

# Pričam ti priču o mostarskoj kuhinji

*Najbolji mostarski recepti*



PORTICUS



# Pričam ti priču o mostarskoj kuhinji

## *Najbolji mostarski recepti*

Ova publikacija izrađena je u okviru projekta “Aktivizam, angažman i odgovorna rješenja - MAKERS”, koji implementira Razvojni program Ujedinjenih nacija (UNDP) u BiH uz podršku Porticus fondacije. Sadržaj ove publikacije, kao i nalazi prikazani u njoj, isključiva su odgovornost Inicijative građanki/na Mostar i Vijeća mladih Mostara i ni na koji način ne odražavaju stavove Porticus fondacije, niti Razvojnog programa Ujedinjenih nacija (UNDP).

# SADRŽAJ

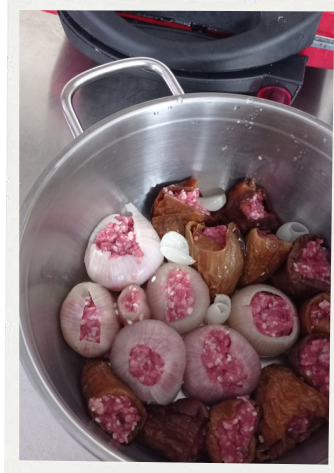
Sadržaj	3,4
O projektu	6
O mostarskoj kuhinji	7
SLANA JELA	8
Buranija od tikve	9
Tikvara (slana pita od tikve)	10
Uštipci od pite	11
Japrak	11
Pirjan od raštike	12
Sarma u lozi	13
Pirjan od loze	14
Dolma u suhim paprikama	15
Sogan dolma	15
Pirjan od suhих mohuna	16
Žitki červiš	16
Popara	17
Popara na šnite	17
Buredžici	18
Uštipci sa saransakom	19
Šica	19
Mostarski prijednac	20
Pamuk pita (Pita od kuhanog krompira)	21
Jalan musaka od patlidžana	21
Izlijevak sa saransakom	22
Sataraš	22
Patlidžani na satarašu	23
Bamija	24
Ićija	24
Ićija sa suhim mesom	25
Prasa na bamiju	25
Širden	26
Juvalaci u tiritu	26
Spanak sa juvalacima i jogurtom	27
Peksimetri	28

# SADRŽAJ

SLATKA JELA	29
Smokvara	30
Mostarski kadaif	31
Đulfatme	32
Hurmašice	33
Višnjab	34
Kotonjata od dunja	35
Kolač od jabuka	36
Halva	37
Mostarske tufahije	38
Gurabije	39
Germitajg	39
Hošaf	40
Đensevdija	40
Koh od griza	41
Masno tijesto	41
Kiflice	41
Popis tima za izradu brošure	42



# Pričam ti priču o mostarskoj kuhinji



# O PROJEKTU

Poštovani,

Inicijativa građanki/na Mostara, u saradnji sa Vijećem mladih Grada Mostara, proteklih pet mjeseci, od 01.07.2022. do 01.12.2022. godine, kroz tri tematska događaja, predstavila je mostarsku kuhinju.

Kao završni dio ovog projekta predstavljamo vam brošuru recepata tradicionalne mostarske kuhinje. U ovoj brošuri recepata imat ćete priliku da pročitate, ali i pripremate slana i slatka jela po tradicionalnim receptima koja su karakteristična za grad Mostar.

Kroz projekt „Pričam ti priču o mostarskoj kuhinji“ projektni tim imao je cilj upoznati javnost o tradicionalnoj mostarskoj kuhinji; da sačuva od zaborava jela koja polahko izumiru, a dio su kulture Mostara. Primarni cilj projekta jeste društvena kohezija i međugeneracijsko povezivanje.

Kroz zanimljive priče o tradicionalnoj kuhinji, mladi ljudi iz Mostara učili su od strane onih koji tradicionalne recepte čuvaju u svojim rokovnicima, tekama... O tradicionalnim jelima učili na jedan vrlo zanimljiv način – kroz priče, pripremu i degustaciju.

Recepti koji se nalaze u ovoj brošuri, preneseni su izvorno onako kako su u: knjigama recepata, rokovnicima i tekama naših sugrađanki i sugrađana napisani. Od neizmjerne važnosti jeste da je svaki recept prenesen upravo onako kako se „s koljena na koljeno“, godinama unazad prenosio.

Projekat „Pričam ti priču o mostarskoj kuhinji“ provodio se u okviru projekta Aktivizam, angažman i odgovorna rješenja (MAKERS), kojeg provodi Razvojni program Ujedinjenih nacija (UNDP), uz podršku Porticus fondacije.

Brošura recepata plod je zajedničkog rada Inicijative građanki/na Mostara i Vijeća mladih Grada Mostara.

# O MOSTARSKOJ KUHINJI

Hrana i ishrana osnovni su preduslovi za život. Čovjek mora jesti da bi živio, a od toga šta jede - mnogo zavisi kako i koliko dugo će živjeti. Vrste hrane i načini ishrane mijenjali su se kroz historiju, od nastanka čovječanstva do danas. Tako će biti i u budućnosti. Značajan segment razvoja civilizacije odnosi se na promjene vezane za ishranu. Ishrana se kroz vijekove prilagođavala ljudskim potrebama i obogaćivala različitim vrstama namirnica. Način ishrane je jedna od značajnih specifičnosti pojedinih područja, dio "lične karte"; važan segment turističke ponude i prepoznatljivosti nekog područja.

Od 18. vijeka ishrani se posvećuje velika pažnja te se razvija nutricionistika kao posebna nauka koja se bavi različitim aspektima ishrane, pa tako i vrstama ishrane prema geografskim područjima. Prema mnogobrojnim naučnim radovima i istraživanjima, mediteranska ishrana je jedan od najzdravijih načina ishrane. Mnogo sličnosti sa mediteranskom ishranom ima tradicionalna ishrana stanovništva na području Mostara i južnog dijela Hercegovine. U ovoj ishrani dominiraju lokalno voće i povrće koji se konzumiraju sirovi- u vidu različitih salata, sušeni ili termički obrađeni na različite načine i pripremljeni kao mnogobrojna slana i slatka jela.

Tipične vrste povrća za ovo područje su: raštika, listovi vinove loze, patlidžan, paprika, paradajz (lokalni naziv: kavada), grašak (lokalni naziv: biža), prasa, bamija te tikva. Najznačajnije vrste voća na ovom području su: smokva, grožđe, nar (lokalni naziv: šipak), dinja (lokalni naziv: bostan ili pipun) te lubenica (lokalni naziv: karpuz).

Jedna od specifičnosti hercegovačke, odnosno mostarske kuhinje je upotreba velikog broja začinskog bilja, a među najznačajnijim su: bijeli luk (lokalni naziv: saransak), peršun (lokalni naziv: majdonos), ruzmarin, nana, paparosa.

U mostarskoj kuhinji ima i mesa. Iako se koriste sve vrste mesa, janjetina je na prvom mjestu.

U mostarskoj kuhinji svako će naći adekvatno jelo za sebe, bez obzira na to da li je ta osoba vegan, vegetarijanac ili osoba koja voli meso. Mostarsku kuhinju treba probati, a mostarska jela uvrstiti u svoje jelovnike.

