

TRADICIJSKA PREHRANA JUŽNOG PODGORJA

MIRJANA TROŠELJ
HR-10000 Zagreb
mitroselj@gmail.com

UDK 591.1+392.3
Izvorni znanstveni članak
Original scientific paper
Primljeno/Received: 31.05.2021.
Prihvaćeno/Accepted: 21.06.2021.

Na temelju građe prikupljane od sedamdesetih godina 20. stoljeća, prikazuje se tradicijska prehrana južnih Podgoraca na području općine Starigrada – Paklenice. U geografskom kontekstu uočene su dvije razine kulture prehrane: dinarska (podgorska naselja/varoši u planini) i jadranska (naselja uz more: Punta/Selo, Zukva/Seline, punte Tribnja). U određenom povijesnom kontekstu (turistički boom šezdesetih i sedamdesetih godina 20. stoljeća), započela je migracija Podgoraca - Glavičara s planine u podgorsko priobalje, što je dovelo do prožimanja dviju kultura u prehrani, čime se obogatila turistička ponuda. Od sedamdesetih godina do kraja 20. stoljeća u turističkoj ponudi zanemaruje se tradicijska kuhinja i izvorna jela i spravlja se "brza moderna hrana". U svrhu raznovrsnije turističke ponude u radu se sugerira oživljavanje nekih zaboravljenih tradicijskih jela. S obzirom na to da o tradicijskoj prehrani južnog Podgorja nisu provedena sustavna istraživanja i do danas nema pisanih izvora, cilj je ovoga rada prikazati temu od kraja 19. do kraja 20. stoljeća prema sjećanjima kazivača i usporediti s korištenim recentnim izvorima s područja sjevernog Podgorja / Primorja i Ravnih kotara, s naglaskom na Ravne kotare. Svrha rada leži u osvještavanju južnih Podgoraca u smislu vrednovanja vlastite kulturne baštine te njihovog angažmana oko revitalizacije tradicijske prehrane i djelovanja u smjeru razvoja podgorskog kulturnog turizma.

Ključne riječi: južno Podgorje, tradicijska prehrana, kulturni turizam

1. Uvodne napomene

Tradicijska prehrana južnih Podgoraca neistraženi je segment kulturne baštine područja općine Starigrad – Paklenica. Ovaj rad nastao je kao rezultat višegodišnjih terenskih obilazaka obalnih i planinskih naselja (od 1970-ih do početka 21. stoljeća), s ciljem prikupljanja građe o kulturnoj baštini (*mirila*, vjerovanja, mitske predaje), a tom prilikom bilježeni su i podatci o osobitostima u

prehrani i pripremanju hrane. Rad je strukturiran u manje tematske cjeline po uzoru na objavljene radove na istu temu.¹ Tema se istraživala metodom nestrukturiranog intervjua ili usmene povijesti, promatranja i bilježenja.² U detalje pripremanja nekih jela nije se moglo ulaziti, jer kazivači za to nisu imali vremena radi *pašarenja blaga* i drugih poslova izvan kuće. Prikupljeni podaci odnose se na razdoblje od kraja 19. do kraja 20. stoljeća. Cilj je bio sagledati privređivanje i prehranu u prošlosti dokle sežu sjećanja kazivača. Svi stariji kazivači, od sedamdesetih godina 20. stoljeća, navodili su vremenski okvir svojih sjećanja: *To t' j' bilo prvo. Prvo se tako varlo i ilo. Tako j' men moja baba kaživala. A dugo j' živla, bila zdrava.*³ Percepcija vremena u određivanju *prvo* značila je prije Prvoga i Drugoga svitskog rata i poslije *Drugog rata*, što se podudara s vremenskim okvirom kazivača sjevernog Podgorja i Primorja i Ravnih kotara. Na navedenom geografskom prostoru južnog Podgorja do sada nitko nije provodio istraživanje teme te nije moguće dati prikaz o pojedinoj problematici, a podatci iz literature spomenutih područja ne mogu se u cijelosti komparirati s istom temom južnog Podgorja. Ovaj rad može se promatrati kao rezultat rekognosciranja terena za daljnja detaljnija i sustavnija istraživanja. U nedostatku izvora o prehrambenim navikama južnih Podgoraca, cilj ovoga rada je, na temelju prikupljenih podataka, ustanoviti karakteristike tradicijske prehrane i načina pripremanja jela u prožimanju dinarske i jadranske kulture prehrane. Ovim radom želi se dati poticaj budućim istraživačima, kako bi se mogla načiniti konačna sinteza o tradicijskoj prehrani južnog Podgorja.

2. Privređivanje i prehrana

Južnovelebitsko Podgorje područje je miješanja dinarske i jadranske kulture u tradicijskoj prehrani. Osnovno mu je geografsko obilježje krš, što je uvjetovalo da stočarstvo bude jednom od temeljnih gospodarskih djelatnosti Podgoraca do 60-ih godina 20. stoljeća. Ubrzo su novi civilizacijski procesi (turizam) pridonijeli napuštanju tradicijskog privređivanja, zamiranju života

¹ Jurković, Jasmina (2004), Jurković, Jasmina (2009), Baćac, Valentina (2010).

² Neki podatci temelje se na iskustvu autorice u užoj i široj obitelji.

³ Manda Krapić Prodan (r. 1942.), Tribanj.

u planinskim naseljima i trajnoj selidbi *Glavičara*⁴ u priobalje ili u druge udaljenije krajeve.⁵ Život u planini, u zimskim naseljima/*varošima*, odvijao se na prvim *podima* pa je komunikacija sa *Selom* (centar Starigrada – Paklenice) bila bliža i lakša, osobito za nabavu kućnih potrepština i odlazak u crkvu u vrijeme blagdana, a *proljeći se prtljalo/selilo s blagom/stadom* na Veliko Rujno, a *sprtljalo/vračalo* oko Male Gospe. U tom intervalu gotovo da nije bilo komunikacije sa *Selom*. Isto su činili i Puntari (centar Starigrada – Paklenice) koji su imali *stanove* na Rujnu, u Glavicama i V. Paklenici. Uz stočarstvo, *sitno blago* (ovce i koze) i *krupno* (jedna do dvije krave), bavili su se i skromnim poljodjelstvom. Oblici tradicijske kulture na Velebitu mijenjali su se sporije negoli uz more u *Selu/Punti*, gdje su bili intenzivniji doticaji s morskim naseljima Donjeg kraja (Vinjerac i Ražanac), koja su se bavila ribarstvom, brodarstvom, trgovinom i ugostiteljstvom, a ponešto i stočarstvom. Stalna komunikacija Podgoraca s Donjim krajem (*bikarenje* janjaca, ovaca i koza, prodaja drva, sira, vune), pridonijela je širenju novih gospodarskih djelatnosti u Podgorju pa su se Puntari uz slabo stočarstvo i poljodjelstvo počeli orijentirati u prvoj polovici 20. stoljeća na sitno ribarstvo i trgovinu, a krajem 19. i početkom 20. stoljeća, s počecima planinarsko-turističkog razvoja, i na ugostiteljstvo/*gostioničarstvo*, čemu je osobito pridonijela *gostiona*/"hotel" Marka Veršića Moke.⁶ Gospodarska djelatnost odvijala se u pojedinačnim obiteljima i obiteljskim zadrugama (na Punti Bucići do 1930. g., dvije u Marasovića do 60-ih godina prošlog stoljeća i siromašne po zimskim naseljima prvih *pada*).⁷ U Glavicama svaki je zaselak/*varoš* imao isto prezime po kojem je dobio ime i te su obitelji bile u srodstvu ili svojti: *Mi smot' bil kaj pleme, rod u zajednici a toj' nestalo još o Prvon ratu, narod se*

⁴ Etnik prema geomorfološkom apelativu *glavice* - krševiti vrhovi brda (otud i etnici Brđani, Puntari) oko kojih su bile locirane *varoši* prvih *pada*. Nižih su vrhova od kukova i visokih brda. Toponim *Glavice* određuje apelativ *glavice* i etnik *Glavičari*. Isto se odnosi na Paklen(i)čare i Zapadnjare (stanovnike zapadnih naselja Starigrada – Paklenice).

⁵ Vidi Bušljeta, Anita (2010), 423-424.

⁶ O tome vidi u Planinarskom vjesniku od 1912., br. 2, 1913., br., 5, br. 10 i Hrvatskom planinaru od 1923., br. 6, 1925., br. 5, 1926., br. 5, 1929., br. 6. Marko Veršić Moka doselio se iz Vinjerca krajem 19. stoljeća. S bratom Matom u Vinjercu pripomogao je gospodarskom razvoju Starigrada – Paklenice između dva svjetska rata. Magaš, Damir (1999), 214-217.

⁷ Ivan-*Ivica* Trošelj (1921. – 2012.), Punta.

raselija po svitu.⁸ Ruralna naselja ostala su i dalje u domeni stočarstva i slabog poljodjelstva. Morske gospodarske i trgovačke aktivnosti u *Selu/Punti* proširile su prehranu ribom, premda su i dalje primarni izvori prihoda bili stočarstvo i poljodjelstvo. Povezanost južnih Podgoraca s Likom u razmjeni proizvoda i s Ravnim kotarima u razmjeni ili prodaji drvenih uporabnih predmeta za kućanstvo, pridonosila je ekonomskom boljitku.⁹ U to ulazi i trgovina **solju** iz Podgorja preko Ribničkih vrata Velikoga Rujna i Oglav(i)novca u Liku, u kontinuitetu od pretpovijesnog doba.¹⁰ Treba istaknuti još jednu "trgovačku" aktivnost Podgoraca od 19. do sredine 20. stoljeća na relaciji Donji kraj - Lika, a to je *šverc* kavom, duhanom i špiritnom rakijom ilegalne proizvodnje. Koliku je "uspješnicu" imala ovakva trgovina, nije poznato.

Tradicijski život Podgoraca odvijao se, kako je već navedeno, na dvjema geografskim razinama: zimi u naseljima bliže moru (*prvi podi*), a ljeti u planini na ljetnoj ispaši *blaga* (*drugi podi*). U zimskim naseljima uz stočarstvo i skromno pčelarstvo, *Glavičari* su se bavili poljodjelstvom na iskrčenom zemljištu (*doci, ogrede, vrtline*, njive) u blizini naselja. Uzgajali su krumpir, zelje (*raštik, rudica* i *glavato*), ljutiku, *vrmantu/kukuruz, gra/grah, bob, kapulu* / plavi i crveni luk, *luk/češnjak*, a od žitarica: *šencu/pšenicu* (zimska i *jara*-proljetna), *orzol/ječam, raž* i zob. Budući da je kukuruza i žitarica ponestajalo rano, nabavljali su ih u Lici ili Ravnim kotarima. Bavili su se i skromnim pčelarstvom, seleći košnice prema *paši* u više predjele sve do Rujna. *Puntari* su uz sve spomenute kulture uzgajali još i proso, leću, *gra / grah jari / sikiricu* i *gra / grah balinac, kukumare/krastavce, blitvu, crvenu blitvu, pomidore/rajčicu* i vinovu lozu na Večkom polju.

S proljeća se oko sv. Ante *prtljalo/selilo* s *blagom* na planinska sezonska pasišta Velikog Rujna, a u starije doba (18. i 19. stoljeće) i na Mali Javornik (*treći pod*). Uz *čobanske* poslove oko *blaga* na Rujnu, u poljodjelstvu su uzgajali ponajprije krumpir te sve vrste zelja, grah, žito, ječam i repu.¹¹ Život u planini bio je težak i sva nastojanja bila su nedostatna za prehranu obitelji pa je dodatan izvor prihoda, kako je već napomenuto, bila prodaja ili

⁸ Maša Poljak (r. 1932.), Tribanj.

⁹ O tome vidi za Ravnne kotare Lončar, Sanja (2010), 86, 88, 121-122, 126-128, 139-140, 150, 172-173 i Vinjerac Magaš, Damir (1999), 214-217.

¹⁰ Faber, Aleksandra (2000), 17, Bušljeta, Anita (2010), 414.

