna začimba majaron. Ta v moji šolski

kuhinji ne manjka. Doma najraje uporabljam rožmarin, lovor, žajbelj, baziliko, šatraj.

4. Ali pri pripravi svojih jedi uporabljate živila domačih, bližnjih pridelovalcev?

Pri pripravi svojih jedi doma uporabim bolj ali manj vse, kar raste na mojem vrtu. Sem ponosna, da imam možnost imeti svojo zelenjavo, ki jo gnojimo z naravnimi gnojili.

Opazujem jo, kako raste, zalivam, plevem, okopavam in vlagam veliko truda. Ko vidim, kako hvaležno raste, je vse poplačano. V kolikor ne zraste na mojem vrtu, pa obiščem tudi domače pridelovalce.

5. Katero jed najraje pripravljate? Zakaj?

Najraje pripravim joto iz kislega zelja ali kisle repe. Pripravim jo, ker je več ali manj vsem priljubljena in je jed mojega otroštva.

6. Je na jedilniku v šoli tudi pršut?

Ja. Na jedilniku v šoli je pršut za malico in sklepam, da ga ima večina otrok zelo rada.

7. Menite, da otroci radi jedo pršut, ali raje jedo šunko, salame?

Menim, da imajo raje pršut, ker vedno vse pojejo.

8. Ali je jota jed, ki jo otroci z veseljem pojedjo?

Jota je definitivno jed, ki jo večina otrok z veseljem poje.

9. Menite, da so kraške jedi iz preteklosti (frtalja, toč, mlinci, močnik ...) utonili v pozabo? Pojasnite svoje mnenje.

Ne. Ker večina otrok na podeželju ima še žive stare starše in menim, da poznajo nekaj kraških jedi. Hiter način življenja, ki ga večina živi, je lahko vzrok, da kraške jedi iz preteklosti utonejo res v pozabo.

10. Če bi vi pripravljali cajno za na gmajno npr. za pohodnike, katero jed bi dali vanjo in je značilna za Kras?

V cajno za na gmajno bi dala sveže ocvrt kruh s pršutom, klobase zavite v papir, polite z vinom in spečene v žerjavici. Seveda bi dala še nekaj sladkega, štravbe.

Priloga 8: Kraške rastline

1. Kraški šetraj/žepek



Je zdravilna in začimbna trajnica, je grmiček, katerega listi so ovalni in dosežejo v dolžino med 1 in 2 cm ter v širino do 5 mm. Na steblo, ki je okroglo in rahlo dlakavo, so listi nameščeni nasprotno. Cvetovi so beli.

Slika 1: Kraški šetraj

V preteklosti se je veliko uporabljal, danes pa ga po večini nadomešča vrtni šetraj. Za kraško različico velja, da ima močnejši vonj, zaradi česar se kot začimba bolj uporablja za pripravo jedi iz posušenih stročnic ter za pripravo različnih mesnih jedi. Priporoča se dodajanje pri začetku kuhanja, da razvije polno aromo.

2. Šparglji



Rastejo na Krasu, v Istri in v Vipavski dolini, v gosti in bodeči podrasti ob gozdnih robovih, cestah in kolovozih. Pogosto so v družbi robid in drugega trnastega rastja.

Osnovno pravilo za pripravo špargljev je: več ko boste dodajali sestavin, bolj boste prekrili njihov okus. Lahko jih le skuhate na sopari, toliko da se zmehčajo, posolite in popoprte ter pokapate z oljčnim oljem in limono, pa boste dobili odlično predjed oziroma zelenjavno prilogo.

Slika 2: Nabiranje špargljev na gmajni

3. Rešeljika



Rešeljika je grm ali drevo, ki ima bele cvetove, ki se odpro od aprila do maja odvisno od nadmorske višine na Krasu in slovenski Istri. Na Krasu jo bomo zaradi trdih razmer (pomanjkanja prsti, vode, ob tem še močnemu izpostavljanju soncu) dobili kot zbit grm za suhim zidom.

Slika 3: Cvetoča rešeljika

4. Brin

Je iglast grm ali drevo kraške gmajne. Ima sadeže, ki jim rečemo »brinove jagode«. Te v 18. mesecih dozoriijo od zelenih do škrlatno-črnih.



»Brinove jagode« so pregrenke, da bi jih jedli surove in jih navadno prodajajo posušene kot začimbo za meso, omake in nadeve.

Pred uporabo jih navadno zdrobijo, da sprostijo aromo. Iz njih pripravljajo tudi čaj, ki naj bi imel zdravilne učinke.

Slika 4: Brin z jagodami

5. Sivka

Je aromatična sredozemska rastlina, ki postaja vsako leto bolj prisotna tudi na našem



Slika 5: Sivkina polja na Ivanjem Gradu

podeželju. Vijola zacveti v mesecu juliju in avgustu. V vasi Ivanji Grad so pred leti na zasajenih poljih sivke začeli organizirati žetev in Sivkin festival.

Cvetovi sivke niso uporabni le v dekorativne namene, za pletenje venčkov, ampak so lahko tudi del dodatkov, ki jih nekateri kuharji uporabljajo pri pripravi jedi.

K prepoznavnosti sivke s Krasa in Krasa v širni Sloveniji pa je prispevala tudi ga. Tadeja Rodman, poznana in uspešna šivilja iz Komna, ki je mojstrica v izdelavi punčk iz sivke. Tadeja si je vzela čas in nam svoje delo predstavila (Priloga 7).



Slika 6: Pupe s Krasa

Njene Pupe s Krasa so znane v ožji in širši okolici. Tadeja pravi, da jih je z leti dodelala do potankosti in pravi, da jih šiva za vse priložnosti (obletnice, rojstne dneve, praznike) in so od darila za sorodnike prerastla v poslovna darila in je z njimi poznana tako doma kot tudi v tujini.

Slike so iz osebnega arhiva Matica Perica.

Priloga 9: Sodelovanje z vinarji v občini Komen

Vinarstvo Kobal iz Štanjela

Kontaktni podatki:
Vina Kobal, Štanjel 55, 6222 Štanjel
Tel. št.: +386 41 524 912
e naslov: info@vina-kobal.si

1. So se z vinogradništvom ukvarjali že vaši predniki ali ste vi prvi vinogradnik v vaši družini?

Z vinogradništvom so se ukvarjali že moji predniki, starši, stari starši. Sem pa jaz povečal površine, predvsem pa vse pridelane količine grozdja predelamo doma.

2. Je trgatev za vašo družino neke vrste praznik? Kaj takrat postrežete obiralcem grozdja, ki pridejo v b'ndimo?

Vsekakor je to delavni praznik, vesel, če je sezona minila brez vremenskih nevšečnosti.

Običajno se postreže z domačimi tradicionalnimi jedmi, domačim narezkom in ocvirki za malico, kraška jota s klobaso, meso in obvezni so kraški štruklji.

