

*Rivijera Crikvenica  
Crikvenica - Dramalj - Jadranovo - Selce*

# *Kuħarica našeh non*



Turistička zajednica Grada

**Crikvenice**

[www.rivieracrikvenica.com](http://www.rivieracrikvenica.com)

# IMPRESSUM

## IZDAVAČ:

Turistička zajednica Grada  
Crikvenice

## ZA IZDAVAČA:

Marijana Biondić

## FOTOGRAFIJE:

Miroslav Matejčić, Davor Žunić,  
Andrea Gržičić, arhiva TZG  
Crikvenice

## TEKST I LEKTURA:

Andrea Car

## PRIKUPLJANJE I SASTAVLJANJE RECEPATA:

*Odbor za gastronomiju pri proslavi  
120 godina organiziranog turizma u  
Crikvenici:*

Gordana Derossi, predsjednica  
Nino Cossutti  
Ruža Hanik  
Vladimir Tomljanović  
Dragan Visković  
Jasna Visković

## UREĐIVAČKI ODBOR:

Marijana Biondić  
Andrea Car  
Gordana Derossi  
Gordana Jelenović  
Dragan Visković

## PRIPREMA, OBLIKOVANJE I UKRAŠAVANJE JELA:

Dragan Visković  
Nino Cossutti  
Gordana Derossi  
Ruža Hanik  
Dino Matejčić  
Ivan Ružolčić  
Vladimir Tomljanović  
Jasna Visković

## SURADNICI:

Udruženje obrtnika Crikvenica  
Restoran "Domino" - Dramalj  
Restoran "Kantunić" - Selce

## DIZAJN I GRAFIČKA PRIPREMA:

Hyper dizajn - Zagreb

## TISAK:

Kerschoffset - Zagreb

*Rivijera Crikvenica  
Crikvenica - Dramalj - Jadranovo - Selce*

# *KUHARICA NAŠEH NON*



# SADRŽAJ

## HLADNA PREDJELA

Slani vinčoli na svetojelenski	7
Marinada od plave ribi	9
Salata od šparug i jaj	11
Palamida va ulju na rigi po selački	13

## JUHE

Juha od šparug	15
Bistra riblja juha na mornarski	17
Batuda	19
Prežganica z baškoton na jakovarski	21

## TOPLA PREDJELA

Lazanje na crkveniški	23
Bakalar po domaču	25
Lešada od vinčoli ili sardel	27
Črni rižot od sipi	29

## GLAVNA RIBLJA JELA

Crkveniške rupice zelenjavun ( <i>balice - kolubice - gunjci</i> )	31
Brudit i palenta na selački	33
Punjeni domači lignji po gospodski	35
Buzara <i>Della Morlacca</i>	37
Plavica na crkveniški	39
Brudit od sardel z jačmikom na jakovarski	41
Sardel z kumpiron va pečnice	43

## GLAVNA MESNA JELA

Polpeti z blitvun na padelu	45
Jašmik suhen meson va kotliču	47
Šnicel našeh non	49
Lumbul teti Anki	51

## SLATKA JELA

Crkveniške palačinki	53
Svetojelenske friti	55
Selački puhanci	57
Crkveniški štrudel	59
Torta <i>Frankopan</i>	61
Kolač od črešanj i skute	63
Kirsko kafe	65

*\*Recepti su pripremljeni na bazi 4 osobe (osim slatkih jela).*

*Eventualne nedosljednosti u nazivima jela nastale su zato što mjesni govori Dramlja, Jadranova i Selca pripadaju čakavskome ikavsko-ekavskome dijalektu, dok se mjesni govor Crikvenice ubraja u ekavski čakavski dijalekt.*



Turistička zajednica Grada

**Crikvenice**

*Predgovor*

*Kuharica našeh non* je mali gastronomski vremeplov, koji na najljepši mogući način, slikom i riječju, priča o važnosti očuvanja naše materijalne i nematerijalne baštine, priziva toplinu doma te nezaboravne mirise i okuse iz autohtonih primorskih kuhinja.

Uvodi nas u svijet obojen skromnošću i tradicionalnim vrijednostima, obilježen satima, a ne minutama. Vraća nas u djetinjstvo, vrijeme bezbrižnosti i beskrajnog istraživanja okoline, kojeg se sjećamo s osmijehom na licu i sjajem u očima. Razdoblje koje mnogima od nas priziva slike naših nona, njihovih zanimljivih priča te vrhunskih slastica i jela, pripremljenih sa skromnim i zdravim domaćim namirnicama, uz pregršt mašte i ljubavi.

Iz pomno pripremljenih recepata ne progovara samo simbioza karakterističnih slatkih i slanih, kiselih i gorkih okusa, nego i svjedočanstvo o trajnom tragu koji nam je predan u naslijeđe. Kuharica je vrijedna tradicija zaodjevena u moderno ruho, pozivnica za druženje i opuštanje s dragim nam ljudima te uživanje u iznimno zdravim i specifičnim okusima, kojima ćemo se uvijek rado vraćati.

Upoznaje nas s osebujnom gastronomskom baštinom Crikvenice, Dramlja, Jadranova i Selca. Podsjeća nas da zastanemo i prepustimo se plodovima zemlje, mirisu mora, čistom zraku i toplini sunca.

