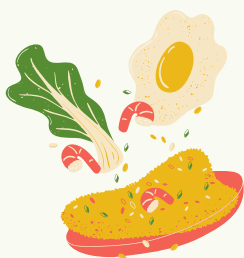


Osnovna škola  
Joakima Rakovca



# RIČETI LOVREŠTINE



Listopad 2024. godine

Ričeti Lovreštine  
sastavljen je u sklopu  
projekta Mozaik  
različitosti te predstavlja  
tradicijska jela lokalne  
zajednice područja Sv.  
Lovreča. Riječ je o  
obilježavanju Dječjeg  
tjedna na novi način i  
doprinos je zajednici u  
promicanju nematerijalne  
baštine.

Tekstove uredila: Tina Gregorović Hlušička  
Grafički uredila: Tina Gregorović Hlušička

# KROŠTULE

TARA I VITO HODŽIĆ

Sastojci:

4 jaja (1 cijelo i 3

žumanjka)

3 žlice šećera

2 žlice ulja

2 žlice rakije

1 vanilin šećer

prstohvat soli

1/2 žličice soka od

limuna

Brašno (oko 200g)



## Upute:

Pjenasto izmiksati jaja, šećer, vanilin šećer. U to dodati rakiju, ulje i soka od limuna.

U drugoj zdjeli prosijati brašno, dodati malo soli, smjesu od jaja i zamjesiti tijesto. Umotati u prozirnu foliju i ostaviti pola sata da odmori. Razvaljati na pobrašnjeloj površini, ne deblje od 2mm.





Rezati na trake širine 1-2cm i napraviti mašne. Pržiti u dobro zagrijanom ulju (ili kombinaciji masti i ulja) na srednje jakoj vatri vrlo kratko s jedne i druge strane. Izvaditi i tople posuti šećerom u prahu.



# ISTARSKE KROŠTULE

PATRIK MATOŠEVIĆ

Sastojci:

5 žumanjaka

1 kiselo vrhnje  
prstohvat soli

1 vanilin šećer

malo ruma

0,5 dcl ulja

0,5 dcl vina

5 dg šećera u prahu

7 dg brašna



Rezati na trake širine 1-2cm i napraviti mašne. Pržiti u dobro zagrijanom ulju (ili kombinaciji masti i ulja) na srednje jakoj vatri vrlo kratko s jedne i druge strane. Izvaditi i tople posuti šećerom u prahu.



# DOMAČI KRUH

DAVID LAKOVIČ

Sastojci:

800 g muke (od  
šenice ili pira, more  
se kombinirati)

2 dcl mlika

3 dcl vode

50 g svinjske masti,  
maslinovega ulja ili  
maslaca

1 žlica cukera

1 žličica soli

50 g fece





U tarinicu vrći fecu,  
teplo mliko (ne  
preteplo ki bi se fecu  
uparila pak se ne bi  
digla) i  
cuker.

U veliku tarinu vrći  
muku, so i mast.  
Kad se fecu digne,  
pomalo livati u muku i  
mišati. Pomalo dodati i  
teplu vodu. Sve  
skupa štabelo zamisiti.





Puštiti po ure da se tisto digne, pak na ruke vrči malo ulja da se laglje premisi i vrči štručicu u pleh. More ga se namazati z malo maslinovega ulja da učini lipu korico. Počekati još po ure da se kruh digne i staviti peći u toplu pećnicu na 220°C, 30 minuti.

Kad je kruh pečen zamotati ga u deblju krpu da se hladi pomalo.





# CUKERANCI

DORIA LAKOVIĆ

Sastojci:

6 jaja

19 dkg maslaca

42 dkg šećera

4 vanilin praška

2 praška za pecivo

21 g amonijaka

0,5 dcl ruma

1,5 dcl mlijeka

1,5 dcl ulja

Ribana korica

limuna i naranče

Prstohvat soli

1 kg brašna

0,5 l vina

Šećer za posipavanje



Jaja, šećer i sol tući miskerom.

Mikserom izraditi jaja, te postepeno dodavati šećer, vanilin šećer, otopljeni maslac i rum. Naribati unutra koricu limuna i naranče.

Zagrijati mlijeko u većem lončiću te dodati prašak za pecivo i amonijak.

Jako će se nadignuti.







U veliku zasebnu zdjelu prosijati brašno. U brašno dodati sol i ulje, te postepeno lijevati prije dobivenu smjesu.

Dodati i mlijeko s praškom i amonijakom. Tijesto dobro zamijesiti.