3. S katerimi vini se lahko pohvali vaša klet?

Imamo več sort, glavna sorta je teran, potem še malvazija, sivi pinot, chardonnay. Vse te sorte tudi stekleničimo. Seveda imamo tudi pet različnih penin.

4. V čem mislite, da je skrivnost vaših kvalitetnih vin? (obdelovanje in škropljenje vinogradov, predelava grozdja, skladiščenje ...)

Ja, vsako dobro vino se začne v dobri in kvalitetni pridelavi v vinogradu, pomembno je pravilno in pravočasno škropljenje, sledi pravilna predelava. Vse to pa ne gre brez ustreznega znanja, ki sem ga pridobil najprej na kmetijski šoli, kasneje na biotehniški fakulteti v Ljubljani. Zraven so še dolgoletne izkušnje, ki sem jih pridobil pri svojem delu, tako doma kot na delovnem mestu.

5. Katero vino, ki ga pridelujete, bi ponudili k določenim jedem? Napišite nekaj primerov.

Teran k mesninam, narezkom, rdečemu mesu, malvazijo k piščancu, ribam. Sivi pinot k belemu mesu. Penine kot aperitiv ali k sladicam.

6. So bila vaša vina nagrajena na katerem izmed sejmov v državi?

Večkrat nagrajen na mednarodnem ocenjevanju v Gornji Radgoni z zlato medaljo, najvišje priznanje, pa za teran- zlata medalja- in šampion kakovosti, srebrna medalja za teran v Ljubljani.

7. Ste kdaj s svojimi vini sodelovali tudi na mednarodnih tekmovanjih?



Ja, zadnja leta sodelujem na svetovnem tekmovanju penin Glass of bubbly v Londonu, kjer sem prejel za penine že dve zlata medalji za teranovo penino, letos zlato medaljo za belo penino Lucija, in še dve srebrni medalji za teranovo penino in penino Rose.

8. Ali poleg vina delate tudi teranov sok, liker?

Ne, likerja in soka ne delamo.

9. Ali organizirate v vaši kleti degustacije vin?

Ja, v naši kleti kar pogosto organiziramo degustacije naših vin in penin, poleg ponudimo tudi domače mesnine. Lahko sprejmemo do 50 ljudi.

Vinarstvo Švagelj iz Štanjela

Kontaktne podatki:
Vinarstvo Švagelj, Ivo Švagelj Štanjel 152, 6222 Štanjel
e naslov: ivo.svagelj@gmail.com

1. So se z vinogradništvom ukvarjali že vaši predniki ali ste vi prvi vinogradnik v vaši družini?

Z vinogradništvom se je ukvarjal že moj oče.

2. Je trgatav za vašo družino neke vrste praznik? Kaj takrat postrežete obiralcem grozdja, ki pridejo v b'ndimo??

Za nas je res neke vrste praznik, saj imamo po 30 ljudi in grozdje potržemo v enem dnevu. Naše trgače zjutraj pričaka kava, aperitiv in slaščice. Sledi malica v vinogradu z narezkom pršuta, zašinka, pancete, sira, paniranega mesa, francoske solate, domače potice, potratne potice. Ob koncu trgatve pa sledi topla hrana, nekaj na žlico. Klobase, prata, zelje in krompir. Včasih s spremljavo harmonike.

3. S katerimi vini se lahko pohvali vaša klet?

Naša klet se lahko pohvali z zelo dobrim teranom, vitovsko grganjo in chardonnayem.

4. V čem mislite, da je skrivnost vaših kvalitetnih vin? (obdelovanje in škropljenje vinogradov, predelava grozdja, skladiščenje ...)

Za kvalitetno vino je najprej potrebno skrbno delo v vinogradu, nato sledi natančna predelava grozdja ter skrb za dobro kletarjenje.

5. Katero vino, ki ga pridelujete, bi ponudili k določenim jedem? Napišite nekaj primerov.

Teran je visoko kakovostno suho vino, ki ga lahko postrežemo k pršutu, mesu na žaru, divjačini, pikantnim sirom.

Vitovska grganja je avtohtona stara bela vinska sorta, ki jo postrežemo k ribam, belemu mesu, testeninam, svežemu siru.

Chardonnay kot vino nežnega in svežega okusa lahko postrežemo k lažjim jedem.

6. So bila vaša vina nagrajena na katerem izmed sejmov v državi?

Teran je bil večkrat nagrajen na Ptuju in v Gornji Radgoni.

7. Ste kdaj s svojimi vini sodelovali tudi na mednarodnih tekmovanjih?

Večkrat smo sodelovali v Gornji Radgoni.

8. Ali poleg vina delate tudi teranov sok, liker?

Poleg vina delamo tudi teranov liker.

9. Ali organizirate v vaši kleti degustacije vin?

Včasih manjše skupine po dogovoru.

Vinarstvo Kralj iz Kobdilja

Kontaktni podatki:
Vinarstvo Kralj, Zdravko Kralj, Kobdilj 22, 6222 Štanjel
e naslov: 15434511@users.siol.net

1. So se z vinogradništvom ukvarjali že vaši predniki ali ste vi prvi vinogradnik v vaši družini?

Z vinogradništvom so se na naši kmetiji ukvarjali že predniki, celo z večjimi površinami vinogradov kot se ukvarjamo sedaj.

2. Je trgatev za vašo družino neke vrste praznik? Kaj takrat postrežete obiralcem grozdja, ki pridejo v b'ndimo??

Trgatev ni praznik, ampak zelo resno delo. Praznik se začne šele, ko je delo zaključeno. Ob trgatvi navadno postrežemo z zajtrkom, nato sledi malica (pršut, sir, zelenjava, sladica). Po končanem delu v vinogradu pa seveda tudi nekaj toplega (običajno divjačinski golaž ali jota s klobaso, priloge in sladica). Za vse trgače pa pripravimo tudi martinovanje.

3. S katerimi vini se lahko pohvali vaša klet?

Imamo več vrst vin in sicer: chardonnay, teran in peneča vina.

4. V čem mislite, da je skrivnost vaših kvalitetnih vin? (obdelovanje in škropljenje vinogradov, predelava grozdja, skladiščenje ...)

Prednost je predvsem v načinu obdelave vinogradov, posvečanje kvaliteti grozdja, predvsem pravilno delo ob trgatvi in delu z grozdem vse do končne pridelave vina.

5. Katero vino, ki ga pridelujete, bi ponudili k določenim jedem? Napišite nekaj primerov.

Različna vina grede k različni hrani.

6. So bila vaša vina nagrajena na katerem izmed sejmov v državi?

Da. Na ocenjevanjih vin v RS smo prejeli že več priznanj in medalj za naša vina in penine.

7. Ste kdaj s svojimi vini sodelovali tudi na mednarodnih tekmovanjih?

Na mednarodnem ocenjevanju smo sodelovali leta 2015, kjer smo prejeli zlato medaljo za belo penino.

