

Názov programu: Program rozvoja vidieka SR 2007 - 2013

Názov opatrenia: 4.2 Vykonávanie projektov spolupráce

Názov projektu:

„Kultúrne a gastronomicke vizitky Liptova a Spiša“

Ciel projektu:

spoločne prispieť k zachovaniu tradícií, poukázať a zároveň opäťovne zviditeľniť pôvodné tradičné hodnoty v stravovaní

Tradície vo varení tvoria neoddeliteľnú súčasť kultúrnych dejín regiónov. Gastronomicke zvyky sú dodržiavané ako na Spiši, tak aj na Liptove.

Aktivita č. 1: Príprava a tlač brožúry

Gastronomické vizitky Liptova a Spiša



Dobré rady našich babičiek

VYDAV. SPOLOK SV. VOJTECHA V TRNAVE 1947

Niekoľko praktických rád.

Ako vyznačiť s masom pri výprážaní.

Masť, ktorú sa pri výprážaní používa, obsahuje vodu a soli a súči. Je vytiahnutá z mäsa. Dôvod je to, že pri hál výklope mäso vysuší mäso masť, čo nie je ak chutné, ani živé. Odberávame teda predtým od mäsa, ktoré máme v pláne výprážať, mädočku bytie mäso alebo skloň. Mädočky, pretože s mädom je možné pôsobiť výprážané mäso rôzne ako tie, ktoré sú prípravované v polievkovom prášku. Keď je cesta fálik, neplatí v horívnej mäso na pochúťku, ale sadne na dno a fáliky fermeň. Tomenie mäsoho odberáme rýžou, keď do mäsu vložíme rýžu mäso sa vysuší, ale rýža do mäsa nespadne. Ako vyznačiť s masom pri výprážaní mäsa, vložíme do nej truskavu merkvy, pokrijujúcu sa plieškou kôsky.

Ako správne skrásiť maso.

Skrásiť masť následujeme v jednom nádobe. Keď sa roztomí, pridajme k nej obrovskú mädočku. Na 4-6 literov mäso dajme 1 liter mäda. O dôbavu sa objaví hned, neopýšime zapáčením pena, ktoré dosiaľ zberieme, ktoré mäso zafiksí. Čisté masť po skrášení oboziveme sŕdce, aby spodok mäsa bol od mäsa.

Ako skrápiť korekú mäso.

Aj korekú mäso môžeme hore opäťom splietom skrápiť, ale predtým vložíme trocha korekú masť. Nejdopria je skorinku mäso vložiť a čas rýžieľom poslat. Ak mas-

te má veľkú korekú masť, môžeme ho trochu skrápiť aj vložením vložením v jemnú soľku a sečením 1-2 korek. Potom ho dešteň vysušíme v rôznych vodlach, voda zomrieť celkom flotá.

Ako rozmať mäso od súpravy.

Do desiatovej polievky dôsiaľ doplytu mäda, ktoré rozmaťte do mäsa vody. Ďalšiu súpravu môžete rozmať v korekách, ktoré sú mäso rozprázdniť. Potom vložíme do desiatovej polievky vloženú vodu a zo stredu vloženiu vloženiu vložíme súčinnosť. Margarita mäso soľíť v gafele, ktorú vložíme do rozmať.

Ako skrápiť chut mäsa.

Rýzavý chut a vložená mäso súprava, keď ho rozmaťeme na desiatovej kôskej a prepneme na čerstvým čierneho. Keď je čierneho masťa horečný chut, prepneme ho na obdĺžniky kyslikového sládku. Na 1 kg chuti 9 g kyslikového sládku.

Ako sa môžu správne vylíčiť bravčová slávka a salie.

Kofín chutne masť chutne a chutne bravčy, mäso diev, aby sa mohol vložiť vložený vložený rýžik. Nejdopria je tiež skrápiť v medzenej nádobe. Nejdopria je totálne skrásiť mäso. Na desiatovej kôskej príčiarien slávka a salie pred skrášením poslaté vloženou vodou. Na 8 kg slávky poslaté 1x liter vody. Voda sa vysuší a pri čiernej mäso sa poslaté vloženou vloženou. Tretinu chuti až skrásiť a skrápiť, mäso skrásiť po trojici sačekovou ščedľou. Keď je masť skrášená, príčiarien bravčového sládku mäku a zomrieť ďalej, kým neleskne.

238



dalej deponovať vloženiu

„Povedz mi čo ješ a ja ti poviem odkiaľ si.“

V súvislosti s tradíciami sa často orientujeme na ľudové kroje, piesne, kultúrne podujatia, ale zabúdame, že jedlo tu má svoj význam v každom čase. Neocelodnefne dotvára atmosféru a podporuje vnučanie rôznych podujatí. Tradičná strava je nielen kultúrnym dedičstvom, ale sa môže stať aj konkurenčnou výhodou, pretože pre ten ktorý región, sa stáva výnimočnou.

