

Profumo di
caffè
Vonj po
kavi



sapori del carso
okusi krasa

Unione Regionale Economica Slovena



L'Unione regionale economica Slovena (URES) è un'associazione intercategoriale che dal 1946 raggruppa e rappresenta gli imprenditori Sloveni in Italia. L'URES è impegnata nello sviluppo dell'economia del Friuli Venezia Giulia e nella salvaguardia degli interessi degli associati appartenenti alle varie categorie economiche, organizzando anche manifestazioni ed eventi di grande livello. La Slovensko deželno gospodarsko združenje – Unione regionale economica slovena (SDGZ-URES) organizza da 18 anni l'evento "Sapori del Carso – Okusi Krasa", la rassegna enogastronomica che coinvolge un consistente gruppo di ristoratori, produttori, commercianti e artigiani del settore agroalimentare con sede nelle province di Trieste e Gorizia. L'iniziativa Sapori del Carso è nata nel 2001 al fine di preservare il gusto della tradizione di valorizzare antiche ricette con i prodotti locali. I piatti e prodotti tipici rappresentano un elemento fondamentale per il riconoscimento dell'offerta turistica locale e regionale, in particolare per i visitatori stranieri. L'iniziativa comprende attivamente associazioni di produttori di vino, miele, olio, formaggio e caffè. Il nostro obiettivo è quello di comunicare il Carso, un territorio ricco di storia, cultura, enogastronomia che produce materie prime fresche e una cucina sana e genuina, legata alla tradizione, ma allo stesso tempo originale e ricca di sapori sempre diversi.

Con un'offerta turistica completa, autentica e l'offerta enogastronomica, nonché con un'efficace promozione e un marketing attivo, il nostro territorio può raggiungere una grande crescita turistica. Con iniziative simili aumentiamo la visibilità della nostra comunità e dei luoghi in cui viviamo come destinazioni turistiche, contribuiamo alla valorizzazione del territorio carsico, della storia, del patrimonio enogastronomico e dei prodotti tipici locali.

Con la preparazione dei menu tradizionali, delle specialità e dei prodotti tipici del Carso e della tradizione locale, si vuole concorrere alla riconoscibilità, dal punto di vista enogastronomico e più in generale turistico e culturale, del territorio, quale punto di passaggio e di intersezione di diverse realtà e tradizioni.

L'Unione Regionale Economica Slovena ringrazia la Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia e l'Agenzia pubblica della Repubblica di Slovenia per l'imprenditoria, l'internazionalizzazione, gli investimenti esteri e la tecnologia – Spirit Slovenia per il loro sostegno all'iniziativa e tutti i partner ed i produttori per la collaborazione.

Robert Frandolič

Presidente dell'Unione Regionale Economica Slovena

Slovensko deželno gospodarsko združenje



Slovensko deželno gospodarsko združenje (SDGZ) je organizacija, ki že od leta 1946 združuje in zastopa slovenske podjetnike v Italiji. Zavzema se za razvoj gospodarstva v Furlaniji Julijski krajini in za zaščito podjetništva v različnih sektorjih, poleg tega pa prireja raznovrstne dogodke tudi na visoki ravni. Slovensko deželno gospodarsko združenje že 18 let organizira niz dogodkov Okusi krasa / Sapori del Carso, kulinarčno-turistično prireditve, ki združuje veliko skupino gostincev, pridelovalcev, prodajalcev in obrtnikov s tega področja, ki poslujejo na Tržaškem in Goriškem.

Pobuda o prireditvi Okusi Krasa se je porodila leta 2001, zato da bi v naših lokalih ohranili okus tradicije in starodavne recepte obogatili še z lokalnimi pridelki. Tipične jedi in izdelki predstavljajo namreč temeljni prepoznavni element lokalne in regionalne turistične ponudbe, predvsem za obiskovalce iz tujine.

Pri dogodkih v sklopu Okusov Krasa aktivno sodelujejo združenja vinarjev, čebelarjev, pridelovalcev olja in sira ter podjetnikov iz kavnega sektorja. S prireditvijo želimo predstaviti kraško regijo in njeno bogato zgodovinsko, kulturno, vinarsko in kulinarčno dediščino – to je prostor, kjer iz svežih pridelkov nastajajo zdrave in pristne jedi, ki so povezane s tradicijo, hkrati pa tudi izvirne in polne različnih okusov.

Dogodke oblikuje skupina gostiln, trgovin v živili, pekarn in slaščičarn, ki ponujajo kulinarčne specialitete in tipične kraške pridelke. Večeri Okusov Krasa so sad poglobljenega in plodnega sodelovanja slovenskih gostincev, pekov in slaščičarjev ter pridelovalcev s tega geografskega območja.

Naša regija se lahko z dovršeno, izvirno in edinstveno turistično-kulinarčno ponudbo ter učinkovito promocijo in aktivnim trženjem še dodatno razvija na področju turizma. S takimi pobudami promoviramo prepoznavnost skupnosti in prostora kot odlične turistične destinacije ter prispevamo k ovrednotenju Krasa, njegove zgodovine, kulinarčne in vinske dediščine ter tipičnih lokalnih proizvodov.

S tradicionalnimi jedilniki, specialitetami, tipičnimi kraškimi pridelki in lokalno tradicijo želimo prispevati k prepoznavnosti teh krajev – njihove kulinarčne in vinarske ter, širše, turistične in kulturne ponudbe: Kras je edinstvena regija, križišče kultur in stičišče različnih stvarnosti.

Slovensko deželno gospodarsko združenje se zahvaljuje za podporo Avtonomni Deželi Furlaniji Julijski krajini in Javni agenciji Republike Slovenije za spodbujanje podjetništva, internacionalizacije, tujih investicij in tehnologije – Spirit Slovenija ter vsem partnerjem in pridelovalcem za sodelovanje.

Robert Frandolič

Predsednik Slovenskega deželnega gospodarskega združenja

~ Sapori del Carso 2019 Profumo di caffè

19 ottobre - 10 novembre 2019 (e oltre)

L'iniziativa **Sapori del Carso** vuole offrire ai visitatori un'indimenticabile esperienza culinaria. I menù di quest'anno sono ricchi di piatti che richiamano i sapori tradizionali, ma sempre caratterizzati dall'innovazione. L'ingrediente tematico di questo nuovo appuntamento, che ritroverete nelle ricette originali e gustose preparate per stupirvi dai ristoratori partecipanti, è il **CAFFÈ**.

La kermesse darà ai ristoratori la possibilità di esprimere la loro creatività e di valorizzare il patrimonio culinario ereditato. I gustosi piatti saranno impreziositi come sempre dai vini del Carso, dall'olio extravergine d'oliva, dai formaggi del Carso, dal miele e dagli altri prodotti locali.

I panifici - Per tutta la durata dell'evento, nei **panifici aderenti** troverete dolci tipici e pane di farina casereccia macinata a pietra.

L'angolo del prodotto tipico - I prodotti sono in vendita nei locali ed esercizi partecipanti, con la collaborazione dei consorzi e delle organizzazioni dei produttori. Anche quest'anno sono state realizzate delle speciali confezioni regalo dei Sapori del Carso.

Tour dedicati - Avrete a disposizione degli Itinerari naturalistici ed enogastronomici con le guide di Curiosi di Natura.

Tutto in rete - Sul sito saporidelcarso.net e sulla pagina **Facebook** trovate menù, esercizi, produttori ed eventi.

Vi invitiamo quindi a visitare le nostre trattorie, panifici e negozi dove, oltre agli ottimi menù, potrete acquistare le confezioni regalo dei Sapori del Carso.

Paola Zivic e Mirjam Malalan

Presidenti delle sezioni pubblici esercizi e commercio al dettaglio SDGZ-URES

~ Okusi Krasa 2019 Vonj po kavi

19. oktober - 10. november 2019 (in še naprej)

Pobuda Okusi Krasa bo obiskovalcem nudila nepozabno kulinarčno izkušnjo skozi čas. Letošnji jedilniki so tradicionalno obarvani, a ohranjajo obenem inovativni pridih. Letošnja tematika je **KAVA**. Udeleženci pobude vas bodo presenetili z izvirnimi in okusnimi meniji in recepti.

Dogodek nudi gostincem priložnost, da izrazijo svojo kreativnost in ovrednotijo kraško kulinarčno dediščino. Jedi bodo oplemenitila kraška vina, ekstra deviško olivno olje, kraški sir, med in drugi kraški proizvodi.

Pekarne nudijo tipične slaščice in kruh iz domače moke, mlete na mlinjski kamen. V **kotičku tipičnih pridelkov** pri sodelujočih ponudnikih bodo med prireditvijo in tudi pozneje na prodaj domači pridelki v sodelovanju s konzorciji in organizacijami pridelovalcev.

Tudi letos so na voljo posebni darilni paketi **Okusov Krasa**.

Ne le vino in kulinarika. Poti skozi naravo in kulinariko z vodiči Curiosi di Natura.

Na spletu. Dodatne informacije o jedilnikih, ponudnikih, proizvajalcih in dogodkih na spletnem naslovu www.okusikrasa.net in na naši FB strani.

Obiščite naše gostilne, pekarne in trgovine, kjer boste imeli na voljo poleg dovršeno pripravljenih menijev tudi kotiček kraških dobrot, kjer boste lahko kupili darilne pakete Okusov Krasa.

Paola Zivic in Mirjam Malalan

Predsednici gostinske sekcije in sekcije trgovine na drobno SDGZ



~ Flavours of Karst

From 19th October to 10th November 2019

The restaurants associated to the Regional Slovenian Economic Association invite you to discover the “Flavours of Karst”. Take the opportunity to taste the typical Karst cuisine and enjoy its excellent specialties. Typical products and, above all, typical dishes. High quality wines (Malvasia, Terrano, Vitovska, Glera), extra virgin olive oil, genuine cheese of the Karst region, honey, Trieste coffee and other typical products will be the perfect supplement to the dishes you can taste at the local restaurants. In addition to bread and cakes produced by traditional bakeries, local products will be on sale at restaurants and groceries in “Typical product corners”. Food & wine evenings and cultural events will also be organized. Besides the food and the products, if you stay at a local hotel, you will have the opportunity to enjoy the Karst paths, the Mitteleuropean, neoclassic, multicultural and scientific Trieste, the remains of the Great War - also on the Isonzo Karst - as well as the Adriatic Sea from Muggia to Sistiana.

INFO: www.saporidelcarso.net; www.ures.it.

Slovenian Regional Economic Association Friuli Venezia Giulia - Italia

~ Karstgenüsse

Vom 19. Oktober bis 10. November 2019

Die Slowenische Regionale Wirtschaftsunion lädt wieder zu “Karstgenüssen” ein. So heißt die Initiative, in deren Rahmen Karstspezialitäten vorgestellt werden. Entdecken Sie die gutbürgerliche Karstküche und lassen Sie sich verführen! Typisches und vor allem Herzhaftes. Qualitätsweine (Malvasia, Terrano, Vitovska, Glera), Natives Olivenöl extra, Käse, Honig, Kaffee aus Triest und vieles mehr rundet die Kreationen unserer Gastronomen ab. Neben Brot und Backwaren in den Bäckereien gibt es auch Typisches in den “Spezialitäten-Ecken” in Restaurants und Lebensmittelläden; dort finden auch Öno-, Gastronomie- und Kulturabende statt. Und wenn Sie sich einige Tage länger hier aufhalten, dann erkunden Sie doch auch einmal die Wanderwege auf dem Karst, das mitteleuropäische, klassizistische und multikulturelle Triest, das heute auch Standort vieler wissenschaftlicher Einrichtungen ist, sowie die Schauplätze des Ersten Weltkrieges der Adria-Küste entlang zwischen Muggia und Sistiana und weiter nördlich am Fluss Isonzo.

INFO: www.saporidelcarso.net; www.ures.it.

Slowenische Regionale Wirtschaftsunion Friaul-Julisch Venetien - Italien



Premiate trattorie italiane

Nel 2018 abbiamo iniziato una bellissima collaborazione con il gruppo delle Premiate Trattorie Italiane che hanno una visione molto simile a quella dei Sapori del Carso. La voglia di condividere un'esperienza, un percorso e una storia, li ha uniti diversi anni fa e da allora lavorano sinergicamente in piena armonia con la loro famiglia e la clientela. Le trattorie che, con tutta la famiglia dirigono, rappresentano per loro qualcosa in più di un semplice luogo del mangiare bene. È infatti loro intenzione comunicare una zona, promuovere un territorio e realizzare un progetto di salvaguardia delle loro antiche tradizioni e dei prodotti tipici. Il paesaggio che fa da sfondo è la cucina italiana, nella sua complessità, nelle sue sfaccettature e nel suo campanilismo. Un panorama variegato di cucine unite dalla voglia di perseguire un fine comune: salvare la tradizione, innovandola e proiettandola nel futuro. Un giro d'Italia di tavola in tavola, di cucina in cucina, di uso in costume. La varietà delle loro ricette rende bene l'idea del complesso panorama gastronomico italiano, ricco di cibi e di storia, unito dalla sola sintassi del pasto, la quale rende la nostra cucina unica al mondo: antipasto, primo, secondo e dessert.



V letu 2018 smo začeli odlično sodelovati s skupino Premiate Trattorie Italiane, ki ima podobno vizijo kot skupina Okusi Krasa. Želja po izmenjavi izkušenj, mnenj in zgodb je gostilne združila že pred nekaj leti; odtlej delujejo povezano in ustvarjajo nova stičišča med družinsko tradicijo in strankami. Družinske gostilne so namreč nekaj več kot le središče dobre hrane: njihov cilj je promocija italijanskih regij in njihovih teritorialnih posebnosti ter zaščita tradicionalnih postopkov in pridelkov. Združuje jih italijanska kuhinja s svojo kompleksnostjo, raznolikostjo in vpetostjo v lokalno specifiko. Razvejano skupino gostiln povezuje želja po doseganju skupnega cilja: zaščititi tradicijo, a jo tudi prevetriti in razvijati. V raznolikosti receptov se zrcali razgibana gastronomska podoba Italije. Iz bogate zgodovine izhajajo recepti za jedi, ki sestavljajo »pravi italijanski obrok«, zaradi katerega je ta kuhinja edinstvena na svetu: predjed, topla jed, glavna jed in sladica.



La filiera del caffè a Trieste, Città del caffè

L'Associazione Caffè Trieste, operante dal 1891, attualmente raggruppa e rappresenta più della metà delle circa cinquanta aziende operanti a Trieste nella filiera del caffè che, complessivamente, contano più di mille impiegati diretti nel settore (e circa altri 800 nell'indotto) per un fatturato di 600 milioni di euro nel 2016. Dalla logistica all'import di materia prima, dalle trasformazioni (torrefazioni e decaffeinizzazione) ai laboratori professionali, dalle scuole di formazione alla ricerca e all'editoria. Diversi i settori di specializzazione che si riflettono anche nel fatto che l'Associazione è affiliata, a sua volta, alle principali associazioni del territorio.

L'Associazione intende sostenere la diffusione di una corretta cultura del caffè su diversi fronti, per questo collabora con enti e istituzioni del territorio per fornire le proprie competenze sia nella formazione (corsi per baristi, guide turistiche, imprenditori) sia nella divulgazione (presenza a convegni, edizione di libri, produzione di materiali). Trieste, d'altronde, è largamente riconosciuta come la "Città del Caffè", capace di attrarre e conquistare i turisti grazie anche a questo prodotto presente da secoli e che coinvolge la città in maniera trasversale, dal porto al centro, dagli operatori economici (bar, ristoranti) a quelli culturali (caffè storici legati alla letteratura, guide turistiche).

Eventi/ Dogodki:

Trieste Coffee Festival: 27. 10. 2019 – 3. 11. 2019.

7. 10. 2019 – Visita gratuita delle torrefazioni / Brezplačen ogled pražarn

3. 11. 2019 – Capo in B Championship



Oskrbovalna veriga kave v Trstu, mestu kave

Društvo kave Trst (Associazione Caffè Trieste) je bilo ustanovljeno leta 1891; trenutno združuje in zastopa več kot polovico od približno petdesetih podjetij, ki v Trstu poslujejo na področju oskrbe s kavo. V oskrbovalni verigi je neposredno zaposlenih več kot tisoč delavcev, dodatnih osemsto delovnih mest pa zagotavljajo povezani sektorji; prihodki od prodaje so v letu 2016 znašali 600 milijonov evrov. Dejavnosti segajo od logistike do uvoza surovin, od predelave (praženja in dekafeinizacije) do vodenja specializiranih laboratorijev, od izobraževanja do razvojnih raziskav in založništva. Zaradi svojega razvejanega delovanja je društvo povezano z drugimi najpomembnejšimi lokalnimi združenji.

Društvo namerava na različne načine podpreti popularizacijo prave »kulture kave«, zato sodeluje z lokalno skupnostjo in različnimi institucijami; za širjenje svojega znanja in strokovnih izkušenj prireja različne izobraževalne programe (tečaje za barmane, turistične vodiče, podjetnike ...) in promocijske dejavnosti (člani nastopajo na konferencah, društvo pa izdaja knjige in razno gradivo). Trst je znano kot mesto kave – turiste privablja in očara tudi s kavnimi napitki in izdelki, ki so tu prisotni že stoletja in transverzalno povezujejo različne mestne predele in dejavnosti: pristanišče in center, gostinstvo (bare, restavracije ...) in kulturne dejavnosti (tradicionalne kavarne, ki so povezane z literaturo, turistične vodnike ...).