8. Ali poleg vina delate tudi teranov sok, liker?

Da. Delamo tudi teranov sok in teranov liker ter vinjak.

9. Ali organizirate v vaši kleti degustacije vin?

Da, imamo urejen prostor za degustacije za 30 ljudi.

Vinarstvo Rebula iz Brestovice pri Komnu

Kontaktne podatki:
Vinarstvo Rebula, Brestovica 32, 6223 Komen
e naslov: vinarstvo.rebula@gmail.com



1. So se z vinogradništvom ukvarjali že vaši predniki ali ste vi prvi vinogradnik v vaši družini?

Z vinogradništvom so se ukvarjali že moji predniki, to sta oče in mati, ki še sedaj pomagata v vinogradništvu. Sedaj pa nadaljujem njihovo tradicijo.

2. Je trgatev za vašo družino neke vrste praznik? Kaj takrat postrežete obiralcem grozdja, ki pridejo v b'ndimo??

Vsekakor je za nas trgatev neke vrste praznik. Našim stalnim obiralcem grozdja z veseljem postrežemo z našimi suhomesnatimi izdelki, ki jih ponujamo na osmici. Poleg jim pa z veseljem postrežemo z odličnimi vini, še posebej s teranom.



3. S katerimi vini se lahko pohvali vaša klet?

Naša klet se lahko pohvali z odličnimi vini kot so:

- teran,
- malvazija,
- vitovska grganja.

Poleg vin pridelujemo tudi penine:

- Anastazija,
- Vita,
- Rosa,
- Terra Rosanera.

4. V čem mislite, da je skrivnost vaših kvalitetnih vin? (obdelovanje in škropljenje vinogradov, predelava grozdja, skladiščenje ...)

Skrivnost naših vin je vsekakor v rednem celostnem obdelovanju vinograda od obrezovanja, škropljenja, trgatve in pridelavi grozdja.

Tako moramo negovati trto skozi celo leto. Začne se v vinogradu, kasneje pa je treba vino negovati v kleti.



5. Katero vino, ki ga pridelujete, bi ponudili k določenim jedem? Napišite nekaj primerov.

Belo vino, kot sta malvazija in vitovska grganja, se odlično prileže k ribjim jedem. Teran se odlično poda k jedem iz divjačine in k pršutu. Sušena vitovska se odlično poda k sladicam (kuhanim štrukljem).

6. So bila vaša vina nagrajena na katerem izmed sejmov v državi?

Seveda:

- Priznanje občine Komen za županovo vino (teran),
- Naj penina Portoroža (penina Anastazija),
- Sejem Gornja Radgona,
- Dobrote slovenskih kmetij.



7. Ste kdaj s svojimi vini sodelovali tudi na mednarodnih tekmovanjih?

Seveda.

- GLASS OF BUBBLY

- INTERNATIONAL WINE COMPETITION GREAT AMERICAN

8. Ali poleg vina delate tudi teranov sok, liker?

Pridelujemo tudi teranov liker in sušeno vitovsko.

9. Ali organizirate v vaši kleti degustacije vin?

Da. Degustacije organiziramo po dogovoru.

Opis penin

Penina Anastazija je pridelana po klasični metodi, je naša prva penina v kleti, ki jo predelujemo že od leta 1997. Pridelana je iz grozdja sorte malvazija. Ta odleži na kvasovkah 100 mesecev ali več. Glede na to, da je penina odležala toliko mesecev na kvasovkah, je zelo sveža, sadna ter nosi v sebi svojevrsten karakter po malvaziji. Vrhunsko peneče vino, zelo suho. Redukcijski sladkor 8.1g /l. Ta penina je bila večkrat izbrana za Naj penino Portoroža.

Penina Vita je pridelana po klasični metodi iz grozdja vitovska grganija. To grozdje spada med avtohtone kraške sorte, ki je že skoraj izumrla, a se jo počasi obuja. Ta odleži na kvasovkah 45 mesecev. Penina je zelo lahka, sveža in igriva. Kakovostno peneče vino. Zelo suho, redukcijski sladkor je 7g/l.

Penina Rosa je pridelana po klasični metodi iz 80% refoška (terana) ter 20% merlota in cabarneta. Ta odleži 60 mesecev na kvasovkah. Penina je zelo nežne rožnate barve. V ustih je penina slajša, vonj pa spominja na gozdne sadeže in maline. Kakovostno peneče vino. Redukcijski sladkor 15g/l (extra dry). Ta penina je letos prejela zlato priznanje v Londonu v kategoriji Summer days.

Penina Terra Rosanera je pridelana po klasični metodi iz grozdja refošk, na Krasu teran. Ta odleži 30 mesecev na kvasovkah. Penina je temne rubinaste barve. Penina je sveža, sadna in igriva. Spominja nas na vonj po gozdnih sadežih. Redukcijski sladkor 6.8 g/l. Zelo suha brut. Ta penina je letos prejela zlato priznanje v Londonu v kategoriji Winter warmer (zimsko penina, ki ogreje).

Opis kleti

Vinska klet Rebula je srednja družinska klet na zahodnem delu Slovenije. Začetki segajo v leto 1900, z vinogradništvom pa se je aktivneje začela ukvarjati leta 1982. Glavno načelo kleti je, da zaupamo v svoja vina, torej verjamemo v svoje grozdje in svojo zemljo. Vina kleti Rebula pa so pridelana iz grozdja, ki ga gojimo v lastnih vinogradih na območju Krasa, kjer domuje značilna rdeča zemlja Terra rosa, bogata z minerali, ki prispeva k proizvodnji edinstvenih vin in penin. Na naši kmetiji si prizadevamo, da je vse grozdje ročno obrano.

V naši kleti vam bomo z veseljem postregli :

- s svežo linijo vin (teran PTP, Izbrani teran PTP, malvazija, vitovska grganija)
- z maceriranimi vini (malvazija, vitovska, rebula)
- s peninami (Anastazija-malvazija, Vita-Vitovska, Terra Rosanera-teran Rosa-Rose)
- s posebnimi vini (teranov liker, sušena vitovska)

Vse penine, ki jih proizvodimo, so narejene po klasični metodi. Ponosni smo na vsa priznanja, ki jih vedno znova dosegamo tako v Sloveniji kot tudi v tujini.

Vinarstvo Mržek iz Hruševice

1. So se z vinogradništvom ukvarjali že vaši predniki ali ste vi prvi vinogradnik v vaši družini?



Z vinogradništvom se je ukvarjal že moj dedek, vendar bolj ljubiteljsko. V večjem obsegu je nadaljeval moj oče, sedaj pa je vinogradništvo pomemben del naše kmetije.

2. Je trgatev za vašo družino neke vrste praznik? Kaj takrat postrežete obiralcem grozdja, ki pridejo v b'ndimo?

Da, trgatev je za našo kmetijo praznik, na katerem se zbere vsa »žlahta«.

