

Tradicijska kuhinja makarskog primorja Vrime prošlosti na pijatu budućnosti¹

Središnja je tema rada tradicionalna kuhinja makarskog područja i razni recepti vezani za pojedina godišnja razdoblja, od kojih se većina koristi i danas.

Ključne riječi: tradicija, Makarsko primorje, recepti, kuhinja

Uvod

Kulinarstvo je staro koliko i čovjek. Već su prvi ljudi bili svjesni da život, ali i zdravlje ovise o hrani. Vrlo su brzo spoznali i činjenicu kako hrana može čovjeku pružiti brojna zadovoljstva. Početkom kulinarstva smatraju se gozbe pripremane poslije žrtvenih običaja koji datiraju iz prapočetka civilizacije. U čast bogova i predaka spaljivale su se i prinosile kao žrtve cijele životinje. Tijekom godina promijenilo se načelo pa se prinosio samo njihov dio, dok bi ostatak pojeli sudionici žrtvenog obreda. Tijekom niza stoljeća to su bili skoro jedini izvori masne hrane, pa su žrtvovanja s razlogom bila prave svetkovine. Proučavanje povijesti umnogome nam je pomoglo preciznije sagledati razvoj kulinarstva, i to od vrsta namirnica koje su se upotrebljavale, načina pripreme i posluživanja do podataka o izradi kulinarskog pribora od različitih materijala, koji su se mijenjali razvojem tehnologije. Jedan od najvrjednijih arheoloških nalaza, koji nam pomaže u stvaranju sveukupne slike razvoja kulinarstva, zemljana je ili glinena posuda. Ona nam govori o stupnju razvoja pojedinih naroda ili grupa iz istoga povijesnog razdoblja. Način

¹ Svi su lokalizmi pojašnjeni u *Rječniku izraza vezanih za kuhinju* na kraju rada.

izrade, ukrašavanje, oblik i veličina posuda pokazuju nam njihovu uporabnu vrijednost i namjenu. Upravo je glinena posuda, uz tavu, bila najčešći kulinarski pribor korišten i na području današnjega Makarskog primorja, a proučavajući njihovu uporabu došlo se do niza podataka o običajima, ne samo u kuhinji, nego i izvan nje. Tako su sačuvani i brojni recepti prigotovljavanja tradicionalnih jela, koje ćemo predstaviti vremenskim slijedom godišnjih doba i blagdana.

Kužina nasljednica komina

Jedan od najstarijih običaja vezanih uz razvoj kulinarstva, ne samo u ovim krajevima, bilo je kuhanje na *kominu*, koji je preteča današnje kuhinje. Uz *komina* bi se sjedilo na *bancima* i tronošcima, prepričavali bi se razni događaji i zgone, komentirale novosti. Prostorija je bila jednostavna, potamnijela od čađi i puna dima, osvjetljena vatrom s *komina* i, ponekad, uljanicom. Na klupi uz *komina* sjedio bi najstariji i najpoštovaniji član brojne obitelji, koji bi iz niše u zidu vadio svoje kresivo i lulu te svoju *bukaru* za vino. Žene bi u drugom *kantunu* plele ili mljele žito na žrvnju. Na vatri se nalazio *sandžak*, a na njemu *bronzin* ili tava. Ostali kuhinjski pribor (*mašice*, *ožeg*, puhaljka, lopata, *pisani lopari*, *gradele*) bio je prislonjen uza zid. Na zidnoj polici (*škanciji*) slagali su se tanjuri (*pijati*), na kukama su visjele šalice (*čikare*), a brojni predmeti visjeli su i o stropnim gredama. Hrana se čuvala u *maškaduru* ili škrinji. Zimi su ukućani jeli, nerijetko iz iste zdjele, sjedeći oko *komina*, a za ljetnih sparina objedovalo se vani.²

Tridesetih godina 20. st. dolazi do promjene u izgledu kuhinje. Štednjak (*špاهر*) zamjenjuje *komina*, a hrana se sprema u hladnjake i ormare (*kredence*). Izgradnjom vodovoda u kuhinju dolazi tekuća voda, najprije u kamene (*laveli*), a kasnije u emajlirane sudopere. Ljudi su se teško oslobađali starih i provjerenih običaja, a još teže stjecali povjerenje u nove. Tako su mnogi i dalje pili izvorsku vodu,³ a kruh se pekao u krušnim pećima. U svim mjestima i zaseocima Makarskog primorja taj se običaj dugo sačuvao, sve do pojave štednjaka s pećnicama.⁴

U večernjim satima sjedilo se u *tinelu* uz *žmul vina* i *pokoji bičerin proška*, stariji bi pričali, a žene plele i vezle. Upravo su taj dar vezenja i maštovitost žena stvorili brojne kuhinjske platnene zidne krpe karakteristične ne samo za Makarsko primorje, Dal-

² T. GARELJIĆ, Naš komin, Makarska, 1987., 2.

³ Znao bih poslati mlađu sestru na *Vodu* i pritom joj reći «*da si brže nase, nego tamo*», tj. neka požuri, a ona bi se u trku pitala kako se to može i nosila mi vodu s izvora. (Dražen Vela, Podgora)

⁴ U Podgori su mještanske peći bile u Portu raspoređene po *kalama*. Tako je peć u Kokićevima bila kraj Pilatova dvora, Vodanovići su imali svoju u Ivke Prekutovice, Nolići u Pečaruše, a Velići u Vice Agićina i na Portu iznad Gavanovih dvora. Tu su dolazili kupovati i Mrkušići, Sisarići, Deanovi, dok su Lucijetići napravili peć koja je pekla 100 kg kruha dnevno za hotele Sirena, Villa Ana, Primordija i Borak. Takav oblik distribucije kruha bio je i u zaseocima Gornje Podgore. «*Vlajine su dolazile na intradu i donosile brašno. Brale su i masline, a za to im se plaćalo u uju, soli i ribi. A naši su judi, ka' bi in pofalilo brašna išli u Vlašku i minjali, opet za uje i sol.*» (Dražen Vela, Podgora)

kala = uska ulica; Vlajine = žene iz Dalmatinske zagore; intrada = nadnica, privremeni posao; pofaliti = nestati

maciju, Hrvatsku, već i za cijeli Stari kontinent. Na vezenim prikazima vidi se izgled kuhinje, a popratni natpisi, često vrlo duhoviti, uglavnom predstavljaju savjete kuharicama-domaćicama:

Kuvarice zlato moje, Tebe hvali jelo tvoje.

Objed skuhan u čas pravi to muž voli to muž slavi.

Kuharice manje zbori da ti ručak ne zagori!

Za udaju nije spremna koja ne zna spremat jela.⁵

Blagdani

Nezaobilazni dio svakoga blagdanskog ozračja jest i karakteristična *spiza* (hrana), odnosno njezino prigotavljanje i sam čin jedenja. Da bismo mogli prikazati svu vrijednost tradicijskih recepata, koji su se do danas sačuvali na Makarskom primorju, ne mogu se zaobići brojni vjerski blagdani koji su i praktično (u smislu pripreme hrane) predstavljali i smjene godišnjih doba.

Kao dio nacionalne, vjerske i tradicijske baštine, blagdani se od davnina obilježavaju u hrvatskim obiteljima. Oni su dio našeg iskustva, dio odrastanja i prisjećanja na djetinjstvo. U pamćenju smo sačuvali slike obiteljskih svečanosti, radosti i ugodnih osjećaja podijeljenih s drugima, obilježavajući neku sretnu prigodu.

Zašto ljudi slave i što u tim prigodama jedu? Pretpostavka je da upravo bogatim ili primjerenim objedom zahvaljuju na osnovnim blagdanskim darovima, bilo to rođenje Isusa, blagoslov djece svetoga Ante ili čista posna srijeda koja nas uči umjerenosti. Ljudi slave od svojih početaka, slave Boga, slave u čast svojih najbližih, slave pobjedu, slave u ratu i u miru.

Tijekom godine, diljem zemaljske kugle, slavi se u brojnim prigodama na različite načine, pa je zato i nemoguće izraditi univerzalni godišnji kalendar slavlja iz kojeg bi se moglo iščitati što se kada jede. Zato sam pokušala zabilježiti neka tradicionalna jela Makarskog primorja koja se i danas pripremaju u vrijeme blagdana i svećanih prigoda.

