



Център за образователна интеграция
на децата и учениците от етническите малцинства



Професионална гимназия по селско стопанство и хранително – вкусови
технологии “Ангел Кънчев“ град Разград

Договор № БС33.24-1-0027/09.12.2025г. , Проект «Заедно творим бъдеще – вкусът на различието»

Проект

“Заедно творим бъдеще – вкусът на различието”

Конкурсна процедура 33.24-2025

Център за образователна интеграция на децата и учениците от етническите малцинства

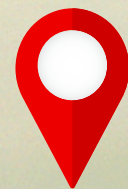
„Настоящият документ е изготвен с финансовата помощ на Центъра за образователна интеграция на децата и учениците от етническите малцинства /ЦОИДУЕМ/ и Бенефициентът носи цялата отговорност за съдържанието на настоящия документ и при никакви обстоятелства не може да се приеме като официална позиция на Министерство на образованието и науката и ЦОИДУЕМ“.

Дигитален кулинарен албум





с. Гецово



с. Побит камък



с. Осенец



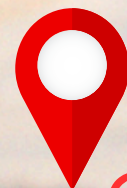
с. Стражец



с. Дряновец



с. Гороцвет



с. Ясеновец



с. Топчии



с. Благоево



Разград



Раки със сухи чушки (пълнени сухи чушки)



Продукти:

- 10 – 15 сухи червени чушки
- 1 чаша ориз (или ориз + малко булгур)
- 1 брой праз нарязан на кръгчета
- олио или свинска мас
- по желание: суха чубрица



Приготвяне:

1. Сухите чушки се измиват да омекнат (10–20 мин).
2. Празът се нарязва и се запържва леко.
3. Добавя се оризът и се разбърква 2–3 мин.
4. Овкусява се със сол, пипер и червен пипер.
5. Чушките се нареждат върху ориза в тава и се заливат със зелена чорба. На една чаша ориз се слага 2 чаши зелена чорба и 2 чаши вода. Тавата се покрива – захлюпва с друга тава и около 40 мин. се слага във фурната на 160 градуса.
6. Нареждат се в тава, добавя се вода до половината.
7. Пекат се на 180°C около 40–60 мин.



Зеле с джумерки



Продукти:

- кисело зеле
- 1 шепа джумерки (пръжки)
- 1 глава лук (по желание)
- малко мазнина



Приготвяне:

1. Зелето се нарязва и се слага да се задуши.
2. Ако е много солено – измива се леко.
3. Добавя се лук и се запържва за кратко.
4. Слагат се джумерките.
5. Всичко се готви на бавен огън, докато стане меко и ароматно.



Пълнени сухи чушки с булгур



Продукти:

- сухи чушки

- 1 чаша булгур
- 1 глава лук или 1 брой праз
- олио
- сол, червен пипер, джоджен



Приготвяне:

1. Булгурът се измива и се накисва за 10 мин.
2. Лукът (празът) се задушава в мазнина.
3. Смесва се с булгура и подправките.
4. Пълнят се омекналите чушки.
5. Подреждат се плътно в тенджера.
6. Заливат се с вода почти да ги покрие.
7. Варят се на слаб огън около 40 мин.



Млечена каша



Продукти:

- 3–4 с.л. брашно
- 500 мл прясно мляко
- 1 с.л. масло
- сол (или захар, ако е сладка)

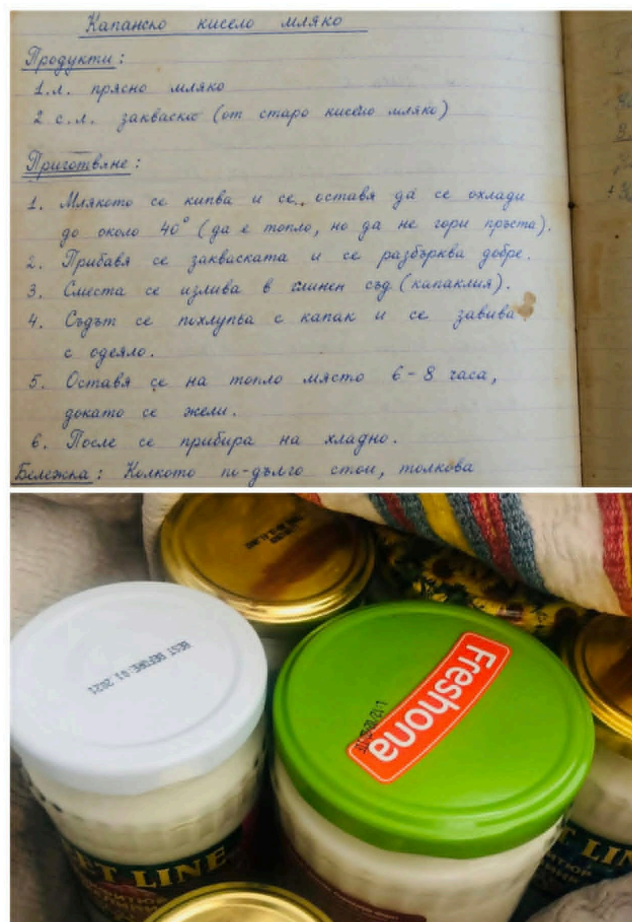


Приготвяне:

1. Брашното се запържва леко в маслото (да стане златисто).
2. Добавя се млякото бавно при непрекъснато бъркане.
3. Вари се, докато стане гъсто като крем.
4. Овкусява се:
 - солена версия (най-често в селото)
 - или сладка (по-рядко) отгоре се поръсва с кристална захар.



Кисело мляко по гецовски (домашно)



Курма (капанска баница)

Един пакет листи за баница. Нарездат се, като се къдрят като хармоника. 1 литър мляко се подсирва с мая за сирене. Баницата се полива с подсирката.

Продукти:

- **1 пакет** кори за баница (традиционно се използват дебели, точени на ръка кори).
- **1 литър** прясно мляко (най-добре домашно, пълномаслено).
- **Мая за сирене** (няколко капки, според описанието на шишенцето).
- **50-100 г** масло или мас за поръсване.
- **Щипка сол.**

Приготвяне (Тайната на капанците):

1. **Нареждане:** Корите не се слагат плоски. Всяка кора се хваща и се набръчква на „хармоника“ (или „хармуника“, както казват в региона). Нарездат се плътно една до друга в намаслена тава.
2. **Печене (Етап 1):** Баницата се поръсва с разтопена мазнина и се слага в печта (или фурната) само за малко, докато леко порозовее и се „засуши“.
3. **Подсирване:** Млякото се затопля (да бъде хладко, около 35°C). Добавя се маята за сирене и се разбърква. Изчаква се съвсем малко, докато започне да се пресича (да става на парцалчета).
4. **Заливане:** Баницата се изважда и се залива равномерно с тази „подсирка“.

5. **Финал:** Връща се във фурната и се пече, докато поеме всичкото мляко и хване хубава, златисто-кафява коричка.