3. S katerimi vini se lahko pohvali vaša klet?

Najpomembnejši je teran, imamo pa tudi malvazijo in vitovsko grganjo. V zadnjem času pa smo začeli pridelovati tudi teranovo penino.

4. V čem mislite, da je skrivnost vaših kvalitetnih vin? (obdelovanje in škropljenje vinogradov, predelava grozdja, skladiščenj ...)

Vina zorijo v lesenih sodih. Vinogradi so zatravljeni, tako da je rodnost manjša, kvaliteta pa večja.

**5. Katero vino, ki ga pridelujete, bi ponudili k določenim jedem?
Napišite nekaj primerov.**

K pršutu se seveda ponudi teran, malvazija pa se zelo dobro ujema z morskimi dobrotami.

6. So bila vaša vina nagrajena na katerem izmed sejmov v državi?

Vina so bila nagrajena na občinskih, državnih in mednarodnih sejmihi.



7. Ste kdaj s svojimi vini sodelovali tudi na mednarodnih tekmovanjih?

Da, na mednarodnem kmetijsko-živilskem sejmu v Gornji Radgoni.

8. Ali poleg vina delate tudi teranov sok, liker?

Da, liker.

9. Ali organizirate v vaši kleti degustacije vin?

Da, po predhodni najavi do 50 ljudi.

Priloga 10: Sodelovanje z vaškimi skupnostmi



OŠ KOMEN
KOMEN 61 A
6223 KOMEN



Komen, 29. 12. 2020

Spoštovani.

Na Vas se obračamo z željo po sodelovanju s šolo.

Skupina otrok, ki letos obiskuje interesno dejavnost Turizmu pomaga lastna glava, mora oblikovati raziskovalno nalogo z naslovom **Moj kraj, moj chef**. Nalogo razpisuje Turistična zveza Slovenije. Epidemija nas je prikrajšala za konkretno sodelovanje, zato se na vas obračamo v elektronski obliki.

Naprošamo Vas, da si za nas vzamete nekaj minut časa in nam na daljavo pomagate pri oblikovanju naše naloge.

Radi bi oblikovali turistično ponudbo komenske občine, ki bi bila teoretično izvedljiva.

Ponudba naj bi obsegala ogled znamenitosti v vaši vaški skupnosti, udeležbo na prireditvi ter hrano iz cajne (košare) ter pohod ali kolesarjenje.

V oblikovanju imamo tudi kuharsko knjigo z recepti non in mam z značilnimi kraškimi jedmi.

Če se sprašujete, kje pridete vi na vrsto za sodelovanje, je odgovor sledeč:

odgovorite nam na spodnja vprašanja v prilogi in zelo vam bomo hvaležni za vaše namige, informacije. Veseli bomo tudi fotografij vaše vasi, znamenitosti vašega kraja.

Zadovoljni bomo tudi za vse pobude in ideje za drugačno ponudbo.

Že vnaprej se Vam zahvaljujemo za sodelovanje v upanju, da nam ne boste odrekli pomoči v taki obliki podajanja informacij.

Uspeh naše raziskovalne naloge bo hkrati posredna reklama tudi za Vas in Vašo vaško skupnost, saj boste v nalogi omenjeni kot naš zunanji sodelavec.

Hvala za razumevanje in lep pozdrav.

Ostanite zdravi.
Peric

Učenci in mentorici Metka Paljk in Dunja

Priloga: Naprošamo Vas, da odgovorite na naslednja vprašanja.

1. Kaj bi predlagali obiskovalcu vaše vasi, da si je vredno ogledati?
2. Ali v vasi pripravljate kakšne značilne prireditve? Kdaj?
3. Ali organizirate skupinske pohode do bližnjih znamenitosti?
4. Ali je ogled znamenitosti, udeležba na prireditvi povezana s stroški? Kolikšnimi?
5. Ali v vasi deluje turistično društvo?
6. Če bi vi pripravljali košaro za piknik v naravi, kaj bi vanjo dali?
7. Ali bi bili pripravljeni deliti z nami tudi kakšen kuharski recept? Če se s tem strinjate, se vam iskreno zahvaljujemo.

Za Vaše sodelovanje se Vam že vnaprej iskreno zahvaljujemo.

Svoje odgovore nam prosim posredujete najkasneje **do 10. januarja 2021** na naslov: ***dunjaperic74@gmail.com***

Za dodatne informacije sva mentorici dosegljivi na tel. številkah:

METKA: 031 34 11 56

DUNJA: 041 34 11 51

Vaška skupnost Hruševica



1. Hruševico so včasih zaznamovali kamnolomi – Hruševljanska java (Slika 1),



2. Mržkova java v péčeh (Slika 2)

3. in Koprivska java (Slika 3). Koprivska java je leta 2018 ponovno oživila. (Marmor Sežana)



4. Sredi vasi je cerkev sv. Jožefa (Slika 4)



5. Vaški vodnjak (pravkar v obnovi, Slika 5)



6. Kraška hiša (Slika 6)

6. Muzej novejšje zgodovine pri Robiju Tavčarju (Slika 7)



7. V letošnjem letu smo v okolici vasi uredili veliko poti, namenjenih sprehodom turistov in domačinov.

Turistično društvo Brest in Vaška skupnost Brestovica pri Komnu

1. Kaj bi predlagali obiskovalcu vaše vasi, da si je vredno ogledati?

- cerkev sv. Anastazije iz 15.stol. v gornji Brestovici,
- cerkev sv. Lovrenca v središču vasi,
- prve hiše / ostanki – Na kuciju pri cerkvi sv. Anastazije,
- pripoved o nekdanjem jezeru v Polju,
- Grofova jama – žal zaprta oz. verjeten možen dogovor z Jamarskim društvom Sežana,
- kaverne in strelski jarki na poti Pohoda po sledih Soške fronte,
- stara šola z razstavo starih fotografij 1. sv. vojne,
- monografija: Brestovica pri Komnu, nje hiše in njih prebivalci. Vrsta gradiva - knjiga ; neleposlovje za odrasle. Založništvo in izdelava - Brestovica pri Komnu : Turistično društvo Brest, 2010

2. Ali v vasi pripravljate kakšne značilne prireditve? Kdaj?

V vasi v okviru Turističnega društva Brest organiziramo dva glavna dogodka.

Br'stovsko špargljado, v sklopu katere sta Špargljev pohod in Koloosmica. Dogodek se zgodi običajno na prvo aprilsko nedeljo. Letos bo to zaradi Velike noči v nedeljo, 11/04/2021.

in Pohod po sledih Soške fronte, ki se vsako leto zgodi na zadnjo nedeljo v oktobru. Letos 31/10/2021. Vsebine vseh dogodkov boste lahko našli na spletni strani društva TD Brest.

3. Ali organizirate skupinske pohode do bližnjih znamenitosti?

V predhodnem vprašanju sta navedena oba organizirana pohoda.