Vrijeme maškara

Još tijekom zime ulazi se u razdoblje svojevrsnoga pokladnog «nereda». Do Čiste srijede (posni dan, prvi dan korizme) još se jede hrana bogata masnoćama, ugljikohidratima i proteinima. Prvotni i pradavni smisao pokladnih zbivanja bio je u ljudskoj potrebi da magijom potjera, zastraši, umilostivi prirodne sile. Čovjek je u svome neznanju

⁵ A. KUNAC, *Vezena lirika, Makarska, 2004.*, 8-9.

i nemoći pred prirodom vjerovao da će bukom, maskiranjem lica, preodijevanjem i razuzdanim ponašanjem potjerati zle sile i demone. Karakteristično je tradicionalno pokladno jelo pašticama s njokima ili *makarunima* (tjesteninom). Desert su *fritule*. Priprema hrane, ali i njezina konzumacija, morala se obaviti do 22 sata na Pokladni utorak, kada bi zvonila *manjarola*. Tada se prekidalo s masnom ishranom jer je sutradan slijedila Čista srijeda.

Pašticama

Dobro se opere 75 dag govedeg buta, ocijedi i nabočka (*špikuje*) klinčićima, češnjakom, suhom slaninom i mrkvom. Tako *špikovano* meso stavi se u *kvasinu* (vinski ocat) da odleži preko noći. Meso, 10 dag masti, veća *kapula* (luk), malo soli, papar, nastrugan mušklatni oraščić, nariban manji korijen celera stavi se u posudu i prži dok meso ne ostane bez soka. Zatim se zalije s pola litre prošeka,⁶ u kojemu se rastopila žlica *konšerve* (pire od rajčica). Kad provrije, zalijeva se juhom ili vodom. Kuha se na tihoj vatri 3-4 sata. Skuhano meso nareže se na tanke komade, složi i kuha još pola sata. Ukoliko sok nije dovoljno smeđ i gust, može se dodati *kučarin* (mala žlica) mrvica poprženih s malo *konšerve*.

Njoki

Skuha se oko 1 kg brašnjavih krumpira te se izgnječe dok su još vrući. Doda im se 2 jaja, malo soli, žlica masti i brašna prema potrebi (25-30 dag). Tijesto se mijesi, zatim provalja u oblik duge kobasice. Režu se komadići veličine oraha te rukama oblikuju u rezance (oko 2x5 cm). Kuhaju se u vreloj vodi. Kad isplivaju na površinu, vade se te začine umakom od pašticide i pospu naribanim sirom.

Fritule

Potrebne namirnice: 2 kg krumpira, 1 kg brašna (koliko *traži* krumpir), 20 dag šećera, čaša mlijeka, sol, maraskino (ružolin, kruškovac ili neki drugi liker, radi mirisa), vanilijin šećer, naribana kora od limuna i naranče, malo cimeta, 15-20 dag *suvića* (grožđica), mušklatni oraščić, maslinovo ulje za prženje.

Brašno se prosije. Krumpiri se skuha i još vrući provuku kroz *strukapatatu* (spravu za gnječenje krumpira), doda se sol i vruće mlijeko. Sve se dobro izmiješa i dodaje brašno s ostalim sastojcima dok tijesto ne bude srednje gustoće. Pustimo ga da malo odstoji (oko pola sata). Fritule se oblikuju tako da se tijesto stisne u lijevu šaku i pusti da izlazi iz ruke između palca i kažiprsta, a žlicom (treba je močiti u vodu nakon svake fritule) u desnoj ruci uzimaju se i stavljaju u vrelo ulje. Prže se u tavi dok ne porumene. Posipaju se šećerom pomiješanim s malo vanilina šećera.

⁶ Može i crno vino s dvije kocke šećera.

Vrijeme odricanja

Korizma je razdoblje oskudice, tišine i obuzdavanja. Vrijeme je to strpljivog, smirenog ovladavanja vlastitim djelima, navikama i prostorom u kojemu obitavamo. U to rano proljeće slijedimo put jasnog i čistog, što najbolje dočarava upravo odricanje od pojedinih vrsta hrane ili post. Post je razdoblje kada se organizam oporavlja od teške zimske hrane, a premda ima i svoja vjerska pravila, pomaže stvaranju ravnoteže u ljudskom organizmu. Proljeće je vrijeme kada više vremena provodimo na svježem zraku, pa je u skladu s tim i kuhinja puno lakša.⁷

Pred kraj korizme počinjale su pripreme za veliki kršćanski blagdan Uskrs, koji je svaka kuća trebala dočekati sa *sirnicama* i *garitulama* na stolu.

Sirnice i garitule

Potrebno je: 1 kg brašna, 7 jaja (3 cijela + 4 žumanca), 30 dag šećera, 20 dag masti (polo biljnog, pola životinjskog porijekla), kora od limuna i naranče, maraskino, rum, sol, kvasac.

Pustiti da se kockica kvasca sa šećerom diže u 2,5 dl toplog mlijeka, mekano umutiti brašno i ostale sastojke te pustiti da stoji dva sata. Nakon toga još jedanput promiješati i ostaviti jedan sat.

Sirnice oblikovati u loptice, a garitule u pletenice. Oblikovano pustiti da odstoji deset minuta te peći pokriveno masnim papirom jedan sat na 180°C. Desetak minuta prije kraja ukasiti ih dobro istučenim bjelanjcima i šećerom.

Ljetno doba

Tijekom ljetnih vrućina organizam traži tekućinu u većoj količini negoli tijekom ostalih godišnjih doba. U tom je razdoblju konzumiranje tekućine potrebnije nego unos hrane. Hrana je lagana: lešo (kuhano) meso, riba i povrće.⁸ Za naše su područje bila karakteristična dva napitka, koja su danas skoro potpuno zaboravljena: *bikla* i *slavo*. *Bikla* je vino pomiješano s mlijekom (polo-pola), a *slavo* je voda pomiješana s malo *kvasine*. Oba napitka izvrsno gase žeđ.

⁷ Post je često bio i posljedica oskudice pa iz tih teških vremena datira izreka «*Ne daji mi ono što noći van-ka*». Pritom se misli na povrće, posebno blitvu po kojoj je Podgora bila poznata. (Ćiro Vela, Podgora)

⁸ Moja baka Nede Dragičević (rođ. Čobrnić) iz Tučepi sve do svoje smrti (1983.) kuhala je na *drvenome špaheru* (štednjaku na drva). Mi djeca iz Podgore svake smo nedjelje išli u posjet baki i djedu u Tučepi. Najdraža nam je igra bila pečenje suhoga sira *škripavca* na *drvenome špaheru*, poslije čega smo išli na kupanje. Vrijeme oko svetoga Ante, zaštitnika Tučepi, koji se slavi 13. lipnja, bilo je vrijeme početka kupanja. Moju baku nije smetala ni ljetna žega ni ostaci našega sušenoga sira *škripavca* da svaki dan kuha na *drvenome špaheru*.

Lešo inćuni

Inćuni se *prođu kroz ruku* i stave kuhati u hladnoj vodi s *rizom* limuna u kori. Kad provriju, gotovi su te se stave hladiti. Ohlađeni se začine s malo *kvasine*, soli, maslinova ulja i papra.

Pamidor i murtela s maslinovim uljem na gradele

Pamidore prerezati popola, na svaku polovinu stavi se malo usitnjene *murtele* i maslinova ulja. Na gradele se poslože povrtnice i peku dok voda ne ishlapi. Poslužuje se uz pečenu ribu.

Smokve

Smokve za sušenje moraju biti zdrave. Suše se nekoliko dana, treba ih okretati svaki drugi dan. Kad se osuše, ubere se lovorov list i sprema se. Ukoliko želimo suhe smokve bez *striša*, sumporat ćemo ih tako da ih složimo u *krtol* koji stavimo na štap. U pripremljenu željeznu bačvu stavimo papir na kojemu je sumporni prah te ga zapalimo. Pripremljene smokve stavimo iznad toga i ostavimo pokrivene otprilike tri sata. Tako se dobiju *sumporane smokve*.