Dodati ili oduzeti još malo brašna, ovisno o potrebi. Tijesto ne smije biti ni pretvrdo ni premekano.



Dobiveno tijesto pustiti sat vremena da odstoji. Na dasci za pravljenje kolača raditi valjke debljine prsta i dužine cca. 15 cm. Sa kolutom zarezati valjak na određenim mjestima (vidi sliku). Premjestiti dobiveni valjak u protvan i oblikovati u cvijet po želji.



Peći na 180 °C oko 12 minuta, dok dobiju žuto-zlatnu boju. Izvaditi i ohladiti. Dobivene cukerance kratko umočiti u vino, staviti na čiste krpe i posuti kristal šećerom.



Najbolje da se suše na buri ili u nekoj hladnijoj prostoriji jedan dan.  
(Od iste smjese mogu se napraviti i  
domaći keksi - paštini.)



# FIJOKI - KROŠTULE

NOA MIKOLIČ



Sastojci:

3 jaja

3 žlice šećera

malo soli

3 žlice vode

3 žlice maslaca

3 žlice vina

3 žlice rakije

3 žlice ulja





Jaja, šećer i sol tući miskerom.  
Brašno miješati dok se ne zamijesi  
čvrsto tijesto. Pustiti da pokriveno  
odstoji do sat vremena, poslije tijesto  
razvaljati i rezati na široke trake.  
Oblikovati po želji te frigati u vrućem  
ulju, a kada se izvade iz ulja, posipati  
šećerom u prahu.



# DOMAĆE FRITULE

VIKTORIJA HERAK



Sastojci:

jedno jaje

180 g tekućeg

jogurta

2 žlice šećera

1 vanilin šećer

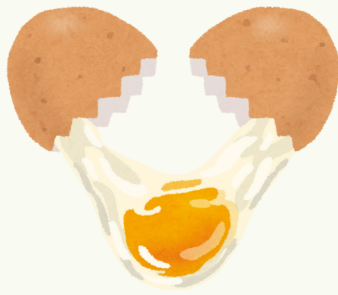
1 čep rakije

malo soli

200 g brašna

pola praška za

pecivo



Jaje, šećer i vaniliju miješati s pjenjačom. Dodati rakiju, prašak, brašno, sol i jogurt. Sve dobro promiješati i pustiti da odstoji. Pržiti u vrućem ulju, a kad se ohlade, posipati sa šećerom u prahu.





# ISTARSKA MANEŠTRA

DEA MATOŠOVIĆ

Sastojci:

grah (fažo)

6 krumpira srednje  
veličine iz vrta  
(kumpiri)

3 mrkve

3 češnja češnjaka

malo maslinovog ulja

sol

papar

suha svinjska rebra



## Priprema:

Grah smo večer prije namočili u vodi, ujutro smo ga zajedno sa mrkvom i krumiprom stavili kuhati u veliki lonac sa

hladom vodom, krumpir i mrkvu smo narezali na male kockice i dobro oprali, češnjak smo očistili i naribali u maneštru,

začinili smo sa soli i paprom, ali ćemo probati na kraju kuhanja i po potrebi dodati još, stavili smo par kapi maslinovog ulja i oprana i prokuhana svinjska rebra.





Lonac smo poklopili i ostavili da se  
kuha oko 2 sata,  
na kraju ćemo dodati malo  
tjestenine, oblik pužića,  
nekada volimo staviti špagete na  
sitno iskidane ili dodati kukuruz.



# FRITULE

ZARA MATOŠOVIĆ

Sastojci:

2 jaja

4 žlice šećera

vanilin šećer

malo soli

korica limuna

malo ruma

2 čvrsta jogurta

1 prašak za pecivo

20 žlica glatkog

brašna



## Priprema:

U veliku zdjelu smo razbili 2 jaja i dodali šećer, malo izmiješali i polako dodavali ostale sastojke.

Smjesa mora biti glatka.

Smjesu smo uz pomoć dvije žlice stavljali u duboko ulje. Fritulice se počnu same okretati i trebaju biti zlatnožute boje. Vadimo ih na tanjur i, ako želimo, posipamo ih šećerom u prahu.



