



REPUBLIC OF
> SRPSKA <

...much more
GASTRO

ENO I GASTRO VODIČ REPUBLIKE SRPSKE

Prijatno!



Dobro došli na trpezu ukusa i mirisa Republike Srpske!

Kada je hrana u pitanju narodi ovih krajeva su pravi hedonisti. Mali obroci su nepoznanica, kako u domovima tako i na svim ostalim mjestima gdje se služi hrana.

U hrani i dobroj kapljici kod nas se jednostavno uživa. Još kad se ovom užitku doda muzika i pjesma našeg naroda, imaćete kompletan užitek svih čula.

Ovdje se jede polako, sa uživanjem i poštovanjem, a popis jela je zaista dugačak: od supa i pita preko glavnih jela, salata i nezaobilaznih slatkiša na kraju.

Posebno bogatstvo čini različita receptura istoimenih jela u raznim krajevima Srpske. To znači da ćete cicvaru ili ljevušu potpuno drugačije doživjeti u Krajini, Semberiji ili Hercegovini. Osnovni razlog različitih receptura domaćih jela proističe iz toga što su ih naše bake i djedovi pripremali od namirnica koje su imali u kući pa tako imamo nebrojeno mnogo varijacija. Ono što je važno je da će u svakom domu znani i neznani gosti uvijek dobiti jelo od najkvalitetnijih i najsvježijih namirnica, jer razočarenja za trpezom jednostavno ne smije biti.

Za mnoge specijalitete naše nacionalne kuhinje ne postoji konkretna riječ u riječnicima stranih jezika, a ni ukus sa kojim se mogu uporediti. Stoga je najbolje doći i isprobati ih. Ali prije toga, na ovim stranicama pronađite priče o specijalitetima domaće kuhinje, kao i recepte za njih, jer, ko zna, možda poželite da ih i sami napravite!



Jela Srpske

Spremanje hrane poseban je dio srpske tradicije i kulture. Nekada se u srpskim selima prostor za pripremanje i objeđivanje zvao kuća, a centralni dio je bilo ognjište, koje je predstavljalo važno, kultno mjesto, pored koga se odigravao svakodnevni život i okupljala cijela porodica.

Zbog svoje istorije i geografskog položaja, naša kuhinja slična je turskoj, grčkoj i drugim mediteranskim kuhinjama, ali u njoj se osjete i uticaji evropskih kuhinja, posebno Centralne Evrope. U njoj preovladava upotreba mesa, tijesta, povrća i mliječnih proizvoda.

U ovoj brošuri predstavimo specijalitete domaće kuhinje, kao i recepte za neka od tih jela, jer, ko zna, možda poželite da ih i sami napravite!

Pa da krenemo!

Cicvara

Ukus naslijeđa na savremenim trpezama

Cicvara se ubraja u starinska srpska jela. Prema etnološkim podacima, ovo jelo se, u krajevima koje naseljavaju Srbi, sprema od davnina. Najstarije recepture zapisane su još u manastirskim knjigama i u njima se cicvara priprema prije svega od brašna pšenice, raži, ječma, ovsu. Kada je kukuruz počeo da osvaja evropske njive, kukuruzno brašno je preuzelo ulogu glavnog sastojka cicvare. Mast, ulje, maslac i kajmak, kao i razne vrste sireva, neophodne su masnoće za dobru cicvaru, koje okus ovog jela dovode do savršenstva.

Recept:

Sastojci:

- 1/2 kg sira – masni ili punomasni sir, polutvrđi po mogućnosti
- 2 dl vode
- 2 dl mlijeka
- 200 g starog kajmaka, budući da ima intenzivniji okus od mladog, nedozrelog kajmaka
- kukuruzno brašno po potrebi – bijelo ili žuto
- so

Priprema:

Vodu i mlijeko staviti u šerpu i zagrijati. Sir izmrviti te staviti u vrelo mlijeko i vodu da se kuva. Što masniji i stariji sir, pune arome, kao što su ovčji ili kozji sir, daće bolji okus cicvare. Kada masa počne da ključa, sipati brašno, neprekidno miješajući masu. Miješati dok se masa ne izjednači. Dodati kajmak i nastaviti sa miješanjem oko 10 minuta. Veliki majstori kuhinje tvrde da postoji i jedna mala tajna, a to je da nikako ne smije da se mijenja smjer u kojem se miješa cicvara, te da to miješanje mora da bude konstantno u jednom te istom ritmu.

Soli se dodaje po potrebi, zavisno od slanoće kajmaka i sira. Miješati sve dok cicvara ne počne da pliva u oslobođenim masnoćama. Kada se to desi, cicvara je gotova i može se servirati sa kiselim mlijekom.

U Hercegovini ovo jelo se servira i sa medom.

ROMANIJSKI SKORUP

Autohtona vrsta kajmaka romanijskog kraja. Razlikuje se od običnog kajmaka u tome što se u procesu proizvodnje dimi što utiče na dobijanje posebne boje, mirisa i ukusa. Romanijski kajmak dobio je međunarodni certifikat geografskog porijekla od strane Svjetske organizacije za intelektualno vlasništvo (WIPO) 2019. godine.

www.romanijskikajmak.com



kajmak



ajvar



čvarci

Domaće je bolje!

KAJMAK – pravi se isključivo tradicionalnom metodom kuhanja mlijeka te skidanjem kore sa mlijeka koja se naziva kalica kajmaka, a koja se potom stavlja u drvene kace, redom se soli i čuva dok ne sazri. Prema stepenu zrelosti tj. dužini sazrijevanja kajmak se naziva mladi ili stari.

AJVAR – omiljena domaća poslastica za zimnicu od paprika i patlidžana. Jede se samostalno sa hljebom, ili uz meso s roštilja.

ČVARCI – kuriozitet gastronomije, veoma cijenjeni među domaćim stanovništvom, prave se od masnijih dijelova svinje koji se tope kuhanjem te presaju da bi se iscjedio višak masnoće i da bi se razdvojili u sitnije komade. Neko dodaje i začine poput paprike ili bijelog luka. Najčešće se jedu u zimsko doba.



sarma



pogača



pečenje

Ukusi svečane trpeze

POGAČA – Pogaču nazivaju prazničnim hljebom, ona je bogatija i svečanija verzija hljeba. Mijesi se sa kvascem ili bez njega, vodom i najčešće pšeničnim brašnom, ali je veoma ukusna pogača od heljadinog, raževog ili integralnog brašna, pogotovo pečena pod sačem.