¹¹ Vidi Muraj, Aleksandra (2000), 56 (O Simonovićevo zapisu o poljodjelstvu i stočarstvu na južnom Velebitu od 1903. - 1914.), Bušljeta, Anita (2010), 406.

razmjena robe: smokava, ljutike, grožđa i soli za pšenicu, žito, kukuruz i grah u Lici, a uporabnih drvenih predmeta za kućanstvo u Ravnim kotarima za novac ili kukuruz i žitarice. Budući da ni to nije bilo dostatno, muškarci su odlazili *na radnju* u Liku i Ravne kotare i druge udaljenije krajeve (Gorski kotar). Radili su kao zidari i bili poznati kao vrsni majstori u gradnji s kamenom. Na sajmu u Obrovcu kupovalo se *blago*, sitno i krupno te *gude*/praščiće za uzgoj. Drva i janjce prodavali su u Ražancu i Pagu, a prevozili su ih domaći brodari *gajetama* i *bracerama* uglavnom s Bikarije i Krcališta ili iz porata: Senjskog porta, Kusače, Šilježetarice, Brodine i Slobodine. Ipak je bio tradicionalniji brodarski prijevoz Vinjerčana i Ražančana u Gornji kraj (Podgorje).¹² Prvi su vršili *ukrcaj* u Selinama na Pisku, Zukvi i Jazu Škiljića, a drugi u Kusači, Šilježetarici, Barkariži, Kozjači i Tribnju (Šibuljini, Kruščici, Lisarici i Mandalini).

Podjela poslova između članova obitelji bila je tradicionalna. Muškarci su se bavili poljodjelstvom, *mlađarija* čuvanjem *blaga*, a žene su morale raditi podjednako i ženske i muške poslove, osobito dok su muškarci bili *na radnji u svitu*. Dolazili su u vrijeme košnje i većih poslova oko prodaje *blaga*, selidbe obitelji i *blaga* na Rujno i krajem sezone s Rujna. Rijetki su muškarci dolazili u vrijeme kopanja, sadnje i sijanja usjeva i košnje pa su te poslove obavljale žene, koje su preuzimale brigu i o vođenju kućanstva i prehrani obitelji. Osim pripremanja hrane, kopale su i sadile sadnice, sijale *prisod* (za zelje), *kotljale*/okopavale, vadile i spremale krumpire u *trapove*, žele i mljele žito na kućnom ručnom žrvnju ili gonile na *mazgilju*, *mazgi* ili magarcu u Marasovića mlinove, muzle *blago* i izrađivale mliječne proizvode. Nerijetko su, u odsutnosti muškaraca, postupale kao *Velike Majke* te određivale članovima obitelji tko će što raditi, gdje će se koja kultura saditi ili sijati, gdje će se *blago odjaviti*/goniti na pašu i tko će mu biti *čobanin*. Svjedočila sam 1968. g. takvoj ženskoj organizaciji poslova na Rujnu. Unatoč teškom životu, one su to radile s puno volje i snage, potičući i ostale članove kako bi u škrtom velebitskom kršu opstali *ako Bog da i Sunce naše žarko*.¹³ Kada je s proljeća nestajalo hrane iz vlastitog uzgoja ili se nije imalo čime *trampiti* (razmijeniti proizvode) u Lici i Ravnim kotarima, onda se prehranjivalo samo

¹² Magaš, Damir (1999), 214-217.

¹³ 1903. godine prošlog stoljeća prvi istraživač i prvi snimatelj južnog Velebita i Podgorja, dr. Radivoj Simonović naziva ih *planinkama* koje neumorno rade i brinu o svojoj djeci. Vidi Muraj, Aleksandra (2000), 55.

krumpirom, palentom s nekim mliječnim proizvodom i samoniklim biljem. Žene su vodile brigu o pripremi kakvog-takvog obroka pa su sa starijom djecom i *blagom* na paši brale jestive *trave*/bilje i od njih pripremale obroke.

3. Tradicijska prehrana i obroci

Svakodnevni obroci razlikovali su se sadržajem i količinom prema godišnjim dobima i različitim prigodama. Zimi su bili skromniji i svodili se na tri dnevno, a ljeti su od prvih proljetnih težačkih poslova bila četiri obroka: *marenda*, ručak, užina i večera. Prigodni su obroci bili obilniji i raznovrsniji, a podrazumijevali su se u vrijeme blagdana i različitih obiteljskih slavlja. Jutarnji "obrok" (bijela kava od ječma, cikorije i mlijeka s *baškotinin*/dvopekom ili udrobljenim kruhom ili *suhim kolačem*) konzumirala su samo djeca i starije žene.

3.1 Mlijeko i mliječni proizvodi

Stočarstvo je odredilo prehranu, odnosno korištenje mlijeka i mliječnih proizvoda u pripremanju različitih jela, osobito u ruralnim naseljima Starigrada – Paklenice. Od mlijeka su se izrađivali proizvodi koji su u prehrani bili najzastupljeniji: sir, *kisel(i)na* i maslo, uglavnom od kravljeg mlijeka, ponekad i od ovčjeg, bilo kao dopuna kravljem bilo kao zaseban proizvod, osobito za sir.

Nakon mužnje **varen(i)ka**/mlijeko obvezno se *zavar(i)la*/prokuhala za sve vrste mliječnih proizvoda, osim sira škripavca, u *brunzinu* obješenom o *komoštre* nad *kominon*/ognjištem. Često se miješalo kravlje i ovčje mlijeko pa su proizvodi bili bolje kvalitete. Na prvom mjestu u proizvodnji bili su **sir škripavac** i **suvi/suhi** (od kravljeg, ovčjeg i kozjeg mlijeka ili svakog ponaosob). Škripavac se priprema od toplog mlijeka u *padelil*/zdjeli te se u tako zamlačeno ulije sirište, lagano promiješa ili se *padela* lagano protrese i ostavi sat do dva. Kad se mlijeko počne grušati, rukama se stisne u kružnu plosnatu formu, izvadi iz *surutke* i prebaci u manju *padel(i)cu* i malo posoli. Na kraju se omota u krpu ili gazu, stavi u *citku*/cjedilo i pokrije daščicama i kamenom da se do kraja iscijedi.¹⁴ Ovaj sir bio je mekan i kratkotrajan, dok je suhi tvrd i dugotrajniji. Za njega je također

¹⁴ Maša Poljak (r. 1932.), Tribanj.

trebalo sirište, a dobivalo se od janjeće ili teleće *mure* (želudca), koja je neko vrijeme stajala u salamuri. Suhi sir se nakon cijedenja modelirao u kvadratnom drvenom kalupu i sušio na zraku u *stanu* ili u kući prvog *poda*. Konzumirao se s pečenim posoljenim krumpirovim *polama* pečenim pod pekom ili u pećnici, uz pečene ili posoljene masline. Solio se više nego škripavac. Osobito ukusan bio je sir *škripavac* od kozjeg mlijeka, a suhi od ovčjeg. Smatra se da je sir škripavac obilježje dinarske kulture.¹⁵ *Puntari* su ponekad, uz svoj kravliji sir, dobivali suhi ovčji iz Paga te su ga čuvali u maslinovom ulju. **Surutka/sirutka** nastajala je prilikom izrade sira, tako da se tijekom sirenja izdvajala iz zgrušanog mlijeka. Pila se u ljetnim vrućinama kao zdrav napitak koji osvježava i utažava žeđ. Višak *surutke* davao se *prasadi*/svinjama. Na *zavarenoj*/prokuhanoj *varen(i)ci*/mlijeku spremali su se **tarci**/kaša od bijelog brašna za doručak ili večeru mlađima, osobito na ljetnoj ispaši. **Skorup** ili **sir** iz *miš(i)ne*/mješine od janjeće ili jareće kože obvezno se dobro solio i bio je dugotrajan.¹⁶ Postupak izrade je jednostavan: s prokuhanog i ohlađenog mlijeka žlicom se skidao skorup i stavljao u mješinu uz obvezno soljenje i tako svakodnevno dok se mješina ne napuni i čvrsto sveže. Sir u mješini dobio bi grudastu konzistenciju. Od njega se na vodi *var(i)la*/kuhala **čorbalzačina** i jela s palentom. Često se jeo i s *varenim*/kuhanim krumpirom ili pečenim *polama* ispod peke, a u novije vrijeme iz pećnice. **Skuta** se pripremala od skorupa *svarenog*/skuhanog mlijeka, tako da se taj sloj s mlijeka skidao i stavljao u zemljane *ćupove*. Slatkastog je okusa i po potrebi mogla se blago posoliti. Kratkog je trajanja u odnosu na skorup/sir iz mješine. Bila je posebna poslastica kao namaz na kruhu ili s palentom. **Maslegija**/cicvara pripremala se na vodi od skorupa/sira iz mješine ili skute s dodatkom masla. Kuhala se dodavanjem kukuruznog brašna pa se zgotovljena može definirati kao ukusna slatka palenta srednje tvrdoće. **Maslo** se *melo*/stupalo pomoću drvene *mećaje*/mlatilice u drvenom stapu u koji se stavljao skorup. I maslo se čuvalo u zemljanom ćupu, a koristilo se kao začim drugim jelima ili se jeo s palentom. **Začina** se kao zasebno jelo pripremala, kako je već navedeno, od skorupa iz mješine ili skute ili *masla* kuhanjem na vodi.

¹⁵ Muraj, Aleksandra (1998), 103, prema Jurković, Jasmina (2004), 197.

¹⁶ Šimunović-Petrić, Zorica (1989), 185.

Konzumirala se ili s palentom ili sa suhim udrobljenim kruhom.¹⁷ **Kisel(i)na** (kiselo mlijeko) bila je čvrsta - *moga s' je rizat nožon, a kads' stavija žlicu nauzgor takob' ostala stat.*¹⁸ Pripremala se svakodnevno s *kvasom* od prethodnog dana. Također se držala u zemljanom *ćupu* i jela se s palentom. **Grušal(i)na** je mlijeko oteljene krave ili ojanjene ovce, slabije je kvalitete, a djeci je bila ukusna zašecerena. Udobljeni kruh u *zavarenoj varen(i)ci* bio je jutarnji obrok djeci prije škole ili na *stanovima* tijekom ljetne ispaše. Svim mliječnim proizvodima palenta i krumpiri bili su glavni prilog.

3.2 Meso i mesni proizvodi

Mrs/meso slabije se konzumiralo jer ga nije bilo dovoljno, možda četiri do pet puta mjesečno i to suhomesnato u zimskim mjesecima, a ljeti svježije (kuhano ili pečeno), uglavnom janjetina i to u vrijeme većih blagdana, *fešta* i obiteljskih prigoda (*pir/svatovi*, rođenje, krstitke) ili za prijatelje i goste. Svježije meso se moralo odmah spremati, premda su ga neki pokušali sačuvati u *snižnican* i *gusternan* ovješena iznad vode ili bi ga dobro istrljali solju.¹⁹ Meso je bilo iz vlastitog domaćinstva: **prasetina/svinjetina, janjetina, bravetina i jaretina**, a nešto manje kokoške, i to uglavnom radi juhe za bolesne i roditelje. Meso se čuvalo sušenjem *na dimu*. Od tradicijskih svinjskih proizvoda *dimili* su se pršuti, slanina te slanina *povismina*/potrbušnica, rebra, tanke i debele *diven(i)ce*/kobasice, *kulen, pečenica*/kotleti i *bržola*/lungić. **Tanke mesne diven(i)ce**/kobasice spravljale su se od mesa ručno rezanog na komadiće i pomiješanog s malo loja i začina: *luka*/češnjaka, soli i papra. *Puntari* su dodavali malo osušenog sjemena od komorača radi ukusa i arome. Smjesa se za *diven(i)ce*/kobasice nadijevala ručno u tanko crijevo pomoću cjevastog limenog ili žičanog nastavka na koji se navuklo tanko crijevo. U *starija vrimena* su se *obarile* / kratko prokuhale i stavljale sušiti *na dimu*/dimiti. Od sredine 20. stoljeća stavljale su se na sušenje bez *obarivanja*. **Debele diven(i)ce**/kobasice pravile su se od debelog crijeva, a **kulen** od svinjske *mure*/želudca. Za oboje se u nadjev stavljala smjesa od žutog

¹⁷ Pera-Perina Jović (r. 1882. - 1977.), varoš Jovići, Veliki Ledenik; o siru iz mješine, maslu i *začini*.

¹⁸ Slavka Poljak (r. 1921. – 2017.), Tribanj.

