

МАЛИ КУВАР ИТАЛИЈАНСКЕ
ГАСТРО ПОНУДЕ

дан
ИТАЛИЈАНСКЕ
културе



ПАНТЕЛИНСКИ ДАНИ 2025
БИЈЕЉИНА ЈЕ СВИЈЕТ



Мали кувар италијанске гастро понуде садржи рецепте са начином припреме 11 сланих и слатких јела које припремају чланице Удружења грађана италијанског поријекла „Рино Зандонаи“ Тузла за Дан италијанске културе у оквиру манифестације „Пантелински дани 2025“.

Рецепти су објављени и у књизи „30 година удружења Италијана у Тузли“ 2023. године.

Издавање Малог куvara италијанске гастро понуде финансирано је средствима Града Бијељина.



Бијељина
www.gradbijeljina.org



Удружење грађана италијанског
поријекла „Рино Зандонаи“ Тузла
Клуб Трентина

САДРЖАЈ

Parmigiana | Пармиђана

Involtni di melanzane | Ролнице од патлиџана
са рикотом и моцарелом

Cannelloni di carne al pomodoro | Канелони
са мљевеним месом и умаком од парадајза

Canederli allo speck | Шпек кнедле

Risotto ai Funghi | Рижото са гљивама

Spaghetti Milanese | Тјестенина са умаком
Миланезе

Salmi di cervo | Срнећи гулаш

Insalata Caprese | Салата Капрезе

Tiramisu | Тирамису

Crostata alla marmellata d'arancia | Кростата
са мармеладом од наранџе

Strudel di Mele Trentino | Трентинска штрудла



Parmigiana | Пармиђана

Састојци:

- 450 г пелата,
- 3 режња уситњеног бијелог лука
- 1 кашика маслиновог уља
- 1/4 шољице црвеног вина
- 1/2 кашичице шећера
- 1/2 кашикице соли
- 1/4 шољице лишћа свјежег босиљка
- 800 г патлиџана (један велики или више мањих)
- 1/4 шољице маслиновог уља
- 1 кашичица соли
- 2 кашике мрвица од хљеба
- 2 кашике ораха
- 1/2 шољице нарибаног пармезана
- 3/4 шољице моцареле нарезане на коцкице

Поступак припреме:

1. На загријаном маслиновом уљу пирјајте бијели лук док пожути, око 5 минута, па додајте парадајза са соком, вино, шећер, со и босиљак.
2. Кухајте уз повремено мијешање 20–25 минута, док се умак згусне. Пећницу загријте на 230 степени.
3. Патлиџане оперите и нарежите на танке кругове (ако су мањи) или уздужно (ако је патлиџан велик).
4. Положите нарезани патлиџан на пладањ за печење, посолите га и премажите маслиновим уљем с обје стране. Пеците по 15 минута са сваке стране док посмеђе.
5. Ватросталну здјелу лагано премажите уљем па додајте слој умака од парадајза. Затим посложите један слој патлиџана па га залијте с умаком и поспите с половином количине моцареле и пармезана. Након тога поновно сложите слој патлиџана, умака и обје врсте сира.
6. Помијешајте крушне мрвице и уситњене орахе у малој здјелици са 1/4 кашикице соли и 1 кашичицом маслиновог уља те послите по површини. Пеците 20–25 минута те охладите 15–ак минута прије сервирања.



Involtini di Melanzane | Ролнице од патлиџана са рикотом и моцарелом

Састојци:

- 1 велики патлиџан
- 23 g рикоте
- 1 моцарела (125 g)
- 4 велика зрела парадајза
- 1-2 режња бијелог лука
- листићи босиљка
- маслиново уље
- нарибани Пармиђано ређано
- со

Поступак припреме:

1. Оперите и посушите патлиџан. Нарежите га по дужини на кришке дебљине 4-5 mm. Уз помоћ кухињског киста премажите кришке патлиџана с обје стране маслиновим уљем. Загријте на суво непријањајућу таву и испеците кришке патлиџана с обје стране док лагано не порумене и смекшају. Извадите их на тањир и оставите да се охладе.
2. Моцарелу сир изрежите на што мање коцкице и ставите је на неколико слојева кухињског папира барем 1/2 сата да се оциједи текућина из ње. Помијешајте рикоту и моцарелу, додајте 1-2 кашике нарибаног Пармиђана и досолите по укусу.
3. Расподијелите смјесу рикоте и моцареле на кришке патлиџана и равномерно је размажите. Ставите на сваку кришку патлиџана листић босиљка па је смотајте у ролницу.
4. Парадајзе оперите и прережите сваки на пола или на четири дијела. Наробајте их на рибеж тако да одстраните кожицу и сакупите само пулпу. Загријте у тави 2 кашике маслиновог уља и очишћене режњеве бијелог лука па загријте док бијели лук не замирише. Додајте парадајзе, 4-5 накиданих листића босиљка, посолите и кувајте на лаганој до средње јакој ватри док се умак не згусне, али немојте га превише осушити.
5. Ставите пар кашика умака од парадајза на дно ватросталне или керамичке посуде. Сложите преко умака ролнице патлиџана. Прелијте остатак умака преко ролница, посипте све обилно нарибаним Parmigianom и ставите пећи на 180 Ц око 1/2 сата. Оставите их да се мало прохладе прије послуживања. Добри су и кад се потпуно охладе на собној температури.



Cannelloni di carne al pomodoro | Канелони са мљевеним месом и умаком од парадајза

Састојци:

- 500 г мијешаног мљевеног меса (јунетина и свињетина)
- 2 главице црвеног лука
- 2 режња бијелог лука
- 1 кашикица сушених листова оригана
- 1 дцл сувог бијелог вина
- 2 џанелона
- 1 кашика путера
- 400 г сјецканог парадајза из конзерве
- 1 кашика свјежих листова оригана и мајчине душице
- 250 г сира гауде
- 100 г свјежег рибаног пармезана
- 2 кашике маслинова уља
- со
- свјеже мљевени бибер

Поступак припреме:

1. Очистите црвени лук и бијели лук па их ситно насјецкајте. У тави дебљег дна загријте маслиново уље, додајте 1 ситно сјецкани црвени лук и бијели лук па их кратко попржите док се лук не зажути. Полако додајте мљевено месо и пирјајте на лаганом ватри да посмеђи и почне се раздвајати у груднице. Посолите и побиберите по жељи. Поспите сувим ориганом, промијешајте па додајте 0,5 дцл сувог бијелог вина. Појачајте ватру да алкохол испари. По потреби додајте млаке воде али пазите да вам на крају умак остане довољно густ. Извадите месо из таве и оставите га по страни да се охлади.
2. Загријте пећницу на 180°C. Очистите таву у којој сте припремали месо па у њој загријте путер, додајте другу главицу насјецканог лука па пирјајте док не омекша. Убаците насјецкане листове свјежег оригана и мајчине душице, посолите и побиберите, те добро промијешајте. Додајте сјецкани парадајз из конзерве и остатак сувог бијелог вина. Лагано промијешајте на средњој ватри како би се сви укуси лијепо прожели.
3. Напуните џанелоне охлађеном месном смјесом. Намастите ватросталну или керамичку посуду, а дно премажите умаком од парадајза. На умак послажите напуњене џанелоне. Прелијте их умаком од парадајза, поспите нарибаном гаудом и пармезаном. Пеците 25 до 30 мин. Послужите уз зелену салату по избору.



Canederli allo speck | Шпек кнедле

Састојци:

- 200 г старог хљеба
- 200 мл млијека
- 2 јајета
- прстохват мускатног орашчића
- 125 г путера
- 1 главица црног лука
- 150 г панчете
- 80 г гауда сира
- 150 г брашна
- 1 шака першуна
- со
- бибер

Поступак припреме:

1. Хљеб исјецкајте на коцкице (око 1 цм) и помијешајте са млијеком. Посолите, додајте бибер и прстохват мускатног орашчића и оставите неко вријеме да се натопи.
 2. Ставите путер у таву и отопите га на средњој температури. Када почне да кључа, додајте исјецкани црни лук и панчету. Динстајте док лук не почне благо да се карамелизује.
 3. У хљеб додајте мјешавину црног лука и панчете, заједно са умућеним јајима, ренданом гаудом, брашном и першуном. Промјешајте и оставите лоптице да одстоје у фрижидеру 30 минута. Подијелите смјесу на лоптице пречника око 3 цм. Кувајте их у посољеној кипућој води око пет минута.
- Послуживање: Послужите кнедле у топлој говеђој супи са доста ренданог сира.