Prof. dr. Zarema Obradović

# SLANJA JELA





# BURANIJA OD TIKVE

Ovo jelo možete praviti od žute ili bijele tikve te od tikvica. U Hercegovini se buranija, na isti ovaj način, pravi i od krompira.

## Sastojci

- 1-1,2 kg tikve
- So (po želji)
- Biber (po želji)
- Malo brašna (šaka)
- Malo maslaca (za premazati tikvu pred pečenje)
- Jogurt
- Saransak (bijeli luk)

## Priprema



Oguliti tikvu, izrezati je na manje komade (šire štange), a zatim izrezati na ploške. Posoliti, pustiti da malo odstoji te iscijediti višak vode.

Dodati biber po želji, malo brašna; tek toliko da sva tikva bude obložena tankim slojem. Namastiti tepsiju maslacem ili uljem i prebaciti smjesu. U prethodno zagrijanu rernu stavite buraniju da se peče na 200°C oko 30 minuta.

Nakon što se ispeče i malo prohladi, prelijte je jogurtom (ili pavlakom ukoliko više volite), u koji ste nasjeckali saransaka (bijelog luka).

Varijanta sa krompirom:

Postupak je isti, osim što je poželjno krompir prvo kratko prokuhati da se lakše ispeče, odnosno da brašno ne zagori. Krompir se ne mora cijediti, jer ne pušta svoj sok kao tikva.

Recept podijelila Devla Oručević

# TIKVARA (SLANA PITA OD TIKVE)

## Sastojci

### JUFKA:

- 1 kg mehkog brašna
- So
- 5,3-5,6 dl mlake vode
- 2 supene kašike ulja
- Mogu se koristiti i gotove jufke (najbolje je koristiti jufke za baklavu)

### PUNJENJE OD TIKVE:

- 1 kg tikve
- 2 srednje glavice crvenog luka
- So (po želji)
- Biber (po želji)



## Priprema

### Za jufku:

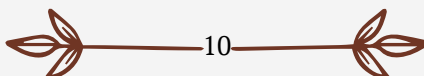
Brašno staviti u posudu, posoliti i promiješati. Dodati postepeno polovinu mlake vode, zatim ulje i nastaviti miješati. Nastaviti dodavati vodu. Omjer vode i brašna zavisi od vrste brašna, jer neka brašna trebaju više, a neka manje vode. Dobro izmjesiti i kada se pokupi svo brašno, tijesto je gotovo. Nakon toga, tijesto je potrebno izrađivati (mijesiti tako da ga potežete prema sebi i vraćate nazad) sve dok tijesto ne bude kompaktno u obliku kugle. Podići tijesto iz posude, usuti malo ulja, vratiti tijesto i premazati uljem. Prekrijte prozirnom folijom i ostavite da odmori. Nakon sat vremena potrebno je “natrati jufku” na način da krajeve tijesta prebacujete prema sredini. Kada vam se pojave mali mjehurići na jufci, ona je dobro pripremljena. Tijesto za jufku treba da ima mehkoću kao resica ušne školjke.

### Za punjenje:

Oguliti tikvu, isjeći je na kockice. Posoliti, pustiti da malo stane te rukama iscijediti. Oguliti luk i isijeći ga na kockice i dodati isjeckanoj tikvi te pobiberiti. Jufku razvući i pustiti da se malo prosuši. Premazati sa malo ulja, prepoloviti dužinom i sa obje strane po rubu (otprilike, 3 cm od kraja jufke) nanijeti smjesu od tikve. Srolati sa obje strane tako da dobijete dvije duge štangice pite, sijeći je na komade dužine tepsije i redati u tepsiju koju ste prethodno pomastili uljem ili maslom (maslac).

U tepsiji režete komade po želji. Ukoliko želite, možete koristiti okruglu tepsiju te praviti pitu „u frk“. Pitu pomastiti te staviti da se peče na 180°C dok fino ne porumeni.

Recept podijelila Devla Oručević



# UŠTIPCI OD TIKVE

Ogluliti tikvu i izrendati. Dodati brašno, so, vodu i umutiti. Otprilike, 1 mjera izrendane tikve, dvije brašna. Smjesa treba da bude gustoće kao za obične uštipke. Po želji se može dodati i jedno jaje.

Recept podijelila Fikreta Nožić



## JAPRAK

### Sastojci

- ½ kg mljevenog mesa
- 100 g riže
- 2 česme saransaka
- 1 kašika mljevene crvene paprike
- 1 fildžan ulja
- 1 fildžan vode

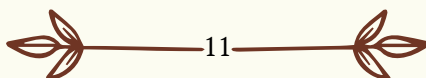


### Priprema

Sve dobro izmiješati i praviti japrake.

Listove kupusa/raštike obariti u vreloj vodi. Veće listove prepoloviti. Na list kupusa staviti malo nadjeva i zamotati japrak veličine manjeg oraha. Što su japraci sitniji, ukusniji su. Japrake složite u šerpu. Posuti ih vrelom vodom u koju se stavi kašika paradajz - pirea. Po japracima staviti nekoliko listova putera. Pokriti plitkim tanjirom da se japraci ne razviju. Kuhati na tihoj vatri.

Recept podijelila Senada Batlak



# PIRJAN OD RAŠTIKE



## Sastojci

- 1 kg raštike (izrezati na tanko)
- 500 g junetine sa kosti
- 1 glavica luka
- 1 komad mrkve (isjeckati na kolutiće)
- So, biber,
- 1 šoljica riže
- Ulje

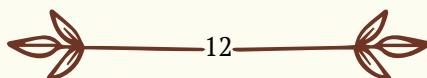
## Priprema

Pripremiti raštiku; otkinuti drške i izrezati je na tanko te oprati. Šerpu sa vodom staviti da prokuha i u vruću vodu staviti kupus da se obari. Obarenu raštiku dobro isprati vodom. U ekspres lonac staviti meso da prokuha i kuhati 20 minuta. Prebaciti u šerpu i staviti raštiku, sitno isjeckani luk i mrkvu.

Dodati začine (so, biber, malo ulja). Dodati i vodu, ali ne previše. Lonac poklopiti i kuhati na laganoj temperaturi (1 sat i 30 minuta).

Nakon toga otvoriti lonac, provjeriti da li su meso i raštika mekani, pa dodati očišćenu i opranu rižu. U loncu tada ne treba da bude puno vode. Pirjan sa rižom kuhati nekih 15 min. Lonac skloniti sa šporeta i lagano promiješati, da se kupus i riža sjedine.

Recept podijelila Armela Vegar





# SARMA U LOZI

## Sastojci

- Listovi mlade vinove loze
- Mladi luk
- Peršun
- Riža
- Nana (menta)
- So, vegeta
- Ulje

## Priprema

Kupiti ili ubrati mladu lozu okruglog lista koja nije mnogo nareckana i koja nije prskana. Malo je obariti – do dvije minute.