¹⁹ Ista.

kukuruznog brašna, svinjske krvi i sitno narezanog loja te sol i češnjak kao obvezni dodaci. Debele *diven(i)ce* i *kuleni* obvezno su se *obarivali* i nakon toga nosili na sušenje. Od preostalog nadjeva pekao se **krvavac** pod pekom ili u nauljenom pekaču u pećnici. Ovaj proizvod ne radi se od 80-ih godina prošloga stoljeća, te bi se u novijem kontekstu južnopodgorskoga turizma mogao obnoviti i biti dio tradicijske gastronomske ponude. Ostalo se meso s pršutima solilo i stavljalo u *salamuru/pac* u drveni *badanj* te u njemu držalo od 15 – 20 dana. Poslije toga nosilo se na sušenje, osim pršuta koji su se prethodno stavljali pod kameni *piz*, odnosno prešali između dvije kamene ploče radi istiskivanja i cijedenja, također u trajanju od 15 – 20 dana. Poslije *piza* stavljali su se *na dim* do kraja ožujka ili početka travnja, a nakon dimljenja iznosili su se vani *na buru* na drugo sušenje.²⁰ Dimilo se *šmrikov(i)non*/smrikom, jer je davala posebnu aromu proizvodima, osobito pršutima. Suho meso i sir čuvali su se na Puntima u *maškarioli* / drvenom sanduku obavijenom mrežom, u podrumu, konobi ili *šuvitu*/tavanu gdje je visjela obješena o gredu, a u brdskim *varošima* u *dimljen(i)ci* unutar kuće. **Žmarci/čvarci** proizvodili su se od loja narezanog na manje komadiće koji su se topili u većoj *teći*/varilici na vatri. Na kraju obrade i hlađenja blago bi se posolili. Od otopljenog te ohlađenog loja dobila se svinjska **mast**, važan začin u spravljanju zimskih jela. Kad bi je ponestalo, za začinjanje se koristila deblja **slanina** koja se kao začin *peštala*/usitnjavala nožem do kašaste smjese i stavljala u variva sa zeljem, bobom i komoračem, manestrom (maneštrom), grahom i tjesteninom (*pašta-važol*). **(D)želadija/hladetina** pripremala se od svinjskih ušiju, nogu i kože dugim kuhanjem s vodom i solju do želatinaste mase. Jela se za Božić i Novu godinu. **Žiger(i)caljetrica** odmah se spremala s krumpirima i začinima kao gulaš te jela za *marendu* u vrijeme finalizacije klanja.²¹ **Janjetina** se jela za blagdan Velike Gospe i obiteljskih prigodnica (svadbe, krštenja, odlazak u vojsku). Pekla se na ražnju i *lešala*/kuhala radi juhe. Poseban janjeći specijalitet bile su **trip(i)ce s krumpirima**. Pripremale su se kao mesni gulaš s krumpirima, od dobro opranih tankih crijeva izrezanih u manje komadiće s puno začina i *kunšervon*/koncentratom rajčice. Ovaj specijalitet, pripreman na tradicijski način, trebalo bi obnoviti u

²⁰ Ista, o pripremanju svih mesnih proizvoda. Usporedi: Jurković, Jasmina (2009), 142-145 i Baćac, Valentina (2010), 307-310.

²¹ Božica-Boja Jurlina (r. 1939.), Seline.

gastronomskoj ponudi. Osim svinjetine, na isti način, sušile su se *bravetina* i *jaretina*. Sve vrste suhog mesa spremale su se *lešo* sa svim vrstama zelja, ako ga je još preostalo, a potkraj proljeća s **bobom**, **komoračem** i *svakoberom* / samoniklim jestivim biljem.

Meso divljači nije bilo naročito zastupljeno u prehrani. Lovila se sitna divljač po Glavicama na *gvožđa*/stupicu. Postavljala se na skrovitim mjestima po šumi, ispod *glavica* i *kukova*. Ulov se pripremao kao gulaš.

Riba je bila dopuna prehrani, osobito u *Selu*/Punti. Lovila se u Kanalu svim raspoloživim pomagalicama, osim mrežom *braganjom*. Od mreža koristile su se *baligote*, *psare*, *popone* i *gavunare*, zatim lov *vršama*, *parangalon*, *na sviću* (s *ostvima*), *skosal(i)con*, *tunjon* i *panelon*. Riba se konzumirala *na lešo* (bijela), a plava se pekla na *gradelan* ili se *vrigala*/pržila u tavi na štednjaku, i to najčešće srdela. Kazivači se ne sjećaju da se radila marinada od srdela, ali **soljenje** je bilo važno i za one koji je nisu lovili. Srdele je bilo lako nabaviti, bile su jeftine pa su ih solili i u ruralnim naseljima. **Solile** su se u svibnju u drvenim *kabličima*/kacama krupnom solju. Slagale su se zbijene u redove tako da se u svakom novom redu poslože poprečno, a između posole. Na vrhu se poklope drvenim poklopcem na koji se postavi *piz*/kamen od dva kilograma i pokriju čistom krpom. *Kablič* se spremao u "konobu" ili podrum te čistio dok iz njega ne iscure salamura (oko mjesec dana). Za tri do četiri mjeseca srdele se iscijeđene i čiste mogu konzumirati. Od "bodljikave" ribe (*škrpuna*/škarpine i kovača) pripremao se brudet s palentom. Pripremao se i od sitne ribe *mišance*: srdela, *mićuna*/inćuna, arbuna, pauka, *glavoča*, *zela*, *čača* i ugora. Riba se jela obvezno na Badnji; srdele ili konzervirane srdele tvorničke proizvodnje uglavnom su konzumirali Glavičari, rjeđe bakalar jer je bio skup, dok su Puntari sami sušili ribu (pas, mačka, raža, golub, *prčić*/hobotnica), a oni koji nisu ribarili spremali su bakalar. **Sušenje** ribe bio je jednostavan postupak: očisti se od iznutrica, odreže joj se glava, samo ne hobotnici. S nekoliko drvenih štapića koji su na krajevima zašiljeni, riba se poprečno nabode s unutarnje (trbušne) strane da se može bolje sušiti. Na rep se stavljala kuka o kojoj je visjela vani visoko na žici ili špagu. Hobotnici se kuka stavljala na glavu.²² Često su se, umjesto suhe

²² Josip-Jole-Joce Smokrović (r. 1930. – 2011.) o postupcima soljenja i sušenja ribe, *Selo*.

ribe, na Badnjak pekle svježe *ulignje/lignje* u pećnici s krumpirima i začinima: češnjak, peršin, *selen/celer*, ružmarin, *lavor(i)ka/lovor* i maslinovo ulje. Od bijele ribe kuhala se riblja juha sa svim navedenim začinima i dodatkom *pomidora/rajčice* ili *kunšerve* / koncentrata rajčice te rižom na kraju. Prethodno se na maslinovom ulju *šufigao/vrižio*/pirjao *luk/češnjak* te dolila potrebna količina vode i dodali spomenuti začini. Bijela i plava riba uvijek su se jele s blitvom i krumpirima te maslinovim uljem, češnjakom i limunom.

3.3 Žitarice i kruh

Najznačajnije žitarice u proizvodnji i uporabi bile su *orzo*/ječam i pšenica, a rjeđe proso, zob, raž i kukuruz. Samljeveno brašno čuvalo se u drvenim *kašunima/sanducima*. Kruh se *misija/kuva*/mijesio u *kopanji* / drvenom koritu od *šeničnog*/pšeničnog ili raženog brašna, a u nedostatku raženog miješalo se ječmeno, zobeno, kukuruzno ili proseno. Simonovićev etnološki zapis s početka prošlog stoljeća, o pripremanju i pečenju čistog ječmenog kruha na Velebitu (postupak je svojstven cijelom dinarskom arealu), daje mogućnost da tako pripremljen kruh uđe u turističku ponudu.²³ Kukuruznog brašna gotovo da i nije bilo pa ga se nabavljalo u Ravnim kotarima i Lici. Kruh se pekao pod pekom, a poslije Drugoga svjetskog rata u *šparketu/štednjaku* zvanom *koza*. Pod pekom bio je okruglog oblika, a u štednjaku pravokutnog jer se pekao u *tepsiji*/pekaču. *Kvasao* se domaćim kvasom načinjenim od brašna, soli i mlake vode ili se ostavljao od prethodnog *ukuvanog* kruha komadić tijesta s malo brašna da *ukvasa* za sutradan. Kruh se zaključavao, posebice u velikim obiteljima koje nisu imale dovoljno brašna. U iznimnim prilikama pekla se *vrmontovnica* / kukuruzni "kruh" ili "kolač" od kukuruznog brašna s dodacima masla ili ulja i soli.²⁴ Žitarice su se mljele u kućnim žrvnjevima i mlinovima u V. Paklenici.

3.4 Povrće i voće

Glavne povrtnice u prehrani, kako je već navedeno, bile su krumpir (crveni i bijeli), zeleno zelje (*raštik*, *rudica*) i ukiseljeno

²³ Vidi: Muraj, Aleksandra (2000), 54.

²⁴ Matija Jović (r. 1926. – 2005.), Punta-Jazina.

glavato zelje, blitva i mahunarke (grah obični, grah *jari* / *sikirica* i *balinac* / sitni zrnati grah, leća i oskudnije *čičvarda*/slanutak), uzgajane do sredine 20. stoljeća na Luci u Večkom polju.²⁵ Većina navedenih povrtnica također je uspijevala na Rujnu i V. Paklenici. Ondje se sadila i slatka repa. Od nje se pripremalo varivo s krumpirima i suhim mesom. Sve su se povrtnice pripremale na *čorbu*/varivo sa suhim mesom, a bez njega *lešo na ulje*. Kiselo zelje se kuhalo sa suhim svinjskim mesom i krumpirima ili bez mesa s palentom. Obroci su se uglavnom začinjali maslinovim uljem, svinjskom masti i rjeđe *maslom*. Ostalo povrće u svakodnevnoj prehrani je *plosnata kapula* / crveni i plavi luk, *luk*/češnjak i ljutika, a od sredine 20. stoljeća *kukumari*/krastavci, *pomidor*/rajčica, zelena salata, mrkva, peršin i celer. Od žitarica sijala se: pšenica, raž, *orzol*/ječam, zob, proso i rjeđe kukuruz. Za zimske salate pripremale su se *kapul(i)ca* i ljutika u vinskoj *kvass(i)ni/octu* i masline blago popečene u pećnici. Nakon hlađenja spremale su se u staklenke i prelile maslinovim uljem. U drugoj vrsti obrade, svježe masline (zelene ili crne) dobro bi se posolile i spremale u staklenke da sol otpusti tekući konzervans kao neku vrstu salamure.

Uzgajane voćke su smokve, bajami i vinova loza. Rijetka samonikla voćka jabuka *petrovača* niskog je stabla i sitnog ploda, ali Podgorci su je održavali kao uzgajanu voćku pa se tako i tretirala. Vinogradarske *prask*e/breskve po Luci Večkog polja bile su istih svojstava kao jabuka *petrovača*, a održavale su se kao vinograd. **Smokva** je jedna od kultura koja se njegovala kao maslina. Nije bila samo važan proizvod u domaćinstvu, nego se njome i trgovalo u Lici. Jela se svjež a i sušena. Pri tome je važan postupak sušenja na suncu i ispiranja u *zavarenom*/prokuhanom moru i ponovnog sušenja na suncu i buri. Osušene su se spremale s lovorovim listom u drvene ili limene *kašune*/sanduke. Jedan dio smokava izdvajao se za *pravljenje smokvenjaka*.²⁶ Smokve samljevene na ručnom mlincu za meso oblikovale su se u četverokutnom drvenom kalupu za sir; nakon nekoliko dana formirani smokvenjak vadio se iz kalupa i stavljao na smokvin list za sušenje u tamnom prostoru, gdje nije bilo muha. Najbolje se suši na buri i *promaji*/propuhu. Ako se dobro ne osuši ostane mekan i gnjecav i nije ukusan. Najbolji smokvenjak bio je tvrd i rezao se na pravokutne komadiće ili na *fete*/kriške. Za sve sorte

²⁵ Ivan-Ivica Trošelj (r. 1921. – 2012.), Punta.