Risotto ai Funghi | Рижото са гљивама

Састојци:

- 350 г округле риже
- 1 кашика путера
- 1 чаша бијелог вина
- 350 г разних гљива (портобело, схимеји, гљиве итд.)
- 1 литра супе од перади или поврћа
- 100 г рибаног пармезана
- 1 режањ бијелог лука
- маслиново уље
- со
- мљевени бибер

Поступак припреме:

1. У лонац ставите мало уља, додамо насјецка-ни бијели лук а затим гљиве. Кад су гљиве вруће, зачините по укусу.
 2. Додамо рижу и мијешамо мало по мало, тако да се не стварају грудице или се лијепе. Затим додајте чашу бијелог вина и мало по мало промијешајте да алкохол испари.
 3. Додамо супу коју смо претходно загријали у малим количинама тако да бисте добили одговарајућу текстуру у овом рецепту. Мора се непрестано мијешати рижу да би добила кремаста структура. Кад је рижа скоро готова, додајте нарибани пармезан и кашику путера.
- Послуживање: Служити док је топло.



Spaghetti Milanese | Тјестенина са умаком Миланезе

Састојци:

- 500 г шпaгeтa (или неке другe тјeстeнинe)
- мaлo мaслинoвoг уљa
- нeкoликo рeжњa бијeлoг лукa
- мaлo сјeцкaнoг сувoг мeсa
- 500 мл пaсирaнoг пaрaдajзa
- 2 зрeлa пaрaдajзa
- кoликo трeбa сoли
- бибeрa
- вeгeтe
- oригaнa
- 1 кaшичицa шeћeрa
- пo жeљи кoцкицe сирa (гaудe и сл.)
- дoстa рибaнoг пaрмeзaнa
- 2 кaшикe мрвицa oд хлeбa

Пoступaк припрeмe:

1. Првo пoтoпитe пaрaдajзe у врeлу вoду нeкoликo минутa, дoк исјeцкaтe бијeли лук и сувo мeсo. Зaтим пaрaдajзe пoлијтe хлaднoм вoдoм и oгулитe их.
2. Нa мaслинoвoм уљу пoпржитe сувo мeсo, дoдajтe бијeли лук и oдмaх склoнитe с вaтрe дa лук нe изгoри, дa бистe дoдaли пaрaдajзe исјeцкaнe нa кoцкицe. Врaтитe нa вaтру и мaлo динстajтe, зaтим дoдajтe пaсирaни пaрaдajз, шeћeр и oстaлe зaчинe. Прoмијeшajтe, пoклoпитe и смaњитe нa нajнижy тeмпeрaтуру, дa лaгaнo крчкa.
3. Зa тo вријeмe у вeликoм лoнцу зaкухajтe вoду с мaлo уљa. Вoду пoсoлитe тeк кaдa дoбрo кључa, тe дoдajтe шпaгeтe и скухajтe их "aл дeнтe" (7-8 мин).
4. Прoцијeдитe их a у истoмe лoнцу (нa искључeнoј, aли јoш тoплoј плoчи) зaгријтe нa мaлo мaслинoвoг уљa мрвицe сa кoцкицaмa сирa, пa шпaгeтe (кoje нистe испрaли хлaднoм вoдoм) врaтитe у лoнaц и прoмјeшajтe.
5. Прeбaцитe у тoплe тaњурe, прeлијтe умaкoм и пoспитe пaрмeзaнoм.



Salmi di cervo | Срнећи гулаш

Састојци:

- срнеће месо
- црвени и бијели лук
- мрква
- першун
- целер
- мало тиквице или бундеве
- лоровов лист
- парадајз (може и из тубе)
- свјежа паприка
- со
- бибер
- вегета
- фант за гулаш
- коцка повртна за супу
- першунов лист
- целеров лист

Поступак припреме:

1. Срнеће месо из пајца (навечер месо ставите у слану воду до јутра) опрати и исјећи на коцке.
2. Издинстајте лук и остало поврће, а затим додајте месо. Мијешајте смјесу да пусти своје сокове, мало посолите.
3. Када пусти сокове додајем зачине вегету, коцку за супу и воду, и пустите да се крчка.
4. На крају кад месо буде мекано, по укусу, додајте парадајз, фант, супу од гљива (могу и свјеже гљиве), лоровов лист, ситно исјецкан лист од першуна и целера.
5. Ако је потребно дода се и мало брашна са водом да (коме одговара) сафт буде гушћи.
6. Могуће је да се у смјесу дода вино, по укусу.
Послужење: Уз гулаш служе се шпагете или макароне, а може и пире кромпир.