U ozračju suvremenosti, koju karakteriziraju ubrzani razvoj znanosti i tehnologije, naglašena konkurentnost te nove, brže i zahtjevnije kulture življenja, bitno je sačuvati, revitalizirati i istaknuti autohtone običaje. Upravo zato posebnu zahvalnost dugujemo Odboru za gastronomiju, vrijednim i kreativnim ljudima koji su tijekom 2008. godine, kada je Crikvenica slavila 120 godina organiziranog turizma, uvelike doprinijeli kvaliteti mnogih manifestacija te na poseban način prezentirali naš kraj. Što je najvažnije, prepoznali su vrijednost tradicionalnih recepata, važnost njihova zapisivanja, prenošenja novim naraštajima i otkrivanja malih tajni kuhinje svim dragim gostima, posjetiteljima i prijateljima Rivijere Crikvenice.

Vjerujem da će ove gastronomske stranice pronaći put do brojnih gurmana i zaljubljenika u kulinarsvo te da će mnoge inspirirati da se i sami okušaju u pripremi autohtonih jela s Rivijere Crikvenice.

**Marijana Biondić,**

*direktorica Turističke zajednice Grada Crikvenice*





## **SLANI VINČOLI NA SVETOJELENSKI\***



filet slanog inćuna 200 g

krumpir 600 g

lisnata salata  
(rokula, radič, matovilac, endivija) 300 g



maslinovo ulje, vinski ocat, sol,  
nasjeckani peršin



### **NAČIN PRIPREME:**

Krumpir skuhati u kori, oguliti i narezati na ploške. Salatu očistiti i dodati u krumpir. Sve zajedno začiniti uljem, octom i solju. Na sredinu tanjura staviti krumpir i salatu, a oko toga filete slanih inćuna. Na kraju sve posuti nasjeckanim peršinom.

\*Dramalj se prvi put spominje početkom 18. stoljeća, kada se trajno naseljava i dobiva naziv: Zagorje - Dramalj. Mjesto ubrzo mijenja naziv u Sveta Jelena po istoimenoj crkvi, otuda i posvojni pridjev svetojelenški. Po završetku Drugoga svjetskog rata mjesto opet dobiva staro ime Dramalj.







## **MARINADA OD PLAVE RIBI** (lokarda / golčić)



lokarda / golčić	500 g
brašno	20 g
maslinovo ulje	50 ml
biljno ulje	100 ml
luk	100 g
rajčica (konzerva)	30 g
mrkva	50 g
vinski ocat	100 ml
bijelo vino	100 ml
sol	40 g
crni papar (u zrnu)	40 g
limun	250 g
svježa rajčica	100 g
masline (crne)	50 g
češnjak	50 g
peršin	50 g



ružmarin, lovorov list



### **NAČIN PRIPREME:**

Ribu treba očistiti, začiniti, prepržiti na ulju i pustiti da se ohladi. Na ulje se doda korjenasto povrće, pusti da dobije zlatnožutu boju, podlije vinom i vinskim octom. Nakon toga se doda limun, ružmarin i lovorov list, prokuha i i ostavi da se ohladi. Na kraju se u ohlađenu ribu doda svježa rajčica nasjeckana na kockice, češnjak, peršin i crne masline.





## **SALATA OD ŠPARUG I JAJ**



šparoge (divlje)  
jaja  
maslinovo ulje  
ocat

2 vezice  
5 kom.  
50 ml  
40 ml



sol i papar po želji



### **NAČIN PRIPREME:**

Šparoge treba oprati, presaviti ih preko prsta i pustiti da puknu, kako bi se odvojio mekani od tvrdoga dijela. Tvrdi dio se može iskoristiti za kuhanje juhe. Mekani dio izrezati i potom staviti da se 10 minuta kuha u kipućoj posoljenoj vodi. Kad su šparoge skuhane, treba ih procijediti pa isprati pod mlazom hladne vode. Skuhati jaja, oguliti ih i narezati na ploške. U prikladnoj posudi šparoge začiniti uljem, octom, solju i paprom. U drugu posudu poslagati jaja pa šparoge.

#### *Napomena:*

*Šparoge koje se koriste za salatu kuhaju se u malo vode, s malo soli i šećera, da ne izgube na hranjivoj vrijednosti, a poslužuju se hladne.*





## PALAMIDA VA ULJU NA RIGI PO SELAČKI



palamida	1 kg
maslinovo ulje	250 ml
vinski ocat	80 ml
luk	100 g
češnjak	30 g
mrkva	100 g
rokula (rikula, rukula, riga)	150 g
rajčica	150 g
masline	100 g
peršin	50 g
limun	150 g
papar u zrnu	10 g
sol	20 g
lovorov list	2 kom.



### NAČIN PRIPREME:

Začinsko povrće i začine staviti u 2 litre vode da se kuhaju pola sata. U začinjenu tekućinu dodati ribu izrezanu na odreske i lagano kuhati još pola sata. Kuhanu ribu izvaditi, očistiti kožu i eventualni crni sloj iz sredine odreska. Staviti odreske na čistu suhu dasku, da se riba potpuno osuši. Tako pripremljenu ribu staviti u staklenu posudu, poslagati, zaliti maslinovim uljem, pokriti i čuvati do upotrebe. Palamida u ulju se poslužuje na podlozi od rokule, ukrašena ploškama rajčice i limuna, maslinama i svježim peršinom.