PEČENJE SA RAŽNJA – Neizbježan specijalitet na svim slavljinama, okupljanjima u prirodi i slavama jeste prase na ražnju, koje se okreće iznad vatre i preliva pivom. Ovakvo pečenje može da potraje satima, dok se opojni mirisi šire nadaleko. Kada je jednom gotovo, prase se skida sa ražnja i siječe na komade, a srpski gurmani će vam preporučiti da ga probate dok je vruće jer je tada najljepše.

SARMA- riječ turskog porijekla i u prevodu se odnosi na nešto zavijeno. Zima, praznici, slavske trpeze, nezamislive su bez ovog jela. Recepti za njegovu pripremu variraju od mjesta do mjesta, ali naše domaćice tvrde da je najukusnija ukoliko se priprema sa mješavinom junećeg i svinjskog mesa, slanine, riže i začina. Pomenutom smjesom nadijevaju se listovi kiselog kupusa, koji se kuhaju zajedno sa svinjskim rebarcima. Sarma se kod nas priprema od davnina i svakako je dobar izbor ukoliko želite nekoga da ugostite.

Uštípci

Pripremaju se sa vodom, brašnom i jajima. Peku se na vrelom ulju dok ne dobiju zlatno žutu boju. Služe se sa masnim sirom ili kajmakom. Prave se od bijelog, kukuruznog, crnog, heljdinog i raženog brašna. U hercegovačkoj kuhinji jelo slično uštípcima zovu priganice. Sa ili bez kvasca, ove poslastice su se u ovim krajevima konzumirale još od davnina.

Recept:

Sastojci:

- 300 g brašna
- 300 ml mlijeka
- 1 kašika ulja
- 1 jaje
- ½ kesice suvog kvasca
- 1 kašičica soli
- ulje za prženje

Priprema:

Prosijano brašno pomiješati sa kvascem. Dodati so, ulje, umučeno jaje i toplo mlijeko. Tijesto dobro izraditi (mutiti 10 min) i ostaviti da naraste. Nakvašenom kašikom uzimati tijesto i pržiti na zagrijanom ulju do lijepo zlatno-žute boje. Uštípke vaditi na kuhinjski papir rešetkastom kašikom da se ocijedi ulje. Služiti uz namaz po želji sir, kajmak, pekmez ili med. Prijatno!

Samo kod nas!

JANJSKI KAJMAK I SIR PLETENICA ŠIPOVO

Sir i kajmak zaštitni znak su Šipova i Janja. Područje Janjske visoravni je izuzetno pogodno za stočarstvo, te proizvodnju ekološki čistog, visoko kvalitetnog mlijeka i mliječnih proizvoda. Proizvodnjom kajmaka i sira pletenice bavi se 40-tak domaćinstava.

www.sipovo-tourism.com

KALENDEROVAČKI SIR

Za proizvodnju kalenderovačkog sira potrebno je domaće mlijeko, sirće i so. Nakon termičke obrade, smjesa se stavlja u lipove drvene kalupe gdje se dalje cijedi i oblikuje. Kalenderovački sir ima prepoznatljiv oblik kocke, težine 1.200 grama sa udjelom masti od 3,5%. Za proizvodnju jednog sira potrebno je 10 litara mlijeka. Mlijeko se kuha i dok je vrelo dodaje mu se kiselo mlijeko i sirćetna ili vinska kiselina. Konzumira se mlad, poslije 3-6 dana zrenja. Radi dužeg čuvanja se suši.

www.kalenderovackisir.com



kalenderovački sir



sir pletenica



janjski kajmak

Banjalučki ćevap

Banjalučki ćevap u lepinji mnogi smatraju najslavnijim brendom Banje Luke. Jedinstven je po svom izgledu, ukusu i načinu serviranja. Pojavio se prije više od 100 godina, a proslavio se i odomatio prvo po cijeloj bivšoj SFRJ, a potom i dalje po svijetu. Banjalučki ćevap se pravi od junetine, bravetine, bibera, soli i bijelog luka, a priprema se na roštilju. Služi se u specijalizovanim ugostiteljskim radnjama, „ćevabdžinicama“ ili „roštiljnicama“, iako se može naručiti i u većini restorana. Ćevap se jede vruć, prstima i čačalicom, iako će vam u većini roštiljnica servirati pribor za jelo. Uz njega se obavezno služi luk, isječen na krupne kriške. Poslije ćevapa preporučuje se jogurt ili kiselo mlijeko. Kažemo da banjalučki ćevap pola svoje slave duguje banjalučkoj lepinji, koja se može jesti i sama, ali namočena taman toliko da ne izgubi hrskavost.

www.banjaluca-tourism.com



Sir Trapist Marija Zvijezda

Svakako vam predlažemo da probate jedinstveni ukus „sira nad sirevima“, kako ga nazivaju u vrsnim gastronomskim priručnicima, pripremljenog po tajnoj recepturi. Proizvodi se još od davne 1882. godine u trapističkom samostanu „Marija Zvijezda“ nadomak Banje Luke. Tajna recepta po kojoj se pravi čuva se i prenosi na redovnike već preko 130 godina, a trenutno je znaju samo dva redovnika. Radi se po originalnom receptu iz francuskog samostana „Port-du-Salut“. Zbog tajnovitosti izrade, ne postoji opis proizvodnje izvornog banjalučkog trapista, tako da se ona može tek nagađati.
www.trapisti-banjaluka.org

Nektar pivo

Banjalučka pivara osnovana je 1873. godine. Osnivači pivare bili su njemački redovnici iz reda trapista samostana „Marija Zvijezda“, koji se nalazi u njenoj blizini, a poznato je da su Nijemci oduvijek bili dobri poznavaoци tehnologije proizvodnje piva. U isto vrijeme, trapisti su osnovali bolnicu u kojoj su zavisnike od rakije liječili pivom. Kura je bila četiri litre piva dnevno. U Banjalučkoj pivari se i danas, uz najsavremeniju tehnologiju, proizvodi Nektar pivo po originalnoj proizvođačkoj recepturi. Pijući Nektar pivo, sa 5% alkohola i 11,4% ekstrakta, u ustima ćete osjetiti oporost i gorčinu, a ujedno i prijatnu slatkost. Dobro ga je kombinovati sa banjalučkim čevapom ili trapist sirom.
www.nektarpivo.com

Kraft pivo u Srpskoj

Zanatsko pivarstvo predstavlja kulturu proizvodnje domaćeg piva, koja je u Republici Srpskoj posljednjih godina doživjela veliku ekspanziju. Pivarska zajednica postoji i sve više se razvija, a tome značajno doprinose i festivali koji se s vremena na vrijeme organizuju kako bi se promovisala kultura zanatskog pivarstva.



sir Trapist



kraft pivo



Nektar pivo



Kalja

Staro srpsko jelo spremljeno sa svježim ili suvim mesom i kupusom!