L'Associazione
Caffè Trieste
Društvo kave Trst

Piazza Casali, 1 - Trieste
tel +39 040 3720265
(mercoledì 14-16)
C.F. 80015750328
info@assocaffetriste.it
www.assocaffetriste.it



Dove il Carso si scrive con la maiuscola

Il Carso è un paesaggio tra il Golfo di Trieste, i colli Birchini e la Valle del Vipacco. Viene scientificamente definito come Carso originario, che ha marcato con il suo nome molti fenomeni particolari ed eventi in natura. Perché il Carso è un paesaggio che è ancora una volta più grande, di tutto ciò che chiamiamo con questo nome, perché ha un altro "mondo" sotto la superficie, con numerose grotte e ricchezza d'acqua sotterranea. L'influenza dell'acqua sul calcare ha creato eccezionali forme naturali sulla superficie nel corso dei secoli. Il principale materiale creativo nel Carso è sicuramente la pietra. Ciò ha segnato in modo decisivo il patrimonio naturale e culturale del Carso, nonché l'immagine contemporanea di questa regione. La pietra non era solo un materiale da costruzione di base. Gli antenati ricoprivano il tetto di pietra, gli intagli di finestre e porte, i pozzi, i canali di scolo, le pareti attorno ai cortili, una varietà di cartelli e cappelle, persino i contenitori per la preparazione e la conservazione dei prodotti alimentari. Le pietre carsiche e gli scalpellini hanno co-creato importanti edifici ed edifici del mondo con questa pietra... Nel mondo moderno, la pietra è tornata ad essere un valore artistico di prim'ordine in ambienti residenziali e altri ambienti di vita. Se la pietra è un manoscritto del Carso e anche il suo vantaggio, non possiamo dire lo stesso per il terreno fertile e l'acqua. Entrambi sono sempre stati un simbolo della mancanza e delle difficoltà che le generazioni del popolo carsico stavano affrontando. Nel Carso c'era sempre poco terreno fertile e l'acqua rapidamente scompariva in un misterioso sottoterraneo. Parte del liquido e dell'umidità viene trattenuta dal famoso terreno carsico o terra rossa, che è ricca di minerali e quindi eccellente per la coltivazione della vite. Tutte queste condizioni naturali hanno modellato gli sforzi economici dell'uomo carsico, che ha sempre affrontato le difficoltà. Ogni area coltivata era praticamente "l'orto", dove la natura si mostrava generosa e ospitale con gli sforzi appropriati dell'uomo.

La landa carsica appare oggi come un pascolo inselvaticato, causato principalmente dall'abbandono della pastorizia, un'attività molto frequente in passato che consentiva di utilizzare le superfici disboscate. I muretti in pietra, che proteggevano la terra dall'erosione, le pietraie, i mucchi di pietre, le doline lavorate, arate e ripulite per la coltivazione – tutte queste sono tracce della lotta dell'uomo per la sopravvivenza e per la terra da cui ricavava tutto ciò che gli serviva per vivere. Una terra modesta, ma molto importante per la coltivazione ha creato e crea tuttora un'immagine peculiare del paesaggio carsico. Ecco perché è importante nei tempi moderni preservare e

sviluppare attività economiche, in particolare quelle agricole, che sono componenti fondamentali dello sviluppo sostenibile. Spesso parliamo del Carso come di un paesaggio unico. E la sua unicità sta nel fatto che fino ad oggi gli abitanti sono riusciti a preservare molte caratteristiche naturali incontaminate, che siano la ricchezza della flora in superficie o nelle profondità oscure di un misterioso mondo sotterraneo carsico. Non sorprende quindi che la ricchezza e le caratteristiche del Carso abbiano attirato l'attenzione di molti esperti e ispirato letterati e artisti.

L'architettura carsica fu adattata anche al paesaggio e allo stile di vita degli abitanti, che crearono tipici villaggi compatti e raggruppati con circa 100 case. Le abitazioni furono quindi costruite su pendii non fertili, che erano in realtà una continuazione della costruzione di insediamenti (noti come castellieri) dal periodo preistorico. Oltre a questi, ci sono molti piccoli villaggi e frazioni sul Carso, che modellano il tipico paesaggio di quest'area. Forse sul Carso, a differenza di altre zone, sono state conservate la maggior parte delle testimonianze del patrimonio architettonico, rappresentato dai cosiddetti tipi di abitazione mediterranea. La casa è stata completata nel corso storico, che è stato il risultato dall'espansione della famiglia, dal sistema di eredità e dallo sforzo economico familiare.

Dopotutto, non c'è da stupirsi che l'uomo sul Carso e con il Carso viva sin dai tempi remoti. I resti dei castellieri testimoniano la presenza dell'uomo sin dalla preistoria.

La bellezza del Carso cresce proprio dalla grandezza del suo ricco patrimonio culturale, che l'uomo carsico ha ereditato.

Sapori del Carso

Il vecchio proverbio dice: mangiamo per vivere, ma non viviamo solo per mangiare! Ciò significa che quando assaggiamo cibi e bevande, non lo facciamo solo per saziarci, ma anche per entrare nella quotidianità del luogo e dei suoi abitanti. Le caratteristiche della cultura del cibo, i sapori del Carso, ci aiutano così a conoscere anche il paesaggio carsico e le persone che lo abitano. Non solo per scoprire ma anche per distinguere la tipicità della cultura enogastronomica locale da quella di altre regioni. Per una società moderna che vive con ritmi sempre più veloci, è piacevole scoprire che la vita sul Carso scorre in modo lento, come i piatti tipici che si cucinano a lungo. La base della cucina carsica è la conoscenza. Le ricette per la preparazione di cibi e piatti vengono tramandate di generazione in generazione; le influenze delle cucine vicine, in particolare quella danubiana e italiana, che non erano le loro copie, ma si sono adattate per secoli alle condizioni naturali locali e alle esigenze della popolazione carsica. Il

segreto di una dieta carsica gustosa e salutare sta negli ingredienti locali selezionati che gli abitanti coltivano nei loro orti e nei campi e anche nell'intreccio di influenze slave, germaniche e romane. La cucina carsica fa parte della cucina mediterranea, caratterizzata dalla freschezza delle quattro stagioni. Questa tipica stagionalità è ricca di piante selvatiche, erbe aromatiche e frutti. Nel cibo delle festività, ogni celebrazione ha la sua leccornia. Tra questi ci sono štruklji, gubana, putizza, presnitz e pinza. Tra i cibi locali ci sono l'agnello e la selvaggina, che vengono preparati in molti modi gustosi. D'inverno, quando soffia la gelida bora, ci riscaldano piacevolmente i tipici minestrone e le zuppe, e non si può pensare di conoscere il Carso senza aver assaggiato la vera "jota", l'eccellente minestrone di crauti o rape, patate e fagioli.

Fino a qui è stato solo un primo assaggio: è il momento di entrare nel cuore della cucina carsolina.

Pane al pane

Pane – una parola breve ed elementare, un concetto di bontà e di sazietà. Solo farina selezionata, lievito e sale. Inizialmente cotto nel focolare, poi nel forno e oggi nel forno elettrico, ma è sempre stato pane. A seconda delle possibilità e delle condizioni familiari si faceva il pane quotidiano semplice, ma il più buono era quello delle festività, con l'aggiunta di latte e uova agli ingredienti base. Le "pancogole" triestine ovvero di Servola erano vere maestre nel fare e cuocere il pane, le bighe, la pinza, i cornetti, e rifornivano Trieste e altre città fino ai primi anni del XX secolo.

Dalle grotte ai formaggi

Per secoli sul Carso si è sviluppato l'allevamento di pecore e capre. La pastorizia era il settore agricolo di base nella preistoria. Con le loro mandrie, i pastori hanno usato persino le grotte carsiche come rifugi. Le pecore e le capre si adattavano molto meglio delle mucche ai pascoli carsici privi di risorse idriche. Circa cento anni fa ci furono grandi cambiamenti da quando il bestiame divenne sempre più importante e soprattutto sempre più numeroso. Oggi, i principali animali domestici sono le mucche che danno il latte per la produzione di prodotti lattiero-caseari, incluso il formaggio. I produttori lattiero-caseari offrono prodotti di alta qualità a base di latte di mucca, pecora e capra. L'ambiente carsico naturale è il miglior pascolo per questi animali e allo stesso tempo, il segreto dei prodotti lattiero-caseari di alta qualità dal loro latte.

L'olio più buono

Ne scrivevano già Marziale, Plinio e Strabone, decantando la tenacia delle piante di olivo triestine che resistevano ai potenti refoli di Bora. Nel 1689 il poligrafo Janez Vajkard Valvasor scrisse che oltre al vino più buono, ci sono anche molti ulivi che crescono a Trieste e nei suoi dintorni, producendo ogni anno una grande quantità di olio d'oliva. Nel Carso, l'olivo prospera negli ambienti naturali più estremi, dove ci sono ancora le condizioni per la sua crescita e fertilità. Proprio a causa di questa costante lotta per l'esistenza, le olive del Carso producono uno dei migliori e più preziosi oli d'oliva in Europa.

Sebbene gli alberi fossero rimasti saldamente aggrappati al terreno roccioso dell'altipiano carsico sin dall'epoca romana, la grande gelata del 1929 ne fece morire molti. Il gelicidio non decretò però il tramonto dell'olivicoltura cittadina. La peculiarità e le caratteristiche degli oli extravergini triestini hanno spinto anzi i produttori ad attivarsi per ottenere il riconoscimento della denominazione di origine protetta "Tergeste DOP". Oggi la varietà principalmente coltivata, frutto di una lunga selezione, è la Bianchera-Belica che rappresenta ben il 60% delle colture. Il suo nome si ipotizza derivi dal ritardo nel cambiamento del colore dell'oliva (invaiaura), lento e progressivo, che avviene difficilmente e soltanto a maturazione avanzata. Le altre varietà presenti sul territorio sono Leccino, Pendolino, Maurino, Frantoio e Leccio del Corno. L'amore della città verso l'olivicoltura trova la sua massima espressione in occasione di Olio Capitale, la più importante fiera italiana interamente dedicata all'extravergine d'oliva. L'evento, rivolto a un pubblico altamente specializzato ma aperta anche ai curiosi, presenta le migliori produzioni nazionali ed estere.



.....
III giornata nazionale della camminata tra gli ulivi
DOMENICA 27 OTTOBRE 2019 nelle Città dell'Olio italiane
(Comune San Dorligo della Valle e Duino Aurisina)
.....



Il pesce nuota due volte: la prima nel mare e la seconda nel vino!

Il Golfo di Trieste era ricco il pesce, che era un ingrediente importante nella dieta carsica. Significativo che tra i tanti pescherecci si sia conservato nel Golfo di Trieste lo zopolo - čupa (un'antica imbarcazione con scafo monossilo, simile alla piroga, tipica per questa zona) che oggi è la testimonianza più eccellente dell'antico patrimonio ittico sloveno.

I pescatori portavano il pesce più pregiato al mercato, mentre la m'ndaja (pesce piccolo) finiva nella padella di casa. Anche in questo caso l'inventiva delle cuoche è senza limiti, poiché a frugare tra le vecchie ricette, vengono fuori delle vere e proprie leccornie di pesce ed è un peccato che queste vadano perdute. Bruàdjet (il brodetto), i sardoni in savor, punjeni k'l'mari (calamari ripieni), tonno, seppie fritte all'uovo, sono i piatti più famosi... Protagonista assoluto dei piatti era il pesce azzurro, come lo è ancora nella cucina contemporanea.



È il miele, dolcezza!

Sul Carso triestino sono attivi un centinaio di apicoltori, soprattutto di piccole o medie dimensioni, per un totale di circa mille alveari presenti sul territorio. L'ambiente del Carso assicura all'apicoltura particolari condizioni di produzione perché vi crescono sia specie floristiche mediterranee che continentali. La particolarità delle associazioni vegetali che ne deriva permette ai nettari qui prodotti di essere facilmente distinguibili rispetto al resto della produzione italiana e slovena, proprio per la risultante aromatica. I mieli maggiormente diffusi sono quelli di millefiori, tiglio, acacia e marasca, prodotto, quest'ultimo, dal nettare che le api traggono dal *Prunus mahaleb*, un arbusto molto diffuso sull'altipiano.

Quel pizzico in più di cui non fare mai a meno

I Sapori del Carso vengono ulteriormente arricchiti dai profumi e dai sapori delle erbe aromatiche. Questi sono ingredienti praticamente obbligatori per la preparazione dei prodotti e dei piatti tipici locali. Una delle caratteristiche importanti della cucina carsica è la pervasione con sapori e profumi speciali. Tra le erbe carsiche più comuni ci sono la santoreggia e il finocchio. Le erbe vengono utilizzate per produrre preziosi estratti naturali e per la stagionatura del sale marino. Quest'ultima è una vera delizia gastronomica locale, preparata con sale dalle saline di Sicciole vicino a Pirano in Slovenia.

L'erba qui vicino è sempre più verde

Nella cucina carsolina rivestono molta importanza le erbe aromatiche. Ed è difficile immaginarci alcuni cibi locali senza la loro presenza. Basti pensare alle frittate primaverili (*frtalje*), arricchite da alcune erbe aromatiche di primo taglio, note per il loro potere nutrizionale e curativo. Come la maggiorana, elemento indispensabile negli spezzatini, negli arrostiti, nello *žvacet* e nelle *supete* (spezzatini di carne bianca) e formidabile nei famosi *štruklji*, e i fiori di finocchio, in grado di nobilitare ogni cibo: i salumi, la carne di maiale, il pesce, le uova, le verdure e i dolci.

Xe più giorni che luganighe!

Diceva così la saggezza popolare che ha segnato in modo pittoresco la festa delle "koline", le giornate in cui si ammazzava il maiale, che oltre alla tecnica di macellazione e produzione di prodotti a base di carne, è stata anche una speciale festa familiare e una celebrazione della comunità locale. Ogni fattoria carsica allevava almeno un maiale. La sua carne e i suoi prodotti dovevano essere sufficienti per un anno intero. I pezzi del maiale si affumicavano presso il focolare, si essiccavano e mantenevano perfettamente grazie al clima asciutto e alla Bora. Ancora oggi i prodotti simbolo del Carso sono il prosciutto, la spalletta, la pancetta, l'ossocollo, le eccellenti salsicce secche e così via.

Tutto il resto è contorno

Nella cucina carsolina, anche le verdure hanno un posto importante. Non pochi ricorderanno le insalate condite con i ciccioli o frize di maiale..., patate in tecia, verze, bieta, crauti acidi e rape, rape rosse (barbabietole), fagioli, fagiolini e sedano... Questi e altri, che in passato erano cibi modesti ma preziosi in tempi di diffusa povertà, compongono l'offerta vegetale della moderna cucina carsica. Oggi, ad esempio, si sta nuovamente riproponendo la rapa nella vinaccia (*repa tropinka*) ovvero la rapa macerata nelle vinacce rosse.

Non sarà mai la solita minestra

Le cuoche carsoline sapevano, con rara maestria, ricavare dal magro raccolto della terra degli ottimi minestrini. Preparavano molte cose, ma specialmente quello che traevano dal loro orto, e così nacquero deliziose miscele o minestre come la jota, la minestra d'orzo, la minestra di mais (*de bobici*)... La base delle minestre è molto semplice: patate, fagioli e verdure disponibili, un po' di aglio, cipolle e una grande quantità di sapienza e ingegnosità delle casalinghe. Ma i sapori miglioravano, se nella minestra compariva il maiale. In passato, questo era meno comune, ma nonostante ciò le minestre nei focolari e nelle stufe erano invitanti, con i loro profumi speciali. Il brodo si faceva solo nei giorni di festa o la domenica. Pertanto, possiamo giustamente affermare che il minestrone è una delle basi dell'arte culinaria carsica.

Pasta gustosa e con il gulasch molto di più!

Anche la pasta aveva, nell'ambito della cucina carsolina, un suo posto di rilievo. I maccheroni venivano acquistati, mentre le altre specialità si facevano in casa. Essa veniva servita ad esempio ai lavoratori stagionali o in occasione di festeggiamenti familiari. Con l'impasto di uova, farina e acqua le donne di casa preparavano i lezanji (tagliolini), i mlinzi (pasta arrostita e poi cotta) e i bleki (quadrati simili a toppe blek – toppe), e inoltre gli gnocchi, paste lievitate, e stagionalmente anche gli gnocchi di susine.

Una dolce fetta di Mitteleuropa

Trieste è un punto d'incontro tra Mediterraneo e Centro Europa, tra le culture dell'est e dell'ovest. Era inevitabile che queste contaminazioni finissero anche a tavola, ma non come la somma di queste culture, ma come adattamento innovativo alle esigenze locali quotidiane e festive degli abitanti. E così nacquero il presnitz, le fave, la putizza, la pinza e le Teresiane. Sono i dolci più tipici di Trieste, quelli che nascono da ricette antiche, tradizioni gelosamente custodite, e da tanti piccoli segreti di sapienti pasticceri. La caratteristica di tutti i dolci triestini non sta solo nel loro gusto pieno e completo, ma anche nel vero mosaico di colori e forme che deliziano occhi e palato. Inoltre, a Trieste, anche il profumo del pane appena fatto è qualcosa di sacro e primordiale. I panifici di Trieste e del Carso offrono il pane fatto con la farina casereccia macinata a pietra naturale, il pane alle noci e ai ciccioli, che raccontano di profonde radici mitteleuropee dai gusti decisi, schietti e sinceri, come anche il caffè e cioccolato.

