



sapori del carso
okusi krasa
2020



i Grani
antichi
Staroĉavna
Źita

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 19 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 e 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. L'iniziativa comprende attivamente associazioni di produttori di vino, miele, olio, formaggio e caffè. L'edizione 2020 si svolge in un periodo purtroppo fortemente condizionato dall'emergenza epidemiologica dovuta al COVID-19, ma l'obiettivo dell'iniziativa rimane sempre lo stesso: raccontare 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 enogastronomica che completa l'offerta turistica, nonché con un'efficace promozione e un marketing attivo, vogliamo scommettere sulla riscossa del settore turistico, che è ormai parte imprescindibile del tessuto economico della nostra Regione. Con Sapori del Carso e con iniziative simili vogliamo continuare a migliorare la visibilità della nostra comunità e dei luoghi in cui viviamo, fare conoscere la storia, il patrimonio enogastronomico e i prodotti locali.

Con la valorizzazione dei sapori 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 Economia Slovena ringrazia la Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia, e l'Agenzia pubblica della Repubblica di Slovenia per l'imprenditoria - Spirit Slovenia per il loro sostegno all'iniziativa e tutti i partner e 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 19 let organizira niz dogodkov Okusi Krasa - Sapori del Carso, kulinarčno-turistično prireditve, ki združuje veliko skupino gostincev, pridelovalcev, prodajalcev in obrtnikov s tega območja, ki delujejo na Tržaškem in Goriškem. Pobuda o priredbi Okusov 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. Pri dogodkih v sklopu Okusov Krasa aktivno sodelujejo združenja vinarjev, čebelarjev, pridelovalcev olja in sira ter podjetnikov iz kavnega sektorja.

Izvedba 2020 Okusov Krasa poteka v obdobju, ki ga močno pogojuje epidemiološko izredno stanje zaradi COVID-19, cilj pobude pa ostane vedno enak: 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.

Z dovršeno kulinarčno ponudbo, ki dopolnjuje turistično ponudbo, z učinkovito promocijo ter aktivnim trženjem, želimo dati nov zagon turističnemu sektorju, ki predstavlja bistveni del gospodarske strukture naše regije. S pobudo Okusi Krasa in s podobnimi pobudami želimo izboljšati prepoznavnost naše skupnosti in prostora kot odlične turistične destinacije ter prispevamo k ovrednotenju Krasa, njegove zgodovine, kulinarčne in vinske dediščine ter tipičnih lokalnih proizvodov.

Z vrednotenjem starih okusov, 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 2020 I Grani antichi

16 ottobre - 1 novembre 2020 (e oltre)

L'iniziativa **Sapori del Carso** offrirà ai visitatori un'indimenticabile esperienza culinaria. I menù di quest'anno saranno ricchi di piatti che richiamano i sapori tradizionali, ma sempre caratterizzati dall'innovazione.

L'edizione 2020 è dedicata ai **GRANI ANTICHI**, che trovano il loro spazio in innumerevoli ricette della tradizione carsolina e che meritano di essere valorizzati anche nella gastronomia moderna.

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** offrono 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**.

Non solo enogastronomia. Itinerari naturalistici ed enogastronomici con le guide di Curiosi di Natura.

Sul web. Menù, esercizi, produttori, eventi sul sito www.saporidelcarso.net e sulla pagina **Facebook** - [fb.com/OkusiKrasa.SaporiDelCarso](https://www.facebook.com/OkusiKrasa.SaporiDelCarso).

Vi invitiamo quindi a visitare le nostre trattorie, panifici e negozi dove, oltre agli ottimi menù, potrete trovare l'angolo del prodotto tipico dove sarà possibile 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 2020 Starodavna žita

16. oktober - 1. november 2020 (in še naprej)

Pobuda Okusi Krasa bo obiskovalcem nudila nepozabno kulinarčno izkušnjo skozi čas. Letošnji jedilniki so tradicionalno obarvani, a ohranjajo obenem inovativni pridih. Dogodek nudi gostincem priložnost, da izrazijo svojo kreativnost in ovrednotijo kraško kulinarčno dediščino. Jedi bodo oplemenitila kraška vina, oljčno olje, kraški sir, med in drugi kraški proizvodi.