Recept:

Sastojci:

- 500 gr. teletine ili jagnjetine (sa kostima ili bez)
- 1,5 kg kupusa
- voda za kuhanje kupusa
- 100 g crvenog luka
- malo ulja
- 200 g mrkve
- 50 ml sos paradajza
- so, začin, biber i malo mljevene paprike

Priprema:

Izdinstajte luk i mrkvu. Dodajte meso i dinstajte još par minuta. Kada se sve zažuti dolijte vode i sos paradajz. Kuhajte oko pola sata pa ubacite nasjeckani kupus i kuhajte sve zajedno oko sat vremena. Pred sam kraj dodajte začine.

Prijatno!


Koljenica se kuha oko pet sati, nakon čega se peče na visokoj temperaturi. Služi se sa domaćim pogačicama i kiselim kupusom.

Dimljena koljenica i butkica

Krajiške pole

Najlakša priprema, a opet najukusnija verzija pečenog krompira. To je zapravo krompir presječen napola, posoljen i pečen u žaru, rerni ili ispod sača. Ako su pole prekrivene tanko rezanom slaninom, kajmakom i sirom, ni najveće gurmane ne ostavlja ravnodušnim.





PITA – razlikuje se od klasičnih američkih ili zapadnoevropskih prhkih pita. Tradicionalno se priprema od ručno pravljenih kora ili jufki koje se mijese od brašna, vode i ulja, te se tanje do željene debljine, obično kao list papira, i motaju u krug ili slažu jedna na drugu. Pripremljene kore pune se raznim nadjevima, po kojima pita i dobija ime. Najpoznatije su sa: sirom – sirnica, zeljem – zeljanica, krompirom – krompiruša, ali i mesom – burek. Pored ovih, postoje još i pite punjene bundevom, tikvicama, gljivama, jabukama, višnjama i mnogim drugim nadjevima.


Pita

Recept:

Sastojci:

- 1 kg pilećeg mesa
- 1 kašika začina
- 7 kašika ulja
- 6 jaja
- 150 g pšeničnog brašna
- ½ kašičice soli
- 500–600 ml mlijeka

Priprema:



Pileće meso sa kostima isjeći na manje komade i posuti začinima. Pripremljeno meso prepržiti na tri kašike zagrijanog ulja sa svih strana, dok blago ne porumeni. Razmućena jaja pomiješati s brašnom, soli, mlijekom, i smjesu ostaviti da stoji 10–15 minuta. U vatrostalnu posudu ili pleh staviti preostalo ulje i zagrijati ga. Zatim na toplo ulje izliti trećinu pripremljene smjese od jaja i brašna i na to rasporediti prženo meso, a po mesu izliti preostalu smjesu od jaja, brašna i mlijeka. Kvirgušu peći 20 minuta u pećnici zagrijanoj na 210 °C, a zatim je preliti umućenim jajetom i mladim kajmakom ili pavlakom i peći još 10 minuta.

Prijatno!

Kozaračka kvirguša

Poslastice

Svoje putovanje Srpskom možete zasladiti vanilicama, šapama, baklavom, štrudlama, tulumbama, hurmašicama, slatkim pitama te mnogobrojnim svjetski poznatim delicijama čiji recepti su ovde od davnina, modificovani i prilagođavani ukusima ovog podneblja kako bi dobili ono najbolje.

Sastojci

- 8 jabuka srednje veličine (oko 1,5 kg)
- 200 g šećera
- 80 g oraha
- 1 bjelance
- 1 limun
- 50 g šlaga
- 1 l vode
- 20 g vanilin šećera

Priprema

Operite i ogulite jabuke, izdubite im sredinu, a kore sačuvajte. Jabuke stavite kuhati u kipuću vodu kojoj ste prethodno dodali 50 g šećera, 1 vanilin šećer i limunov sok. Kuhane jabuke izvadite, a u istu vodu stavite preostali šećer i kore od jabuka. Kad sirup prokuha, procijedite ga i ostavite neka se ohladi. Zatim kuhane jabuke koje ste nadjenuli mješavinom tučenog bjelanca, mljevenih oraha i vanilin šećera posložite u tepsiju i pecite 15 minuta na 180°C. Tako pečene jabuke izvadite i prelijte toplim sirupom. Prije posluživanja na tufahije stavite po kašiku šlaga.



Tufahija

slatke pite



šape



Tradicionalna poslastica koja se priprema na ovim prostorima, za čiju pripremu su neophodne metalne modle kako bi dobile izgled koji podsjeća na medvjedu šapu.

Sitni kolači za čiju pripremu se pored ostalih namirnica koristi svinjska masnoća i domaći džem od šipaka ili kajsije, što im daje posebnu teksturu i topivost dok se konzumiraju.

vanilice



Zahvaljujući raznovrsnim klimatskim uslovima i netaknutoj prirodi, Republika Srpska ima veliki potencijal u proizvodnji prirodnog meda. Dijelovi Srpske sa svojom kontinentalnom klimom i planinskim područjima idealni su za proizvodnju nekoliko vrsta kvalitetnog sortnog meda (kesten, bagrem), kao i šumskog i livadskog meda. S druge strane, područje naše zemlje sa svojom mediteranskom

klimom (Hercegovina), pogodno je za proizvodnju drugih vrsta meda poput meda od kadulje, vriješka, drače, zanovijeti i poliflornog meda od mediteranskog bilja. Raznovrsnost klime i vegetacije, čista okolina i tradicija u pčelarstvu odlični su preduslovi za proizvodnju vrhunskog meda. Med se vrlo često koristi kao prirodni lijek ali i kao zdraviji izbor poslastice.



