



Gorenjska Gremogor.

Lokalna akcijska skupina
za razvoj podeželja
»GORENJSKA KOŠARICA«



Evropski kmetijski sklad
za razvoj podeželja
Evropa investira v podeželje

Kulinarična delavnica

OKUSI SLOVENIJE - POGAČE

Projekt LEADER LIN 2011

KULINARIČNO SREDIŠČE GORENJSKE

ERPICA ALI JERPICA

Na območju občin Šmarje in Rogaška Slatina pripravljajo vrsto kurha oz. pogačo, ki so jo nekoč pripravljali pred tedensko peko kruha za prvo potešitev lakote. Erpice so pekli v časovni stiski, če je bilo treba na hitro pripraviti nekaj izdatnega svežega kruha, zato so bile primerne tudi za pogostitev ob večjih poljskih delih in delih v vinogradu. Erpice so najbolj okusne takoj po pečenju, torej še tople, primerne so tudi hladne k suhim mesninam in vinu. Namazi oz. nadevi na erpicah so zelo različni in odražajo iznajdljivost gospodinj: posneta smetana, smetana in jabolka, ocvirki, idr.

Pripravimo sestavine:

**od 75 do 100 dag mešane
(zmesene) moke**

2 dag kvasa

1 žličko sladkorja

5 dl vode

5 dl mleka

1 žlico olja

1 žličko soli

**smetano iz kuhanega
mleka za premaz**



1. Naprej pripravimo kvasec iz kvasa, žličke sladkorja in malo mleka. Kvasec naj vzhaja.
2. Iz kvasca in ostalih sestavin zamesimo testo.
3. V pekaču testo za prst debelo razvlečemo z rokami v okroglo ali pravokotno obliko in z nožem na več mestih zarežemo, da enakomerno vzhaja.
4. Vzhajano testo namažemo s smetano, ki smo jo pobrali s kuhanega mleka. Pri tem velja pravilo: »Več smetane – boljša erpica!«
5. Erpico pečemo v pečici od 30 do 45 minut pri 200 °C.

Če pripravimo erpico z ocvirki, zamesimo testo le z vodo, torej brez mleka. Vzhajano testo namažemo z beljakom in potresemo z ocvirki, ki jih nekoliko potisnemo v testo.

AJDOV KRAPEC

Sladka ali slana pogača iz tankega ajdovega testa, namazanega s skuto in kisló smetano, je prava posebnost Prlekije. Tudi po svojem imenu, ki je v popolnem nasprotju s tehnologijo in obliko jedi. Ajdov krapec je najboljši za uživanje, ko je še topel. Nanj zlasti prisegajo vsi tisti, ki poskušajo odlična prleška vina. Njegova priprava je razmeroma hitra in predvsem enostavna. Kljub temu pa je bil ajdov krapec pogača, ki so jo pekli le ob izjemnih priložnostih zaradi njegove temeljne sestavine – ajdove moke, ki je bila vedno dražja od drugih vrst moke. Danes je ajdov krapec pogosto presenečenje ob sprejemih gostov in je tudi del ponudbe na turističnih kmetijah.

Za testo pripravimo:

35 dag ajdove moke

15 dag pšenične moke

sol

2,5 dl vrele vode

**koruzni zдроб za leseni
lopar**

Za nadev:

50 dag skute

3 dl kisle smetane

1 jajce

sol in sladkor po izbiri

1 dl kisle smetane za premaz



1. Ajdovo moko poparimo s slano vročo vodo, jo premešamo in počakamo, da se malo ohladi. Nato ji primešamo pšenično moko in zgnetemo gladko testo.
2. Testo na pomokani deski tanko razvaljamo v obliki kroga.
3. Leseni lopar za vlaganje kruha v peč potrosimo s koruznim zдробom in nanj položimo razvaljano testo. Če nimamo krušne peči in loparja, položimo testo v okrogel ali oglat namaščen pekač. V tem primeru ga ne potrosimo s koruznim zдробom.
4. Testo namažemo s pripravljenim nadevom iz skute, smetane, jajc in soli (ali sladkorja, če želimo speči sladek krapec).
5. Pečemo v krušni peči pri 200 °C toliko časa, da nadev lepo zarumeni.