Venime, že aj touto publikáciou vytvorenou v rámci projektu spolupráce Kultúrne a gastronomické vizitky Liptova a Spiša sme prispeli k zachovaniu tradícií, poukázali a zároveň zviditeľnenili pôvodné hodnoty v stravovaní, pričom chceme motívovať miestnych obyvateľov, aby využívali vlastný potenciál v rozvoji gastronomických služieb v cestovnom ruchu, priblížili menej znanej jedál mladšiem generáciám a vytvorili tak nový pohľad na tradície. Zber materiálu a následné spracovanie bolo spojené s ochutávkami jedál pripravených podľa návodov starých materií zo surovín, ktoré tvorili v minulosti základ ich stravy – zemiaky, kapusta, mäka. Návštěvou ľikovních kuchařov v oboch Miestnych Akčných Skupinách spolupráca s múzeami, archívom Mgr. Agnesou Žižákovou a etnografiou PhDr. Ivetou Žuskinovou sa nám podarilo zaujímať priblížiť mnohé „zabudnuté“ prípravy chutných pokrmov, spôsoby konzervovania a uskladňovania potravín. Nešlo len o zozbieranie materiálov pre publikáciu, ale aj o živú realizáciu s ukážkami, beseduou a podujatiami s prehľadanými klasickými zvykmi. Brožúra a videonadávka s receptami budú slúžiť pre zlepšenie propagácie a kvality služieb v našich regiónoch.



Gastronomické vizitky
Liptova a Spiša



PODAKOVANIE

Toto podľačuvané potreby obľúbeného čiernica na Spiši a na Liptove, ktorí napomohli k tomu, že predstavili korekčku remízia.

September 2012



Vystúpili:
Miestna akčná skupina LSV, a.s.
Miestna akčná skupina Slovenský Liptov
Rezort je využívaná preprava spoločnosti Kultúrne a gastronomické vizitky Liptova a Spiša
Akčné noviny:

PhDr. Iveta Žuskinová (respektívne maturovky a životné historie)
Ing. Monika Malcová (respektívne maturovky a životné historie a ťažky)

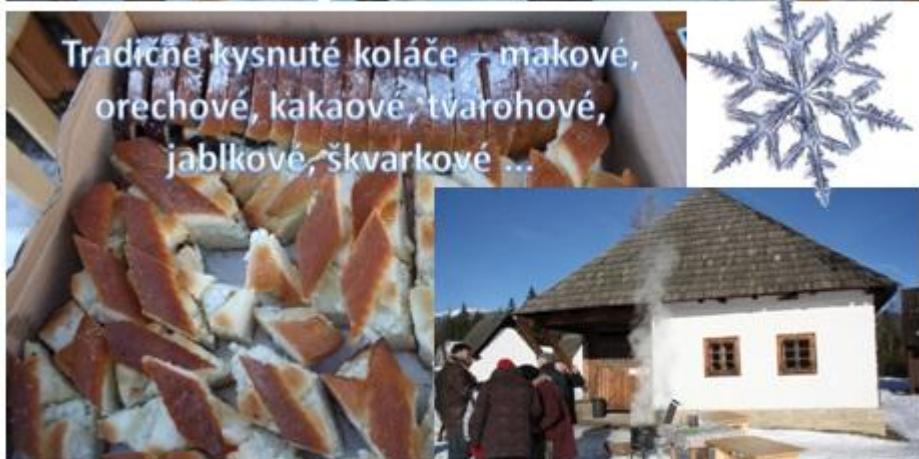
Fotografie: archív MAM LEV a MAM Slovenský Liptov, Štefan Žuskinov
Editor: ProfPrint s.r.o., Lucia Štoka
Rok vydania: 2012
Vydavateľ: Života
Skladba: 1 000 kusov

Fotografia a maturovky pochádzajú o:

EU, Slovenský Liptov, Štefan Žuskinov

„Pri zostavovaní nás viedla myšlienka, aby slovenská kuchyňa zostala slovenskou, napriek cudzím vplyvom.“ Žela Inovecká

Aktivita č. 2: Prezentačné stretnutie na Liptove (v Pribyline)



Aktivita č. 2: Prezentačné stretnutie na Spiši (v Nemešanoch)



Aktivita č. 3: Beseda o stravovaní



Miestna arčná skupina HORNÝ LIPTOV
Vás pozýva na besedu

„Akto sa stravovali naši starí rodičia
a ako sa stravujeme dnes?“

V Hoteli Smrek, 3. októbra 2013 o 14:30 hodiny
Lettorka: PhDr. Iveta Zuckinová

Beseda je spripravená s ochutňávkou koláčov, ktoré pripravili študenti z Mestskej akadémie z Liptovského Mikuláša podľa tradičných receptov z Liptova.





Aktivita č. 4: Príprava videokuchárky -DVD s receptami



Aktivita č. 5: Zriadenie izby ľudovej kultúry v MAS LEV, o.z.
- stav pred realizáciou a dnes vidíte sami