Med
poslastica iz prirode

Baklava

Desert napravljen od tankih listova vučenog tijesta (jufke), premazanih otopljenim maslacem pa nadjevenim mljevenim i sjeckanim orašastim plodovima. Na našim su prostorima to najčešće orasi, dok se u drugim zemljama mogu naći i baklave punjene pistacijama, bademima, pa i čokoladom.



Rakija

Ukoliko imate neki zdravstveni problem, rečenica koju ćete u Srpskoj sigurno čuti jeste – „popij malo rakije, biće ti bolje“, jer se priče o njenoj ljekovitosti prenose s koljena na koljeno. Rakija je i nezaobilazan poklon za krsne slave, godišnjice, novogodišnje i božićne praznike... za kumove, najmilije, za poslovne partnere, svuda i u svakoj prilici.

RAKIJA – NACIONALNO PIĆE – alkoholno piće dobijeno destilacijom fermentisanog voća u destilatoru, u narodu poznatom kao „vesela mašina“. Porijeklo riječi rakija izvedeno je od arapske riječi „al-rak“, što znači znoj. Međutim, rakija je mnogo više od toga – uz nju se proslavlja život, raduje se lijepim životnim događajima i tuguje kada je vrijeme za to. Pečenje rakije oduvijek je predstavljalo poseban ritual u našim domaćinstvima. Ono počinje od ranih jutarnjih časova i traje čitav dan, uz prijatno druženje rodbine, komšija i prijatelja, uz specijalitete domaće kuhinje, i naravno cjelodnevno ispijanje ovog pića.

Rakija se može praviti od mnogo vrsta voća, pa tako imamo možda najpoznatije vrste: šljivovicu, kruškovaču, lozovaču, jabukovaču, zatim aromatičnije: orahovicu, klekovaču i drenovaču, te malo slađe vrste: kajsijevaču, dunjevaču, medovaču i višnjevaču.

Pića Srpske -dobra kapljica-





Vina sjevera Srpske

Zahvaljujući velikom broju sunčanih dana, prijatnoj klimi i pitomim brežuljcima, u vinskim podrumima na sjeveru Srpske prave se vrhunska vina, koja predstavljaju dokaz da se i u kontinentalnim krajevima mogu uzgajati vrhunske loze, utkane u ljepotu vinograda i brežuljkastih krajolika. Smješteni u izuzetnom prirodnom ambijentu, a većina njih i u blizini značajnih turističkih atrakcija, kao što su italijanska župna crkva, sagrađena krajem XIX vijeka i posvećena Sv. Franji Asiškom, ili crkva brvnara u Palačkovcima, ti vinski podrumi plijene pažnju prolaznika.

Vinski zaljubljenici mogu uživati u harmoničnosti naših lokalnih vina pravljenih od sorti Chardonnay, Pinot Blanca, Cabernet sauvignon, rajnski rizling...

Preporučujemo da probate vina proizvedena u nekoj od vinarija sjevernog dijela Srpske:

Vinarija „Banjac“

VI. Aleksandar Banjac
Kozarska Dubica
Tel.: +387 65 436823
abanjacab1@gmail.com

Vinogradi „Bona Ventura“

ZZ „Podrumi Banjalučke biskupije“
Mahovljani bb, Laktaši
Tel.: + 387 51 487 121
Tel.: + 387 65 092 107
podrumibb@gmail.com
www.vinogradi-bonaventura.com

Vinarija „Crveni brijeg“

Prvog krajiškog proletarskog bataljona 89, Banja Luka
Tel.: 065 936 313

Podrum vina „Đukić“

Slatina bb, Laktaši
Tel.: +387 65 610 140
podrum.djukic@gmail.com
@podrum.djukic

Vinarija „Đuričić“

VI. Aleksandar Đuričić
Velika Sočanica bb, Derventa
Tel.: +387 65 228 532

Vinarija Fazan d.o.o. Prnjavor

Naseobina Lišnja bb
Prnjavor
Tel.: +387 51 682 450
vinarijafazan@gmail.com

Vinarija „Jungić“

Markovac bb, Čelinac
Tel./Faks: + 387 51 226 401
vinarijajungic@hotmail.com
www.vinarijajungic.com

Vinogradi „Kuzmanović“

VI. Pero Kuzmanović
Mišinci, Derventa
Tel.: +387 65 499 994

Vinarija „Popović“

Laktaši
Tel.: 065 974 998
zoks.pops@gmail.com

Vinarija „Panić“

Kozarska Dubica
Tel.: +387 65 390 901
Tel.: +387 65 449 021

Vinarija „Vasić“

Štrpci, Prnjavor
Tel.: +387 65 981 626
svasic63@teol.net



Priroda je prema Republici Srpskoj bila izuzetno naklonjena. U njenim podnožjima prostrle su se pitome i plodne ravnice žitne Posavine i Semberije, Lijevče polja, Potkozarja i Podgrmeča, kao i predjeli hercegovačkog kraša prošaranog plodnim kraškim poljima. Vodotoci moćnih rijeka Une, Sane, Vrbasa, Ukrine, Drine i Tare, zasigurno najbistrijih rijeka na čitavom Balkanu, sem ljepote bogati su i raznovrsnom ribom.

PASTRMKA NA ŽARU – najrasprostranjenija vrsta ribe u našim restoranima.

hercegovački pršut



HERCEGOVAČKI PRŠUT –
Na hercegovačkom vjetru sušeni svinjski butovi, goveđe i ovčje meso, dodatno oplemenjeni začinskim travama ovog podneblja.

Vina Hercegovine

Svi putevi vina vode u Hercegovinu. Na ovoj škrtoj hercegovačkoj zemlji, punoj kamena i drače, uzgajaju se najplemenitije sorte vinove loze i pravi vino prepoznatljivog kvaliteta. Zahvaljujući klimatskim uslovima i geografskom položaju, vinska cesta Hercegovine postaje sve prepoznatljivija na vinskoj karti. Prvi kontingent vina izvezen je preko Trsta u Evropu 1883. godine. Lastvansko vino žilavka, izuzetnog kvaliteta, bilo je zvanično vino habzburškog carskog dvora u Beču.

ŽILAVKA

Žilavka je značajna, najzastupljenija bijela visokokvalitetna autohtona sorta Hercegovine. Ime je vjerovatno dobila zbog svoje otpornosti i mogućnosti uzgoja u različitim proizvodnim uslovima (žilava – žilavka) ili pak po tankim žilicama koji se u punoj zrelosti uočavaju u bobicama grožđa. Prepoznatljive je žutozelenkaste boje, a služi se isključivo rashlađeno, na temperaturi od 12 °C. Izvrsno se slaže sa svim vrstama morske i slatkovodne ribe, uz jagnjetinu ili dimljenog šarana.