Fil:

Mladi luk, malo peršuna, riža i nana (menta). Mjere nema, jer zavisi koliko se pravi sarmica. Posoliti, dodati malo vegete, prodinstati na ulju, ohladiti smjesu i praviti sarmice u lozi. Ne smije mnogo plivati u vodi. Kuha se na laganoj temperaturi. Kad bude gotovo, neko posluži sa limunom, a neko sa pavlakom. Zavisi kako ko voli. Prijatno!



Recept podijelila Sanja Cerić

# PIRJAN OD LOZE

## Sastojci

- ½ kg listova vinove loze ( beru se prije obrezivanja i prskanja loze)
- 200 g suhe plahe ( po mogućnosti iz okoline Stoca i Ljubinja, jer je tu najbolja)
- 1 supena kašika masla
- Jedna šoljica riže
- 10-tak pera zelenog luka (može i jedna glavica luka)
- Začini (biber i so), ako plaha nije slana

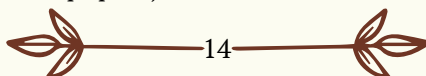


## Priprema

Prvo se loza krupnije izreže, a nakon toga se bari nekih pet minuta. Suho meso, u koje smo dodali izrezani mladi luk, dobro skuhamo. Skuhano meso izvadimo iz vode. Vodom iz mesa zalijemo lozu i nakon nekoliko minuta ubacimo rižu. Kada je napola kuhano, poredamo meso.

Nastaviti kuhati na laganoj temperaturi nekih pola sata tj. sve dok ispari voda. Po želji dosoliti, ako nije slano ili pobiberiti.

Recept podijelila Ifeta Česir-Škoro



# DOLMA U SUHIM PAPRIKAMA

## Sastojci

- ½ kg mljevenog mesa
- 100 g riže
- Glavica crvenog luka
- So, biber, kašika crvene mljevene paprike
- Fildžan ulja, fildžan vode

## Priprema

Nadjev izmiješati i puniti pripremljene paprike. Suhe paprike staviti u ključalu vodu nekoliko minuta, da malo omeknu. Nakon toga ih punimo.

Staviti u šerpu, preliterati vrelom vodom u koju stavimo kašiku paradajz - pirea. Voda treba da prekrije paprike. Kuhamo oko 1 sat na tihoj vatri.



Recept podijelila Senada Batlak



## SOGAN DOLMA

### Sastojci

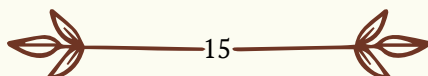
- 1/2 kg manjih glavica luka
- 1/2 kg mljevenog mesa
- 100 g riže
- So, biber, 1 kašika mljevene paprike
- Fildžan ulja, fildžan vode

### Priprema

Luk očistiti, odrezati gornju i donju stranu luka. Luk staviti u kipuću slanu vodu. Kuhati 10 minuta da omekša da bi se mogli odvajati režnjevi luka. Prvo se odvoji iz sredine, dok se ne dođe do vanjskog.

Sve sastojke nadjeva izmiješati i puniti režnjeve luka. Punjeni luk staviti u šerpu, preliterati vrućom vodom da prekrije luk. Kuhati na tihoj vatri od 1 do 2 sata. Po želji, može se napraviti tanka zaprška i preliterati luk i kuhati još malo.

Recept podijelila Fikreta Nožić



# PIRJAN OD SUHIH MOHUNA

## Sastojci

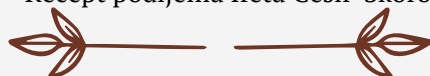
- ½ kg suhih mohuna
- 200 g suhog mesa (janjetina ili bravetina)
- 2 šolje riže
- Maslo
- So, biber

## Priprema

Noć prije kuhanja, potrebno je potopiti suhe mohune u malo vode. Ujutro, mohune obariti u čistoj vodi, a nakon toga preprati i ostaviti da se ocijede u đevđiru. Suho meso isjeći i dobro obariti. Mesnom vodom zalijemo mohune, pa po mohunama poredamo meso i na laganoj vatri kuhati oko 45 minuta.

Kada se mohune omekšaju, dodaje se oprana riža. Dodati još mesne vode kako bi se riža skuhalo te još kuhati na laganoj vatri dok se riža skuha i sva voda upije. Ne smije biti vode tj. pirjan ne smije biti čorbali.

Recept podijelila Ifeta Ćesir-Škoro



## ŽITKI ČERVIŠ

## Sastojci

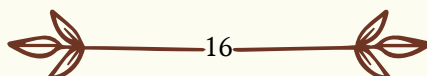
- ½ kg mljeljevnog mesa
- So, biber
- Ulje
- Voda
- 3-4 kašike brašna
- Maslac
- 5-6 čehni saransaka
- 2 kašike sirćeta

## Priprema

Mljeveno meso i začine izmiješati i napraviti male kuglice koje pržiti na ulju nekih 10-15 minuta. Popržene kuglice izvaditi u tanjir. U šerpu staviti 1 l vode, saransak i sirće i staviti da prokuha.

U drugu šerpu staviti da se otopi maslac i na njemu popržiti 3-4 kašike brašna. Poprženom brašnu dodavati prokuhalu vodu sa sirćetom i saransakom. Brzo miješati kako se ne bi stvorile grudice. Kuhati nekih 10-15 minuta na laganoj temperaturi. Kada bude gotovo prelitati mesne kuglice s ovom žitkom smjesom.

Recept podijelila Fikreta Zagorčić



# POPARA

## Sastojci

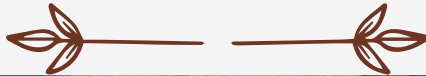
- Bajati/ stari hljeb iščimati
- Nekoliko česmi/čehni saransaka
- Sir, kajmak
- 1 kašika maslaca malo soli

## Priprema

U šerpu staviti vodu (može pola voda, pola mlijeko), dodati maslac, saransak, posoliti i ostaviti da prokuha. Skloniti šerpu sa šporeta i u prokuhanu vodu, dodati hljeb, razne sireve i sve dobro izmiješati.

Kuhati i dobro miješati da se sve fino sjedini i zgusne. Kad se skuha i servira u tanjir može se posuti samo saransakom, a pretežno se u tavi istopi maslac „da cvrkne“ i pospe se po popari.

Recept podijelila Mirsada Husković



# POPARA NA ŠNITE

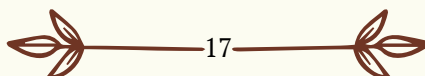
## Sastojci

- Voda
- Mlijeko
- Stari hljeb
- Saransak
- Sirevi
- Maslac

## Priprema

Omjer mlijeka i vode 1:2. Od oka, u zavisnosti kolika je tepsija, poredam šnite hljeba i možda 3-4 dl tečnosti, u kojoj otopim komad maslaca. Dodam što više sireva i sitno isjeckanog saranaka. Sve prelijem preko hljeba.

Recept podijelila Ajla Husković Pala



# BUREDŽICI



## Priprema

Mljeveno meso, so, biber, izmiješate i dodajte malo kisele vode kako ne bi bilo tvrdo kad se ispeče.

Tepsiju pouljite. Smjesu rasporedite u jufke i složite u tepsiju. Izrežite i začinite sa istopljenim puterom.

Peći 45 minuta do jednog sata na 180 °C. Bolje je da se peku duže na laganoj vatri.