4. Ali je ogled znamenitosti, udeležba na prireditvi, povezana s stroški? Kolikšnimi?

Udeležba na prireditvah je plačljiva:

- oba pohoda – 10 €
- Koloosmica – 17 €

5. Ali v vasi deluje turistično društvo?

Da – Turistično društvo Brest www.brestovica.com

6. Če bi vi pripravljali košaro za piknik v naravi, kaj bi vanjo dali?

Domače klobase, salame in pršut, doma pridelano zelenjavo, domače sokove.

7. Ali bi bili pripravljeni deliti z nami tudi kakšen kuharski recept? Če se s tem strinjate, se vam iskreno zahvaljujemo.

Seveda, po dogovoru vam bomo posredovali nekaj receptov iz špargljevih jedi.

Vaška skupnost Brje pri Komnu

1. Kaj bi predlagali obiskovalcu vaše vasi, da si je vredno ogledati?

Obiskovalcu bi predlagal, da si ogleda staro vaško štirno (vodnjak), ki je v središču naselja. Na robu vasi so kar štiri vojaška pokopališča iz prve svetovne vojne. Lahko je videti ostanke železniške proge iz časa prve svetovne vojne. Iz tega časa je tudi nekaj kavern. Nekoliko iz vasi se nahaja tudi karavla. V neposredni bližini vasi je tudi hrib, imenovan Sv. Lenart. Med potjo na vrh pa si ljubitelji jam lahko ogledajo čudovito kraško jamo Vodnico.

2. Ali v vasi pripravljate kakšne značilne prireditve? Kdaj?

Ni značilnih prireditev.

3. Ali organizirate skupinske pohode do bližnjih znamenitosti?

Navadno se enkrat na leto, običajno spomladi, organizira pohod na eno izmed omenjenih znamenitosti.

4. Ali je ogled znamenitosti, udeležba na prireditvi, povezana s stroški? Kolikšnimi?

Ogled znamenitosti v lastni režiji je brezplačen. V primeru prireditve oziroma organiziranega pohoda se plača prispevek za vodenje in malico.

5. Ali v vasi deluje turistično društvo?

Turistično društvo ne deluje. Deluje pa društvo Kmunska štirna Brje, pri katerem se da dobiti potrebne informacije.

6. Če bi vi pripravljali košaro za piknik v naravi, kaj bi vanjo dali?

Vanjo bi dal: domač sveže pečen kruh, kraški narezek (pršut, panceta, klobase, salami, vratovina), sir, grozdni teranov sok, teran.

7. Ali bi bili pripravljeni deliti z nami tudi kakšen kuharski recept? Če se s tem strinjate, se vam iskreno zahvaljujemo.

Vaška skupnost Kobjeglava - Tupelče

1. Kaj bi predlagali obiskovalcu vaše vasi, da si je vredno ogledati?

Cerkev sv. Mihaela, Zančeva domačija, galerija pri Poknih, Pršutarna Ščuka ter Kraljestvo pršuta, nasploh cela vas je arhitekturno zanimiva, Pot devetih kalov, izdelava žbrinc z Ivanom Kmetovim ...

2. Ali v vasi pripravljate kakšne značilne prireditve? Kdaj?

Pohodi : Marš na pohod - 30.4. , Pohod v kresno noč - 24.6., Voden pohod po Poti devetih kalov - 3. nedelja v oktobru, potopisna predavanja ...

3. Ali organizirate skupinske pohode do bližnjih znamenitosti?

Da, prej naštete.

4. Ali je ogled znamenitosti, udeležba na prireditvi povezana s stroški? Kolikšnimi?

Za organizirane skupine ponujamo vodenje po Poti devetih kalov. Prispevek za vodenje je bil 1€ na osebo za skupine nad 30 udeležencev.

5. Ali v vasi deluje turistično društvo?

Da

6. Če bi vi pripravljali košaro za piknik v naravi, kaj bi vanjo dali?

Marenda koscev (toč s kruhom, teran, voda, sezonsko sadje).

7. Ali bi bili pripravljeni deliti z nami tudi kakšen kuharski recept? Če se s tem strinjate, se vam iskreno zahvaljujemo.

Da

Vaška skupnost Štanjel

- 1. Kaj bi predlagali obiskovalcu vaše vasi, da si je vredno ogledati?**
Ferrarijev vrt, staro vaško jedro Štanjela, vaško cerkev sv. Danijela, grad, vojaško pokopališče v Dolu, Turn – razgledno točko ...
- 2. Ali v vasi pripravljate kakšne značilne prireditve? Kdaj?**
Martinovanje, razstava jaslic – staro vaško jedro, poletna glasbena šola avgusta, Gregorjevo spuščanje ladjic v Ferrarijevem vrtu, kresovanje za 1. maj, izdelava Ivanovih venčkov v juniju, »za kres k' se dan obesi«, družimo se tudi na vaških rabutah, kjer urejamo okolico in vaške poti ...
- 3. Ali organizirate skupinske pohode do bližnjih znamenitosti?**
Ne.
- 4. Ali je ogled znamenitosti, udeležba na prireditvi povezana s stroški? Kolikšnimi?**
Razen za Martinovanje na Krasu, do sedaj ni bilo treba plačati vstopnine. In pa vodeni ogled Štanjela je tudi treba plačati po dogovoru s TIC oziroma lokalnim vodičem. No, tudi delavnice izdelave Ivanovih venčkov so plačljive.
- 5. Ali v vasi deluje turistično društvo?**
Deluje TIC novega zavoda za turizem po ukinitvi javnega zavoda Komenski kras.
- 6. Če bi vi pripravljali košaro za piknik v naravi, kaj bi vanjo dali?**
Dobro voljo, kruh, pršut, teran, sir, med, marmelado, maslo, sok, sadje, pribor.
- 7. Ali bi bili pripravljeni deliti z nami tudi kakšen kuharski recept? Če se s tem strinjate, se vam iskreno zahvalujemo.**

Domača obara - gorenjski ajmoht - za pet oseb:

Sestavine:

- 1,5 lit vode,
- 1 velika žlica soli oz. za pest po okusu,
- poper v zrnu: 4 do 8 zrn po okusu,
- meso, narezano na majhne kose, lahko piščančje (ali telečje) - piščančje meso je lahko s kostmi, najbolje sveže peruti, 4 do 6 kosov,
- krompir (3 do 4 kosi), obeljen in narezan na kocke,
- čebula, 1 cela,
- korenje (2 do 3 kosi) narezano na kose,
- lovorjev list 2,
- peteršilj narezan, sesekljan, 5 do 10 dobro opranih vejic.

Vodo zavremo skupaj z mesom, začimbami, krompirjem in korenjem. Ko zavre, dodamo še pašto in pustimo vreti 10 do 15 minut. Na koncu dodamo peteršilj. Pa dober tek.