VRANAC

To je vinova loza uvedena u područje južne Hercegovine, u područje Trebinja, za vrijeme austrougarske vladavine. Naziv „vranac“, što znači „crni konj“, namjerno je dat kako bi označio iznad svega jačinu, snagu i intenzitet ovog vina, čiji je okus teško klasifikovati. Intenzivna crvena boja sa ljubičastim odsjajem, nakon što odleži nekoliko godina, do nosa donosi širok buket različitih mirisa, dok okus varira od sladića do cimeta, od crvenog voća do naznaka hrasta. Savjetuje se da se nikada ne pije kada je tek otvoreno, već da se otvori puno prije serviranja, jer što više dolazi u kontakt sa kiseonikom, postaje nježnije i profinjenije. Zanimljivo je da se zbog te jačine i boje na ovom području crvena vina zapravo zovu crna. Vranac se služi na sobnoj temperaturi, oko 18 °C, a preporučuje se uz jagnjeće i teleće pečenje ispod sača, roštilj, uz svu divljač, pršut, kao i uz tvrde i zrele sireve.



Degustacija vina

Danas se brojne porodice u Trebinju bave uzgojem vinove loze te proizvodnjom vina i rakije. Mnogi posjetioci vinskih podruma i vinarija, u njihovim divnim ambijentima, u hladovini loze ili drugog rastinja, mogu uživati u kapljicama kvalitetne žilavke, vranca, blatine i internacionalnih sorti kao što su Cabernet Sauvignon, Merlot, Shardonay, Pinot Noir, Sirah, Muskat.

Trenutno na području Trebinja postoji 18 registrovanih vinarija, od kojih devet imaju degustacione sale.

SMUĐ U KAJMAKU – Pečeni fileti smuđa preliveni sa sosom od kajmaka i limuna.

Vinarije

Podrum „Bojanić“

Adresa: Pridvorci bb
Tel.: +387 65 219 706
podrum_bojanic@yahoo.com

Vinarija „Dostić“

Adresa: Dražin Do bb
Tel.: +387 66 534 666
podrumdostic@gmail.com

Vinarija „Dračevo“

Adresa: Dračevo bb
Tel.: +387 65 597 925

Vinarija „Korać“

Adresa: Voja Koraća 11
Tel.: +387 59 224 200
korac.podr@teol.net

Podrum „Lečić“

Adresa: Mostači bb
Tel.: +387 65 521 937

Podrum „Nožica“

Adresa: Galičići bb
Tel.: +387 65 880 131

Vinski podrum „Tarana“

Adresa: Staro Slano bb
Tel.: +387 59 285 400
tds@teol.net
www.taranatds.com

Vinarija „Vera“

Adresa: Dubljani bb
Tel.: +387 59 490 502
info@vinarijavera.com
www.vinarijavera.com

Udruženje vinogradara i vinara istočne Hercegovine „Vinos“

Adresa: Mirna 28
Tel.: +387 59 226 430





Vinske degustacione sale

Vinarija „Anđelić“

Adresa: Gorica bb
Tel.: +387 59 259 222
dragan@podrum-andjelic.com
www.podrum-andjelic.com

Vinarija „Aćimović“

Adresa: Mosko bb
Tel.: +387 65 211 889
motelkonak@yahoo.com
www.acimovictrebinje.com

Vinski podrum „Berak“

Adresa: Vojvode Sindelića bb
Tel.: +387 65 982 534
vinarijaberak@gmail.com
www.vinskacesta.ba

Vinski podrum „Marić“

Adresa: Otok bb
Tel.: +387 65 563 325
vinskpodrummaric@gmail.com
www.vinskacesta.ba

Vinski podrum „Petijević“

Adresa: Perovića most bb
Tel.: +387 65 536 826
podrum.petijevic@gmail.com
www.vinskacesta.ba

Vinski podrum „Popovac“

Adresa: Pridvorci 35
Tel.: +387 65 298 270;
Tel.: +387 59 258 171
popovacstevo@gmail.com
www.popovac.com

Vinski podrum „Sekulović“

Adresa: Lastvanski put bb
Tel.: +387 65 146 722
vinarijasekulovic@gmail.com
www.podrumsekulovic.com

Podrumi Manastira „Tvrdoš“

Adresa: Tvrdoš bb
Tel.: +387 59 246 810
Faks: +387 59 246 811
tpodrumi@teol.net
www.tvrdos.com

Vinski podrum „Vukoje“

Adresa: Mirna 28
Tel.: +387 59 270 374
Faks: +387 59 270 371
podrumvukoje@gmail.com
www.podrumivukoje1982.com

jagnjetina sa zanovijeti



Hercegovci su posebno ponosni na jagnjetinu koja je, kako kažu, potpuni delikates samo ukoliko je stoka pasla travu po imenu zanovijet. Zbog ove endemske biljke meso je sočno i posebno ukusno, bilo da se tradicionalno sprema na ražnju, ispod sača ili kuha.

Hrana i ambijent

Iako je nesumnjivo da ćete u Srpskoj uglavnom konzumirati dobru hranu, gdje god da je probate, mi vam ipak predlažemo neka od mjesta gdje možete u potpunosti doživjeti gastro užitak naše zemlje.

Etno-selo LJUBAČKE DOLINE, Banja Luka

Etno-selo Ljubačke doline smješteno je na oko 17 km od Banje Luke na putu prema Kneževu. Zamišljeno je i postavljeno kao muzej na otvorenom, sa namjerom da pokaže život s kraja 19. i prve polovine 20. vijeka.

U krčmi etno-sela – muzeja Ljubačke doline možete se okrijepiti tradicionalnim jelima iz ovog kraja: domaćom pitom od heljde i pitom savijačom od crnog pšeničnog brašna, pogačicama sa kajmakom, projicama sa domaćim sirom i kajmakom, cicvarom, uštipcima.

U ponudi imaju pravi seoski doručak sa slaninom, domaćim sirom i kajmakom, uz paradajz ili krompir u ljusci sa kajmakom...

Za ručak možete naručiti jagnjetinu na ražnju, teletinu ispod sača s pekarskim krompirom i ruzmarinom, pasulj sa slaninom, svadbarski kupus...