U zdjelu izlijte litar jogurta, dodajte milerama po volji te isjeckajte ili izrendajte, po želji, saransaka.

Kada se buredžici ispeku, sačekajte da se malo ohlade i zalijte smjesom od jogurta, milerama i saransaka. Poklopiti tepsiju da bolje upiju jogurt.

## Sastojci

- ½ kg gotove jufke
- ½ kg mljevenog mesa, to je mjera za srednju veličinu tepsije
- So, biber
- Puter
- Jogurt i mileram
- Saransak

Recept podijelila Aldijana Trbonja - Tule



# UŠTIPCI SA SARANSAKOM

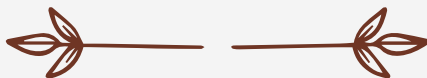
## Sastojci

- Brašno
- Voda
- Sol
- Jogurt
- Saransak
- Maslac

## Priprema

Zamijesiti smjesu od brašna, soli i vode kao za palačinke. Ispeći uštipke i malo prohladiti. Prohlađene uštipke iščimati u posudu i preliti sa jogurtom i posuti isjeckanim saransakom. U tavi istopiti maslac „da cvrkne“, kako mi u Mostaru kažemo, i preliti preko uštipaka i saransaka.

Recept podijelila Armela Vegar (recept rahmetli nene)



## ŠICA

### Sastojci

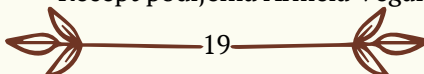
- 4-5 krompira
- 2-3 luka
- Biber, so
- Brašno
- Voda

### Priprema



Isjeckati krompir i luk na kockice, posoliti i dobro pobiberiti. Dodati brašno i vodu, smjesa da bude malo gušća od smjese za palačinke. Pleh pouljiti ili premazati maslacem, malo pobrašniti kako se smjesa ne bi lijepila za pleh. Šicu izliti tanko u pleh i peći u ugrijanoj rerni na 220-250°C desetak minuta da porumeni, pa smanjiti na 180°C i peći još 45-60 minuta. Gotova šica treba da bude tanka i hrskava.

Recept podijelila Armela Vegar



# MOSTARSKI PRIJESNAC

Ova pita ranije se često pravila u Mostaru, jer bi to bilo „začas“. Sada je pomalo zaboravljena. Priprema i sastojci su jednostavni, većinom ih ima uvijek u kući. Ovdje je recept sa gotovim jufkama, a moram napisati da je moja nena, naravno, uvijek pravila sa domaćom jufkom za pitu. Drugačije je bilo nezamislivo i sigurno da je prijesnac još ukusniji.



## Sastojci

- ½ kg gotovih kora za pitu,
- 5 jaja,
- 1,5 l čvrstog jogurta
- Šaka brašna i na vrh noža sode bikarbone
- Fildžan ulja ili rastopljenog maslaca

## Priprema

Tepsiju pomastiti sa rastopljenim maslacem pomiješanim sa malo ulja. Podijeliti kore za pitu na pola. Pola kora slagati na dno tepsije. Svaku malo pomastiti i slagati da malo visi sa svake strane tepsije. Napraviti smjesu od jaja, jogurta, brašna, soli, ulja ili rastopljenog maslaca i sode bikarbone i izliti na donju polovinu kora za pitu. Prebaciti dio kora za pitu koje su visile sa strane i „upakovati“ smjesu.

Poslagati drugi dio kora za pitu, svaku pomalo pomastiti. Isti je postupak i sa domaćom jufkom za pitu. Peći u zagrijanoj rerni na 200°C oko 30 minuta. Ispečen prijesnac premazati ucvrknutim maslacem i pokriti drugom tepsijom da omekša. Tek kada se prijesnac ohladi da je mlak, rezati na kocke. Dok je vruć, fil sa jogurtom je prilično „drhtav“.

Sanela Milavić- Repak po  
receptu rahmetli nene Habibe Milavić iz Mostara



# PAMUK PITA (Pita od kuhanog krompira)

## Sastojci

- ½ kg krompira
  - 2 do 3 jaja
  - 100 grama kajmaka ili milerama
  - 200 grama mladog sira
  - 50 grama sira iz mijeha
  - 100 grama putera
- Sve ovo sjediniti (krompir izgnječiti i dodati sastojke).

## Priprema

Rasukati jufku, malo je prosušiti, redati nadjev kao za svaku pitu savijaču. Peći oko 15 minuta na 200°C, potom smanjiti na 150°C. Kad pita porumeni, gotova je. Izvađenu pitu začiniti s puterom.  
Bude mekana i hrskava.  
Prijatno!

Recept podijelila Ifeta Ćesir-Škoro



## JALAN MUSAKA OD PATLIDŽANA

Musaka se priprema od mladih, svježih patlidžana, krompira, luka, paradajza, paprika i saransaka. Prednost ove musake je što se mogu iskoristiti oštećeni paradajz i paprike.

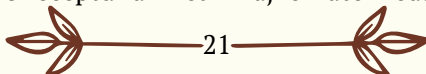
### Priprema musake

Mladi patlidžani se izrežu po dužini na tanke komade, ne deblje od pola centimetra, posole i ostave u posudi da odstoje i puste svoj sok (tako iz patlidžana izlazi gorčina). Nakon pola sata patlidžane treba isprati hladnom vodom i ostaviti na cjediljku da se ocijede. Dok patlidžani ne budu spremni za musaku priprema se ostali sadržaj. U plitkoj šerpi ili dubljoj tavi se lagano zagrije ulje u koje se dodaje sitno sjeckani luk te se kratko prodinsta dok ne postane staklast. Zatim se u izdinstani luk dodaju sitno nasjeckane paprike i paradajz. Malo se prodinsta i kad bude gotovo u smjesu se sitno nareže saransak (ne dinsta se). Smjesa se posoli i po želji pobiberi. Nije potrebno dodavanje bilo kakvih drugih začina.

Oguli se nekoliko većih krompira koje se uzdužno narežu (kao patlidžani). Nakon pripreme se slaže musaka u lagano nauljenu tepsiju ili vatrostalnu posudu za pečenje. Prvi sloj je krompir. Na krompir se slažu ocijedeni patlidžani pa se to prekriva smjesom dinstanog povrća. Slažu se slojevi koliko imamo povrća, a na vrhu se završi sa krompirom koji se prije pečenja lagano premaže četkicom za ulje. Musaka se peče na 200°C oko 40 minuta (zavisno od vrste krompira). Poslužuje se i kao toplo i kao hladno jelo.

Zarema Obradović

Po receptu rahmetli majke Hate Medar



# IZLIJEVAK SA SARANSAKOM

Brašno, so i voda se zamuti u malo gušću smjesu i tanko izlije u pouljen i pobrašnjen pleh. Peče se u zagrijanoj rerni dok ne dobije finu zlatnu boju. Pečeni izljevak treba da bude tanak i hrskav. Kad se prohladi, iščima se i prelije jogurtom i saransakom.