Kotonjada

Dunje očistimo, *izrakatežamo* te izvažemo. Koliko su teške dunje, toliko dodamo šećera. Kuhamo dok voda ne ishlapi, tj. dok ne dobije medenu boju. U to ukuhamo krupno sjeckane bajame, izmiješamo i izlijemo u kalupe ili posude prikladnog oblika.

Kumpet

Kuhamo 6 litara *mošta* toliko dugo dok ne ishlapi 2/3 tekućine. Ono što ostane nalik je rijetkoj marmeladi; u to se ukuha krupno mljeveno brašno ili griz. Narežemo orahe, bajame, *bačić*, suhe smokve, dodamo mirodije (*kanele*, muškatni oraščić, vanilin šećer). Sve zajedno još nekoliko minuta miješamo na vatri i izlijemo u kalupe ili *roštjeru* u koju smo stavili mokru *kanavacu*. Ostavimo da se suši nekoliko dana, a onda okrenemo i pustimo isto toliko sušiti drugu stranu, zatim narežemo i poslužimo na listovima vinove loze.

Vrijeme ploda i roda

Jesensko doba tradicionalno je vrijeme za ženidbu pa se i danas najviše brakova sklopi u listopadu i studenom. Kad se mladenci odluče ženiti, uz blagoslov i čestitanje, dolazi vrijeme čašćenja (*tratavanja*) gostiju. Za tu se prigodu rade sitni, suhi kolači koji duže traju. Na samoj svečanosti dolaska po mladu čistilo se pršutom, sirom, juhom i *lešadurum* (kuhana hrana).

Mladenci su posipani rižom, a i danas se sačuvao običaj da svaka kuća u mjestu iznese *bukliju* – stol na kojemu se nudi prošek, ružolin, maraskino, *mištral*, a u novije vrijeme sok i kava. Dio je svadbenih običaja i prenošenje mlade preko praga te bacanje *kola* – kum iz košare baca slatkiše, orahe, bajame i kovani novac. Za večeru bi se posluživala juha, pašticama, njoki, pečeno meso, a za desert razni kolači.

Torta od krokanta

Tuče se snijeg od 3 bjelanjka, u njih se doda 8 dag isjeckanih oraaha, 6 dag kristalnog šećera i malo nastrugane limunove kore. Smjesa se izreže na duguljaste oblike i lagano peče. Oblikuju se u razne figure, karakteristične za svadbenu prigodu, jer tu tortu mladenci zajedno režu za sreću.

Rafioli

Za tijesto se dobro istuče 75 dag brašna, 4 jaja, 2 žumanjca, 2 žlice šećera, malo soli, 22 dag maslaca i mlijeka po potrebi. Tijesto se razvije u tanki list te reže u manje polukrugove, koji se pune nadjevom od 50 dag neoguljenih, poprženih i samljevenih badema, 3 cijela jaja, snijega od 2 bjelanjka, malo cimeta, malo muškatnih oraščića, 50 dag šećera, 2 *bićerina* ruma, maraskina ili rakije, kore od 1 limuna i 1 naranče, komadića naribane čokolade i 2 *kućarina* masla. Rafioli se peku na umjereoju vatri, premažu bjelanjkom i pospu rezanim bademima i šećerom od vanilije.

Torta Makarana

Napravi se tijesto od 40 dag prosijanog brašna (oštrog i mekog), 3 žumanjca, 20 dag maslaca, nastrugane kore jednog limuna, malo maraskina i 2 žlice šećera. Tijesto se dobro izradi i razvije u tanak list. Listom se obloži sa svih strana plitki, široki oblik za pečenje te se u njega žlicom polako stavlja nadjev.

Nadjev: samelje se 1 kg poprženih badema, doda im se 1 kg šećera u prahu, malo vanilinog šećera, 15 istučenih jaja, nastrugana kora limuna, muškatni oraščić i malo maraskina. Sve se dobro izmiješa. Ostatak lista reže se u trake i mrežasto stavlja preko nadjeva. Pečena torta naškropi se maraskinom i pospe šećerom.

Jesen obilježavaju i dva blagdana kojima se prisjećamo duša svih umrlih, to su Svi sveti i Dan mrtvih. Za vrijeme pogreba i žalovanja nema posebnih običaja vezanih za hranu, ali pristojnost je nalogala domaćinu da žalovatelje počasti pićem, suhim smokvama ili onim što ima.⁹

VRIJEME DOŠAŠĆA

«U sve vrime godišta ostali smo bez išta, fala Bogu imamo još jednoga pivca i kokoš...», jedna je od tradicionalnih kolendi s kojima ulazimo u vrijeme Došašća. Prve nedjelje u prosincu slavimo i zaštitnika pomoraca sv. Nikolu, kada djeca pripremaju čizmice u koje će doći prigodni darovi. Zato se nastoje i kolači prilagoditi obliku čizmice. Kroz cijeli prosinac peku se razni, uglavnom suhi, trajni kolači. Običaj je da se do svete Luce napravi potrebna količina kolača i da traju do Božića. Na Badnjak se tradicionalno jede riba, najčešće bakalar, a na Božić i Novu godinu *najbolje što se može*.

Bakalar na bilo

Bakalar se dva dana prije kuhanja drži potopljen u vodi koju je potrebno mijenjati. Zatim mu se skinu peraje, kožica i *drača* (kosti). Kuha se u vodi dok ne omekša. Skuhanom bakalaru dodaju se češnjak, nasjeckani *pretusimul* (peršin), papar, sol i maslinovo ulje.

Kaštradina i kupus

U hladna zimska vremena kao posebna poslastica kuhao se kupus, kad ga *ujide* led, namrsno, s *kaštradinom* (suha bravetina ili kozletina).

Opere se 60 dag *kaštradine* i kuha dva sata, bez soli. Doda se 1 kg opranog, očišćenog kupusa i zajedno kuha još pola sata. Nakon toga u lonac se stavi 50 dag krumpira nasjeckanoga na kockice, 10 dag slanine, 4 češnja češnjaka i malo nasjeckanog

⁹ «Ja ne vidin žene da nose na Sutiklu u bronziniću, nego samo cviće, daj Matija one pašte amo». (Ć. Vela iz Podgore, izreka prigodom smrti u obitelji).

Uobičajeno su susjedna mjesta i suparnička, a po tome nisu iznimka ni Podgora i susjedno joj selo Tučepi. Podgorani će s mnogo prezira reći otprilike ovako: *u nas nije ka u Tučepin – u njižin se čini prava gozba, ka da je pir, ko bi to! A u nas, ka' svit dođe dade se štogod malo. Al' je kome do čaščenja!*

Tučepljani, naravno, imaju svoje tumačenje tih potpuno različitih običaja na udaljenosti 3-4 km: *Ka' njin dođu judi u kuću, ponudili bi i Podgorani štogod da nisu tako škrti. Kako god bilo, činjenica jest da je prastari običaj u Podgori žalovatelje počastiti vrlo skromno, jer nisu judi došli ist i pit, nego se žalovat. Podgorani, osim toga, vole napomenuti kako su te gozbe primjerene pravoslavicima, pa dodaju: Šta će nami tuđi običaji. To nije tribalo našim starin, pa ne triba ni nami. Stoga, kada je pokojnik u kući, obično se na stol stavi na pjat malo suvi smokava ili koja galetina, a prvo bi se metnilo i dvi-tri pole trešinskoga kolača (ako dođe koje staro čejade da more malo usupat u vino). Uz to se stavi nekoliko prazni bičerina i žmula (u stara vrmena po jedan), zatim bolcun vina i botuja rakije – i Bog te veselija! S. ŠUNDE, Sutikla, Crkva, legende i običaji u Podgori, Zagreb,*

pretusimula. Kuha se na laganoj vatri, a na kraju se doda malo *konšerve*, po ukusu. Kupus i meso poslužuje se zajedno.

Puding od ribe

Ovaj, nekad omiljen recept danas je skoro potpuno zaboravljen.

Očisti se i izreže na komadiće 1,5 kg ribe (cipli, skuše, lokarde, moli itd.), posoli i popapri. U zdjeli se izmiješaju 4 žlice maslinova ulja, 2 jaja, 2 komada kruha namočena u vodu i ocijedena, žlica naribanog sira i žlica brašna. U tu se smjesu doda izrezana riba pa se sve stavi u kalup namašćen maslinovim uljem, posut mrvicama i kuha na pari oko jedan sat. Na kraju prelijemo majonezom ili umakom od kapara.