### *Napomena:*

*Umjesto palamide se može koristiti i rumbac, tuna, skuša ili plavica.*





## **JUHA OD ŠPARUG**



šparoge (divlje)	250 g
brašno	40 g
maslac	30 g
maslinovo ulje	50 ml
vrhnje za kuhanje	200 ml
goveći temeljac	1 l
tost (krušni)	4 kom.
češnjak	1 češanj



sol, papar, muškatni oraščić



### **NAČIN PRIPREME:**

Odvojiti mekani od tvrdoga dijela šparoga. Tvrdi dio šparoga staviti kuhati u goveđi temeljac, otprilike 20 minuta. Napraviti svijetlu zapršku od mješavine maslaca i maslinovog ulja, preliti je temeljcem, zakuhati, dodati mekane nasjeckane dijelove šparoge, posoliti te kuhati na laganoj vatri oko 15 minuta, uz dodatak vrhnja za kuhanje, soli, papra i muškarnog oraščića. Uz gotovu juhu poslužiti kockice tosta prepečene na maslinovom ulju i češnjaku.







## **BISTRA RIBLJA JUHA NA MORNARSKI**



riblji temeljac	1,30 l
bijela riba	400 g
luk	200 g
mrkva	200 g
korijen celera	100 g
peršin	80 g
kuhana riža	80 g
vino	80 ml
češnjak	50 g



sol, papar u zrnu, lovorov list,  
maslinovo ulje, kriška limuna



### **NAČIN PRIPREME:**

Ribu očistiti i staviti u lonac. Dodati prepečeni luk, mrkvu, celer, peteljke peršina, papar u zrnu, sol, lovorov list, krišku limuna te podliti ribljim temeljcem. Sve skupa staviti da se lagano kuha 15 minuta, zatim izvaditi ribu. U juhu dodati maslinovo ulje i kuhati još 10 minuta. U tanjur staviti ribu, mrkvu narezanu na kockice, kuhanu rižu i procijedenu juhu. Na kraju posuti nasjeckanim peršinom.





## BATUDA\*



grah	100 g
ječam	40 g
krumpir	120 g
mrkva	50 g
kukuruz	70 g
češnjak i peršin (za <i>pešt</i> )	50 g
temeljac	1 l
peršin (list i korijen)	30 g
zelena paprika	30 g
svježa rajčica	30 g
suha rebra ili vratina	150 g
slanina	200 g



sol i papar po želji



### NAČIN PRIPREME:

Prvi dan staviti grah da se moči. Staviti kuhati grah, kad je napola kuhan dodati kukuruz, ječam, krumpir, češnjak, peršin, lovorov list, sitno nasjeckanu domaću slaninu, *pešt* i povrće (mrkva, rajčica, paprika) te suha rebra ili vratinu. Kada je sve kuhano, izvade se suha rebra ili vratina, meso treba očistiti i narezati te vratiti u juhu. Juhu začiniti prema potrebi te poslužiti nakon 15 minuta.

\*Batuda je jedno od autohtonih crikveničkih jela. Crikveničani ovu iznimno ukusnu gustu juhu (maneštra), čiji je glavni sastojak raznovrsno povrće, tradicionalno najčešće pripremaju u zimskim mjesecima, a nalazi se i u ponudi mnogih restorana u crikveničkome kraju. O popularnosti i značenju Batude u Crikvenici dovoljno govori činjenica da joj je čak posvećena i pjesma, čiji stihovi *Mi jimo saki dan Batudu...* su se često čuli na raznim feštama te na šarmantan način svjedoče o običajima ovoga kraja.





## **PREŽGANICA Z BAŠKOTON NA JAKOVARSKI\***



biljno ulje / maslac	50 g
brašno	60 g
temeljac	
(koncentrat goveđe juhe - 30 g)	1,20 l
sol	40 g
papar	20 g
peršin	20 g
kumin	10 g
kiselo vrhnje ili mlijeko	50 ml
jaje	1 kom.
baškot	150 g



### **NAČIN PRIPREME:**

Na masnoći prepržiti brašno dok ne poprimi zlatnožutu boju, podliti temeljcem i začiniti. Posebno treba razmutiti jaja s vrhnjem ili mlijekom i dodati u prokuhanu juhu. Na kraju dodati baškot i nekoliko zrna kumina.

\*Jadranovo je sve do razdoblja nakon Drugoga svjetskog rata imalo naziv Sveti Jakov - Šiljevica, iz čega je izveden posvojni pridjev jakovarski





## LAZANJE NA CRKVENIŠKI



široki rezanci	250 g
filet slanih inćuna	70 g
riblji temeljac	150 ml
bijelo vino	50 ml
maslinovo ulje	100 ml
luk	50 g
češnjak	30 g
crveni radič	30 g
rokula (rikula, rukula, riga)	30 g
krušne mrvice	1 žlica
vrhnje za kuhanje	100 ml
aceto balsamico	1 žlica
kapare	1 žlica



sol, papar, peršin



### NAČIN PRIPREME:

Na maslinovom ulju prepržiti luk, a kad požuti, dodati nasjeckani češnjak i krušne mrvice. Podliti ribljim temeljcem i bijelim vinom. Dodati inćune, sol, papar, peršin, kapare i vrhnje za kuhanje. Kratko zakuhati i dodati aceto balsamico. Posebno u slanoj vodi skuhati rezance, ocijediti ih i dodati u gotov umak. Rokulu i radič nasjeckati na rezance i dodati u gotovo jelo. Lagano protresti u tavi i poslužiti.