Izvedba 2020 je posvečena **STARODAVNIM ŽITOM**, katere najdemo v nešteti receptih kraške tradicije in ki si zaslužijo svoje mesto tudi v sodobni kuhinji.

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 pridelki.

Pekarne nudijo tipične slaščice in kruh iz domače moke, mlete na mlini kamen.

V kotičku tipičnih proizvodov pri sodelujočih ponudnikih bodo na prodaj domači proizvodi, v sodelovanju s konzorciji in organizacijami proizvajalcev.

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

Ne le vino in kuharika. Poti skozi naravo in kuhariko z vodiči Curiosi di Natura.

Na spletu. Dodatne informacije o jedilnikih, ponudnikih, proizvajalcih in dogodkih na spletnem naslovu www.okusikrasa.net in na naši Facebook strani [fb.com/OkusiKrasa.SaporiDelCarso](https://www.facebook.com/OkusiKrasa.SaporiDelCarso).

Obiščite naše gostilne, pekarne in trgovine, kjer boste imeli na voljo poleg dovršeno pripravljenih menijev tudi kotiček kraških dobrot, kjer si boste lahko zagotovili darilni paket Okusov Krasa.

Paola Zivic in Mirjam Malalan

Predsednici gostinske sekcije in sekcije trgovine na drobno SDGZ



Flavours of Karst

From 16th October to 1th November 2020

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 16. Oktober bis 1. November 2020

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.



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.



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 pijače 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 štruklji, gubanca, potica, presenc in pinca. Med mesnimi živali izstopata jagnjetina in divjačina, ki ju pripravljajo na več okusnih načinov v številnih jedeh. V časih, ko pih 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 kraškemu pašniku 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 najboljša italijanska in druga olja.



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 (ohrovť), 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 kuhinje.

Okusne testenine; z golažem še bolj!

Pašta ali testenine so v kraški kuhinji zavzele precej pomembno mesto. Razlikovati moramo med makaroni, ki so jih kupovali, in testeninami, ki so nastajale pod prsti gospodinje 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 (lzanja), 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

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.

Sapori del Carso ~ Menu ~ Okusi Krasa

Salmon e affumicato e crostini con farina di miglio e semi vari

Ravioli con farina di farro ripieni di polenta e formaggio Montasio con gamberi e crema con tartufo

Calamaretti in umido con polenta rustica di mais e grano saraceno

Finocchio gratinato

Palačinke con farina di grano saraceno e marmellata

Dimljeni losos s polnozrnatimi prepečenci iz prosene moke in semen

Pirini ravioli, polnjeni s polento in sirom Montasio, s kozicami in tartufo kremo

Dušeni lignji z rustikalno polento iz ajde in koruze

Gratiniran koromač

Palačinke iz ajdove moke z marmelado

30,00 € (incl. 1/4 vino e 1/2 minerale a testa - vključno z 1/4 l vina in 1/2 l vode na osebo)



@osterijaferluga

Trattoria - Gostilna

Veto



Opicina / Opčine (TS)

Via di Prosecco / Proseška ulica 35

Tel. / Fax +39 040 211629

pizzeriaveto@libero.it

Chiuso: martedì

Zaprto ob torkih

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 pizzeria za vsak žep, ki jo odlikuje velika gostoljubnost.