SLASTICE

Medenjaci

Na dasci se prosije 40 dag brašna te mu se doda žličica sode bikarbone, 15 dag šećera u prahu, 3-5 žlica meda, 3 jaja, 4 tučena klinčića, malo cimeta, malo muškatoog oraščića, naribana kora limuna i naranče i malo soli. Izvalja se tijesto na debljinu 2 cm te se režu oblici. Peče se na umjerenoj vatri.

Mandulet

Oko pola sata na pari se tuče 5 bjelanjaka, 30 dag šećera, 2-3 žlice vreloga meda i 25 dag krupno izrezanih i poprženih bajama. Na dno tepsije položi se komad oblatne i na nju izlije topla smjesa. Povrh smjese stavi se drugi komad oblatne i sve ostavi preko noći da se ohladi. Sutradan se nožem označe jednaki komadi i režu, po mogućnosti na mramornoj ploči.

Arancini

Kora od naranče (limuna ili bilo kojeg agruma) ostavi se potopljena u vodi 7-8 dana. Potrebno je često mijenjati vodu da iz kore nestane gorčina. Kad koru izvadimo iz vode, izrežemo je na prutiće i izvažemo, te dodamo jednaku količinu šećera koliko je teška kora. Zajedno se kuhaju dok rub ne pobijeli, nakon čega se izvadi kora, uvalja u krupni šećer i ostavi na čistu krpu da se suši.

Rožata

Dobro se istuče 6 jaja sa 6 žlica šećera i malo više od pola litre mlijeka te se doda naribana limunova kora, malo maraskina i vrećica vanilinog šećera. Posebno se u maloj posudi zagrijava 25 dag šećera dok ne posmeđi te se njime oblije veći kalup u koji se ulije smjesa za rožatu. Kalup sa smjesom stavi se u veću posudu u kojoj je provrela voda do polovice kalupa te se na pari kuha $\frac{3}{4}$ sata, a onda peče u pećnici još $\frac{1}{4}$ sata. Kad se kalup malo ohladi, preokrene se te se rožata pažljivo istrese na veliki tanjur.

Bobići

Polovica od 90 dag neoguljenih bajama se samelje, a druga polovica krupnije isjecka. Dobro se izmiješa 6 jaja sa 70 dag šećera, dodaju se bajami, malo muškarnog oraščića i izribana kora limuna. Oblikuju se jednake malene kuglice, po sredini se pritisnu prstom da se napravi lagana udubina te se peku na vrlo laganoj vatri. Lim na kojemu se peku premaže se pčelinjim voskom.

Zaključak

Naše je podneblje tijekom stoljeća razvijalo i izgradilo svoju posebnu kuhinju obilježenu mediteranskim specifičnostima, kao što su maslinovo ulje, razno voće (smokva, rogač), povrće (blitva, kupus), morska riba i meso domaće peradi i stoke. Na Makarskom su primorju do danas sačuvani brojni recepti kojima se oslikava kako naš zemljopisni položaj tako i pripadnost vjeri i naciji, što ne znači da nisu prihvaćena iskustva i tradicija ljudi koji su doseljenjem iz drugih krajeva upotpunili izgled naše dalmatinske kuhinje.

U 21. stoljeću brojni svjetski nutricionisti upravo našu, mediteransku hranu, *stavljaju na gvančijeru*, dajući joj prednost pred modernom brzom prehranom. Dalmatinska je kuhinja dio mozaika mediteranske prehrane pa joj moramo dati mjesto koje joj pripada na našim jelovnicima. Ovaj pregled pripreme hrane tijekom smjena godišnjih doba može predstavljati početak povratka tradicijskoj kuhinji, čime stvaramo još bolju podlogu za usavršavanje pripreme jela.

Nadopunjujmo stare recepte, uživajmo u hrani naših starih! Nezamjenjivi su rafinirani mirisi Mediterana. Osjetivši u nosnicama miris bakalara ili rožate, osjetit ćemo i dah prošlosti, koji i kroz pripremu hrane ostaje kao zalag za buduće kuhanje po receptu naših predaka.

Literatura

Fortis, A. (2004) *Put po Dalmaciji*, Split

Klaić, B. (1985) *Riječnik stranih riječi*, Zagreb

Opća enciklopedija (1982), Zagreb

Spajić Vrkaš, V. (1996) *Odrastanje u tradicijskoj kulturi Hrvata*, Tučepi, Zagreb

Šetka, M. (1968) *Tučepška spomenica*, Tučepi

Šunde, S. (2001) *Crkva, legende i običaji u Podgori*, Zagreb

Gareljčić, T. (1987) *Naš komin*, katalog izložbe, Makarska, str.2

Kunac, A. (2004) *Vezena lirika*, katalog izložbe, Makarska

Puharić, V.V. (2002) Šta smo ili kad smo bili mali, u: *Makarska kronika, list Makarskog primorja, Zabiokovlja i otoka*, br.3.

Puharić, V.V. (2003) Nema više stare izreke: «Iz Brele, e pa šta je!», u: *Makarska kronika, list Makarskog primorja, Zabiokovlja i otoka*, br.23.

Puharić, V.V. (2003) Kruh sv. Ivana Krstitelja, u: *Makarska kronika, list Makarskog primorja, Zabiokovlja i otoka*, br. 31.

Puharić, V.V. (2003) Trikovi za lako čišćenje šipka, u: *Makarska kronika, list Makarskog primorja, Zabiokovlja i otoka*, br.35.

Puharić, V.V. (2003) Makarani pjevaju ispod stare žižule, a zovu je ćićindra, u: *Makarska kronika, list Makarskog primorja, Zabiokovlja i otoka*, br.37.

Puharić, V.V. (2004) Lincura iz Velikog Brda, u: *Makarska kronika, list Makarskog primorja, Zabiokovlja i otoka* br. 51.

Puharić, V.V. (2004) Maske su spremne, a fritule?, u: *Makarska kronika, list Makarskog primorja, Zabiokovlja i otoka*, br.54.

Rječnik izraza vezanih za kuhinju

anis – vrsta mirodije, služi za kolače i u proizvodnji likera; **apetit** – tek; **aptovina** – trpkno vino; **arancin** – ušćerena narančina kora; **armelina** – marelica; **ašpo** – gorko, ljuto; **bačić** – lješnjak; **baćir** – vrsta dinje; **badanj** – velika posuda za grožđe; **bajam** – badem; **bakalarevo uje** – ulje od ribe bakalara, daje se djeci za tek; **balanca, balancun** – vaga; **balancana** – patlidžan; **baškotin** – kruh pečen kao tost; **bevanda** – mješavina vode i vina; **bićerin** – mala čaša; **bigule** – vrsta tjestenine; **bikarija** – mesnica;