## **BAKALAR PO DOMAĆU**



bakalar (suhi)	500 g
krumpir	1 kg
maslinovo ulje	50 ml
biljno ulje	50 ml
rajčica (konzerva)	20 g
vino	150 ml
riblji temeljac	400 ml
luk	200 g
češnjak	30 g
peršin	30 g



sol, papar, lovorov list, ružmarin,  
crvena paprika, korjenasto povrće



### **NAČIN PRIPREME:**

Bakalar se treba tri dana močiti u hladnoj vodi, uz što češće mijenjanje vode. Bakalar narezati na komade, dodati korjenasto povrće i staviti da se kuha. Nakon otprilike 30 minuta izvaditi bakalar te očistiti kosti i kožu. Na ulju prepržiti luk, češnjak, konzervu rajčice i bakalar. Podliti vodom u kojoj se kuhao bakalar, začiniti i pustiti da prokuha. Dodati krumpir narezan na kockice, vino i po potrebi dosoliti. Na kraju posuti nasjeckanim peršinom.





## LEŠADA OD VINČOLI ILI SARDEL



inčuni ili sredele	1 kg
temeljac	1,20 l
peršin (korijen)	30 g
češnjak	10 g
korjenasto povrće	100 g
maslinovo ulje	50 ml
vinski ocat	50 ml
sol	50 g
papar	50 g
limun	1 kom.
krumpir	1 kg
peršin	20 g



### NAČIN PRIPREME:

Ribu očistiti i kuhati u temeljcu, uz dodatak začina i korjenastog povrća. Preliti maslinovim uljem, uz dodatak peršina i češnjaka te servirati s kuhanim krumpirom.





## ČRNI RIŽOT OD SIPI



sipa	1 kg
riža	250 g
maslinovo ulje	150 ml
luk	200 g
češnjak	4 češnja
koncentrat rajčice	1 žlica
peršin	1 vezica
bijelo vino (žlahtina)	100 ml
prošek	50 ml
riblji temeljac	500 ml
domaći ocat	1 žlica



sol, papar



### NAČIN PRIPREME:

Sipu treba oprati, očistiti, odvojiti vrećicu crnila i narezati je na kockice. Na ugrijanom maslinovom ulju pirjati sitno nasjeckani luk i sipu. Kad malo smekša, dodati koncentrat rajčice, nasjeckani peršin i češnjak, podliti ribljim temeljcem i vinom te začiniti i kuhati otprilike 15 minuta. Dodati rižu, prošek i pred kraj vrećicu crnila. Još malo prokuhati, a zatim pustiti da odstoji nekoliko minuta, pazeći da riža ostane *al dente*. Servirati uz dekoraciju od svježeg peršina i limuna.





## CRKVENIŠKE RUPICE ZELENJAVUN\* (balice - kolubice - gunjci)



srđela (pištać)	1 kg
češnjak	40 g
peršin	30 g
kukuruzno brašno	150 g
ulje za prženje	500 ml



sol, papar, maslinovo ulje



### NAČIN PRIPREME:

Ribu očistiti, oprati te pustiti da se ocijedi. U posebnu posudu staviti ribu, dodati sitno nasjeckani češnjak, peršin, sol, papar, maslinovo ulje i kukuruzno brašno. Sve zajedno izmiješati, rukom zahvatiti 5 - 6 srdelica te ih stisnuti da ostanu sljepljene u kuglicu. Tako pripravljene srdelice nekoliko minuta pržiti u zagrijanom ulju, dok ne dobiju zlatnožutu boju.



<b>PRILOG:</b>	
crno zelje / blitva / kelj	1 kg
krumpir	200 g



sol, papar, češnjak, maslinovo ulje



### NAČIN PRIPREME:

Zelenjavu očistiti i oprati, krumpir oguliti, oprati i narezati na kockice. Staviti kuhati zelenjavu u slanu kipuću vodu, dodati krumpir i pustiti da se kuha, a kad je gotovo ocijediti. U drugu posudu staviti maslinovo ulje, pustiti da se zagrije, dodati nasjeckani češnjak i malo popržiti. Dodati zelenjavu i krumpir, posoliti, popapriti, sve dobro izmiješati i poslužiti uz rupice.

\*Crkveniške rupice su autohtono crikveničko jelo, koje podsjeća na bogatu tradiciju ribarstva. S obzirom na to da su iznimno ukusne i kad se ohlade, žene su ih često pripravale muževima kad bi odlazili na more, a prema kazivanjima, njihova je veličina odgovarala veličini ženske šake.







