ПОВТОРНО ОТКРИВАЊЕ НА БО

Традиционалната храна исто така е обележје на историјата на еден народ. Преку комбинациите на зачините од различните кујни се расплеткуваат различни приказни за освојувачи, пријатели, соседи. Храната е национално богатство кое треба да се чува, негува и пренесува на следните генерации, а кај нас тоа се обидуваат да го прават организации како што се Конвивиумот Слоу фуд Шарпланинска и невладиното здружение „Кинг Марко ленд" (Земјата на Крали Марко)...





Македонската традиционална кујна е позната по својата егзотика, вкус, богатство на бои од различните зеленчуци, и сето тоа дополнето со мистериозните вкусови на виното. Но поради современиот начин на живот и брзото темпо, како и сё поголемата глобализација се соочуваме со предизвикот како и на кој начин да ја заштитиме нашата национална кујна.

Како нераздвоен дел од нашиот идентитет и култура, националната кујна треба да се чува и пренесува на следните генерации, а еден од начините е таа што почесто да се претставува како во нашата земја, така и надвор од неа. Токму тоа го прават Конвивиумот Слоу фуд Шарпланинска, кој е дел од светската Слоу фуд фондација за заштита на биодиверзитетот, и невладиното здружение „Кинг Марко ленд" (Земјата на Крали Марко), кои со своите активности, меѓу другото, се залагаат за афирмација на јадења од македонската традиционална кујна, такви какви што порано се подготвувале на овие простори. Дел од нивните активности се организирање вечери каде се презентираат јадењата, како што беше вечерата организирана на 12 декември минатата година по повод Денот на мајката Земја.

Белото сирење и кашкавалот од мавровскиот регион, медот од костен од Македонски Брод, слатко-то од дива смоква од југоисточниот дел на Македонија и уште многу други традиционални специјалитети се јадењата кои Слоу фуд мрежата во Македонија ги презентира и афирмира надвор од Македонија. Оваа организација во светски рамки е формирана во 1989 година како реакција на брзата храна и брзиот начин на живеење. Во Слоу фуд мрежата членуваат повеќе од 129 земји, а Македонија се приклучи на 3 мај минатата година кога е формиран Конвивиумот Слоу фуд Шарпланинска во Македонија. Дел од нивните активности е презентирање на нашата култура, туризам,



Нада Караиванова: Преку промоцијата на традиционалната храна се промовира и земјата од каде доаѓа

ГАТСТВОТО ВКУСОВИ, ЗАЧИНИ







храна, на саеми и конгреси кои се одржуваат секаде во светот.

- Станува збор за промоција на глобално ниво на нашата култура, традиции, храна. Преку идентификуваните слоу фуд македонски производи станавме дел од светското Слоу фуд семејство. Оваа организација има своја фондација за заштита на биодиверзитет, која помага со мали средства за директна помош на малите производители. Слоу фуд има свој универзитет за гастрономски науки во Бра, Италија, и во соработка со Факултетот за земјоделски науки и храна во Скопје, ќе се овозможи размена на студенти и искуства. Преку промоцијата на традиционалната храна се промовира и земјата од каде доаѓа. Сето ова ја буди желбата на оној што го дегустира производот да дојде и да ја посети земјата од каде потекнува производот. Во случајот на развој на руралниот туризам, многу е важно тоа што ќе се понуди. Мораме на поинаков начин, со меѓусебна соработка да ги промовираме нашите убавини. Добрата храна секогаш оди во комбинација со добро вино и музика. Македонија со својата територија и човечки потенцијал добро е да се ориентира на производство на квалитет за сметка на квантитетот. Македонскиот народ е препознатлив по своето гостопримство и дух и овој епитет ни отвора многу можности за промоција на светско ниво преку слоу фуд мрежата во којашто и природно припаѓаме - вели Нада Караиванова, заменик-лидер на Слоу фуд конвивиумот Шарпланинска во Македонија.

Откога се дел од оваа интернационална организација, членовите Конвивиумот Слоу фуд Шарпланинска, македонската храна и култура ја промовирале на неколку форуми и средби.

- Досега се збратимивме со неколку конвивиуми од Италија како Болоња и Венето. Учествувавме на првиот Форум за



Сузана Стојковска: Традиционален начин на подготовување на храната значи да се користат суровини кои не се индустриски обработени

алтернативен туризам, кој го организираше здружението Балканија. На овој форум се дискутираше за значењето на ено-гастрономскиот туризам како компонента за развој на туризмот во Македонија и на Балканот. Учествувавме на регионална средба на лидери на слоу фуд од Балканот, во Смилиан, Бугарија. За препат македонска делегација присуствуваше на фестивал во Устиколина, Босна и Херцеговина, гастрономска манифестација организирана од општината Устиколина. Следната година, кај нас во Македонија, во селото Јанче ќе се одржи манифестацијата „Јаначка вечер" со гости од Балканот, Италија, а можеби и од други држави. Македонската делегација, исто така, ќе патува на саемот Мајка Земја во Торино - вели Нада Караиванова.

За еден производ, продукт или јадење да стане дел од идентификуваните слоу фуд производи мора да исполни одредени критериуми.