Sapori del Carso ~ Menu ~ Okusi Krasa

Sorpresa d'autunno

Orzotto del contadino

Filetto di maiale con pancetta e crema di porro

Misticanza

Torta cremosa alle noci

Jesensko presenečenje

Kmečka ječmenova "rižota"

Svinjski file s panceto in porovo omako

mešanica trav in solat

Kremna torta z orehi

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



@Trattoria.Pizzeria.Veto

Trattoria&Hotel / Gostilna&Hotel
Valeria 1904

Opicina / Opčine (TS)

Strada per Vienna, 52
+39 040 9220286
info@trattoriavaleria.it
Chiuso: mercoledì, domenica sera
Zaprto: ob sredah in ob nedeljah zvečer



Dalla grande passione per la cucina e per il territorio del Carso dello chef Tom Oberdan, nasce la nostra cucina "domača". Da sempre appassionato cuoco, Tom predilige e fa ampio uso di prodotti genuini e stagionali, soprattutto piatti legati al territorio. Pasta, pane e dolci fatti in casa e poi i piatti di carne alla brace, con i quali Tom esprime il massimo di sé e della sua passione. Un tripudio di sapori semplici e genuini!

Naše domače jedi so sad ljubezni, ki jo šef Tom Oberdan izkazuje kuhinji sami in Krasu. Tom, s prirojenjo ljubeznijo do kuhanja, ima najraje pristne sezonske pridelke in se jih na široko poslužuje, zato daje prednost lokalnim jedem. Testenine, kruh, doma pripravljene sladice, meso na žaru: pri teh se najbolj razvname njegova mojstrska žilica. Pravo razkošje pristnih in preprostih okusov!

Hotel&Restaurant
Križman

Monrupino / Repentabor (TS)

Repen 76
Tel. +39 040 327115 / Fax +39 040 327370
www.hotelkrizman.eu
info@hotelkrizman.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 vasi s Kraško hišo s kamnito streho in etnografskim muzejem.

Sapori del Carso ~ Menu ~ Okusi Krasa

<i>Cestino con spadellata di funghi e crema di zucca ed il suo olio</i>	<i>Košarica s popečenimi gobami ter bučno kremico v svojem olju</i>
<i>Prosciutto cotto di mangalizia, servito con pane caldo casereccio ai cereali</i>	<i>Kuhan pršut mangalice s toplim domačim polnozrnatim kruhom</i>
<i>Cannoli multicereali al ragu' di vitello e crema alle verze</i>	<i>Polnozrnat kanoli s telečjim ragujem in ohrovtovo kremico</i>
<i>Saccottini ripieni di brasato al terrano e crema di patate affumicate con la sua riduzione</i>	<i>Žepki, polnjeni s teranovo pečenko in kremico dimljenega krompirja</i>
<i>Coniglio impanato con insalatina di grani antichi</i>	<i>Pohan zajček v solati starodavnih žit</i>
<i>Mele in pastella con gelato alla cannella</i>	<i>Jabolka v testu s cimetovim sladoledom</i>

38,00 € (bevande escluse / brez pijače)



@trattoriavaleria

Sapori del Carso ~ Menu ~ Okusi Krasa

<i>Crema di porro con cialda di granoturco</i>	<i>Porova krema s hrustljivo koruzo</i>
<i>Bleki di grano saraceno con verze e salsiccia</i>	<i>Ajdovi bleki z vrzuoto in klobaso</i>
<i>Il capriolo e la polenta</i>	<i>Srnjak in polenta</i>
<i>Torta di pere e ricotta</i>	<i>Torta iz hrušk in skute</i>

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



@krizman.repen

Trattoria - Gostilna
Guštin

Sgonico / Zgonik 3/a (TS)
Tel. / Fax +39 040 229123 +39 3482884977
www.gustintrattoria.com
info@gustintrattoria.com
Chiuso mercoledì - lunedì e martedì sera
Zaprto ob sredah - ob ponedeljkih in ob torkih zvečer



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.