POHLA ALI OGNJIŠČNA POGAČA

Pogačo imenujejo tudi »zavihanka«, »zavihjača«, »zafirnjača« in »ognjiščna pogača«. Pohla je sladka ali slana pogača iz krušnega belega ali koruznega testa, obložena s skuto, kisló smetano, kumino, soljo, jabolki in skuto ali pa s skuto in pehtranom. Jed poznajo tudi v severovzhodni Sloveniji. Pogačo pečejo za praznike in ob večjih delih.

Za testo pripravimo:

100 dag bele moke

5 dag kvasa

5 dl mleka

Sol

Za nadev:

75 do 80 dag skute

3 dl kisle smetane

sladkor

Premaz:

1 jajce

Sladkor



1. Iz navedenih sestavin zamesimo krušno testo, ga dobro pregnetemo in oblikujemo v hlebec, ki naj vzhaja pol ure.
2. Testo ponovno dobro pregnetemo, potem naj vzhaja še pol ure.
3. Testo razvaljamo, ga raztegnemo na loparju ali v okroglem pekaču (s premerom približno 35 cm) na debelino 1,5 cm. Pri tem naj odvečno testo visi čez lopar ali rob pekača.
4. Iz navedenih sestavin umešamo nadev in z njim namažemo testo, ki pokriva dno pekača ali lopar. Nadevu lahko dodamo tudi narezana jabolka, grobo mlete orehe, v skuto umešan nasekljan svež pehtran ali kumino in sol.
5. Testo, ki visi čez rob, zavihamo na nadev, in sicer v širini približno 2 – 3 cm.
6. Celotno površino premažemo s stepenim jajcem in spečemo v pečici pri temperaturi 180 do 190°C.
7. Ko pogačo vzamemo iz pečice, jo po želji lahko potresemo tudi s sladkorjem.

BELOKRANJSKA POGAČA

Belokranjska pogača je ena od treh pogač in sodi med zaščitene kmetijske pridelke oziroma živila z označbo tradicionalnega ugleda. Ta formulacija se sliši zelo učeno, zato naj povemo, da je to eno od živil, ki je zaščiteno (Uradni list RS, št. 49/01). Njenega nastanka ne poznamo. Prav gotovo pa je posledica medkulturnih vplivov, ki so jih na območje Slovenije v zgodovinskem razvoju prinesli Uskoki, begunci z Balkana pred Turki v 15. in 16. stoletju. Belokranjska pogača je nizek (3 – 4 cm), prvotno nekvašen kruh okrogle oblike, premazan s stepenim jajcem in posut z zrnji kumine ter grobo soljo. Pred peko površino testa zarežejo z nožem v obliki kvadratne mreže. To je hkrati ornament pogače in »navodilo« za uživanje – lomljenje posameznih kvadratkov.

Pripravimo sestavine:

50 dag bele mehke moke

3 žličke bele moke

3 dl mlačne vode

2 žlički soli

2 dag kvasa

pol žličke sladkorja

1 ščepec kumine

1 jajce



1. Kvas zdrobimo v skodelico, dodamo 3 žličke bele moke, 0,5 dl mlačne vode, sladkor in vse dobro premešamo. Počakamo, da kvas vzhaja in poveča volumen za več kot enkrat.
2. V večjo posodo za mesenje testa damo moko, mlačno vodo in kvasec. Zamesimo gladko in ne pretrdo testo. Mesimo približno 10 minut, da jamica, ki jo naredimo s prstom v testo, takoj izgine.
3. Testo naj vzhaja v s prtom pokriti posodi toliko časa, da se njegov volumen podvoji.
4. Vzhajano testo stresemo na okrogel in z oljem namaščen pekač ter ga z rokami raztegnemo na premer približno 30 cm. Rob testa se ne sme dotikati roba pekača. Rob pogače je vedno tanjši od sredine.
5. V testo z nožem, zarežemo zareze v obliki kvadratne mreže, in sicer do dna pekača. Pogačo premažemo s stepenim jajcem, v katerega smo zamešali kuminova zrna. Po vrhu stresemo še ščepec grobe morske soli oz. solnega cveta.
6. Pogačo pečemo od 20 do 25 minut v pečici pri 220 °C. Pogača mora biti svetlo rjavo zapečena, v sredini je njena višina od 3 do 4, na robu pa od 1 do 2 cm. Ponudimo jo toplo.