

Eslobeniar gastronomia
Gastronomía eslovena

Luka Košir
Grič, Slovenija

06/05/2016

Kresala Elkartea
Donostia

A P E R I T I V O

Dumplings con verduras

Ingredientes

Para la masa:

- Harina de trigo 300 g
- Huevo 1 ud
- Aceite de semillas
- Agua o leche (en caso de que fuese necesario para aligerar la masa)

Para el relleno:

- Patatas 250 g
- Tocino o panceta ahumada 25 g
- Cebolla blanca 25 g
- Clavo
- Pimienta negra
- Mejorana seca
- Sal

Para las verduras:

- Zanahoria morada 1 ud
- Zanahoria amarilla 1 ud
- Colinabo 1 ud
- Patata 2 uds
- Nabo ½ ud
- Chicharrones 50 g
- Agua 1 l
- Sal
- Pimienta

Modo de preparación

Para la masa:

- Mezclar la harina tamizada con los huevos. Para lograr que la textura de la masa sea parecida a la textura de una masa para pasta, en caso de que fuese necesario, añadir un poco de agua o leche. Amasar hasta que la masa no se pegue a las manos. Es decir, que esté elástica y flexible.
- Dejar reposar la masa cubierta con un papel film durante media hora.
- Estirar la masa hasta lograr que alcanzar un espesor de 1 o 2 mm.

Para el relleno:

- Cocer las patatas y pelarlas.
- A la vez en una sartén sofreír la grasa con la cebolla picada fina.
- En un bol mezclar las patatas aún calientes con la grasa, la cebolla y las hierbas. La mezcla no ha de ser ni demasiado suave ni demasiado firme. De ser así puede añadirse más grasa.
- Formar bolitas de 1-1,5 cm de diámetro.
- Colocar las bolitas de relleno del tamaño de una avellana entre la masa doblada y cerrar la masa presionando hacia el centro de cada relleno para que no se quede aire en su interior.
- Cortar la masa de cada dumpling como si fuera una oreja y cerrarlo dejando una pequeña ondulación en la parte superior para que quede como un sombrero.
- Cocer con sal hasta que emerjan a la superficie.

Para las verduras:

- Cortar todas las verduras en dados pequeños y cocer a fuego lento.
- Escurrir, salpimentar (con pimienta recién molida) y servir en un plato junto con los chicharrones.
- Colocar encima de la verdura los dumplings calientes recién hechos.

A P E R T I B O A

Dumpling-ak barazkiekin

Osagaiak

Orea:

- 300 g gari irin
- Arrautz 1
- Hazi olioa
- Ur esnea (orea biguintzeko beharrezkoa balitz)

Betegarria:

- 250 g patata
- 25 g keztutako hirugiharra
- 25 g tipula zuri
- Iltzeak
- Piperbeltza
- Maiorana lehorra
- Gatza

Barazkiak:

- Azenario more 1
- Azenario hori 1
- Arbi-aza 1
- 2 patata
- Arbi erdi 1
- 50 g txintxorta
- 1 l ur
- Gatza
- Piperbeltza

Nola prestatu

Orea:

- Bahetu irina eta arrautzarekin nahastu. Behar izanez gero, ur edo esnea erabili. Pasta orearen tankera hartu beharko luke.
- Orea elastikoa izan behar du, eta ez da eskuetan itsatsita geratu behar.
- Utzi geldu orea film plastikotan bilduta ordu erdiz.

Betegarria:

- Patatak egosi eta zuritu.
- Tipula xehe-xehe egin eta zartagi batean hirugiarraren gantzetan frijitu.
- Katilu batean nahastu patata, gantza, tipula eta belarrak. Nahaskia ez litzateke ez finegia ez zatarregia geratu behar. Beharrezkoa balitz gehitu gantz gehiago.
- 1-1,5 cm-ko bolatxoak egin.
- Orea zabaldu 1-2 mm-ko lodiera hartzen duen arte.
- Egintako haragi bolak orearen gainean banaka jarri, orea erditik tolestu eta erdi batekin bestea estali, haragiaren inguruan airerik gera ez dadin zapalduz.
- Belarri baten itxuran moztu dumpling bakoitza eta itxi goiko aldean tolesdura bat utziz, kapela baten gisan.
- Gaztutako ur irakinetan egosi gainazalera igotzen diren arte.