## BRUDIT I PALENTA NA SELAČKI



razne ribe (škarpina, trilja, arbun), sipa, škamp	1,2 kg
maslinovo ulje	100 ml
vinski ocat	60 ml
vino	100 ml
luk	200 g
češnjak	30 g
svježa rajčica	200 g
koncentrat rajčice	50 g
peršin	40 g
limun	50 g
papar	10 g
sol	30 g
riblji temeljac	500 ml
kukuruzna krupica	300 g
ulje	50 ml
sol	30 g



### NAČIN PRIPREME:

Očišćenu ribu\* treba oprati, isjeći na komade prikladne za posluživanje i poprskati limunovim sokom. Na zagrijano maslinovo ulje dodati luk nasjeckan na listiće i popržiti dok ne uvene, zatim dodati nasjeckani češnjak i peršin te koncentrat rajčice, malo popržiti i ribu složiti u dno posude. Doliti vino i riblji temeljac, jelo lagano pirjati desetak minuta. Dodati rajčice nasjeckane na kockice (bez kožice i koštica), ocat, sol i papar. Pirjati još 15 do 20 minuta. Jelo maknuti s vatre, posuti nasjeckanim peršinom i nakon kraćeg vremena poslužiti uz palentu. Brudit mora biti crvenkaste boje, kiselkastog, slatkastog i finog okusa, a komadi ribe neoštećeni. Palentu treba kuhati u kipućoj vodi, u koju se doda sol i ulje. Skuhanu palentu treba istresti u odgovarajući namašćeni kalup, pustiti da se stisne, potom je istresti na dasku i koncem rezati na željene komade.

\*Izbor ribe ovisi o ponudi i godišnjem dobu.

*Napomena: Brudit se može zgotoviti tako da se riba isprži prije nego što se stavi u umak.*





## PUNJENI DOMAĆI LIGNJI PO GOSPODSKI



domaći liganj	1 kg
očišćeni škampi	100 g
filet grdobine	100 g
maslinovo ulje	150 ml
bademi	20 g
luk	120 g
češnjak	50 g
bijelo vino (žlahtina)	100 ml
prošek	100 ml
koncentrat rajčice	1 žlica
riblji temeljac	500 ml
peršin	10 g
krumpir	250 g
kukuruzna krupica	250 g



sol, papar



### NAČIN PRIPREME:

Lignje treba očistiti i odvojiti im glavu. Glave sitno nasjeckati te pržiti na maslinovom ulju, uz dodatak fileta grdobine i sitno nasjeckanog luka. Kratko pirjati, zatim maknuti s vatre te u ohlađenu masu dodati očišćene škampe, prokuhane i očišćene bademe i sve začiniti. Napuniti lignje smjesom te zatvoriti čačkalicom. Na ostatku maslinovoga ulja prepeći lignje sa svih strana, dodati nasjeckani luk, koncentrat rajčice i češnjak. Podliti temeljcem te kuhati otprilike 15 minuta. Dodati bijelo vino i prošek, malo peršina, po potrebi sol i papar te kuhati još otprilike 15 minuta. Gotove lignje narezati na medaljone široke 1 cm. Lignje se poslužuju uz palentu krumpiricu, koja se priprema tako da se u 5 dl vode skuha krumpir, uz dodatak malo soli i maslinovog ulja. Krumpir se kuha do 2/3 gotovosti, zatim se umiješa kukuruzna krupica te skuha do kraja. Od nastale mase se oblikuju žličnjaci.





## **BUZARA DELLA MORLACCA**



razne školjke (dagnja, vongola, gropa, kunjka, mušula)	1,25 kg
škamp	500 g
maslinovo ulje	150 ml
bijelo vino (žlahtina)	250 ml
luk	100 g
krušne mrvice	50 g
češnjak	30 g
riblji temeljac	600 ml
domaći vinjak	30 ml
prošek	50 ml



sol, papar, peršin, pola limuna



### **NAČIN PRIPREME:**

Školjke pojedinačno otvoriti na vrućoj pari, da se iz njih ispere pijesak i more. Na maslinovom ulju pirjati sitno nasjeckani luk i škampe. Kad malo požuti, dodati češnjak i krušne mrvice, zaliti vinjakom i temeljcem, uz dodatak svih navedenih začina. Kad zakuha, dodati školjke, bijelo vino i prošek te kuhati otprilike 15 minuta na laganoj vatri. Pred kraj dodati 2 kriške limuna.





## PLAVICA NA CRKVENIŠKI



plavica	4 komada (1 - 1,2 kg)
blitva	600 g
pršut	150 g
češnjak	30 g
bijelo vino	150 ml
krumpir	1 kg



maslinovo ulje, sol, papar



### NAČIN PRIPREME:

Plavicu očistiti i posušiti. Blitvu očistiti, oprati, skuhati, ocijediti i narezati. Pršut narezati na rezance. Na maslinovom ulju prepržiti češnjak, dodati pršut i blitvu, začiniti i tom smjesom napuniti trbuh ribe. Krumpir očistiti, oprati, začiniti i staviti u lim za pečenje. Na vrh poslagati posoljene ribe, zaliti ih vinom i staviti da se peku.

*Napomena:*

*Riba se može pripremati i na roštilju.*







## **BRUDIT OD SARDEL Z JAČMIKON NA JAKOVARSKI**



srđela	1 kg
luk	150 g
ljutika	100 g
maslinovo ulje	50 ml
češnjak	2 češnja
ječam	50 g



peršin, sol, papar, lovor, vinski ocat,  
brašno, voda



### **NAČIN PRIPREME:**

Srđele očistiti, izvaditi utrobu i glavu i dobro ih oprati. Luk očistiti i narezati na malo deblje kolutiće. Očistiti i narezati ljutiku\*, češnjak i peršin. U posudi zagrijati maslinovo ulje te dodati luk, ljutiku, češnjak i peršin. Nakon što luk omekša, dodati 1 žlicu brašna i vinskoga octa. Ribu posoliti, popapriti, podliti vodom i pustiti da lagano prokuha. Tako pripravljen brodet dodati u kuhani ječam.