A na kraju se zasladite ljubačkim desertom.

Ako ste žedni, možete probati 100% domaće voćne sokove, preko 15 vrsta rakija, poneko kraft pivo ili vino od domaćih proizvođača.

Tel.: +387 65 390 628

Tel.: +387 66 987 898

Web: www.etno-muzej.com



OMAČ

Vrsta domaćih širokih rezanaca kuvanih sa pavlakom i mlijekom.





srneći gulaš

Etno-selo KOTROMANIĆEVO, Doboj

Turističko etno-naselje „Kraljevsko selo Kotromanićevo“ nalazi se na 20 km od Doboja prema Derventi, a 45 km od granice sa Hrvatskom. Etno-selo „Kotromanićevo“ nazvano je po Kotromanićima, srpskoj vladarskoj dinastiji srednjovjekovne Bosne, koja je vladala približno od 1250. do 1463. godine. Izgrađeno je na obali rijeke Veličanke, bogatoj ribom i školjkama, što govori o njenoj čistoći i skladnosti sa ambijentom netaknute prirode.

U okviru turističkog etno-naselja nalazi se restoran, gdje se služe autentični specijaliteti pripremljeni od namirnica proizvedenih u ovom području po tradicionalnim srednjovjekovnim receptima – pastrmka sa kuvanim povrćem, teletina ispod sača, cicvara, uštipci sa dobojskim kajmakom i kiselim mlijekom, kraljevska kajgana, princezin doručak...

Tel.: +387 53 282 835

Itešić bb, Doboj

www.kotromanicevo.com

SRNEĆI GULAŠ

Marinirano srneće meso dinstano sa dosta korjenastog povrća i kuhano oko četiri sata na umjerenj temperaturi. U pripremljenu srnetinu dodaje se pekmez od šljive ranke ili posavice, služi se u zemljanim posudama, a prilog je pura od kukuruznog vodeničnog brašna ili, u modernijoj varijanti, palenta.

Etno-selo STANIŠIĆI, Bijeljina

Na 3 km od Bijeljine prema Pavlovića mostu, u srcu semberske ravnice, na površini od petnaest hektara, porodica Stanišić je izgradila istoimeno etno-selo.

Selo se sastoji od dvadesetak autentičnih drvenih kuća, mlekare, vodenice, kovačnice, ambara za žito, starih kuća i velike gostinske kuće, koji su prenijeti iz sela u opštini Vareš i sela sa planina Zvijezde i Romanije, iz susjednih opština.

Restoran, smješten na samoj obali jezera, u potpunosti je opremljen u etno-stilu, sa kaminom i ognjištem, iz koga se pruža predivan pogled na muzejski dio etno-sela "Stanišići". Na samom ulazu u restoran dočekaće vas pogača, so, orasi i rakija, što po srpskom običaju simbolizuje da ste dobrodošli, tj. da ste drag gost u kući domaćinovo. Jela spremaju vrhunski majstori kuhinarstva, a ljubazno osoblje će vam ponuditi jela domaće i internacionalne kuhinje, uz veliki izbor alkoholnih i bezalkoholnih pića.

Tel.: +387 65 513 738

Faks: +387 55 350 590

Web: www.etno-selo.com

JAGNJETINA ILITELETINA ISPOD SAČA

U sač se stavlja jagnjetina sa dosta povrća, poklapa se i peče oko 2,5 sata. Sač ili peka je veliki metalni poklopac u obliku plitkog zvona kojim se poklopi meso za pečenje, a na koji se potom nabacuje pepeo i žar. Takav način pripreme ovom jelu daje specifičan ukus.



meso ispod sača



čorba od pasulja



pura



popara

Etno-selo USORA, Teslić

Etno-selo "Usora" nalazi se u malom mjestu Milan Polje, 18 km od Banje Vrućice u Tesliću. Objekat se nalazi neposredno pored rijeke Velika Usora i magistralnog puta Teslić-Blatnica i na svega nekoliko kilometara od katoličkog svetišta Kondžilo. U blizini kompleksa nalaze se velike površine obrasle šumom, u kojima je moguće organizovati šetnju i vožnju biciklima. Etno-selo "Usora" nudi vam i odličnu ugostiteljsku uslugu, sa bogatom ponudom pića i jela sa roštilja, i nadaleko poznati domaći specijalitet – cicvaru.

Tel: +387 53 421 200

Web: www.banja-vrucica.com/etno-selo-usora

ČORBA OD PASULJA – Uvijek rado viđen gost srpskih trpeza jeste i čorba od pasulja sa suvim mesom. Jelo je najbolje pripremati od naših domaćih sorti npr. kuruzar ili ležak. Pasulj je popularan tokom čitave godine, ali se u hladnim danima čorbasti zamjenjuje gustim pasuljem – prebrancem.

POPARA – Pravi se do suvog izdrobljenog hljeba, po mogućnosti domaćeg, koji se ubacuje u provrelu vodu sa kajmakom ili nekim drugim maslom. Ovo jelo je poznato kao čobanski doručak.

PURA (kačamak) – od kukuruznog vodeničnog brašna – U zasoljenu ključalu vodu dodaje se kukuruzno brašno, uz lagano miješanje. Odličan je prilog uz sve vrste mesa i mliječnih proizvoda. Poželjno je jelo praviti od starih sorti kukuruza kao što su bjelčić, žutac i stodanac.



keške



Etno-selo ZILIČINA, Rogatica

Nalazi se u selu Ziličina, udaljenom 5 km od opštine Rogatica, a 70 km od Sarajeva. Okruženo je šumom i livadama, a na nekoliko metara od objekta protiče rječica Rakitnica, koja je toliko čista da se može piti. Objekat je urađen u planinskom stilu. U restoranu etno-sela "Ziličina" možete probati tradicionalna domaća jela, kao što su pura, cicvara, uštipci sa kajmakom, kriške sa kajmakom, pita ispod sača prelivena kajmakom, meso ispod sača, roštilj, pršut, slanina, ali u ponudi imaju i veganska i vegetarijanska jela. Od pića služe domaća vina, rakije, sokove, likere i drugo.

Od sadržaja, tu su tereni za odbojku na pijesku, mali fudbal, dječja igraonica, mogućnost jahanja konja, staze za šetnju, branje ljekobilja i druge aktivnosti vezane za selo i prirodu.