Sapori del Carso ~ Menu ~ Okusi Krasa

<i>Insalata tiepida di farro e funghi con cotechino</i>	<i>Topla solata s piro, gobami in krodeginom</i>
<i>Struklji di farine integrali con verze e pancetta</i>	<i>Štruklji iz polnozrnatke moke z zeljem in panceto</i>
<i>Filetto di maiale al sesamo su crema di patate viola e cipolla caramellata</i>	<i>Svinjski file s sezamom na omaki iz vijoličnega krompirja in karamelizirane čebule</i>
<i>Tortino di grano saraceno e frutta autunnale</i>	<i>Ajdova pita in jesensko sadje</i>

38,00 € (con vini del Carso abbinati / v kombinaciji s kraškimi vini)



@Trattoria Gostilna Gustin

Trattoria - Gostilna
La Lampara

Santa Croce / Križ 144 (TS)
Tel. / Fax +39 040 220352
www.la-lampara.net
trattorialampara@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.

Sapori del Carso ~ Menu ~ Okusi Krasa

<i>Crostini di pane (mais, frumento e segala) con spuma di pesce</i>	<i>Kruhki iz ajdove, pšenične in koruzne moke z ribjim namazom</i>
<i>Gnocchetti di patate con polpettine di pesce azzurro in sugo</i>	<i>Krompirjevi njoki s polpeti plave ribe v omaki</i>
<i>Brodetto di pesce con polenta</i>	<i>Brodet s polento</i>
<i>Strudel di mele</i>	<i>Jabolčni štrudelj</i>

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



@trattorialampara

Trattoria sociale
Društvena gostilna

Gabrovec 1902

Sgonico - Zgonik (TS)

Gabrovizza / Gabrovec 24

Tel.: +39 040 229 6036

gabrovec1902@gmail.com

Aperto ogni giorno - Odprto vsak dan



La trattoria sociale Gabrovec vanta una tradizione ultracentenaria, poiché è stata inaugurata nel 1902. La trattoria si trova in una posizione unica, la località di Gabrovizza rappresenta infatti la porta per accedere al Carso e alle sue prelibatezze. La trattoria dispone di una grande sala con oltre 100 coperti e un bel giardino estivo. Il locale offre pietanze fatte in casa tipiche del Carso.

Društvena gostilna Gabrovec se lahko ponaša z več kot stoletno tradicijo, odprta je od leta 1902. Je na edinstveni legi, saj predstavlja vas Gabrovec vrata v Kras in kraške dobrote. Gostilna ima veliko dvorano (sprejme lahko več kot 100 ljudi) in prijeten letni vrt. Nudi tipično domačo kraško hrano.

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.

Sapori del Carso ~ Menu ~ Okusi Krasa

Polenta grigliata con formaggio Tabor e cipolla

Popečena polenta s sirom Tabor in čebulo

Gnocchetti di gries (semolino) in brodo

Juha z gresovimi njoki

Farinata d'orzo con pancetta e radicchio rosso

Ječmenova kaša s panceto in rdečim radičem

Arrosto di maiale con porridge di grano saraceno e funghi

Svinjska pečenka z ajdovo kašo in gobicami

Verza in padella

Virzota v kozici

Torta di grano saraceno con le prugne

Pirina češpljeva pita

29,00 € (incl. 1/4 vino della cantina di Stanko Milič / vključno z 1/4 vina kmetije Stanko Milič)



SERATA A TEMA - TEMATSKI VEČER - 07/11/2020

alle 18.00 concorso per la migliore salsiccia /
ob 18:00 uri ocenjevanje najboljših kraških klobase
alle 20.00 cena a tema / ob 20:00 tematska večerja



@TrattoriaSocialeGabrovizza

Sapori del Carso ~ Menu ~ Okusi Krasa

Pane casereccio con farine di grani antichi

Domači kruh z moko iz starodavnih žit

Polenta di grano saraceno con salame di cinghiale all'aceto con scalogno caramellato

Ajdova polenta s salamo divjega prašiča s kisom in karamelizirano šalotko

Tartara di cervo speziata con erba cipollina con crostini di pane con farina di farro spelta integrale macinato a pietra

Jelenov tartar z drobnjakom in pirinimi kruhki iz polnozrnatke moke, mlete na kamnu