Insalata Caprese | Салата Капрезе

Састојци:

- 500 г средње великих комада
- парадајза
- 300 г моцарела сира
- 30-40 г босиљка
- свјеже мљевени црни бибер
- 100 мл екстра дјевичанског
- маслиновог уља

Поступак припреме:

1. Нарежите парадајзе на кришке, поспите их вегетом и оставите нека мало одстоје.
 2. Моцарелу нарежите на кришке па их заједно с парадајзом распоредите на већем тањуру тако да се преклапају.
 3. Украсите босиљком нарезаним на тракице и поспите бибером.
- Послуживање: Салату прелијте маслиновим уљем и по жељи с мало ађето балзамика.



Tiramisu | Тирамису

Састојци:

- 5 жуманаца
- 120 гр шећера
- 500 гр маскарпоне сира
- 250 мл слатког врхња
- 24 ком кишкота (2 X 12ком)
- 300 мл охладјене инстант кафе
- 50 мл рума
- 1 кашика екстракта од ванилије
- какао за посипати

Поступак припреме:

1. Прво припремите инстант кафу, тако да се може хладити док радите остало.
2. У жуманца додајте шећер и измиксајте.
3. На пари мијешајте жуманца 15-20 минута, затим оставите да се добро охлади.
4. Охладјена жуманца пребаците у већу здјелу и додајте маскарпоне сир, те кратко сједините.
5. Посебно у слатко врхње додајте екстракт од ванилије и улупајте у чврсти снијег, али припазите да не премутите, значи чим очврсне завршено је.
6. Слатко врхње додајте у жуманца и маскарпоне, затим лагано све сједините.
7. У припремљену и охладјену кафу додајте рум.
8. Пола кишкота кратко умачите у кафу и слажите на тацну.
9. Пола креме распоредите по кишкотама.
10. Остатак кишкота поново кратко умачите у кафу и послажите преко креме.
11. Преосталу крему премажите преко кишкота и загладите бочне стране.
12. Ставите колач у фрижидер најмање осам сати.
13. Прије резања Тирамису колач поспите са какаом.



Crostata alla marmellata d'arancia | Кростата са мармеладом од наранџе

Састојци:

- 250 г брашна
- 100 г смеђег шећера
- 1/2 кашичице соде бикарбоне
- 1 јаје
- 1 жуманце
- 125 г маргарина
- 300 г мармеладе од наранџе
- мало смеђег шећера у праху са ванилом

Поступак припреме:

1. Умутите јаја са смеђим шећером и додајте маргарин. Уздјели помешајте све суве састојке и сједините са маргином и јајима. Направите лопту од тијеста и увите је у провидну фолију.
2. Оставите тијесто око два сата у фрижидеру, а након што га извадите, подијелите га на два дијела, од којих први дио за подлогу треба да буде већи. Растањите први дио што тање и поставите га у округао плех. Одсијеците вишак и избушите основу од тијеста виљушком. Преко тога сипајте мармеладу. Растањите други дио тијеста и направите разне облике које ћете поредати преко колача.
3. Пеците кростату на око 200 степени, око 35 минута, док не порумени одозго. Када је готова можете је посути прах шећером.



Strudel di Mele Trentino | Трентинска штрудла

Састојци:

- 5 јабука
- 80 г шећера
- 30 г путера
- 80 г грожђица
- 50 г пињола
- 1 дл рума
- лиснато тијесто
- шећер у праху
- цимет

Поступак припреме:

1. Огулите и исјецкајте ситно јабуке али немојте их рендати. Расопите путер у тави на средњој температури и додајте лагано јабуке.
2. Динстајте неких 10 минута и након тога додајте шећер. Затим додајте рум и динстајте неких 2 до 3 минуте. Додајте цимет и поклопите да се динста неких 15 минута. Додајте грожђице и пињоле и динстајте неких 5 минута.
3. Други дио рецепта се састоји од лиснатог тијеста. Лагано развуците лиснато тијесто и пуните га са већ охлађеном масом са јабукама. Спојите тијесто и оставите у хладњак 30 минута.
4. Загријте пећницу на 250 степени, 30 минута прије печења. Пеците штрудлу неких 45 минута.
5. Када је штрудла печена поспите је са шећером у праху.



дан **ИТАЛИЈАНСКЕ** културе

Кувар садржи италијанску гастро понуду коју традиционално припремају потомци Италијана који су дошли на просторе Босне и Херцеговине у вријеме аустро-угарске управе

Рецепти су објављени и у књизи „30 година удружења Италијана у Тузли“ 2023. године.

За штампу припремио: Александар Тимотић

Издавање Малог куvara италијанске гастро понуде финансирано је средствима Града Бијељина.



Бијељина
www.gradbijeljina.org



Удружење грађана италијанског поријекла „Рино Зандонаи“ Тузла
Клуб Трентина