La capitale del caffè

A Trieste, il caffè si lavora e si produce con successo, da più di 200 anni, ma soprattutto lo si beve con stile. Il legame tra Trieste e il caffè nasce nel Settecento, quando la città diventa porto franco ed è pronta a ricevere i chicchi provenienti dalle piantagioni di tutto il mondo: inizialmente per alimentare le caffetterie dell'Impero austroungarico - soprattutto viennesi - sino a diventare, nel Novecento, punto di riferimento mondiale per il caffè. Ancora oggi infatti in città è attiva - e si può visitare su richiesta - l'intera filiera produttiva. Gli eleganti caffè storici cittadini sono ormai vere e proprie attrazioni turistiche, ritrovo di artisti e letterati, spesso teatro di mostre e concerti.

Vino al vino

Uno strato poco profondo di terra rossa, che ricopre una tipologia di suolo per lo più rocciosa e nessun fiume superficiale. Tali condizioni, unite alla vicinanza al mare e alla marcata ventosità, fanno del Carso un "terroir" ideale per la coltivazione della vite. Grazie a un territorio armonioso, poco esteso e caratterizzato da un paesaggio che non è mutato troppo nei secoli, ci sono diversi vini di alta qualità che possono vantare una DOC Carso. Innanzitutto gli autoctoni Vitovska, Malvasia, Terrano e Glera in primis, ma anche Chardonnay, Sauvignon, Merlot e Refosco dal Peduncolo rosso. Il vino Prosecco, trae il suo nome proprio dalla località carsica dove venivano prodotti i vini cosiddetti "di Prosecco" che erano ritenuti a buona ragione vini di eccellenza in tutta Europa.

A questo proposito abbiamo conservato un'eccellente testimonianza del poligrafo Janez Vajkard Valvasor del 1689, quando scrisse ne "La gloria del Ducato di Carniola", che le viti più belle, sia bianche che rosse, sono coltivate intorno a Trieste, in una grande quantità, varietà e tipologie. E questo vino arriva anche in terre molto distanti. Nella vicina Duino, le viti sono eccellenti, e in particolare il famoso Prosecco, conosciuto in tutto il mondo, che nell'antico medioevo era chiamato Pucinum (sebbene Schönleben attribuiva il nome Pucinum a Duino, che da Duino dista solo un miglio). Lì si produce il vino di fama mondiale Prosekar, Reinfall in tedesco, Rifolium latino, del quale dicono che allunghi la vita. Soprattutto, Livia, la moglie dell'Imperatore Augusto a settant'anni, beveva questo vino in modo diligente... Un vino di lunga durata. Ad esempio, a Duino, fu servito all'imperatore Friderik un vino che aveva 100 anni.

Le origini dei vitigni carsici sono antichissime: il vino Pucino era decantato sin dai Romani, anche da Plinio il Vecchio. In epoca medievale e nei secoli successivi, grandi quantità qui prodotte venivano fornite ai regnanti di turno, dai Dogi di Venezia agli Asburgo d'Austria. Con il passare dei secoli e con l'espansione dell'urbanizzazione si sono persi centinaia e centinaia di ettari di vigneti e anche alcune varietà autoctone, ma l'antico primato che ci è stato tramandato, trova ideale continuità e testimonianza nei giovani viticoltori di oggi che, con passione e cura verso queste terre aspre, coltivate anche a terrazzamenti e pastini, vogliono riportare il Carso agli antichi fasti.

Ma come dice il proverbio? Dove finisce il Carso, finisce anche il Terrano!

Prof. dr. Janez Bogataj



Kjer se Kras piše z veliko začetnico

Kras je pokrajina med Tržaškim zalivom, Brkini in Vipavsko dolino. Strokovno ji rečemo tudi matični Kras, ki je s svojim slovenskim imenom označil številne posebne pojave in dogajanja v naravi. Beseda Kras je od slovenskega poimenovanja prešla v veliko svetovnih jezikov. Kras je dal ime tudi vedi, krasoslovju, ki se ukvarja z raziskovanjem kraških pojavov. Kajti Kras je pokrajina, ki je še enkrat večja po obsegu vsega kar označujemo s tem imenom, saj ima še en "svet" pod površjem, s številnimi jamami in podzemnim vodnim bogastvom. Vpliv vode na apnenčasta tla je v stoletjih ustvaril izjemne naravne oblike na površju.

Glavno ustvarjalno gradivo na Krasu je prav gotovo kamen. Ta je odločilno zaznamoval kraško naravno in kulturno dediščino in tudi sodobno podobo te pokrajine. Kamen ni bil le temeljno gradivo za gradnjo stavb. S kamnom so si predniki pokrivali strehe, izklesali okenske in vratne okvirje, vodnjake, odtočne žlebove, zidove okoli dvorišč, najrazličnejša znamenja in kapelice, celo posode za pripravo in konzerviranje živil. Kraški kamnarji in kamnoseki so s tem kamnom sooblikovali pomembna svetovna poslopja in stavbe...Tudi v sodobnem svetu je kamen postal spet vrhunska likovna vrednota v bivalnih in siceršnjih življenjskih okoljih.

Če je kamen rokapis Krasa in njegova prednost, tega ne moremo trditi za rodovitno prst in vodo. Obe sta bili vedno simbol pomanjkanja in težav, s katerimi so se soočale generacije kraševcev. Na Krasu je bilo vedno malo rodovitne prsti, voda pa se je hitro izgubljala v skrivnostno podzemlje. Nekaj tekočine in vlage je zadrževala in zadrži znamenita kraška rdeča zemlja ali terra rossa, ki je bogata z minerali in zato odlična za gojenje vinske trte. Vsi ti naravni pogoji so sooblikovali gospodarska prizadevanja kraškega človeka, ki se je neprestano soočal s težavami. Vsaka obdelovalna površina je bila tako rekoč "vrt", kjer se je narava pokazala radodarno in gostoljubno ob ustreznem prizadevanju kraškega človeka.

Ena od kraških posebnosti so tudi gmajne, danes pogosto zaraščeni nekdanji pašniki, ki so bili povezani s pašno živinorejo. Pred stoletji so izsekali kraške površine in jih očistili kamenja. Kamne so zložili v zidove ali groblje, ki so ščitili rodovitno prst pred erozijami. V vrtačah ali dolinah, ki so prav tako značilnost kraških gmajn, so si uredili obdelovalne površine, ki so jim omogočale pridelavo temeljnih živil... Zato kraške gmajne niso samo predmet občudovanja naravnega okolja ampak predvsem pričevanje o človekovi skrbi za ohranitev obdelovalne zemlje, ki jim je zagotavljala najnujnejše za preživetje. Skromna, a vsekakor pomembna obdelovalna zemlja je ustvarjala in ustvarja posebno podobo kraške krajine. Zato je tudi v sodobnosti pomembno njeno ohranjanje ter razvoj gospodarskih dejavnosti, zlasti kmetijskih, ki so temeljne sestavine trajnostnega razvoja. Večkrat govorimo o edinstveni kraški pokrajini. In ta njena edinstvenost je predvsem v

tem, da je do današnjih dni uspela ohraniti veliko neokrnjenih naravnih posebnosti, naj bo z rastlinskim bogastvom na površini ali v temnih globinah skrivnostnega kraškega podzemlja. Zato ne preseneča, da so bogastvo in posebnosti Krasa že pred stoletji pritegnili pozornost številnih strokovnjakov ter navdihovali literate in likovne umetnike. Tudi kraško stavbarstvo se je prilagodilo pokrajini in načinu življenja prebivalcev, ki so ustvarili značilne strnjene, gručaste vasi z okoli 100 hišami. Bivališča so torej gradili na nerodovitnih brežinah, kar je bilo pravzaprav nadaljevanje gradnje naselij (danes jim pravimo kaštelirji) že iz prazgodovinskega obdobja. Poleg teh je na Krasu še veliko manjših vasi in zaselkov, ki sooblikujejo značilno podobo pokrajine. Morda je na Krasu, za razliko od drugih slovenskih pokrajin, ohranjenih največ pričevanj stavbne dediščine, ki jo predstavlja t.i. sredozemski tip domačije. Ta se je v zgodovinskem razvoju dograjevala, kar je bila posledica širjenja družine, sistema dedovanja in gospodarskega prizadevanja družine.

Po vsem povedanem ni nobeno presenečenje, da človek na Krasu in s Krasom živi že od t.i. davnine. Ostanki gradišč pričajo o naseljenosti tega ozemlja že najmanj od rimskih časov. Sodobnost Krasa pa raste ravno iz razsežnosti njegove bogate kulturne dediščine, ki jo je kraški človek podedoval ter jo še dandanes razvija preko navezanosti na svojo zemljo in korenine.

Okusi Krasa

Star pregovor pravi: Jemo, da živimo, a ne živimo, da bi le jedli! To pomeni, da ob okušanju živil, jedi in pijač ne polnimo le naših želodcev ampak lahko predvsem spoznavamo vsakdanjike in praznike Krasa in njegovih ljudi. Prav značilnosti prehranske kulture nam pomagajo spoznavati kraško pokrajino in prebivalce. Ne le spoznavati ampak tudi razlikovati od drugih pokrajin in območij v Sloveniji in sosednjih državah. Za sodobno družbo hitenja in divjanja je morda najbolj pomembno, da življenje na Krasu teče tako počasi, kot se počasi kuhajo značilne kraške jedi. Temelj kraške kuhinje je znanje. Recepti za pripravo živil in jedi prehajajo iz roda v rod, vplivi sosednjih kuhinj, zlasti podonavske in italijanske, pa niso bile njihove kopije ampak so se skozi stoletja prilagajali lokalnim naravnim pogojem in potrebam kraškega prebivalstva. Skrivnost okusne in zdrave kraške prehrane je namreč v izbranih lokalnih prehranskih sestavinah, ki jih Kraševci vzgajajo na svojih vrtovih in njivah ter v prepletanju slovanskih, germanskih in romanskih vplivov. Kraška kuhinja sodi v okvir sredozemske kuhinje, za katero je značilna svežina štirih letnih časov. To značilno sezonskost bogatijo divje rastline, dišavnice in sadje. V praznični prehrani ima vsako praznovanje svojo dobroto. Med njimi izstopajo štrukliji, gubanca, potica, presenc in pinca. Med mesnimi živili izstopata jagnjetina in divjačina, ki ju pripravljajo na več okusnih načinov v številnih jedeh. V Časih, ko piha mrzla burja,



odlično ogrejejo razne juhe in enolončnice ali mineštre; med slednjimi je najbolj značilna mineštra iz kislega zelja in repe, z dodatkom krompirja in fižola. Iz Karnije se je na Kras razširila tudi jota ...

Naj bo to le za ogrevanje in srečanje s prvimi okusi. Poglejmo v želodec Krasa še nekoliko podrobneje...

Če človek pol sveta obteče, najboljši kruh doma se peče...

Kruh - kratka beseda in na videz enostavna izdelava temeljnega živila. Samo izbrana moka, kvas in sol. A ne pozabimo, tu je predvsem eno veliko znanje, ki človeku omogoča ustvarjati pojem sitosti in dobrote. Najprej pečen na ognjišču, potem v peči in danes v električni pečici, a vedno je bil le kruh. Po možnosti in stanju družinske ekonomije vsakdanji, za praznike pa boljši, ko so se temeljnim sestavinam priključila še jajca in mleko. Tržaške oz. škedenjske krušarice so bile prave mojstrice za izdelavo in peko hlebov, big, pinc in rogljičev ter so z njimi zalagale Trst ter druga mesta vse do prvih let 20. stoletja.

Česa je več? Sira ali lukenj?

Stoletja sta bili na Krasu razviti ovčereja in kozjereja. Pastirstvo je bila temeljna kmetijska panoga že v prazgodovini. Pastirji so s svojimi čredami izkoriščali celo kraške jame za zatočišča. Ovce in koze so se veliko bolj kot krave prilagajale kraškim pašnikom brez vodnih virov. Pred približno sto leti je prišlo do večjih sprememb, saj je govedo postajalo vse bolj pomembno in predvsem številčno. Danes so glavne domače živali krave, ki dajejo mleko za izdelavo mlečnih izdelkov, med katerimi je tudi sir. Proizvajalci mlečnih proizvodov ponujajo vrhunske izdelke iz kravjega, ovčjega in kozjega mleka. Naravno kraško okolje je najboljša paša za te živali in hkrati argument vrhunske kakovosti mlečnih izdelkov iz njihovega mleka.

Naj življenje teče kot olivno olje!

O odličnosti olivnega olja so pisali že Martial, Plinij in Strabon. Hvalili so trdoživost tržaške oljke, ki se stoletja pogumno zoperstavljala močnim sunkom burje. Polihistor Janez Vajkard Valvasor je leta 1689 zapisal, da v Trstu in okolici poleg najodličnejšega vina raste tudi veliko oljk, od katerih vsako leto iztisnejo veliko količino oljčnega olja. Na Krasu raste oljka na najbolj poslednjih naravnih okoljih, kjer so še pogoji za njeno

uspešno rast in plodnost. Prav zaradi te neprestane borbe za obstoj, dajejo kraške oljke enega najboljših, najbolj plemenitih oljčnih olj v Evropi. Čeprav so bile oljke v ta tla trdo zakoreninjene že v času starih Rimljanov, jih je poledica leta 1929 skoraj popolnoma uničila. A to ni prelomilo tradicije tržaškega oljkarstva, ki se ponša z značilnostmi in posebnostmi ekstra deviškega oljčnega olja. Zanj so oljkarji pridobili priznanje DOP Tergeste (ZOP Trst). Najbolj množična sorta oljke je danes belica. To je sad dolgoletne selekcije in predstavlja kar 60 odstotkov vseh nasadov. Njeno ime nam pove, da se barva oljke spremeni kasneje, počasi, postopno in le ob polni zrelosti sadeža. Druge lokalne sorte so leccino, pendolino, maurino, frantoio in leccio del corno. Ljubezen mesta Trsta do oljkarstva se izraža predvsem s sejmom Olio Capitale. To je najpomembnejši italijanski sejem, ki je v celoti posvečen ekstra deviškemu oljčnemu olju. Sejem je sicer namenjen strokovni javnosti, privabi pa tudi mnoge radovedneže, saj se na njem predstavljajo najboljše italijanska in druga olja.



III državni dan pohodov med oljkami
NEDELJA, 27. oktobra 2019, v italijanskih mestih olja
(Občina Dolina in Devin Nabrežina)



Vsaka riba plava dvakrat: enkrat v morju in drugič v vinu!

Tržaški zaliv je bil poln ribjega bogastva, zato so bile morske ribe pomembna sestavina v prehrani Krasa. Verjetno ni brez pomena podatek, da se je med številnimi ribiškimi plovili ohranil prav v Tržaškem zalivu ribiški čoln deblak ali čupa, ki je danes najodličnejše pričevanje o davni slovenski ribiški dediščini. Ribiči so lovili večje ribe za tržišče, manjše ali m'ndaja pa so končale na domovih v ponvah. V družinskih kuhinjah so razvili številne ribje jedi, ki odslikujejo izjemno iznajdljivost kuharic. Še danes stari recepti ponujajo izjemne ribje poslastice in njihove okuse. Ribja enolončnica ali brudjet (brodet), sardele in sardoni v marinadi ali srduni u šavorju, nadevani kalamari ali punjeni k'l'mari, na različne načine pripravljena tuna, ocvrte sipe z jajcem in še bi lahko naštevali različnosti morskih bogastev. Največkrat je na krožniku gospodovala plava riba, ki tudi v današnjih časih spet dobiva pomembno mesto v zdravi prehrani.

Tu zgledujte se lenuhi, pri tej mali, marni muhi!

Danes na tržaškem Krasu deluje približno sto manjših in srednje velikih čebelarjev, ki imajo na tem območju kakih tisoč panjev s čebeljimi družinami. Kras je namreč odlično naravno okolje za razvoj čebelarstva: tu uspeva in cveti tako sredozemsko kot celinsko rastlinje. Zaradi tega se nektar, ki ga proizvajajo čebele na tem območju, razlikuje od ostale italijanske in slovenske proizvodnje po posebni aromi. Najpogostejši so cvetlični, lipov, akacijev in med rešeljike ali rašeljike. Slednjega nabirajo čebele na drevesih ali grmih (Prunus mahaleb), ki so na Krasu dokaj pogosti.

Okus določajo ščepci...

Okuse Krasa dodatno bogatijo vonji in okusi kraških zelišč. Ta so tako rekoč obvezne sestavine za pripravo tipičnih kraških proizvodov in jedi. Ena od pomembnih značilnosti kraške kuhinje je namreč prežetost s posebnimi okusi in vonji. Med najbolj pogostimi kraškimi zelišči sta šetraj in koromač. Zelišča izkoriščajo za pripravo dragocenih naravnih izvlečkov in za začinjenost morske soli. Slednja ja prava lokalna gastronomska poslastica, ki jo pripravljajo s soljo iz Sečoveljskih solin v bližini slovenskega Pirana.

Zakaj nam je nos ravno nad usti?