Ravioli di farina semola "Senatore Cappelli" ripieni di capriolo e rosmarino

Polnjeni ravioli iz zdrobove moke "Senatore Cappelli" z divjačino in rožmarinom

Spezzatino di orso con salsa al kren e lamponi con timballo di verze e patate

Medvedji žvacec s hrenovo omako z malinami, postrežen s pito iz ohrovt in krompirja

Sfogliatina scomposta di farina integrale con crema pasticcera alle castagne

Žepek iz polnozrnatnega listnatega testa s kostanjevo kremo

43,00 € (bevande incluse – vključno s pijačo)



@trattoriagostilna.sardoc

Trattoria / Gostilna

dal Checo

Sagrado / Zagraj (GO)

Via / Ulica Peteano 1

Tel. +39 0481 99290 / +39 335 6059820

info@trattoriadalccheco.com

www.trattoriadalccheco.com

Aperto dal venerdì alla domenica

Odprto od petka do nedelje



Posta alle pendici del monte San Michele sulla riva sinistra del fiume Isonzo, la trattoria è gestita sin dal 1900 dalla famiglia Ambrosi. Offriamo pietanze tipiche della zona carsica, come la selvaggina, gli gnocchi di patate esclusivamente caserecci, i dolci fatti in casa e una generosa varietà di piatti di carne. Ampia la scelta dei vini.

Restavracija se nahaja na pobočju Debele griže na levem bregu reke Soče, že od leta 1900 pa jo vodi družina Ambrosi. Gostilna ponuja tipične kraške jedi, na primer divjačino, izključno domače krompirjeve njoke, domače sladice in raznovrstne mesne jedi. Obiskovalcem je na voljo široka ponudba vin.

Trattoria - Gostilna

Al Refolo

Hostaria creativa

Monfalcone/Tržič (GO)

Via / Ulica IX Giugno 69

Tel. +39 333 402 2509

alrefolo@yahoo.it

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.

Tipične 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.

Sapori del Carso ~ Menu ~ Okusi Krasa

Tagliolini con l'anatra

Rezanci tagliolini z raco

Anatra casereccia in umido con polenta
di Blave di Mortean e grano saraceno

Domača dušena raca s polento
Mortean Blave in ajdo

Dessert

Sladica

23,00 € (bevande escluse / brez pijače)

Sapori del Carso ~ Menu ~ Okusi Krasa

Conchiglia Senatore Cappelli
con litum e ricotta affumicata

Testeninske školjke "Senatore Cappelli"
z divjimi zelišč in dimljeno ricotto

Bicchierino con Farro Monococco, pesto
di mandorle e pomodoro secco e spuma
di ricotta del Carso

Kozarček z malo piro, mandljevim pestom,
sušenim paradižnikom in peno
Kraške ricotte

Busiate di Grano Timilia con crema di zucca
Hokkaido e zenzero, sbriciolata di salsiccia,
cicoria croccante e fonduta di formaggio Jamar

Testenine busiate iz pšenice Timilia s kremo iz
Hokaidove buče in ingverja, drobljeno klobaso,
hrustljivo cikorijo in fondue s sirom Jamar

Stracotto di manzo con cardi al latte
accompagnati da Polenta di farina Mais Ros di
Aquilaia (presidio Slow Food)

Govejev golaž s kardiji na mleku in s polento
iz ogljenske rdeče koruze

Presnitz

Presenc

55,00 € (vini e bevande inclusi / vključno s pijačo)



@Trattoria Dal Checo



@alrefolo.monfalcone

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, 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 pridihom 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.