²⁶ Anka Grubić (r. 1926. – 2004.), Punta.

smokava rabe se lokalni nazivi na starigradskopakleničkom području: *petrovača* (crna i zelena), *kapulača* (izrazito zelena, a iznutra krvavo crvena), *nosača* (žučkasta), *talijanka* (velika, oblikom liči na krušku), *crna*, *tamnomodra* (arapkinja), *koinka* (slatka kao med) i *divlja* samonikla, a koji ne odgovaraju istarsko-dalmatinskom nazivlju. **Bajama** je kao stabala i kao ploda bilo malo, jer bi plodove već u zametku *potrun(i)la*/otresla bura. Zbog toga se ono malo osušenih spremalo u *kori/ljusci* u *škafetin pod ključ* i davalo djeci za Božić i Novu godinu ili se bacalo po svatovima na *piru*. Zbog male količine od njih se nije radio nikakav proizvod. Jedino su ih Puntari *samo šakcu prži na cukru dicit za priladu*.²⁷ Postojale su dvije vrste: slatke i *žuke/gorke* i obje su se jele i imale ljekovita svojstva. Uzgoj **vinove loze** na Večkom polju bio je skroman. Ponajbolji u vinogradarstvu bili su Marasovići i Sel(i)njari i poneki *Puntari* i to samo za vlastite potrebe. O kakvoći grožđa i vina svi su kazivači govorili *da j' bilo bolje od kotarskoga jer su vinogradi bil cikon moru, bilo ga j' malo, al' dobro*.

Raznovrsnije je bilo *divije/divlje voće* od proljeća do jeseni, uz more i u planini. U planini su se brale bobice gloga, bobice *merale*, *drinjine*, bobice trnjine, šipak, *bukvica* (sitni plod bukve), lješnjaci, maline, *bobice/borovnice*, divlje jagode, a bliže moru divlje kruške, rogač, murva, *kolačići*-plodovi *sliza/sljeza* (crnog i bijelog), bobice rašeljke, bobice kostele, *kopinjače/kupine* i *kotulači* (plod drače). Bobice *šmrike/smrike* stavljale su se u rakiju, radi arome, ukusa i navodne ljekovitosti. Branje su vršila djeca, a u planini i odrasli. Samoniklo voće, uz to što je bilo bogato vitaminima, imalo je i ljekovita svojstva. Primjerice, glog za spuštanje visokog tlaka, rogač za ublažavanje dječjih proljeva, a sljez protiv kašlja. Od divljeg voća nisu se radili nikakvi proizvodi zato što to nitko nije znao, a nije bilo ni vremena, osobito u planini, jer je bilo posla oko *blaga*. Jedino su se radi okusa plodovi *drinjine* (drijena), trnjine, rogača i kostele stavljali u rakiju.

Maslena/maslina je stara mediteranska kultura.²⁸ Premda **maslinarstvo** u južnom Podgorju nije bilo posebno razvijena grana privređivanja, ipak je do sredine 20. stoljeća maslinovog ulja bilo dostatno u priobalju za obiteljske potrebe. U drugoj

²⁷ Ivan-Ivica Trošelj (r. 1921. – 2012.), Punta.

²⁸ Lulić Štorić, Jasenka, Branka Nedved, Mauricio Stipčević (1997), prema Kokotović, Mura (2010), 184.

polovici 20. stoljeća masline se zapuštaju zbog snažnog razvoja turizma. Danas se ponovno obnavljaju za obiteljske i turističke potrebe. Po Večkom polju, Selinama i Tribnju još su očuvana stara stabla i sorte: *masnjače*, *orkule* i *sitnice*, a zadnjih godina sadi se talijanska sorta *leccino* na Večkom polju. Nakon branja dopremale su se u "konobu" za **gnječenje** i to samo oni koji su ih imali malo, a imućniji su ih gonili na *mazgama* u mlinove ili su imali vlastite. Neki su ih prije prerade držali u moru u bačvama. Oni koji nisu, drugi dan su ih pripremali za proizvodnju ulja *na noge* / gnječenjem kao u Ravnim kotarima.²⁹ Masline su se prethodno usule u vreću *prtenjaču* (jutenu), koju se prebacilo preko drvenih *raštela* ili *tralja* / drvene nosiljke kojom je pokriven *maštel* / veći kabao u koji će se cijediti ulje. Odrasla muška osoba popne se bosim nogama na položenu vreću - koja se svakim punjenjem polijevala više puta vrućom vodom - i gnječi masline dok god ih ne ogoli do koštice. Kad se gnječenje zgotovilo i skinule *raštele* s *maštela*, domaćica je limenim *pijetom*/tanjurom *pijlala*/skupljala ulje s površine vode i spremala u malim količinama u staklene *damljane* / velike opletene staklene boce, a tko je imao više - u kamenice. Oko mjesec i pol dana odstajalo ulje prelijevalo se u druge posude, jer se prilikom stajanja na dnu stvori *murga*/talog, a ulje treba biti bistro.³⁰ O količini i kvaliteti maslina ovisila je količina ulja. Danas ovaj posao rade uljare. Osim maslinovog ulja za začinjavanje jela, iza Drugoga svjetskog rata koristilo se za kuhanje sojino ulje i svinjska mast, za koju se smatra da je obilježje dinarske kulture, a maslinovo ulje jadranske, što je razumljivo jer je maslina mediteransko drvo.³¹

3.5 Samonikle jestive trave/bilje u prehrani Podgoraca

Od *marča*/ožujka domaćice su išle u *paračinu*/svakober (raznovrsno jestivo bilje / divlje zelje), odnosno *paranje*/rezanje i branje bilja. Rezanje *trava*/bilja značilo je uporabu *pošade*/noža za ono koje se nije moglo brati. *Paralo* se i bralo uz more i po Glavicama do lipnja, a na ljetnim stanovima i do trećih *poda* (M. Javornik) do srpnja. Najpoznatije *parano* i brano bilje je ***mišanca***: *žutanca*/žutenica, radić, *brmbečica*, *ušac*, *kostriš*, *turutva*, kopriva i komorač. U *mišancu* se dodavala *starinska poludivlja* blitva.

²⁹ Baćac, Valentina (2010), 326, Kokotović, Mura (2010), 193-196.

³⁰ Ivan-Ivica Trošelj (r. 1921. – 2012.), Punta.

³¹ Kokotović, Mura (2010), 184.

Danas je više nema, *utrla se* / nestala. Pripremale su se zajedno *na ulje* ili *na žlicu*. U pripremi *na ulje* (misli se uvijek na maslinovo), kratko su se prokuhale, procijedile i *zaulj(i)le*. Posebno su se skuhalo jaja, ogulila i narezala u skuhanu *mišancu*. *Mišanca na žlicu* se kuhala s krumpirima i ostacima nekog suhog svinjskog mesa. Najomiljenija biljka bila je **šparoga** (obična i *kukuvijača*) od ožujka do svibnja. Zazivana je magijskim riječima da pokrene proljetnu plodnost i rodnost: *Šparoga varoga daj ti men' dva roga, ja ću teb' zelen list kada dođe Blagovist*.³² Brala su je djeca i odrasli. Spremala se na dva načina. Prethodno su se skuhalo jaja *u tvrdo*, a onda se u istoj vodi šparoga prokuhalo 2-3 minuta i ocijedila. Ocijeđena voda nije se prolijevala, već se davala djeci da je popiju *za bolju krv*. Jaja su se oljuštila i izrezala na kolutiće u skuhanu šparoge, blago se sve posolilo i *zaulj(i)lo* maslinovim uljem. Drugi rjeđi način pripremanja (uglavnom u *Selu/Punti*) je *vriğanje/prženje* šparoga s jajima. Svježa jaja *zmut(i)la* su se kao za kajganu i u njih su se stavile svježe ili kratko prokuhane šparoge. Smjesa se izlila u tavu sa zagrijanim maslinovim uljem i *povrigala*/popržila.

Puntari su do sredine 20. stoljeća brali po kamenjima, stijenama i krupnom šljunku uz more biljku **motar** (*ščulac*, *petrovac*) te ju spremali kao blitvu ili špinat. I danas se, posve zaboravljen, može naći od kraja svibnja do lipnja, ekološki prihvatljiv na teže pristupačnim mjestima uz more na *žmorcu/zapadu Sela*. Na plažama od Kuline Večke do župne crkve nije za konzumaciju jer je zagađen. U Vinjercu i Ražancu kiselili su ga kao salatu za zimu. Od starijih kazivača moglo se čuti 70-ih godina 20. stoljeća da je **komorač sveta trava**. Poznato je da je iznimno ljekovit i zdrav u prehrani, ali zašto je svet? Istraživanjem toga značenja prema pisanim izvorima, došlo se do saznanja da je riječ o magijskom simbolu u prehrani, koji zajedno sa šparogom otvara plodnost i rodnost godišnjeg ciklusa prije *Blagovisti/Blagovijesti*. Ako neka kuća u *Selu* nije imala komorača za uskršnji ručak *unda u toj kuć ništo ne valja*.³³ Domaćice su ga brale dva do tri dana prije Uskrsa po cijelom Večkom polju. Treba naglasiti da je riječ o **divljem, samoniklom** i dandanas samo se takav konzumira pod Velebitom. Kuhao se *na lešo* s blitvom, mladom kapulom, krumpirima ili s *manestrom/paštom* (*šubioti* ili špageti). Začinjao se s nekim

³² Ivan Bucić (r. 1946.), Seline.

³³ Pera-Perina Jovići (r. 1882. – 1977.), varoš Jovići, Veliki Ledenik.

ostatkom suhog svinjskog mesa. *Otpravo su žene govorile: Varin komorača, kumpira i kost od pršuta, a kad je počeo bob: Varin boba i komorača.*³⁴ **Kopriva** se brala od mora do viših planinskih naselja i kuhala kao blitva i špinat s krumpirima *na ulje*. Od mora do drugih ljetnih *poda parale* su se i brale neke već spomenute biljke: **turutva, brmbečica, kostriš, žutenica/radić, cikorija/radić, oman, bukvića/trputac** (ženska i muška), **tušt/tucalj, ušac/radić, štir i divlji luk**. Pripremale se kao *mišance* ili pojedinačno na oba načina kao i prethodne biljke: lešo s krumpirima *na ulje* ili *na žlicu (na čorbu)* s nekim zaostalim komadom suhog svinjskog mesa. Najbolja i najukusnija biljka je štir, potvrdili su ne samo južni, nego i srednji Podgorci u 20. stoljeću. Isticali su srednji Podgorci da je *bolji i slađi od zelja i da ga nije bilo, poumiral' bi od glad'*. Od gljiva, jeo se samo **ljaljak** tartuf, sirov ili se nataknut na štapić pekao iznad vatre. Nalazilo ga se ispod obradivih površina na Rujnu i Luci Večkog polja. Prema kazivačima, rujanske i večke *ljaljke* nalazilo se do 40-ih godina 20. stoljeća pri sadnji krumpira ili neke druge sadnice: *Zamaneš mot'kon pedalj-dva i vidiš ga pod njon, izvadiš, očistiš, zerca prstin ostružeš i vriškog poideš. Drugo nis ima šta, dok si kopa, oslen zera kruva. Ljaljak t' je kaj kumpir ima veći i manji, bile i škure boje. Kundas poja pečenku.*³⁵ U Tribnju su *ljaljak* kratko termički obrađivali tako što su ga stavljali pod peku ili *nabadali na tanju granu* i pekli okretanjem nad vatrom.³⁶ Priču o *ljaljku* krajem 90-ih pokrenula je jedna emisija na TV-u o istarskom tartufu, u kući jedne kazivačice koja je u jednom trenutku ushićeno izjavila: *Pa to su ljaljci, kaj u nas po Rujnu.*³⁷ Danas je nažalost ostalo samo zapisano kazivanje o velebitskim nestalim i zaboravljenim *ljaljcima*. Postoje li i danas pod opustjelom zemljom Rujna i Večkog polja, nije poznato. To je jedina gljiva koju su Podgorci jeli i dobro poznavali.

3.6 Začinske i ljekovite samonikle trave/bilje

Većina ljekovitog bilja ujedno je začinsko bilje. Zbog začinskih svojstava stavljalo se u jela, a zbog ljekovitih od nje su se pripravljali čajevi i otopine.

³⁴ Božica-Boja Jurlina (r. 1939.), Seline

³⁵ Matija Jović (r. 1924. – 2005.), Punta-Jazina.

³⁶ Manda Krapić Prodan (r. 1942.), Tribanj.

³⁷ Matija Jović (r. 1923. – 2005.), Punta-Jazina.