Лучени пера с мляко



Продукти:

- 2–3 връзки пресен лук (лучени пера)
- 1 чаша прясно мляко
- 1 с.л. брашно
- олио или масло
- сол



Приготвяне:

1. Лукът се нарязва (включително зелената част).
2. Задушаване се леко в мазнина.
3. Добавя се малко вода и се оставя да омекне.
4. Брашното се размива в млякото.
5. Излива се при лука и се бърка.
6. Вари се до леко сгъстяване.

Отделно се запържва червен пипер с малко олио. И когато кашата се изсипе в чинията отгоре се полива със запържката.



Маджунена каша за 4 порции



Продукти:

- 8 с.л. (или около 1/2 ч.ч.) брашно
- 4 ч.ч. (1 литър) вода
- 10–12 с.л. маджун (може и повече, според това колко сладко го обичате) размит във водата.
- 4 с.л. (около 50–60 г) масло
- 1/2 ч.ч. счукани орехи (за поръсване отгоре)



Кратко приготвяне (за 4-ма):

1. В по-дълбок съд разтопете маслото и запържете брашното до златисто.
2. Постепенно налейте литъра мляко (или вода), с размития маджун, като бъркате енергично с тел, за да няма бучки.
3. Варете на среден огън, докато кашата започне да прави „балончета“ и се сгъсти добре.
4. Като се разсипе в купичките може да се поръси със счукани орехи.

Капанска Комбастъ

Продукти: Тиква: нарязана на парчета и обелена.

Сушени плодове (сушенки): круши, сливи, ябълки, череши, кайсии, праскови.

Захар: по желание (накрая).

Тиквата се слага да се вари заедно със сушените плодове (сушенките). Едва накрая, когато плодовете и тиквата са омекнали добре, се добавя захар по желание (на вкус).

Салата варен лук и сухи чушки

Сварява се лука на ивички слагат и се

[назад към картата](#)

1. Чорба от боб със зелева чорба

- 1 ч.ч. зрял бял боб (в тетрадката е записан като „праусен“ – едър фасул)
- 1/2 литър зелева чорба (армия)
- 1/2 литър вода (пропорцията вода-зелева чорба се наглася според това колко е солена/кисела чорбата)
- 1 глава лук
- 1 стрък праз (по желание, за по-богат вкус)
- 50-60 мл олио
- 1 суха червена чушка
- 1 ч.л. червен пипер
- 1 с.л. брашно (за лека запръжка, както се споменава в тетрадката)
- Суха чубрица или джоджен

Начин на приготвяне:

1. Сваряване на боба: Накисни боба от предната вечер. На сутринта излей водата, налей прясна вода и го сложи да заври. След като поври 10-15 минути, изхвърли и тази първа вода. Налей нова топла вода, добави нарязания на ситно лук и малко олио и остави боба да се вари на бавен огън, докато омекне напълно.
2. Добавяне на зелевата чорба: Когато бобът е сварен и водата е поизвряла, добави зелевата чорба (армията). Ако обичаш по-кисело, сложи повече зелев сок, ако е твърде солена – разреди с вода. Заедно с чорбата може да натрошиш и една суха червена чушка. Остави да поври още 10 минути, за да се смесят вкусовете. *(Важно: Сол не се слага, тъй като зелевата чорба е достатъчно солена!)*
3. Запръжката: В малък тиган загрей останалото олио. Ако ползваш праз, задуши го малко в олиото. Добави брашното и го запържи за минута до златисто. Дръпни от огъня, сипи червения пипер, разбъркай бързо и веднага сипи малко от горещия бобен бульон в тигана, за да се разреди запръжката.
4. Финал: Изсипи запръжката обратно в тенджерата при боба. Поръси със суха чубрица (или джоджен) и остави чорбата да покъкри още 5 минути на слаб огън, за да се сгъсти леко.

2. Лятна пиперена манджа на сач

Продукти:

- 2 глави лук
- 2 броя зелени чушки (сурови)
- 2 броя червени чушки (сурови)
- 1 патладжан
- 10 - 15 домати сурови
- 1 морков
- 1 връзка магданоз
- олио

Начин на приготвяне: Нарязва се [всичко]. Готови се захлупено с тава на бавен огън.

3. Плакета без сирене

Замесва се тестото, правят се малки топчета и се разточват с точилката. Накъдрят се листите като хармоника. Слага се 1 брой яйце и се полива с пробито мляко.

4. Кисело зеле с джумерки

Продукти:

- 1 кисела зелка (средна по размер)
- 1 ч.ч. сушени черници (джумерки)
- 1 глава лук (по желание)
- 1/2 ч.ч. олио
- 1 ч.л. червен пипер
- Малко зелен сок (армия) и вода

Начин на приготвяне:

1. Подготовка: Нарези киселото зеле на ситно (както за класическо постно зеле). Ако е твърде солено, може леко да го изплакнеш.
2. Задушаване: В дълбока тенджерка или дълбок тиган загрей олиото и задуши ситно нарязания лук (ако ползваш) заедно със зелето, докато то леко омекне.
3. Овкусяване: Поръси с червения пипер и разбъркай бързо за няколко секунди, за да не изгори пиперът.
4. Добавяне на джумерките: Изсипи сушените черници (джумерки) при зелето. Тяхната естествена сладост ще балансира киселината на зелето и ще даде уникалния вкус на ястието.
5. Готвене: Налей малко зелен сок и вода (в съотношение 1:1), колкото да покрие продуктите наполовина. Намали огъня и остави да къкри на бавен огън под капак, докато зелето стане напълно крехко и течността изври.
6. По желание (Запичане): След като омекне на котлона, можеш да прехвърлиш ястието в тава и да го запечеш във фурната, докато хване приятна коричка.

5. Таки-пълнени сухи чушки с булгур и праз и кълцано месо

Запързва се пражата, булгура и кълцаното месо. Като се развие булгурът, се пълнят чушките. Заливат се в тавата със вода и зелена чорба. Покриват се със листа от втасало зеле.

6. Ошаф

Нарязва се захарно цвекло на по-дребни парчета. Като заври водата, се пускат парчетата захарно цвекло. Като се свари, се слагат сушените / сливи, круши, кайсии, праскови, череши /. Накрая се слага лист от индрише.

7. Сватбарска чорба

Прави се със зелена чорба, топчета от кайма, праз, слага се фиде. Накрая се слага суха чубрица.

[назад към картата](#)

1. Бебераш

Продукти:

- 1 чаша ориз
- 1 стрък праз
- Зелева чорба
- Вода
- Сухи червени чушки (люти, по желание)

Начин на приготвяне:

1. Подгответе традиционен съд – чувен.
2. Нарезете прера и го запържете заедно с една чаша ориз.
3. Залейте сместа със зелева чорба, предварително разредена с малко вода.
4. След като ястието заври, пуснете вътре сухите червени чушки.
5. Оставете да ври, като по време на готвенето може да долеете още малко от разредената с вода зелева чорба, докато оризът се сvari напълно.