bikla – mješavina crnog vina i kozjeg mlijeka; **bigunac** – velika posuda za vodu ili vino; **bira** – pivo; **biži** – grašak; **blagovati** – jesti, gostiti se; **blekinja** – vrsta smokve; **bodulica** – vrsta smokve; **bolcun** – veća boca, pri dnu široka, a prema vrhu uža; **bo-kun** – komad; **botuja** – boca; **brekuja** – velika muha (slijeće na hranu); **brimenica** – drvena posuda za vodu; **brizla**, «**carevo meso**» – žlijezde na životinjskim prsima; **br-kja** – grančica za miješanje pure; **bronzin** – metalni lončić s poklopcem; **brtulin** – mali nožić; **brujet** – jelo od ribe; **bruma** – usitnjena slana riba za mamac; **bržola** – goveda pečenica; **buka** – manja drvena čaša; **bukara** – veća drvena čaša; **buklija** – piće kojim se nude svatovi; **bumbiti** – piti; **butarga** – riblja ikra; **caklo** – staklo; **cvibek** – dvopek; **cripnja** – peka, sač; **cukar** – šećer; **cukarzor** – slatko od prženog šećera i badema; **čikara** – šalica; **čičoka** – artičoka; **čimula** – izdanci kupusa; **čvarak** – ostatak slanine ili sala; **ćučurela** – vrsta ribe; **defit** – miris, okus; **delicija** – najbolje od neke vrste, specijalitet; **demejana** – pletena staklena posuda za tekućinu; **dropine** – ostatak nakon prerade maslina; **duvenice** – jelo od punjenih svinjskih crijeva; **dušpir** – odušak; **esenc** – koncentrirani preparat za pravljenje napitaka; **fave** – vrsta kolača; **fažol** – grah; **feca** – vinski talog; **fešta** – slavlje; **fita** – komad, odrezak; **fjok** – mašna; **fraja** – veselje, slavlje; **fritule** – vrsta slatkog jela; **frižak** – svjež; **frigati** – pržiti; **fundac** – talog od kave; **fundat** – potopiti; **galanpuza** – sitna riba; **galetine** – keksi; **garbun** – ugljen; **garitule** – vrsta slastice; **gavun** – vrsta ribe; **gogoj** – vir, vrelo; **gradac** – igra bajamima za Božić; **gradele** – roštilj za ribu; **gricule** – zazubice; **guba** – tripice; **gucaj** – gutljaj; **gudan** – svinja; **guloz** – onaj koji voli pojesti odabrane komade hrane; **gušt** – užitak, zadovoljstvo; **gvantjera** – poslužavnik; **ispurgat se** – olakšati se; **izgratat** – naribati; **izist, ist** – pojesti, jesti; **izlivanje** – izlivanje; **jacera** – ledenica; **jematva** – berba grožđa; **ješka** – mamac; **jupja** – ljuska jaja; **justra** – riblje ljuske; **jutika** – vrsta crvenog luka; **juto** – ljuto; **kaca** – velika drvena posuda; **kacamarin** – morski krastavac; **kaci-jola** – zaimača za juhu; **kadanj** – drvena posuda za taloženje ulja; **kamomila** – kamilica; **kanavaca** – kuhinjska krpa; **kanela** – cimet; **kanoća** – rakovica; **kantar** – vrsta vage; **kašika** – žlica; **kaštradina** – suha bravetina, ovčetina, kozletina; **kaul** – cvjetača; **kikača** – vrsta kruha s puno vrhova; **kogo** – kuhar; **koguma** – posuda za kuhanje kave; **komin** – starinska kuhinja; **komoštre** – lanac na kominu za držanje posude u kojoj se kuha; **konšerva** – koncentrat rajčice; **kapula** – crveni luk; **kopun** – mladi uštrojeni pijetao; **korjandol** – mirisni začim, ljekovita biljka; **korenica** – stabljika kupusa; **koštela** – kostela; **kotegin** – kobasica; **kotal** – velika posuda u kojoj se pravi rakija; **kotonjada** – sir od dunja; **kroštule** – hrskavo prženo tijesto, vrsta slastice; **kre-mor tartari** – jedna vrsta praška za pecivo; **krtol** – pletena košara; **krokant** – ukras na torti od šećera i badema; **kućarin** – mala žlica; **kumpet** – slatko od brašna, novog vina

i oraha; **kumpir** – krumpir; **kunje** – dunje; **kuvat** – kuhati; **kužina** – kuhinja; **kvantum** – količina; **kvarta** – stara mjera za masline; **kvasina** – ocat; **kvintal** – 100 kilograma; **labati** – piti (izraz za životinje); **landovina** – morska bijela riba; **latežini** – životinjski testisi; **lavel** – sudoper, umivaonik; **lazanjur** – drveni valjak za razvijanje tijesta; **lešo** – kuhano, lagano jelo; **liđero** – lagano, uribe; **loj** – masnoća; **lumbul** – file, goveđa pečnica; **lug** – pepeo; **lopar** – drveni podmetač za kruh; **lopiža** – zemljana posuda; **livak** – lijevak; **lokarda** – vrsta plave ribe; **macel** – klaonica; **maginja** – planika; **makarun** – vrsta tjestenine; **mandulet** – vrsta slastice; **manistra** – tjestenina; **manizat, manit** – mrviti; **manjarola** – zvonjava na pokladni utorak; **manjaža** – jelo; **maravan, marovan** – kiselo vino; **marenda** – jedan dnevni obrok; **marinada** – priprema ribe za duže trajanje; **marva** – stoka; **marun** – kesten; **mast** – mošt, mlado vino; **mašiti se** – posegnuti za nečim; **maškadur** – drvena spremnica za hranu; **maškul** – mužar, nabijača; **mendula** – bajam, badem; **mesliđan** – bosiljak; **mišina** – životinjska koža, koristila se za prijenos tekućine; **mižerija** – bijeda, jad; **mulam** – trbušno meso životinje, tančina; **murga** – talog maslinova ulja; **murtela** – bosiljak; **murva** – dud; **naćve** – drvena posuda za mijesiti kruh; **njoke** – valjušci, okruglice; **obarit** – skuhati; **oblizat** – polizati jezikom; **oka** – stara mjera za težinu; **opol** – vrsta vina, od mješavine bijelog i crnog grožđa; **ožeg** – željezni štap za razgrtanje žara; **ožet** – ocijediti; **padišpanj** – biskvit; **panceta** – miješana slanina; **panibrod** – juha s udrobljenim *trešincom*; **pamidor** – rajčica; **panjada** – rastopljeni kruh u vodi s maslinovim uljem; **paradižot** – slastica od mlijeka, keksa, jaja i šećera; **pašabroda** – cjediljka za tjesteninu; **pašta** – torta; **pašticada** – jelo od mesa; **pazar** – tržnica; **penete** – vrsta tjestenine; **peškarija** – ribarnica; **peverun** – feferon; **pjadela** – veći tanjur ili plitka zdjela; **platarka** – vrsta smokve; **plitica** – plitka zdjela; **pijat, pjat** – tanjur; **pjatanjcija** – poslužena hrana; **pinjur, penjur** – vilica, viljuška; **pir** – svadba; **pošada** – nož; **praska** – breskva; **pretusimul** – peršin; **pritakanje** – prelijevanje; **prokuj** – prokulica; **prošek** – slatki napitak; **provin** – mjerač gradacije alkohola; **pršulate** – slatko jelo; **rafiol** – vrsta slastice; **ragatat** – ribati; **rakateža** – strugača, ribež; **rakiđinica** – prostorija za pravljenje rakije; **rašeto** – cjedilo od slame; **refužo** – nepakirano; **rendat** – strugati; **rešet** – vezica luka ili *kapule*; **riceta** – recept; **rodula** – naprava za rezanje kolača; **roštjera** – metalna posuda za pečenje u pećnici; **rotam** – mješavina ostataka razne tjestenine; **rožata** – vrsta slastice; **rožolj** – prošek; **ružolin** – liker od ruža; **salamura** – konzervans od soli; **slavit** – razvodnjavati vino; **slavo** – piće od octa i vode; **sliva** – šljiva; **sandžak** – željezno postolje u kominu; **striš** – bijeli pokrov na suhim smokvama; **savura** – marinada; **sirnica** – slatko jelo; **speštat** – zgnječiti, usitniti; **spirine** – ostaci hrane; **spiza** – hrana, jelo; **sumpreš** – glačalo; **suvice** – suho grožđe, grožđice; **šaka** – stara mjera za količinu;

šalamar – sredstvo za čišćenje organizma; **šalša** – jelo od rajčica; **ščikadenta** – čačkalica; **škancija** – polica; **škartoc** – papirnata vrećica; **škatula** – kutija; **škripavac** – mladi sir; **škropac** – malo vina s kapljicom (*suzom*) vode; **škudela** – porculanska zdjela; **špa-her** – štednjak; **šprtva** – pletena košara za povrće; **štruca** – oblik kruha; **strukopatato** – sprava za gnječenje krumpira; **šufigat** – pripremati hranu na laganoj vatri; **šugoman** – ručnik; **šupjača** – cjediljka; **šuverin** – šibica; **tapun** – čep za bačvu; **tarana** – sitno suho tijesto; **tava** – posuda s dugačkom ručkom; **tavajol** – ubrus; **tavoja** – stolnjak; **teća** – metalna posuda za kuhanje; **temperin** – nožić; **terina** – zdjela; **tingul** – paprikaš od životinjskog mesa; **tinel** – dnevni boravak; **tiškav** – mršav; **toć** – umak; **trati-menat** – čašćenje; **trgačina** – branje grožđa; **travešca**, **traversa** – pregača; **trešinac**, **trošinac** – okrugli suhi kolač; **trišnja** – trešnja; **turanj** – preša za grožđe ili masline; **turnjat** – mljevenje maslina ili grožđa u preradi ulja i vina; **uje** – ulje; **ugor** – vrsta ribe; **užeženo** – pokvareno (npr. ulje); **važ** – limena posuda; **verzot** – kelj; **vita** – komad, odrezak; **vonj** – miris; **vriگان** – pržen; **vrtal** – vrt; **vundać** – talog od kave; **začinit** – dodati mirodije jelu; **zeje** – povrće; **zera** – mrvica, malo nečega; **zerzelija** – vrsta voća; **zemja** – zemlja; **zinit** – otvoriti usta; **žara** – kamena posuda; **žbaćeno jaje** – jaje umućeno sa šećerom i prošekom; **žerava** – žar; **žmul** – čaša; **žigarica** – jetra; **žigica** – šibica; **živina** – stoka; **žrvanj** – dio mlina; **žukla** – ukusno piće (malo vina, više vode); **žutinica** – vrsta povrća