# ISTARSKI ŽGVACET S PALENTOM

GREGOR I RIKARD  
PAPIĆ

Sastojci:

700 g svinjetine

100 ml malvazije

malo brašna

2 glavice

ljubičastog luka

3 režnja češnjaka

1 svježa očišćena

rajčica

100 ml pirea od

rajčice

začini (sol, papar,

svježi peršin,

majčina dušica,...)

maslinovo ulje







## Priprema:

Meso uvaljamo u brašno, pržimo ga u maslinovom ulju dok ne dobije zlatnu boju. Zatim dodajemo luk, češnjak, rajčicu i sve podlijemo vinom. Kada vino ishlapi dodajemo začine i pire od rajčice. Podlijemo vodom i kuhamo sve dok meso ne bude kuhano i umak ne zgusne. Palentu kuhamo prema uputama na pakiranju te na kraju dodajemo 2-3 žlice maslinova ulja.



# KROŠTULE PRANONE MARIJE

TOMA, EMANUEL I  
LUCIJAN TROGRLIĆ

## Sastojci:

4 jaja (3 žumanjka  
+1 cijelo jaje)

1 žlica šećera u  
prahu

1 vanilin šećer

5 žlica bijelog vina

1 žlica ruma

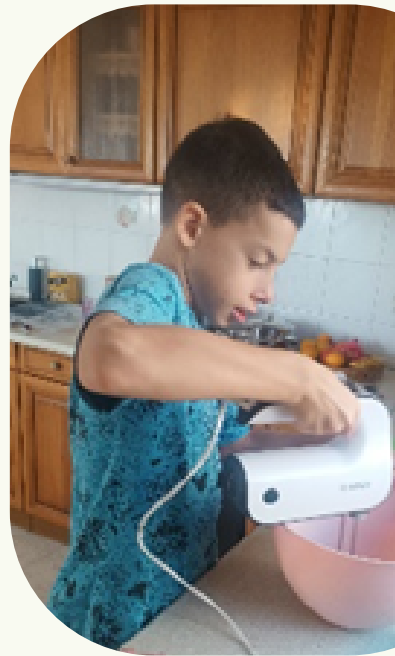
2 žlice ulja

20 žlica brašna

vrh noža praška za  
pecivo

3 šlice mlijeka

mali prstohvat soli





Ostalo:  
mašina za tijesto  
daska za valjanje tijesta  
rezač za tijesto  
1 litra ulja  
metalna posuda za  
kuhanje  
pladanj sa salvetom  
šećer u prahu za  
posipavanje kroštula



Pripremiti sve  
sastojke.

U lončiću na vatri  
rastopiti prstohvat  
soli s 3 žlice  
mlijeka, te ostaviti  
da se hladi.

U zdjeli odvojiti 3  
žumanjka i 1 jaje.

Dodati 1 žlicu šećera,  
vanilin šećer, 5 žlica  
bijelog vina, 1 žlicu  
ruma i 2 žlice ulja.

Izmiksati ručnim  
mikserom, te dodati  
ohlađenu otopljenu  
sol u mlijeku.

Potom dodavati  
žlicu po žlicu brašna  
i prašak za pecivo.



Miješati kuhačom, te dovršiti mijesiti rukama dok tijesto ne postane glatko i čvrsto. Od tijesta napraviti kuglu, te podijeliti tijesto na dijelove debljine 1 cm (poput šnite kruha).

Ugrijati 1 litru ulja u metalnoj posudi (ulje treba biti vruće jer se u ulju prže kroštule). Dok se ulje zagrijava razvaljati tijesto. Staviti komad tijesta u mašinu za tijesto na broj 7, i proći kroz isti broj pet puta, potom razvaljati kroz broj 5 tri puta i na kraju kroz broj 3 dva puta. Kako se tijesto ne bi ljepilo za mašinu potrebno ga je malo posipati brašnom. Položiti razvaljanu traku koju smo dobili na dasku (traka je dugačka cca 20 cm i široka cca 10 cm). Rezačem za kolače napraviti trake širine 2 cm. Svaku traku je potrebno svezati u mašnicu-kroštulu.

Kroštule staviti u metalnu posudu uljem, pržiti po 3 kroštule na jednoj strani dok ne pozlatne, pa okrenuti drugu stranu da pozlatni. Izvaditi i odložiti na pladanj sa salvetom. Pržiti preostale dvije.

Kada se završi prvi krug prženja, smanjiti vatru, razvaljati drugi komad i učiniti isti postupak.

Tako sve do kraja. Kad se na pladnju posloži prvi red kroštula potrebno ih je posipati šećerom u prahu. Svaki novi red posipati šećerom u

prahu.



# DOMAĆI BIŠKOTI

Sastojci:

MARK JANKO

1 maslac ili pol  
maslaca pol masti

50 dkg muke

1 pecivo

1 vanilija

2 žutanjka

10 dkg cukera u  
prahu

0,5 dcl mlika

naribati malo  
limunove korice



Sve skupa zamisiti,  
pustiti 1 uru u  
frižideru  
pokriveno. Peć na  
180 stupnjeva 6  
minuta.