2. Супа със зелева чорба

Продукти:

- Зелева чорба и вода (в съотношение наполовина)
- 1 стрък праз
- Сварен бял боб (за гозбата ще трябва 2 супени лъжици)
- Сланина (мазничко месо с малко месо по него)
- Втасало зеле (кисело зеле)
- 1 шепа джумерки (пръжки)
- Ориз или туче (царевично брашно)
- Чубрица

Начин на приготвяне:

1. В тенджера смесете зелената чорба и водата в равни части и поставете на огъня.
2. Нарезете 1 стрък праз и го добавете в течността.
3. В отделен съд запържете („учвържете“) мазничкото месо със сланинка и го сложете в супата.
4. Нарезете втасалото кисело зеле на дребно.
5. След като течността с прера и месото заври и се посвари, добавете към нея 2 супени лъжици от предварително сварения бял боб и нарязаното кисело зеле.
6. Оставете ястието да поври, след което прибавете една шепа джумерки (пръжки).
7. Когато всички съставки поврят заедно, сипете ориз или туче (царевично брашно) за съгъстяване.
8. Щом супата е напълно готова, я отдръпнете от огъня и я посолете с чубрица.

3. Комбасте

Продукти:

- 1 парче/част (леща) тиква
- Захар (на вкус)
- Сушени ябълки, сливи и кайсии
- Орехи (едро счукани)
- Олио (за намазване)
- Вода

Начин на приготвяне:

1. Обелете кората на парчето тиква и я нарежете на малки парченца.
2. Сложете тиквата да се вари в говен (съд) с вода и добавете захар на вкус.
3. Когато тиквата се посвари, прибавете към нея сушените плодове – ябълки, сливи и кайсии, както и едро счуканите орехи.
4. Оставете десерта да поври още малко, докато тиквата омекне напълно и се свари добре.
5. Накрая добавете малко олио за намазване, объркайте хубаво всички съставки и оставете ястието да изстине преди сервиране.

4. Маджунена каша

Продукти:

- Бяло брашно
- 1 чаша захар
- Вода

Начин на приготвяне:

1. В говен (съд) запържете („учвървете“) бялото брашно на сухо, докато придобие приятен златист цвят.
2. Предварително разтворете 1 чаша захар с малко вода, за да се получи захарен сироп (да не бъде прекалено рядък).
3. Налейте сиропа върху запеченото брашно при непрекъснато бъркане.
4. Продължавайте да бъркате енергично на огъня, докато кашата стане гъста и започне сама да се отделя от стените на съда.
5. Докато сместа е още топла, гребвайте от нея с 1 супена лъжица и оформяйте хапки.
6. Наредете ги в чиния и ги поднесете, след като изстинат напълно.

5. Селски Дряновски камби с втасали камби

Продукти:

- Втасали камби (от туршия)
- 1 стрък праз
- Олио (за пържене)
- Бяло брашно

Начин на приготвяне:

1. Нарежете втасалите камби и един стрък праз на ситно.
2. Загрейте олио в тиган и ги запържете („учвържете“) много хубаво.
3. След като омекнат и се запържат, посипете продуктите отгоре с малко бяло брашно.
4. Продължете да пържите при постоянно бъркане, докато брашното полепне по камбите и стане златисто. Хапват се топли или студени.

6. Ромачетата (Помачетата)

Продукти:

- Тесто за хляб
- Сирене и яйца (за плънката)
- Чисто масло
- Галета
- За заливката: 1 кофичка кисело мляко и 2 яйца

Начин на приготвяне:

1. Замесете класическо тесто за хляб и го разточете на голяма кора.
2. Пригответе плънка от натрошено сирене и едно яйце, разпределете я върху кората и я навийте на руло.
3. Нарежете рулото на малки парченца (комачета) и ги подредете легнали в тавичка.
4. Полейте парчетата с разтопено чисто масло и ги оставете на топло да втасат, докато се надуват хубаво.
5. В отделен съд разбийте 1 кофичка кисело мляко с 2 яйца и полейте втасалите ромачета.
6. Сложете тавата да се пече в предварително загрята фурна на 180°C, като включите само долния реотан (долна фурна).
7. Малко преди ястието да хване финална коричка отгоре, го поръсете леко с галета.
8. Когато ромачетата придобият златист цвят, проверете готовността им в средата с клечка – тя трябва да излиза суха, за да не останат тестени.
9. След като извадите опечените ромачета, ги напръскайте леко с няколко капки вода и ги покрийте с чиста кърпа, за да се задушат и омекнат.

7. Ошав

Продукти:

- Сладко цвекло
- Сушени ябълки, сливи, кайсии и праскови (по желание)
- Вода

Начин на приготвяне:

1. Обелете и нарежете сладкото цвекло на малки парченца.
2. Сложете го в говен (съд) с вода и го оставете да ври на огъня.

3. След като цвеклото се посвари малко и омекне, добавете към него сушените плодове – ябълки, сливи, кайсии и праскови.
4. Оставете всичко да ври заедно, докато плодовете омекнат напълно и пуснат своя аромат. По желание ошавът може да се приготви и чисто – само от сладко цвекло, без добавяне на сушени плодове.

8. Гюзлеми

Продукти:

- Разточени листи за баница (например 2 броя Одрински кори)
- Натрошено сирене, смесено с яйце (за пълнката)
- Чисто масло
- Олио (за пържене)

Начин на приготвяне:

1. Вземете един готов лист за баница и го прегънете наполовина.
2. Намажете повърхността му с разтопено чисто масло и поръсете равномерно с пълнката от натрошено сирене и яйце.
3. Сгънете листа още веднъж, така че да се получи затворено квадратно пакетче.
4. Загрейте малко олио в тиган на умерена температура.
5. Поставете гюзлемата в тигана и я запържете първо от едната страна до златисто, а след това я обърнете да се изпържи и от другата страна. Сервират се топли.

[назад към картата](#)

Традиционни ранагски ястия

Ранагската кухня е много специфична, част от цялостния облик на района. Тя се отличава с използването на традиционни протрени.

1. Ранагски, мелеши: Традиционна тостена закуска, вид баница, приготвена с сирена, кори, сирене и яйца.
2. Бани: сичи, чичи с бани. Сичи, първене чичи, почти със сирене от бани, много зелена пик и пориравен.
3. Пилчето: Зелени стрели, които са значаеи по по-големи от стандартните. Пилчето се с бани и ориз.
4. Пилчето: Вид баница, приготвена с пориравено овца, много и много сирене.
5. Бани е много по ранагски: Пилчето първене чичи, заричици със от ирясно сирене, бани и първене пилчето.
6. Бани: Който от бани и поравен (ядом, чичи, следи) традиционен за зичиите ирясно.



ПРАЗНИЧНА ПОГАЧКА

Продукти: 1 парче пряска мая
30 мл. пряска маяко
4-5 с.л. кисела маяко
3 яйца
5-6 дало
1 с.л. сол
1 с.л. захар
1 кг брашно

Приготвяне:

МАЯТА С КЛ. ЗАХАРТА, 200 мл пр. маяко запържено и МАЯКО ОТ БРАШНОТО СЕ ОСТАВЯТО ДА СЕ ВКЪКВА МАЯТА.