V kraški kuhinji so imele dišavnice vedno pomembno mesto. Brez njih si nekaterih jedi skorajda ne moremo predstavljati. V pomladnem obdobju so bile to jajčne omlete ali frotalje, obogatene z raznimi mladimi dišavnicami, iz katerih so ljudje poleg hranljivosti črpali tudi zdravilne snovi. Med temi dišavnicami sta bila pogosta majaron, ki je nenadomestljiv v golažih, pečenkah, žvacetu in šupetah, tudi v kuhanih štrukljih in koromačevo cvetje, ki je lahko obogatilo vso hrano: od suhih mesnin, svinjskega mesa, rib, jajc do zelenjave in sladic.

Je več dni kot klobas

Tako pravi ljudska modrost in slikovito označi praznik kolin, ki je bil vedno poleg same tehnologije zakola in izdelave mesnih izdelkov tudi posebno družinsko praznovanje in praznovanje lokalne skupnosti. Vsaka kraška domačija je zredila vsaj enega prašiča. Njegovo meso in mesni izdelki so morali zadostovati za celo leto. Kose svinjskega mesa so dimili nad ognjiščem, posebno obliko konzerviranja predstavlja sušenje na kraški burji. Še danes so pravo razpoznavno znamenje kraških suhih mesnin pršut, pleče, panceta, zašink ali sešivnik, odlične suhe klobase idr.

Zelenjava na rdeči zemlji

V kraški kuhinji ima tudi zelenjava pomembno mesto. Ni malo tistih, ki se ne bi spomnili solate, zabeljene z ocvirki..., pa krompirja v kozici, vrzuot (ohrovč), bledeza (blitva), kislega zelja in repe, rebet (rdeča pesa), fižola, fižoleta (stročji fižol) in šelina (zelena)... Vse to in še kaj, kar je v preteklosti predstavljalo skromno, a okusno hrano pogoste revščine, sestavlja zelenjavno ponudbo sodobne kraške kuhinje. Tako se npr. ponovno uveljavlja izjemna repa tropinka, ki jo kisajo na tropinah rdečega grozdja.

Ime, ki vse pove! Mineštre!

Vse kar je zraslo na skopi kraški zemlji, so kuharice mojstrsko uporabile za pripravo okusnih zelenjavnih enolončnic. Namešale so marsikaj, predvsem tisto, kar so imele na svojih plantah in tako so nastale okusne mešanice ali mineštre, kot so jota, ječmen (ričet), kaša sjerkova (koruzna kaša)... Temelj minešter je zelo enostaven: krompir, fižol in zelenjava, ki je na voljo, še malo česna, čebule ter velika mera znanja in iznajdljivosti gospodinje. Okusi so najbolj popolni takrat, če v mineštro stopi svinja. V preteklosti

je bilo to bolj poredko, a kljub temu so mineštre na ognjiščih in štedilnikih vabile z izbranimi vonjavami. Kajti juhe so bile del jedilnih obrokov le ob nedeljah in praznikih. Zato upravičeno lahko zatrdimo, da so mineštre eden od temeljev kraške kulinarike.

Okusne testenine; z golažem še bolj!

Pašta ali testenine so v kraški kuhinji zavzemale precej pomembno mesto. Razlikovati moramo med makaroni, ki so jih kupovali, in testeninami, ki so nastajale pod prsti gospodinj na domovih. Slednje so bile pogosta ali celo obvezna jed po zaključku del in opravil, ko so na kmetijah pomagali tudi dninarji. Prav tako so bile testenine eden od obrokov na družinskih praznovanjih. Iz jajc, moke in vode so gospodinje zamesile testo za lezanje (lazanja), mlince, bleke (vrsta kvadratnih rezancev), pripravile so njoke (svaljki), snidjene žličnike (vzhajani žličniki), v sezoni tudi njoke s čješpami (češpljevi cmoki) idr.

Kraške sladkosti

Zaradi stoletnega stičišča Trsta s severom in jugom, vzhodom in zahodom, Sredozemljem in Srednjo Evropo, se tudi v prehrani odraža preplet vseh teh kultur. Vendar ne kot njihov seštevček ampak kot inovativna prilagoditev lokalnim vsakdanjim in prazničnim potrebam prebivalcev. Tako so nastale in nastajajo značilne tržaške sladice, kot so presenc, potica, pinca, fave in Trzinke (Le Teresiane). Te tržaške slaščice so ponavljanje starih receptov in tudi iskanje novih sladkih pregreh, ki jih ustvarjajo peki in slaščičarji. Značilnost vseh tržaških slaščic ni le njihov poln in popoln okus ampak pravi mozaik barv in oblik, ki razveselijo celo oko, saj danes jemo vedno bolj tudi z očmi. Tržaške in kraške pekarne ter slaščičarne ponujajo hišni kruh, iz moke, mlete med mlinskima kamnoma, ter potice, kruh z orehi in ocvirki, mamljive tržaške in srednjeevropske sladice, tudi posebne vrste kave in čokolade.

Za ene kava, za druge kafé

Kavna tradicija Trsta sega v osemnajsto stoletje, ko je mesto postalo prosto pristanišče. Vanj so dovažali zrna kavovca s svetovnih plantaž. V Trstu torej že več kot 200 let predelujejo in pražijo kavo ter ustvarjajo aromatične kavne mešanice. Zlasti v 20. stoletju je Trst postal svetovno znan po odlični kavi. Kavo tukaj pijejo s posebnim slogom in za pitje veljajo posebni obredi. Mesto še danes slovi po številnih pražarnah kave, ki jih lahko po predhodnem dogovoru tudi obiščete. Elegantne tržaške zgodovinske kavarne so prava turistična atrakcija. V njih se zbirajo tako turisti kot književniki, pogosto v njih prirejajo razstave in koncerte.

Iz trte v grozdje, iz grozdja v vino, iz vina v ...

Tanka plast zemlje, ki prekriva pusta kamnita tla, pomanjkanje površinskih vodotokov, vetrovno podnebje in bližina morja ustvarjajo na Krasu idealno okolje za gojenje vinske trte. Okolje sicer ni obsežno, a vinogradniki in vinarji ustvarjajo veliko kakovostnih vin z oznako DOC Carso (ZOP Kras). To so predvsem avtohtona vina, kot so vitovska, malvazija, teran in glera, a tudi chardonnay, sauvignon, merlot in refošk. Sladki prošek naj bi dobil svoje ime prav po Proseku na kraški planoti, kjer so že pred stoletji pridelovali t.i. proseška vina, ena najboljših v Evropi. O tem imamo ohranjeno odlično pričevanje kranjskega polihistorja Janeza Vajkarda Valvasorja iz leta 1689, ko je v Slavi vojvodine Kranjske zapisal, da okoli Trsta rastejo najodličnejše vinske trte, tako bele kot rdeče, in to v veliki količini, raznolikosti in raznoterosti vrst. In to vino vozijo tudi v nekatere zelo oddaljene dežele. V bližnjem Devinu je vinska trta odlična, zlasti pa v Proseku, ki so ga v starem veku imenovali Pucinum (čeprav Schönleben ime Pucinum pripisuje Devinu, ki je od Devina oddaljen samo eno miljo). Tam pridelujejo svetovno znano vino prosek, nemško Reinfall, latinsko Rifolium, za katerega pravijo, da podaljšuje človeško življenje. Zlasti pridno ga je pila Livija, soproga cesarja Avgusta pri svojih sedemdesetih letih... To vino hranijo dolgo časa. Tako so na primer v Devinu postregli cesarju Frideriku s takim vinom, ki je bilo staro sto let.

Vinogradništvo in vinarstvo na Krasu ima torej dolgo tradicijo. Že Plinij starejši je v rimskih časih opeval vino pučino. V srednjem veku in kasneje so velike količine tukajšnjih vin izvažali na dvore tedanjih vladarjev, beneških dožev in avstrijskih Habsburžanov. Skozi stoletja je urbanizacija izbrisala na stotine hektarov vinogradov in tudi nekatere avtohtone sorte so izginile, a tradicija je kljub temu preživela. Danes to bogato vinogradniško in vinarsko dediščino nadaljujejo mladi vinogradniki, ki želijo na tej suhi zemlji, na terasah ali v paštnih, z ljubeznijo in predanostjo povrniti kraškim vinom nekdanjo slavo.

Sicer pa, kako že pravi pregovor? Kjer je konec Krasa, je tudi konec terana!

Prof. dr. Janez Bogataj



Ristoranti
e trattorie
Restavracije
in gostilne

Ristorante - Restavracija
El Fornel

Trieste / Trst (TS)
Via / Ulica dei Fornelli 1
Tel. / Fax +39 040 322 0262
info@elforneltrieste.com
www.elforneltrieste.com
Chiuso: martedì
Zaprto ob torkih



Immergersi nel sapore antico del pesce a due passi dalle rive cittadine. El Fornel si trova in mezzo alle viuzze della città vecchia, dietro a Piazza Unità nei pressi dell'hotel Portacavana.

Le lučaj od tržaškega nabrežja vas bodo omamili ribji okusi. El Fornel se nahaja sredi uličic starega mesta, za Velikim trgom (Piazza Unità) in blizu hotela Portacavana.

~ **menu**

Guazzetto di cozze al profumo di caffè
Pasticcio di pesce bianco al caffè espresso
Filetto di pesce bianco marinato al caffè
Polentina alla caffeina
Dolce del momento naturalmente al caffè
Caffè balcanico

Obara iz klapavic z vonjem po kavi
Ribja lazanja s kavo espresso
V kavi mariniran file bele ribe
Polentina s kofeinom
Dnevna sladica, seveda s kavo
Balkanska kava

35,00 € (acqua e 1/4 di Malvasia o Terrano compreso - vključno z vodo in 1/4 l malvazije ali terana)

~ **Ricetta Sapori del Carso / Recept Okusi Krasa**

**Filetto di pesce bianco
marinato al caffè**

~ **Ingredienti**

pesce bianco sfilettato

Per la marinatura:

caffè liquido

olio d'oliva

sale

aglio e pepe

farina

~ **Preparazione del piatto**

Pulite il pesce e immergetelo un paio d'ore in una marinatura preparata con gli ingredienti di cui sopra, dopo averlo scolato e asciugato, porgete il pesce in un tegame con un po' di olio d'oliva e a basso fuoco cuocete per un paio di minuti, fino che non prende colore. Passate il pesce cotto nel piatto di servizio e aggiungete sopra un po' di salsa, creata sempre dal sugo della marinatura ma con l'aggiunta di un po' di farina.

**V kavi mariniran
file bele ribe**

~ **Sestavine**

file bele ribe

Za mariniranje:

kuhana kava

oljčno olje

sol

češnik in poper

moka

~ **Postopek**

Ribo očistimo in jo položimo za nekaj ur v marinado, pripravljeno z zgoraj navedenimi sestavinami. Ribo nato odcedimo in posušimo, jo položimo v posodo z oljčnim oljem in pečemo na nizkem ognju nekaj minut do zlatorumene barve. Marinado segrejemo ter dodamo malo moka, da se zgosti. Ribo položimo na krožnik in jo prelijemo s pripravljeno omako.



Trattoria – Gostilna

Ošterija Ferluga



Conconello / Ferluga (TS)

Via / Ulica Bellavista 12

Tel. +39 347 1396133

dimitriferluga@gmail.com

Chiuso: lunedì e martedì

Zaprto ob ponedeljkih in torkih

L'osteria è attiva da più di un secolo, dopo molti anni è stata ripresa in gestione da Dimitri Ferluga, originario del luogo. La trattoria è situata in una posizione privilegiata, dove il Carso incontra il mare. Dalla terrazza il panorama spazia dal monte Slavnik, al Golfo di Trieste, fino alle Dolomiti. L'osteria offre piatti tipici carsici e piatti di mare.

Ošterija obratuje že več kot stoletje in jo po dolgih letih spet upravlja domačin Dimitri Ferluga. Gostilna se nahaja na ugodni legi na stičišču med Krasom in morjem, saj se s terase razprostira pogled od Slavnika do Dolomitov preko Tržaškega zaliva. Gostilna nudi značilne domače kraške in morske jedi.

menu di carne / mesni meni

Formaggio caprino del Carso con miele e noci

Tagliatelle al caffè con salsa ai quattro formaggi, nocciole e noci

Arrotolato arrosto di maiale ripieno di frittata e speck

Verze in "teca"

Tiramisù

Kraški kozji sir z medom in orehi

Kavni rezanci v omaki s štirimi siri, lešniki in orehi

Svinjska pečenka, polnjena s frotaljo in slanino

Dušen ohrovt

Tiramisù

27,00 € (incl. ¼ vino e ½ minerale a testa - vključno ¼ l vina in ½ l vode na osebo)

menu di pesce / ribji meni

Gamberetti in salsa rosa

Tagliatelle al caffè con scampi "alla busara"

Brodetto di pesce con la polenta

Spinaci in agrodolce

Tiramisù

Koktajl z rakci

Kavni rezanci s škampi "na buzaro"

Brodet s polento

Sladko-kisla špinaca

Tiramisù

30,00 € (incl. ¼ vino e ½ minerale a testa - vključno ¼ l vina in ½ l vode na osebo)

Ricetta Sapori del Carso / Recept Okusi Krasa

Tagliatelle al caffè

~ Ingredienti per 4 persone

farina 450 gr
acqua 250 ml
sale q.b.
caffè liquido: 4 tazzine
caffè in polvere: q.b.

~ Preparazione

Impastate la farina, acqua e sale. Durante l'impastamento aggiungete il caffè liquido per creare il colore delle tagliatelle, verso la fine dell'impastamento aggiungete una spruzzata di caffè in polvere per creare il gusto e l'aroma tipico del caffè.

~ Scampi alla busara

olio extra vergine di oliva
cipolla bianca
½ spicchio d'aglio
12/15 scampi
4 pomodori e un po' di salsa di pomodoro
bicchiere di vino bianco
sale q.b.

~ Preparazione

Dorate gli scampi con cipolla e 1/2 spicchio aglio e olio extra vergine di oliva. Cuocete in pentola i pomodori a cubetti e un po' di salsa nel liquido degli scampi. Sfumate con il vino bianco. Cuocete tutto a fuoco lento per 20 minuti, poi allungate con acqua e aggiungete gli scampi e cuocete per altri 20 minuti.

Kavni rezanci

~ Sestavine za 4 osebe

450 g moka
250 ml vode
sol po okusu
4 skodelice kuhane kave
kavin prah: po okusu

~ Postopek

Moko, vodo in sol zmešamo. Med mesenjem dodamo kuhano kavo, da ustvarimo barvo rezancev, ob koncu gnetenja potresemo s kavinim prahom, da ustvarimo značilen okus in armo kave.

~ Škampi na buzaro

ekstra deviško oljčno olje
bela čebula
½ stroka česna
12/15 škampov
4 paradižnike in malo paradižnikove mezge
kozarec belega vina
sol po okusu

~ Postopek

Sesekljamo čebulo in ½ stroka česna in popražimo na ekstra deviškem oljčnem olju, nato dodamo škampe in jih popečemo. V ponvi podušimo na koščke narezan paradižnik s paradižnikovo mezgo in tekočino od škampov. Dodamo belo vino. Vse skupaj kuhamo na nizkem ognju 20 minut, nato dodamo malo vode in škampe ter kuhamo še 20 minut.



Evento serata carsica
Dogodek kraški večer
29.10.2019



Un po' trattoria e un po' pizzeria sotto il campanile nel centro di Opicina, un ambiente ricco di cortesia dove provare buoni piatti a prezzo contenuto.

Pod vaškim zvonikom v središču Opčin je gostilna in picerija za vsak žep, ki jo odlikuje velika gostoljubnost.

menu

Benvenuto della casa

Crespella di ricotta al profumo di caffè'

Gulash di manzo con patate al tegame

Torta al caffè'

Liquore al caffè Tigras - Primo Aroma

Hišna dobrodošlica

Slane palačinke s skuto in vonjem po kavi

Goveji golaž s praženim krompirjem

Kavna torta

Kavni liker Tigras - Primo Aroma

30,00 € (incluso 1/4 l di vino dell'azienda agricola Bole - vključno s 1/4 l vina kmetije Bole)

~ Ricetta Sapori del Carso / Recept Okusi Krasa

Gulash di manzo

~ Ingredienti

1 kg di carne di manzo
1 kg di cipolla
1 dl di olio di semi
2 dl di vino rosso
2 carote
1 gambo di sedano
2 spicchi di aglio
500 gr di salsa di pomodoro
sale, pepe, maggiorana, foglia di alloro

~ Preparazione del piatto

Preparate un trito di cipolla, carota, sedano e aglio. Fate rosolare il tutto con la carne per 2 ore. Sfumate con il vino rosso. Mescolate ogni tanto per non far aderire il sugo al fondo della pentola. Aggiungete la passata di pomodoro, il sale, il pepe, la maggiorana e l'allo-ro. Cucinate il tutto ancora per 1 ora. Mescolate più volte. Per far addensare il sugo potete aggiungere un po' di farina.

Goveji golaž

~ Sestavine

1kg govejega mesa
1 kg čebule
1 dl semenskega olja
2 dl rdečega vina
2 korenčka
1 steblo zelene
2 stroka česna
500 g paradižnikove omake
sol, poper, majaron, lovorov list

~ Postopek

Sesekljano čebulo, korenje, zeleno in česen prepražimo na olju. V posodo damo na kocke narezano meso in dušimo 2 uri. Prilijemo rdeče vino in počakamo, da izhlapi. Večkrat premešamo, da se omaka ne prime na dno posode. Dodamo paradižnikovo omako, sol, poper, majaron in lovorov list. Vse skupaj kuhamo še 1 uro. Večkrat premešamo. Če želimo omako zgostiti, dodamo malo moke.