- Производите треба да имаат постојан квалитет, мора да се локални производи, да се дел од колективната меморија и да ја идентификуваат државата, народот, треба да бидат еколошки одгледувани. Продуктите што се користат за подготовка на одредено јадење мора да се од локално производство или доколку потекнуваат од друг регион, мора да се докаже дека е традиција да се користат производите од тој регион. Сё што се користи при изработка на одреден производ, храна, мора да се докаже дека се дел од традиционалниот начин на подготовка. Производите мора да се поврзани со територијата од каде потекнуваат и мора да се произведени во лимитирана количина, од фармери или мали преработувачки капацитети. Во слоу фуд производите влегуваат и оние производи за кои постои реална или потенцијална закана од исчезнување. До сега во Македонија се идентификувани неколку слоу фуд производи: мед од костен од Македонски Брод, сирење и кашкавал од Маврово, Ростуше, слатко од дива смоква од југоисточниот регион, скопскиот домат, лозата станушина и виното „станушина"... Конвивиумот продолжува со истражувања локални и традиционални производи и мали производители во Македонија со цел да ги вклучи во мрежата на слоу фуд. Добро познато е дека странците ја обожаваат нашата кујна и нашите фестивали и презентации каде учествуваме, не го кријат задоволството од одличниот вкус и разновидноста од храна и бои - вели Караиванова.

Македонската традиционална кујна претставува типична балканска кујна. Во неа одлично се комбинираат и надополнуваат влијанијата на кујните од соседните народи, има и малку од италијанската, медитеранската и унгарската кујна, но најголемо влијание на македонското мени има ориенталната кујна, која како влијание и гастрономски концепт е навлезена за време на османлиското владеење. Техниките и методите на готвење во македонската кујна се одликуваат со долга термичка обработка на храната, пред сё во готвењето ме-

Новогодишна акција

ДЕРМА БЕЛА
ви подарува
ПОПУСТ 20%

- Мезотерапија за лифтинг
- Мезотерапија за идеална фигура
- Липотерапија - единствено кај нас
- Сите ласерски третмани

Медицинска естетика и ласерски центар
Derma Bella
Bellezza
Копиштец, Скопје
02/ 32 30 888
Паклер 048/ 41 48 48

со и зеленчук, кој пак игра игра важна улога во нашето мени. Конзервирањето е уште една особина на нашата кујна. Зеленчук, пред сè, пиперки, карфиол, зелка, домати, морков... се конзервираат во морска сол и вода и се употребуваат во сезона кога тие не можат да се најдат свежи. Исто така нашата традиционална кујна е позната по добри млечни производи, особено сирењето и кашкавалот, но и по алкоколните пијалаци. Заболните најдобро се јадат во подрачјето на Преспа и Полог, долината Тиквеш е рај за лубеници, грозје, домати и феферони, а гравот тетовски го има речиси насекаде. Неверојатниот спој на продукти кои, за среќа, сè уште во изобилство се од домашно потекло, одличните рецепти и македонскиот менталитет резултира со голем број неодоливи јадења. Но како што се менува времето и начинот на живот, така сè повеќе се менува и начинот на искрана и подготовка на храната и сè почесто на нашите трпези се сервираат нови, брзо подготвени јадења.

- Традиционалните македонски јадења денес сè уште се приготвуваат во нашите села и многу поретко во градовите, особено во Скопје. Тие јадења се прават според стари рецепти и на стар традиционален начин. Дел од тие јадења се домашна пита со сирење и пита со праз, питулици, проја, качамак, полнети похувани пиперки, солен бунгур, макало, пинцур, похувани тиквички и модар патлицан, рестован јунешки џигер со праз, свинско печено, пекарски компир, печурки на жар, печена тиква, карамел, баклава и слатка пита со јаболка и пита со тиква, слатко од диви смокви и сладок бунгур со мед и тван, домашен леб од 'рж, јачмен и пченица и погача од пченично брашно за добредојде. Важно е да се нагласи дека сè се приготвува во фурна на дрва, а летно време и под вршник. Брашното употребено за лебот и другите тестенини е воденично, што значи мелено во воденица, постапка при која се зачувуваат сите хранливи состојки. Изборот на јадења што ги подготвуваме секогаш е различен, бидејќи често организираме вакви вечери и не сакаме да се повторуваат истите јадења - вели Сузана Стојковска, членка на двете организации, која во својот ресторан „Ореов лад" ги подготвува јадењата за дел од промотивните вечери.
- Традиционален начин на подготување на храната - вели исто така Стојковска - значи да се користат суровини кои не се индустриски обработени, потоа кога се користи дрвото за енергија, односно кога се приготвуваат во фурна на дрва или под вршник, а по можност и во котле. Подготовката, поточно варење, динстување или печење, трае долго затоа што сè се подготвува на тивок оган или пониска температура. За нашите вечери, со продукти се снабдуваме главно од добавувачи од Скопје и околината, но и од Кратово, толчена сол, па суви црвени пиперки и грав од Тетово, слатко од диви смокви од Дојран, воденично брашно од Радовиш, мед од Македонски Брод и сирење и кашкавал од Берово, Галичник и Лазарополе... - вели Стојковска, која потпирајќи се на своето досегашно искуство вели дека нашата традиционална кујна е многу ценета во светот.

Јелена Димовска



Белото сирење и кашкавалот од макровскиот регион, медот од костен од Македонски Брод, слаткото од дива смоква од југоисточниот дел на Македонија и уште многу други традиционални специјалитети се јадењата кои Слоу фуд мрежата во Македонија ги презентира и афирмира надвор од Македонија


Ние сме подготвени денес за работите што ќе ви бидат потребни утре.
Живееме во време на брзи промени, но имаме верба во идината, учиме, се прилагодуваме, се менуваме. Секогаш поттикнати од вашите потреби.

Чекориме напред
www.ikbanka.com.mk
Скопје 02/ 3240-800, 3240-821, 3240-822, Битола 047/ 222-342, Прилеп 048/ 418-983, Струмица 034/ 340-521, Неготино 043/ 370-779, Гевгелија 034/ 218-124, Гостивар 042/ 221-620, Ресен 047/ 454-508, Куманово 031/ 437-212, Св. Николе 032/ 440-341, Тетово 044/ 350-141
ИК БАНКА
DEMIR-HALK BANK (NEDERLAND) N.V. GROUP