Dodajamo tudi recept za frtaljo in toč:

<https://www.visitkras.info/teranov-toc> in <https://www.kulinarika.net/recepti/zelenjavne-jedi/kraska-frtalja-z-divjimi-sparglji/11411/>

Vaška skupnost Gorjansko

V Gorjanskem so naslednje znamenitosti:

- **avstro-ogrsko vojaško pokopališče** iz 1. svetovne vojne. Je največje pokopališče avstro-ogrške vojske na območju Soške fronte. Tu je pokopanih preko 10.000 vojakov različnih narodnosti.
- **župnijska cerkev sv. Andreja**. Cerkev je poslikal znani slikar Tone Kralj. Nad vhodom v cerkev je relief Jezusa, Dobrega pastirja, na desni stranski fasadi pa je rimski nagrobnik z grškim bajeslovnim bitjem Gorgono.
- **spomenik žrtvam v drugi svetovni vojni**.
- **rojstna hiša jezikoslovca in zbiratelja ljudskega blaga dr. Karla Štreklja in kmetijskega strokovnjaka Antona Štreklja**.
- **zbiralnik vode** z napajalnimi koriti. Krajanji so speljali meteorno vodo preko lovilca in zidanega kanala v peskolovce, od koder se je voda prelivala v cisterno. Namenjeno je bilo za potrebe napajanja živine.
- **kal** na začetku vasi iz smeri Komen.
- v lanskem letu smo v sodelovanju z go. Adrijano Konjedič uredili **čitalnico** v čakalnici na avtobusnem postajališču.

V Nadrožici:

- cerkveno znamenje - pil na začetku vasi,
- vaška lokev ob makadamski poti, ki vodi proti Brjam,
- spomeniško obeležje vaščanom, ki se niso vrnili iz izgnanstva v 2. svetovni vojni.

Vaška skupnost Lukovec

V naši vasi in njeni okolici si je vredno ogledati:

- vaški vodnjak,
- vaški zvon,
- Lukovško Škratljevico (najvišja točka vasi – 432 metrov),
- obisk spominskega napisa TITO,
- spomenik padlim v NOB,
- iz okolice vasi je lep pogled na Vipavsko dolino, Kras, Julijske Alpe in Dolomite,
- dobrodošli tudi v čebelarstvu Bandelj.

V naši vasi ne prirejamo nobenih prireditev, skupinskih pohodov in nimamo turističnega društva.

Iz vasi vodijo lepo urejene peš in kolesarske (krožne) poti v smeri Štanjela, Kobjeglave, Hruševice, Kobjdilja, Komna ...

V košaro za piknik bi dali:

- pršut,
- domače vino (teran),
- domač kruh,
- suhe klobase,
- domač sok.

Vaška skupnost Komen

1. Kaj bi predlagali obiskovalcu vaše vasi, da si je vredno ogledati?

Cerkev sv. Jurja.

2. Ali v vasi pripravljate kakšne značilne prireditve? Kdaj?

*- Spominski svin požiga kamna ter izgon domačinov v Nemčijo.
- Občinski prazniki*

3. Ali organizirate skupinske pohode do bližnjih znamenitosti?

Pohod po poteh požganih vasi v organizaciji Društva izgnancev.

4. Ali je ogled znamenitosti, udeležba na prireditvi povezana s stroški?

Kolikšnimi? ~~Udeležba~~ *Nobenih*

5. Ali v vasi deluje turistično društvo?

Nobeno

6. Če bi vi pripravljali košaro za piknik v naravi, kaj bi vanjo dali?

Kruh, klobasa, potica ter kozjov sok.

7. Ali bi bili pripravljeni deliti z nami tudi kakšen kuharski recept? Če se s tem strinjate, se vam iskreno zahvaljemo.

Vaška skupnost Branica

1. Kaj bi predlagali obiskovalcu vaše vasi, da si je vredno ogledati?

- spomenik baronu Andreju Čehovinu,
- ogled zdravilnih vodnih izvirov,
- obisk vinarjev z degustacijami.

2. Ali organizirate skupinske pohode do bližnjih znamenitosti?

Tradicionalni prvomajski pohod.

3. Ali je ogled znamenitosti, udeležba na prireditvi povezana s stroški?

Kolikšnimi?

Stroški so samo simbolični.

4. Ali v vasi deluje turistično društvo?

Ne deluje.

Priloga 11: Zgibanke

Špargljeva cajna



KAM PA KAM ... S CAJNO? V BRESTOVICO.

Brestovica je najzahodnejša vas občine Komen in meji na sosednjo državo, Italijo. Vaščani jo v pogovoru delijo na Gornjo Brestovico in Spodnjo Brestovico.

Vaško skupnost Brestovica pri Komnu sestavljata vas Brestovica pri Komnu in manjša vasica Vale.

V vaški skupnosti je aktivno društvo BREST, ki že več kot dvajset let organizira

Špargljado ter
Pohod po sledih Soške fronte.



Kaj si je vredno ogledati?

- Cerkev sv. Anastazije iz 15. stol. v gornji Brestovici,
- cerkev sv. Lovrenca v središču vasi,
- prve hiše / ostanki – na Kuclju pri cerkvi Sv. Anastazije,
- Grofovo jamo – v dogovoru z Jamarskim društvom Sežana,
- kaverne in strelske jarke na poti Pohoda po sledih Soške fronte,
- staro šolo z razstavo starih fotografij o 1. svetovni vojni.

Na Špargljadi, ki je običajno prvo nedeljo v mesecu aprilu, je mogoče poskusiti številne jedi iz divjih špargljev.

Riž s šparglji (Recept posredoval Naj Turk iz Komna.)

Sestavine za 4 osebe:

- 0,5 dl olivnega olja
- 1 čebula
- 2 stroka česna
- 1 dl belega vina
- 10 dag špargljev
- 20 dag riža
- malo masla, soli in popra
- suha kraška panceta



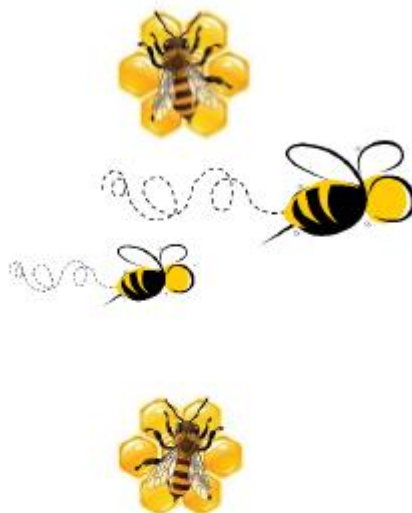
Postopek priprave:

Šparglje nalomimo na manjše koščke. Spodnji deli so oleseneli in iz njih skuhamo osnovo za zalivanje riža (voda). Čebulo drobno sesekljamo, damo v kozico z oljem ter stalno mešamo. Ko postekleni, dodamo riž in česen, ga na hitro popražimo in zalijemo z belim vinom. Počakamo, da vino izpari, dolijemo osnovo iz špargljev ter dušimo. Med tem časom narezane šparglje na hitro popečemo na olju ter zalijemo z malo osnove. Šparglje kuhamo le toliko časa, da so še čvrsti. Približno na polovici časa, ki je potreben za kuhanje riža, vmešamo v riž šparglje, posolimo, popopravimo ter pustimo, da se riž skuha do konca. Na koncu vmešamo v riž košček masla ter pustimo počivati par minut. Pripravljeno rižoto serviramo v globoke krožnike ter okrasimo s popečeno panceto in špargljevimi vršički.

