



# Kulinarična tradicija v sodobni prehrani

Besedilo: dr. Janez Bogataj  
Fotografije: Arne Hodalič

*Sodobni kulinarični zemljevid Slovenije sestavlja 24 gastronomskih regij z jedmi, med katerimi je nekaj takih, ki že stoletja sooblikujejo prehransko kulturno dediščino.*

Temeljna značilnost slovenske kulinarike je velika raznolikost. Ta je posledica različnosti naravnih danosti ter živahnega razvoja in vplivov na stičišču Alp, Sredozemlja, Panonske nižine, po prvi in še zlasti drugi svetovni vojni tudi Balkana. Prehranska dediščina Slovenije ni le vez z zgodovinskim spominom, ampak je svojevrsten izziv tudi glede na sodobne prehranske navade. Te oblikujejo nekateri izdelki ob *kolinah*, največjem posvetnem prazniku, ki se praznuje ob zakolu prašiča. V Prekmurju pripravljajo več vrst klobas z različnimi nadevi (kri, prosena in ajdova kaša). Značilna priloga h kolinam je *bujta repa*, v katero zakuhamo proseno kašo in jo začinijo s česnom, čebulo, poprom in rdečo papriko. Ponovno se v večjem obsegu uveljavlja uživanje sladkovodnih rib in kuharji odkrivajo stare recepte za pripravo. *Pečen krap s fižolom* je podobno kot ščuka že stoletja dokumentirano zelo priljubljena in predvsem okusna jed. Med močnatimi jedmi, s katerimi se slovenski kulturni prostor uvršča na območje podonavske kuhinje,

so najbolj prepoznavna jed štruklji, in to po vseh slovenskih regijah. Slani ali sladki, kuhani, parjeni ali pečeni testeni zvitki z različnimi nadevi, med katerimi je najbolj množično uporabljana skuta iz kravjega mleka, se pojavljajo tudi v enem od slovenskih vabil ali dobrodošlic, ki pravi: Pridite k nam na štruklje! Prvotno so štruklje uživali slane, pogosto skupaj z osvežujočo solato. Ena od velikih slovenskih posebnosti je prav gotovo jesenski poljši lov za potrebe prehranjevanja in izdelave polšje masti, ki je pomembno naravno zdravilo. O okusnem *pečenem polhu* poroča kancler oglejskega patriarha Paolo Santonino že leta 1487. Ajda se je začela množično uporabljati v 15. stoletju in je pomembno spremenila prehranske navade. Zlasti z *ajdovo kašo* in s številnimi okusnimi dodatki (gobe, fižol v zrnju) je nastala paleta okusnih jedi. Med zelenjavnimi jedmi je še vedno na prvem mestu *regratova solata*. Pripravljamo jo v pomladnem času, nekateri vse leto, in sicer z jajci in s krompirjem ter zabeljeno z ocvirki ali s slanino.

JEDI STA PRIPRAVILA TANJA IN DAMJAN FINK, GOSTILNA NA GRADU, LJUBLJANA



PREKMURSKÉ KOLINE Z BUJTO REPO



PEČENI KRAP S FIŽOLOM



SLANI SIROVI ŠTRUKLJI S SOLATO



PEČENI POLH S PEČENIM KROMPIRJEJEM



AJDOVA KAŠA Z LIŠIČKAMI



REGRAT Z JAJCI, ZABELJEN Z OCVIHKI