Serata conviviale alla Trattoria Veto lunedì 21 ottobre alle ore 20.00
Inaugurazione mostra fotografica della signora Jožica Zafred "La vita dalla terra"
Družabni večer v ponedeljek, 21. oktobra ob 20. uri
Otvoritev fotografske razstave gospe Jožice Zafred "Življenje iz zemlje"

Monrupino / Repentabor (TS)

Repen 76

Tel. +39 040 327115 / Fax +39 040 327370

www.hotelkrižman.eu

info@hotelkrižman.eu

Chiuso: lunedì a pranzo e martedì

Zaprto ob ponedeljkih za kosilo in torkih



Classe e innovazione nel centenario ristorante a conduzione familiare. Con possibilità di pernottamento nel suggestivo borgo della Casa Carsica dal tetto di pietra con l'esposizione etnografica permanente.

Prvovrstnost in povsem nov pristop v stoletni družinski restavraciji. Lahko tudi prenočite v očarljivi vasici s Kraško hišo s kamnito streho in etnografskim muzejem.

— menu

Tazzina di benvenuto

Vellutata di zucca con gnocco di ricotta e santoreggia e polvere di caffè

Blechi di grano saraceno con anatra e verdure

Brasato di manzo autunnale

Lingotto di cioccolato e caffè con croccante di pistacchi

Skodelica za dobrodošlico

Bučna kremna juha s cmokom iz skute in šetraja in kavinim prahom

Ajdovi bleki z račjim mesom in zelenjavo

Jesenska goveja pečenka

Čokoladni in kavni ingot s hrustljivo pistacijo

40,00 € (con vini del Carso abbinati / v kombinaciji s kraškimi vini)

— Ricetta Sapori del Carso / Recept Okusi Krasa

Vellutata di zucca con gnocco di ricotta e santoreggia e polvere di caffè

— Ingredienti per la vellutata

400 g zucca
1 patata di media grandezza
brodo vegetale
cipolla
sale, pepe
olio extravergine d'oliva
polvere di caffè

— Ingredienti per gli gnocchi

ricotta
uovo
sale
santoreggia
semolino

— Preparazione del piatto

Pulite la zucca e cuocetela in forno a 150° per 30 minuti. Pelate le patate e fatele a cubetti, passate la zucca al setaccio. In una pentola, mettete l'olio, fatelo scaldare un attimo e poi aggiungete la cipolla e fatela saltare un paio di minuti. Aggiungete le patate e la zucca. Coprite con il brodo. Lasciate cuocere a fuoco medio per circa mezz'ora dopodiché, frullate il tutto con un frullatore ad immersione e create una crema. Fate cuocere ancora dieci minuti finché il tutto si amalgami per bene. A piacere regolate di sale e di pepe. Per gli gnocchi amalgamate tutti gli ingredienti e preparate delle quenelle. Cuocete le quenelle nel brodo vegetale. Serviamo la crema in un piatto fondo con uno o due gnocchi. Al momento del servizio cospargiamo con un po' di polvere di caffè.

Bučna kremna juha z žličnikom iz skute in šetraja in kavinim prahom

— Sestavine za kremno juho

400g buče
1 srednje velik krompir
zelenjavna juha
čebula
sol, poper
ekstra deviško oljčno olje
kavin prah

— Sestavine za žličnike

skuta
jajce
sol
šetraja
pšenični zdrob

— Postopek

Očistimo bučo in jo 30 minut pečemo v pečici na 150 stopinj. Krompir olupimo in narežemo na kocke, bučo pretlačimo skozi cedilo. V kozici segrejeemo malo olja ter na njem popražimo čebulo. Dodamo krompir in bučo. Nato prilijemo juho, da prekrijemo vse sestavine, in kuhamo dobre pol ure. S paličnim mešalnikom na drobno zmeljemo in kuhamo še deset minut, da postane krema bolj homogena. Po želji dodamo sol in poper. Premešamo vse sestavine in oblikujemo žličnike, ki jih bomo skuhali v zelenjavni juhi. Kremno juho serviramo v globokih krožnikih z enim ali dvema žličnikoma. Preden postrežemo, potresemo s kavinim prahom.





Trattoria carsica, dove sono gli ingredienti più semplici a creare la ricetta perfetta. Genuinità, tradizione, qualità, ma anche innovazione, reinterpretazione e soprattutto passione. Amiamo ciò che facciamo e siamo aperti a nuove sfide, con particolare cura nella scelta di prodotti locali.

Kraška gostilna, kjer so pristnost, tradicija, kakovost in inovativnost, predvsem pa ljubezen sestavine najuspešnejšega recepta: ljubimo svojo kuhinjo in ni nas strah novih izzivov. Radi presenečamo z iznajdljivostjo in posvečamo veliko pozornosti izbiri lokalnih pridelkov.

menu

Desideriamo stupirvi anche in questa edizione dei Sapori del Carso, proponendovi il seguente menù con una promessa: sarà piacevole quanto bere una tazza di buon caffè!

Caffè e brioche (brioche salata con fonduta di formaggio e tartufo)

Caffè d'orzo (orzotto alla zucca e profumo di caffè)

Capriolo marinato al terrano e »snidjeno testo«

Tiramisù al caffè

Naj vas torej presenetimo tudi na letošnji izvedbi Okusov Krasa. Predstavljamo vam meni z obljubo: tako prijetno vam bo, kot je prijetno ob skodelici dobre kave!

Kava in rogljički (slani rogljički s fondue sirom in tartufi)

Ječmenova kava (ješprenj z bučo in aromo kave)

Divjačina, marinirana v teranu, in snidjeno testo

Kavni tiramisù

36,00 € (con 3 calici di vino del Carso abbinati / v kombinaciji s 3 kozarci kraških vin)

~ Ricetta Sapori del Carso / Recept Okusi Krasa

Tiramisù al caffè

~ Ingredienti

3 uova
250 g mascarpone
100 g zucchero
8 Savoiardi
3 caffè espressi
cacao amaro quanto basta

~ Preparazione del piatto

Un dolce classico del Nord-Est che non passa mai di moda. Per prepararlo cominciate dalle uova: separate i tuorli dagli albumi. Montate gli albumi, quando sono montati aggiungete metà dello zucchero, successivamente montate anche i tuorli con il restante zucchero e il mascarpone. Unite i due composti, mescolando delicatamente. Versate la crema nel bicchieri, riempiendoli a metà. Dopodiché in ogni bicchiere mettete due Savoiardi inzuppati per pochi istanti nel caffè. Fate riposare in frigorifero per un paio d'ore e prima di servire spolverate un po' di cacao amaro.

Kavni tiramisù

~ Sestavine

3 jajca
250 g sira maskarpone
100 g sladkorja
8 piškotov (Savoardi)
3 skodelice kave espresso
grenki kakav po okusu

~ Postopek

Klasična sladica s severovzhoda Italije, ki je še vedno zelo priljubljena. Najprej ločimo rumenjake od beljakov. Beljake stepemo. V stepene beljake damo polovico sladkorja. Posebej stepemo še rumenjake s preostalim sladkorjem, nato dodamo maskarpone. Obe sestavini na rahlo zmešamo. Krema nalijemo v kozarce in jih napolnimo do polovice. Nato položimo v vsak kozarec dva baby piškota, namočena v kavi. Pustimo nekaj ur v hladilniku in preden postrežemo, potresemo z grenkim kakavom.



Trattoria - Gostilna

La Lampara

Santa Croce / Križ 144 (TS)

Tel. / Fax +39 040 220352

www.la-lampara.net

trattorialalampara@tiscali.it

Chiuso: giovedì

Zaprto ob četrtnih



Dove il sapiente animo costiero serve prelibati piatti di pesce.

Okusno in spretno pripravljene ribje jedi iz kuhinje z obmorsko dušo.

menu

*Sgombro in savor
con uva sultanina e caffè
su letto di verdure dell'orto*

Gnocchi bianconeri

Sorbetto al caffè

Filetto di pesce al cartoccio

Crema al caffè

Liquore al caffè

*Skuša »na šavor«
z rozinami in kavo
na posteljici iz vrtno zelenjave*

Črno-beli njoki

Kavni sorbet

Ribji file v foliji

Kremna kavna sladica

Kavni liker

40,00 € (con vini del Carso abbinati / v kombinaciji s kraškimi vini)

~ Ricetta Sapori del Carso / Recept Okusi Krasa

Filetto di pesce al cartoccio

~ Ingredienti per 4 persone

4 filetti di pesce (orata, S.pietro o branzino)
cozze, vongole, calamaretti,
ecc. (circa 300gr a persona)
vino 1 bicchiere
sale e pepe q.b.
un cucchiaino di olio extravergine d'oliva

~ Preparazione del piatto

Su un foglio di carta stagnola riponete il filetto di pesce, aggiungete i frutti di mare, un po' di sale e pepe, un bicchiere di vino e un filo di olio extravergine di oliva. Richiudete tutti gli ingredienti. Infornate per 25 minuti 180gr. Togliete dal forno e servite il filetto ancora incartato.

Ribji file v foliji

~ Sestavine za 4 osebe

4 ribji fileji (orada, kovač ali brancin)
klapavice, vongole, lignji
itd. (približno 300 g na osebo)
1 kozarec vina
sol in poper po okusu
žlica extra deviškega olja

~ Postopek

Ribji file položimo na list aluminijaste folije, dodamo morske sadeže, malo soli in popra, kozarec vina in žlico ekstra deviškega olja. V folijo zapremo vse sestavine. Pečemo 25 minut na 180 °C. Ribo vzamemo iz pečice in jo postrežemo zavito v aluminijasto folijo.



Trattoria - Gostilna
Sardoč

Duino Aurisina / Devin-Nabrežina (TS)

Precenico / Prečnik 1/b

Tel. +39 040 200871 / Fax +39 040 201267

www.sardoc.eu

info@sardoc.eu

Chiuso: lunedì, martedì

Zaprto ob ponedeljkih in torkih



Spaziosa e luminosa, la trattoria carsica in mezzo al verde. Ricca di legno e marmo, vi accoglie con il calore della cucina casalinga.

Prostorna in svetla kraška gostilna sredi zelenja, v kateri prevladujeta les in marmor. Sprejme vas s prirojeno toplino domače kuhinje.

~ menu

Carpaccio di cervo marinato con scaglie di gelatina all'acqua di caffè e acqua di Sambuca

Ravioli con farina al kamut ripieni di zucca con burro speziato al caffè e scaglie di jamar e timo

Tagliatelle rustiche al caffè cotte nel caffè e mantecate con frutta secca e formaggio Tabor

Cinghiale al forno speziato agli aromi del Carso con salsa al caffè e grappa alla vitovska

Tiramisù scomposto

Mariniran carpaccio iz divjačine s kosmiči želeja aromatizirane kavne in Sambukine vode

Ravioli iz kamutove moke, polnjeni z bučo in začinjenim kavnim maslom, kosmiči sira jamarja in timijanom

Domači kavni rezanci, kuhani v kavi, suho sadje in sir Tabor

Pečenka divjega prašiča, začinjena s kraškimi aromami, prelita s kavno omako in žganjem iz vitovske

Razstavljen tiramisù

38,00 € (con vino e acqua / vključno z vinom in vodo)

~ Ricetta Sapori del Carso / Recept Okusi Krasa

Cinghiale al forno

~ Ingredienti

5 kg di carne di cinghiale
2 cipolle
3 carote
1 testa d'aglio
2 gambi sedano
3 noci di burro
1 rametto rosmarino
20 bacche ginepro
1 anice stellato
foglie di alloro
2 rametti timo
8 foglie di salvia
1 bicchiere di cognac
1 bicchiere grappa
4 tazzine di caffè

~ Preparazione del piatto

Mettete la carne per una notte in marinatura con olio, bacche, cognac e spezie varie. Mettete in una teglia $\frac{3}{4}$ di verdure e aromi e mettere la carne in teglia con sale e pepe. Mettete in forno per 5 ore a temperatura 86 gradi. Mettete la restante verdura in un'altra teglia e aggiungete le ossa del cinghiale, 3 noci di burro e $\frac{1}{2}$ l di acqua. Infornate a 200 gradi per 25 min. Dopo mettete il tutto in una pentola e cucinate per 4 ore a fuoco lento. Filtrate il tutto e ottenete il fondo di cottura del cinghiale. Filtrate le verdure e le mettete nell' altra teglia con la carne. Quando avete tirato fuori la carne dal forno la mettete nell' abbattitore per 1 ora in positivo. Procedete a tagliare la carne a pezzi e passate le verdure al setaccio. Ottenuto il sugo unite al fondo di cottura il caffè e la grappa. Cucinate a fuoco vivo per 5 minuti per far evaporare l'alcol della grappa poi restringete il sugo a fuoco lento fino a ottenere la densità desiderata. Impiattate con tre pezzi di carne sul piatto e aggiungete il sugo. Accompagnate la carne con della polenta di grano saraceno.

Pečenka divjega prašiča

~ Sestavine

5 kg mesa divjega prašiča
2 čebuli
3 korenčki
1 strok česna
2 stebli zelene
3 koščki masla
1 vejica rožmarina
20 brinovih jagod
1 zvezdasti janež
lovorjevi listi
2 vejici timijana
8 listov žajblja
1 kozarec konjaka
1 kozarec žganja
4 skodelice kave

~ Postopek

Meso damo v posodo in ga čez noč marinamo v olju, brinovih jagodah, konjaku in začimbah. V pekač položimo $\frac{3}{4}$ zelenjave in začimbe ter meso s soljo in poprom. Pečemo 5 ur pri temperaturi 86 stopinj. Preostalo zelenjavo damo v drug pekač in dodamo kosti divjega prašiča, tri koščke masla in $\frac{1}{2}$ l vode. Pečemo pri 200 stopinjah 25 minut. Nato vse stresemo v lonec in kuhamo 4 ure na nizkem ognju. Vse precedimo, da dobimo pečenkin sok. Zelenjavo precedimo (filtriramo) in jo preložimo z mesom v drugo posodo. Ko vzamemo meso iz pečice, ga za 1 uro položimo v hitri ohlajevalnik na pozitivno. Meso narežemo na koščke in zelenjavo pretlačimo skozi sito. Tako dobljeni omaki dodamo še pečenkin sok, kavo in žganje. Kuhamo na močnem ognju 5 minut, da alkohol izhlapi (iz žganja), nato pa rahlo zgostimo omako, dokler ne dosežemo zaželeno gostoto. Na krožniku postrežemo s tremi kosi mesa in prelijemo z omako. Kot prilogo postrežemo ajdovo polento.

Trattoria - Gostilna

Al Refolo Hostaria creativa



Monfalcone/Tržič (GO)

Via / Ulica IX Giugno 69

Tel. +39 333 402 2509

Chiuso: sabato e domenica

Zaprto ob sobotah in nedeljah

Menù tipici del territorio e vegani con approfondimenti su spezie e cereali. Pesce del nostro golfo. E molto altro ancora per una cucina gustosa e sana. La chef del ristorante Al Refolo – Hostaria creativa, Manuela Rossi, è sempre molto attenta alla stagionalità dei prodotti e adora il green cooking.

Tipiche jedi in veganski jedilnik s poudarkom na začimbah in žitaricah, ribe iz našega zaliva in še veliko drugega za okusne in zdrave jedi. Manuela Rossi, kuharica v restavraciji Al Refolo – kreativna hostaria, vedno namenja pozornost sezonski in lokalno pridelani hrani in obožuje green cooking.

menu

Quenelle di caprino con crema di zucca, amaretti e polvere di caffè crudo

Stick di polenta con chutney di carote al caffè

Vellutata di zucca con crema di formaggio Jamar, nocciole e caffè

Filetto di maiale in crosta di spezie, caffè e cioccolato amaro con insalata di cavolo cappuccio e emulsione di zucchine

Crème brûlée

Cmočki s kozjim sirom in bučno kremo, mandljevim piškotom in surovim kavinim prahom

Polentine palčke s korenčkovno kremo z okusom kave

Bučna kremna juha s kremo iz sira jamar, lešniki in kavo

Svinjski file v skorjici iz začimb, kave in grenke čokolade z zeljno solato in bučkino emulzijo

Crème brûlée

39,00 € (con 2 calici di vino del Carso abbinati / v kombinaciji s 2 kozarci kraških vin)

~ Ricetta Sapori del Carso / Recept Okusi Krasa

Stick di polenta con chutney di carote e caffè

~ Ingredienti per 4 persone

polenta rapida 400gr
carote 8
miele q.b.
caffè 30gr
cumino q.b.
paprika un cucchiaino
cannella mezzo cucchiaino

~ Preparazione del piatto

Preparate la polenta seguendo le indicazioni sulla confezione. Una volta pronta stendetela con uno spessore di circa 1 cm su una teglia rettangolare leggermente unta e lasciatela raffreddare completamente. Mentre la polenta si raffredda, preparate il chutney di carote: grattugiate le carote, rosolatele per qualche minuto in un pentolino con tutte le spezie, il caffè, il miele e dell'olio, aggiungete mezzo bicchiere di acqua e cuocete per circa 20 minuti. Se necessario aggiungete due cucchiari di zucchero per ottenere un effetto "marmellata". Una volta fredda tagliate la polenta in bastoncini e rosolatele in padella con dell'olio caldo finché non sono dorati su tutti i lati. Servite gli stick di polenta caldi, con la salsa di carote come intingolo.