Recept podijelila Armela Vegar (recept rahmetli nene)



## SATARAŠ

### Sastojci za sataraš

- ½ dl ulja
- 2 velike glavice crvenog luka
- 7-8 paprika
- 4-5 kavada/paradajza
- 1 česma saransaka (po želji)
- Kašikica soli
- Biber

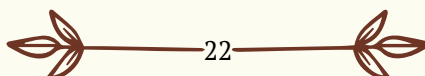
### Priprema



Na ulju propržite sitno sjeckani luk i saransak (po želji), oko pet minuta na jačoj vatri. Dodajte papriku isjeckanu na kockice i pržite još deset minuta. Nakon toga, dodajte paradajz isječen na četvrtine i šolju vode te pržite još 25 minuta. Vode dodavati po potrebi.

Napomena: Po želji, može se dodati fildžan riže i kuhati dok se riža ne skuha.

Recept podijelila Selma Dandić



# PATLIDŽANI NA SATARAŠU

Patlidžan je omiljeno povrće u Mostaru i postoje mnoga jela koja se pripremaju, i od svježeg i od osušenog patlidžana. Ovo je jedan od načina pripreme patlidžana, a recept je dugo vremena u našoj porodici i jedan je od najdražih.

## Sastojci za sataraš

- Luk
- Nekoliko paprika
- Nekoliko kavada
- 5-6 patlidžana za obariti
- 300 g faširanog mesa
- So, dosta bibera
- Saransak na listiće
- Paradajz pire



## Priprema

Pripremiti sataraš od: luka, paprika, kavada. Patlidžane rasjeći uzdužno “na lepezu”, ali ne do kraja, moraju ostati povezani. Obariti ih. Obarene patlidžane između reznjeva puniti sa pomalo smjese faširanog mesa i listićima saransaka i polagati ih u šerpu na sataraš. Zaliti malo ključalom vodom, dodati malo paradajz pirea, dosoliti, malo bolje pobiberiti i poklopljeno krčkati još pola sata da se sve sjedini i skuha “na gustinu”.

Jelo je ukusno, i vruće i hladno. Može se praviti bez mesa, i tako bude veoma ukusno. Servira se samostalno ili uz prilog pire od krompira ili riže, kako ko voli.

Mediha Milavić

Po receptu rahmetli svekrve Habibe Milavić iz Mostara

# BAMIJA

Suha bamija se prvo bari u sirćetnoj vodi, a svježja se polagano prži na maslacu sve dok ima bala.

Dalje je postupak isti. Pravi se sa 2 različite vrste mesa, teletina i junetina na komadiće koja se izdinstaju sa lukom i začinima.

Od začina ništa posebno; so i crvena paprika, koja se dodaje na kraju. Voda se po malo dolijeva. Meso se sastavi sa bamijom i ne treba miješati nego protresti da se izjednači. Znači, samo protresti više puta i još malo kuhati. Služi se sa limunom.



Recep podijelia Jasminka Boškailo

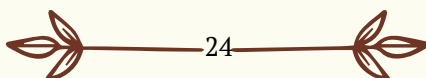


# IČIJA

Deblju jufku razvući, malo prosušiti, zamastiti. Ja je zgužvam i prebacim u tepsiju da se peče na 180°C da ne izgori. Prije toga, stavim piletinu da se skuha, a u jednoj maloj šerpi skuham rižu: omjer dva fildžana riže, a četiri fildžana hladne vode. Možeš smanjiti količinu, zavisno od čeljadi. Kad provre, kuhati samo tri minute i skloniti sa vatre. Ona će, dok odstoji, upiti skoro svu vodu.

Kad je jufka pečena, malo se hladne i izlomi na zalogajnice u tepsiju. Po jufki se rasporedi riža, pobiberi i zalije vodom od koke i ponovo vrati u rernu da upije jufka. Izvaditi i poredati piletinu. Neko je išćima, a neko stavlja komade.

Recept podijelia Jasminka Boškailo



# IČIJA SA SUHIM MESOM

## Sastojci

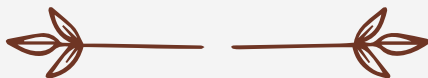
- 1 kg brašna
- 1 čaša vode za pogaču
- 1 kašičica sode bikarbone
- 1 glavica luka
- Biber
- 200-300 g suhog mesa
- Pola šoljice riže
- Maslo

## Priprema

Suho meso se prvo opere, nakon toga potopi u mlakoj vodi da ostoji. Nakon toga se suho meso sa izrezanim lukom i malo bibera stavi na kuhanje da dobro omekša. Kuha se najmanje 1 sat i 30 minuta. Od brašna, vode i sode bikarbone zamijesiti pogaču. Pogaču peći nekih 20-30 minuta. Kada bude pečena, vruću je iskomadati na komadiće.

Pola šolje riže kuhati posebno u vodi. Skuhanu i ocijeđenu rižu pomiješati sa usitnjenom pogačom i nakon toga prelići vodom u kojoj se kuhalo suho meso. Meso koje se skuhalo pomiješati sa zalivenom pogačom. Sve zajedno se peče nekih 15 minuta kako bi pogača upila vodu i omekšala. Jelo je nakon toga gotovo i spremno za jelo.

Recept Zejne Zagorčić podijelila Fikreta Zagorčić



## PRASA NA BAMIJU

### Sastojci za sataras

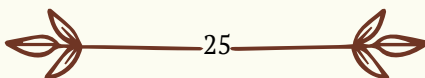
- Prasa (bijeli dio)
- Teleće meso
- 1 glavica luka
- 1 mrkva
- Začini (so, biber, vegeta)



### Priprema

Luk i mrkva se dinstaju, dodaje se meso na zalogajice. Prasu obariti i dobro ocijediti. U izdinstano meso dodati prasu i začine. Dodavati vodu, po potrebi. Kuhati 1 sat i 30 minuta na srednjoj temperaturi.

Recept podijelila Dika Čorda



# ŠIRDEN

## Sastojci

- 1 kg bijele džigerice
- ½ kg do 1 kg crne džigerice
- 2 glavice luka
- 1 velika mrkva (ili 2 manje)
- 10 česmi/čehni saransaka
- 1 mala šoljica riže
- začini: so, biber (u prahu i u zrnu), vegeta
- 1 šaka majdonosa

## Priprema

Isjeći, obariti, proprati i skuhati džigarice. Ja kuham u ekspress loncu. Nekih 20 minuta. Opet na đevđir iskrenuti i pod blagim mlazom vode oprati. Sačekati da se malo ohladi i rezati na manje komadiće. U šerpi izdinstati luk, mrkvu i saransak. Na tu smjesu staviti izrezanu džigericu. Podliti sa jednom velikom šoljom vode. Dodati malu šoljicu tečnog paradajza (ovo nije u original receptu, ali ja tako radim, ljepše je i radi boje i ukusa), bibera, i u prahu i u zrnu, vegete.

Kuhati na umjerenoj temperaturi nekih 30 minuta. Po potrebi dodati još malo vode, jednu malu šoljicu. Pred kraj dodati rižu, prethodno namočenu u vodu. Isprati je i presuti. Kuhati kratko nakon stavljanja riže. Istovremeno, s rižom staviti punu šaku isjeckanih listova majdonosa. Skinuti s vatre i poklopiti da riža omekša skroz. Šta da ti kažem. Narodno jelo, narodni recept, pa slijedom i termini u receptu.