Tradicionalna biljka je *lavor(i)ka/lovor*, koji se koristio kao začin u kuhanju gotovo svih jela u *Selu/Punti*. U ljekovite svrhe koristio se kao čajni napitak protiv kašlja, a često se u tu svrhu kombinirao s *bajamovom koron/ljuskom* i *ljupinon/ljuskom* od *kapule* / crvenog luk. Također je poboljšavao probavu. **Ružmarin** se stavljao u variva, pečenja i riblju juhu. Budući da je izrazito aromatičan davao je jelima, osobito pečenju, posebnu aromu, a kao čaj koristili su ga srčani bolesnici. **Origano** i **mažuran** koristili su se kao začini samo do sredine prošlog stoljeća na *Punti*, a rasli su po Večkom polju. Neki kazivači krajem 90-ih nisu ih se sjećali, jer samoniklih više nema. **Bosiljak** se koristio u varivima kao začin, ali od sredine prošlog stoljeća nestalo ga je u prirodi pa i iz kuhinja. No, posljednjih se godina opet koristi, jer ga se uzgaja kao lončanicu i njegovim se svježim listićima začinjaju jela. Na višim predjelima brala se **divlja kamilica**, blagotvoran lijek za san i umirenje probavnih grčeva, osobito kod djece. **Kadulja** je bila lijek za sve. S njom su se liječile sve vrste prehlada, kašlja, bolesti dišnog sustava i bolesti usne šupljine. Ista ljekovita svojstva imao je i kaduljin med. Kadulja se najčešće pripremljala kao čaj. Rijetko se koristila kao začin, iznimno na *Punti* u varivu i *pašta-šuti* / tjestenini s umakom od rajčice. Raste na višim predjelima, na *Rujnu* i oko njega, a najbolje ju je *brat na mistu s kojeg se ne vidi more*. Takva je najljekovitija. *Ne ber' kadulju na mistu oklen vidiš more*, govore su starije kazivačice.³⁸ **Pelin** je kaduljin družbenik u čajnoj mješavini. Liječi želučane i ostale tegobe probavnog sustava. Stavljana je u rakiju radi liječenja istih tegoba; zbog svoje gorčine imao je svojstvo amara, otvarao apetit i poboljšavao probavu. **Metvica ljuta/paprena** i **majčina dušica** / timijan udružene u čajnoj mješavini imale su blagotvorna svojstva: prva na probavne organe, a druga na dišne pa su se češće koristile kao čajni pripravci, a rjeđe kao začini. Metvica se stavljala i u rakiju prilikom pečenja, radi jačeg učinka na probavne probleme. **Ruta** se koristila u vrlo malim količinama, samo kao čajni pripravak, jer je u većim količinama bila toksična. Kombinirala se s ivom, ali nisam doznala razlog tomu. **Iva** je blaga biljka bogata vitaminima i mineralima. Govorilo se da *trava iva od mrtvoga pravi živa*.³⁹ Raste po *Rujnu*. Naročita ljekovita svojstva su **ajdučke trave** / **stolisnika** i **vriska/vrijeska**, osobito *janječeg* koji raste samo po *Glavicama*. *Stolisnik* također

³⁸ Pera-Perina Jović (r. 1882. – 1977.), varoš Jovići, Veliki Ledenik.

³⁹ Ista.

liječi "sve" bolesti *iznutra i izvana*. Hajduci po Velebitu i Lici u 19. stoljeću njime su liječili između ostalog i zadobivene rane u raznim sukobima. Priprema se i kao čaj. **Vrisak/vrijesak** je bogat vitaminima i zato su pčelari od ljeta do jeseni selili pčele u više podgorske predjele kada je u cvatu, kao što su ih do ljeta držali u blizini cvatuće kadulje. **Med** od *vriska* bogat je vitaminima i cijenilo ga se kao kaduljin. **Grmušić (uva-ursi)** lijek je za sve upale urinarnog trakta. Brao se na obroncima Višerujna ili na Goliću. Danas je zaštićen. Ista ljekovita svojstva ima i biljka **crkvina/štirica**, ali se slabo koristila. **Gospina trava / kantarion** pripremljala se kao čaj, a u kombinaciji s maslinovim uljem ostavljala se duže vrijeme u staklenci na suncu i koristila za ublažavanje reumatskih tegoba. Čaj od **bukvice/trputca** nije se koristio, ali je biljka bila *svakober* za pripremu ukusnog jela. Poznata su bila ljekovita svojstva korijena biljke **srčeničnik (Gentiana lutea)** koja je rasla na vršinama Velebita, a koja se koristila kao lijek (prirodni antibiotik) za sve upalne bolesti i visoke temperature.⁴⁰ Danas je biljka zakonom zaštićena kao ugrožena vrsta, a neka njezina staništa posve su opustjela.

Trave/bilje brale su se od ožujka do rujna i sušile u tamnom, suhom i toplom prostoru da bi zadržale prirodnu boju i izgled. U vlažnom prostoru potamne i izgube ljekovita svojstva.

3.7 Piće

Glavno piće bila je **voda** iz javne gusterne u *Selu*, a prenosila se u *burilima* do kuće. U planini pak kad presuše prirodne i umjetne kamenice, bunari i gusterne, nosila se iz *vrišta/izvora* i *snižnica*. Prije Drugoga svjetskog rata i kroz sam rat *Selo* je dobilo vodovod iz okolice Kwartira u V. Paklenici pa su se napustile javne gusterne. **Čaj** se pio ne samo tijekom bolesti, nego svakodnevno ujutro, osobito ako *kuća*/obitelj nije imala kave ili se pilo samo **mlijeko** i jelo s kruhom ili palentom. Imućniji su ujutro pili **bijelu kavu** s *udrobljenim/usitnjenim* kruhom, *baškotinom* ili suhim okruglim kolačem. Kava se pripremala od *orza/ječma* tako da se najprije popržio u *bruštulinu/pržilici*, a onda samljeo u mlincu.⁴¹ To je današnja *divka*. *Ckorija* se pripremljala od osušenog korijena cikorije (vrsta radića), kojeg se samljelo u ručnom mlincu ili usitnilo nožem i kuhalo za kavu zajedno s

⁴⁰ Ista.

⁴¹ Anka Grubić (r. 1926. – 2004.), Punta.

ječmom. *Četu* / pravu moka kavu nabavljalo se povremeno u seoskom *dućanu* Marka Veršića Moke. **Vino** se pilo kao **bevanda** poslije ručka, jer ga nije bilo dovoljno u domaćoj proizvodnji, a *cilo*/cijelo za prigodnice i blagdane. Za *gostione* dovozilo se iz Donjeg kraja (Vinjerca, Ražanca i Paga). Konzumiralo se crno domaće ili ravnokotarsko iz Donjeg kraja (Jovića, Radovina, Ražanca i Paga), a nešto rjeđe **paška žutica** i **prošek**.⁴² U kućanstvima se čuvalo za važne blagdane i obiteljske prigode, a pilo se iz drvenog *suska*, vrča ili bokala. Od **rakije** se konzumirala lozovača, travarica ili komovača, uglavnom nabavljane u Ražancu i Pagu ili bilo gdje u Kotarima, i manje **smokovača** iz vlastite proizvodnje, za posebne prilike i blagdane. Rakiju je trebalo imati u kući, jer se svakog slučajnog posjetitelja i gosta obvezno ponudilo njome iz navike ili pristojnosti. Vino se čuvalo u bačvi i većim *damljanama* / staklenim opletenim bocama. Najčešće piće *Glavičara* bio je **šerbet** ili medeno vino iz vlastite proizvodnje. Podgorci glavičarskih naselja na ljetnoj ispaši uglavnom su pili vodu iz gusterna, bunara ili izvora, *surutku*, mlijeko i *kisel(i)nu*, a starije žene i *medenu vodu* (med iz vlastite proizvodnje rastopljen u vodi).

3.8 "Kolači"

Kolači nisu bili obilježje Podgorja, niti su im Podgorci pridavali neko značenje. Prvi vikendaši iz kontinentalnih krajeva, oko 60-ih godina prošlog stoljeća, donosili su kolače kao dar svojim susjedima. Nitko ih nije jeo. S obzirom na specifičnost podgorskog podneblja: škrto planinsko krško područje sa specifičnom prirodnom prehranom, koja ima više *žuka*/gorka, negoli slatka svojstva, razumljivo je da se kolač, u pravom smislu te riječi, nije imao na osnovi čega razviti do 60-ih godina 20. stoljeća. Najpoznatiji kolač, ne samo našeg velebitskog Podgorja, nego cijelog priobalja od Istre do Dalmacije, bio je **suhi okrugli kolač** u sredini šupalj kao kolut, poznat još iz doba mletačke vladavine. Nabavljao se u većim središtima od Zadra do Rijeke, a prema predaji, od početka 20. stoljeća bilo ga je u *dućanu* Marka Veršića Moke, a od 50-ih godina prošlog stoljeća u Zadruzi i trgovini Zadrance. Bio je kvalitetan proizvod *Zadarske pekare*, koja danas više ne postoji. Imao je prirodan okus domaće pšenice. Kupovale su ga domaćice za obitelj i nosile po

⁴² Ivan-Ivica Trošelj (r. 1921. – 2012.), Punta.

dvadesetak i više komada nanizanih na *špagu* u ruralna naselja Podgorja. Budući da je bio izrazito tvrd, konzumirao se umakanjem u čaj, kavu ili vino. Podgorke su ga pripremale i u ljekovite svrhe bolesnima u *teći/varilici* s vodom i maslinovim uljem i prokuhavale na laganoj vatri dok ne omekša, a da pri tome nije gubio kružnu formu. Tako pripremljena davale su ga bolesniku u kući, koji je bolovao od želučano-crijevnih bolesti. Dojmljiv je bio zatvoreni krug kolača u *teći/varilici* koji se nije gubio tijekom laganog kuhanja.⁴³ Između dva svjetska rata, prve Božićne *polaznike*/čestitare darivalo se tim kolačem tako da im se vezao *kurdelom*/vrpcom oko vrata. Vjerovalo se da je okrugli, "ljekoviti" kolač, nošen oko vrata na Božić, bio **magijski apotropej**/zaštitnik, što će reći da je simbolički štiti *polaznika* od zlih sila i donosio mu zdravlje i sreću. Sve što je zaokruženo zaštićeno je. Takvog kolača danas više nema. Istu magijsku ulogu, kako je već rečeno, imaju biljke komorač, osobito ako je blagovan na Uskrs i šparoga na početku proljetnog ciklusa. **Vritule**/fritule su bile tradicijska poslastica Badnjaka, ali su se pripremale i za poklade i drugim običnim danima. **Uštipci** su bili zastupljeniji kod *Glavičara*, ali su ih pekli i *Puntari*. Fritule su se *kvasale*, a uštipci nisu, pa su zato fritule *okrugle*, a uštipci plosnati; uz to manje je bilo posla oko uštipaka pa su brže bili zgotovljeni. *Vrigali*/pržili su se na maslinovom ulju, jer drugoga nije bilo; sojino se pojavilo poslije Drugoga svjetskog rata. Zbog tradicijske sklonosti uštipcima moglo bi ih se uvrstiti u gastronomsku turističku ponudu. Okus bi im se mogao obogatiti maštovitim začinskim dodacima. Smjesa za fritule sastojala se od brašna, uglavnom pšeničnog, kvasca, soli i vode, a za uštipke isto, ali bez kvasca. Smjesa se *mišala*/miješala u većoj *vangli* / dubokoj metalnoj zdjeli i ostavljala, za fritule, na toplom da *ukvasa* oko pola sata, zatim su se pekle prema želji veće ili manje kružne forme. Smjesa se zahvaćala jušnom žlicom, a za uštipke također s manjom *kaciolom*/zaimačom.

Kroštule su "došle" iz Ražanca i Vinjerca i pekli su ih samo *Puntari*, tako da se *izvaljano* beskvasno tijesto usko izrezivalo na "trake" i oblikovalo premotavanjem u različite forme. Od sredine prošlog stoljeća posve su zaboravljene. **Pogača** je tradicijski simbol u blagdanskim običajima svih Podgoraca. Pekla se *soparna*/obična bez jaja i bez kvasa te u nekim posebnim prigodama i blagdanima (Uskrs), slatka s jajima.

⁴³ Na temelju iskustva autorice iz 1978. g. na Puntima.