\*Brudit je puno ukusniji ako se priprema s ljutikom, a u crikveničkome su je kraju ljudi prije često imali u vrtu.





## **SARDEL Z KOMPIRON VA PEĆNICE**



srđela	1 kg
maslinovo ulje	40 ml
biljno ulje	80 ml
češnjak	50 g
peršin	60 g
sol	40 g
papar	40 g
bijelo vino	100 ml
krumpir	1 kg



### **NAČIN PRIPREME:**

Ribu očistiti i oprati. Krumpir oguliti, oprati i narezati na ploške. U duboki lim za pečenje slagati red krumpira pa red ribe, sve začiniti solju, paprom, češnjakom i peršinom, zaliti uljem i polovicom vina te peći u pećnici. Na kraju zaliti preostalim vinom i zapeći.





## POLPETI Z BLITVUN NA PADELU



junetina (vrat, bez kostiju)	300 g
svinjetina (plečka, bez kostiju)	500 g
ulje	150 ml
mlijeko	100 ml
luk	50 g
češnjak	30 g
kruh ili pecivo	100 g
jaja	1-2 kom.
peršin	50 g
krušne mrvice	60 g
papar	10 g
sol	40 g
blitva	1 kg
krumpir	500 g
maslinovo ulje	100 ml
svježa rajčica	150 g
zelena salata	100 g



### NAČIN PRIPREME:

U krupnije samljeveno meso dodati sitno nasjeckan luk prepržen na ulju, nasjeckani češnjak i peršin, kruh namočen u mlijeku (prethodno dobro ocijeden) te papar i sol. Smjesu dobro izmiješati i još jednom samljeti na pločici s manjim rupicama. Oblikovati manje okruglice (*polpete*), uvaljati ih u krušne mrvice i ispržiti u vrelom ulju, dok ne porumene sa svih strana. Očišćen i opran krumpir izrezati na kockice i staviti kuhati u slanu vodu. Kad krumpir prokuha, dodati očišćenu i opranu blitvu. Kuhano povrće ocijediti i začiniti maslinovim uljem, nasjeckanim češnjakom, paprom i solju. Polpete se poslužuju vruće na tanjuru s blitvom i krumpirom, ukrašene listom zelene salate i kriškom rajčice.





## JAŠMIK SUHEN MESON VA KOTLIČU



temeljac (20 g koncentrata)	1,2 l
maslinovo ulje	30 ml
ječam	250 g
krumpir	50 g
mrkva	50 g
poriluk	50 g
kukuruz	50 g
slanina	50 g
peršin	20 g
češnjak	10 g
suha vratina	150 g
sol	20 g
papar	20 g



### NAČIN PRIPREME:

Ječam namočiti u hladnoj vodi i pustiti da odstoji, zatim staviti kuhati uz dodatak začina i mesa. Kada je ječam napola skuhan, dodati korjenasto povrće. Pri kraju staviti *pešt* od slanine, češnjaka i peršina. Izvaditi suhu vratinu, narezati je na kockice i dodati u gotov kotlić.







## ŠNICEL NAŠEH NON



juneći odrezak bez kostiju	1 kg
ulje	150 ml
češnjak	50 g
peršin	40 g
brašno	80 g
koncentrat rajčice	30 g
temeljac od kostiju ili goveđa juha	500 ml
papar	10 g
sol	40 g
krumpir	1 kg
luk	100 g
svježa rajčica	150 g
zelena salata	100 g



### NAČIN PRIPREME:

Meso izrezati i oprati. Na svaki komad mesa staviti češanj češnjaka, dobro potući tako da se češnjak udubi u meso, posoliti i popapriti. Meso s jedne strane uvaljati u brašno, popržiti na vrelom ulju, a zatim doliti malo temeljca ili juhe, dodati malo koncentrata rajčice i pustiti da omekša. Krumpir skuhati u kori, ohladiti, oguliti i narezati na ploške. Na ulju popržiti luk nasjeckan na listiće dok ne porumeni. Dodati krumpir, nasjeckani peršin, papar i sol te kratko pirjati. Krumpir se može staviti i u zagrijanu pećnicu da dobije rumenu boju. Odresci se poslužuju preliveni umakom uz krumpir.

#### *Napomena:*

*U zimskim mjesecima se kao prilog može poslužiti crno zelje (braskva) s krumpirom.*





## LUMBUL TETI ANKI



svinjski file	600 g
domaći kozji sir	100 g
kuhana blitva	150 g
pršut	70 g
maslinovo ulje	100 ml
češnjak	1 češanj
krumpir	1 kg



sol, papar, senf



### NAČIN PRIPREME:

Očišćeni svinjski file istučiti na foliji, posoliti i popapriti. Na file staviti šnite pršuta, na njih kuhanu blitvu i naribani kozji sir te zarolati. Premazati file senfom, čvrsto zamotati u foliju i staviti dva sata u hladnjak. Izrezati medaljone veličine otprilike 2 cm, nabosti ih na štapić i peći na tavi ili roštilju.