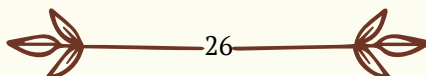
Recept podijelila Azemina Kovačić



## JUVALACI U TIRITU

Napraviti tirit: 500 g brašna, po njemu izrezati 125 g putera i miješati rukom dok ne postane razabrano. Poprskati jednim umućenim jajetom i dalje raditi rukom, sve dok nestane većih grudvica. Popržiti u tavi ili rerni do zlatno žute boje. Ne dozvoliti da izgori. Od posoljenog mljevenog mesa popržiti u tavi manje loptice od mesa (juvalake), na pola ulja-pola maslaca. Poredati juvalake po tiritu i sve mlako zaliti sa posoljenim jogurtom i saransakom.

Recept podijelila Amela Buljević-Delić





# SPANAK SA JUVALACIMA I JOGURTOM

Jelo koje se brzo sprema, lagano, a istovremeno izdašno. Jede se hladno, pa je zgodno za napraviti i kada upeče mostarski ćalopek.

## Sastojci

- 1 kg spanaka
- 1 kašika maslaca
- 2 kašike brašna
- 2 fildžana mlijeka
- 2-3 česme saransaka
- 300-400 g faširanog mesa
- 2 fildžana mlake vode
- 1 kašika ulja
- So, biber
- 500 g čvrstog jogurta,
- So, saransak, ucvrkani maslac



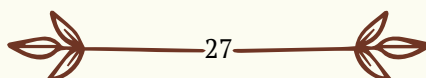
## Priprema

Spanak obariti, ocijediti i na dasci nožem usitniti na rezance. Na maslacu popržiti brašno i isjeckani saransak, prevrnuti nekoliko puta usitnjeni spanak na brašnu, dodati mlijeko i so. Tako pripremljen spanak prebaciti u okruglu tepsijicu, da ne bude predebeo sloj.

Sjediniti: faširano meso, mlaku vodu, ulje, so i biber, pa praviti kuglice (juvalake) veličine manjeg oraha. Uvaljati ih u brašno i pržiti na ulju da fino porumene. Gotove juvalake poredati u krug preko spanaka, preliti mješavinom jogurta, soli i zgnječenog saransaka, a po vrhu nakapati ucvrkanim maslacem. U našoj kući bi nena ovo jelo podijelila u plitke tanjire da svako ima svoju porciju.

Milavić Sanela - Repak

Po receptu rahmetli nene Habibe Milavić iz Mostara.



# PEKSIMETI

## Sastojci

- 1kg brašna
- Supena kašika soli
- Prašak za pecivo
- Mala kašikica germe
- Pola kašikice sode birkabone
- 2 jajeta
- 200 ml jogurta
- 100 g kisele pavlake
- Malo tople vode.



## Priprema

Umijesiti prvo suhe sastojke, pa dodati mokre. Najbolje je potkuhati navečer i ostaviti da stoji do ujutru. Ujutru razvući tijesto oklagijom 1-2 cm debljine i nožem sijeći komade. Peći u vrelom ulju. Rezultat više nego dobar.

Recept podijelila Ernada Razić



# SLATKI RECEPTI





## SMOKVARA

### Sastojci

- 1 šolja pekmeza od smokava
- 1 šolja mlijeka
- ½ šolje ulja
- ½ šolje vode
- 350 g mehkog brašna
- ½ šolje kukuruznog brašna
- ½ kesice praška za pecivo
- 1 jaje

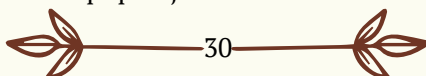
### Priprema



U šerpu srednje veličine stavite: ½ šolje ulja, 1 šolju mlijeka, 1 šolju pekmeza od smokava i ½ šolje vode. Stavite da prokuha. Čim prokuha, sklonite sa šporeta i dodajte: 350 g brašna i ½ šolje kukuruznog brašna te ½ kesice praška za pecivo. Vratite na šporet da se tijesto odvoji od šerpe. Ostavite da se prohladi i zatim dodajte 1 jaje. Od tijesta pravite kuglice, spljoštite malo dlanovima, oblikujte i zarezite nožem četiri crte (kao #).

Zaljev: 1 šolja pekmeza, 2 šolje šećera i 1,5 šolja vode. Prokuhati i zaliti ispečene smokvare.

Recept podijelila Devla Oručević





## MOSTARSKI KADAIF

### Sastojci

- ½ kg gotovog tijesta za kadaif
- 200-300 g prženih oraha ili mljevenih badema
- 250 g svježeg maslaca
- 50-100 g grožđica (po želji).

### Sastojci za agdu

- 1 l vode
- 700 g šećera
- 1 vanilin šećer
- Sok od 1 limuna
- Sok od 1 narandže
- 1-2 kašike meda (po želji).

### Priprema

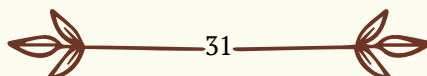
Kadaif isitniti, pola posložiti u zamašćen pleh, s pola rastopljenog putera zamastiti posloženi kadaif po tom presuti orasima od koji smo odvojili jednu šaku za posuti prije služenja.

U orahe dodati jednu kafenu šolju šećera od onog 1 kg. Drugu polovinu kadaifa posložiti da pokrije prvu polovinu. Sve posloženo zamastiti s ostatkom putera. Staviti peći.

Prvih 5 minuta peći u zagrijanu pećnici na 200° C, smanjiti na 150° C, peći dok kadaif ne zarumeni i kad ga izvadiš i diraš pleh kao da igra. Tad je gotov. Zaljev u šerpu staviti 1 kg šećera preliven vodom, jedan prst s nekoliko koluta limuna. Kad zaljev provre zaliti vrelo vrelim.

Prijatno!

Recept podijelila Azra Simeunović





# ĐULFATME

Đulfatme su mostarski desert koji se obavezno pravio povodom nekih berićetli događaja, a koji su za proslavu. Tako, npr. kada se ide mladinoj porodici u pohode, na svadbe, kada dođe prinova u porodicu i sl. Đulfatme mnogi brkaju sa gurabijama, ali to nije isti desert. Gurabije su suhi kolač, a đulfatme agdali, s tim da se agda mora potpuno upiti da bi se đulfatma mogla uzeti u ruku i jesti.



## Sastojci

- ½ kg masla
- 2 šake šećera
- 1 jaje + 1 žumance
- 1 supena kašika pavlake
- 1 kg brašna
- Na vrh noža sode bikarbone

## Sastojci za agdu

Vode samo da prekrije 1kg šećera.

## Priprema

Maslo, omekšalo na sobnoj temperaturi, i šećer dugo mutiti, da pobijeli. Posebno umutiti jaje, žumance i pavlaku, pa dodati smjesi masla i šećera. Brašno sa sodom bikarbonom pomalo dodavati i tijesto mijesiti da sud u kojem se mijesi ostane čist. Oblikovati loptice, samo malo ih spljoštiti, stavljati u suhu tepsiju i svaku lopticu zarezati oštrim nožem po površini; sa svake strane po dvije dijagonalne crte, malo dublje, ali ne preduboko. Dok se peku, đulfatme se po tim zarezanim crtama „rascvjetaju k'o đule/ruže“.