Barazkiak:

- Barazkiak lauki txikitan ebaki ebaki eta uretan egosi su baxuan.
- Xukatu, gatzaz eta piperraz ondu (piperbeltza momentuan xehetuz) eta plater batean zerbitzatu txintxortez lagunduta.
- Barazkien gainean dumpling egin berriak jarri.

E N T R A N T E

Porridge de alforfón fermentado

Ingredientes

- Agua fría 700 ml
- Sal 2,5 g
- Mijo 100 g
- Harina de alforfón (trigo sarraceno) 100 g
- Manteca de cerdo 30 g
- Chicharrones secos 100 g
- Ruibarbo fermentado 1 tallo
- Avellanas 100 g
- Café de cebada 100 g
- Azúcar moreno 100 g
- Yogur de oveja o leche agria 100 g

Modo de preparación

- Poner al fuego las gachas de mijo junto con las avellanas, el café de cebada y el azúcar moreno con $\frac{3}{4}$ de agua y dejar que hierva; añadir la harina de alforfón y cocer durante 20 minutos a temperatura moderada.
- Aparte, derretir en una cacerola la manteca y añadir los chicharrones hasta que se queden crujientes.
- Retirar del fuego las gachas hervidas agrega el resto del agua y mezclar bien con una espátula para que no queden grumos.
- Agregar los chicharrones y la manteca a las gachas y volver a mezclar.
- Si se quiere que las gachas queden sea ligeramente fermentadas, es preferible prepararlas con una semana de antelación sin añadirle la grasa.
- Añadir el ruibarbo fermentado finamente picado y dejar hasta que alcance la temperatura ambiente y que las lacto - bacterias hagan su trabajo.
- Servir en un plato con un poco de yogur de oveja o leche agria.

H A S I E R A K O A

Artobeltz hartzitu ahia

Osagaiak

- 700 ml ur fresko
- 2,5 g gatz
- 100 g artatxiki
- 100 g artobeltz irin
- 30 g txerri gantz
- 100 g txintxorta
- Arabarba zurtoin 1 hartzitu
- 100 g hur
- 100 g garagar kafe
- 100 g azukre beltz
- 100 g ardi-esne jogurt edo esne garratz

Nola prestatu

- Artatxikia, hurrak, garagar kafea eta azukre beltza sutan jarri uraren $\frac{3}{4}$ ekin irakin arte. Gehitu artobeltz irina eta egosi 20 bat minutuz su ertainean.
- Aparte, beratu ontzi batean gantza eta gehitu txintxortak kirrikasu geratu arte.
- Ahi egosia sutatik alden du eta gehitu falta den ura. Ondo nahastu espatula batekin pikorrik izan ez arte.
- Gehitu txintxortak eta gantza ahiari eta nahastu berriro.
- Ahia hartzituta nahi bada astebete lehenago egin beharko da gantza gehitu gabe.
- Arabarba fin ebaki eta gehitu ahiari eta utzi gelako tenperatura hartzen duen arte, lacto-bakteriek beraien lana egin dezaten.
- Plater batean zerbitzatu ardi-esne jogurtarekin edo esne garratzarekin.

P L A T O P R I N C I P A L I

Salchicha “Kranjska” y pan de rábano picante

Ingredientes

- Salchicha “ Kranjska” 2 uds
- Pan blanco viejo 400 g
- Caldo de carne 1,2 l
- Rábano picante 400 ml
- Nata agria 200 ml
- Sal

Modo de preparación

La salchicha:

- Escaldar la salchicha en agua hirviendo con una pizca de sal durante 10 minutos.
- Escurrir y cortar en trozos.

El pan de rábano picante:

- Cortar el pan viejo en dados pequeños y verter sobre el caldo de carne hirviendo; dejar a remojo.
- Añadir el rábano picante, la nata agria y sal al gusto; si hace falta, diluir con más agua.
- Disponer en los platos unos trozos de salchicha y acompañar con la masa de pan.
- Este plato se podría acompañar también con patatas y chicharrones.