Priporočamo obisk naslednjega ponudnika hrane ali pijače:

- Gostilna pri Čotarjevih (Krasberry), Gorjansko
- Vinarstvo Rebula, Brestovica

Medena čajna



**KAM, PA KAM ... S CAJNO?
NA VOLČJI GRAD.**



Vas se nahaja približno 2 kilometra od Komna. Vas je najbolj znana po zgodovinsko-arheološki znamenitosti Debela griža.

OGLED DEBELE GRIŽE

Gre za gradišče iz 8. stoletja pred našim štetjem. Ruševine obrambnega zidu so široke od 8 do 15 metrov, v višino pa merijo od 2 do 4 metre.

Debela griža je del tematske poti, ki so jo poimenovali POT KAMNOV. Po poti boste lahko videli številne pile, »japence«, pastirske hiše, kraška brezna, kale, obzidane vrtače ... vse, kar je del našega Krasa.

Mogoč je najem vodiča v slovenskem, italijanskem in angleškem jeziku.

3 €/osebo za skupine 8. ljudi ali več

4 €/ osebo za skupine od 5 do 7 ljudi

20 €/ za skupino 4. ljudi ali manj



DEGUSTACIJA MEDU V ČEBELARSTVU FURLANI



Možnost nakupa izdelkov (med, kraški med, cvetni prah, propolis, medenjaki, medeni liker, medeno milo ...).

Medene palačinke

(Recept prispevalo čebelarstvo Furlani, Volčji Grad.)

Sestavine za testo: <ul style="list-style-type: none">• 100 g moke,• 2 jajci,• ščepec soli,• žlička medu,• 300 ml mleka,• žlička olja. Nadev: <ul style="list-style-type: none">• med (najbolje hojin),• limonin sok.	Postopek priprave: <p><i>V posodi najprej stepemo jajca, dodamo sol, žličko medu, žličko olja in moko. Zmesi postopoma dodajamo mleko, da dobimo gladko in tekočo maso.</i></p> <p><i>Pripravljen maso pred pečenjem pustimo počivati 20 minut. Ko pričnemo s peko, mora biti ponev, ki jo na začetku naoljimo, zelo vroča.</i></p> <p><i>Pečene palačinke namažemo z medom, zavijemo in po vrhu nakapamo limonin sok.</i></p> <p><i>Pa dober tek!</i></p>
---	---

Priporočamo obisk naslednjega ponudnika hrane ali pijače:

- Biodinamična kmetija Pri Kamnarjevih, Volčji Grad
- Čebelarstvo Furlani



Sivkina čajna



KAM, PA KAM ... S CAJNO?

NA IVANJI GRAD.



Oaza sivke na Krasu se nahaja v vasi, ki je le nekaj kilometrov zahodno od Komna, ki



je središče občine. Najboljši čas obiska vasi sta junij in julij, ko se v vasi odvija **Sivkin festival**.



Oblikovanje sivkinega venčka vključuje delavnico, sivko, osnovo venčka in mentorstvo. Cena delavnice je 10 €.

Možnost nakupa sivkinih proizvodov in Pupe s Krasa (ročno delo ge. Tadeje Rodman).



Izdelaj si butarico iz sivke

Potrebuješ: dolge vejice sivke, okrasni trak širine 1 cm, škarje

Postopek izdelave:

Vsaka vejica sivke naj bo enako dolga. Cvetke, ki so nižje od ostalih, odstranite. Izberite neparno število vejic: 7 ali 9 ali 11 ali 13 itd.



Vejice spnite v šopek in zavežite s trakom, s katerim se boste lotili vezenja.

Vejice ob mestu, kjer ste zavezali trak, zapognite v nasprotno smer tako, da bodo prekrivale cvetove, in začnite s pletenjem s trakom.



Z vezenjem začnete tako, da trak najprej peljete po spodnji strani čez eno vejico, nato po zgornji strani druge vejice in spet spodaj po tretji vejici. Nadaljujete v tem vrstnem redu do konca.



S trakom ovijte še vejice in naredite enojni vozel. Nekaj traku lahko pustite, če želite butarico obesiti v omaro. (Vonj sivke bo odgnal molje.)



Priporočamo obisk naslednjega ponudnika hrane ali pijače:

- Špacapanova hiša, Komen

Grajska čajna



KAM, PA KAM ... S CAJNO

V ŠTANJEL.



Štanjel je staro, strnjeno naselje na vrhu griča Turn z značilno cerkvijo sv. Danijela. Znana je po obliki zvonika limonaste oblike.



Sredi vasi je tudi kraška hiša s svojimi kamnitimi žlebovi in vodnjakom. V hiši je etnološka zbirka starega pohištva, posode in orodja.



Samostojen ali voden ogled starega dela vasi Štanjel s Ferrarijevim vrtom in ogledom kraške hiše ter sprehod po Fabianijevi poti do rojstne hiše znanega kraškega arhitekta Maksa Fabianija je zagotovo prijetno doživetje Krasa z njegovimi značilnostmi. Na robu vasi se razprostira Ferrarijev vrt s svojim vodovodnim sistemom in vodometom, ki sta del Fabianijeve poti.

Vas ima nekaj razglednih stolpov, Gledanico in Kobdiljski stolp. Vhodni stolp v vas pa je preurejen v galerijo. V obnovljenem gradu je stalna zbirka del slikarja Lojzeta Spacala.

Teranov toč (Recept posredovala Neža Fakin iz Komna.)

Toč ali točanje je jed, v katero pomakamo kruh ali poletno.

Sestavine:

- polenta,
- 15 dag pršuta,
- 1 dl terana,
- sol,
- poper.



Postopek priprave:

1. V slano vrelo vodo počasi usipamo polento; mešamo z metlico, da se ne naredijo grudice. Kuhamo na majhnem ognju in mešamo s kuhalnico še 20 minut oz. dokler se jed ne zgosti.
2. Rezine pršuta v kozici na hitro popečemo in zalijemo s teranom. Solimo in na nizkem ognju podušimo deset minut, da se tekočina zgosti. Popramo po okusu in postrežemo.

