

POGLED V KELTSKO KULINARIKO,

ki je bil predstavljen na delavnici KULINARIČNO ZELIŠČNO POPOTOVANJE SKOZI ČAS v Jurkloštru, 25. 8. 2018

KELTI so bili raznolika skupnost ljudstev, ki jih je povezovala podobna kultura, verovanja in tradicije. Evropi so gospodarili v času od 1000 pr.n.št. do začetka našega štetja, ko so jih dokončno porazili Rimljani. Modrost Keltov je ostala nevidno vtkana v civilizacijo Evrope. Tudi v prostoru Kozjanskega so pustili svoje sledi. V vsakdanjem življenju so bili močno povezani z naravo in jo tudi spoštovali. Način priprave hrane je bil tesno povezan z družinskim ognjiščem, ki je bilo osrednji del njihovih bivališč. Poleg takrat že gojenih žit (enoznica, ječmen, pira) so za pripravo hrane uporabljali tudi oljnice: lan, mak in navadni riček. Gojili so predhodnice današnjih kapusnic, gomoljnice in nekatere stročnice ter za pripravo hrane pogosto uporabljali tudi **divje rastoča zelišča**. Eno od njih je **kopriva**, ki pa ni bila le hrana. Uporabljali so jo za zdravilne namene, konzerviranje in njena vlakna za tkanje oblačil. Uporabljali so jo tudi v obredne namene. Koprivo so poznali kot močno zaščito pred nagajivostjo vil, proti zlim duhovom in urokom. Kot primer jedi iz železne dobe smo na delavnici okušali **Keltski lonec z lečo in koprivami** ter **nekvašene železnodobne kruhke**.

Keltski lonec z lečo

125 g namočene leče

2 stroka česna

1 por

gomoljna zelenjava (rumeno korenje, koleraba, krmna pesa, zelena, peteršilj)

25 g masla

Šop mladih kopriv in drugih divjih zelišč (mladi rman, regrat, trpotec, regačica, dresen,...)

850 ml vode

Sol

- Nasekljamo česen in por ter ga popražimo na maslu. Dodamo na kocke narezane gomolje in nasekljana zelišča. Podušimo in kasneje dodamo vodo in lečo. Kuhamo eno uro, da se leča zmehča. Za izdatnejšo jed lahko dodamo tudi nekaj prekajenega mesa. Jed pred serviranjem potresemo z grobo nasekljanimi divjimi zelišči, dodamo žlico tapenade in postrežemo.

Tapenada iz semen starih oljnic

1 jedilna žlica makovih semen

1 jedilna žlica rička ali totra

1 jedilna žlica lanenih semen

Strok česna

Laneno olje

Sol

- Nasekljamo česen. Sestavine damo v možnar in jih z oljem vmešamo v enakomerno maso. Gostoto uredimo z dodatno količino olja. Solimo in uporabimo za dodatek keltskemu loncu ali kot pomako za kruhke.

Železnodobni kruhki

500 g ovsenih kosmičev

250 g pšenične moke

60 g masti

1 čajna žlička soli

- Zmešamo kosmiče in moko, posolimo in vgnemo mast. Postopoma dodajamo vodo in oblikujemo suho testo. Tega oblikujemo v majhne ploščate potičke, ki ji pečemo na pekaču ali na litoželezni plošči, dokler niso lahno rjavi.

Recepte sta pripravila dr. Janko Rode in Branko Podmenik

v okviru operacije »Integralni turistični produkt zeliščarske dediščine«, ki je delno financirana iz sredstev EU:



Evropski kmetijski sklad za razvoj podeželja: Evropa investira v podeželje



Raznolikost podeželja



Celje • Lasko • Store • Vojnik