Polentine palčke s korenčkovno kremo z okusom kave

~ Sestavine za 4 osebe

400 g polente za hitro pripravo
8 korenčkov
med po okusu
30 g kave
kumina po okusu
1 žlička paprike
pol žličke cimeta

~ Postopek

Polento pripravimo po navodilih na embalaži. Ko je kuhana, jo razmažemo približno 1 cm na debelo na rahlo namaščen pravokotni pekač in pustimo, da se popolnoma ohladi. Ko se polenta hladi, pripravimo korenčkovno kremo: naribamo korenje in ga nekaj minut pražimo v ponvi z vsemi začimbami, kavo, medom in oljem, dodamo pol kozarca vode in kuhamo približno 20 minut. Če je potrebno, dodamo dve žlici sladkorja, da dobimo gostoto »marmelade«. Ko je polenta ohlajena, jo razrežemo na palčke, ki jih popražimo v vročem olju, da lepo zarumenijo. Še tople polentine palčke postrežemo s korenčkovno kremo.



Kraški večer
Serata carsica
25.10.2019

Trattoria - Gostilna

Lokanda Devetak



Savogna d'Isonzo / Sovodnje ob Soči (GO)

San Michele del Carso / Vrh sv. Mihaela / Brežiči 22

Tel. +39 0481 882488 / Fax +39 0481 882967

www.devetak.com info@devetak.com

Chiuso: lunedì e martedì, a pranzo mercoledì e giovedì

Zaprto ob ponedeljkih in torkih, in za kosilo ob sredah in četrtnih

Il piacere dell'ospitalità spontanea e rispettosa, accompagnata dalla cucina legata alla più genuina tradizione - slovena, friulana e mitteleuropea. Frutta e verdura dell'orto di casa. Ricca carta dei vini. 8 comode stanze in stile carsico. Dal 1870 - 5 generazioni - della stessa famiglia, Devetak.

Užitek ob pristnem in spoštljivem gostoljubju ter značilnih jedeh s pridiom slovenskega, furlanskega in srednjeevropskega prostora. Zelenjava in sadje z domačega vrta. Bogat izbor vin. Osem udobnih sob v kraškem slogu. Od leta 1870 tu živi in dela že pet generacij družine Devetak.

menu

Croccanti lumache goriziane
- az. agr. Raida (Piuma, GO) -
in pastella all'infuso di caffè

Tagliatelle alla farina di vinaccia
di Ribolla Gialla di Oslavia (Macino®),
saltati con polvere di caffè e crema di piselli

Risotto ai formaggi del Carso
con la polvere di caffè e chicchi croccanti

Petto d'anatra femmina marinata al miele
d'acacia con ristretto di caffè all'anice stellato

Tirime su - Coppa Venturino™

Hrustljavi goriški polži
s kmetije Raida iz Pevme (GO)
s kavno infuzijo

Testenine z moko iz tropin
oslovke rebule (Macino®),
grahova krema in kavin prah

Rižota s kraškimi siri,
kavinim prahom in hrustljivimi zrnji

Račja prsa, marinirana z akacijevim medom,
ter kavna omaka z zvezdastim janežem

Tirime su - Coppa Venturino™

~ Ricetta Sapori del Carso / Recept Okusi Krasa

Petto d'anatra femmina marinata al miele d'acacia con ristretto di caffè all'anice stellato

~ Ingredienti per 4 persone

4 petti d'anatra femmina
2 cucchiari di miele d'acacia del Carso
4 stelle di anice stellato
1/2 bicchiere di vino bianco
4 tazzine di caffè ristretto
un cucchiaino di farina 00
sale
grani di pepe
4 grani caffè

~ Preparazione del piatto

Disporre i petti d'anatra in un sacchetto da sottovuoto, con 4 grani di pepe e di caffè, il sale, il vino, il miele e 2 stelle di anice. Chiudere i sacchetti e cucinarli in forno a secco a 67° C per 3 ore. Preparare il caffè ristretto, unire il cucchiaino di farina e un cucchiaino di miele e frullare. Unire le 2 stelle di anice stellato e cuocere qualche minuto. Quando cotti, aprire i sottovuoti e rosolare i petti da ambedue le parti in una padella antiaderente. Scaloppare i petti, rimetterli nella padella e unire qualche cucchiaino di sugo di cottura. Composizione del piatto. Disporre nel piatto i petti a raggiera e "salsare" con il ristretto di caffè. Spolverare con caffè in polvere.

Račja prsa, marinirana z akacijevim medom, ter kavna omaka z zvezdastim janežem

~ Sestavine za 4 osebe

4 račja prsa
2 žlici kraškega akacijevnega medu
4 janeževe zvezdice
1/2 kozarca belega vina
4 skodelice kratke kave
1 žlička mehke pšenične moke (tipa 00)
sol
nekaj zrn popra
4 zrnca kave

~ Postopek

Račja prsa položimo v vakuumsko vrečko s 4 zrnji popra in kave, soljo, vinom, medom in 2 janeževima zvezdicama. Vrečko zapremo in 3 ure kuhamo pri nizki temperaturi (67 °C). Pripravimo kratko kavo, dodamo moko, žličko medu in dobro premešamo. Dodamo preostali 2 janeževi zvezdici in kuhamo nekaj minut. Ko je meso kuhano, ga na obeh straneh popečemo v teflonski ponvi. Nato meso zrežemo na rezine, damo ponovno v ponev in dodamo nekaj omake, ki je ostala v vakuumski vrečki. Sestava krožnika. Meso položimo na krožnik, polijemo s kavno omako in potresemo s kavinim prahom.



Serata carsica venerdì 8 novembre 2019
"CENTENARIO DI NOZZE DI NONNA ŽUTA E NONNO UŠTO ČUOTOV"

Kraški večer – v petek, 8. novembra 2019
"STOLETNICA POROKE NONE ŽUTE IN NONOTA UŠTOTA ČUOTVIGA"

45,00 € (bevande escluse / brez pijače)

55,00 € (con 3 calici di vino del Carso abbinati / v kombinaciji s 3 kozarci kraških vin)



Le bontà del Carso

Sul Carso da tempo immemorabile al centro della casa vi era il focolare e, accanto ad esso, il forno a legna. Questo veniva acceso di norma settimanalmente per la cottura del pane e, in occasione delle festività più importanti, per la cottura dei dolci. Quando si preparavano i dolci in quantità più limitata, allora li si friggeva in padella o li si cuoceva nell'acqua. Perciò sono molto rinomati i prelibati "dolci cotti", che assumono un posto particolare nella cucina carsolina. Le donne impreziosivano gli impasti con particolare fantasia e ricchi ripieni - ŠTRUKLJI -, oppure li condividevano con il solo burro fuso ricoprendoli di noci, li zuccheravano o li lasciavano anche senza zucchero, per utilizzarli in più modi: come primi piatti, come contorni per lo žvacet o accompagnati ad altri sughi, e infine come dolci. Gli štruklji non potevano (come neanche oggi) assolutamente mancare nei banchetti per le feste più importanti: nozze, battesimi, cresime... I dolci esprimono un'atmosfera speciale, oggi come ieri, un che di frizzante e di indimenticabile. Per ogni occasione vi era un dolce particolare che col tempo è diventato il simbolo di una determinata festività. Così si sono ormai radicate alcune DOLCI ABITUDINI che appaiono sulla nostra tavola nei giorni di festa. Per la Vigilia di Natale ci sono i fanci (frittelle), per Carnevale i krofi e i crostoli, per Pasqua la pinza, la putizza, la putizza bianca, le titole e le fulje, per i matrimoni i kreflič, il kuglof e gli štruklji, per le nascite e i battesimi le supe o šnite e ci sarebbe ancora da elencare. Le antiche "dolcezze", alle quali le nostre nonne dedicavano particolari cure e amore, hanno preservato tutto il loro fascino fino ad oggi e continuano a inebriarci con il loro dolce aroma.

Kraške dobrote

Povsod na Krasu je stoletja dolgo v vsaki hiši gospodovalo ognjišče, zraven njega pa krušna peč, ki so jo gospodinje razbelile običajno enkrat tedensko za peko kruha ali pa ob večjih praznikih za pripravo sladice. In če je bilo treba pripraviti le majhno količino peciva, so si pač morale pomagati s cvrtjem ali kuhanjem. Zato poznamo pri nas čudovita kuhana testa – KUHANE ŠTRUKLJE -, ki jim v kraški kuhinji pripada posebno mesto. Z izredno fantazijo so gospodinje bogatile testo z raznimi nadevi ali ga samo zabelile z maslom in potresle z orehi, ga sladkale ali ne tako da je bilo kuhano testo prikladno za marsikaj: kot samostojen prvi krožnik, kot priloga k raznim ajmohtom in omakam ali kot sladica. Ta je bila, in je še dandanes, tako cenjena, da ni smela manjkati na nobenem pomembnem prazniku, kot so poroke, krsti, birme, likofi. Sladice zaznamujejo nekaj posebnega, veselega, nepozabnega. Tako nekdaj kot danes. Za vsako priložnost posebna sladka jed, ki je skozi stoletja postala simbol določenega praznika. Že povsem ukoreninjene so pri nas nekatere SLADKE NAVADE, ki jih za praznike dobimo na naših mizah. Za viljo božično so fanci, za pust krofi in štraube oz. muljetniki, za veliko noč pinca, pres'nc, bela potica, titole in fulje, za poroke kreflič, kuglof in štruklji, za rojstvo in krst supe in še bi lahko naštevale. Stare "sladkosti", katerim so naše none namenjale posebno skrb in ljubezen. Do današnjih dni so ohranile svoj čar in nas še vedno sladko premamljajo.

Trieste / Trst (TS)

Via / Ulica Cicerone 10

Tel. +39 391 461 7405

www.gelateriasoban.com

trieste@soban.it

Aperto: nei mesi estivi

tutti i giorni dalle 11.00 alle 23.00

domenica dalle 16.30 alle 22.00

Chiusura stagionale: novembre, gennaio, febbraio

Odperto: poletni meseci

vsak dan od 11.00 do 23.00

ob nedeljah od 16.30 do 22.00

Zaprto v mesecih: november, januar, februar

La Gelateria Soban è una recente apertura a Trieste. A gestirla è Chiara, erede di una famiglia di gelatieri originari della Val di Zoldo nelle Dolomiti Bellunesi. Ogni gelato è preparato con l'amore per gli ingredienti di qualità ed il gusto sofisticato. Qui si possono assaggiare gelati artigianali naturali, granite alla siciliana, cassate triestine, torte e semifreddi. Tanti i gusti creati con prodotti del territorio tra cui il gelato con olio EVO del Carso, kren, liquore di terrano, barbabietola, miele e fiori carsolini. Spazio anche ai gelati realizzati con grandi vini tra cui Malvasia e Vitovska. La famiglia Soban, le cui altre gelaterie sono in provincia di Alessandria e a Milano, ha vinto molti premi e riconoscimenti per il suo lavoro, tra cui i 3 con i (il massimo dei voti) dalla prestigiosa guida sulle migliori Gelaterie d'Italia della rivista Gambero Rosso.

Sladoledarna Soban je nedavno v Trstu odprla svoja vrata. Upravlja jo Chiara, naslednica družine sladoledarjev iz doline Val di Zoldo v Belunskih Dolomitih. Vsak sladoled je pripravljen z ljubeznijo do kakovostnih sestavin in prefinjenega okusa. Tukaj lahko poskusite naravne domače sladolede, sicilijanske granite, tržaške kasate, pecivo in ohlajene sladice "semifreddo". Z lokalnimi proizvodi ustvarijo veliko novih okusov, kot na primer sladoled s kraškimi oljčnim oljem, s hrenom, s teranovim likerjem, s peso, z medom in s kraškimi cveticami. Prostor je tudi za sladolede, pripravljene z odličnimi kraškimi vini, vključno z malvazijo in vitovsko. Družina Soban upravlja tudi druge sladoledarne v pokrajini Alessandria in v Milanu. Za svoje delo so prejeli številne nagrade in priznanja, na primer nagrado 3 konet (z najvišjimi ocenami) iz prestižnega vodnika po najboljših italijanskih sladoledarnah, revije Gambero Rosso.

~ Ricetta Saponi del Carso / Recept Okusi Krasa

Gelato al caffè

~ Ingredienti per 4 persone

(Da fare a casa con macchina del gelato)

caffè 290 gr

latte fresco intero 350 ml

panna fresca (non stabilizzata) 130 ml

zucchero 160 gr

miele 20 gr

tuorlo 50 gr

caffè in polvere 3gr

~ Preparazione del gelato

Questa è una ricetta per realizzare un gelato a casa con l'aiuto della macchina da gelato, sono volutamente presenti solo ingredienti semplici e facili da reperire.

In una pentola bordo alto unire latte e panna allo zucchero al miele e al tuorlo, frullare con un mixer e mettere sul fuoco.

Cucinare fino a che il composto arriva a 86 gradi in modo tale da pastorizzare la miscela.

Aggiungere successivamente il caffè fatto con Moka (290 grammi) e i 3 grammi (un cucchiaino raso) di polvere di caffè.

Frullare nuovamente con mixer e lasciar raffreddare.

Un consiglio pratico: è sempre meglio far raffreddare in frigo il composto prima di metterlo nella gelatiera, più è freddo, più velocemente diventerà gelato.

NB.: Panna non stabilizzata: spesso in commercio si trova panna con presenza di carragenina, meglio utilizzarne una che contenga appunto SOLO panna.

Sladoled z okusom kave

~ Sestavine za 4 osebe

(Pripravimo doma z aparatom za sladoled)

290 g kave

350 ml svežega polnomastnega mleka

130 ml sveže smetane (brez utrjevalca)

160 g sladkorja

20 g medu

50 g rumenjakov

3 g kavinega prahu

~ Postopek

To je recept za pripravo domačega sladoleda s pomočjo aparata za sladoled, saj namenoma vsebuje le preproste sestavine, ki jih lahko najdemo v trgovini.

V lonec z visokim robom zlijemo mleko, smetano, sladkor, med in rumenjaki, zmešamo z mešalnikom in lonec postavimo na ogenj. Kuhamo, dokler zmes ne doseže 86 stopinj, tako da mešanico pasteuriziramo. Nato dodamo kavo, skuhano v kafetieri (290 gramov) in 3 g (poravnano žlico) kavinega prahu.

Ponovno zmešamo z mešalnikom in pustimo, da se ohladi.

Praktičen nasvet: vedno je bolje, da mešanico ohladimo v hladilniku, preden jo damo v aparat za sladoled, saj bo iz bolj hladne hitreje nastal sladoled.

POMEMBNO: Smetana brez utrjevalca: pogosto na trgu najdemo smetano z dodatkom karagenana, vendar raje uporabimo tisto, ki vsebuje SAMO smetano.



Panificio - Pasticceria
Pekarna - Slaščičarna

Čok

Opicina / Opčine (TS)

Strada per Vienna / Dunajska cesta 3

Tel. +39 040 213645

www.panificiocok.it

info@pancok.191.it



Il panificio pasticceria Čok vanta una tradizione familiare di oltre un secolo, poiché è in attività dal 1871. Il panificio offre una vasta scelta di pane e dolci tipici carsolini e triestini come la putizza, la putizza bianca, il presnitz, la pinza, lo strudel di mele e torte per ogni occasione.

Pekarna in slaščičarna Čok ima več kot stoletno družinsko tradicijo, saj deluje že od leta 1871. Nudimo vam širok izbor kruha ter značilne kraške in tržaške slaščice, kot so potica, bela potica, tržaški presnitz, pinca, jabolčni štrudelj in še torte za vsako priložnost.

~ Ricetta Sapori del Carso / Recept Okusi Krasa

Pane rustico

~ Ingredienti per la biga

2 kg farina tipo 1
900 gr acqua (15/ 16°C)
20 gr lievito

~ Preparazione

Sciogliete il lievito nell'acqua, impastate con la farina per 3 - 4 minuti e mettetelo in un recipiente per 16/20 ore in temperatura ambiente.

~ Ingredienti

1 kg farina tipo 1
1 kg farina tipo 2
1600 gr acqua
20 gr lievito
80 gr sale

~ Preparazione

Impastate la biga, le farine, il lievito e 1100 gr di acqua per 5 min. Gradualmente aggiungete l'acqua restante ed il sale. L'impasto deve raggiungere la temperatura di 26° C e va fatto riposare per 1 ora. Quando la pasta è pronta formate delle pagnotte di 500 gr e lasciate lievitare per 90 minuti. Scaldate il forno a 230° C infornate, poi abbassate la temperatura a 180° C. Sfornate dopo 1 ora circa

Domači kruh

~ Sestavine za bigo

2 kg moko tipa 1
900 g vode (15/ 16 °C)
20 g kvasa

~ Postopek

Kvas raztopimo v vodi. Skupaj z moko mesimo 3-4 minute, hlebec položimo v posodo in shranimo za 16/20 ur pri sobni temperaturi.