Sapori del Carso ~ Menu ~ Okusi Krasa

*Il benvenuto di casa Devetak
con il KK spumante brut di Edi Kante*

*Crackers ai fiocchi di avena e trota salmonata
dell'azienda FriulTrota di San Daniele del Friuli*

*Insalata di quinoa con pere, noci e crema di
gorgonzola delle Latterie di Aviano*

Vellutata di cavolfiore con farro al timo

Riso & riso (basmati & integrale): mare & monti

Žganci di grano saraceno e la "raza" al rosmarino

*Tortino di mele e miglio profumato alla cannella e
salsa alla vaniglia*

Caffè

*(Pane di lievito madre e farina di grani antichi del
Friuli Venezia Giulia)*

*Dobrodošlica hiše Devetak s penečim vinom
KK Edija Kanteja*

*Kreker z ovsenimi kosmiči in šarenko
"FriulTrota" iz kraja San Daniele del Friuli*

*Kvinovina solata s hruškami, orehi in gorgonzolovo
kremo mlekarne "Latterie di Aviano"*

Cvetačna kremna juha s piro in timijanom

Riž & riž (basmati & rjavi): morje & hribi

Ajdovi žganci in raca z rožmarinom

*Prosena jabolčna tortica s cimetom in
vaniljino omako*

Kava

*(Domači kruh z drožmi in moko iz
starodavnih žit iz Furlanije Julijske Krajine)*

45,00 € (bevande escluse / brez pijače)

65,00 € (con 4 calici di vino del Carso abbinati / v kombinaciji s 4 kozarci kraških vin)



@lokandadevetak





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 sui nostri tavoli nei giorni di festa. Per la Vigilia di Natale ci sono i fanci, per Carnevale i krofi e i crostoli, per Pasqua la pinza, la potiza, la bela potiza, 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 naštevati. Stare "sladkosti", katerim so naše none namenjale posebno skrb in ljubezen. Do današnjih dni so ohranile svoj čar in nas še vedno sladko premamljajo.

Gelateria - Sladoledarna

Soban

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

Odprto: 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 kraškim 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 konetti (z najvišjimi ocenami) iz prestižnega vodnika po najboljših italijanskih sladoledarnah, revije Gambero Rosso.



@gelateriasoban.trieste

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.



@Pasticceria Cotič Pekarna

~ 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 bogatijo tipični pridelki in proizvodi, kot so vino, sir, olje in med. Krajevni proizvajalci oskrbujejo s svojimi proizvodi gostince pri pripravi menijev **Okusov Krasa** ter s kavo, čokolado, slaščicami, delikatesami in drugimi dobrotami bogatijo tudi vse »**Kotičke tipičnih proizvodov**« pri sodelujočih ponudnikih. Poleg tega bodo tudi letos na razpolago **darilni paketi Okusov Krasa**, v katerih lahko najdete tipične kraške proizvode. 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

 @ernestocherti

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

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



@SfreddoSalumi



Delikateso Sfreddo sta v Trstu odprla brata Sfreddo, Luca in Andrea, ki sta se leta 2016 odločila, da bosta obnovila zapuščen 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.

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 sladojede 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



@caffevatta



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

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 18 e 25 ottobre, 1 e 8 novembre (ore 9.30-13)

Domenica 18 ottobre (ore 9.30-13) "Nella Riserva della Val Rosandra"

In una valle ricca di storia e biodiversità, con un torrente che scorre tra le rupi e una cascata di 30 metri. Antica via di commercio, con testimonianze del passato come i resti di un acquedotto romano o una chiesetta del XIII secolo. Ritrovo: ore 9.10 piazza di Bagnoli della Rosandra, fermata bus linee n. 40 e n. 41 da Trieste.

Domenica 25 ottobre (ore 9.30-13) "Redipuglia e il Monte Sei Busi"

Sul monte che sovrasta il Sacario di Redipuglia, tra i colori vivaci delle foglie in autunno, passando tra trincee e testimonianze dei combattimenti della Grande Guerra. Con letture a tema. Ritrovo: ore 9.10, davanti al Museo Storico Militare di Redipuglia. Raggiungibile dall'Aeroporto FVG con i mezzi Trasporto Pubblico Locale (TPL) FVG.

Domenica 1 novembre (ore 9.30-13) "Da Duino al Monte Ermada e al Mitreo".