Misila/kuvala/mjesila se kao kruh, samo su se slatkoj dodavala jaja i šećer. Obje su se pekale pod pekom kao i kruh. O **vrmentovnici** je već bilo govora, ona se može podjednako uvrstiti u kolač i u kruh, a to je ovisilo o začinu: sol ili šećer. U ovu vrstu spada i *kolač/kruh* **prisnac** koji se, kao i kruh, mijesio od pšeničnog brašna s vodom i malo soli. Tijesto se potom razvlačilo *vaganelom*/valjkom na stolu i stavljalo na dno namašćene *tepsije*/pekača ili neke okrugle *vangle*/zdjele. Preko donjeg sloja tijesta stavljala se smjesa mladog kravljeg, ovčjeg ili kozjeg sira, skorupa/skute i jaja (6-8, ovisno o mogućnostima kućanstva), sol i po želji šećer. Smjesa se potom prekrila preostalim tijestom sa svih strana da ne bi prilikom pečenja *izvrijala*/prelila se. Po gornjem tijestu prelijevao se skorup. Prisnac se pekao pod pekom ili u pećnici.⁴⁴ Od 50-ih godina je zaboravljen, a u "modu" ulaze **palacinke** sa skromnim namazima: kupovna marmelada, med, šećer ili bez namaza. Kazivačica s Punte sjećala se da je njezina *mate* pravila dic' **pandišpanj**, *al ritko jer za nj triba brašna, jaja i cukra, a tog je bilo malo, ol nimalo. Biloj' nas dice puno.*⁴⁵ Razvojem turizma od 60-ih godina i školovanjem mladih u ugostiteljskoj struci, pojavile su se i druge vrste kolača prema domaćoj prilagodbi.

3.9 Vrste jela i njihovo pripravljanje

Prehrana se sastavljala od već ranije spomenutih namirnica čije je kombiniranje ovisilo o ukusima, ali i imovnom stanju pojedinih obitelji. Razlikovala su se svakodnevna jela od onih pripravljenih za posebne prigode i blagdane. Jedno od jela, čija priprema nije ovisila o imućnosti ili godišnjem dobu, bila je **palenta** začinjana **začinom**, kiselinom, maslinovim uljem, mlijekom ili je bila prilog kiselom zelju, a *Puntarima* uz brudet. Drugo cjelogodišnje jelo je **krumpir**, osobito **pole**, istrljane solju i pečene pod pekom ili od sredine 20. stoljeća u pećnici štednjaka. Konzumirale su se s maslinovim uljem i češnjakom (*Puntari*) i sirom iz mješine ili slaninom (*Glavičari*).

⁴⁴ Pera-Perina Jović (r. 1882. – 1977.), varoš Jovići, Veliki Ledenik.

⁴⁵ Anka Grubić (r. 1926. – 2004.), Punta.

3.10 Jela na lešo/varena/kuhana

U ovu skupinu ubrajaju se *soparna/nemasna i mrsna/masna/mesna variva (jela na žlicu/na čorbu)*. *Soparna* jela čine sve vrste **bezmernih** jela u kojima nije bilo nikakve masnoće, osim *kaplje* maslinovog ulja; to su sve vrste zelenoga zelja, pripravljane lešo s krumpirima (u *soparna* jela spadali su i beskvasni kruh i pogača bez jaja). U jela na *lešo/varena* ubrajaju se i sve vrste **variva**, što podrazumijeva da su spravljana od suhih mahunarki, grahorica, žita i *vrmente/kukuruza*. Pripremala su se *soparno* bez mesa, a ponekad, u zimsko doba, i s mesom. Zgotovljeno varivo začinjalo se maslinovim uljem i lukom/češnjakom. Sve su se vrste, osim leće, preko noći *močile* u vodi u različitim kombinacijama:

1. *vrmenta/kukuruz*, grah *jari / sikirica*, grah *balinac*, *čičvarda*/slanutak
2. *vrmenta/kukuruz*, grah obični, leća
3. bob, *čičvarda*/slanutak, grah *jari*, grah *balinac*
4. žito (ječam, pšenica), grah bilo koje vrste.

Variva su mogla biti i **mrsna**, ako se imalo *štokod u nji stavt*, primjerice svježe ili suho meso, osobito slanina. Vrsta variva ovisila je o raspoloživosti pojedinih sastojaka u nekom kućanstvu. Ona su se *varila/kuhala* u većem *bronzinu/loncu* za *komin/ognjište* ili *teći/varilici* na *štednjaku/kozi* da bi ga moglo biti za nekoliko dana, osobito u velikim obiteljima/zadrugama i svi su jeli iz velike drvene *zdile/zdjele* ili limene *padele* s drvenim ili *limenim* žlicama. Sve vrste variva redovito su se začinjale maslinovim uljem i lukom/češnjakom, a tijekom kuhanja dodala se sol, ružmarin i lovor.⁴⁶ *Glavičari* su većinom začinjali sa svinjskom masti. Uzgoj *čičvarde*/slanutka na Večkom polju bio slab i oskudan te se nabavljala u Ravnim kotarima.

U **mrsnim** varivima obvezan je neki svinjski ili braveći suhomesnati prilog i u tom slučaju nisu se začinjala maslinovim uljem, a ostali začinski dodaci bili su obvezni.

Grah *balinac* i *jari* uzgajali su Puntari i Marasovići samo do Drugoga svjetskog rata. Od žitarica na isti način pripravala se i začinjala **prosen**a, **ječmen**a i **zoben**a kaša i varivo od žita. Običan *važo/gra'* spremao se i na salatu. Začinio se s maslinovim uljem, *kvasinom/octom* i narezanom plavom *kapulom*/lukom.

⁴⁶ Ista.

Pašta-važo (*gra' i manestra*) spremala se *soparno/nemasno* sa *zafrigom/zaprškom* i začinskim dodacima ili *mrsno* (suho meso i slanina) sa začinskim dodacima: kapula, luk, sol, lovor, ružmarin i *kunšerva od pomidora / koncentrat rajčice*. Od *manestre/tjestenine* pri spravljanju graha koristili su se špageti, *šubioti* ili *makaruni*. Često bezmesno jelo bilo je **manestra** (u Istri i Dalmaciji **maneštra**). Spremala se tijekom cijele godine. Kuhala se s bilo kojom vrstom tjestenine i krumpirima izrezanima na ploške ili kocke uz dodano povrće i začine: mrkva, peršin, celer, *kapula*, lovor, ružmarin, sol. U nedostatku *pomidora/rajčice*, koristila se kupovna *konšerva od pomidora / koncentrat rajčice*. Prethodno se *šufigala/povrižila*/pirjala narezana *kapula / crveni luk* na ulju ili masti, zatim se ulila voda, a kad *zavari/proključa*, stavljali su se dodaci: krumpir, mrkva, peršin, celer i neko zelje. Na kraju se doda tjestenina. Pripremala se, vrlo rijetko, i sa svježim sitno izrezanim mesom, obično janječim ili sa suhim svinjskim. Pirjalo se u *tećama/varilicama* na tronogu / željeznom stalku uz ognjište, a od sredine prošlog stoljeća na štednjaku. **Prožgana/prežgana čorba/juva**/juha nije bila omiljeno jelo, ali se spremala pod izlikom zdrave hrane. Pripremala se pirjanjem pšeničnog brašna na ulju ili masti, u što se, kad brašno blago požuti, ulije voda i posoli. Čorba se kuhala koliko je trebalo da dobije blagu gustoću. Ponajprije se spremala djeci prije odlaska za *blagom* ili za drugim poslom; vjerovalo se da je posebno za njih "zdrava." S njom se jelo *udrobljene/usitnjene* komadiće kruha. **Maslegija**/cicvara pripremala se od kukuruznog brašna i skorupa iz ovčje ili kozje *mišine/mješine* kuhanjem u vodi i to tako da se najprije stavi skorup u zakuhanu vodu, a onda se stalnim miješanjem dodaje kukuruzno brašno i mlijeko. Pripravak ne smije biti tvrd ni premekan. **Pašta-šuta** se pripremala na dva načina: sa *šalšom/šugon/saftom*/umakom od *pomidora/rajčice* sa začinima bez mesa ili s pirjanim junećim ili nekim drugim mesom s dodacima svih raspoloživih, spominjanih začina. Od *pašte/manestre/tjestenine* najčešće su se jeli špageti, skuhani, procijeđeni i isprani pod mlazom hladne vode. Pomiješana *pašta/tijesto* sa *šalšom*/umakom bez mesa posipala se *parmezanom / sirom* ribancem. Umjesto kupovne tjestenine, žene su, ako je bilo dovoljno brašna, same *mis(i)le/mijesile* tijesto za uske i široke **lzanje**. Uske su se koristile za juhe (janjeća i kokošja), a široke za *pašta-šutu* i grah varivo. Puntarke su *mis(i)le/mijesile* i tijesto za **njoke** od krumpira i brašna, oblikovale

ih i nakon *obarivanja*/prokuhavanja prilagale pirjanoj junetini, govedini ili nekom drugom mesu. U pripremanju mesnog *šuga* dodavali su se crno vino i prošek ako ih je bilo, a ako nije, onda *kvasina*/ocat, povrće, *kapula* / crveni luk, češnjak, slanina, začini i *konšerva* / koncentrat rajčice.⁴⁷ Ovo jelo, premda je u pripremi skromnije i oskudnije dodacima, donekle je asociralo na dalmatinsku **pašticadu**. Poneki *Puntari* i jesu ovo jelo tako nazivali, ali većina je govorila "*šug/soft s njocin*", bez posebnog imena. U nedostatku mesa pripremao se ne baš omiljeni **čoravi gulaš** s krumpirima i začинима. **Krumpir** se kao samostalna namirnica u prehrani spremao na tri načina: u obliku pečenih *pola*/polovica, *u cilo*/cijelo lešo i na salatu. Pripremanje **pola** jednostavno je: dvije prerezane pole istrljaju se solju i peku pod pekom ili u pećnici. Kad požute vade se i jedu sa, kako je već napomenuto, slaninom, sirom i češnjakom, a ako toga nije bilo, onda s maslinovim uljem. Za salatu se krumpir kuhao *u cilo*/cijelo s *ljupinon*/ljuskom; ljuska se potom oguli, a krumpiri narežu na ploške i začine uljem, *kvasinon*/octom i narezanom plavom *kapulon*/lukom. Krumpir *u cilo*/cijelo bez ljuske kuhao se oguljen te vadio iz vode, posolio i jeo s maslinovim uljem i suhim sirom na Puntima, a u Glavicama sa sirom škripavcem ili sirom iz mješine.

U **zimski jela** spadaju sve vrste zelja (kiselo i zeleno: *raštik*, *rudica*), suho dimljeno svinjsko i *braveće* meso, *jaretina* te variva, krumpir, a palenta se jela tijekom cijele godine s mliječnim proizvodima i maslinovim uljem te s kiselim *zeljem* dok je trajalo. U pirjano kiselo zelje na svinjskoj masti dodavao se koncentrat rajčice i lovor. Palenta kao prilog pripremala se dvojako: kao gušća kaša ili bublasto/grudasta, izrazito tvrda i čvrsta. Jelo od *raštika*, krumpira, suhe *bravetine* i *jaretine* i začinskih dodataka *Puntari* su nazivali **kaštradina**. Moguće je da je ovo jelo, s obzirom na sastojke, izvorno poteklo iz dinarske kulture.⁴⁸ Od 70-tih godina prošlog stoljeća, razvojem turizma, pojavila se na jelovniku **sarma**, ali samo u posebnim prigodama i za Božić. Od slatke *ripe/repe* i *kumpira*/krumpira narezanih na ploške pripremalo se ukusno varivo na *povriženoj*/pirjanoj *kapuli*/crvenom luku na masti ili ulju s dodatkom lovora. Pri kraju zime kad nestane zelja (*raštik* i *rudica*), na ostatku korijenja izniknu **brsun(i)ce** / zeleni izdanci, koji su se pripremali lešo s krumpirima i začinjali s maslinovim uljem i češnjakom. Bili su

⁴⁷ Ista.