P L A T E R N A G U S I A I

“Kranjska” hestebetea eta lutzarbi pikante ogia

Osagaiak

- 22 “Kranjska” saltxitxa
- 400 ogi zuri zahar
- 1,2 l haragi salda
- 400 ml lutzarbi pikante
- 200 ml esnegain garratz
- Gatza

Nola prestatu

Saltxitxa:

- Saltxitxa gatz-ur irakinetan egosi 10 minutuz.
- Saltxitxari ura kendu eta pusketan ebaki.

Lutzarbi pikante ogia

- Ogi zaharra kubo txikitan ebaki eta salda irakiten bota gainetik. Beratzen utzi.
- Horri gehitu lutzarbi pikantea, esnegain garratza eta nahi adin gatza. Lodi geratzen bada, urarekin mehetu.
- Plateretan saltxitxa puskek ogiaren orearekin lagunduta zerbitzatu.
- Hala nahi ezkeru plater hau patata eta txintxortekin jan daiteke.

P L A T O P R I N C I P A L I I

Trucha ahumada

Ingredientes

- 1 Trucha limpia (aprox. 500 g)
- Heno de calidad 500 g
- Sal 200 g
- Hierba 50 g
- Mantequilla 50 g
- Aceite de oliva virgen extra

Modo de preparación

- Despiezar la trucha en dos lomos.
- Salar los dos lomos de la trucha por ambos lados y dejar marinar durante 20 minutos aproximadamente.
- Retirar con agua la sal de los lomos y secar bien con papel de cocina.
- En una bandeja de aluminio desechable colocar el heno al lado de los lomos de trucha.
- Prender el heno y cubrir con papel de aluminio durante un par de minutos.
- Filetear los lomos en tiras y servir con la hierba y la mantequilla.

P L A T E N A G U S I A I I

Keztutako amuarraina

Osagaiak

- Amuarrain garbia (500 g)
- 500 g kalitate oneko belar lehor
- 200 g gatz
- 50 g belar fresko
- 50 g gurin
- Oliba-olio extra birjina

Nola prestatu

- Amuarraina bitan zatitu.
- Zatiak bi aldetatik gatzatu eta ontzen utzi 20 bat minutuz.
- Gatza kendu, ura erabiliz, eta ondo lehortu amuarraina sukaldeko paperarekin.
- Aluminiozko erabili eta botatzeko erretilu batean amuarrain trontzoak eta aldamenen belar lehorra jarri.
- Berotu? lehorrari eta aluminio paperez estali pare bat minutuz.
- Zatiak xerra finetan ebaki eta zerbitzatu belarrarekin eta gurinarekin.

P O S T R E

Tarta eslovena “Gibanica”

Ingredientes

La masa:

- Harina de trigo 250 g
- Huevo 1 ud
- Aceite de semillas 2 cucharadas
- Zumo de limón 25 g
- Sal una pizca
- Agua caliente

El relleno de semillas de amapola:

- Semillas de amapola 100 g
- Azúcar blanco 25 g
- Leche 50 ml
- Unas gotas de esencia de vainilla

El relleno de queso:

- Requesón o queso fresco 200 g
- Pasas 40 g
- Huevo 1 ud
- Nata agria 50 ml
- Azúcar media cucharada

El relleno de nueces:

- Nueces trituradas 100 g
- Azúcar 25 g
- Esencia de vainilla unas gotas
- Leche 100 ml
- Canela en polvo

El relleno de manzanas:

- Manzanas 250 g
- Azúcar 15 g
- Ralladura de limón
- Canela en polvo
- Mantequilla para engrasar
- Nata para montar 100 ml

Modo de preparación

Para la masa:

- Mezclar todos los ingredientes hasta obtener una masa elástica, suave y homogénea y dividirla en 4/6 piezas.
- Dejar reposar durante media hora.

Para el relleno de semillas de amapola:

- Poner la leche a hervir y añadir las semillas de amapola.
- Enseguida agregar azúcar y esencia de vainilla.

Para el relleno de queso:

- Batir el queso hasta que esté suave.
- Agregarle las pasas, el huevo, la nata y el azúcar y mezclar bien hasta obtener un compuesto homogéneo.