### UMAK:

luk	1 kom.
mrkva	1 kom.
maslinovo ulje	50 ml
suhe šljive	3 kom.
smokve	3 kom.
goveđi temeljac	500 ml
prošek	1 žlica
klinčići	1 kom.
koncentrat rajčice	1 žlica
crno vino	100 ml
domaći ocat	1 žlica



sol, papar, lovorov list



### NAČIN PRIPREME:

Sve navedene sastojke nasjeckati na komadiće, pirjati na maslinovom ulju te podliti temeljcem. Zatim dodati sve začine, kuhati dok ne omekša i *propasirati*.

*Napomena: Uz ovo jelo se kao prilog mogu poslužiti pečene polovice krumpira, na koje prethodno treba utrljati krupnu morsku sol.*





## CRKVENIŠKE PALAČINKI



mlijeko	500 ml
jaja	2 kom.
vanilin šećer	1 vrećica
brašno	350 g



malo ulja, limunova korica, malo soli, mineralna voda (prema potrebi)



### NAČIN PRIPREME:

Mlijeko, brašno, sol, jaja, šećer i limunovu koricu dobro izmiješati dok tijesto ne postane glatko, zatim ga pustiti da odstoji pola sata. U tavi zagrijati ulje i izliti ga u šalicu. U vreloj tavi razliti tijesto tako da prekrije dno. Palačinke peći s jedne i s druge strane, a spečene odložiti na toplo.



<b>NADJEV:</b>	
mljeveni orasi	200 g
mlijeko	200 ml
šećer	240 g
vanilin šećer	1 vrećica
med	1 žlica
suhe smokve (izrezane na kockice)	200 g
rum	2 žlice



slatko vrhnje (po želji)



### NAČIN PRIPREME:

Mljevene orahe i smokve kuhati u mlijeku sa šećerom i vanilin šećerom, zatim dodati slatko vrhnje ili šlag. Nadjevom premazati palačinke, zamotati ih, posuti šećerom u prahu te odozgo dodati smjesu od oraha i smokava.





## SVETOJELENSKE FRITI



mlako mlijeko	600 ml
svježi kvasac	1 kom.
šećer	2 žlice
ulje	100 ml
jaja	2 kom.
vanilin šećer	1 vrećica
bijelo vino	100 ml
sol	1 žličica
grožđice	100 g
brašno (glatko)	1 kg
ulje za prženje	1 l



šećer u prahu, naribana limunova korica, naribana narančina korica, rum ili rakija



### NAČIN PRIPREME:

Kvasac i šećer izmiješati, pustiti da se smjesa digne. Sve sastojke zajedno izmiješati, dobro razraditi rukom ili kuhaćom i ostaviti tijesto da se diže na toplome. U tu smjesu dodati i suhe grožđice te jednu žlicu rakije (lozovače) ili ruma. Kada se tijesto digne, žlicom stavljati tijesto u vruće ulje, pržiti dok ne poprime svijetložutu boju i odmah posuti šećerom u prahu.







## **SELAČKI PUHANCI**



žumanjak  
slatko vrhnje  
šećer  
rum  
brašno  
maslac  
ulje za prženje

5 kom.  
200 ml  
2 žlice  
2 žlice  
500 g  
100 g  
1 l



limunova korica, malo soli,  
šećer u prahu (za posipanje)



### **NAČIN PRIPREME:**

Žumanjke pjenasto izmiješati i dodati ostale sastojke. Pustiti tijesto da malo odstoji, a zatim ga razvaljati na malo brašna, što je tanje moguće. Kotačićem za rezanje izrezati tijesto na trake široke otprilike 10 cm. Trake zavezati i pržiti u ulju. Na kraju posuti šećerom u prahu.





## CRKVENIŠKI ŠTRUDEL



### ZA 10 DO 12 KOMADA:

lisnato tijesto	1 kg
jabuke	1 kg
kruške	500 g
šljive (svježe ili iz kompota)	500 g
grožđice	100 g
suhe smokve	100 g
nasjeckani orasi	100 g
šećer	100 g
jaja	3 kom.



cimet, vanilin šećer, rum,  
korica od limuna



### NAČIN PRIPREME:

Lisnato tijesto razvaljati i razrezati na 3 savijače debljine 3 - 4 mm. Na sredinu svake savijače staviti nadjev, krajeve namazati razmućenim jajetom, preklopiti i staviti na lim za pečenje. Cijelu savijaču premazati jajima, izbosti vilicom i peći na 200 stupnjeva.

**NADJEV:** Jabuke, kruške i šljive očistiti, nasjeckati na sitne kockice, dodati grožđice natopljene u rum, nasjeckane smokve i orahe. Začiniti cimetom, vanilin šećerom, koricom od limuna i šećerom.





## TORTA FRANKOPAN\*



lisnato tijesto 500 g

### KREMA:

slatko vrhnje	400 ml
žumanjak	6 kom.
šećer	150 g
gustin	2 žlice
pečeni bademi	200 g
grožđice	100 g
ružina vodica	3 kapi
maslac	120 g



cimet, limunova korica,  
mušklatni oraščić

### DEKORACIJA:

slatko vrhnje	400 ml
voće iz kompota	500 g



### NAČIN PRIPREME:

U zagrijano slatko vrhnje dodati izmiješane žutanjke, šećer i gustin. Kuhati na pari dok se ne zgusne. Ohladiti, a potom dobro izmiksati, dodati maslac i sve začine. Na kraju umiješati sitno nasjeckane bademe i grožđice namočene u rumu. Od lisnatoga tijesta treba ispeći 4 kore. Kore napuniti kremom, na posljednju poslagati voće pa cijelu tortu premazati šlagom.