Traditional Cuisine of the Makarska Littoral

Times of the past on the plate of tomorrow¹

The central theme of this work is the traditional cuisine of the Makarska region, as well as various recipes characteristic of different seasons, most of which are still being used today.

Key words: tradition, the Makarska Littoral, recipes, cuisine

Preface

Culinary art is as old as the human kind. Even the first people were aware that health, as well as life, depended on food. Very early on they acknowledged the fact that food can provide numerous pleasures. Feasts thrown after sacrificial practices, dating back to the earliest origins of civilization, are considered to be the beginning of culinary art. To honor gods and ancestors, whole animals were roasted and offered as sacrifices. During the course of many centuries, they were almost the only sources of fatty food, thus making sacrificial practices true celebrations for good reason. Studying history has largely helped us to examine the development of culinary art with more precision; everything from types of food used, ways of preparation and serving to the data about the making of cutlery from different types of material, which were subject to change respective to the development of technology. One of the most valuable archeological findings, helping us to create an overall impression of the development of culinary art, is an earthen or clay-pot. It tells us about the level of development of an individual population

¹ All the localisms are explained in the culinary dictionary *Rječnik izraza vezanih za kuhinju* at the end of the paper.

or group from the same period in history. Based on the type of manufacturing of the pottery, its shape and size, a lot can be said about its employment value and purpose. The earthen pot was, together with the frying pan, the most often used culinary item in the area of today's Makarska Littoral. The study of its usage offers numerous facts on the customs of that time, not only inside a kitchen, but outside of it as well. As a result, numerous recipes for the preparation of traditional dishes have been preserved. The recipes will be presented here in seasonal time succession.

Kužina the heiress of komin

One of the most ancient customs in the history of culinary art, not only in this region, was cooking on *komin*, which was the predecessor of the modern kitchen. People would sit by the *komin*, either on *banci* or tripods, retelling different events and happenings, commenting on news. It was a simple room, darkened from soot and filled with smoke, illuminated by *komin* fire, and sometimes with an oil-lamp. The oldest and the most respected member of a large family would sit on a bench by the *komin*, taking his flint, pipe and a wine *bukara* (wooden or earthen jug) out of the niche in the wall. In another *kantun* (corner) women would be knitting or grinding corn on a grindstone. There was a *sandžak* (trivet) on the fire, with a *bronzin* (small kettle) or frying-pot on it. The rest of the cutlery (*mašice* (fire tongs), *ožeg* (poker), blow-pipe, spade, *pisani lopari* (baker's peel), grill) were leaned against the wall. The plates (*pjati*) were set on a wall shelf (*škancija*), the cups (*čikare*) were hung on hooks and numerous other objects hung from ceiling beams. Food was kept in a *maškadur* (a wall cabinet) or a chest. During the wintertime, household members would often eat from the same pot, sitting around a *komin*, and during the summer humidity, food was eaten outside.²

During the 1930s, the appearance of the kitchen changed. The cooking stove (*špahe*) replaced the *komin*, and food began being stored in refrigerators and kitchen-cabinets (*kredenci*). The building of a water supply system brought running water into the kitchen, first into stone sinks (*laveli*), and later into the enameled ones. It was difficult for people to let go of their old and well-proved practice, and even more difficult to gain confidence in the new one. Therefore, many people continued to drink spring water³ and bake bread in wood or coal stoves. In every locality and hamlet of the Makarska Littoral this custom was preserved for quite a long time, until the advent of cooking stoves with ovens.⁴

² T. GARELJIĆ, Naš komin, Makarska, 1987., 2.

³ I used to send my little sister *na vodu* (for water), telling her "*da si brže nase, nego tamo*" ("return faster than you get there"), in other words to hurry up, and she would wonder running, how was that possible, bringing me water from the spring. (Dražen Vela, Podgora)

⁴ In Podgora they had town ovens placed around different streets (*kale*). So the Kokičević's stove near Pila-tov dvor, Vodanovići had theirs at Ivka Prekutovica's place, Nolići at Pečaruša's, and Velići at Vice Agičin's and at the Porat above Gavanovi dvori. The families Markušić, Sisarić and Dean also went there to shop, while the Lucijetić family built a stove that daily made 100 kg of bread for the hotels Sirena, Villa Ana, Primordija and Borak. The same bread distribution was seen in the hamlets of Gornja Podgora. "*Vlajinje*

Evening hours were spent sitting *u tinelu uz žmul vina i pokoji bićerin prošeka* (in a living room with a glass of wine and a few drops of prosecco), the elderly would chat, and the women would knit and embroider. The women's embroidery skills and inventiveness resulted in numerous kitchen canvas wall-cloths, characteristic not only of the Makarska Littoral, Dalmatia and Croatia, but of the entire Old Continent as well. Embroidered portrayals show the appearance of a kitchen, and the accompanying inscriptions, often very witty, mostly outlining some cooking advice to the housewives:

Kuvarice zlato moje, Tebe hvali jelo tvoje.

Objed skuhan u čas pravi to muž voli to muž slavi.

Kuharice manje zbori da ti ručak ne zagori!

Za udaju nije spremna koja ne zna spremat jela.⁵

Holidays

An inevitable component of every holiday is the typical *spiza* (food), in other words its preparation and the act of eating itself. In order to outline the value of traditional recipes, which have been preserved on the Makarska Littoral up to the present day, we must mention various church holidays, which in the sense of food preparation (practically) represented the changing of the seasons.

As a part of national, religious and traditional heritage, holidays have always been celebrated in Croatian families. They form a part of our experience, growing up and remembering our childhood. In our memories we store images of family celebrations, of joy and pleasant feelings shared with others, marking a certain happy occasion.

Why do people celebrate and what do they eat on these occasions? It is presumed that with an abundant or appropriate meal people give thanks for fundamental holiday gifts, be it the birth of Jesus, St. Anthony's benediction of children or *posna srijeda* (Fast/Lenten W.) which teaches us moderation. People have been celebrating since the origin of man. They celebrate God, they celebrate in honor of their loved ones, they celebrate victories; they do it in war and in peace. During the course of a year, all over the globe, people celebrate various occasions in different ways, so therefore it is impossible to make a universal annual calendar of festivities which would indicate what is eaten and when. That is why I have tried to note down some traditional dishes of the Makarska Littoral which are being prepared during holidays and festive occasions even today.

su dolazile na intradu i donosile brašno. Brale su i masline, a za to im se plaćalo u uju, soli i ribi. A naši su ljudi, ka' bi in pofalilo brašna išli u Vlašku i minjali, opet za uje i sol." ("Women from other villages worked for wages, bringing the flour. They would also pick olives, and get paid for it in oil, salt and fish. And our people, when they would run short of flour, they would once again trade it for oil, salt and fish with women from other villages.") (Dražen Vela, Podgora)

⁵ A. KUNAC, *Vezena lirika*, Makarska, 2004., 8-9.