Всички останали продукти без яйца изсват се омесват заедно с МАЯТА. Оставя се да втаса 40 минути.

Заформя се по желание. Оставя се да втаса, може се с изсват поръва ме със сусам и се пече на 180° 40 минути.

РАКИ

1 с.л. ориз
1 с.л. булгур
3 с.л. зелена гарба
1 с.л. изсушени червени чушки

Приготвяне:

Оризът и булгур се слагат на огъня в тенджерата с 1 с.л. вода да къкри. След това се добавя зелената гарба и се оставя да къкри докато се свърши оризът и булгурът, добавят се сушените чушки.

Запържка: В тиган се слага олио да загрее към него се добавя нарязан на рибено праз. Като се изпържи и пръза се слага червеният пипер и се добавя към ястието.







Марзунена каша

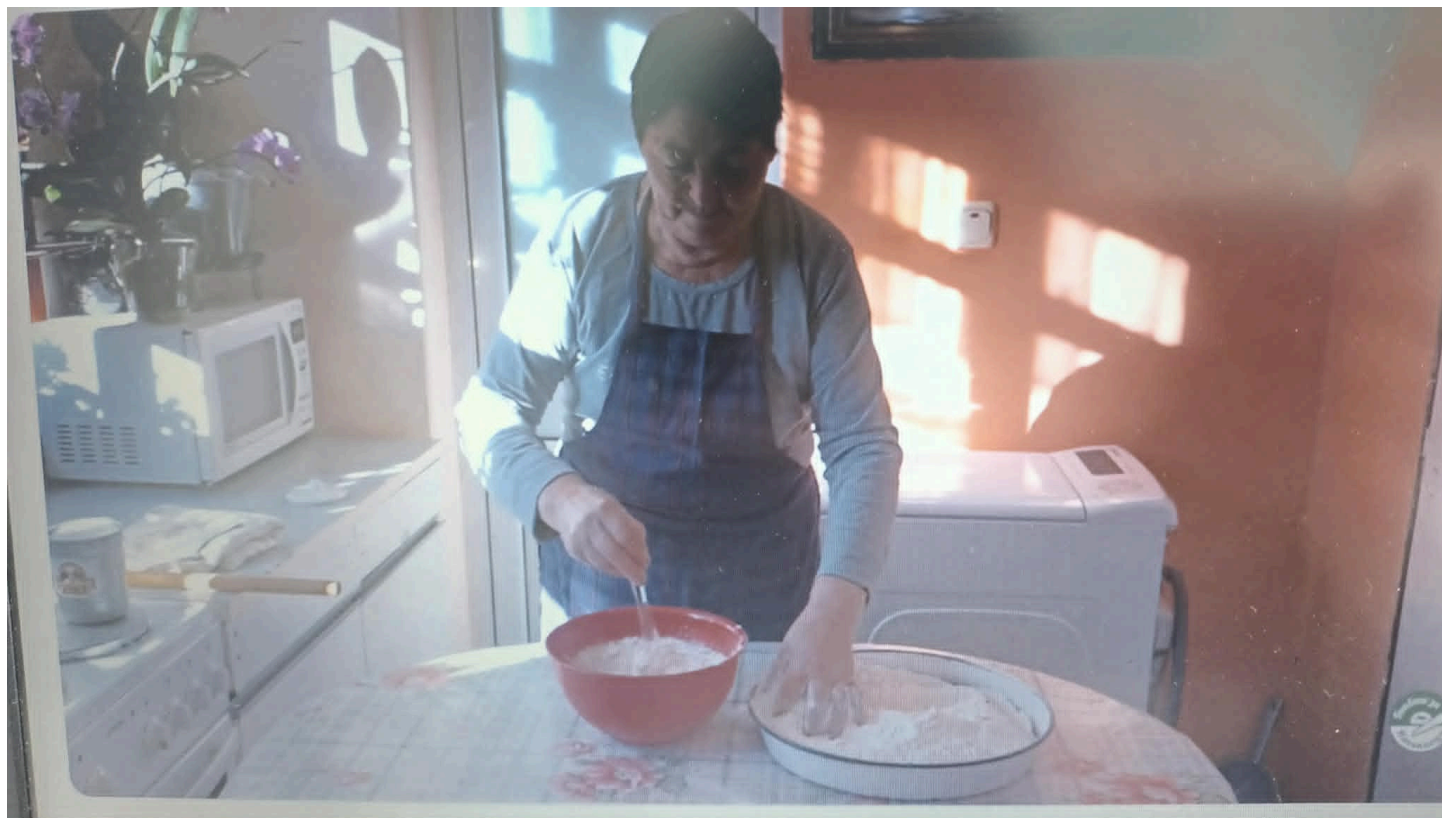
продукти: св. мас
брашно
марзун

приготвяне:

Загрява се св. мас
придава се брашното и
се бърка до се изпече.
Към него се придава
разредения с вода 2:1
марзун.

След като се сгъсти
с мляко порсича се
разсипва в/з тава.

[назад към картата](#)



Необходими продукти:

- **Кори за баница:** 1 пакет (400-500 г)
- **Спанак:** 500 г (пресен)
- **Сирене:** 200-300 г
- **Яйца:** 3-4 броя
- **Кисело мляко:** 1 чаена чаша (около 200-250 г)
- **Сода бикарбонат:** 1 ч.л. (слага се в млякото да шупне)
- **Мазнина:** смес от олио и разтопено масло (около 100 мл)
- **Сол:** на вкус (внимавайте със солта, ако сиренето е солено)





ГЪОЗУМ И ПОСВАРЯВАТ МНОГО МАЛКО ОРИЗ



Гъозум,и посваряват много малко ориз



Гъозум,и посваряват много малко ориз

Милинки

Продукти за тестото:

- 2 яйца
- 500 мл прясно мляко
- 1 кубче мая
- Брашно около 1 кг
- 1 с.л. сол
- 1 с.л. захар

Заливка:

- Масло
- Олио
- Брашно
- Сол

Приготвяне:

Загрявам леко млякото, прибавям кубчето мая, захарта и солта към него, оставям настрани да се активира маята за около 10-15 мин. Аз лично затварям съда със стреч фолио.

След това се пресявам брашното и се правя кладенче, прибавям яйцата и шупналата вече мая. Омесвам меко тесто,





мая. Омесвам меко тесто, което се оставя на топло да втаса за около час. Намазвам тавичка с олио и се оформям топчета x20 гр. Оставям ги да втасат отново за около 30-40 мин. Заливам ги с гъста, като боза кашичка от масло, олио, сол и брашно. На всяко топче се набучва парченце сиренце. Слагат се да се пекат в предварително загрята фурна на 180 градуса за около 30-40 мин до получаването на приятен златист загар.

11:05





[назад към картата](#)



Рецепта 1: Балканджийски боб в гърне

Тайната на този боб е в бавното готвене и глиненото гърне, което задушава продуктите перфектно.



Необходими продукти:

- Боб (фасул): 500 г (най-добре салатен или шарен местен боб)
- Зеленчуци: 1 голяма глава лук, 2 моркова, 1 червена чушка (може и суха)
- Мазнина: 4-5 с.л. олио или свинска мас (за истински балканджийски вкус)
- Подправки: 1 с.л. червен пипер, сух джоджен (задължително!), чубрица, сол на вкус
- По желание: Парче пушени гърди или сланина за аромат



Начин на приготвяне:

1. **Подготовка:** Накиснете боба от предната вечер в студена вода. На сутринта излейте водата, залейте с нова и го сложете на котлона да кипне за 10-15 минути. Изхвърлете и тази първа вода.
2. **Зареждане на гърнето:** Прехвърлете полусварения боб в глиненото гърне. Добавете ситно нарязания лук, морковите и чушката.
3. **Овкусяване:** Добавете олиото (или мастта), червения пипер, джоджена и чубрицата. Ако ползвате пушено месо или сланина, сложете ги в центъра на гърнето.
4. **Вода и печене:** Залейте с топла вода, колкото да покрие продуктите с около два пръста отгоре. Важно: Солта се слага чак накрая, за да не остане бобът твърд!
5. **Готвене:** Покрийте гърнето с капака (може да запечатате краищата с тесто, както са правели в миналото). Сложете го в студена фурна (за да не се спуга глината) и включете на 180°C. Печете бавно около 2,5 – 3 часа, докато бобът омекне напълно и чорбата се сгъсти. Накрая отхлупете, посолете и оставете за още 10 минути във фурната.



Рецепта 2: Автентична маджунена каша

Това е бързо, но невероятно ароматно и сладко ястие, което балканджиите са приготвяли за десерт или за засищане по време на усилна полска работа.



Необходими продукти:

- Маджун: 1 ч.ч. (гъст сироп от захарно цвекло, дини или грозде)
- Брашно: 3-4 с.л. (пшенично, а за по-интересен вкус може да се смеси наполовина с царевично)
- Вода: 2 ч.ч. студена вода
- Мазнина: 2 с.л. краве масло
- За гарниране: Едро счукани орехови ядки



Начин на приготвяне:

1. **Запичане на брашното:** В дълбок тиган или тенджера с дебело дъно запечете сухото брашно на умерен огън за 2-3 минути, като бъркате непрекъснато, докато леко си промени цвета и започне да ухае на ядки.
2. **Размиване:** Дръпнете съда от огъня. Започнете да добавяте студената вода на тънка струя при непрекъснато и енергично бъркане с телена бъркалка, за да не станат бучки.
3. **Добавяне на маджуна:** Изсипете маджуна в сместа и върнете съда на котлона.
4. **Варене:** Варете на тих огън при постоянно бъркане. Кашата е готова, когато започне да прави големи мехури ("да пука") и се сгъсти до гъстотата на нишесте или пудинг.
5. **Финал:** Свалете от огъня и веднага добавете кравето масло, като бъркате, докато се разтопи и поеме от кашата.
6. **Сервиране:** Сипете в плитки чинии или купички и обилно поръсете отгоре с печени, едро счукани орехи. Хапва се както топла, така и охладена.

Рецепта 3: Баница на пещ (по балканджийски)

Истинската магия на тази баница е в тънките, ръчно разточени кори и богатата плънка. Ако нямате каменна пещ у дома, обикновена фурна, загряна на максимум, също върши чудесна работа.



Необходими продукти:

- За тестото: 500 г брашно, 1 ч.ч. хладка вода, 1 с.л. оцет, 1 с.л. олио, 1 щипка сол.
- За плънката: 400 г бяло саламурено сирене, 4-5 яйца, 1 ч.ч. кисело мляко с 1/2 ч.л. сода бикарбонат в него.
- За мазане: 100 г масло (или смес от масло и свинска мас).



Начин на приготвяне:

1. **Месене и почивка:** От продуктите за тестото се измесва меко и еластично тесто. Разделя се на 4-5 топки, намазва се с олио и се оставя да си почине поне 30 минути, за да се точи лесно.
2. **Точене:** Всяка топка се разточва с тънка точилка на много тънка, почти прозрачна кора върху набрашнена кърпа или маса.
3. **Плънка и редене:** Кората се напръсква с разтопена мазнина и се поръсва обилно с предварително разбърканите яйца, сирене и кисело мляко.
4. **Оформяне:** Кората се навива на руло с помощта на покривката, а след това се подрежда на охлюв в намаслена тава (вита баница).
5. **Печене:** Баницата се залива отгоре с останалото масло. В Побит камък я слагат в добре разпалена каменна пещ. У дома я изпечете в предварително загряна на 200°C фурна до апетитен златист загар (около 35-40 минути). След изваждане се напръсква леко с вода и се завива с кърпа, за да „омекне“.

Рецепта 4: Тиквеник

Балканджиите обичат тиквеника сладък, богат на орехи и с много аромат на канела.



Необходими продукти:

- Кори: 1 пакет готови кори за баница (или ръчно точени, както при горната рецепта).
- Плънка: 1 кг настъргана тиква (най-добре от типа „кестенка“ или „цигулка“), 1 ч.ч. захар (или на вкус), 1 ч.ч. едро счукани орехи, 2 ч.л. канела.
- За запържване: 100 г масло или олио.
- За финал: Пудра захар за поръсване.



Начин на приготвяне:

1. **Подготовка на тиквата:** Настърганата тиква се задушават леко в тиган с малко мазнина за 10-15 минути, докато омекне и си пусне водата. Сваля се от огъня и се оставя да изстине.
2. **Овкусяване:** Към изстиналата тиква се добавят захарта, канелата и счуканите орехи. Разбърква се добре. *(Важно е захарта да се сложи накрая, за да не се втечни тиквата прекалено рано).*
3. **Навиване:** Вземат се две кори, напръскват се с малко мазнина и по дължината им се разпределя част от тиквената плънка. Навиват се на руло и се подреждат в кръгла тава.
4. **Печене:** Тиквеникът се намазва отгоре с малко мазнина и се пече на 180°C за около 40 минути, докато хване хубава коричка.
5. **Сервиране:** След като изстине напълно, се нарязва и се поръсва обилно с пудра захар.



Атракция 5: Пуканки от „долап“

Тази „рецепта“ е по-скоро ритуал и уникална технология за село Побит камък. „Долапът“ представлява уред с ръчно задвижване – затворен мрежест или метален цилиндър (барабан) с дълга дръжка, който се поставя директно над открит огън или тлееща жар.



Необходими продукти:

- Царевица: Специален сорт местна пуклива царевица (зърната трябва да са добре изсушени).
- За овкусяване: Разтопена свинска мас (или масло) и сол.



Начин на приготвяне:

1. **Зареждане:** Сухите царевични зърна се изсипват в барабана на долапа през специално капаче. Вътре не се слага мазнина – пукат се напълно на сухо!
2. **Пукане над жарта:** Долапът се поставя над жарта. Майсторът започва бавно и ритмично да върти дръжката. Въртенето е ключово, за да може топлината да се разпредели абсолютно равномерно по всяко зърно и да няма изгорели пуканки.

3. **Шоуто:** След броени минути вътре започва масово „пукане“, което звучи като истинска канонада. Върти се, докато пукането спре.
4. **Финал:** Горещите пуканки се изсипват в голяма дървена нощвичка или съд. Веднага, докато са топли, се напръскват с малко разтопена мас или масло и се поръсват със сол, след което се раздрусват силно. Вкусът им е много по-дълбок и "опушен" от този на съвременните пуканки!

[назад към картата](#)



Рецепта за курабийки ☺

РОДУКТИ:

- 2 яйца
- 1 чаша захар
- 1/2 чаша олио
- 1 кисело мляко
- 1 бакпулвер
- брашно (колкото поеме)

ачин:

Първо чупим яйцата и ги бъркаем със захарта.

После слагаме олиото и киселото мляко, добавяме бакпулвера и малко прасно.

Правим тесто да не лепне. Източваме и правим формички: зайчета, яйца, звездички ☺.

Пореждаме в тава с хартия.

Печем в фурната на 180 градуса докато станат златни.

Накрая поръсваме със захар





Рецепта за курабийки ☺

Продукти:

- ♥ 2 яйца
- ♥ 1 чаша захар
- ♥ 1/2 чаша олио
- ♥ 1 кисело мляко
- ♥ 1 бакпулвер
- ♥ брашно (колкото поеме)

Начин:

Първо чупим яйцата и ги бъркаме със захарта.
После слагаме олиото и киселото мляко.
Добавяме бакпулвера и малко по малко брашно.

Правим тесто да не лепне.
Разточваме и правим формички (зайчета, яйца, звездички ☺).

Нареждаме в тава с хартия.

Печем в фурната на 180 градуса докато станат златни.

Накрая поръсваме със захар.

РЕЦЕПТА ЗА БАКЛАВА ♥

Необходими продукти:

- 1 пакет кори за баница
- 200 г масло
- 1 ч.ч. олио
- 2 ч.ч. смлени орехи
- 1 ч.ч. захар (за пълната)
- 1 ч.л. канела (по желание)

За сироп:

- 3 ч.ч. захар
- 3 ч.ч. вода
- 1 ванилия
- сок от 1/2 лимон

Начин на приготвяне:

1. Разтопи маслото и го смеси с олиото.
2. Намажи тава и започни да редиш корите - всяка се маже с мазнина.
3. След 3-4 кори поръсвай с орехи, смесени със захарта и канелата.
4. Продължи така, докато свършат продуктите.
5. Най-отгоре сложи 2-3 кори и добре ги намажи.
6. Нарези баклавата на ромбове или квадрати.
7. Печи в предварително загрята фурна на 180°C до златисто (около 40-50 мин).

Сироп:

8. Сложи водата и захарта да заврат. Вари 10 минути.
9. Добави ванилията и лимоновия сок, остави да изстине.
10. Залей топлата баклава със студен сироп (или обратното).
11. Остави да престои поне 6-8 часа, най-добре
нощ или



Курабичи (модка)

10 яйца, 1 кг. захар, 2 г. г. мас
3-4 сун. л. к. мл.

6 пок. амоник, 2 п. ванилин (или)
2,5-3 кг. брашно

Разбърква се яйцата и захарта
амоник + к. мл., прибавят се
към яйцата, масата се състои
прибавя се към пр. смес,
сипва се в тави, може
да печатат тестото

Жеке

1 $1/2$ т.т. Захар,
3 т.т. брашно, 4 яйца
 $1/2$ т. ашо, 1 т.т.
прясно мляко или мисирс,
1-2 с.л. коняк, 1 пак.
бикстуввер.
Пече се на умерена
фурна / 250° /

Вал суджук

Продукти - 2 ж. обикновени бисквити,
1 т.т. мляко, 1 я. масло, $1/2$ п. ~~какао~~ шоко,
(или марципани - 4бр. или 2 с.л.
какао), 1 яйце, пудра захар - от 250-50
орехи 1 т.т. гомо.
Бисквитите се вагучваат во сито
продуктите се размесваат, накрај се
слага пудра захар. Оформе се како
салам, глато и в хладилника

Местна за нирски
1. есејка /
Гоопа гама прено мляко
мај колкото еф
2. есејка лажна фаме
12. есејка от
2. 3. есејка
400/800 е фаме

РЕЦЕПТА ЗА БАКЛАВА ♡

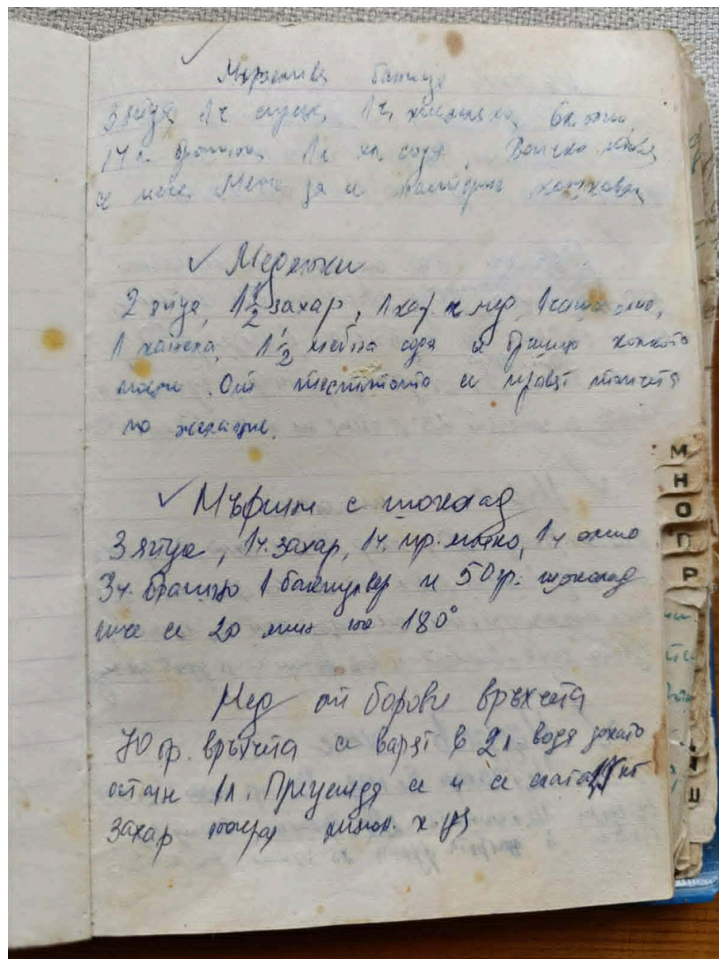
- 1 пакет кори за Баница
 - 200 г масло
 - 1 ч.ч. олио
 - 2 ч.ч. силени орехи
 - 1 ч.ч. захар (за пълнката)
 - 1 ч.ч. канела (по желание)
- за сироп:

 - 3 ч.ч. захар
 - 3 ч.ч. вода
 - 1 ванилия
 - сок от 1/2 лимон

Начин на приготвяне:

Cupon:









Конски суджук

Продукти:

- 5 кг конско месо (чисто, без жили)
- 150 г сол
- 20 г черен пипер
- 10 г кимион (счукан)
- 5 г бахар (по желание)
- 1 ч.л. захар
- черва за пълнене

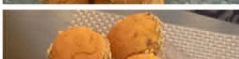
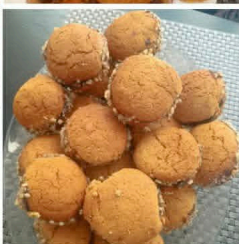
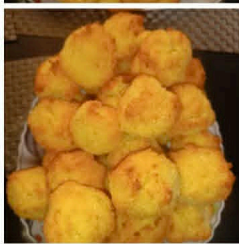
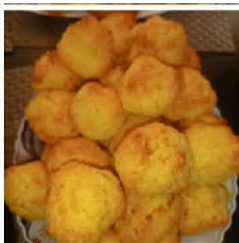
Приготвяне:

Месото се нарязва на дребни кубчета или се мели на едро.
 Добавят се солта и подправките и се омесва хубаво.
 Остава се да престои 24 часа на студено.
 След това се пълнят червата, като се оформят суджуци.
 Притискат се леко, за да станат плоски.
 Окачват се на проветриво и хладно място.
 Всеки ден леко се притискат (пресоват), за да изсъхнат равномерно.
 Сушат се около 20-30 дни, докато станат твърди.
 Да се съхранява на сухо и хладно.

Добър апетит!















[назад към картата](#)

ТУРСКИ МЕКИЦИ

Продукти:

500 грама брашно

7 грама суха мая

1 чаена лъжичка сол

1 супена лъжица захар

1 супена лъжица ябълков оцет

1 супена лъжица олио

380 мл топа вода (не вряла)

олио за намазване на ръцете и плота

олио за пържене

Приготвяне:

1. Първата стъпка от рецептата за мекици по турски е месенето на тестото. Към брашното добавете маята, захарта, солта, оцета, олиото и на етапи водата.

Тестото трябва да е лепкаво. Оставете тестото да си почине 45-60 минути на топло място.

2. Намазнете плота с олио, намазнете и ръцете си. Сложете олио за пържете в подходящ съд. Оформете бъдещите мекици и ги оставете на мазния плот.

3. Пържете мекиците до готовност.



КЪПАНА БАНИЦА

Продукти:

одрински кори за баница - 500 г

бяло саламурено сирене - 400 г

яйца - 4 бр.

кисело мляко - 200 г

прясно мляко - 200 мл

масло - 120 г

сол - щипка

Приготвяне:

1. Приготвя се плънката, като сиренето се натрошава в дълбока купа. Към него се добавят 2 от яйцата и се разбърква добре до получаване на равномерна смес.
2. В отделна купа се разбиват останалите яйца с киселото мляко, прясното мляко и щипка сол - тази смес ще се използва за заливане и овлажняване на корите.
3. В голяма тенджера се кипва вода с малко сол. До нея се подготвя купа със студена вода.
4. Всяка кора се потапя за 20 секунди (не повече) във врящата вода, след което веднага се прехвърля в студената вода, за да се спре процесът на омекване. Водата трябва да ври слабо, но не бурно. Поставя се внимателно, сгъната на 2 или 3, за да се държи по-лесно.

5. Кората се изважда внимателно с две ръце или решетъчна лъжица и се оставя да се отцеди върху чиста кърпа, без да се изстиска. Ако има малки скъсвания, те не са проблем - при подреждане в тавата те не личат и дори помагат за по-сочна текстура.
6. Тавата се намазва добре с разтопено масло. На дъното се подреждат 2-3 от къпаните кори като се разгъват внимателно и се набръчкват леко, за да се получи характерната въздушна структура. Поръсва се част от сиренето и се полива с малко от млечната смес. Процесът се повтаря - кори, плънка, поливане - докато продуктите свършат. Най-отгоре се поставят кори без плънка.
7. Баницата се залива равномерно с останалата течна смес и се разпределя останалото разтопено масло по повърхността. Оставя се да престои 10 минути, за да поемат корите течността.
8. Турската къпана баница се пече в предварително загрята фурна на 180°C за около 40-45 минути, докато повърхността стане златиста и апетитно запечена. След изваждане се оставя да почине 15 минути преди нарязване, за да се стегне и да се оформят красиви слоеве.



РАМАЗАН ПИДЕ

Продукти:

брашно - 550 г + за доизмесване

прясно мляко - 100 мл топло

вода - 100 мл топла

мая - 1/2 кубче жива

яйца - 1 бр.

олио - 1/2 ч.ч. + за намазняване на ръцете

кисело мляко - 130 г

захар - 1 с.л.

сол - 1 с.л.

сусам - за поръсване

Приготвяне:

1. Маята се натрошава в млякото или водата, добавя се лъжичка захар и хубаво се разбърква. Остава се да шупне за 8 минути.
2. Брашното се пресява в купа и се формира кладенче, в което се сипва половината от киселото мляко, прясното мляко и водата с шупналата мая, олиото, белтъка на яйцето и солта.
3. Замесва се пухкаво, еластично и гладко тесто за пиде, като се добавя брашно, докато спре да лепне по пръстите и плота. Остава се да втаса в купата, предварително намазнена и покрита със стреч фолио и кърпа отгоре.
4. Взима се тава с приблизителни размери 28-30 см. диаметър. Намазнява се или се покрива с хартия за печене. Ръцете се потапят в олио и втасалото тесто се разтегля във формата и диаметра на тавата. Ръбчетата се подвиват навътре образувайки борд.
5. Така полуоформеното рамазан Пиде се оставя отново да втаса 40-50 минути или час, в зависимост от топлината в помещението. Добре е да бъде покрито, за да не хваща коричка.
6. След второто втасване пидето се доукрасява, като с длан или нещо като дървено шишче се притиска леко и се формира кръг на 1.5 - 2 см. от борда. Във вътрешността на кръга се правят на същия принцип линии, кръстосани и образуващи квадратчета или ромбчета.
7. Приготвя се смес от жълтъка на яйцето, малко олио, останалото кисело мляко, сол и по желание още 1-2 с.л. прясно мляко. Пидето се намазва обилно, после се правят малки дупчици тук-там с клечка или тънко шишче и остатъка от сместа се залива. Леко се тръска, за да попие и се поръсва със сусам.
8. Рамазан Пиде се пече в предварително загрята на 190 градуса фурна, ниска решетка. Турският хляб е готов, когато добие приятен златист захар.



ПАНДИШПАНОВО РУЛО С ЯГОДИ И СМЕТАНА

Продукти:

за рулото

яйца - 3 бр.

захар - 100 г

брашно - 100 г

бакпулвер - 1 бр.

ванилия - 2 бр.

краве масло - 20 г

за крема

сладкарска сметана - около 250 мл

пудра захар - 1 с.л.

ягоди - 3

банани - 1 бр.