# KEKSI NA MAŠINU

Sastojci:

ARTHUR I  
LUCAS ŠTIFANIĆ

- 200g mekog brašna
- 100g mljevenih oraha
- 100g mljevenih badema
- 100g maslaca
- 150g šećera
- 2 cijela jaja
- 2 vanil šećera
- pola vrećice praška za  
pecivo
- prstohvat soli



## Priprema:

U jednoj posudi izmiješajte sve sastojke, a maslac izrežite na tanke listiće.

Zamijesite srednje tvrdo tijesto. Morati ćete mijesiti nekoliko minuta da bi se sve povezalo.

Pećnicu upalite na 200C i ostavite da se grije. Mašinu za kekse pričvrstite za stol te odaberite nastavak po želji. Uzimajte šaku po šaku tijesta i gurajte u mašinu, ona stalno mora biti puna tijesta. se malo ohlade, a zatim uživajte.





Okrećite ručicu mašine, desnom rukom okrećite, a lijevom pridržavajte valjak tijesta koji izlazi iz mašine. Kekse poslažite na pleh koji ste prethodno obložili papirom za pečenje. Kekse možete slagati jedne blizu drugih, neće se jako dići. pecite ih dok malo ne porumene 10-15 minuta, ovisno o pećnici. Kad su keksi pečeni pustite ih da se malo ohlade, a zatim uživajte.



# CUKERANČIĆI

LAURA LJUBEŠIĆ



Sastojci:

4 jaja

80 dkg brašna

30 dkg šećera

2 vanilin šećera

2 praška za pecivo

Korica od jednog

limuna

Prstohvat soli

1 dcl ulja

Za aromu malo

rakije ili ruma

Jaja, šećer i vanilin šećer staviti u dublju posudu te dobro izmiksati. Potom dodati ulje i za aromu malo rakije ili ruma.

Suhe sastojke brašno, prašak za pecivo, sol, koricu limuna treba promiješati kuhačom.

Sve zajedno zamijesiti u tijesto. Ako je tijesto pretvrdo, dodati malo mlakog mlijeka.

Cukerančiče oblikovati i posložiti u tepsiju.

Cukerančiči se peču 10 minuta na 180 stupnjeva.

U loncu na vatri zakuhati bijelo vino 2 dcl, te dodati šećer.

Pečene ohladene cukerančiče umakati u ohlađeno kuhano vino i potom posipati sa kristalnim šećerom.



# OMOBOLO S KISELIM KUPUSOM

EVA I NIKO

Sastojci: PAPIĆ

1 kg kiselog kupusa

panceta

3 režnja češnjaka

lovorov list

papar

voda

1 kg svinjskog

karea (ombola)

maslinovo ulje /

svinjska mast





Kiseli kupus isprati u hladnoj vodi i staviti dinstati na malo masti ili maslinovog ulja. Sitno nasjeckati češnjak i pancetu te zajedno s malo papra i lovorom dodati u kupus. Po potrebi dodavati vode. Ostaviti da se kuha 60 minuta.

Tanko narezani ombolo začiniti po želji i ispeći na masti ili maslinovom ulju. Kad je sve gotovo zajedno poslužiti.





# LOVREČKI KOLAČIĆ

Sastojci: DJEČJI VRTIĆ  
RADOST

600 g brašna  
300 g šećera  
4 jaja  
1 prašak za pecivo  
2 vanilin šećera  
korica limuna  
250 g margarina  
prstohvat dječje mašte



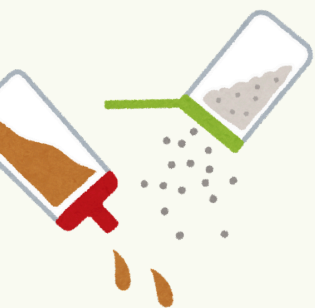






U ime Osnovne škole Joakima Rakovca, želimo zahvaliti svim roditeljima i odgojiteljicama na divnoj suradnji tijekom ovogodišnjeg Dječjeg tjedna. Naša zajednička aktivnost predstavlja primjer suradnje roditelja, vrtića i škole u prenošenju lokalnih specifičnosti našoj djeci.

Hvala Vam što ste omogućili našim učenicima da osjete gastronomsku čaroliju Lovreča i zajedno s Vama uživaju u ukusnim trenucima. Radujemo se budućim suradnjama i zajedničkim projektima.



Hvala od srca!