~ Sestavine

1 kg moko tipa 1
1 kg moko tipa 2
1600 g vode
20 g kvasa
80 g soli

~ Postopek

V pripravljeno testo dodamo vso moko, kvas in 1100 g vode ter mesimo 5 minut. Postopoma dodajamo še preostalo vodo in sol. Testo mora doseči 26° C. Testo pustimo vzhajati eno uro. Ko je dovolj vzhajano, ga oblikujemo v 500 g težke hlebčke. Pustimo vzhajati 90 min. Pečico segrejemo na 230° C, vanjo položimo hlebčke, nato temperaturo znižamo na 180° C. Kruh pečemo eno uro.



Panificio - Pasticceria
Pekarna - Slaščičarna

Bukavec

Prosecco / Prosek (TS) 160

Tel. +39 040 225220 / Fax +39 040 251068

www.paolobukavec.it

panificiobukavec@gmail.com



A Prosecco Paolo e Nataša Bukavec accontentano i gusti più svariati con una buona dose di sorriso. Il panificio sin dagli anni 20, con il nome Gorjup, poi Malalan e dalla fine degli 80 come Bukavec, è meta di molti appassionati del buon pane.

Pane casereccio con farina macinata a pietra lievitato naturalmente, pane alle noci, pane al farro, pane di zucca, "fritole con l'anima", "fritole alla crema", crostata alle noci, crostata ai fichi, "martinčki", strudel di noci con ricotta dell'azienda agricola Zidarič e kranzetti alle noci. Dal 2018 preparano anche in nuovo dolce tipico triestino – Le Teresiane.

V središču Proseka Paolo in Nataša z nasmehom zadovoljita vse okuse. Pekarna ponuja domači kruh že od 20. let minulega stoletja, najprej pod imenom Gorjup, potem Malalan in od konca 80. let kot Bukavec. Zato jo obiskujejo mnogi ljubitelji dobrega kruha.

Naravno kvašen domač kruh s polnozrnatu moko, mleto na mlinški kamen, orehov in pirin kruh, kruh z bučo, fanclji z dušo, fanclji s kremo, orehova pita, figova pita, martinčki, skutin orehov zavitek z Zidaričevo skuto in orehovi kranclji. Od leta 2018 ponujajo tudi novo značilno tržaško sladico - trzinke (Le Teresiane).

~ Ricetta Sapori del Carso / Recept Okusi Krasa

Kugelhupf

~ Ingredienti

170 gr di zucchero a velo
100 gr di burro
1dcl di latte
3 uova
250 gr di farina "00"
20gr di lievito in polvere
50gr di cacao

~ Preparazione

In una terrina montate lo zucchero con il burro. Aggiungete a filo il latte, i tuorli d'uovo, la farina, il lievito in polvere. Mescolate bene e ottenete una crema liscia. Incorporate gli albumi montati a neve. Separate circa 1/4 d'impasto e incorporatevi il cacao. Imburrate la teglia versate prima l'impasto chiaro e poi quello scuro e con un cucchiaino mescolate leggermente. Lasciate lievitare per circa mezz'ora e infornate a 180° per 30 minuti.

Kugelhupf

~ Sestavine

170 g sladkorja v prahu
100 g masla
1dl mleka
3 jajca
250 g mehke pšenične moke (tipa 00)
20 g pecilnega praška
50 g kakava

~ Postopek

V posodi zmešamo sladkor z maslom. Postopoma dodajamo mleko, rumenjake, pecilni prašek in moko. Dobro premešamo, da dobimo gladko testo, nato dodamo še beljake, ki smo jih prej stepili v sneg. Približno 1/4 testa odvajamo in vanj vmešamo kakav. Pekač namažemo z maslom in vanj vlijemo najprej svetlo, nato pa še čokoladno testo. Z žlico rahlo pomešamo in postavimo v pečico na 180 °C za 30 minut.



Panificio - Pasticceria
Pekarna - Slaščičarna

Cotič

Savogna d'Isonzo / Sovodnje ob Soči (GO)

Via 1° Maggio / Ulica 1. maja 85

Tel. +39 0481 882006

petejanerik@gmail.com



Il panificio Cotič è stato fondato nel 1948 e da allora ha continuato a operare nei suoi locali a Savogna d'Isonzo, dove ha uffici e negozi. Il panificio produce prodotti da forno e pasticceria, che vende ai clienti nel negozio e al pubblico più vasto attraverso i ristoranti, negozi di alimentari e supermercati. La società, che appartiene da sempre alla famiglia Cotič, impiega sette dipendenti. Il panificio mantiene un modo di produzione artigianale, che aumenta la qualità dei prodotti e pone sempre più attenzione alla ricerca di una qualità superiore. L'offerta comprende, tra le altre cose, prodotti da forno con lievito madre e dolci sempre freschi, che hanno già conquistato il grande pubblico e che conferisce il sigillo alla Pekarna Cotič.

Pekarna Cotič je bila ustanovljena leta 1948 in od tedaj neprekinjeno deluje v svojih prostorih v Sovodnjah ob Soči, kjer ima delovne prostore in prodajalno. Pekarna pripravlja pekarske in slaščičarske izdelke, ki jih ponuja strankam v domači prodajalni, širšemu krogu kupcev pa tudi v gostilnah, trgovinah z živili in marketih. Družba, ki je od samega začetka last družine Cotič, ima sedem zaposlenih. Pekarna ohranja obrtniški način proizvodnje, kar zvišuje kakovost izdelkom, in namenja vse več pozornosti doseganju odlične kakovosti. Ponudba med drugim vključuje naravno kvašene pekarske in slaščičarske izdelke, ki so že osvojili širšo javnost, kar daje pečat Pekarni Cotič.

~ Ricetta Sapori del Carso / Recept Okusi Krasa

Torta al caffè leggera aromatizzata agli agrumi

~ Ingredienti per la crema

latte intero 400 gr
chicchi di caffè tritati grossolanamente 50 gr
panna 100 gr
tuorli d'uovo 100 gr
zucchero 100 gr
gelatina 11 gr
scorza di lime grattugiato
panna sbattuta a metà 400 gr

~ Ingredienti per la sablé al cacao

farina 150 gr
cacao in polvere 50 gr
zucchero 200 gr
burro 200 gr
mandorle tritate 200 gr
sale q.b
vaniglia q.b.

~ Preparazione

Mescolate gli ingredienti in un impasto e lasciate per almeno un'ora in un frigorifero avvolto in polivinile, quindi stendetelo e dategli la forma preferita. Infornate a 180 ° C per 12-14 minuti. Stendete l'impasto a 2-3 mm di spessore e gli date la forma preferita.

Riscaldare il forno a 130 ° C e cuocete 10-15 minuti i chicchi di caffè. Quindi mettete i chicchi nel latte bollente e lasciateli in infusione per circa 5 minuti. Filtrate e salvate il latte aromatizzato, nel quale aggiungete la scorza di lime e la prima parte della panna. Nel frattempo sbattete delicatamente i tuorli d'uovo e lo zucchero.

Versate la panna-latte bollente nella miscela di tuorli e zucchero. Lavorate la crema a 85 ° C, quindi chiudete il fuoco e aggiungete la gelatina, precedentemente imbevuta nell' acqua fredda. Mescolate bene e raffreddate a 25-30 ° C. Aggiungete la panna sbattuta a metà e mescola bene con un cucchiaino piatto, dal basso verso l'alto. Versate nello stampo desiderato o nel modello in silicone e chiudete con la sablé di cacao. Mettete la torta nel congelatore per almeno un paio d'ore per estrarla meglio dal modello. Decorate con pezzetti di cioccolato e limone candito.

Lahka kavna torta z okusom citrusov

~ Sestavine za kremo

polnomastno mleko 400 g
grobno zdrobljena kavna zrna 50 g
smetana 100 g
rumenjaki 100 g
sladkor 100 g
želatina 11 g
naribana lupinica ene limete
napol stepena smetana 400 g

~ Sestavine za kakavov sablé

moka 150 g
kakav v prahu 50 g
sladkor 200 g
maslo 200 g
zmleti mandeljni 200 g
sol po okusu
vanilja po okusu

~ Postopek

Sestavine zmešamo v testo, ki ga pustimo vsaj eno uro počivati v hladilniku, zavitega v prozorno folijo, nato ga zvaljamo in mu damo poljubno obliko. Pečemo 12-14 minut na 180 ° C. Razvaljamo na debelino 2-3 mm in poljubno oblikujemo.

Pečico segrejemo na 130 ° C in v njej 10-15 minut pečemo kavna zrna. Nato še tople stresemo v vrelo mleko in jih pustimo namakati približno 5 minut.

Precedimo in shranimo aromatizirano mleko, ki mu dodamo še limetin lupinico in prvi del smetane. Medtem rahlo stepemo rumenjake in sladkor. Vrelo mleko-smetano nato vlijemo na zmes rumenjakov in sladkorja.

Kuhamo do 85 ° C, nato ogenj ugasnemo in dodamo želatino, ki smo jo prej namočili v mrzli vodi. Dobro premešamo in ohladimo na 25-30 ° C. Dodamo na pol stepeno smetano in dobro premešamo z lopatico v smeri od spodaj navzgor. Vlijemo v izbrani obroč ali silikonski model in prekrijemo s kakavovim sabléjem.

Torto damo vsaj za nekaj ur v zamrzovalnik, da jo lahko lažje vzamemo iz modela. Okrasimo s čokoladnimi ploščicami in kandirano limono.

~ L'ANGOLO DEL PRODOTTO TIPICO KOTIČEK TIPIČNIH PRIDELKOV

Il Carso è ricco di prodotti autoctoni, dai vini ai formaggi, dall'olio al miele. I produttori locali forniscono da sempre ai ristoratori i prodotti per la preparazione dei menù dei Sapori del Carso, come anche il caffè, il cioccolato, i dolci, i salumi e altre bontà per l'"Angolo del prodotto tipico", allestito negli esercizi aderenti. Inoltre, anche quest'anno vi proponiamo le confezioni dei Sapori del Carso, dove potrete trovare i prodotti tipici durante e dopo la manifestazione.

Kraško območje je bogato z značilnimi pridelki, kot so vino, sir, olje in med. Krajevni pridelovalci oskrbujejo s svojimi pridelki gostince pri pripravi menijev Okusov Krasa ter s kavo, čokolado, slaščicami, delikatesami in drugimi dobrotami bogatijo tudi vse "Kotičke tipičnih pridelkov" pri sodelujočih ponudnikih. Poleg tega bodo tudi letos naprodaj darilni paketi Okusov Krasa, v katerih lahko najdete značilne kraške pridelke. Ti bodo na voljo med prireditvijo in pozneje.



Negozio - Trgovina

Cherti Ernesto Di Chert Miroslav & C.(S.N.C.)



Ernesto Cherti snc si occupa della rivendita di vino sfuso dalle zone limitrofe dell'Istria, del Carso, del Collio goriziano e del Veneto e portati sulle tavole triestine già dalla fine degli anni '60. L'offerta viene ampliata con ottimi vini in bottiglia, olio d'oliva, miele, spezie ed aromi carsici, confezioni regalo e degustazioni.

Ernesto Cherti snc je vinotoč v predmestju Trsta, ki se z vinom ukvarja že od 60. let prejšnjega stoletja. V kleti dobite neustekleničena vina iz bližnje okolice Istre, Krasa, Goriških Brd in Veneta. Ponudbo dopolnjujejo še oljčno olje, kraška zelišča in začimbe, med in stekleničena vina vrhunske kakovosti, darilni program in degustacije.

♦ Trieste / Trst (TS)

Via / Ulica di Vittorio 3/1
tel. +39 040820190
ernesto.cherti@gmail.com

Negozio - Trgovina

Il Frutteto - Marchesich Claudio

L'angolo dei "Sapori del Carso" presente tutto l'anno si fa particolarmente appetitoso con le fragranze e i colori degli orti e frutteti di Trieste e dintorni. Vino, olio, miele del Carso e dell'Istria, primizie di stagione.

Kotiček "Okusov Krasa" bogatijo skozi vse leto barve in vonjave vrtov in sadovnjakov iz Trsta in okolice: na izbiro kraška in istrska vina, med, oljčno olje in še druge sezonske dobrote.



♦ Trieste / Trst (TS)

Largo Piave 3
Tel. +39 040 360146
cmarchesich@yahoo.it

Negozio - Delikatesna trgovina

Salumeria Sfreddo

La Salumeria Sfreddo nasce a Trieste per volontà dei fratelli Sfreddo, Luca e Andrea, che nel 2016 hanno deciso di recuperare da un lungo periodo di abbandono lo storico locale che già sotto il podestà austriaco ospitava ai piedi di "Casa Cassab" - il palazzo liberty di via Cesare Battisti, 1 - una antica latteria. Situata nel centro della città di Trieste la Salumeria Sfreddo offre un ampio assortimento di salumi di produzione propria, tipicità culinarie del territorio oltre che un'ampia scelta di vini e birre ed un servizio attento e cortese.

♦ Trieste / Trst (TS)

Via Cesare Battisti, 1, Trieste - Tel. +39 040 764465 - www.sfreddo.it
segreteria@sfreddo.it



Delikateso Sfreddo sta v Trstu odprla brata Sfreddo, Luca in Andrea, ki sta se leta 2016 odločila, da bosta obnovila zapuščeni zgodovinski lokal - starodavno mlekarno, ki je že bila tam pod avtrijskim cesarstvom v pritličju hiše Cassab, stavbe v secesijskem slogu v ulici Cesare Battisti 1. Delikatesa Sfreddo se nahaja v središču mesta Trst. Ponuja širok izbor domačih suhomesnih izdelkov, lokalnih kulinarčnih specialitet ter širok izbor vin in piva ob skrbni in prijazni postrežbi.

Negozio - Trgovina

Despar Kukanja



Nei pressi della piazza del borgo carsico noto per le sue cave ultracentenarie il market a gestione familiare propone salumi, miele e anche prodotti freschi di qualità provenienti da tutti e due i versanti del Carso.

V bližini trga kraške vasi, znane po starodavnih kamnolomih, vam v družinsko vodeni trgovini ponujajo izbor delikates, medu in tudi svežih kakovostnih proizvodov, ki prihajajo z obeh strani Krasa.

♦ Duino Aurisina / Devin Nabrežina (TS)

Aurisina / Nabrežina 106/b - Tel./Fax +39 040 200172 www.kukanja.it info@kukanja.it

Bar - Kavarna

Caffè Vatta



Il Caffè Vatta prepara "Le Migliori Colazioni in Friuli Venezia Giulia" guida Gambero Rosso, pranzi veloci e cene sfiziose, aperitivi gourmet nonché deliziosi gelati fatti con ingredienti naturali. Selezione di prodotti locali e 350 etichette di vini!

Kavarna Vatta je odprta vsak dan in nudi »najboljši zajtrk v Furlaniji - Julijski krajini«, kot pravi vodnik Gambero Rosso, hitra kosila in okusne večerje, aperitive za sladokusce in odlične sladolede iz naravnih sestavin. Izbira značilnih kraških proizvodov in 350 različnih vinskih etiket!

♦ Opicina / Opčine (TS)

Via Nazionale / Narodna ulica 38
Tel. +39 040 215313
donatlaura@gmail.com

Artigianato artistico dal Carso al mare

Gli artigiani artistici URES si sono affermati con le loro mostre alle Nozze Carsiche e altrove. La cultura materiale locale viene così arricchita dai loro manufatti in pietra, legno, creta ed oro. Il Carso è pieno di grotte, di cave e boschi dai quali traggono l'ispirazione e la materia prima per esprimere la loro creatività. I loro laboratori e tutti questi luoghi sono da conoscere e visitare.

Umetnostna obrt od Krasa do morja

Umetnostni obrtniki SDGZ so znani po svojih nastopih na Kraški ohceti in ob drugih priložnostih. Krajevno kulturno dediščino bogatijo s svojimi izdelki iz kamna, lesa, gline ali zlata. Kras je bogat z jamami, kamnolomi (javami) in gozdovi, iz katerih črpajo obrtniki umetniki surovine in navdih za svoje izdelke. Njihove delavnice in omenjeni kraji so vredni obiska in globljega spoznanja.



Gioielleria / Draguljarna Malalan
Opicina / Opčine (TS)
Via Nazionale / Narodna ulica 28
Tel. +39 040 211465 - Fax +39 040 211441
www.malalan.com - malalan.office@libero.it

Marmi / Kamnoseštvo Gramar
Duino-Aurisina / Devin-Nabrežina (TS)
Località Aurisina Cave / Nabrežina Kamnolomi 35/F
Tel. +39 040 201171

Marmi / Kamnoseštvo Zidarič
Duino-Aurisina / Devin-Nabrežina (TS)
Frazione S. Pelagio / Šempolaj 4B
Tel. +39 040 200297

Marmi / Kamnoseštvo Kajzer Marmi
Sgonico / Zgonik (TS)
Zona art. Sgonico / O.C. Zgonik 29/c
Tel. +39 040 2529343 - Fax +39 040 225136 - Mob. +39 335 5415975
www.kajzermarmi.com - info@kajzermarmi.com

Marmi / Kamnoseštvo Caharija
Duino-Aurisina / Devin-Nabrežina (TS)
Località Aurisina Cave / Nabrežina Kamnolomi 35/C
Tel. +39 040 201255

Scultore / Kipar Paolo Hrovatin
Sgonico / Zgonik (TS)
Borgo Grotta Gigante / Briščiki 9/A
Tel./Fax. +39 040 327077
paolohrovatin@tiscali.it

Piacevolmente Carso Escursioni "Natura e gastronomia"

Escursioni natural-gastronomiche con le guide di "Curiosi di natura". Per scoprire ambiente, cultura ed ecologia del territorio, e come questi influenzano i prodotti tipici e la gastronomia locale. Con letture a tema dal vivo. Possibilità di gustare i "Sapori del Carso" nelle "gostilne" convenzionate, con un buono sconto del 10% per i partecipanti alle escursioni. Itinerari adatti anche a persone poco allenate.