Priporočamo obisk naslednjih ponudnikov hrane ali pijače v Štanjelu in okolici:

- Bistro Grad Štanjel by Q KOMEL
- Hiša posebne sorte
- Mesnica Tošč
- Vinarstvo Kobal
- Vinarstvo Kralj
- Vinarstvo Švagelj

Kmečka cajna



KAM, PA KAM ... S CAJNO? V KOBJEGLAVO IN HRUŠEVICO.

Vas Kobjeglava, ki je znana po tem, da se lahko pohvali z zelo dobro ohranjenimi portali, vodnjaki, okenskimi okvirji iz 18. stoletja.

Gre za strnjeno vas s kraškimi borjači in značilnimi kalonami. V vasi najdemo tudi številne murve kot dokaz sviloprejstva v preteklosti.



Vas ima urejeno pohodniško pot, imenovano Pot 9. kalov, ki zaobjame devet vodnih zajetij z značilnimi kraškimi posebnostmi – suhozidi, pastirske hiške, spodmoli ... Vas ima organiziran pohod konec oktobra.

Hruševica je gručasta vas, ki je od Štanjela oddaljena slabe 3 km. Pohvali se lahko s številnimi kraškimi značilnostmi. Ena izmed njih so zagotovo kamnolomi v okolici vasi.



Sredi vasi je cerkev posvečena sv. Jožefu, ki v notranjosti skriva kamnit baročni oltar iz 18. stoletja. V središču vasi stoji tudi kip sv. Janeza Nepomuka, češkega zavetnika, zraven pa je tudi spomenik padlim v NOB, ob cesti proti Štanjelu pa pil.

Krodegine v testu – klobase v kruhu (recept povedala Anica Colja, po domače nona Anica, zapisala vnukinja Tia Colja)

Sestavine za 12 – 14 oseb:

- 0,5 kg moke,
- 2 dag kvasa,
- 1 kavna žlička soli,
- 2 žlici olivnega olja,
- 0,5 l vode,
- 3 krodegine.



Postopek priprave:

Iz sestavin zamesimo testo za kruh in pustimo pol ure vzhajati, nato razdelimo testo na 6 enakih delov in razvaljamo v obliko žemljic.

V sredino vsake žemlje potisnemo pol krodegine, ki smo jo že prej skuhalo. (Krodegino kuhamo približno eno uro).

Žemlje položimo na pekač in jih pustimo še pol ure vzhajati. Nato pa jih damo v pečico za 30 minut na 180 do 200 °C.

Priporočamo obisk naslednjega ponudnika hrane ali pijače:

- Gostilna Grča, Hruševica
- Hotel St. Daniel, Hruševica
- Q-Komel gostilna, Kobjeglava
- Turistična kmetija Ostrouška Pelicon, Coljava
- Turistična kmetija Pri Tavčarjevih, Hruševica
- Vinska klet Mržek, Hruševica

Priloga 12: Zahvale

Najprej bi se radi zahvalili vsem, ki ste se k sodelovanju odzvali in nam skušali pomagati po svojih najboljših močeh:

- gospodu **Gregorju Vrečku, iz hiše Denk** iz Zgornje Kungote, dobitniku Michelinove zvezdice, za prijaznost in pripravljenost sodelovati z našo šolo ter deliti svoj pogled na kraške sestavine in kuhinjske veščine,
- gospodu **Urošu Štefelinu iz Vile Podvin**, ki se nahaja v bližini Radovljice, prav tako lastniku priznane Michelinove zvezdice, za sodelovanje z našo šolo ter poslane odgovore in recept,
- gospodu **Anžetu Kupleniku**, zmagovalcu Masterchefa Slovenije iz leta 2019 za pripravljenost k sodelovanju, kljub temu da prihajamo z druge pokrajine,
- **Špacapanovi hiši iz Komna** za posredovane odgovore na vprašanja,
- **gostilni Grča in Leji Grča iz Hruševice** za izčrpen pogovor z nonotom Ivom, posredovane odkrite odgovore o zgodovini njihove domačije z gostilno in čudovite fotografije,
- **hotelu St. Daniel iz Hruševice** za poslane odgovore, prijaznost in ideje za oblikovanje cajne,
- gospe **Sandri Pelicon s turistične kmetije Pelicon Ostrouška iz Coljave** za izčrpen pogovor in podarjeno gradivo društva Planta, društva za razvoj kmetijstva in turizma,
- gospodu **Simu Komelu**, ki vodi gostinsko ponudbo v restavraciji Komel v Kobjeglavi in na gradu v Štanjelu, za poslane odgovore,
- **Kamnarjevim z biodinamične kmetije Pri Kamnarjevih na Volčjem Gradu** za poslane odgovore,
- **Turistični kmetiji Pri Tavčarjevih iz Hruševice** za poslane odgovore,
- **Hiši posebne Sorte iz Kodretov** za posredovane odgovore,
- **gostilni Pri Čotarjevih iz Gorjanskega** za sodelovanje pri zastavljenih vprašanjih,
- **čebelarstvu Furlani iz Volčje Grada** za posredovane odgovore, fotografije in posnetek,
- gospodu **Andreju Švaglju, lastniku priznane mesnice Tošč iz Štanjela**, za predstavitev načina sušenja kraških mesnin,

- **gospe Tadeji Rodman iz Komna**, šivilji in oblikovalki Pup s Krasa, ki je sivkine punčke ponesla po ožji in širši Sloveniji ter tujini,
- **šolski kuharici, gospe Mojci Ukmar**, za mnenje o vključenosti kraških sestavin in jedi v šolske jedilnike,
- **staršem in starim staršem za informacije, izpolnjeno anketo, mnenja in poslane recepte**,
- **Vaškim skupnostim v občini Komen** za predstavitev znamenitosti in prireditev v posameznem kraju znotraj skupnosti,
- **Vinarstvu Rebula iz Brestovice pri Komnu** za izčrpno predstavitev svoje kleti in proizvodov v besedi in sliki,
- **Vinarstvu Kralj iz Kobdilja** za poslane odgovore na vprašanja,
- **Vinarstvu Švagelj iz Štanjela** za sodelovanje pri odgovorih na zastavljena vprašanja,
- **Vinarstvu Kobal, prav tako iz Štanjela**, za sodelovanje pri raziskovalni nalogi ter
- **Vinski kleti Mržek iz Hruševice** za predstavitev svojega vinogradništva v besedi in sliki.

Zahvala je namenjena tudi vsem ostalim, ki so bili, ali bodo, kakorkoli vključeni v izdelavo naloge in njeno izvedbo:

- sodelavki OŠ Komen, ge. **Vlasti Metlikovec**, za pomoč pri lektoriranju naloge in kuharske knjige,
- sodelavki OŠ Komen, ge. **Mirjam Rončel**, za pomoč pri zbiranju receptov za pripravo kraških jedi.

Zahvala gre nenazadnje tudi ravnateljici, ge. **Nives Cek**, ki nas je podprla pri ideji za turistični proizvod in nas vzpodbujala v procesu nastajanja raziskovalne naloge.