\*Torta *Frankopan* je crikvenički specijalitet, jedan od brojnih podsjetnika na djelovanje knezova Frankopana na crikveničko-vinodolskome području. Recept za tortu je rekonstruiran početkom devedesetih godina 20. stoljeća u Institutu za etnologiju i folkloristiku u Zagrebu, i to na temelju kuharice iz 1686. godine, čija je autorica bila kneginja Eleonora Maria Rosalia von Eggenberg.





## KOLAČ OD ČREŠANJ I SKUTE



### ZA 1 OKRUGLI KOLAČ - CCA 30 CM:

brašno	250 g
margarin	150 g
šećer	100 g
jaja	1 kom.

### KREMA:

svježa skuta ili svježi sir	1 kg
jaja	3 kom.
žutanjak	3 kom.
glatko brašno	3 žlice
pšenična krupica	3 žlice
kiselo vrhnje	1 kom.
očišćene trešnje (svježe ili iz kompota)	500 g



korica i sok od 1 limuna



### NAČIN PRIPREME:

**TIJESTO:** Od svih sastojaka zamijesiti prhko tijesto i staviti pola sata na hladno.

Prhko tijesto razvaljati i staviti u okrugli plitki kalup. Izbosti vilicom i malo zapeći. Sir, jaja, žumanjke, brašno, pšeničnu krupicu, vrhnje, korica i sok limuna dobro izmiješati te uliti u kalup s tijestom. Po vrhu rasporediti trešnje i sve zajedno staviti da se do kraja zapeče. Na kraju posuti šećerom u prahu.







## **KIRSKO KAFE\***



voda	1 l
kava	70 g
šećer	50 g
rakija (lozovača)	50 ml
kumin	20 g



### **NAČIN PRIPREME:**

Skuhati kavu s kuminom i šećerom, ocijediti je te prije posluživanja u šalicu dodati malo rakije.

\*Kava pripremljena na ovakav način se najčešće pila u zimsko doba.



## ZAHVALE

Veliko hvala na podršci i pomoći gospođi Gordani Derossi, koja je predložila izdavanje kuharice s autohtonim crikveničkim jelima, inicirala projekt certifikacije ugostiteljskih objekata te je putem brojnih maštovitih i zanimljivih gastronomskih prezentacija na najljepši mogući način promovirala Rivijeru Crikvenicu.

Posebno zahvaljujemo i gospodinu Draganu Viskoviću, članu Upravnoga odbora Hrvatskoga kuharskog saveza, predavaču kuharstva pri Udruzi poslodavaca u hotelijerstvu Hrvatske i dobitniku brojnih vrijednih nagrada i priznanja, na pomoći pri pripremanju i dekoriranju jela te na brojnim stručnim savjetima.

Zahvaljujemo Odboru za gastronomiju, koji je zaslužan za prikupljanje i odabir recepata u "Kuharici našeh non".

Na koncu, hvala vlasnicima i djelatnicima restorana "Domino" iz Dramlja i "Kantunić" iz Selca na ustupanju prostora i pomoći prilikom izrade fotografija autohtonih jela.



Turistička zajednica Grada

**Crikvenice**

*Kuharica našeh non 67*

Poznato je da se u tradicionalnoj primorskoj kuhinji krije pravo bogatstvo okusa te da je odlikuju zdravi i prirodni sastojci, što se savršeno uklapa u turističku ponudu Grada Crikvenice, stoljetne oaze zdravstvenoga turizma. Ljekovita svojstva i prirodne blagodati su inspirirale i mnoge tvorce opojnih okusa i mirisa koji dopiru iz crikveničkih kuhinja.

Na jelovnicima nekih od hotela i restorana se, uz uobičajenu ponudu, nalaze i jela pripremljena na tradicionalan način. Iz svakoga od tridesetak autohtonih jela šire se mirisi mora, čistoga zraka i zemlje te ljekovitih mediteranskih biljaka karakterističnih za ovo područje, a savršena kombinacija toplog i hladnog, slatkog i slanog priziva neko davno, zaboravljeno vrijeme.

Osim standardnih ribljih i mesnih specijaliteta pripremljenih na sve načine, jela za ljubitelje vegetarijanske kuhinje, brze hrane i sladokusce, jedino se na crikveničkoj rivijeri mogu kušati i *Crkveniške rupice*, *Slani vinčoli na svetojelenski*, *Prežganica z baškoton na jakovarski*, torta *Frankopan* ili *Selački puhanci*, tako da ponuda zadovoljava čak i najzahtjevnije gurmane.



Rivijera  
Crikvenica



KVARNER  
Razvojni centar za turizam



HRVATSKA365

#### TURISTIČKA ZAJEDNICA GRADA CRIKVENICE

Trg Stjepana Radića 1c | HR-51260 Crikvenica

tel: +385 51 784-101 | fax: +385 51 781-056

e-mail: [info@tzg-crikvenice.hr](mailto:info@tzg-crikvenice.hr)

[www.rivieracrikvenica.com](http://www.rivieracrikvenica.com)

Info Crikvenica +385 51 241-051

Info Dramalj +385 51 786-363

Info Jadranovo +385 51 246-160

Info Selce +385 51 765-165