*Slobodan Brkić
Seoski turizam Ziličina
Ziličina bb, Rogatica
Tel.: +387 58 232 323
Mob.: +387 65 652 077
E-mail: slobobrkić@gmail.com*

BUNJGUR/KEŠKE – Krupno mljevena pšenica pripremljena sa kuvanim mesom, pečenim mesom, ili u kombinaciji sa mliječnim proizvodima.

Etno-selo GRAD SUNCA, Trebinje

Etno-selo predstavlja oazu mira, skrivenu između modernih objekata i sadržaja Grada sunca. Obavijeno u starinski duh tradicije Hercegovine, nudi jedinstven koncept cjelodnevnog degustiranja domaće kuhinje, a čitav prostor oplemenjen je i namješten tako da udobnost i uživanje budu prioritet. Stare hercegovačke kuće, konoba, autentični ambijent i gastro ponuda predstavljaju pravi užitak za oči, nepce i dušu.

Bogata gastronomska ponuda nikoga ne ostavlja ravnodušnim. Sve na trpezi uzgojeno je organski, spremljeno na starinski način.

Na drvenim astalima, pored ognjišta, neizostavan je užitak u domaćoj kuhinji, teletini ispod sača, jagnjetini na ražnju, kotliću, sarmi, cicvari, domaćem hljebu, priganicama, siru iz ulja, kajmaku iz mješine, salatama sa mirođijom, domaćim kolačima, vrhunskim vinima, pršutu, slanini, domaćoj hercegovačkoj rakiji.

Tel.: +387 59 22 26 36
www.gradsuncatrebinje.com

japрак

JAPRAK- Posebnom smjesom mesa i začina nadjeveni listovi mlade raštike ili vinove loze te začinjeni mirisnom mentom.

RAŠTAN - u vrijeme Egipćana i starih Grka ova biljka se smatrala izuzetno čudotvornom i ljekovitom, te je do današnjeg vremena sačuvala svoju autentičnost. Raštan je bogat vitaminima A, C, B6 ali i magnezijumom, celulozom, kalcijumom, bakrom... Punoća ukusa od ove biljke može se osjetiti kroz različite načine kuvanja. Raštan se može spremati pod ulje kada se dodaje bijeli luk, sa suvim mesom ili pak listove iskoristiti za pravljenje sarme.



Ljubitelji gljiva

Naše šume, proplanci i livade, obiluju vrsnim primjercima gljiva, jer česte kiše, vlažan vazduh i visoke temperature pružaju idealne vremenske uslove za urod gljiva. Tako je na planini Lisini registrovano preko 1.300 vrsta, a na cijeloj opštini Mrkonjić Grad – 1.750 vrsta. U tom izobilju i raznovrsnosti gljiva, sem u njihovom okusu, možete uživati i u avanturi potrage za njima sa iskusnim poznavacima. Gljive koje pronađete u Republici Srpskoj izuzetnog su kvaliteta, jer se beru daleko od gradova i zagađivača.

Čobanska šnicla

Zapečeni svinjski odresci sa prelivom od sušenih vrganja, meda, kajmaka i svježe ubranog začinskog bilja, majčine dušice, bosiljka...

Visitor Center Pecka

U blizini Mrkonjić Grada, u selu Gornja Pecka, smješten je „Visitor Center Pecka“. Tokom sezone branja gljiva, u Centru organizuju Školu gljivarstva, koju čine spoj edukacije, rekreacije i gastronomskog doživljaja. Netom ubrane plodove, ukoliko želite, možete sami pripremiti i degustirati uz stručnu pomoć domaćina. Takođe, Centar je početna i povratna tačka za izlete, penjanje, vožnju biciklima, planinarenje Visokom Krajinom i dr. Osnovni cilj je pružanje informacija posjetiocima o rutama, turističkim atrakcijama, lokalnim proizvođačima hrane, smještaju i sl. Centar posjeduje odgovarajuću infrastrukturu, parking mjesta za posjetioce, kao i ugostiteljske sadržaje.

Kontakt: Boro Marić
Tel.: 065 619 508
www.peckaoutdoor.com



vrganji



Visitor Center Pecka



čobanska šnicla

PREPORUČUJEMO:

Za uspomenu na gastro trenutke naše zemlje, kupite teglicu hercegovačkog meda od žalfije, krajiškog livadskog ili kestenovog meda, kupinovo ili malinovo vino iz Ribnika, Srebrenice ili Bratunca, slatko od ljekovitih šumskih plodova i bilja iz Foče, jer je najbolje upravo ono što priroda daje u svom izvornom obliku.



hercegovačka kuća

Hercegovačka kuća

Hercegovačka kuća je prodavnica domaćih hercegovačkih proizvoda, proizvedenih na tradicionalan način. Na policama možete pronaći sve tradicionalne proizvode koje nudi Hercegovina: razne vrste vina, sireva, meda, čajeva, pršuta, slatkog i kiselog programa, domaćih sokova i sirupa i još mnogo toga. U Hercegovačkoj kući takođe možete pronaći i prirodnu kozmetiku, proizvedenu isključivo od prirodnih sirovina po starim provjerenim recepturama.

Herzeghouse
Vojvode Stepe Stepanovića bb
Jovana Dučića
Trebinje
Tel.: +387 59 226 459
Tel.: +387 51 433 629
Web: www.herzeghouse.com



krajiška kuća

Krajiška kuća

"Krajiška kuća" je prodavnica domaćih poljoprivrednih proizvoda sa područja krajiške regije. Na policama ovog objekta nalazi se preko 300 poljoprivrednih prerađevina, koje su proizvedene od strane 50 domaćih proizvođača sa područja Banje Luke i Krajine. Riječ je o veoma bogatom asortimanu proizvoda koji su proizvedeni na tradicionalan način, kao što su: suhomesnati proizvodi, rakije, vina, sirevi, različite vrste meda, likera, domaćih sokova, džemova, kompoti, čajeva, ali i veliki izbor kozmetičkih preparata na biljnoj bazi – kreme, melemi, biljne kapi, sapuni, losioni, serumi, i sve druge prerađevine biljne i životinjske proizvodnje.

Kralja Petra I Karađorđevića 46, Banja Luka
Tel.: +387 51 433 627
FB: /krajinahouse/



Hrana i ambijent

Sa željom da tradiciju i običaje prikažu drugima, kao i da ljepote sredine u kojima žive podijele sa što više posjetilaca, u našoj zemlji postoje seoska domaćinstva u kojima možete provesti svoj odmor. Ono što im je zajedničko svima je da poslužuju isključivo tradicionalne specijalitete od svježih namirnica proizvedenih u sopstvenom domaćinstvu ili neposrednoj blizini.