Peći na 180°C dok se blago zazlate i porumene sa donje strane. Dok se đulfatme peku, napraviti zaljev i zaliti vrućim zaljevom vruće đulfatme. Kada upiju sav zaljev, ostaviti da se dobro ohlade. Đulfatme dugo mogu trajati, kao i baklava. Od ove mjere se pravi 13 đulfatmi; 12 ih se pakuje za poklon gostima, a trinaesta se ostavlja da je proba domaćica.

Mediha Milavić

Po receptu rahmetli svekrve Habibe Milavić iz Mostara

# HURMAŠICE



## Sastojci

- 2 jaja
- 2 šoljice šećera
- 2 šoljice ulja
- Brašna po potrebi
- Pola praška za pecivo

## Agda

- 9 šoljica šećera
- 11 šoljica vode
- 1 limun

## Priprema

Umutiti jaja sa šećerom i uljem. Postepeno dodavati brašno i prašak za pecivo dok se ne dobije masa srednje tvrdoće. Od tijesta oblikovati kuglice veličine većeg oraha. Malo ih spljoštiti i pritisnuti uz rendu (najsitnije rupice). Slagati hurmašice u suhu tepsiju (nepodmazanu) i peći na 200-220°C stepeni dok ne porumene. Za to vrijeme skuhati agdu tako što se šećer zalije vodom i promiješa dobro kašikom - da se šećer istopi te se kuha 15-tak minuta.

U agdu dodati sok od jednog limuna. Pečene hurmašice zaliti hladnom agdom i poklopiti da se ohlade i upiju agdu.

Recept podijelila Aldijana Trbonja - Tule  
(recept rahmetli nene Rabije Trbonja)

# VIŠNJAB

Višnjab je omiljena starinska mostarska slastica: nije presladak, brzo se sprema, ljeti na mostarskom ćalopeku rashlađuje, hasti (bolesniku) vraća snagu... iako mu je naziv višnjab, jer je glavni sastojak upravo višnja, pravi se i sa drenjinama, borovnicama i sl. Višnjab je slastica slična puding, ali ipak mora biti rjeđi - da u zdjelicama „držće”. U Mostaru bi se govorilo za nekog ko se puno prepao: “Drščće k'o višnjab”.



## Sastojci

- Oko 300 g višanja
- 1 l vode
- Fildžan nešeste
- Kašike šećera
- Kašike sirćeta-jabukovog

## Priprema

Nešestu pomiješati sa šećerom i dodati malo vode (uzeti od pripremljenog 1 l), pa umutiti da bude glatka rijetka masa. Ostatak vode staviti na šporet sa sirćetom da prokuha, a onda dodati smjesu nešeste i šećera i kuhati da se zgusne. Dodati višnje i kuhati još nekoliko minuta, pa vruće sipati u zdjelice.

Višnje se mogu očistiti od špica i tada će boja višnjaba biti intezivnija, ali se većinom pravio sa neotkoštenim višnjama.

# KOTONJATA OD DUNJA

## Sastojci

- 2 kg očišćenih dunja (očišćenih od kore i špica)
- 600 g šećera
- Sok od 1 limuna



## Priprema

Dunje nasijeći na kockice i kuhati dok ne omekšaju. Procijediti (vodu od kuhanja možeš ostaviti za kompot) i propasirati. Propasirane dunje kuhati na laganoj vatri uz miješanje, oko 15 minuta. U to dodati šećer i sok od limuna. Kuhati dovoljno dugo, na laganoj vatri uz miješanje dok se ne počne odvajati. Po želji se mogu dodati sjeckani orasi ili bademi.

Kalupe (silikonske ili od šapa) potopiti u vrelu vodu i kad je kotonjata kuhana, sipati u kalup (koji taj tren izvađen iz vruće vode i neosušen) - otprilike 1 jušna žlica (supena kašika) kotonjate u 1 kalup. Poravnati nožem ili u pleh od pećnice (oplakan taj tren vrelom vodom) sipati kotonjatu u tankom sloju 1-2 cm. Ostaviti 10-tak dana da se suše. Vaditi iz ih kalupa nožem od escajga (samo neće ispadati). Ako je dio koji je bio u dnu kalupa još uvijek vlažan; poravnati nožem, okrenuti izvađenu kotonjatu i ostaviti dan-dva da se i to osuši. Ako je u plehu, sijeći na kockice ili modlama vaditi. U original receptu se na kraju uvalja u kristal šećer, ali ja to ne radim. Što su kalupi plići ili što je u plehu kotonjata tanje izlivena, prije će se osušiti. U slast!!!

Recepti iz rokovnika pokojne Margarite Margite Mucić prenijela  
Marija Zelenika



# KOLAČ OD JABUKA

## Sastojci

Za biskvit:

- 4 jaja
- 15 kašika šećera
- 15 kašika brašna
- 15 kašika ulja
- 15 kašika mlijeka
- 1 prašak za pecivo

Za nadjev:

- 1 kg jabuka
- 1 kašika cimeta
- 1 kašika meda (po želji)

## Priprema

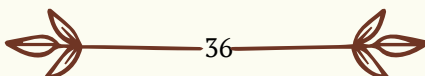
Sve sastojke zajedno umutiti mikserom. Pola smjese izliti u tepsiju/pleh i staviti da se ispeče napola...

Nadjev:

1 kg jabuka izrendati (ja sam stavila više, jer volim da je bogatije), 2 kašike šećera, 1 kašika cimeta i meda (po želji). Malo dinstati (6-7 minuta). Izliti nadjev na pola pečenu koru i odozgo politi ostatkom smjese koja je ostala. Vratiti u pećnicu da se peče dok ne dobije finu bakrenu boju.

Kad je kolač bio gotov, ja sam prokuhala malo vode i šećera (agda) i polila po kolaču (ja volim sočnije kolače). Izrežete i pustite da se ohladi. Posuti šećerom u prahu. I to je to-20 minuta posla.

Recept podijelila Maja Džemat







## HALVA

### Sastojci

- 100 g šećera
- 100 g maslaca
- 100 g brašna
- 2 dl vode
- Orasi za dekoraciju.

### Priprema

Rastopiti maslac. Kada se maslac potpuno istopi, dodati brašno. Miješati, otprilike 20 minuta bez prestanka, jer halva vrlo lahko izgori. Smjesa je otprilike bež boje.

U drugu šerpicu staviti 2 dl vode i 100 g šećera da prokuha.

Kada smjesa sa brašnom i maslacem bude gotova (znači kad dobijete bež boju) dodati prokuhanu tečnost iz šerpice (voda i šećer). Smjesu desetak sekundi pokriti poklopcem, da vas ne isprska, i odmah miješati da se ne stvore grudvice. Halvu vadite u tanjir s kašikom, ostavite da se malo ohladi. Pospite orasima po želji.