⁴⁸ Šimunović-Petrić, Zorica(1989.), 186.

izuzetno slatki i ukusni. U *Selu/Punti* još se jela sezonska i cjelogodišnja riba: *moli/oslići*, *srdele*, *ulignje/lignje*, suha riba i druge lovne vrste. Prehrana se nadopunjavala i morskim **školjkama**. Već od siječnja kad *ocegne* (u vrijeme oseke), išla su puntarska djeca u *puže*, a ponekad i odrasli. Na potezu od Bikarije do Kuline Večke *kup(i)/prikupljali* su ih po kamenjima u moru ili u plićaku. S kamenja su nožem skidali *prilipke/priljepke* i dagnje, a u blatnoj *prž(i)ni/pijesku* na Jaruzi kopali *kul(i)njarke* (školjke s područja kuline Večke): *prnjav(i)ce* (velike i male), *kamenice*, *pozlature* i *kunjke*. Iz kamena tučenog batom uz obalu vadili su se *prstaci*, a *volari* i periske su se izvlačili ribolovnim mrežama iz mora pjeskovitog dna. Dagnje, *kunjke*, *prilipci* i *prnjav(i)ce* spremale su se na **buzaru** kao **škampe**, a ostale školjke su se prokuhale. Buzara se prilikom kuhanja začinjala maslinovim uljem, češnjakom i vinom. Meso skuhanih puža i volara vadilo se iglom i zajedno s dagnjama i priljepcima začinilo lukom/češnjakom i uljem te jelo za večeru. Poneki su dagnje začinjene limunom jeli i *vriške/sirove*.⁴⁹ Takva vrsta prehrane trajala je do proljetnog ekvinocija, točnije dok se još moglo išta prikupiti. U prehrani ribom i školjkama obvezni su začini maslinovo ulje, luk/češnjak i limun, a ostali po želji.

U prehrani Podgoraca koristili su se u prošlom stoljeću i poljski puževi. Sakupljali su se nakon kiša kada izađu na površinu tla.⁵⁰ Pripremaju se kuhanjem u vodi te se zgotovljeni izvlače iglom iz pužnice, posole i začine maslinovim uljem i češnjakom.

Proljeti se jelo, kako je već spomenuto, samoniklo jestivo bilje, odnosno *paračina/svakober*. Od ožujka do lipnja glavno jelo bilo je varivo od komorača i krumpira te boba i komorača, *mišanca/mješanca* bilja: komorač, blitva i *manestra* ili blitva i krumpir te šparoge. Glavni berači šparoga, kao i školjaka, bila su djeca. Od ribe lovili su se gavuni, *moli/oslići*, sipe, hobotnice, *mušuni*, raci *grmalji* i jastozi. Obje vrste raka kuhalo se u velikoj *limenjači* / limenom loncu postavljenom vani na dva povišena kamena bloka. U tako velikom loncu moglo se odjednom skuhati više *grmalja* i dva jastoga. Iz zgotovljenih rakova vadilo se meso iz kliješta i nogu i stavljalo u *kapu* / leđni oklop *grmalja*, začinjalo maslinovim uljem, limunom i češnjakom. Sipa je simbol proljeća povezana s proljetnim ciklusom prehranjivanja. Stari su ribari u

⁴⁹ Josip-Jole-Joce Smokrović (r. 1930. – 2011.), *Selo*.

⁵⁰ Ivan-Ivica Trošelj (r. 1921. – 2012.), *Punta*.

Selu/Punti govorili: *Sveti Jole sipe na pajole, Prvi maj sipe u kraj.*⁵¹ Sipa i hobotnica su se pripremale na salatu s krumpirom i začinom od maslinovog ulja, limuna ili *kvasine* i češnjaka. Sipin crni rižoto, prema kazivanju *Puntara*, nije bilo udomaćeno jelo. Gire i gavuni su se pržili odmah nakon ulova, pri čemu su zadržali svježinu morskog mirisa. Uglavnom su se jeli bez priloga ili pak s blitvom začinjenom maslinovim uljem.

Ljeto je obilježeno prehranom prispjelog uzgojenog povrća (krumpir, blitva, mahunarke i grahorice), žitarica i salata (zelena salata ušla je u prehranu oko 60-ih u prošlom stoljeću). Zelena salata se jela s mesom, ribom i pomiješana s kuhanim jajima ili krumpirima. Začinjala se solju, sojinim uljem i kvasinom u *terini* / glinenoj zdjeli iz koje su se posluživali svi ukućani. Često se pripremalo varivo od *movuna/mahuna* s krumpirom i povrtnicama: kapulom, mrkvom, peršinom i celerom. Za začin se koristila slanina prethodno *ispeštana* (nožem usitnjena) i *povrižena*/propirjana zajedno s *kapulom*. U nju se, kada kapula blago požuti, dolije voda, a kad provri dodaju se krumpiri, mahune i rajčica. Na ljetnim *stanovima* plodovi prispijevaju do Male Gospe. Ona je po nekom nepisanom zakonu simbolička granica godišnjeg ciklusa u kojem svi stočari na ljetnoj ispaši moraju *sprtljati/sići* s blagom u zimska naselja podgorskih Glavica.

Ljeto u prehrani otvara sezonu **pečenki**, a to podrazumijeva pečenje janjca i jare/kozle **na ražnju**. Drugi stari način pečenja mesa bio je pod **pekon**. Osim janjetine pod peknom se pekla i teletina, kokoš, krumpiri, riba (hobotnica) i kruh. Treći način novijeg datuma, pečenje u pećnici štednjaka, bio je najjednostavniji i najbrži način pripreme u turističkom razvoju Starigrada – Paklenice, čime su se izgubile originalnosti tradicijske kuhinje. U ljetnom ribolovu u prehrani je prevladavala plava riba, a od bijele *moll/oslić*. Od plave lovili su se najviše **škumbri**/skuše i *plavice/lokarde* te pekle na **gradelama** s potpalom od suhe *lozovine* (grane loze). Smatralo se da je riba s tim podloškom ukusnija i bolja. Začinski dodaci: maslinovo ulje, češnjak, ružmarin, peršin i limun pojačavali su ukus. Prilog: *lešo* blitva s krumpirima začinjenima maslinovim uljem. Plava se riba spremala još na dva načina: prženjem na običnom ulju u tavi i pečenjem u pekaču u pećnici sa začinima. U ljetno jelo treba pridodati i *manestru* / varivo od tjestenine i krumpira i povrća te

⁵¹ Josip-Jole-Joce Smokrović (r. 1930. – 2011.), *Selo*

salatu. **Brudet** se, kako je već navedeno, pripremao od kombinirane sitne ribe i ugora te od škrapine i kovača s povrtnim dodacima i začinima, a jeo se s palentom.

Jesensku prehranu činile su uzgajane zeljaste povrtnice, kao što su *raštik* i *rudica* s krumpirom, pripremane *na lešo*. *Glavato* zelje/kupus spremalo se za kiseljenje pa se ukiseljeno pripremalo od Božića. Ako ga nije bilo, kupovalo se od privatnih dobavljača. Mahunarke i grahorice su se sušile i spremale za zimu. Jesen je bila vrijeme spremanja hrane za zimu, ako se imalo što spremati u 19. i do sredine 20. stoljeća. *Svedno* se *štokodarce našlo za paštroć* / loše neukusno nemasno jelo, mješavina loših sastojaka, govorili su *Puntari* Bucići i Smokrovići.

3.11 *Blagdanski običaji u prehrani i obrocima*

Od svih blagdana samo su Badnjak, Božić, Uskrs i Velika Gospa, tradicionalno posebno štovani i slavljani, osobito Velika Gospa. Posebnost blagovanja vezana uz ove blagdane nije bila u raznovrsnosti jela (*ića* i *pića*), nego u količini. Smatra se da je to zbog siromaštva, težih uvjeta života u planini i brige oko *blaga*. Za drugo se nije imalo vremena. Stoga se za svetačke dane štedjelo i odricalo cijele godine.

Na **Badnji dan** se postilo i jela *nemrsna* hrana: *lešo* variva (zelje, grah i *vrmenta*/kukuruz), a tko je imao *koji dinar* kupio je svježu ribu ili bakalar. Od "kolača" pekle su se *vrítule* ili uštipci. Bakalar se uvijek pripremao *lešo* / *na žlicu* s krumpirima i začinima te jeo na *Badnji* za ručak i večeru. Na *bjanko*/bijelo nije bio omiljen. Tko je u *Selu* sam lovio ribu, najradije se za *Badnji* odlučio za *ulignje*/lignje. Zato je svaki ribar već od studenog govorio: *Iđen na ulignje za večeru na Badnji*. Međutim, najomiljenije bile su one ulovljene na *Badnji* u večernjim satima. *Une drito iz mora skoče na Badnji sto da nas uvedu u Božić*.⁵² Očišćene *ulignje* posložile su se u *tepsiju*/pekač s krumpirima, posule biljnim začinima i češnjakom i pekle u pećnici. Nisu se smjele prepeći jer bi otvrdnule, a ispečene s mjerom bile su specijalitet kojemu ni jedan bakalar nije ravan.⁵³ Na **Božić** je za ručak obvezno bilo zelje (*raštik*, *rudica* ili kiselo) s krumpirima i svinjskim mesom. Odabirali su se bolji komadi debele i tanke *diven(i)ce*/kobasice, kulen, suha rebra, slanina ili pečenica. Pilo

⁵² Josip-Jole-Joce Smokrović (r. 1930. – 2011.), *Selo*

⁵³ Na temelju iskustva autorice iz 1975., Punta.

se vino, crno ili žutica. Tko nije imao svoje, obično je kupovao u *gostioni* Marka Veršiča Moke ili "Bušljeta i sin" do početka Drugoga svjetskog rata, a poslije u domaćoj Zadruzi te od 60-ih u Ražancu, Pagu ili Ravnim kotarima. Imućniji su dopunjavali blagdanski ručak pečenjem iz pećnice i salatom od običnog graha s maslinovim uljem i narezanom plavom *kapulom*/lukom. Običaj je bio da na Božić svaka obitelj svakog *polaznika*/čestitara ponudi rakijom i suhim smokvama, a imućniji i pršutom i sirom. Pred **Uskrs** za tri Velika dana: četvrtak, petak i subotu kad crkvena zvona utihnu, mladež se oglašavala *čvrčaljka* / drvenim napravama za proizvodnju buke u magijskim obrednim ophodima tri puta na dan. Iako je samo Veliki petak dan posta, južni su Podgorci većinom radi štednje postili i sljedeća dva. Na Veliku subotu pekla se pogača-*blagosovnica* i *tangala/piturala*/bojala jaja. Kuhala su se s ljuskom od *kapule* / crvenog luka i samoniklom biljkom *broč* dok ne budu posve crvene boje. Prednost ovakvog prirodnog *pituranja* jaja je ta što po prstima ne ostaje obojeni trag. Glavno jelo je komorač s blitvom, mladom *kapulom* i krumpirom spremljen kao varivo na *žlicu*. Posebno se kuhao pršut i jeo poslije komorača s **ljutikom** ili mladom *kapulicom*. Od "kolača" pekli su se pogača i uštipci. Na Uskrs nosila se na blagoslov u crkvu pogača-*blagosovnica*, jaja i ljutika, a nakon mise išlo se kući na obiteljski ručak. Imućnije obitelji su, osim navedenih uskršnjih jela, spremale i **janjetinu**, *lešo* ili pečenu pod pekom ili u pećnici. Obvezno piće za Uskrs bilo je crno vino *cilo*/cijelo ili kao bevanda. Govorilo se: *Kolko popiješ crnog vina na Uskrs, tolko ćeš dobt krvi.*⁵⁴

Blagdan **Velike Gospe Rujanske** imao je za Podgorce i religijsko i kultno značenje. Gospa je Velika Majka o čijoj je milosti ovisilo njihovo zdravlje i zdravlje *blaga*, plodnost i rodnost zemlje. Zato su joj se svi *zavitoval*//zavjetovali i *oblaz(i)*/ *zavit* / zavjetni ophod, moleći je i prinoseći darove u njezinu čast. Uz materijalne darove na oltaru, prinosila se *žrtva paljenica* (palila se *šter(i)ka* / svijeća voštanica u crkvi i u kući), a na Rujnu peklo janje na ražnju. Od *žrtve ljevanice* lijevalo se u crkvi i u *stanu* maslinovo ulje za *lumin*/svijeću. Taj dan je na Rujnu posebno svečan jer se okupljala obitelj, rodbina i svojta te prijatelji i drugi gosti. Svečanost je počinjala već rano ujutro klanjem janjaca, jednog ili dva već prema mogućnostima *stana*/obitelji. Za *marendu* prije mise pripremala se janjeća *žiger(i)ca*/jetrica s

⁵⁴ Božica-Boja Jurlina (r. 1939.).

krumpirima kao gulaš. Za "aperitiv" se pila rakija. Zatim se za ručak pekla *pečenka* - janje na ražnju. Ako su se zaklala dva, drugo se *var(i)lo*/kuhalo *lešo* u većem *brunzinu*/loncu za juhu, kojoj su špageti davali *gustinu*. Važno je bilo *da se vidi da u njoj pliva manestra i da je ima u žlici*. Tko nije imao špagete koristio je rižu. Od začina za juhu koristila se samo crvena *kapula*. Janjeća juha sa špagetima i *lešo* janjetina bile su prava poslastica, za razliku od *pečenke* koja je najčešće bila poprilično slana.⁵⁵ Prilog su janjetini plava *kapula* i kruh ispod peke. Poslije mise obitelj se okupila na ručku u *stanu* ili ispred njega. Od pića konzumiralo se crno i bijelo vino. "Kolača," osim suhog, već spomenutog, nije bilo. Usred ručka netko bi izjavio: *Ručak je za bogove*, čime bi bio izrečen magijsko-mitski aspekt blagovanja žrtvenog ručka (janjeta) Velikoj Gospi u čast, kao supstratu Velike Majke u kršćanstvu, koja brine o čovjekovom svekolikom životu i egzistencijalnom opstanku u velebitskom kršu.

Svadbeni običaji u prehrani i obrocima istovjetni su blagdanskim, ali znatno obilatiji.

Sve do ručka na stolu su stajali u velikim pladnjevima suhomesnati proizvodi: narezani pršut i slanina, narezani suhi sir s maslinama, kiselom *kapul(i)com*, ljutikom ili mladom kapulom, ovisno o godišnjem dobu, uštipci i rakija lozovača. Uštipci su bili "namijenjeni" djeci. Za ručak se jela *svarena*/skuhana bravetina i jaretina. U *čorbu*/*varivo* stavljala se riža. Nakon toga slijedila je *pečenka* s ražnja: janjci ili jarići. Posebnog priloga nije bilo, osim već spomenutih vrsta salata: masline, grah salata i krumpir salata. Pilo se crno vino i žutica, a na kraju šerbet iz domaće proizvodnje.

Kako su bili raspoređeni svakodnevni obroci

Ujutro *doručak* (premda ga nitko nije tako nazivao): bijela kava od *orzalječma* s *udrobljenim*/usitnjenim kruhom ili palentom. Tko to nije imao pio je čaj i jeo suhi *baškotin*/prepečenac.

U 10 sati **marenda**: pršut, sir, slanina, masline, slane srdele (samo za težake).

U 12 sati **ručak**: *lešo* zelje sa suhim mesom ili *varivo* od *vrmente*, graha i leće.

⁵⁵ Na temelju iskustva autorice iz 1968. g. na V. Rujnu u *stanu* obitelji Marice Adžić.

Oko 16 sati **užina**: suhi naresci i ostaci ručka (samo za težake).

Oko 19 sati **večera**: *lešani* raštik ili zelje *rudica na ulje* s ribom ili mesom.

Ovakav raspored obroka svojstven je bio *Puntarima/Selu* i Marasovićima, jer su na Večkom polju imali više obradive zemlje i težake za rad, negoli naselja u višim brdskim predjelima. Stočarenjem po planini *čobanin* je svu svoju hranu nosio u torbi (kruh i sir) i nikako si nije mogao priuštiti četiri obroka dnevno, ni vremenski, a ni ekonomski.⁵⁶

Zaključna razmatranja

Prehrana starigradskopakleničkog područja ovisila je o gospodarskim mogućnostima kraja, koje su gotovo do sredine 20. stoljeća bile oskudne. Iznimka su bile zadruge Bucića, Katalinića na Punt i Marasovića u istoimenom zaselku.

Oslanjanje Podgoraca na vlastite izvore proizvodnje i prirodne izvore rezultiralo je spravljanjem jela koja pokazuju prožimanje dinarske i jadranske tradicijske prehrane, u kojoj je podjednako zastupljeno meso i riba i samoniklo jestivo bilje, premda su *Glavičari* bili više orijentirani na mliječne proizvode jer su imali više sitnog i krupnog *blaga*. Danas je prehrana svih južnih Podgoraca izjednačena.

Zbog sve većeg turističkog zanimanja za domaću, tradicijsku prehranu, današnja turistička ponuda nastoji vratiti tradicijsku kuhinju. U svrhu izvornosti poželjno bi bilo oživjeti vlastite izvore proizvodnje hrane i uzgoj onoga za što postoje mogućnosti: sve vrste zelja, blitve, ljutike, nekih mahunarki, mliječnih proizvoda, u prvom redu sira, sušene ribe i *kaštradinskog* suhog mesa: bravetine i jaretine. Trebalo bi istražiti koje se još samoniklo začinsko bilje može naći na Večkom polju i u Glavicama, osim majčine dušice, kadulje na Rujnu i prirodnog pelina u zavitreničkom docu. Ružmarin i lovor su postojani. Bosiljak, origano, mažuran i metvica paprena/ljuta na Večkom polju posve su nestali, kao primjerice *čeplistina* / divlji poriluk, divlje zelje i poludivlja blitva. Samoniklo jestivo bilje također je postojano i lako se može pronaći, ako se poznaju staništa pojedine vrste od mora do Rujna. Budući da se donekle pokrenulo stočarstvo i maslinarstvo, možda bi i za poljodjelstvo

⁵⁶ Bušljeta, Anita (2010), 413.

postojala mogućnost. Pokazalo se da bi određeni prehrambeni proizvodi u kontekstu južnopodgorskog turizma mogli biti prezentirani kao dio tradicijske gastronomske ponude ili se organizirati *fešte* tradicionalnih jela. To su: vrmentovnica, krvavac, ušticipci, tripice, mišanca, komorač i bob, variva i smokvenjak.

LITERATURA:

BAČAC, Valentina (2010): Tradicijska prehrana. U: *Zapisi iz gornjih Ravnih kotara: Etnološki, povijesni i muzeološki prilozi o Islamu Latinskom, Islamu Grčkom, Kašiću i Podgradini*, ur: Milana Černelić i Marijeta Rajković Iveta, Filozofski fakultet sveučilišta u Zagrebu, Centar za komparativnohistorijske i interkulturalne studije, Zagreb, 301-334.

BUŠLJETA, Anita (2010): Deruralizacija južnog Velebita – aspekti života velebitskih Podgoraca u prvoj polovini 20. stoljeća, *Senjski zbornik* 37, Senj, 397-428.

FABER, Aleksandra (2000): Život na velebitskoj visoravni u pretpovijesno doba: Veliko Rujno, *Senjski zbornik*, 27, Senj, 15-44.

IVANIŠEVIĆ, Jelena (2015, 2019): Povijesni rječnik hrvatskog kulinarstva, A-M, 2015, N-Ž, 2019, *IEF*, Zagreb.

JURKOVIĆ, Jasmina (2004): Tradicijska prehrana kao prilog poznavanju primorsko-bunjevačkog identiteta, *Senjski zbornik*, 31, Senj, 189-212.

JURKOVIĆ, Jasmina (2009): Tradicijska prehrana i prehrambena kultura. U: *Živjeti na Krivom Putu*: Etnološka monografija o primorskim Bunjevcima, Svezak II, ur: Milana Černelić, Marijeta Rajković i Tihana Rubić, FF press i Gradski muzej Senj, Zagreb, 133-160.

KOKOTOVIĆ, Mura (2010): Maslinarstvo. U: *Zapisi iz gornjih Ravnih kotara: Etnološki, povijesni i muzeološki prilozi o Islamu Latinskom, Islamu Grčkom, Kašiću i Podgradini*, ur: Milana Černelić i Marijeta Rajković Iveta, Filozofski fakultet sveučilišta u Zagrebu, Centar za komparativnohistorijske i interkulturalne studije, Zagreb, 177-210.

LONČAR, Sanja (2010): Prilozi poznavanju ruralnog graditeljstva i kulture stanovanja. U: *Zapisi iz gornjih Ravnih kotara: Etnološki, povijesni i muzeološki prilozi o Islamu Latinskom, Islamu Grčkom, Kašiću i Podgradini*, ur: Milana

Černelić i Marijeta Rajković Iveta, Filozofski fakultet sveučilišta u Zagrebu, Centar za komparativnohistorijske i interkulturalne studije, Zagreb, 73-176.

LULIĆ ŠTORIĆ, Jasenka (1997): *Kultura masline u sjevernoj Dalmaciji*, Katalog izložbe, Gradska loža, Zadar.

MAGAŠ, Damir: Vinjerac, Zagreb – Zadar, 1999., 272

MARKOVIĆ, Mirko (1980): Narodni život i običaji sezonskih stočara na Velebitu, *Zbornik za narodni život i običaje južnih Slavena*, knjiga 48, Zagreb, 5-139.

MURAJ, Aleksandra (1998): Prehrana. U: *Etnografija. Svagdan i blagdan hrvatskog puka*, ur: Jasna Čapo Žmegač, Aleksandra Muraj, Zorica Vitez, Jadranka Grbić i Vitomir Belaj, Matica hrvatska, Zagreb, 101-108.

MURAJ, Aleksandra (2000): Etnografsko-fotografski doprinos Radivoja Simonovića hrvatskoj etnologiji, *Etnološka tribina* 23, vol. 30, Zagreb, 49-54.

ŠIMUNOVIĆ-PETRIĆ, Zorica (1982): Prehrana i narodno graditeljstvo u selima oko Dinare, *Zbornik za narodni život i običaje, knjiga* 51, Zagreb, 183-199.

Napomena: Izvorni nazivi uvaženi su kao dio identiteta Podgoraca i njihovog govornog idioma u kulturi prehrane. Uz njih je pridodana standardna inačica.

THE TRADITIONAL NUTRITION OF SOUTHERN PODGORJE

(Summary)

Based on material gathered from the 1970s, the article shows the traditional nutrition of the inhabitants of Podgorje, the southern slope of Velebit, in the Starigrad-Paklenica municipality. There are two different cultures of nutrition, based on geographical position: Dinaric (the mountain settlements of Podgorje/*varoši*) and Adriatic (the littoral settlements: Punta/*Selo*, Zukva/*Seline*, punta Tribanj). In the historical context of the 1960s and 1970s (boom of tourism), people of the Podgorje-*Glavičari* area began to migrate from the mountain to the littoral, which led to the mixing of the two nutrition cultures, thus enriching the tourist offer. After the 1970s to the end of the 20th century the traditional culture and original cuisine were neglected in the tourist offer, and were replaced by “modern fast food”. The article suggests that some forgotten traditional dishes should be revived to provide a more diverse tourist offer. Considering that the nutrition of southern Podgorje has not been systematically researched and no written sources today exist, the article presents nutrition from the end of the 19th to the end of the 20th century from the memory of tellers and compares it with used recent sources from northern Podgorje/Primorje and Ravni kotari, with emphasis on Ravni kotari. The article’s goal is to make the people of southern Podgorje aware of the value of their cultural heritage and encourage them to revitalize their traditional nutrition, so as to further develop the cultural tourism of Podgorje.

Slikovni prilozi

Sl. 1., 2. i 3. preuzete su od Mirka Markovića (1980), ZZNŽIO, knjiga 48. Napomena: autor ne navodi snimatelja i godinu snimanja, iako su poznati, niti izvor iz kojeg je preuzeo snimke.



Sl. 1. Marasovića *stan* i *jatara* na Velikom Rujnu, snimio R. Simonović, 1903.



Sl. 2. Ramića *stan* na Velikom Rujnu, snimio R. Simonović, 1903.



Sl. 3. *Stanovi* na Libinjama sa suhozidnim ogradama unutar kojih se sadio krumpir, snimio R. Simonović, 1903.



Sl. 4. Starigrad – Pakenica, Punta, razglednica oko 1970.



Sl. 5. Šparoge i *mišanca*, Arhiv Turističke zajednice
Starigrada – Paklenice



Sl. 6. *Vrmentovnica*, Arhiv Turističke zajednice Starigrada – Paklenice



Sl. 7. *Začina/čorba*, Arhiv Turističke zajednice Starigrada – Paklenice



Sl. 8. *Pole*, Arhiv Turističke zajednice Starigrada – Paklenice



Sl. 9. *Krvavac*, Arhiv Turističke zajednice Starigrada – Paklenice



Sl. 10. Smokvenjak, Arhiv Turističke zajednice Starigrada – Paklenice



Sl. 11. Karta područja Starigrada – Paklenice. Označeni etnici: Puntari, Glavičari, Paklen(i)čari, Zapadnjari