



APPLAUSE

od škodljivih do uporabnih tujerodnih rastlin z aktivnim vključevanjem prebivalcev

Natečaj za najbolj inovativno jed iz topinamburja in mirabolane

Zmagovalna recepta 2018

Natečaj za najbolj inovativno jed iz topinamburja in mirabolane v okviru projekta
Applause ApPLAuSE (Alien PLAnt SpECies) - from harmful to useful with citizens' led activities



Kategorija topinambur:

SOPARJENI BUČNI CMOČKI S TOPINAMBURJEVO-ZELIŠČNIM NADEVOM

Zmagovalec: Domen Kavčič

Opis:

Recept sem si zamislil lokalno in sezonsko, zgodnjejesensko, kot kombinacijo gojene in divje zelenjave in dišavnic. Poleg topinamburja poudarja uporabo še drugih samoniklih rastlin, ki jih morda navadno ne dojemamo kot hrano in utegnejo biti komu na vrtu ali njivi celo odveč. Zato jih rajši poejmo, kot da po njih škropimo strupe. Z receptom s želim razširiti zavedanje, da nas naravno okolje, ki nas obdaja, lahko tudi okusno nahrani, in ga zato spoštujemo in cenimo. Uporaba droži namesto kvasa pa predstavlja oživljanje napol pozabljene tradicije ter recept tematsko zaokroži v smislu »dajanja času čas« in nasprotja instantnih, industrijskih prehranskih proizvodov.

Aromatični listi travniške kadulje in začimbno seme divjega korenja podčrtavajo sladkost buče in topinamburja, v skladje okusov in barv pa dišeči jesenski zalogaj povezuje divje zelenje, ki se pozno poleti spet pomladí: poganjki pokalice ter listi bele metlike, kislice in navadnega dežna.

SESTAVINE (ZA 12 CMOČKOV):

Testo:

- 300 g oranžne buče (čimbolj zrele, škrobnate, in čim manj vodene, katerekoli sorte: muškatne, maslene, hokaido ...)
- 200—300 g pirine moke (uporabil sem tip 630)
- žlica aktivnega kvasnega nastavka (droži oz. kislega testa)
- žlica suhih semen divjega korenja
- pol žličke sode bikarbone

Nadev:

- 300 g topinamburjevih gomoljev
- par mladih listov navadnega dežna (skupaj z listnimi peclji)
- tri pesti užitnih plevelov: poganjkov navadne pokalice, listov kodrastolistne ali katerekoli druge kislice (iz rodu *Rumex*), listov in cvetov bele metlike, osmukanih s stebelc (ali katerekoli druge listnate sezonske zelenjave)
- večja šalotka

Drugo:

- 12 listov travniške kadulje
- olje oljne ogrščice, bučno olje, sol in poper po okusu

Natečaj za najbolj inovativno jed iz topinamburja in mirabolane v okviru projekta Applause ApPLAuSE (Alien PLAnt SpECies) - from harmful to useful with citizens' led activities



1. Zvečer spečemo razrezano bučo in razpolovljene gomolje topinamburja. Enakomerno jih premažemo z ogrščičnim oljem in pečemo v pečici pri 200°C do mehkega. Buča bo pečena prej (v kake pol ure), topinambur kasneje (lahko traja celo uro).
2. Zamesimo testo: Pečeno bučo ohladimo in gladko pretlačimo (če lupina ostane trda, bučo po potrebi pretlačimo skoz sito), začинimo s soljo in suho praženimi semeni divjega korenja, dodamo žlico olja, nato pa v zmes presejemo moko. Dodamo žlico droži in zamesimo kot za kruh. Testo se ne sme lepiti na prste. V zaprti posodi pustimo vzhajati čez noč.
 - Če nimamo droži, uporabimo kvas in se ravnamo po navodilih na zavojčku.
 - Suho praženje iz semen izvabi eterična olja in jih naredil bolj aromatična.
3. Naredimo nadev: Prej pečeni topinambur grobo nasekljamo. Divjo zelenjavo razen dežna na kratko potopimo v krop (blanširamo) in odcedimo. Grobo sesekljamo. Šalotko sesekljamo in jo pražimo na ogrščičnem olju do mehkega skupaj s sesekljanimi listi in listnimi peclji navadnega dežna. Dodamo topinambur in zelenje, solimo in popramo ter dobro premešamo, hkrati pa s kuhalnico vse skupaj malo potlačimo, da se zmes poveže. Ohladimo in okus zaokrožimo z žlico dobrega bučnega olja.
4. Oblikujemo cmočke: Vzhajano testo stresemo na pomokano površino, potresemo s sodo bikarbono, še enkrat na hitro pregnetemo, nato pa razpolovimo in oblikujemo dve klobasi. Vsako razrežemo na 6 enakih kosov, iz katerih oblikujemo kroglice, ki jih sploščimo v kroge (premera ok. 7—8 cm). Obod kroga naj bo tanjši od sredine. Vsak krog nadevamo z žlico nadeva, nato pa robove gubamo in lepimo skupaj v culice. Vsako položimo na svoj list travniške kadulje. Pokrijemo z vlažno krpo in pustimo stati 10 minut.
 - Listi travniške kadulje imajo trojno funkcijo: cmočke lepo odišavijo, preprečujejo, da bi se prijeli soparnika, hkrati pa jih na njih zlahka prenesemo v soparnik in iz njega.
5. Soparimo: V lonec nalijemo vodo, nanj nastavimo soparnik in zavremo. Ko voda zavre in se naredi sopara, v soparnik naložimo cmočke, pokrijemo in kuhamo 20 minut. Potem štedilnik izklopimo in jih pustimo stati pokrite v soparniku še 5 minut.
 - Soparnik je lahko v obliki bambusove košare (iz kitajske trgovine), kovinski ali pa preprosto improviziramo z mrežico ali sitom, pokritim s pokrovko.
6. Postrežemo s paradižnikovo omako in na olju prepraženo grenko divjo zelenjavo – jaz sem uporabil ogrščico, lahko pa bi, na primer, tudi regrat ali liste repinca.
 - Če imamo možnost nabrati plodove šipka in/ali gloga, lahko poskusimo iz njih narediti kečap in ga postrežemo namesto paradižnikove omake.

Natečaj za najbolj inovativno jed iz topinamburja in mirabolane v okviru projekta Applause ApPLAuSE (Alien PLAnt SpECies) - from harmful to useful with citizens' led activities





Natečaj za najbolj inovativno jed iz topinamburja in mirabolane v okviru projekta Applause ApPLAuSE (Alien PLAnt SpEcies) - from harmful to useful with citizens' led activities

Kategorija mirabolana:

PRIPRAVEK ZA KUHANJE IZ MIRABOLANE

Zmagovalka: Miroslava Trpeski

Sestavine:

- Mirabolane
- Sladkor
- Sol

Opis:

1. Mirabolane operemo, odcedimo in na blagem ognju segrevamo do vretja.
2. Kuhamo 10 minut, delno ohladimo in pretlačimo skozi cedilo z velikimi luknjami, tako da na cedilu ostanejo le koščice in nekaj lupin.
3. Pasiranim mirabolanam dodamo ščepec soli in na 1 liter mase dodamo 1 veliko žlico sladkorja.
4. Kuhamo še 30 minut, zlijemo v čiste in z vrelo vodo splaknjene kozarčke, zapremo in počasi ohladimo.
5. Hranimo v temnem in hladnem prostoru. Pripravek uporabljam namesto balzamičnega kisa.



Natečaj za najbolj inovativno jed iz topinamburja in mirabolane v okviru projekta Applause ApPLAuSE (Alien PLAnt SpECies) - from harmful to useful with citizens' led activities