Shrove-tide

During wintertime, the period of so-called carnival chaos already starts. Up to *Čista srijeda* (a day of fasting, the first day of Lent) people still eat food rich in fat, carbohydrates and proteins. The original and primeval meaning of carnival trends resides in people's need to use magic in order to drive away, scare or soften natural forces. People believed, due to their ignorance and impotence in the face of nature, that using noise, putting on masks, disguising and behaving wildly, would drive away evil powers and demons. A typical carnival dish is *pašticada* with gnocchi or *makaruni* (pasta). *Fritule* (fritters) are a desert. The preparation of food, as well as its consummation, needed to finish by 10 p.m. on Shrove Tuesday, when *manjarola* church bells rang. That was the time to stop consuming fatty food, because the following day was *Čista srijeda*.

Pašticada

Wash 750 g of leg of beef well, drain it and lard (*špikovati*) with cloves, garlic, dry bacon and carrot. Put the larded (*špikovano*) meat into *kvasina* (wine vinegar) and leave it over night. Put the meat, 100 g of fat, a large *kapula* (onion), a pinch of salt and pepper, grated nutmeg and grated celery root in a saucepan and fry it until the meat is left without the juice. Then sprinkle it with 1/2 l of prosecco⁶ mixed with a spoonful of *konšerva* (tomato puree). When it comes to the boil, keep pouring stock and water over it. Leave it to simmer for 3-4 hours. When the meat is cooked, cut it into thin slices, arrange them and cook for 30 more minutes. If the sauce is not brown or thick enough, add a *kućarin* (tea spoon) of bread crumbs fried with a small amount of *konšerva*.

Gnocchi

Cook 1 kg of floury potatoes and mash them while still hot. Add 2 eggs, a pinch of salt, a spoonful of fat and 200-300 g of flour. Work the dough and roll it into a long sausage. Cut it into pieces, the size of walnuts, and work them with your hands into strips (cca 2x5 cm). Cook them in hot water until they surface. Take them out and season them with *pašticada* sauce and sprinkle them with grated cheese.

Fritule (Fritters)

Ingredients: 2 kg of potatoes, 1 kg of flour (depending on the potatoes used), 200 g of sugar, a glass of milk, salt, maraschino (*ružolin*, pear liqueur or some other liquor, for the aroma), vanilla sugar, grated lemon and orange zest, a pinch of cinnamon, 150-200 g of *suvice* (raisins), nutmeg, olive oil for frying.

⁶ Or red wine with two sugar cubes.

Sift the flour. Cook the potatoes and while still hot pass them through a *štrukapatata* (a device for mashing potatoes), add salt and hot milk. Mix everything well and keep adding the flour with the rest of the ingredients until the dough is of medium thickness. Put aside for 30 minutes. Shape the fritters taking the dough in your left hand, pressing it so it comes out through the opening between your thumb and index finger. Using a spoon (which you need to dip into hot water after each fritter) in your right hand, put them into hot oil. Fry them in a frying pan until they become golden. Sprinkle them with a mixture of plain and vanilla sugar.

Time of recantation

Lent is a time of privation, sacrifice and restraint. It is a time for us to patiently and calmly master our deeds, habits and the space we abide. In the early spring we follow the path of the clear and the pure, which is best portrayed by renouncing certain types of food, in other words fasting. Fasting is a time for our bodies to recuperate from the heavy winter food. Religious rules help in creating balance within the human body. During the spring we spend more time outside in the fresh air, and accordingly the food we consume is much lighter.⁷ Shortly before the end of Lent people start the preparations for Easter, an important Christian holiday, which every house would welcome with *sirnice* and *garitule* laid on the table.

Sirnice and Garitule

Ingredients: 1 kg of flour, 7 eggs (3 whole eggs and 4 yolks), 300 g of sugar, 200 g of fat (half vegetable, half animal origin), lemon and orange zest, rum, salt, yeast.

Put yeast and sugar into 2,5 dcl of warm milk, leave it to rise, softly mix in the flour and the rest of the ingredients and leave it for two hours. After that, stir it once more and leave it for another hour.

Shape *sirnice* into small balls and *garitule* into braids. Leave them for two minutes, then bake them covered with greasy paper for one hour at 180°C. 10 minutes before they are done garnish them with well beaten egg-whites and sugar.

⁷ Fasting was often the result of privation, so from those hard times came the saying, “*Ne daji mi ono što noći vanka*” (“Don’t give me what spends the night outside”). It refers to vegetables, particularly Swiss chard, which Podgora was famous for. (Ćiro Vela, Podgora)

Summertime

During the summer heat, our bodies need larger amounts of water than in other seasons. In that period we need fluids more than we need food. The food is light: *lešo* (boiled) meat, fish and vegetables.⁸ Two drinks, almost forgotten today, were characteristic for our area: *bikla* and *slavo*. *Bikla* is wine mixed with milk (half-half), and *slavo* is water mixed with a little *kvasina* (vinegar). Both drinks are excellent thirst-quenchers.

Lešo incuni (Boiled anchovies)

Anchovies are passed through hand (*prođu se kroz ruku*) and put to boil into cold water with *riz* (a slice) of lemon in a zest. When they come to the boil they are done and left to cool. When they cool, season them with some *kvasina* (vinegar), salt, olive oil and pepper.

Pomidor and murtela with olive oil na gradele

Cut *pomidori* (tomatoes) in half, place some chopped up *murtela* (basil) and olive oil on each half. Place them on a grill and leave them until the liquid evaporates. Serve them with roasted fish.

Figs

Figs intended for drying need to be of good quality. They are placed to dry for several days, and every other day they need to be turned. When they are dry, we pick a bay leaf and store them away. If we want dry figs without *striš*, we fumigate them with sulfur vapor. In order to do that, we need to arrange them into a *krtol* (tuber) which we then put on a stick. We prepare a steel barrel inside of which we place a paper with sulfur powder and light it. We place the prepared figs over it and leave them covered for approximately three hours. That is how we get *sumporane smokve* (sulfured figs).

⁸ My grandmother Nede Dragičević (maiden name Čobrinić) from Tučepi cooked on *drveni špاهر* (wood-burning stove) until she passed away in 1983. Every Sunday, we the children from Podgorica went to visit our grandparents in Tučepi. Our favorite game was baking cheese *škripavac* on *drveni špاهر* (wood-burning stove), and after that we went swimming. The time around the feast day of St. Anthony, the protector of Tučepi, celebrated on the 13th of June, was the time when the bathing season began. My grandmother did not mind neither the summer heat nor the remainings of our dried cheese *škripavac* on her wood-burning stove, cooking on it every day.

Kotonjada (Quince-jam)

We clean the quince, *izrakatežamo* (grate) and weigh them. We add the amount of sugar equivalent to the weight of the quince. Cook them until the water evaporates and they turn a honey-colour. Stew roughly chopped almonds into it, stir and pour into moulds or appropriate containers.

Kumpet

Cook 6 l of *mošt* (must) as long as it does not reduce to 2/3 of its volume. What is left resembles a watery marmalade; stew roughly grinded flour and semolina into it. Cut walnuts, almonds, *bačić*, dry figs, add seasoning (*kanele* (cinnamon), nutmeg, vanilla sugar). Stir everything for a couple of more minutes and pour into moulds or *roštjera* (roasting tin) in which a wet *kanavaca* (dish cloth) was previously placed. Leave it to dry for a couple of days, then turn it over and let it dry for the same amount of time. Cut it and serve it on wine grape leaves.

Fruit-bearing time

Autumn is the traditional time for weddings, therefore even today most weddings take place in October and November. When the bride and bride-groom decide they want to get married, together with the benediction and congratulation, comes the time of treating (*tratovanje*) the guests. For that occasion small, dry cookies which last longer are made. During the celebration when collecting the bride, smoked ham, cheese, soup and *lešadura* (boiled food) are served.

The newlyweds are showered with rice, and even today the custom is for every family to bring out a *buklija* - a table on which sherry, maraschino and *mištral* (walnut brandy) are served, and in recent times juice and coffee are also served. Another wedding custom is carrying the bride over a threshold, as well as throwing *kolo* – the best man throws candy, walnuts, almonds and coins out of a basket. For dinner there would be soup, *paštica*, gnocchi, roast meat, and for desert various cakes would be served.

Praline cake

Whisk 3 egg-whites, add 8 finely-chopped walnuts, 60 g of white sugar and a small amount of grated lemon zest. Divide the mixture into long shaped portions and lightly bake them. Shape them into various figures, typical for weddings. The newlyweds cut the cake together for good luck.