QUANDO

le domeniche 20 e 27 ottobre, 3 e 10 novembre • ore 9.30-13.00

- **Domenica 20 ottobre • ore 9.30-13.00 • Nei boschi tra Basovizza e Gropada**
Un percorso tra boschi di pini e querce, dove affiorano rocce carsiche dalle forme bizzarre, e passando per doline dall'aspetto suggestivo e misterioso.
• **Ritrovo: ore 9.10**, spiazzo all'inizio del Sentiero Ressel, Basovizza. Bus n. 39 da Trieste.
- **Domenica 27 ottobre • ore 9.30-13.00 • Il Monte Brestovec**
Escursione naturalistica tra i colori dell'autunno e sui luoghi della Grande Guerra, fino alle trincee e gallerie che attraversano il monte, in cui si trova un suggestivo allestimento museale. Con letture a tema.
• **Ritrovo: ore 9.10**, trattoria di Devetachi, Strada del Vallone, Statale 55 (Doberdò del Lago).
- **Domenica 3 novembre • ore 9.30-13.00 • Da Opicina al Monte Grisa**
Tra natura e storia, su sentieri che costeggiano pittoresche distese di calcare scolpite dalla pioggia, testimonianze storiche e una suggestiva vista sul golfo. Con letture a tema.
• **Ritrovo: ore 9.10**, al parcheggio al quadrivio di Opicina. Bus n. 2 e 4.
- **Domenica 10 novembre • ore 9.30-13.00 • Da San Pelagio a Slivia e Precenico**
Sull'altipiano, fra paesaggi agresti, distese di rocce corrose dall'acqua e caverne. Un percorso pianeggiante e panoramico nelle zone di produzione dei vini del Carso, dai gusti tipici e robusti. Con letture a tema.
• **Ritrovo: ore 9.10**, Piazza di San Pelagio (Duino-Aurisina).

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

- € 8,00 interi • 5,00 i minori di 14 anni • gratis i minori di 6 anni
- Per ragioni organizzative è richiesta la prenotazione.

Escursioni anche in altre date, per gruppi su prenotazione
www.piacevolmentecarso.it

ALTRE INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI

www.curiosidinatura.it • curiosidinatura@gmail.com • cell. +39 340 5569374

Prijetno na Krasu Izleti skozi naravo in kulinariko

Naravoslovno-kulinarični izleti z vodiči »Curiosi di natura – radovedni po naravi« za odkrivanje kraškega okolja in ekologije ter kako slednja vplivata na tipične pridelke in lokalno kulinariko. Ob koncu izleta je predvidena degustacija menijev Okusi Krasa v sodelujočih gostilnah, s popustom 10% za udeležence izleta.

Poti so primerne tudi za neizkušene osebe.

KDAJ

ob nedeljah, 20. in 27. oktobra., 3. in 10. novembra • ob 9.30-13.00

- **Nedelja, 20.10. • 9.30-13.00 • Po gozdovih med Bazovico in Gropado**
Sprehod med gozdovi borovcev in hrastov, skrivnostnih dolin in rdeče jesenske vegetacije.
Zbirališče: ob 9.10, na začetku poti Ressel v Bazovici. Avtobus št. 39 iz Trsta.
- **Nedelja, 27.10. • 9.30-13.00 • Grič Brestovec**
ekskurzija v naravi na temo Prve svetovne vojne z ogledom strelskih jarkov in tunelov na vrhu griča ter poslušanjem odlomkov iz zgodovinskih del.
Zbirališče: ob 9.10 pred gostilno v Devetakih, cesta po Dolu, SS 55 (Doberdob).
- **Nedelja, 3.11 • 9.30-13.00 • Od Opčin do Vejne**
Sprehod med naravo in zgodovino po eni izmed najbolj priljubljenih kraških poti z očarljivim pogledom na Trst in morje. Obiskovalci bodo med izletom tudi poslušali izbrana dela.
Zbirališče: ob 9.10, Obelisk pri Opčinah (parkirišče pri krožišču). Avtobus št. 2 in 4.
- **Nedelja, 10.11 • 9.30-13.00 • Od Šempolaja do Slivna in Prečnika**
Na planoti, sredi podeželskih pokrajin, se raztezajo skale, kjer vpliv naravne vode na apnenec ustvarja različne površinske oblike, jame in značilna podzemeljska pretakanja. Ravna in panoramska pot v proizvodnih območjih kraških vin, s slastnimi in značilnimi okusi. Obiskovalci bodo med izletom tudi poslušali izbrana dela.
Zbirališče: ob 9.10, na trgu v Šempolaju (Devin-Nabrežina).

KOTIZACIJA

- 8,00 EUR za odrasle • 5,00 EUR za mlajše od 14 let • za mlajše od 6 let brezplačno.
- Iz organizacijskih razlogov je potrebna rezervacija.

Izleti za skupine so na voljo tudi ob drugih datumih po predhodni rezervaciji
www.piacevolmentecarso.it

DODATNE INFORMACIJE IN REZERVACIJE:

www.curiosidinatura.it • curiosidinatura@gmail.com • GSM +39 340 5569374

Eredità culturale del territorio triestino

Nel museo si può percepire la storia e le tradizioni dei pescatori sloveni della costa tra Trieste e le foci del Timavo, insediatisi sulle sponde del mare Adriatico più di mille anni fa. Sono esposti molti attrezzi, reti e arnesi di alto valore etnologico, come pure documenti storici e foto d'epoca che illustrano vari momenti della vita quotidiana dei pescatori. Per facilitare al visitatore la comprensione e l'uso dei reperti esposti, questi sono corredati da didascalie in italiano, sloveno e inglese.

Sui pannelli illustrativi sono evidenziati i vari momenti storici dello sviluppo della pesca, tutti i porticcioli del litorale, i sistemi di pesca e il decreto del 1835 in base al quale gli abitanti sulla costa sono diventati possessori de jure et de facto della fascia costiera di mare larga un miglio marino.

Il museo viene aperto per visite guidate su prenotazione (minimo 10 persone).

Itinerario proposto

S. Croce e i suoi dintorni, ricchi di punti d'interesse e bellissimi itinerari, sono un punto di partenza ideale per passare qualche giorno a scoprire e gustare la genuina vita di mare e campagna. Oltre a visitare Trieste, vi consigliamo di fare una camminata fino al mare, partendo da Contovello, S. Croce o Aurisina. A Aurisina troverete il Sentiero dei pescatori, un itinerario didattico che vi condurrà dal paese fino agli antichi approdi degli zoppoli. Non perdetevi l'intima bellezza dei paesini carsici, arroccati ai piedi delle colline per difendersi dalla bora. In qualche cortile potrete trovare conforto nelle osmizze, dove gustare degli affettati nostrani accompagnati da un calice di vino sincero, avvolti dall'abbraccio delle mura di pietra carsica. Respirate il profumo della flora mediterranea, ammirate il candore della pietra carsica, non scordatevi di raccogliere delle erbe aromatiche e di assaporare i cibi che sintetizzano la tradizione mediterranea e quella carsica. Non perdetevi le degustazioni dei vini carsici, sempre più apprezzati a livello mondiale. Essendo la terra carsica molto arida e inospitale, i viticoltori carsici dedicano amore e cure ad ogni singola vite, in modo che essa goda dei benefici del sole e dei minerali contenuti nel suolo. La fatica e il lavoro di tutto un anno vengono poi ripagati con vini di qualità eccezionale, a cui vengono riconosciuti numerosi premi a livello internazionale.



Foto: Klemen Brumec

Kulturna dedščina tržaškega ozemlja

V muzeju je mogoče spoznati zgodovino in tradicije ribištva slovenskih prebivalcev ob obali med Trstom in izlivom reke Timave, ki so se tu naselili pred več kot tisoč leti.

Stalna razstava prikazuje pripomočke za ribolov, mreže in orodje visoke etnološke vrednosti, arhivske dokumente, stare upodobitve in fotografije vsakdanjega življenja ribičev. Razstava je opremljena s slovenskimi, italijanskimi in angleškimi razlagami.

Na nazornih tablah so izpostavljeni pomembnejši zgodovinski dogodki in razvojne stopnje ribištva, vsi pristani na obali, ribiške tehnike in ribiški odlok iz leta 1835, na podlagi katerega so Slovenci, ki so bivali na obali, postali de iure et de facto lastniki priobalnega pasu v širini ene morske milje.

Muzej je dostopen za skupine po predhodnem dogovoru (najmanj 10 oseb).

Predlagana tematska pot

Križ s širšo okolico je bogat z znamenitostmi in prelepimi sprehajalnimi potmi, zato vas vabimo, da preživite nekaj dni v naših krajih in doživite pristno obmorsko življenje.

Poleg ogleda Trsta vam priporočamo, da se podate do morja, po asfaltirani cesti ali po urejeni Ribiški poti, ki poteka od Nabrežine do plaže Pri čupah. Peš ali s kolesom odkrijte skrite lepote okoliških kraških vasi, ki se s svojo strnjeno gradnjo upirajo burji, na svojih dvoriščih (tukaj jim pravimo borjači) pa skrivajo topla zavetja, kjer boste nemara naleteli tudi na pristno osmico. Privočite si prigrizek z domačimi mesninami in vinom, prisluhnite utripu kraja in si spočijte v objemu kamnitih zidov.

Naužite se beline skal, vonja po mediteranskem rastlinju, naberite si dišavnic in okusite pristne jedi, ki se napajajo iz mediteranske in kraške tradicije. Ne zamudite vrhunskih degustacij vin svetovno priznanih vinarjev, ki z ljubeznijo in potrpežljivostjo negujejo vsako trto posebej. Tukajšnja zemlja je namreč skopa, vendar radodarna s soncem in minerali. Ves vloženi trud, ki ga v svoje trse skozi leto vlagajo vinogradniki, se vrača v obliki izredno dovršenih vin, ki na razstavah in ocenjevanjih žanjejo uspeh za uspehom.



Kulturno društvo
Ribiški muzej
tržaškega primorja

Associazione culturale
Museo della pesca
del Litorale triestino

S.Croce / Križ 61
34151 Trieste / Trst
info@ribiski-muzej.it
FB: @ribiskimuzej

PROSECCO ORIGINS

Come to see where bubbles were born

Tour condiviso guidato | 3 ore | Solo maggiorenni

Ogni sabato da settembre a dicembre dalle ore 15.00 alle 18.00

(Punto di partenza presso il Laghetto di Contovello Località Prosecco - Contovello, 223, TS)

Prosecco Escapes vi trasporterà indietro nel tempo fino al XIV secolo per scoprire la storia del più famoso vino frizzante al mondo, esplorando i territori dove tutto ebbe inizio.

Arroccati in uno splendido angolo del nord-est italiano sovrastante il Golfo di Trieste si trovano i borghi di Contovello e Prosecco (naturalmente!), dove avrete l'occasione di incontrare i luoghi in cui il vino Prosecco ha mosso i suoi primi passi. Vi porteremo a passeggio attraverso le strette stradine del borgo antico e nei verdi vigneti a pastini da dove poter ammirare un incomparabile vista del Mar Adriatico. Nel frattempo vi faremo assaggiare i vini spumanti qui prodotti attraverso il metodo tradizionale assieme a prodotti tipici del territorio provenienti dalle vicine aziende agricole. Che voi siate amanti del vino o semplici curiosi, Prosecco Origins è l'esperienza perfetta per visitare scenari unici immersi nella natura ed assaggiare i vini del territorio assieme a genuini prodotti tipici, esplorando le radici di un vino conosciuto in tutto il mondo.



Skupinski vodeni izlet | 3 ure | Samo polnoletni

Vsako soboto od septembra do decembra od 15.00 do 18.00 ure

(Zbirališče: Kontovelska mlaka - Lokacija Prosek - Kontovel, 223, TS)

Prosecco Escapes vas bo popeljal nazaj v 14. stoletje, da boste odkrili zgodovino najbolj znanega penečega vina na svetu in spoznali območje kjer se je vse začelo.

V čudovitem kotičku severovzhodne Italije, s pogledom na Tržaški zaliv, se nahajata vasi Kontovel in Prosek (seveda!). Tu boste imeli priložnost spoznati kraje, kjer je vino Prosecco opravilo prve korake. Sprehodili se bomo po ozkih ulicah starodavne vasi in po zelenih terasnih vinogradih, kjer lahko boste občudovali neprimerljiv pogled na Jadransko morje. Po sprehodu boste poskusili peneča vina, pridelana tukaj po tradicionalni metodi, skupaj s tipičnimi lokalnimi pridelki iz bližnjih kmetij.

Ne glede na to, ali ste ljubitelji vina ali samo radovedneži, je Prosecco Origins odlična izkušnja, da obiščete edinstveno naravno okolje in okusite lokalna vina s pristnimi značilnimi pridelki.



Prosecco Escapes
e kmetija Klin
Tel. Michele +39 328 6969864
info@proseccoescapes.com
www.proseccoescapes.com

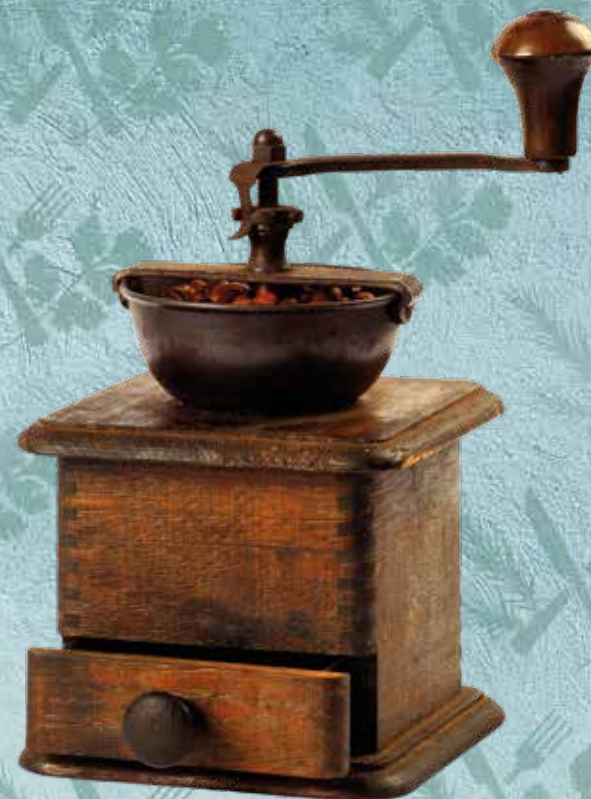
Valore al sapore Vrednost okusov

Carso Vino Kras Associazione viticoltori Carso
Društvo vinogradnikov Kras
www.carsovinokras.it
carsovinokras@gmail.com

Consorzio fra gli Apicoltori della Provincia di Trieste
Čebelarski konzorcij za Tržaško pokrajino
www.consorzioapicoltoritrieste.org
cons.apicoltoritrieste@gmail.com

Moisir - Comitato promotore per la valorizzazione dei prodotti lattiero-caseari dell'altipiano carsico - Provincia di Trieste
Moisir - Promocijski odbor za vrednotenje mlečno-sirarskih izdelkov Krasa v tržaški pokrajini
zidaric@tiscali.it

Comitato Promotore della Valorizzazione dell'Olio di Oliva Extravergine di Trieste "TERGESTE DOP"
Pripravljalni odbor za ovrednotenje tržaškega ekstra deviškega oljčnega olja "TERGESTE DOP"
www.tergestedop.it



A CURA DELL' UNIONE REGIONALE ECONOMICA SLOVENA
UREDILLO SLOVENSKO DEŽELNO GOSPODARSKO ZDRUŽENJE

FOTO: Marko Civardi, Ribiški muzej, Curiosi di natura,
SDGZ-URES, Paolo Hrovatin, Kajzer Marmi, Klemen Brumec
DESIGN: SintesiHub
STAMPA/TISK: B.B. Arti Grafiche



Sapori del Carso è un marchio registrato di proprietà di SDGZ-URES.
Okusi Krasa je zaščitena blagovna znamka v lasti SDGZ-URES.

Sapori del Carso 2019

Okusi Krasa 2019

Dal 19 ottobre al 10 novembre 2019
(e anche dopo su prenotazione)

Od 19. oktobra do 10. novembra 2019
(z rezervacijo tudi pozneje)

Menù, indirizzi degli esercizi
e produttori, informazioni sugli eventi:

**Unione regionale economica slovena
URES, Trieste**

tel.: +39 040 67248
www.saporidelcarso.net
www.ures.it



Meniji, naslovi ponudnikov
in pridelovalcev, informacije o dogodkih:
**Slovensko deželno gospodarsko združenje
SDGZ, Trst**

tel.: +39 040 67248
www.okusikrasa.net
www.sdgz.it



fb.com/okusikrasa.saporidelcarso
fb.com/sdgzures



Un'iniziativa di / Pobudo prireja:

**SLOVENSKO DEŽELNO GOSPODARSKO ZDRUŽENJE
UNIONE REGIONALE ECONOMICA SLOVENA**



In collaborazione con/
v sodelovanju z



Con il contributo di: / S podpora:

