



CityPal

Local recommendations



Istra local food & drinks



SADRŽAJ

INTRODUCTION TO ISTRIAN GASTRONOMY	3
DISTILLERIES	8
Strong drinks, stronger dreams	10
MEAT DISHES	16
Istrian prosciutto, cheese and wine	18
Istrian traditional cattle	20
Šurtice, rolled pasta „in bianco“	22
Istrian chicken or rooster „goulash“	24
Ombolo, zarebnjak	26
Istrian minestrone and jota	28
WINE	30
Which of the 4 Istrian wines should you try first?	32
Istarska supa	38
ISTRIAN TRUFFLES	40
Istrian pasta Fuži with pork and truffles	42
CHESSE	44
Different types of Istrian cheese for different types of cheese lovers	46
SEA FOOD & VEGETERIAN DISHES	52
Capesante, Jakobove Kapice, Scallops	54
Fish and sea food	56
Sardines in savor	58
Frittata with asparagus	60
OIL	62
Istrian olive oil that gives flavor to life	64
DESSERTS	70
Istrian olive oil that gives flavor to life	72
Istarski kroštuli, Hroštuli	74
Cukerančiči	76
Istrian traditional so-called strudel	78

Publisher: Denuncio

info@citypal.me

Graphic design: Color Box



INTRODUCTION TO ISTRIAN GASTRONOMY

Istria is a magical place brought to a high level in the world of gastronomy thanks to traditional cuisine and simple home wines. Tasting Istrian dishes and drinks in a beautiful landscape and the company of hospitable Istrians turns this destination into a great gastronomic experience worth cherishing for the rest of your life.

Istria in Croatia is like Tuscany in Italy, a fascinating region rich in culture and gastronomic offers. Due to its historical context and geographical position, Istrian gastronomy is similar to Venetian and Austrian cuisine. Still, there are differences because the recipes were changed and adapted depending on the ingredients that the local population found in their vicinity. For example, the Venetians had access to various foods and spices, while the poor peasants in Istria lived off the fruits of their land. Once poor dishes, today are presented as valued traditional dishes of Istria, some of which have received recognition from UNESCO.

Combining flavors is a real art that requires many years of knowledge and experience. Traditional Istrian cuisine is simple, and the common philosophy is that if the food is fresh and of good quality, it's unnecessary to use a lot of spices. When preparing fish, it's enough to add salt and olive oil, two ingredients that Istrians have always had in their households. For any additional experimentation with flavors, it is necessary to have a good knowledge of fish and Mediterranean herbs with which it is possible to combine flavors.





Flour was always present, so even though Italians are best known for pasta, we should consider that's a poor man's dish. Specific for their shape, *pjukanci*, *fuži*, and *ravioli* take place on the Istrian menu along with meat sauces.

Desserts were present during the celebration, the most famous *fritule*, Istrian small doughnuts, *kroštuli*, carnival crispy pastry from Venetian culture, *štrukolo*, whose recipe we share with Austrian culture, and *cukerančići*, autochthonous Istrian cookies. During the celebration, it was obligatory to drink Istrian *supa*, a mix of red wine with spices and toasted bread, which to this day remains a symbol of socializing and sharing drinks with loved ones.

The most commonly consumed dishes were mainly soups, prepared with a few ingredients and in larger quantities, enough to feed a large family. Istrian *maneštra* (minestrone) is a dish that kept feeding generations and generations.

All these dishes, which many tourists get familiarized with on their adventures in Istria, represent something more than food for the locals. The traditional recipe is the legacy of our ancestors whose stories we remember every time we prepare a dish. We are proud of our story and recipes that no modern kitchen can replace.



INTRODUZIONE ALLA GASTRONOMIA ISTRIANA

Grazie alla sua cucina tradizionale e ai semplici vini di casa, l'Istria diventa un luogo magico portato a un alto livello nel mondo della gastronomia. La degustazione di piatti e bevande istriani con un panorama splendido e in compagnia degli istriani accoglienti trasforma questa destinazione in un'esperienza gastronomica tanto preziosa da ricordare per il resto della vita.

L'Istria in Croazia è come la Toscana in Italia, una regione affascinante ricca di cultura e offerte gastronomiche. Nonostante al fatto che la gastronomia istriana assomiglia alla cucina veneziana e austriaca a causa del contesto storico e della posizione geografica, esistono delle differenze; le ricette venivano modificate e adattate a seconda degli ingredienti che la popolazione locale trovava nelle vicinanze. Ad esempio, i veneziani avevano accesso ai vari generi alimentari e spezie, mentre i contadini poveri in Istria vivevano dei frutti della loro terra. Un tempo piatti poveri, oggi si presentano come piatti apprezzati e tradizionali dell'Istria (alcuni hanno ricevuto il riconoscimento dall'UNESCO).

Combinare i sapori è una vera e propria arte che richiede molti anni di apprendimento ed esperienza. La cucina tradizionale istriana è semplice, la cui base parte dalla filosofia comune: se gli ingredienti sono freschi e di buona qualità, non è necessario aggiungere molte spezie. Quando si prepara il pesce, basta aggiungere sale e olio d'oliva, due ingredienti che gli istriani hanno sempre avuto in casa. Per ulteriori sperimentazioni è necessario conoscere il pesce e le erbe mediterranee per poter creare sapori diversi.

La farina era sempre presente, quindi anche se la pasta faceva parte della cultura italiana, bisogna considerare che essa era da sempre il piatto dei poveri. Specifici per la loro forma, *pjukanci*, *fuži* e *ravioli* fanno parte del menù istriano insieme ai sughi di carne.

Durante le festività c'erano i dolci, le più famose *fritule*, le frittelle istriane, i *kroštuli* ossia i crostuli della cultura veneziana, lo *štrukolo*, la cui ricetta condividiamo con la cultura austriaca, e i *cukerančići*, biscotti istriani autoctoni. Durante le celebrazioni era obbligatorio bere la *supa* istriana, una miscela di vino rosso con spezie e pane tostato, che ancor'oggi rimane un simbolo di amicizia e volontà di condividere la bevanda con i più cari.

I piatti più consumati erano soprattutto le zuppe, preparate con pochi ingredienti e in quantità maggiori, sufficienti a sfamare una famiglia numerosa. Il minestrone istriano era un piatto che ha sfamato generazioni e generazioni.

Tutti questi piatti con i cui si incontrano molti turisti durante le loro visite in Istria, per la gente del posto rappresentano qualcosa di più del cibo. Le ricette tradizionali fanno parte dell'eredità dei nostri antenati, di cui ricordiamo le storie ogni volta quando cuciniamo. Siamo orgogliosi della nostra storia e della nostra cucina tradizionale, la quale nessuna cucina moderna può sostituirla.

INTRODUCTION TO ISTRIAN GASTRONOMY

Istrien ist ein magischer Ort, der dank traditioneller Küche und einfacher Hausweine auf ein hohes Niveau in der Welt der Gastronomie gebracht wurde. Die Verkostung istrischer Gerichte und Getränke in einer wunderschönen Landschaft und die Gesellschaft gastfreundlicher Istrier machen dieses Reiseziel zu einem großartigen gastronomischen Erlebnis, das es wert ist, für den Rest Ihres Lebens geschätzt zu werden.

Istrien in Kroatien ist wie die Toskana in Italien eine faszinierende Region, reich an Kultur und gastronomischen Angeboten. Aufgrund ihres historischen Kontextes und ihrer geografischen Lage ähnelt die istrische Gastronomie der venezianischen und österreichischen Küche. Dennoch gibt es Unterschiede, weil die Rezepte geändert und angepasst wurden, je nachdem, welche Zutaten die lokale Bevölkerung in ihrer Nähe fand. Zum Beispiel hatten die Venezianer Zugang zu verschiedenen Lebensmitteln und Gewürzen, während die armen Bauern in Istrien von den Früchten ihres Landes lebten. Einst arme Gerichte werden heute als geschätzte traditionelle Gerichte Istriens präsentiert, von denen einige von der UNESCO anerkannt wurden.

Das Kombinieren von Aromen ist eine wahre Kunst, die langjähriges Wissen und Erfahrung erfordert. Die traditionelle istrische Küche ist einfach, und die gemeinsame Philosophie ist, dass es unnötig ist, viele Gewürze zu verwenden, wenn das Essen frisch und von guter Qualität ist. Bei der Zubereitung von Fisch reicht es aus, Salz und Olivenöl hinzuzufügen, zwei Zutaten, die die Istrianer schon immer in ihrem



Haushalt hatten. Für jedes weitere Experimentieren mit Aromen ist eine gute Kenntnis von Fisch und mediterranen Kräutern erforderlich, mit denen Aromen kombiniert werden können.

Mehl war immer vorhanden, obwohl die Italiener am besten für Pasta bekannt sind, sollten wir bedenken, dass dies ein Gericht für arme Leute ist. Aufgrund ihrer Form gehören Pjukanci, Fuži und Ravioli zusammen mit Fleischsaucen auf die istrische Speisekarte.

Während der Feier gab es Desserts, die berühmteste Fritule, istrische kleine Krapfen, Kroštuli, knuspriges Karnevalsgebäck aus der venezianischen Kultur, Štrukolo, dessen Rezept wir mit der österreichischen Kultur teilen, und Cukerančiči, autochthone istrische Kekse. Während der Feier war es obligatorisch, die istrische Supa zu trinken, eine Mischung aus Rotwein mit Gewürzen und geröstetem Brot, die bis heute ein Symbol für Geselligkeit und das Teilen von Getränken mit geliebten Menschen ist.

Die am häufigsten konsumierten Gerichte waren hauptsächlich Suppen, die mit wenigen Zutaten und in größeren Mengen zubereitet wurden, um eine große Familie zu ernähren. Die istrische Maneštra (Minestrone) ist ein Gericht, das Generationen und Generationen ernährt hat.

Alle diese Gerichte, mit denen viele Touristen auf ihren Abenteuern in Istrien vertraut gemacht werden, sind für die Einheimischen mehr als nur Essen. Das traditionelle Rezept ist das Erbe unserer Vorfahren, an deren Geschichten wir uns jedes Mal erinnern, wenn wir ein Gericht zubereiten. Wir sind stolz auf unsere Geschichte und Rezepte, die keine moderne Küche ersetzen kann.





Distilleriesies



Strong drinks, stronger dreams

When we talk about **liqueurs**, Istria once again stands out for its traditional recipes and quality products. Which liqueur to try, which one has a sweet taste, what is rakija? You can find all the answers while tasting or purchasing for example at **Aura**, a company that produces exclusive traditional products such as brandies or rather rakija, biska, teranino, medica, travarica, etc.

Rakija is a type of Istrian brandy made by distilling fermented fruit. **Biska** (mistletoe brandy), the queen of Istrian rakija, is specific because the recipe includes the leaves of the white mistletoe that are picked exclusively on an apple tree and macerated in the rakija. The color of this strong drink depends on the recipe and the process of making it.

Another strong drink is **travarica** (herbal brandy) or „medežija“ which means medicine, a common name in Istria because the drink is made from different types of herbs. The Istarska kapljica is particularly noteworthy here with their well-named **Medežija** made of 26 different types of autochthonous medical herbs according to a special recipe and process of preservation of all healing ingredients.

Then, there's **Medica** which is produced traditionally by combining rakija exclusively with the finest acacia honey without the addition of other aromas. As a rule, medica ripens for 6 months before consumption to acquire characteristic organoleptic properties. Medica can be served and tasted almost everywhere in Istria, including in Pazin in the **distillery Krulčić**.

For those who like more delicate, sweet but also aromatic liqueurs there's **Teranino** made of red wine Teran with the addition of 10 spices. It has a low alcohol percentage and is one of the favorites among the local people. Of course, there is plenty of rakija made from various fruits but we also have Istrian gin to offer as well. Many smaller entrepreneurs have a lot to offer such as Winery and distillery Rossi, OPG Frane, OPG Koraca, and many others. And being the home of truffles, Istria offers also Gin with white truffles and Tartufo that are possible to try out at Aura and **Istarska kapljica**.





Bevande forti, sogni dolci

Quando si parla di **liquori**, l'Istria, ancora una volta, si distingue per le ricette tradizionali e i prodotti di qualità. Quale liquore provare, quale ha un sapore dolce, cos'è la rakija? Puoi trovare tutte le risposte degustando o acquistando, ad esempio da **Aura**, azienda che produce esclusivi prodotti tradizionali come grappe ovvero rakija, biska, teranino, medica, travarica, ecc.

La **rakija** è un tipo di acquavite istriana prodotta dalla distillazione della frutta fermentata. **Biska** (acquavite di vischio), la regina della rakija istriana, è specifica perché la ricetta prevede le foglie del vischio bianco che vengono raccolte esclusivamente su un melo e macerate nella rakija. Il colore di questa bevanda forte dipende dalla ricetta e dal processo di preparazione.

Un'altra bevanda forte è la **travarica** (acquavite di erbe) o „medežija” che significa medicina, un nome comune in Istria perché la bevanda è composta da diversi tipi di erbe. Bisogna menzionare Istarska kapljica con la sua ben chiamata **Medežija** composta da 26 diversi tipi di erbe medicinali autoctone, secondo una ricetta speciale e un processo di conservazione di tutti gli ingredienti curativi.

Poi c'è la **Medica** che viene prodotta tradizionalmente unendo alla rakija esclusivamente il miglior miele d'acacia senza l'aggiunta di altri aromi. Di norma, per poter acquisire proprietà organolettiche caratteristiche, la medica deve maturare per sei mesi prima della consumazione. La Medica può essere servita e degustata quasi ovunque in Istria, anche a Pisino nella **distilleria Krulčić**.

Per chi ama i liquori più delicati, dolci ma anche aromatici c'è il **Teranino** a base di vino rosso Terrano con l'aggiunta di 10 spezie. Ha una bassa gradazione alcolica ed è uno dei preferiti dalla popolazione locale. Naturalmente, c'è abbondanza di rakija a base di vari frutti, ma abbiamo anche gin istriano da offrire. Molti imprenditori più piccoli hanno molto da offrire come Cantina e distilleria Rossi, OPG Frane, OPG Koraca e molti altri. Ed essendo la patria del tartufo, l'Istria offre anche Gin al tartufo bianco e Tartufo che è possibile provare all'Aura e all'**Istarska kapljica**.





Starke Getränke, stärkere Träume

Wenn wir über **Liköre** sprechen, zeichnet sich Istrien erneut durch seine traditionellen Rezepte und Qualitätsprodukte aus. Welchen Likör sollte man probieren, welcher hat einen süßen Geschmack, was ist Rakija? Alle Antworten finden Sie beim Probieren oder Kaufen zum Beispiel bei **Aura**, einem Unternehmen, das exklusive traditionelle Produkte wie Brände bzw. Rakija, Biska, Teranino, Medica, Travarica usw. herstellt

Rakija ist eine Art istrischer Schnaps, der durch Destillation von fermentierten Früchten hergestellt wird. **Biska** (Mistelschnaps), die Königin des istrischen Schnapses, ist spezifisch, weil das Rezept die Blätter der weißen Mistel enthält, die ausschließlich auf einem Apfelbaum gepflückt und im Schnaps mazeriert werden. Die Farbe dieses starken Getränks hängt von der Rezeptur und dem Herstellungsprozess ab.

Ein weiteres starkes Getränk ist **Travarica** (Kräuterschnaps) oder „medežija“, was Medizin bedeutet, ein gebräuchlicher Name in Istrien, weil das Getränk aus verschiedenen Arten von Kräutern hergestellt wird. Besonders hervorzuheben ist hier die Istarska kapljica mit ihrer wohl-

benannten **Medežija**, die aus 26 verschiedenen Arten autochthoner Heilkräuter nach einem speziellen Rezept und Verfahren zur Konservierung aller Heilstoffe hergestellt wird.

Dann gibt es **Medica**, das traditionell hergestellt wird, indem Rakija ausschließlich mit feinstem Akazienhonig ohne Zugabe anderer Aromen kombiniert wird. Arzneimittel reifen in der Regel 6 Monate vor dem Verzehr, um charakteristische organoleptische Eigenschaften zu erlangen. Medica kann fast überall in Istrien serviert und verkostet werden, auch in Pazin in der **Brennerei Krulčić**.

Für diejenigen, die feinere, süße aber auch aromatische Liköre mögen, gibt es **Teranino** aus Rotwein Teran mit der Zugabe von 10 Gewürzen. Es hat einen niedrigen Alkoholgehalt und ist einer der Favoriten der Einheimischen. Natürlich gibt es viel Rakija aus verschiedenen Früchten, aber wir haben auch istrischen Gin im Angebot. Viele kleinere Unternehmer haben viel zu bieten, wie Weingut und Brennerei Rossi, OPG Frane, OPG Koraca und viele andere. Und als Heimat der Trüffel bietet Istrien auch Gin mit weißen Trüffeln und Tartufo an, die Sie bei Aura und **Istarska kapljica** probieren können.





Meat dishes



ISTARSKI PRŠUT, SIR I VINO (Istrian prosciutto, cheese and wine)

Don't skip on the homemade Istrian **prosciutto** that goes perfectly with **Teran**, red wine cultivated in Istria. The prosciutto is distinguished by its specific preparation, which entails seasoning a chosen raw meat (a pig leg) with **Mediterranean** spices and air-drying it on Bura (local wind) for at least a year. The elegant shape of Istrian prosciutto gets sliced very thin and presented on a plate with local cheese, olives, and even other traditional dried meats such as Istrian sausages, pancetta, budola, etc. If you prefer white wine, try out Malvazija, you won't regret it.

Non saltare il **prosciutto** istriano fatto in casa il quale si sposa perfettamente con il **Teran**, vino rosso autoctono coltivato in Istria. Il prosciutto si distingue per la sua particolare preparazione che prevede di condire la carne fresca scelta (la coscia di maiale) con spezie **mediterranee** e lasciare asciugare sulla bora per almeno un anno. L'elegante forma del prosciutto istriano viene affettato a mano molto sottile e presentato su un piatto con formaggio locale, olive e persino altre carni secche tradizionali come salsicce istriane, pancetta, budola, ecc. Se preferisci il vino bianco, prova la Malvasia, non te ne pentirai.

Lassen Sie nicht den hausgemachten istrischen **Prosciutto** aus, der perfekt zu **Teran** passt, einem in Istrien angebauten Rotwein. Der Prosciutto zeichnet sich durch seine spezielle Zubereitung aus, bei der ein besonders ausgewähltes rohes Fleisch (eine Schweinekeule) mit **mediterranen** Gewürzen gewürzt und mindestens ein Jahr lang auf Bura (lokaler Wind) luftgetrocknet wird. Die elegante Form des istrischen Prosciutto wird sehr dünn geschnitten und auf einem Teller mit lokalem Käse, Oliven und sogar anderen traditionellen Trockenfleischsorten wie istrischen Würsten, Pancetta, Budola usw. präsentiert. Wenn Sie Weißwein bevorzugen, probieren Sie Malvazija, Sie haben gewonnen bereue es nicht.

RECCOMEND A RESTAURANT WITH GOOD PROSCIUTTO AND CHEESE:

Konoba Doma – SVETI PETAR U ŠUMI, Kranjci 18

Download the CityPal application for more
recommended restaurants



INGREDIENTS

- * homemade prosciutto
- * homemade cheese / formaggio / Käse
- * homemade wine / vino / Wein
- * optional olive oil / olio d'oliva / Olivenöl
- * optional / olive / Oliven



*Scan for recipe

BOŠKARIN DISHES (Istrian traditional cattle)

Although the **Boškarin** dishes belong to a modern and not traditional Istrian cuisine, Boškarin-meat is considered a true **gourmet** delicacy in Istria prepared delicately. In the past, boškarin was a local cattle intended for work in the fields, but today is cultivated for the preservation of the species and also for food. It can be prepared as a goulash and served with **gnocchi** or Istrian pasta like fuži or pljukanci, or even as a tagliata with baked potatoes and grilled vegetables. The cooking process is slow and delicate, but both are exquisite.

Sebbene i piatti con **Boškarin** appartengono a una cucina istriana moderna e non tradizionale, sono considerati una vera prelibatezza **gastronomica** in Istria preparata in modo molto delicato. In passato il boškarin era un bovino locale destinato al lavoro nei campi, ma oggi viene coltivato per la conservazione della specie e anche per l'alimentazione. La carne può essere preparata in uno spezzatino servito con **gnocchi** o pasta istriana come fuži o pljukanci, o anche come tagliata con patate al forno e verdure grigliate. Il processo di cottura è lento e delicato, ma entrambi i piatti sono squisiti.

Obwohl die **Boškarin**-Gerichte zu einer modernen und nicht traditionellen istrischen Küche gehören, gelten sie in Istrien als wahre **Gourmet**-Delikatesse, die auf sehr delikate Weise zubereitet werden. In der Vergangenheit war Boškarin ein lokales Rind, das für die Arbeit auf den Feldern bestimmt war, aber heute wird es zur Erhaltung der Art und auch für Lebensmittel angebaut. Das Fleisch kann in einem Gulasch zubereitet werden, das mit **Gnocchi** oder istrischen Nudeln wie Fuži oder Pljukanci serviert wird, oder sogar als Tagliata mit Ofenkartoffeln und gegrilltem Gemüse. Der Kochprozess ist langsam und delikat, aber beide sind exquisit.

RECOMMEND A RESTAURANT WITH GOOD BOŠKARIN DISH:

Konoba Nono – UMAG – PETROVIJA, Umaška 35

Download the CityPal application for more
recommended restaurants



INGREDIENTS

- * boškarin
- * olive oil / olio d'oliva / Olivenöl
- * onions / cipolla / Zwiebeln
- * carrot / carota / Karotte
- * celery / sedano / Sellerie
- * garlic / aglio / Knoblauch
- * tomato paste / concentrato di pomodoro / Tomatenmark
- * red wine / vino rosso / Rotwein
- * salt / sale / Salz
- * pepper / pepe / Pfeffer
- * optional parsley, rosemary, mažuran / prezzemolo, rosmarino, masuran / Petersilie, Rosmarin, Mažuran



*Scan for recipe

PLJUKANCI IN BIANCO (Šurlice, rolled pasta „in bianco“)

Pljukanci is an Istrian rolled pasta made of two poor man's ingredients (flour and water). The name preserves the myth of preparation by spitting into the palms before rolling the pasta in its original shape (pljuknuti means to spit). The key is to combine flour with warm water (40°C) and add a small amount of oil to obtain elasticity. The next step is to pinch the dough and roll it between the palms into the shape of a spindle. It goes perfectly with fried onion and **prosciutto** with or without fresh wild arugula.

Pljukanci è una pasta arrotolata istriana fatta di due ingredienti "dei poveri" (farina e acqua). Il nome custodisce il mito della preparazione sputando nel palmo della mano prima di arrotolare la pasta nella sua forma originale („pljuknuti" significa sputare). Il segreto sta nell'unire la farina con acqua tiepida (40°C) e aggiungere una piccola quantità di olio per ottenere elasticità. In seguito, si pizzica l'impasto e si arrotola tra i palmi a forma di fuso. Si abbina perfettamente con cipolla frita e **prosciutto** crudo con o senza rucola selvatica fresca.

Pljukanci ist eine istrische Teigrolle, die aus zwei „Arme-Leute“-Zutaten (Mehl und Wasser) hergestellt wird. Der Name bewahrt den Mythos der Zubereitung durch Spucken in die Handflächen, bevor die Nudeln in ihre ursprüngliche Form gerollt werden („pljuknuti" bedeutet spucken). Der Schlüssel ist, Mehl mit warmem Wasser (40°C) zu mischen und eine kleine Menge Öl hinzuzufügen, um Elastizität zu erhalten. Der nächste Schritt besteht darin, den Teig zu kneifen und zwischen den Handflächen in die Form einer Spindel zu rollen. Er passt perfekt zu Röstzwiebeln und **Prosciutto** mit oder ohne frischem Wildrucola.

RECCOMEND A RESTAURANT WITH GOOD PLJUKANCI:

Konoba Danijela – KRINGA, Danijeli 76

Download the CityPal application for more
recommended restaurants



INGREDIENTS

- * flour / farina / Mehl
- * water / acqua / Wasser
- * oil / olio / Öl
- * salt / sale / Salz
- * pepper / pepe / Pfeffer
- * prosciutto
- * onion / cipolla / Zwiebel
- * optional arigula / arigola / Rucola



*Scan for recipe

ISTARSKI ŽGVACET (Istrian chicken or rooster „goulash“)

Žgvacet is neither a goulash nor a stew because the preparation is different, and the main ingredient is **chicken** or **rooster**. It's obligatory to cut the meat into pieces, fry it in olive oil, and only after that add onions with salt, followed by seasoning and combining it with garlic, tomato paste, wine, and water. Žgvacet is cooked on low heat until the meat is completely soft. It is served with polenta (grits) or homemade fuži (autochtone rolled pasta).

Lo **Žgvacet** non è né un gulasch né uno stufato perché il metodo di preparazione è diverso e può essere fatto solo con **pollo** o **gallo**. È importante tagliare la carne a pezzi, friggerla in olio d'oliva e poi aggiungere le cipolle con il sale, e in seguito unire il tutto con aglio, concentrato di pomodoro, vino e acqua. Lo Žgvacet viene cotto a fuoco basso fino a quando la carne è completamente morbida. Si serve con polenta o fuži fatti in casa (pasta autoctona, simile ai garganelli).

Žgvacet ist weder ein Gulasch noch ein Eintopf, da die Zubereitungsmethode anders ist und es nur mit **Huhn** oder **Hahn** zubereitet werden kann. Es ist wichtig, das Fleisch in Stücke zu schneiden, es in Olivenöl zu braten und erst danach Zwiebeln mit Salz hinzuzufügen, dann zu würzen und mit Knoblauch, Tomatenmark, Wein und Wasser zu kombinieren. Žgvacet wird bei schwacher Hitze gekocht, bis das Fleisch vollständig weich ist. Es wird mit Polenta (Grütze) oder hausgemachten Fuži (autochtone gerollte Nudeln) serviert.

RECOMMEND A RESTAURANT WITH GOOD ŽGVACET:

San Rocco – BRTONIGLA, Srednja 2

Download the CityPal application for more
recommended restaurants



INGREDIENTS

- * chicken or rooster / pollo o gallo / Huhn oder Hahn
- * onion / cipolla / Zwiebel
- * tomato paste / concentrato di pomodoro / Tomatenmark
- * olive oil / olio d'oliva / Olivenöl
- * garlic / aglio / Knoblauch
- * wine / vino / wein
- * water / acqua / Wasser
- * salt / sale / Salz
- * pepper / pepe / Pfeffer
- * optional rosemary, basil, parsley / rosmarino, basilico, prezzemolo / Romarin, Basilikum, Petersilie



*Scan for recipe

ŽLOMPRT (Ombolo, zarebnjak)

Next to Istrian prosciutto, the most famous meat in Istria is **ombolo** or „**žlompert**“, which can be prepared as dried or roasted meat. Salt, peppercorns, and finely crushed bay leaves are smeared on a piece of meat that has separated from the bones. When meat is processed in this manner, it is allowed to dry for six weeks if we want to serve it as a cold cut or two weeks if we wish to process it thermally. The same goes for Istrian sausages.

Oltre al prosciutto istriano, la carne più famosa in Istria è l'**ombolo** o „**žlompert**“, che può essere preparato come carne secca o arrostita. Sale, pepe in grani e foglie di alloro finemente tritate vengono spalmate su un pezzo di carne (precedentemente separato dalle ossa). Quando la carne viene lavorata in questo modo, viene lasciata asciugare per sei settimane se vogliamo servirla come salume o due settimane se vogliamo lavorarla termicamente. Lo stesso vale per le salsicce istriane.

Neben dem istrischen Prosciutto ist **Ombolo** oder „**žlompert**“ das bekannteste Fleisch in Istrien, das als getrocknetes oder gebratenes Fleisch zubereitet werden kann. Salz, Pfefferkörner und fein zerkleinerte Lorbeerblätter werden auf ein Stück Fleisch geschmiert, das sich von den Knochen gelöst hat. Wenn Fleisch auf diese Weise verarbeitet wird, darf es sechs Wochen lang trocknen, wenn wir es als Aufschnitt servieren möchten, oder zwei Wochen, wenn wir es thermisch verarbeiten möchten. Dasselbe gilt für istrische Würste.

RECOMMEND A RESTAURANT FOR GOOD OMBOLO:

Konoba Doma – SVETI PETAR U ŠUMI, Kranjci 18

Download the CityPal application for more
recommended restaurants



INGREDIENTS

* pork meat / carne di maiale /
Schweinefleisch
* mediterranean spices / spezie
mediterranee / mediterrane
Gewürze

PREPARATION

We offer a simple recipe: cut the ombolo into slices and fry them in olive oil. Soon as the meat browns and acquires a light silver color in the middle, it is ready to be served. As a side dish, we suggest sauerkraut that has been previously cooked and fried with garlic, salt, and pepper. Bon appétit!



*Scan for recipe

ISTARSKA MANEŠTRA I JOTA

(Istrian minestrone and jota)

If you like to eat hot dishes with a spoon, try Istrian **minestrone** or **jota**, two specialties with different recipes, once dishes of the poor, but today a pleasure for the palate. The Istrian minestrone is an easy dish to prepare in which **beans** play the main role. It consists of cooking all the ingredients in a pot with water to achieve one homogenous thick soup. On the other hand, Istrian jota is a thick minestrone in which the beans are grounded and added back to the pot along with previously cooked sauerkraut.

Se vi piacciono i piatti caldi al cucchiaino, provate il **minestrone** istriano o la **jota**, due specialità con ricette diverse, un tempo fa i piatti dei poveri, ma oggi un piacere da gustare. Il minestrone istriano è un piatto facile da preparare in cui i **fagioli** sono i veri protagonisti. Consiste nel cuocere tutti gli ingredienti in una pentola con acqua per ottenere una zuppa densa omogenea. La jota istriana invece è un denso minestrone in cui i fagioli vengono macinati e aggiunti nuovamente alla pentola insieme ai crauti precedentemente cotti.

Wenn Sie warme Gerichte gerne mit dem Löffel essen, probieren Sie die istrische **Minestrone** oder **Jota**, zwei Spezialitäten mit unterschiedlichen Rezepten, einst Armengerichte, heute aber ein Genuss für den Gaumen. Die istrische Minestrone ist ein einfach zuzubereitendes Gericht, bei dem **Bohnen** die Hauptrolle spielen. Es besteht darin, alle Zutaten in einem Topf mit Wasser zu kochen, um eine homogene dicke Suppe zu erhalten. Auf der anderen Seite ist die istrische Jota eine dicke Minestrone, in der die Bohnen gemahlen und zusammen mit dem zuvor gekochten Sauerkraut wieder in den Topf gegeben werden.

RECOMMEND A RESTAURANT
FOR GOOD MANEŠTRA:

Konoba Da Rocco – KRNICA (Marčana)



*Scan for recipe

Download the CityPal application for more
recommended restaurants



INGREDIENTS

- * beans / fagioli / Bohnen
- * dry bacon / pancetta secca / trockener Speck
- * prosciutto bone or other dried meat or bones / osso di prosciutto, altra carne secca / Schinkenknochen oder anderes getrocknetes Fleisch oder Knochen
- * tomato paste / concentrato di pomodoro / Tomatenmark
- * garlic / aglio / Knoblauch
- * celery leaf / foglia di sedano / Sellerieblatt
- * Mediterranean spices / spezie mediterranee / mediterran Gewürze
- * sauerkraut for jota / cauti per jota / Sauerkraut für Jota

PREPARATION

The beans need to be boiled and washed in a pot of water as well as the dried meat/bone. Then the bone is joined with beans in the same pot of warm water to be cooked with salt, pepper, and chopped onion. We add the pancetta, garlic, and other spices and let it cook in a covered pot on low heat for about two hours. For jota, the beans need to be grounded and mixed with previously cooked sauerkraut.



Wine





Which of the 4 Istrian wines should you try first?

In Istria, there are 4 main **autochthonous varieties** of wine such as Teran, Refošk, Malvasia, and Muscat, but a lot of our local winemakers grow different varieties of vines and produce different types of wine like Cabernet Sauvignon, Merlot, Chardonnay, Pinot, etc. Whichever you choose, you won't go wrong.

But since this is a very complex discussion that should be accompanied by a bottle of good wine, we will stick to these 4 Istrian autochthonous varieties. Let's start with **Teran**, once the wine of the common man, today a hidden gem for those who explore this mystical land. Teran is a refreshing red robust wine with a full and strong taste. Already on the vine teran indicates its rich, robust character. It grows in large bunches, its flesh is crispy, and the berries are dense. A glass of Teran served at a temperature of 18°C goes well with prosciutto and cheese or dishes based on meat, especially if they are richly seasoned.

Refošk is also a red one-year-old wine that is extremely dark and dense with an extraordinarily fresh aroma reminiscent of raspberries, cherries, and additional spices. A wine with a rich taste on average reaches about 11 vol.% alcohol and it's best served at 18°C.

If you prefer white wine, we offer you **Malvazija**, a full, rounded, and harmonious wine with a fruity and floral aroma. Its distinct aroma is evocative of the scent of acacia flowers, and the flavors of apple, plum, and apricot typically predominate. The ripe wine has even a hint of bitter almond. Dry yet round and long, the wine is perfect when served at 10-12°C, with fish specialties or light meals.

And last but not least, there's **Muškat**, a dry, sweet wine of deep golden color with an aroma reminiscent of wild carnations, roses, and sage. The wine has a delicate aroma and rich flavor,

closer to sweet than sour. Chilling in the fresh air with a marvelous view and enjoying a glass of Muškat served at 12°C is one of the greatest memories you can carry for life.

We offer you some of the wineries that offer you the quality:

- Vina Laguna / Agrolaguna (Poreč, Mate Vlačića 34)
- Clai (Buje, Krasica, Brajki 105)
- Cattunar (Brtonigla, Nova Vas 3)
- Kozlovič (Buje, Momjan, Vale 78)
- Kabola (Buje, momjan, Kanedolo 90)
- Meneghetti (Bale, Stancija Meneghetti 1)
- Pilato (Vižinada, Lašiči 2)
- Rossi (Vižinada, Bajkini 16)
- Franc Arman (Vižinada, Narduči 5)
- Degrassi (Savudrija, Bašanija, Podrumarska 3)
- Fakin (Motovun, Brkač, Bataji 20a)
- Poletti (Višnjan, Markovac 14)





Quale dei 4 vini istriani dovresti provare prima?

In Istria ci sono quattro più importanti **sorte autoctone** di vino come Teran, Refošk, Malvasia e Moscato, ma molti dei nostri viticoltori locali coltivano diverse sorte di vitigni e producono diversi tipi di vino come Cabernet Sauvignon, Merlot, Chardonnay, Pinot, ecc. Qualsiasi vino tu scelga, non puoi sbagliare.

Ma poiché si tratta di un discorso molto complesso che dovrebbe essere accompagnato da una bottiglia di buon vino, ci limiteremo a queste 4 varietà autoctone istriane. Cominciamo dal **Terrano**, un tempo vino dell'uomo comune, oggi gemma nascosta per chi esplora questa terra mistica. Il Terrano è un vino rosso robusto e rinfrescante dal gusto pieno e deciso. Già sui vitigni il Terrano indica il suo carattere ricco e robusto. Cresce in grossi grappoli, i suoi chicchi danno una croccantezza al morso e gli acini sono densi. Un bicchiere di Terrano servito a una temperatura di 18°C si sposa bene con prosciutto e formaggio o piatti a base di carne, soprattutto se molto conditi.

Il **Refošk** è altrettanto un vino rosso stagionato di solo un anno, estremamente scuro e denso con un aroma straordinariamente fresco con un gusto secondario di lamponi, ciliegie e spezie aggiuntive. Un vino dal gusto ricco raggiunge mediamente circa 11 vol. % di alcol e va servito a 18°C.

Se preferisci il vino bianco, ti proponiamo la **Malvasia**, un vino pieno, rotondo, armonico, dal profumo fruttato e floreale. Il suo aroma distinto è evocativo del profumo dei fiori di acacia, e tipicamente predominano i sapori di mela, susina e albicocca. Il vino maturo ha anche un sentore di mandorla amara. Secco ma rotondo e lungo, il vino è perfetto se servito a 10-12°C, con specialità di pesce o pasti leggeri.

E, ultimo ma non meno importante, il **Muškat**, un vino secco e dolce di colore dorato intenso con un aroma che ricorda i garofani selvatici, le rose e la salvia. Il vino ha un aroma delicato e un sapore ricco, più vicino al dolce che all'aspro. Rilassarsi all'aria aperta con una vista meravigliosa e godersi un bicchiere di Muškat servito a 12°C è uno dei ricordi più belli da conservare per tutta la vita.

Vi proponiamo alcune delle cantine che vi offrono la qualità:

- Vina Laguna / Agrolaguna (Poreč, Mate Vlašića 34)
- Clai (Buje, Krasica, Brajki 105)
- Cattunar (Brtonigla, Nova Vas 3)
- Kozlović (Buje, Momjan, Vale 78)
- Kabola (Buje, momjan, Kanedolo 90)
- Meneghetti (Bale, Stancija Meneghetti 1)
- Pilato (Vižinada, Lašići 2)
- Rossi (Vižinada, Bajkini 16)
- Franc Arman (Vižinada, Narduči 5)
- Degrassi (Savudrija, Bašanija, Podrumarska 3)
- Fakin (Motovun, Brkač, Bataji 20a)
- Poletti (Višnjan, Markovac 14)
- Medea (Vodnjan, Željeznička 15)
- Matošević (Sv. Lovreč, Krunčići 2)





Welchen der 4 istrischen Weine sollten Sie zuerst probieren?

In Istrien gibt es 4 **autochthone Hauptweinsorten** wie Teran, Refošk, Malvasia und Muscat, aber viele unserer lokalen Winzer bauen verschiedene Rebsorten an und produzieren verschiedene Weinsorten wie Cabernet Sauvignon, Merlot, Chardonnay, Pinot, usw. Wofür Sie sich auch entscheiden, Sie werden nichts falsch machen.

Da dies jedoch eine sehr komplexe Diskussion ist, die von einer Flasche guten Weins begleitet werden sollte, bleiben wir bei diesen 4 istrischen autochthonen Sorten. Beginnen wir mit **Teran**, einst der Wein des einfachen Mannes, heute ein verstecktes Juwel für diejenigen, die dieses mystische Land erkunden. Teran ist ein erfrischender roter robuster Wein mit einem vollen und kräftigen Geschmack. Bereits am Rebstock zeigt Teran seinen reichen, robusten Charakter. Sie wächst in großen Trauben, ihr Fruchtfleisch ist knusprig und die Beeren sind dicht. Ein Glas Teran, serviert bei einer Temperatur von 18°C, passt gut zu Prosciutto und Käse oder Fleischgerichten, besonders wenn sie kräftig gewürzt sind.

Refošk ist auch ein roter einjähriger Wein, der extrem dunkel und dicht ist und ein außergewöhnlich frisches Aroma hat, das an Himbeeren, Kirschen und zusätzliche Gewürze erinnert. Ein Wein mit einem reichen Geschmack erreicht im Durchschnitt etwa 11 Vol.% Alkohol und wird am besten bei 18°C serviert.

Wenn Sie Weißwein bevorzugen, bieten wir Ihnen **Malvazija** an, einen vollen, abgerundeten und harmonischen Wein mit einem fruchtigen und blumigen Aroma. Sein ausgeprägtes Aroma erinnert an den Duft von Akazienblüten, und die Aromen von Apfel, Pflaume und Aprikose überwiegen typischerweise. Der reife Wein hat sogar einen Hauch Bittermandel. Trocken, aber dennoch rund und lang, passt der Wein perfekt zu Fischspezialitäten oder leichten Gerichten bei 10-12°C.

Und nicht zuletzt **Muškat**, ein trockener, süßer Wein von tiefgoldener Farbe mit einem Aroma, das an wilde Nelken, Rosen und Salbei erinnert. Der Wein hat ein zartes Aroma und einen reichen Geschmack, eher süß als sauer. An der frischen Luft bei herrlicher Aussicht zu chillen und ein Glas Muskat bei 12°C zu genießen, ist eine der schönsten Erinnerungen, die man ein Leben lang tragen kann.

Wir bieten Ihnen einige der Weingüter, die Ihnen die Qualität bieten:

- Vina Laguna / Agrolaguna (Poreč, Mate Vlašića 34)
- Clai (Buje, Krasica, Brajki 105)
- Cattunar (Brtonigla, Nova Vas 3)
- Kozlović (Buje, Momjan, Vale 78)
- Kabola (Buje, momjan, Kanedolo 90)
- Meneghetti (Bale, Stancija Meneghetti 1)
- Pilato (Vižinada, Lašići 2)
- Rossi (Vižinada, Bajkini 16)
- Franc Arman (Vižinada, Narduči 5)
- Degrassi (Savudrija, Bašanija, Podrumarska 3)
- Fakin (Motovun, Brkač, Bataji 20a)
- Poletti (Višnjan, Markovac 14)
- Medea (Vodnjan, Željeznička 15)
- Matošević (Sv. Lovreč, Krunčići 2)



ISTARSKA SUPA

Istarska supa is a traditional beverage or rather heated red wine Teran with sugar, olive oil, and pepper served with tiny pieces of toasted bread in **bukaleta**, a traditional carafe. Although the meaning of the word supa comes from the dialect (bread dipped in wine), that isn't what makes it famous. Imagine yourself in a joyful setting, enjoying the company of friends as you celebrate life. You hear laughter and the sound of harmonica, and the supa is brought to you, so you take a sip. It is a drink that unites people. In order to avoid having everyone **drink** from the same carafe, people eventually started using smaller bokaleta, one for each person.

Istarska supa è una bevanda tradizionale o piuttosto vino rosso Teran riscaldato, con zucchero, olio d'oliva e pepe servito con piccoli pezzi di pane tostato in **bukaleta**, una caraffa tradizionale. Anche se il significato della parola supa deriva dal dialetto (pane intinto nel vino), non è questo che lo rende famoso. Immagina di essere in un ambiente allegro, godendoti la compagnia degli amici mentre celebri la vita. Senti le risate e il suono dell'armonica, e ti viene portata la "supa", e quindi ne bevi un sorso. È una bevanda che unisce le persone. Per evitare che tutti **bevessero** dalla stessa caraffa, alla fine le persone iniziarono a usare boccali piccoli, uno per ogni persona.

Istarska supa ist ein traditionelles Getränk oder besser erhitzter Rotwein Teran mit Zucker, Olivenöl und Pfeffer, serviert mit kleinen Stücken geröstetem Brot in **bukaleta**, einer traditionellen Karaffe. Obwohl die Bedeutung des Wortes supa aus dem Dialekt stammt (in Wein getauchtes Brot), ist es nicht das, was es berühmt macht. Stellen Sie sich vor, Sie befinden sich in einer fröhlichen Umgebung und genießen die Gesellschaft von Freunden, während Sie das Leben feiern. Sie hören Gelächter und Mundharmonikaklänge, und die „supa“ wird Ihnen gebracht, also nehmen Sie einen Schluck. Es ist ein Getränk, das Menschen verbindet. Um zu vermeiden, dass alle aus derselben Karaffe **trinken**, fingen die Leute schließlich an, kleinere „Bokaleta“ zu verwenden, eine für jede Person.

RECOMMEND A RESTAURANT FOR GOOD ISTARSKA SUPA:

Konoba Klarići – BUTKOVIĆI, Klarići 83

Download the CityPal application for more recommended restaurants



INGREDIENTS

- * red wine Teran / vino rosso
Teran / Rotwein Teran
- * sugar / zucchero / Zucker
- * olive oil / olio d'oliva / Olivenöl
- * pepper / pepe / Pfeffer
- * bread / pane / Brot

PREPARATION

There's nothing easier than to prepare a drink like Istarska supa. Cut a slice of homemade bread 1 cm thick and then in smaller cubes which you'll grill or toast in the pan. Meanwhile, put sugar and pepper in a bowl or a bukaleta if you bought it on your vacation in Istria, and add olive oil. Finally, pour heated red wine Teran in and stir it all together. Dip the bread halfway into the wine and share your new recipe with your friends and family.



*Scan for recipe



ISTRIAN TRUFFLES

THE QUEEN OF MUSHROOMS (Istarski tartuf)

eng

The magical **Motovun** forest has hidden white and black truffles underground, which can only be found by trained dogs known as „**tartufari**“ (truffle hunters). Truffles grow only in a few places in Europe where a mild climate prevails with slight temperature differences. They can enrich various dishes thanks to their specific but complex taste. At exhibitions and fairs, guests can try out typical Istrian dishes with truffles as a main ingredient.

ita

Il magico bosco di **Montona** nasconde nel sottosuolo tartufi bianchi e neri, che possono essere trovati solo da cani addestrati conosciuti come „**tartufari**“ (cercatori di tartufi). I tartufi crescono solo in pochi posti in Europa dove prevale un clima mite con lieve variazione termiche. Possono arricchire vari piatti grazie al loro gusto unico ma complesso. In occasione di mostre e fiere, gli ospiti possono provare i piatti tipici istriani con il tartufo come ingrediente principale.

ger

Der magische **Motovun**-Wald hat unter der Erde weiße und schwarze Trüffel versteckt, die nur von trainierten Hunden gefunden werden können, die als „**Tartufari**“ (Trüffeljäger) bekannt sind. Trüffel wachsen nur an wenigen Orten in Europa, wo ein mildes Klima mit geringen Temperaturunterschieden vorherrscht. Dank ihres spezifischen, aber komplexen Geschmacks können sie verschiedene Gerichte bereichern. Auf Ausstellungen und Messen können die Gäste typisch istrische Gerichte mit Trüffeln als Hauptzutat probieren.



ISTARSKI FUŽI SA SVINJETINOM I TARTUFIMA (Istrian pasta Fuži with pork and truffles)

Fuži is a traditional Istrian pasta served with various sauces depending on a chef's choice. The dough is made by combining flour, eggs, oil, and salt, then rolled out thinly and cut into 3-4 cm wide noodles. Cut the noodles diagonally to obtain rhomboid shapes. Then, to create the appearance of a **bow**, the two ends of each rhombus are wrapped around one another and squeezed in the center. Fuži goes perfectly with pork sauce in bianco and grated **truffles** on the top.

Fuži è una pasta tradizionale istriana che può essere servita con varie salse a seconda della scelta dello chef. L'impasto si ottiene unendo farina, uova, olio e sale, che viene poi steso sottilmente in una sfoglia e tagliato in tagliatelle larghe 3-4 cm. Le tagliatelle vengono poi tagliate in diagonale, ottenendo delle forme romboidali. Quindi, per creare l'aspetto simile ai **garganelli**, le due estremità di ciascun rombo vengono avvolte l'una attorno all'altra e schiacciate al centro. I Fuži si sposano perfettamente con sugo di maiale in bianco e **tartufo** grattugiato sopra.

Fuži ist eine traditionelle istrische Pasta, die je nach Wahl des Küchenchefs mit verschiedenen Saucen serviert werden kann. Der Teig wird aus Mehl, Eiern, Öl und Salz hergestellt, dann dünn ausgerollt und in 3-4 cm breite Nudeln geschnitten. Die Nudeln werden dann diagonal geschnitten, um rhombische Formen zu erhalten. Um das Aussehen einer **Schleife** zu erzeugen, werden dann die beiden Enden jeder Raute umeinander gewickelt und in der Mitte zusammengedrückt. Fuži passt perfekt zu Schweinefleischsoße in Bianco und geriebenen **Trüffeln** darauf.

RECOMMEND A RESTAURANT WITH GOOD FUŽI:

Pod Voltom, – MOTOVUN, Trg Josefa Resslera 6

Download the CityPal application for more recommended restaurants



INGREDIENTS

- * flour / farina / Mehl
- * eggs / uova / Eier
- * salt / sale / Salz
- * olive oil / olio d'oliva / Olivenöl
- * pork / maiale / Schweinefleisch
- * onion / cipolla / Zwiebel
- * carrot / carota / Karotte
- * pepper / pepe / Pfeffer
- * wine / vino / Wein
- * truffles / tartufi / Trüffel



*Scan for recipe



Chesse



Different types of Istrian cheese for different types of cheese lovers

Cheese production is an art combined with knowledge and a traditional recipe. In Istria is traditionally produced hard **cow's cheese**, but today we have a large selection of cheeses. The cheese tasting is a great experience and some shops offer the tasting with homemade olive oil and bread, with or without homemade wine.

Let's start with **Milk & Cheese Latus** and their cheese **Veli Jože**, which has an Istrian character both in name and recipe. It is a hard cow's cheese with a delicate taste that contains at least 60% of milk fat, and during aging for about 300 days, it absorbs aromas that can be felt in both the smell and the taste. Latus offers several types of cow's cheese, among which it is worth mentioning Cheese in pepper, Žminjski sir, **Latufino with truffles**, Urbani which is aged for 1460 days, etc.

Then, there's **Špin** which produces exclusively **hard cheeses** because they are the true heirs of the Istrian dairy tradition. The irresistible simplicity and elegance of the taste of sheep's cheese, cow's cheese, cheese with truffles, **cheese in Teran wine**, and cheese in walnut leaves are most evident when consumed alone or as a meal. The mixed cheese prepared from cow's milk with the addition of up to 30% sheep's milk deserves special mention. The harmonious combination of these two different aromas is ideal for those who do not like too intense sheep's cheese.

There's also an organic **goat farm Kumparička** that produces artisan cheese from local and fresh goat's milk. Then there's **Gran Istriano**, a hard full-fat cheese for cutting or grating, **Škripavac**, a fresh soft cheese that got its name from the word "škripati" which means squeak, Skuta, a so-called cheese that is made from the whey left over from the basic cheese making process, similar to Italian ricotta.

Appart from the already mentioned cheese manufactures, here are a few cheesemakers that were awarded for their quality in 2021:

- Sirana Oranić for his homemade curd;
- OPG Macan for hard sheep's cheese
- Sirana Zlata – OPG Šahdanović for semi-hard Istrian cheese with truffles
- Sirana Vesna Lobarika for Pegula hard mixed cheese made from goat's, sheep's, and cow's milk.





Diversi tipi di formaggio istriano per tutti i gusti

La produzione del formaggio è un'arte che unisce l'apprendimento e la ricetta tradizionale. In Istria si produce tradizionalmente il **formaggio di vacca** a pasta dura, ma oggi abbiamo una vasta selezione di formaggi. La degustazione di formaggi è un'esperienza unica e alcuni negozi offrono la degustazione con olio d'oliva e pane fatto in casa, con o senza vino del luogo.

Cominciamo con **Milk & Cheese Latus** e il loro formaggio **Veli Jože**, che ha un carattere istriano sia nel nome che nella ricetta. È un formaggio vaccino a pasta dura dal gusto delicato che contiene almeno il 60% di materia grassa del latte e durante la stagionatura di circa 300 giorni assorbe aromi che si possono avvertire sia all'olfatto che al gusto. Latus offre diversi tipi di formaggio di vacca, tra i quali vale la pena menzionare il formaggio al pepe, Žminjski sir, **Latufino con tartufo**, Urbani che viene stagionato per 1460 giorni, ecc.

Poi c'è **Špin** che produce esclusivamente formaggi a **pasta dura** perché sono i veri eredi della tradizione casearia istriana. L'irresistibile semplicità e l'eleganza del gusto del formaggio di pecora, del formaggio di vacca, del formaggio al tartufo, del **formaggio al terrano** e del formaggio in foglie di noce sono più evidenti se consumati da soli o come pasto. Una menzione particolare merita il formaggio misto preparato con latte vaccino e con l'aggiunta fino al 30% di latte di pecora. L'armoniosa combinazione di questi due diversi aromi è l'ideale per chi non ama i pecorini troppo intensi.

C'è anche un allevamento di capre biologico **Kumparička** che produce formaggio artigianale con latte di capra locale e fresco. Poi c'è il **Gran Istriano**, un formaggio grasso a pasta dura da tagliare o grattugiare, **Škripavac**, un formaggio fresco a pasta molle che prende il nome dalla parola "škripati" che significa squittio, Skuta, un cosiddetto formaggio che si ottiene dal siero di latte rimasto oltre dal processo di produzione del formaggio di base, simile alla ricotta italiana.

Oltre ai già citati produttori di formaggi, ecco alcuni casari premiati per la loro qualità nel 2021:

- Sirana Oranić for his homemade curd;
- OPG Macan for hard sheep's cheese
- Sirana Zlata – OPG Šahdanović for semi-hard Istrian cheese with truffles
- Sirana Vesna Lobarika for Pegula hard mixed cheese made from goat's, sheep's, and cow's milk.





Verschiedene istrische Käsesorten für verschiedene Käseliebhaber

Die Käseherstellung ist eine Kunst, verbunden mit Wissen und einem traditionellen Rezept. In Istrien wird traditionell harter **Kuhkäse** hergestellt, aber heute haben wir eine große Auswahl an Käsesorten. Die Käseverkostung ist ein tolles Erlebnis und einige Geschäfte bieten die Verkostung mit hausgemachtem Olivenöl und Brot, mit oder ohne hausgemachtem Wein an.

Beginnen wir mit **Milk & Cheese Latus** und ihrem Käse **Veli Jože**, der sowohl im Namen als auch im Rezept einen istrischen Charakter hat. Es ist ein harter Kuhkäse mit feinem Geschmack, der mindestens 60 % Milchfett enthält und während der Reifung von etwa 300 Tagen Aromen annimmt, die sowohl im Geruch als auch im Geschmack wahrgenommen werden können. Latus bietet mehrere Arten von Kuhkäse an, unter denen der Käse in Pfeffer, Žminjski sir, **Latufino mit Trüffeln**, Urbani, der 1460 Tage gereift ist, usw. erwähnenswert sind.

Dann gibt es **Špin**, das ausschließlich **Hartkäse** herstellt, weil sie die wahren Erben der istrischen Milchtradition sind. Die unwiderstehliche Einfachheit und Eleganz des Geschmacks von Schafskäse, Kuhkäse, Käse mit Trüffeln, **Käse in Terano-Wein** und Käse in Walnussblättern wird am deutlichsten, wenn er allein oder als Mahlzeit konsumiert wird. Besonders hervorzuheben ist der Mischkäse aus Kuhmilch mit Zusatz von bis zu 30 % Schafsmilch. Die harmonische Kombination dieser beiden unterschiedlichen Aromen ist ideal für diejenigen, die keinen zu intensiven Schafskäse mögen.

Es gibt auch eine **Bio-Ziegenfarm Kumparička**, die handwerklichen Käse aus lokaler und frischer Ziegenmilch herstellt. Dann gibt es **Gran Istriano**, einen harten Vollfettkäse zum Schneiden oder Reiben, **Škripavac**, einen frischen Weichkäse, der seinen Namen von dem Wort „škri-pati“ hat, was Quietschen bedeutet, Skuta, ein sogenannter Käse, der aus der übrig gebliebenen Molke hergestellt wird über den grundlegenden Käseherstellungsprozess hinaus, ähnlich wie

bei italienischem Ricotta.

Neben den bereits erwähnten Käsemanufakturen sind hier einige Käser, die 2021 für ihre Qualität ausgezeichnet wurden:

- Sirana Oranić for his homemade curd;
- OPG Macan for hard sheep's cheese
- Sirana Zlata – OPG Šahdanović for semi-hard Istrian cheese with truffles
- Sirana Vesna Lobarika for Pegula hard mixed cheese made from goat's, sheep's, and cow's milk.





Sea food & vegeterian dishes





KAPEŠANTE – QUEEN OF SEASHELLS (Capesante, Jakobove Kapice, Scallops)

Kapešante is a type of fan-shaped seashell widespread in the Adriatic sea, therefore, part of the Istrian cuisine. There are plenty of good recipes, but the best way to experience the richness of the taste is to clean them from the sand leaving the white meat inside, add salt, pepper, and olive oil, and cook them in the oven or on the grill. The tender, soft, and sweet meat of Kapešante is served in the **shell** on a nice plate with slices of lemon. They can also be served raw, in a brudet or buzara (a type of sea soup).

Capesante è una specie di conchiglia a forma di ventaglio diffuso nel mare Adriatico, e quindi fa parte della cucina istriana. Di buone ricette ce ne sono tante, ma il modo migliore per assaporarne la ricchezza del gusto è pulirli dalla sabbia lasciando dentro la carne bianca, aggiungere sale, pepe e olio d'oliva e cuocerli al forno o alla griglia. La carne tenera, morbida e dolce delle Capesante viene servita all'interno del **guscio** su un bel piatto con delle fette di limone. Possono essere serviti anche crudi, oppure nel "brudet" o "buzara" (un tipo di zuppa di pesce).

Kapešante ist eine Art fächerförmige Muschel, die in der Adria weit verbreitet ist und daher ein Teil der istrischen Küche ist. Es gibt viele gute Rezepte, aber der beste Weg, den Reichtum des Geschmacks zu erleben, besteht darin, sie vom Sand zu reinigen, der das weiße Fleisch darin zurücklässt, Salz, Pfeffer und Olivenöl hinzuzufügen und sie im Ofen oder auf dem Grill zu garen. Das zarte, weiche und süße Fleisch von Kapešante wird in der Schale auf einem schönen **Teller** mit Zitronenscheiben serviert. Sie können auch roh, in einem „Brudet“ oder in „Buzara“ (einer Art Meeressuppe) serviert werden.

RECCOMEND A RESTAURANT WITH GOOD KAPEŠANTE:

3 Bačve – POREČ, Matteo Benussi 6

Download the CityPal application for more
recommended restaurants



INGREDIENTS

- * scallops / scaloppine / Jakob smuscheln
- * salt / sale / Salz* sugar / zucchero / Zucker
- * pepper / pepe / Pfeffer
- * olive oil / olio d'oliva / Olivenöl
- * optional Mediterrean spices / speyie mediterranee / mediterrane Gewürze* salt / sale / Salz



*Scan for recipe



TASTES OF ADRIATIC SEA (Fish and sea food)

A vacation on the **Adriatic sea** implies at least one dinner in a fish restaurant. We present you an elegant and light **fish plate** that allows you to try different types of fish such as marinated anchovies and sardines, traditionally prepared Bakalar (cod), octopus salad, sea bream paté, and other delicacies depending on the chef's choice. The main protagonist is the **seafood**, so the species shouldn't cover the flavors of the fish. The point is to use only basic ingredients such as salt, pepper, olive oil, and lemon (optional parsley).

Una vacanza sull'**Adriatico** prevede almeno una cena in un ristorante di pesce. Vi presentiamo un **piatto di pesce** elegante e leggero che vi permette di provare diversi tipi di pesce come le acciughe e le sarde marinate, il baccalà, l'insalata di polpo, il paté di orata e altre prelibatezze a seconda della scelta dello chef. Il protagonista principale è il **pesce** quindi le spezie non dovrebbero coprire il suo sapore. L'intenzione è di utilizzare solo ingredienti di base come sale, pepe, olio d'oliva e limone (prezzemolo opzionale).

Ein Urlaub an der **Adria** beinhaltet mindestens ein Abendessen in einem Fischrestaurant. Wir präsentieren Ihnen eine elegante und leichte **Fischplatte**, die es Ihnen ermöglicht, verschiedene Fischarten wie marinierte Sardellen und Sardinen, traditionell zubereiteten „Bakalar“ (Kabeljau), Oktopussalat, Goldbrassepastete und andere Köstlichkeiten nach Wahl des Küchenchefs zu probieren. Der Hauptprotagonist sind die **Meeresfrüchte**, daher sollte die Art den Geschmack des Fisches nicht überdecken. Der Punkt ist, nur grundlegende Zutaten wie Salz, Pfeffer, Olivenöl und Zitrone (optional Petersilie) zu verwenden.

RECCOMEND A RESTAURANT WITH GOOD FISH AND SEA FOOD:

Konoba kod Kristijana – NOVIGRAD, Bolnička 8

Download the CityPal application for more
recommended restaurants



INGREDIENTS

- * anchovies / acciughe / Sardellen
- * sardines / sardine / Sardinen
- * cod / baccalà / Kabeljau
- * octopus / polpo / Krake
- * sea bream / orata / Goldbrasse
- * salt / sale / Salz
- * pepper / pepe / Pfeffer
- * olive oil / olio d'oliva / Olivenöl
- * lemon / limone / Zitrone
- * parsley / prezzemolo / Petersilie
- * optional garlic / aglio / Knoblauch



*Scan for recipe

SRDELE NA SAVOR (Sardines in savor)

The geographical position of Istria allows people to have fresh **fish** from the sea, while the cultural heritage offers traditional recipes. Since the rule of the Venetian Republic, Istria has been familiar with the Venetian recipe of lightly fried **sardines marinated** in onion and vinegar. The Venetian variety of the dish was expensive, so the humble Istrians needed to make some modifications. They created a slightly different recipe with household ingredients: fresh Mediterranean herbs instead of pine nuts and raisins and red wine vinegar instead of white wine vinegar. It has a unique taste that's appreciated for its nutritional qualities.

La posizione geografica dell'Istria permette alle persone di avere **pesce** fresco dal mare, mentre il patrimonio culturale offre ricette tradizionali. Sin dai tempi della Repubblica di Venezia, l'Istria conosceva la ricetta veneziana delle **sardine** leggermente fritte, **marinate** con cipolla e aceto. La varietà veneziana del piatto era costosa, quindi gli umili istriani avevano bisogno di apportare alcune modifiche. Hanno creato una ricetta leggermente diversa con gli ingredienti che avevano in casa: erbe mediterranee fresche invece di pinoli e uvetta e aceto di vino rosso invece quello di vino bianco. Ha un gusto unico ed è apprezzato per le sue qualità nutrizionali.

Die geografische Lage Istriens ermöglicht es den Menschen, frischen **Fisch** aus dem Meer zu essen, während das kulturelle Erbe traditionelle Rezepte bietet. Seit der Herrschaft der venezianischen Republik ist Istrien mit dem venezianischen Rezept von leicht gebratenen **Sardinen**, die in Zwiebeln und Essig **mariniert** sind, vertraut. Die venezianische Variante des Gerichts war teuer, also mussten die bescheidenen Istriener einige Änderungen vornehmen. Sie kreierten ein etwas anderes Rezept mit den Zutaten, die sie zu Hause hatten: frische mediterrane Kräuter statt Pinienkerne und Rosinen und Rotweinessig statt Weißweinessig. Es hat einen einzigartigen Geschmack und wird für seine ernährungsphysiologischen Eigenschaften geschätzt.

RECOMMEND A RESTAURANT FOR GOOD SRDELE:

Restaurant Batelin, BANJOLE, Čimljje 25

Download the CityPal application for more recommended restaurants



INGREDIENTS

- * cleaned sardines / sardine pulite / gereinigte Sardinen
- * flour / farina / Mehl
- * sunflower oil / olio di semi di girasole / Sonnenblumenöl
- * olive oil / olio d'oliva / Olivenöl
- * onions / cipolla / Zwiebeln
- * salt, pepper / sale, pepe / Salz, Pfeffer
- * vinegar/wine / aceto/vino / Essig/Wein
- * Mediterranean spices / spezie mediterranee / Mediterrane Gewürze

PREPARATION

Clean the sardines, wash them, roll them in flour, fry them in hot oil, and arrange them in a large dish. Cut the onions and fry them in olive oil. Add garlic, pepper, salt, and spices. Pour vinegar and wine and leave to boil for a while. Submerge the sardines in the liquid, place lemon slices on top, and store them in the refrigerator. Serve it as a cold dish.



*Scan for recipe



FRITAJA SA ŠPARUGAMA (Frittata with asparagus)

Frittata with wild **asparagus** is a traditional folk dish with two main ingredients often found in the area. It's easy to make and even easier to eat. The simplest version is to fry the asparagus in olive oil and add scrambled **eggs**, salt, and pepper. Wild Istrian asparagus is thin and slightly bitter, which can be toned down by adding the fried onion. For meat lovers, Istrian **pancetta** or **špaleta** can give an extra flavor to the dish. And let's not forget about homemade bread.

La **frittata** con gli **asparagi** di busco è un piatto tradizionale e popolare realizzato con due ingredienti principali che la gente poteva sempre trovare in zona. È facile da preparare e ancora più facile da mangiare. Nella versione più semplice bisogna friggere gli asparagi in olio d'oliva e poi aggiungere le **uova** strapazzate con un po' di sale e pepe. L'asparago selvatico istriano è sottile e leggermente amaro che può essere attenuato aggiungendo la cipolla frita. Per gli amanti della carne, la **pancetta** istriana o la "špaleta" (spalla) possono dare un sapore in più al piatto. E non dimentichiamoci del pane fatto in casa.

Eine **Frittata** mit wildem **Spargel** ist ein traditionelles Volksgericht, das aus zwei Hauptzutaten zubereitet wird, die die Menschen in der Gegend immer finden konnten. Es ist einfach zu machen und noch einfacher zu essen. Die einfachste Variante ist, den Spargel in Olivenöl anzubraten und dann **Rührei** mit etwas Salz und Pfeffer hinzuzufügen. Wilder istrischer Spargel ist dünn und leicht bitter, was durch Zugabe von Röstzwiebeln abgeschwächt werden kann. Für Fleischliebhaber kann der istrische **Pancetta** oder „špaleta“ dem Gericht einen zusätzlichen Geschmack verleihen. Und vergessen wir nicht das selbstgebacken Brot.

RECOMMEND A RESTAURANT WITH GOOD FRITAJA:

Santa Terra – BUZET, Sv. Ivan Dol 12

Download the CityPal application for more
recommended restaurants



INGREDIENTS

- * asparagus / asparago / Spargel
- * eggs / uova / Eier
- * olive oil / olio d'oliva / Olivenöl
- * optional onion / cipolla /
- * optional pancetta or špaleta

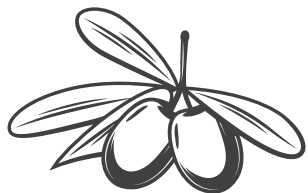


*Scan for recipe



Oil





Istrian olive oil that gives flavor to life

The olive has been present in Istria for millennia, and it covers almost the entire territory of Istria. Lately, olive growing has progressed a lot, so **Croatia** is recognized at the European level as one of the **largest producers of extra virgin olive oil**. There are several Istrian olive groves such as Rozinjola, Istarska bjelica, Buža, Črnica, Leccino, Pendolino, etc.

Oio Vivo is one of the Istrian companies that offer **Rozinjola**, extra virgin oil that has a clear golden color with green shades and a well-balanced spiciness and bitterness. It goes perfectly with homemade sheep's curd (skuta), pasta with asparagus, or pork in Teran sauce.

Another golden green oil with an intensely fruity aroma of fresh olive pulp is **Istarska Bjelica**, also known as Istrian Bianchera or Bianca Bellezza labeled by **Mate Olive Oil**. The initial, delicate flavor with gentle bitter tones gradually passes to a distinct and lingering bitter and spicy sensation in a delicate balance and elegant harmony. Due to its purity, it goes well with grilled fish and meat, as well as soups and stews.

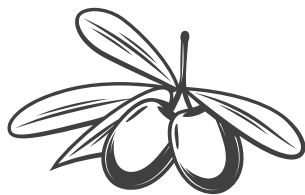
The oil that goes well with fish specialties or marinated vegetables, or even Istrian minestrone is **Buža** or Buza, a varietal, endemic oil with intense green-yellow colors and perfectly balanced bitterness and piquancy. **Olive Oil Buršić** offers an exceptional quality oil with a pronounced fresh smell.

Different shades and flavors can be tasted at various oil mills like Črnica by Buščina, Leccino by Ipša, Pendolino by Oleum virde Belić, and many others. Many local entrepreneurs allow the tasting and buying of their products like:



- Salveta (Vodnjan, Željeznička 14)
- Meloto (Vodnjan, San Rocco 22)
- Chiavalon (Vodnjan, Salveta 50)
- Baioco (Galižana, Michele della Vedova 55)
- Funtana Oil; OPG Alen Cvitković (Funtana, Coki 88)
- Gardoš; OPG Nevija Gardoš (Buje, Digitronska 25)
- Frata; OPG Denis Mušković & Fam (Tar, Glavica 31)
- Rioža; OPG Marčelo Rioža (Poreč, Musalež 63)
- Cirka; OPG Smoljan Martin (Svetvinčenat, Cirka 36)





Olio d'oliva istriano che dà sapore alla vita Istrian olive oil that gives flavor to life

L'olivo è presente in Istria da millenni, e copre quasi tutto il territorio istriano. Ultimamente l'olivicoltura è progredita molto, tanto che la **Croazia** è riconosciuta a livello europeo come uno dei **maggiori produttori di olio extravergine di oliva**. Ci sono diversi uliveti istriani come Rozinjola, Istarska bjelica, Buža, Črnica, Leccino, Pendolino, ecc.

Olio Vivo è una delle aziende istriane che propone **Rozinjola**, olio extravergine dal colore dorato chiaro con sfumature verdi e dal piccante e dall'amaro ben bilanciato. Si abbina perfettamente con la cagliata di pecora fatta in casa (skuta), la pasta con gli asparagi o il maiale in salsa di terrano.

Un altro olio verde dorato dall'aroma intensamente fruttato di polpa di olive fresche è **Istarska Bjelica**, noto anche come Bianchera istriana o Bianca Bellezza etichettato da **Mate Olive Oil**. L'iniziale sapore delicato con tenui toni di amaro passa gradualmente a una netta e persistente sensazione di amaro e piccante in delicato equilibrio ed elegante armonia. Per la sua purezza si abbina bene alle grigliate di pesce e carne, oltre che a zuppe e stufati.

L'olio che si sposa bene con le specialità di pesce o le verdure marinate, o anche il minestrone istriano è **Buža** o Buza, un olio varietale, endemico, con intensi colori giallo-verdi e di sapori amaro e piccante perfettamente equilibrati. **L'olio d'oliva Buršić** offre un olio di qualità eccezionale con un pronunciato odore fresco.

Ci sono vari frantoi dove si possono gustare diverse sfumature e sapori come Črnica di Buščina, Leccino di Ipša, Pendolino di Oleum virde Belić e molti altri. Molti imprenditori locali consentono la degustazione e l'acquisto dei loro prodotti come:



- Salveta (Vodnjan, Željeznička 14)
- Meloto (Vodnjan, San Rocco 22)
- Chiavalon (Vodnjan, Salveta 50)
- Baioco (Galižana, Michele della Vedova 55)
- Funtana Oil; OPG Alen Cvitković (Funtana, Coki 88)
- Gardoš; OPG Nevija Gardoš (Buje, Digitronska 25)
- Frata; OPG Denis Mušković & Fam (Tar, Glavica 31)
- Rioža; OPG Marčelo Rioža (Poreč, Musalež 63)
- Cirka; OPG Smoljan Martin (Svetvinčenat, Cirka 36)





Istrisches Olivenöl, das dem Leben Geschmack verleiht

Die Olive ist in Istrien seit Jahrtausenden präsent und bedeckt fast das gesamte Gebiet Istriens. In letzter Zeit hat sich der Olivenanbau stark weiterentwickelt, so dass **Kroatien** auf europäischer Ebene als einer der **größten Produzenten von nativem Olivenöl extra** anerkannt ist. Es gibt mehrere istrische Olivenhaine wie Rozinjola, Istarska Bjelica, Buža, Črnica, Leccino, Pendolino usw.

Oio Vivo ist eines der istrischen Unternehmen, das **Rozinjola** anbietet, ein natives Öl extra, das eine klare goldene Farbe mit grünen Schattierungen und eine ausgewogene Schärfe und Bitterkeit hat. Er passt perfekt zu hausgemachtem Schafskäse (Skuta), Nudeln mit Spargel oder Schweinefleisch in Teransauce.

Ein weiteres goldgrünes Öl mit einem intensiv fruchtigen Aroma von frischem Olivenmark ist **Istarska Bjelica**, auch bekannt als Istrische Bianchera oder Bianca Bellezza, die von **Mate Olive Oil** gekennzeichnet ist. Der anfängliche, zarte Geschmack mit sanften Bittertönen geht allmählich in eine ausgeprägte und anhaltende bittere und würzige Empfindung über, in einer zarten Balance und eleganten Harmonie. Aufgrund seiner Reinheit passt er gut zu gegrilltem Fisch und Fleisch, sowie zu Suppen und Eintöpfen.

Das Öl, das gut zu Fischspezialitäten oder mariniertem Gemüse oder sogar zu istrischen Minestrone passt, ist **Buža** oder Buza, ein einheimisches Sortenöl mit intensiven grün-gelben Farben und perfekt ausgewogener Bitterkeit und Schärfe. **Olivenöl Buršić** bietet ein Öl von außergewöhnlicher Qualität mit einem ausgeprägten frischen Geruch.

In verschiedenen Ölmöhlen wie Črnica von Buščina, Leccino von Ipša, Pendolino von Oleum



werden. Viele lokale Unternehmen erlauben die Verkostung und den Kauf ihrer Produkte wie:

- Salveta (Vodnjan, Željeznička 14)
- Meloto (Vodnjan, San Rocco 22)
- Chiavalon (Vodnjan, Salveta 50)
- Baioco (Galižana, Michele della Vedova 55)
- Funtana Oil; OPG Alen Cvitković (Funtana, Coki 88)
- Gardoš; OPG Nevija Gardoš (Buje, Digitronska 25)
- Frata; OPG Denis Mušković & Fam (Tar, Glavica 31)
- Rioža; OPG Marčelo Rioža (Poreč, Musalez 63)
- Cirka; OPG Smoljan Martin (Svetvinčenat, Cirka 36)





Desserts

FRITULE (Istarske Fritule, Fritulice)

Fritule, once a festivity pastry, today a classic everyday Croatian **dessert**, comes in different versions. These sweet mini fritters are one of the **symbols** of Croatian cuisine. The Istrian Fritule represent the classic yeast dough version (similar to Venetian frittelle); the proof dough is shaped into small oval shapes with a spoon and immediately put in the hot oil. Once they're fried, the heavenly Fritule, crispy on the outside and soft on the inside, gets **sprinkled with sugar** and lots of love.

Le **fritule**, un tempo pasticcini festivi, oggi un classico **dolce** croato di tutti i giorni, si fanno in diverse versioni. Queste mini frittelle sono uno dei **simboli** della cucina croata. Le Fritule Istriane rappresentano la classica versione con pasta lievitata (simile alle frittelle veneziane); l'impasto viene modellato in piccole forme ovali con un cucchiaino e subito messo nell'olio caldo. Una volta fritte, le divine Fritule, croccanti fuori e morbide dentro, si **spolverano con lo zucchero** e tanto amore.

Fritule, einst ein festliches Gebäck, heute ein klassisches kroatisches **Alltagsdessert**, gibt es in verschiedenen Versionen. Diese süßen Mini-Krapfen sind eines der **Symbole** der kroatischen Küche. Die istrischen Fritule stellen die klassische Version aus Hefeteig dar (ähnlich der venezianischen Frittelle); der aufgegangene Teig wird mit einem Löffel zu kleinen ovalen Formen geformt und sofort in das heiße Öl gegeben. Nach dem Braten werden die himmlischen Fritule, außen knusprig und innen weich, **mit Zucker** und viel Liebe **bestreut**.

RECOMMEND A RESTAURANT WITH GOOD FRITULE:

Agroturizam Ferlin – ŽMINJ, Gržini 2

Download the CityPal application for more recommended restaurants



INGREDIENTS

- * flour / farina / Mehl
- * eggs / uova / Eier
- * sugar / zucchero / Zucker
- * milk / latte / Milch
- * rakija / grappa / schnapps
- * raisins / uvetta / Rosinen
- * butter or oil / burro o olio / Butter oder Öl
- * yeast / lievito / Hefe
- * lemon peel / scorza di limone / Zitronenschale
- * salt / sale / Salz



*Scan for recipe

KROŠTULI (Istarski kroštuli, Hroštuli)

Kroštuli is another Croatian festivity pastry noticeable by its shape and the obligatory ingredient, the homemade **rakija** (schnapps). The simplified version includes the thinly rolled dough cut into strips and wrapped in the shape of a „**fjok**“ (bow). The next step is to fry Kroštuli in hot oil and sprinkle them with powdered sugar. Sweet, crunchy dessert goes perfectly with a nice cup of coffee or a glass of white wine Muškat.

Kroštuli è un altro dolce festivo croato che si distingue per la sua forma e l'ingrediente obbligatorio che è la **rakija** (grappa) fatta in casa. La versione semplificata prevede la sfoglia sottile tagliata a strisce e avvolta a forma di „**fjok**“ (fiocco). Il passo successivo è friggere i Kroštuli in olio bollente e cospargerli di zucchero a velo. Questo dolce croccante si sposa perfettamente con una bella tazza di caffè o con uno splendido vino bianco noto come Muškat (Moscato).

Kroštuli ist ein weiteres kroatisches Festgebäck, das sich durch seine Form und die obligatorische Zutat, den hausgemachten **Rakija** (Schnaps), auszeichnet. Die vereinfachte Version beinhaltet den dünn gerollten Teig, der in Streifen geschnitten und in Form eines „**Fjok**“ (Bogen) gewickelt wird. Der nächste Schritt besteht darin, Kroštuli in heißem Öl zu braten und mit Puderzucker zu bestreuen. Dieses süße knusprige Dessert passt perfekt zu einer guten Tasse Kaffee oder zu einem herrlichen Weißwein namens Muškat (Muskat).

RECCOMEND A RESTAURANT WITH GOOD KROŠTULI:

Humska konoba – HUM, Hum 2

Download the CityPal application for more
recommended restaurants



INGREDIENTS

- * flour / farina / Mehl
- * eggs / uova / Eier
- * sugar / zucchero / Zucker
- * milk / latte / Milch
- * rakija / grappa / schnapps
- * raisins / uvetta / Rosinen
- * butter or oil / burro o olio / Butter oder Öl
- * yeast / lievito / Hefe
- * lemon peel / scorza di limone / Zitronenschale
- * salt / sale / Salz



*Scan for recipe

CUKERANČIĆI

Cukerančići, once a traditional holiday **biscuit**, today part of the gastronomic offer, are present on the list of protected intangible heritage of Istria. They are easy to make and fun to eat. Cukerančići are biscuits of a specific shape sprinkled with sugar, often seen at weddings as an autochthonous dessert. Today, everyone can make them at home, but traditionally are baked in the hearth paying attention to various preparation and baking tricks.

I **Cukerančići**, un tempo fa un tradizionale **biscotto** festivo, oggi parte dell'offerta gastronomica, sono presenti nell'elenco del patrimonio immateriale protetto dell'Istria. Sono facili da fare e divertenti da mangiare. I Cukerančići sono biscotti dalla forma particolare spolverati di zucchero, spesso visti ai matrimoni come dolce autoctono. Oggi tutti possono farli in casa, ma tradizionalmente si cuociono nel focolare prestando attenzione ai vari accorgimenti di preparazione e cottura.

Cukerančići, einst ein traditioneller **Feiertagskeks**, heute Teil des gastronomischen Angebots, sind auf der Liste des geschützten immateriellen Erbes Istriens präsent. Sie sind einfach zu machen und machen Spaß zu essen. Cukerančići sind mit Zucker bestreute Kekse einer bestimmten Form, die oft bei Hochzeiten als autochthones Dessert gesehen werden. Heute kann jeder sie zu Hause machen, aber traditionell werden sie im Herd gebacken, wobei auf verschiedene Zubereitungs- und Backtricks geachtet wird.

RECOMMEND A PASTRY SHOP FOR GOOD CUKERANČIĆI:

Slastičarnica Antica Torte i Kolači – PAZIN, Ul. Franine i Jurine 2b

Download the CityPal application for more recommended restaurants



INGREDIENTS

- * flour / farina / Mehl
- * eggs / uova / Eier
- * sugar / zucchero / Zucker
- * vanilla sugar / zucchero di vaniglia / Vanillezucker
- * oil / olio / Öl
- * butter / burro / Butter
- * rum
- * lemon peel / scorza di limone / Zitronenschale
- * orange peel / buccia d'arancia / Orangenschale
- * milk / latte / Milch
- * ammonium carbonate / carbonato di ammonio / Ammoniumcarbonat
- * Istrian wine Malvazija / vino Malvazija / Wein Malvazija
- * cristal sugar / zucchero cristallino / Kristallzucker



*Scan for recipe

ŠTRUKOLO OR POVITICA (Istrian traditional so-called strudel)

If you like strudel or you tried orahnjača or makovnjača during your stay in Croatia, then you'll probably like this Istrian traditional holiday pastry known as **štrukolo** or **povitica**. The juiciness, softness, and walnut and apple flavor of the **sweet bread** is an indescribable pleasure worth waiting for the dough to rise before baking. It comes in the shape of a round or rectangular cake. When cut, the spiral pattern of the filling inside the beautifully baked dough leaves you breathless and without speech..

Se ti piace lo strudel o hai provato orahnjača o makovnjača durante il tuo soggiorno in Croazia, allora probabilmente ti piacerà questo dolce tradizionale istriano noto come **štrukolo** o **povitica**. La morbidezza e il succulento sapore di noci e mele di questo **pane dolce** sono un piacere indescrivibile per il quale vale la pena aspettare che l'impasto lieviti prima d'infornare. Ha la forma di una torta rotonda o rettangolare. Al taglio, il motivo a spirale del ripieno all'interno della pasta meravigliosamente cotta lascia senza fiato e senza parole.

Wenn Sie Strudel mögen oder während Ihres Aufenthalts in Kroatien orahnjača oder makovnjača probiert haben, dann wird Ihnen wahrscheinlich dieses traditionelle istrische Festtagsgebäck gefallen, das als **štrukolo** oder **povitica** bekannt ist. Die Saftigkeit, Weichheit und der Walnuss- und Apfelgeschmack dieses **süßen Brotes** sind ein unbeschreiblicher Genuss, der es wert ist, vor dem Backen darauf zu warten, dass der Teig aufgeht. Es hat die Form eines runden oder rechteckigen Kuchens. Beim Anschneiden lässt Sie das Spiralmuster der Füllung im schön gebackenen Teig atemlos und sprachlos zurück.

RECOMMEND A RESTAURANT FOR-
GOOD ŠTRUKOLO:

Stara Štala – CEROVLJE, BORUT, San-
dalji 29

Download the CityPal application for more
recommended restaurants



*Scan for recipe



INGREDIENTS

- * flour / farina / Mehl
- * eggs / uova / Eier
- * sugar / zucchero / Zucker
- * butter / burro / Butter
- * rum
- * lemon peel / scorza di limone / Zitronenschale
- * fresh yeast / lievito fresco / frische Hefe
- * warm milk / latte caldo / warme Milch
- * vanilla sugar / zucchero di vaniglia / Vanillezucker
- * walnuts / noci / Walnüsse

PREPARATION

Dissolve the yeast in warm milk and let it rise. Afterward, sift the flour and add beaten eggs, sugar, vanilla sugar, grated lemon peel, butter, rum, and dissolved yeast. Knead the dough and let it rise until it doubles in size. For the filling, dissolve the sugar in the heated milk, and mix it with ground walnuts, melted butter, rum, and grated lemon zest (apple by choice). Divide the dough into small parts, each part roll out, and spread the filling. Roll up, place it on a tray, let it rise for a half hour, then brush with eggs, pierce with a fork, and bake at 180°C for 35-40 minutes.



Istra local food