HELJDINA LJEVUŠA

Tijesto se mijesi od domaćeg heljadinog i pšeničnog brašna te se fluje smjesom od kajmaka i jaja. Poslužuje se sa domaćim kiselim mlijekom ili jogurtom.

GATAČKA TEPSIJA

To je jelo pripremljeno od mesa autohtone hercegovačke vrste – gatačkog govečeta (Gacko, Hercegovina). Autohtona sorta sivog govečeta napasa se ljekovitim travama na obroncima hercegovačkih planina, zbog čega meso dobija posebnu aromu. Meso, sir, kajmak ili skorup vrhunskog su kvaliteta i ukusa. Proizvodi se mogu probati u nekom od restorana u Gacku ili kupiti na lokalnoj zelenoj tržnici.

www.slowfood.com

Slow Food Convivium Trebinje, Hercegovina



heljdina ljevuša



gatačka tepsija



sir iz mijeha



grah poljak



Prošetajte nekom od zelenih tržnica širom Srpske

Ljubitelji putovanja, pasionirani gastronomi, kažu da su zelene pijace najbolji pokazatelj jelovnika tog kraja, ali i karaktera stanovnika, pa ih ni mi nećemo zaobići te vam preporučujemo neke od proizvoda koje morate probati, kupiti, cjenkati se za njih! Nezaobilazno je prošetati zelenom tržnicom u centru Banje Luke, Trebinja, Bijeljine ili bilo kojeg drugog grada u Srpskoj. Iznenadiće vas ponuda svježeg voća, povrća, proizvoda od mesa i mlijeka.

SIR IZ MIJEHA

Sir iz mijeha proizvodi se u selima Hercegovine, posebno oko Nevesinja. Dobri poznavaoци kažu da se najmanje jedan kompletan obrok dnevno u Hercegovini sastoji od mlijeka, kajmaka, sira i hljeba! U prilog tome govori i jedna tipična uzrečica u Hercegovini: upitan šta je jeo, Hercegovac će odgovoriti – "hljeba i sira". Nevjeste su se birale prema svojoj umješnosti u pravljenju ovoga sira. Prema tome, prirodno je da probate najpoznatiji sir hercegovačkog kraja "sir iz mijeha"!

Način pohranjivanja, mijeh, jeste ono što ovaj proizvod čini jedinstvenim, kao i činjenica da se ne može industrijski proizvesti. Sir se stavlja u svijetlosmeđi mijeh, čija je prednja strana izvrnuta naopako. Sirovo mlijeko za pripremu sira iz mijeha uzima se od ovaca ili krava ili od obje životinje. Ovčje mlijeko daje ovca pramenka, a udio kravljeg mlijeka potiče od domaćih rasa: buša i gatačkih goveda. Postupak i proces proizvodnje sira iz mijeha možete vidjeti u Nevesinju, te kod proizvođača koji se bave proizvodnjom na tradicionalan način, a higijensko-sanitarne uslove proizvodnje prilagodili su evropskim standardima. Proizvođači ovog sira iz Nevesinja dio su Terra Madre mreže. www.slowfood.com

GRAH POLJAK

Grah poljak spada u red usjevnih drevnih kultura na području Trebinja. Hercegovina, zemlja krša i vrelag ljeta, baš kao takva pogoduje uzgajanju ove kulture. Njegovo zrno kuva se dugo i ima izuzetno hranjive nutritivne vrijednosti, koristan je u snižavanju holesterola i šećera u krvi. Grah poljak karakteriše sitno zrno koje izgledom podsjeća na morske kamenčiće raznovrsnih boja i oblika. Ovaj grah možete jesti i u restoranima, ali je najbolje probati ga u domaćinstvima na selima gdje se i uzgaja, te ga konzumirati sa svježim mladim lukom iz bašte. www.slowfood.com

KUKURUZA ILI PROJA
Vrsta hljeba koji se pravi od kukuruznog
brašna i vode, te se peče dok ne dobije
zlatnožutu hrskavu koricu.

kukuruzna

Dragi posjetioci,

ljubitelji putovanja, dobre hrane i kapljice, ovom brošurom smo pokušali da dočaramo gastronomsko bogatstvo naše zemlje. Najveća tajna je u kvalitetu domaćih namirnica, stoga nećete pogriješiti ukoliko, osim naše tradicionalne kuhinje, probate i jela drugih svjetskih kuhinja, koja se pripremaju u restoranima Republike Srpske.



Mladen Bajić



Predrag Tošić

Izradu brošure "Much more Gastro" svojim kulinarским znanjem i vještinama pomogli su profesor Predrag Tošić i glavni kuhar restorana "Kazamat" Mladen Bajić.

U kalendar događaja u Republici Srpskoj upisano je nebrojano mnogo manifestacija kojima je svrha predstaviti gastro i eno ponudu naše zemlje. Gotovo da nema opštine koja nema svoj „gastrofest“ i svoje sajmove domaće hrane na kojima možete prisustvovati ukoliko posjetite Srpsku. Datume održavanja uvijek možete da pronađete na stranicama turističkih organizacija, tako da je naše samo da vas pozovemo, a vaše da uživete u mirisima i ukusima trpeze u Republici Srpskoj!

DOBRO NAM DOŠLI!!!



REPUBLIC OF
SRPSKA

Turistička organizacija Republike Srpske
Bana Milosavljevića 8, Banja Luka
+387 51 223 720
tors@teol.net
www.visitformore.com

Izdavač: Turistička organizacija Republike Srpske
Za izdavača: Nada Jovanović
Urednici: Ana Lakić, Blaženka Drinić
Stručni konsultant: Predrag Tošić
Saradnici: Snježana Đuričić (Slow Food Convivium Potkozarje-
Podgrmeč), Gordana Radovanović (Slow food Convivium Trebinje), Turističke
organizacije gradova i opština u RS, „Visitor center Pecka, Etno selo „Ljubačke
doline“, Restoran „Kazamat“ Banja Luka,
Humanitarno udruženje žena "Duga"
Fotografije: Bojan Crnokrak, Svjetlana Dragović, Arhiva TORS-a
Grafički dizajn: Milica Kovjanić