Rafioli

To make the dough, mix 750 g of flour, 4 eggs, 2 yolks, 2 spoons of sugar, a pinch of salt, 220 g of butter and some milk together. Roll the dough into a thin leaf and cut it into small half circles, which are stuffed with the filling made from 500 g of roasted and ground unskinned almonds, 3 whole eggs, 2 whisked egg-whites, a pinch of cinnamon, nutmeg, 500 g of sugar, 2 *bicerina* (small glasses) of rum, maraschino or *rakija* (brandy), the zest of one lemon and one orange, a piece of grated chocolate and 2 *kučarina* (tea spoons) of melted butter. Bake the *rafioli* at moderate heat, coat them with egg-whites and sprinkle with chopped almonds and vanilla sugar.

Makarana cake

Make the dough with 400 g of sifted flour (soft, hard), 3 yolks, 200 g of butter, the grated zest of one lemon, a few drops of maraschino and 2 spoons of sugar. Work the dough well and roll it into a thin leaf. Cover the entire shallow, broad baking tin and slowly place the filling into it using a spoon.

The filling: grind 1 kg of roasted almonds, add 1 kg of caster sugar, a pinch of vanilla sugar, 15 beaten eggs, some grated lemon zest, nutmeg and a sip of maraschino. Mix well. The remains of the leaf are cut into strips which are placed over the filling making a net shape⁹ cover. When the cake is baked, sprinkle some maraschino and sugar over it.

Autumn marks two more holidays with which we remember the souls of the deceased. All Saints' Day and All Souls' Day. During funerals and condolences there are no special customs connected with food, but it was considered polite that the host offered a drink, dry figs or anything else that was available to those in mourning.

⁹ "Ja ne vidim žene da nose na Sutiklu u bronziniću, nego samo cviće, daj Matija one pašte amo". (Ć. Vela from Podgora, a saying at a family death).

Normally, neighboring villages are also rival ones, so Podgora and the neighboring Tučepi are no exception. People from Podgora will scornfully say something like this: *Here, it is not like in Tučepi - there, it's like a true treat, like a wedding feast, imagine! Here, we modestly welcome our visitors; who feels like feasting!*

People from Tučepi have, of course, their own interpretation of those completely opposite customs at 3-4 km distance: *Those from Podgorica would treat their guests with something if they were not that stingy. Regardless, it is a very old custom in Podgorica to treat those in mourning very modestly, 'cause they did not come here to wine and dine, but to mourn. People from Podgorica also like to point out that those feasts are more appropriate for the Orthodox, adding: What do we need other people's customs for. Our ancestors did not need them, neither do we. So, when a deceased is in the house, there would be a plate with some dry figs and cookies on a table, but first there would be couple of slices of trešinski cake (if an elderly person came, to have it with some wine). Together with that, there would be some empty little glasses and tumblers (in older times one of each), and a bolcun (bottle) of wine and a botuja (demijohn) of rakija (brandy) - and no more problems! S. ŠUNDE, Sutikla, Crkva, legende i običaji u Podgori Podgora, Zagreb*

Advent

“*U sve vrime godišta ostali smo bez išta, fala Bogu imamo još jednoga pivca i kokoš...*”, is one of the traditional *kolendas* (carols) with which we enter Advent. The first Sunday in December is also the feast day of the protector of sailors, St. Nicholas, when children prepare their stocking which will hold gifts. Even the cakes are shaped like stockings. During December, people bake various, mostly dry, long-lasting cakes. The custom is to make the necessary amount of cakes by the time of St. Lucy, to last until Christmas. On Christmas Eve the tradition is to eat fish, most often cod fish, and on Christmas and New Years Eve *najbolje što može* (the best one can).

***Bakalar na bilo* (White cod fish)**

Put the cod fish in water, which needs to be changed every so often, for two days before the preparation. Take off the fins, skin and *drača* (bones). Cook in water until soft. When cooked, add garlic, chopped *petrusimul* (parsley), pepper, salt and olive oil.

Kaštradina and cabbage

In the cold wintertime, as a special treat, people would cook cabbage, *kad ga ujide led* (when ice bites it), with *kaštradina* meat (dry mutton ham or kid).

Wash 600 g of *kaštradina* and cook for 2 hours, without salt. Add 1 kg of washed and cleaned cabbage and cook for another 30 minutes. After that, place 500 g of potatoes cut into cubes, 100 g of bacon, 4 garlic cloves and some chopped *petrusimul* (parsley) into the saucepan. Cook it at moderate heat. Finally, add some *konšerva* (tomato puree), to taste. The cabbage and meat are served together.

Fish pudding

This very popular recipe of olden times has almost been completely forgotten nowadays.

Clean 1,5 kg of fish (grey mullet, mackerel, Spanish mackerel, hake, etc.), cut into pieces, season with salt and pepper. In a bowl mix 4 spoons of olive oil, 2 eggs, 2 slices of bread dipped in water and drained, a spoon of grated cheese and a spoon of flour. Add the cut fish into the mixture and put it into a mould greased with olive oil, sprinkled with bread crumbs. Steam it for an hour. When it is done, pour some mayonnaise or caper-sauce over it.

Pastry

Honey-biscuits

Sift 400 g of flour on a trencher (cutting board), add a tea-spoon of baking soda, 150 g of castor sugar, 3-5 spoons of honey, 3 eggs, 4 beaten (mauled) cloves, a bit of cinnamon, a bit of nutmeg, grated lemon and orange zest and a pinch of salt. Roll out the dough to make it 2 cm thick and cut out the shapes. Bake at moderate heat.

Mandulet

Whisk 5 egg-whites for half an hour over steam with 300 g of sugar, 2-3 spoons of honey and 250 g of roughly chopped and roasted almonds. On the bottom of a roasting tin place a piece of wafer on which half the mixture is poured. On top of it, place another piece of wafer and leave it overnight to cool. Mark equal parts with a knife and cut them the following day, preferably on a marble board.

Arancini

Orange zest (lemon or any other citrus will also do) is left in water for 7-8 days. The water needs to be changed for the bitterness to come out of the zest. When the zest is taken out of the water, we cut it into thin sticks and weigh them. We add as much sugar as the weight of the zest. Cook them together until the rim turns white. Take out the zest and roll it into coarse sugar and leave it to dry on a clean dish-cloth.

Rožata (Caramel pudding)

Beat 6 eggs well together with 6 spoons of sugar and a bit over 1/2 l of milk, add grated lemon zest, a few drops of maraschino and a packet of vanilla sugar. Heat 250 g of sugar in a separate small saucepan until it becomes brown. With it, coat the sides of a bigger mould in which you pour the mixture for the pudding. Put the mould into a bigger saucepan with boiled water reaching up half to the mould, and cook it for 45 minutes, and then bake it in an oven for another 15 minutes. When the mould cools a bit, turn it over and carefully ease it out onto a big plate.

Bobići

Grind 450 g of unpeeled almonds and roughly chop another 450 g. Mix 6 eggs well with 700 g of sugar, add the almonds, a bit of nutmeg and grated lemon zest. Shape

equally-sized small balls, press them in the middle with a finger and bake them at very low heat. The baking dish is coated with beeswax.

Conclusion

Our region has been developing and building its own typical cuisine over the centuries, characterized by Mediterranean products, such as olive oil, various fruit (figs, carobs), vegetables (Swiss chard, cabbage), fish and the meat of domestic poultry and cattle. Recipes which illustrate our geographical location as well as religious and national affiliation have been preserved on the Makarska Littoral up to the present day, which does not mean that the experience and tradition of those who come from other regions have not been accepted. They supplement our Dalmatian cuisine.

In the 21st century numerous international nutritionists have taken our Mediterranean cuisine, giving it advantage over modern fast food. Dalmatian cuisine makes up part of the traditional food mosaic, and therefore it deserves the place we have been giving it in our menus. This résumé of the preparation of food during the changing of the seasons can represent the beginning of a return to traditional cuisine, creating with it an even better basis for perfecting food preparation.

Let us supplement old recipes and enjoy the food of our ancestors. The refined aromas of the Mediterranean are irreplaceable. Filling our nostrils with aromas of cod fish or caramel pudding, we will sense the spirit of past times, which through food preparation remains a pledge for future cooking by the recipes of our ancestors.

Translated by Tanja Bukovčan