Приготвяне:

- 1.** Разбиване на яйцата и захарта с миксер до побеляване. Прибавяне на брашното и бакпулвера пресяти със сито, както и ванилиите и маслото.
- 2.** Изпичане на пандишпана в квадратна тавичка върху хартия на 180 градуса за 15 мин.
- 3.** Веднага след изваждане от фурната се обърща върху тънка кухненска кърпа, поръсена със захар, отлепяне на хартията и навиване на руло заедно с кърпата. Оставяне на

рилото да изстине.

- 4.** Приготвяне на крема за пандишпановото руло. Разбиване на сметаната с миксер, прибавяне на пудра захар, ягоди и банана, нарязани на дребно.
- 5.** Развиване на сладкото руло, намазване с крема, навиване отново, но без кърпата.
- 6.** Намазване само със сметана и украса с останалите ягоди и малко боровинки.



[назад към картата](#)

АГНЕШКО С ОРИЗ И БУЛГУР

Продукти за една тава:

агнешко месо около 2-3 кг /за около 15 порции/

зелен лук 2 връзки

девисил 2 връзки

джоджен 1 връзка

ориз 1 чаена чаша /350 грама е чашата

булгур 2 чаени чаши

сол 3 супени лъжици

червен пипер 3 супени лъжици

олио 1 чаена чаша

кимшон на прах 1 пакетче / 10 грама

черен пипер ½ пакетче / 5 грама

вода 13 чаени чаши

Пригорвяне:

1. Всички продукти се смесват и се разпределят в тава.
2. Върху разпределените продукти в тавата се подрежда агнешкото месо и се слага водата.
3. Върху тавата се слага домакинско фолио и се пече на 200 - 230 градуса за 2 часа във фурна, или на пещ.

ДОМАШНА ТУРСКА БАКЛАВА

Продукти:

Турски Кори за Баклава – 500 гр. /1 пакет

Масло – 250 гр.

Смлени Орехи – 2 чаши.

Необходими продукти за сироп:

Захар – 3 водни чаши

Вода – 3,5 водни чаши

Лимонов Сок – 1 чаена лъжичка

Приготвяне:

1. Вземете кръгла тава и я намажете с предварително разтопено масълцето.
2. Сложете първата кора. Тук е много важно да се подчертае, че корите добре да са идеално тънки, затова, ако не ви се правят в домашни условия Ви препоръчваме да си набавите купени Турски Кори за Баклава.
3. След като сложите първата кора, пак я намазвате с масло и върху нея слагате следваща кора, която пак намазвате с маслото. Така слагате 3-4 кори, като вече 4-та, 6-та и 8- та поръсвате допълнително с шепа орехи. Тоест маслото се намазва на всяка кора, а орехи през една кора. По този начин баклавата ще е хрупкава и орехите ще са разпределени идеално. Допълнете тавичката догоре.
4. След като сложите последната кора, преди да я намажете с маслото е необходимо да я нарежете. И по желание можете да поръсите с малко орехи и отгоре за украса.
5. Слагате тавата в предварително нагрятата фурна на около 170-180 С и я печете докато хване наситена златиста коричка – за около 40-45мин.
6. А междувременно направете сироп. Той се прави изключително лесно – на среден огън слагате в една тенджера захар и вода и бъркате докато се получи еднородна смес и захарта се стопи. След като захарта се е стопила слагате лимонен сок и оставяте малко да поври за да стане малко по-гъст сироп.
7. След като баклавата се е изпекла – веднага след като се извади тавата, още гореща от фурната се залива с топъл сироп. Оставете домашната баклава да изстине напълно.



МЛЯКО С ОРИЗ / СУТЛЯШ

Продукти:

прясно мляко - около 1 л

ориз - 3/4 ч.ч.

захар - 3/4 ч.ч.

нишесте - 1 с.л.

яйца - 2 жълтъка

ванилия - 1 пакетче (2 г)

Приготвяне:

1. Сложете ориза да се вари с 1 ч.ч. вода, докато се абсорбира течността. Долейте при леко разбъркване прясното мляко и захарта. Оставете да се вари 10 минути, след което бавно добавете отново при бъркане предварително разбитите нишесте, жълтъци с малко по-малко от 1/2 чаша вода.

2. Бъркайте, докато заври и оставете да ври 5-10 минути. Добавете след това ванилията и веднага разсипете сместа в огнеупорни купички. Към всяка добавете по малко вода. Наредете купичките в тава на водна баня и ги сложете в предварително загряна умерена фурна.

Пекат се само от горе до получаване на тъмно кафява кора. След като се извадят от фурната се покриват с чинийки отгоре. Поднесете ориза с мляко по турски охладен.



МЛЯКО С ОРИЗ

Продукти:

прясно мляко - 1 л

захар - 1 ч.ч

ориз - 1 ч.ч

вода - 1 ч.ч

ванилия - 1 бр.

канела - 1 ч.л.

Приготвяне:

1. Ориза се почиства и се измива добре с вода. В тенджера на котлона се слага водата. Прибавя се ориза във водата.
2. Оризът ври до неговото полуомекване да си поеме водата. Разбърква се.
3. Намалява се котлона. После се прибавя прясното мляко със захарта и ванилията, след което отново се разбърква.
4. Вари се ориза в млякото докато го поеме. След като оризът е сварен тенджерата се сваля от котлона. Още горещ ориза се разпределя равномерно в купички, след което купичките се поръсват с канела отгоре. Десерта се поднася охладен.



ПОСТНИ ЛОЗОВИ СЪРМИ

Продукти:

ориз - 2 ч.ч. дългозърнест

доматено пюре - 3 сл

моркови - 1 бр настърган

лук - 1 глава - голяма наситнен

джоджен - 1/2 връзка наситнен

магданоз - 1/2 връзка наситнен

копър - 1/2 връзка наситнен

мащерка - 2 щипки суха, по - големи

мента - 2 - 3 щ наситнена

зехтин - 8 - 10 сл

чесън - 2 бр скилидки наситнен

черен пипер, сол

стафида - 2 шепи

лимонов сок - сок от 1 бр. + няколко кръгчета от лимон

пресни лозови листа или замразени

Приготвяне:

1. Листата, ако са пресни, е необходимо да се попарят на котлон, докато омекнат и сменят цвета си, а ако са замразени, не е необходимо и се ползват веднага след размразяването им.
2. Плънката за сармите се събира в купа сурова и се поставя с малка ч.л. във всяко листо.
3. Завиват се тесни лозови сарми, като не се пълни много листото с плънка, защото оризът ще набъбне по време на готвенето.
4. Нарездат се в тенджерата. Заливат се със зехтин и вода до сармите или 4:1. Отгоре се нареждат няколко кръгчета от лимон. По време на готвенето, което е около 40 минути на умерен котлон, по-скоро към по-слаб, може да се долее гореща вода, ако е необходимо.
5. След като са готови, се добавя и парчета хубаво масло и се поливат със сок от лимон. Турските постни лозови сармички се поднасят се с цедено кисело мляко и копър.



[назад към картата](#)



**Настоящият дигитален кулинарен албум
не е окончателен и предстои да бъде
разширяван и актуализиран с
допълнителни рецепти.**