Para el relleno de nueces:

- Hervir la leche y verterla encima de las nueces.
- Agregar la esencia de vainilla, la canela y el azúcar y triturar hasta obtener una crema suave (si hace falta añadir más leche).

Para el relleno de manzanas:

- Pelar y rallar las manzanas y rehogarlas en una olla pequeña con el azúcar durante 5 minutos.
- Agregar la ralladura de limón y la canela.

Para la tarta:

- Cuando todos los rellenos estén listos, estirar la primera bola de masa y colocarla en un molde engrasado y enharinado; dejar que se seque un poco.
- Extender encima el relleno de amapolas y cubrir con otra hoja de masa; engrasar con mantequilla derretida.
- Repetir la operación con el relleno de requesón, de nueces y de manzanas (en este orden), hasta cubrir con la última hoja de masa; engrasar y hornear a 190 grados durante una hora.

P O S T R E A

“Gibanica” tarta esloveniarr

Osagaiak

Orea:

- 250 g gari irin
- Arrautz 1
- 2 koilara bete hazi-olio
- 25 g limoi zuku
- Gatz pixka bat
- Ur beroa

Mitxoleta hazizko betegarria:

- 100 g mitxoleta hazi
- 25 g azukre zuri
- 50 ml esne
- Banilla esentzia tanta batzuk

Gaztazko betegarria:

- 200 g gaztanbera edo gazta fresko
- 40 g mahats-pasa
- Arrautz 1
- 50 ml esnegain garratz
- koilarakada erdi bat azukre zuri

Intxaurrezko betegarria:

- 100 g intxaur xehetu
- 25 g azukre zuri
- Banilla esentzia tanta batzuk
- 100 ml esne
- Kanela hautsa

Sagarrezko betegarria:

- 250 g sagar
- 15 g azukre
- Limoi azal birrindura
- Kanela hautsa
- Moldea koipeztatzeko gurina
- 100 ml esnegain, harrotzeko

Nola prestatu

Orea:

- Nahastu osagai guztiak ore malgu, lehun eta homogeneo bat izan arte eta 4/6 zatitan banatu.
- Utzi geldu ordu erdi batez.

Mitxoleta hazizko betegarria:

- Esnea irakin eta haziak gehitu.
- Berehala, azukrea eta banilla esentzia gehitu.

Gaztazko betegarria:

- Gazta irabiatu leuna egon arte.
- Gehitu mahats pasak, arraultzeak, esnegaina eta azukrea eta ondo nahastu gai homogeneo bat eduki arte.

Intxaurrezko betegarria:

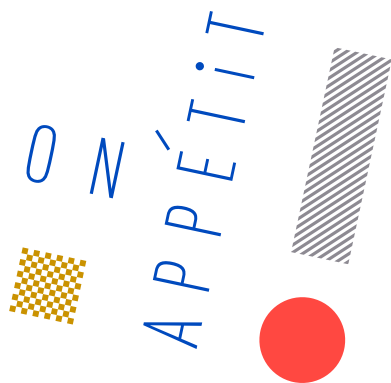
- Esnea irakin eta intxaurren gainera bota.
- Banilla esentzia, kanela eta azukrea gehitu eta birrindu krema suabe bat eduki arte. Beharrezkoa bada, gehitu esne gehiago.

Sagarrezko betegarria:

- Sagarrak zuritu eta xehetu eta ontzi txiki batean 5 minutuz egin azukrearekin batera.
- Limoi azal birrindura eta kanela gehitu.

Tarta:

- Betegarri guztiak prest daudenean alde zuzenetik egindako ore zatia zabaldu eta molde koipeztatu eta irindu batean jarri. Pixka bat lehortzen utzi.
- Gainean mitxoleta betegarria zabaldu, eta beste ore geruza batekin estali. Gurin beratuarekin koipeztatu.
- Errepikatu gaztanbera betegarriarekin, intxaurrenarekin eta sagarrarenarekin (ordena horretan) azken ore geruza batekin bukatuz. Koipeztatu eta 190°Ctan ordubetez labean erre.



 [on_appetit](https://twitter.com/on_appetit)  [onappetit.eus](https://www.facebook.com/onappetit.eus)  [onappetit](https://www.instagram.com/onappetit) www.onappetit.eu