Recepte podijelila Oznela Tanović

# MOSTARSKE TUFABIJE

## Sastojci

- 10 jabuka (zlatni delišes)
- 500 g šećera
- 2,5 dl vode
- ½ kesice vanilin šećera
- 5 dl slatkog vrhnja
- 300 g mljevenih oraha
- 1 limun



## Priprema

Oguliti jabuke srednje veličine i izdubiti im središnji dio sa sjemenkama. Skuhati šećer i vodu, a kad se sav šećer rastopi, poredati jabuke i kuhati ih 15-20 minuta ili dok ne omekšaju. Paziti da se ne raspadnu. Jabuke kuhati u poklopljenom loncu, ali ne do kraja jer se hlade u otopini u kojoj su se kuhale.

Ohlađene jabuke izvaditi francuskom kašikom iz otopine. Orasima dodati vanilin šećer, ribanu limunovu koricu i slatko vrhnje- toliko da masa bude kao čvrsta krema. Tom masom puniti središnju šupljinu jabuke, poredati ih u zdjele ili tanjire za posluživanje i preliti preostalom otopinom u kojoj su se kuhale jabuke. Ukasiti umućenim slatkim vrhnjem i poslužiti hladne.

Ivona Nikolić, profesorica Turističko-ugostiteljske škole Mostar

# GURABIJE

## Sastojci

- ½ kg putera ili masla
- 2 jaja
- 1,5 šolja šećer
- 2 supene kašike jogurta
- 1 kg brašna
- 1 prašak za pecivo



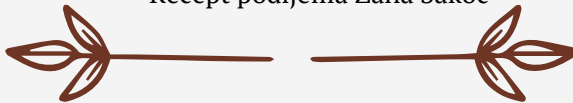
## Zaljev

Vodom prekriti 1kg šećera. Kuhati dok ne bude gust zaljev kao za baklavu.

Maslo (puter), jaja, jogurt i šećer umutiti da se dobije gusta bijela masa. Na tu masu dodati prašak za pecivo i dodavati brašna. Sve dobro razraditi da se masa odvaja od ruke. Formirati okrugle lopte i malo ih narezati nožem. Redati u pleh i staviti u vruću pekaru na 250°C, a smanjiti na 150°C kada požute i peći dok se “izvuku “ (peći do 20 minuta).

Vruće pečene gurabije preliti vrućim šerbetom. Što duže gurabije da stoje u šerbetu, da upiju (do sutradan).

Recept podijelila Zana Sakoč



## GERMITAJG

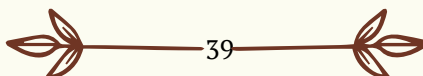
## Sastojci

- Za tri štruce
- 200 g masti
  - 100 g šećera
  - 2 jaja
  - 1 čašica ruma – rakije
  - 2 čaše od jogurta mlakog mlijeka
  - 2 germe
  - 900 g brašna

## Fil

Orasi, mak u koji se doda cimet i dvije jušne žlice (supene kašike) meda.  
Kokos koji se malo preprži sa šećerom da požuti, u što se doda malo mljevenih oraha i mlijeka da se može razmazati.

Recepte podijelila Marija Zelenika



# HOŠAF

## Sastojci

- 2 litra vode
- Šećera po želji
- 3-4 jabuke
- 200 g suhih šljiva
- 100 g suhih smokava
- Limun, po želji

## Priprema

Vodu i manju količinu šećera staviti da prokuha. Dodati prethodno očišćeno i oprano voće. Kuhati dok voće ne omekša. Ohladiti, dodati krišku limuna i poslužiti.



# ĐENSEVDIJA

## Sastojci

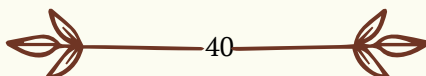
Mjera je na šolje od 2,5 dl

- 1 šolja vode
- 1 šolja šećera
- 1 šolja kiselog mlijeka
- 1 šolja ulj
- 1 šolja pekmeza od smokava
- 2,5 šolje brašna
- 1 supena kašika sode bikarbone

## Priprema

Smjesu miješati dodajući sastojke navedenim redom. Sipati u nauljenu i pobrašnjenu tepsiju, prečnika 32 cm. Staviti u zagrijanu rernu na 180°C- 200°C i peći 40 minuta.

Recepte podijelila Azra Čamo



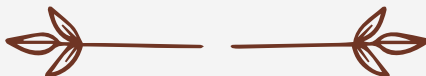
## KOH OD GRIZA

Umutiti tri žumanjca i tri kašike šećera i postepeno dodavati tri kašike vode. Zatim dodati sedam kašika griza. Izmiješati. Ulupati tri bjelanjka sa tri kašike vode. Dodati u smjesu sa grizom.

Izliti u podmazan i brašnom posut pleh i peći.

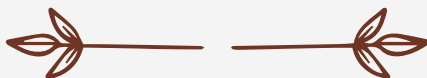
Zakuhati 1l mlijeka sa 1 kesicom vanilin šećera i 3-4 kašike šećera. Hladan koh preliti ovim zaljevom. U koh se mogu dodavati grožđice i po vrhu posuti čokoladu.

Recepti iz rokovnika pokojne Margarite Margite  
Mucić prenijela Marija Zelenika



## MASNO TIJESTO

Koliko je teško pet jaja, toliko se uzima putera ili masti, šećera i brašna. Najprije izraditi mast, šećer i žumanjca, pa dodati vanilin šećer, brašno i snijeg od pet bjelanaca. Peći na umjerenj vatri i pečeno prerezati na pola i premazati pekmezom. Preko se može staviti glazura od čokolade.

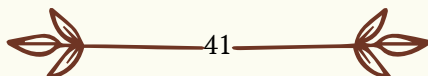


## KIFLICE

Dobro umutiti jednu šolju masti i dva žumanjka. Dodati pola šolje mlijeka, malo praška za pecivo i brašna koliko potkuha.

Filovati pekmezom, ispeći i vruće uvaljati u šećer.

Recepte podijelila Marija Zelenika





*U izradi brošure učestvovali su:*

**Inicijativa građanki/na Mostara:**

Ifeta Ćesir Škoro  
Selma Dandić  
Aida Zagorčić  
Aldijana Trbonja - Tule  
Armela Vegar

**Vijeće mladih Grada Mostara:**

Zaim Mehić  
Tea Domazet  
Monika Bazina

**DTP:**

Amer Zagorčić

**Lektorica:**

Lejla Mušić

**Štampa:**

IC ŠTAMPARIJA MOSTAR d.o.o

**Tiraž:**

100 primjeraka

Svi primjerci brošure recepata su besplatni!

## Učesnice događaja – panelistice:

prof.dr. Zarema Obradović

Devla Oručević

Fikreta Nožić

Alma Hadžimahović

Sabina Ćosić

Ivona Nikolić

Amra Dedić

### ***Autori receptata:***

Devla Oručević

Fikreta Nožić

Senada Batlak

Sanja Cerić

Aldijana Trbonja -Tule

Armela Vegar

Ifeta Ćesir-Škoro

Selma Dandić

Mirsada Husković

Sanela Milavić-Repak

Mediha Milavić

Ajla Husković Pala

Jasminka Boškailo

Fikreta Zagorčić

Azemina Kovačević

Dika Ćorda

Amela Bulević Delić

Ernada Razić

Azra Simeunović

Rabija Trbonja

Marija Zelenika

Azra Ćamo

Zana Sakoč

Ivona Nikolić

Oznela Tanović