Escursione sulle pendici del Monte Ermada, tra scotani dai colori fiammeggianti e rocce carsiche fino alla grotta del Mitreo. Qui si illustrerà il tempio dedicato al Dio Mitra, culto originario dell'Asia Minore e diffuso nell'antica Roma. Ritorno a Duino. Ritrovo: ore 9.10 davanti al Conad Gran Duino (ex Bar Bianco). Bus n. 44 da Trieste e n. 51 dell'APT di Gorizia.

Domenica 8 novembre (ore 9.30-13) "Tra Samatorza e il Monte San Leonardo".

Escursione sul Monte San Leonardo sulla cui cima si trovano i resti di un importante castelliere e di un'antica chiesetta. Dal monte la vista spazia su tutto il Carso e il mare. Ritrovo: ore 9.10, Strada Provinciale 6 da Gabrovizza, nello spiazzo vicino al bivio per Ternova.

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

€ 10,00 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 - +39 340.5569374  [@curiosidinatura](https://www.facebook.com/curiosidinatura)

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, 18. in 25. oktobra, 1. in 8. novembra (urnik: 9.30 - 13.00).

Nedelja 18.10. (9.30 – 13.00) V Naravnem rezervatu doline Glinščice

Sprehod v dolini, bogati z zgodovino in biotsko raznovrstnostjo, s potokom, ki teče med pečinami in s 30-metrskim slapom. Tu se je vila starodavna trgovska pot, kjer najdemo sledi iz preteklosti, kot so ostanki rimskega vodovoda ali cerkva iz 13. stoletja. Zbirališče: ob 9.10 na Gorici v Boljuncu. Avtobusni liniji št. 40 in št. 41 iz Trsta.

Nedelja, 25.10. (9.30 – 13.00) "Sredipolje in Griža"

Pot po hribu nad Kostnico v Sredipolju (Redipuglia) med jesenskimi svetlimi barvami listov, katere poteka med jarki in sledni bitk prve svetovne vojne. Recitiranje beril na temo. Zbirališče: 9.10 pred Vojaško zgodovinskim muzejem v Sredipolju. Dostop možen do letališča FJK z lokalnim javnim prevozom TPL FVG.

Nedelja, 1.11 (9.30 – 13.00) "Od Devina do Grmade in Mitrejeve jame".

Izlet po pobočjih Grmade, med gorečim rujem in kraškimi skalami do Mitrejeve jame. Tu bomo nekaj povedali o templju, posvečenemu bogu Mitri, kultu iz Male Azije, ki je bil razširjen v starem Rimu. Vrnitev v Devin. Zbirališče: 9.10 pred Conad Gran Duino (bivši Bar Bianco). Avtobusna linija št. 44 iz Trsta in linija št. 51 družbe APT iz Gorice.

Nedelja, 8.11 (9.30 – 13.00) Med Samatorco in vrhom Svetega Lenarta

Izlet na vrh Svetega Lenarta, na vrhu katerega so ostanki pomembnega gradu in starodavne cerkve. Z vrha se razprostira pogled na cel Kras in morje. Zbirališče: 9.10, pokrajinska cesta št. 6 iz smeri Gabrovca, na jasi blizu križišča za Trnovco.

KOTIZACIJA

10,00 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 - +39 340 5569374  [@curiosidinatura](https://www.facebook.com/curiosidinatura)

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. Privoščite si prigrizek z domačimi mesninami in vinom, prisluhnite utripu kraja in si spočijte v objemu kamnitih zidov.

Naučite se beline skal, vonja po mediteranskem rastlinju, naberte 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

 @ribiskimuzej

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

**i Grani
antichi**
Starodavna
žita



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: Grafica Goriziana

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 2020 Okusi krasa 2020

Dal 16 ottobre al 1 novembre 2020
(e anche dopo su prenotazione)

Od 16. oktobra do 1. novembra 2020
(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



@okusikrasa.saporidelcarso
@sdgzures

Un'iniziativa di / Pobudo prireja:
SLOVENSKO DEŽELNO GOSPODARSKO ZDRUŽENJE
UNIONE REGIONALE ECONOMICA SLOVENA



Con il contributo di: / S podpora:

