



KuHaČa

**Kulinarska harmonija čarobnih okusa
Primorsko - goranske županije**

Impresum

“KuHaČa”

NAKLADNIK

LAG “Kvarnerski otoci”

ZA NAKLADNIKA

Zdenko Kirinčić, predsjednik

UREDNIKA

Vanda Radetić-Tomić

GRAFIČKI UREDNIK

Damir Linić

FOTOGRAFIJE

Stanislav Horaček

Mario Jurina

Andrea Lupieri

Nika Zuliani

LAG “Kvarnerski otoci”

LAG Gorski kotar

LAG “Terra liburna”

LAG “VINODOL”

LOGO PROJEKTA KUHAČA

Zoltan Djeke, BATEGO d.o.o.

NASLOVNICA

Irena Šimić, PLAWA

TISAK

Og grafika d.o.o., Jastrebarsko

NAKLADA

400 komada

Krk, 2025.

ISBN

978-953-46504-0-0

IZ SADRŽAJA

KUHAČA – KULinarska HARmonija ČARobnih okusa
Primorsko-goranske županije



LAG “Kvarnerski otoci”

4



LAG Gorski kotar

10



LAG “Terra liburna”

16



LAG “VINODOL”

22

Izvori

LAG “Kvarnerski otoci”, LAG “Terra liburna”, LAG “VINODOL”, LAG Gorski kotar, LRS LAG-a Gorski kotar za 2023.-2027., TZ Gorski kotar, LRS LAG-a “Kvarnerski otoci” za razdoblje 2023.-2027., TZ otoka Krka, Analiza stanja zastupljenosti lokalnih poljoprivrednih proizvoda i tradicionalnih jela u ugostiteljskim objektima na području četiri partnerska LAG-a: LAG-a “Kvarnerski otoci”, LAG-a Gorski kotar, LAG-a “VINODOL” i LAG-a “Terra liburna”, TZ Kvarner, TZ Grad Bakar, TZ Grad Crikvenica, TZ Grad Kraljevica, TZ Grad Novi Vinodolski, TZ Općina Čavle, TZ Općina Kostrena, TZ Vinodolska općina, “Mića vinodolska kuharica” (2014.), “Tradicionalna kostrenska kuhinja” (2015.), “Kuharica našeh non” (2011.), More.

KUHAČA

KULinarska HARmonija ČARobnih okusa Primorsko-goranske županije

KUHAČA je gastro projekt koji potiče razvoj ruralnog područja, lokalne proizvodnje hrane i gastronomske baštine te promovira kratke lance opskrbe. Udruživanjem resursa, znanja i iskustva, KUHAČA sinergijski utječe na napredak ruralnog područja i povećanje konkurentnosti lokalnih proizvođača. Provođi se na području četiriju LAG partnera: LAG-a “Kvarnerski otoci”, LAG-a Gorski kotar, LAG-a “Terra liburna” i LAG-a “VINODOL”, koji ukupno broje 33 jedinice lokalne samouprave.

CILJANE SKUPINE

► **lokalni proizvođači/poljoprivredna gospodarstva** – povezivanjem s ugostiteljima i drugim poslovnim subjektima, lokalni proizvođači poboljšavaju tržišnu konkurentnost i održivost poslovanja. Korištenjem kratkih lanaca opskrbe i promoviranjem lokalnih proizvoda, čuvaju tradicionalne metode proizvodnje, oslanjaju se na lokalno prodajno tržište i privlače nove kupce.

► **ugostitelji/HORECA sektor** – suradnjom s lokalnim proizvođačima, ugostiteljski objekti mogu ponuditi svježije i kvalitetne lokalne namirnice, ističući autentične okuse. Time jačaju svoju konkurentnost, a na tržištu se nameću kao promotori lokalne gastronomske baštine, privlače svima koji traže originalno i autentično gastro iskustvo.

► **partnerski LAG-ovi** – projekt razvija suradnju i razmjenu znanja partnerskih LAG-ova te edukaciju iz područja lokalne proizvodnje, gastronomske baštine, kratkih lanaca opskrbe i drugih relevantnih tema. Potiče inovacije, nove pristupe i rješenja, pomaže partnerima u povećanju vidljivosti i prepoznatljivosti u lokalnoj i široj javnosti te jačanju medijskog interesa, što pozitivno utječe na javnu reputaciju partnera. Partnerski LAG-ovi ujedno razvijaju svoje kapacitete za provedbu sličnih projekata.

CILJEVI PROJEKTA

► poticanje suradnje poljoprivrednog i ugostiteljskog sektora, povećanje zastupljenosti lokalnih namirnica u ugostiteljskom sektoru na području četiriju partnerskih LAG-ova

► edukacija ugostitelja o prednostima lokalne proizvodnje i gastronomske baštine te važnosti lokalne proizvodnje u gastro turizmu

► podrška uspostavi kratkih lanaca opskrbe između lokalnih proizvođača i ugostiteljskih objekata/hotelskih kuća, povezivanje i facilitiranje suradnje i umrežavanja proizvođača i ugostiteljskih objekata, promoviranje lokalnih proizvoda, tradicionalnih namirnica i jela

► jačanje konkurentnosti lokalnih proizvođača

► razmjena iskustva i primjera najboljih praksi, prijenos znanja i umrežavanje te poboljšanje kapaciteta uključenih LAG-ova

PROJEKTNE AKTIVNOSTI

► izrada “Analize stanja zastupljenosti lokalnih poljoprivrednih proizvoda i tradicionalnih jela u ugostiteljskim objektima na području četiri partnerska LAG-a”

► tri kulinarske radionice s jelima od lokalnih namirnica s područja triju partnerskih LAG-ova

► radionica “Brendiranje i odnosi s javnošću”

► radionica za proizvođače hrane s područja partnerskih LAG-ova o sanitarnim propisima povezanim s isporukom hrane HORECA sektoru te obveznim zahtjevima

► radionica za lokalne proizvođače hrane s područja LAG-a “Terra liburna” o poslovanju s odjelom nabave i odjelom hrane i pića hotelskih kuća te B2B *meeting*

► radionica za proizvođače i ugostitelje s područja partnerskih LAG-ova na temu primjera dobre prakse povezivanja lokalnih proizvođača i ugostitelja

► radionica “Marketing i promocija na društvenim mrežama”

► četiri predavanja: predstavljanje “Analize stanja zastupljenosti lokalnih poljoprivrednih proizvoda u ugostiteljskim objektima na području četiri partnerska LAG-a”, “Održivi turizam”, “Kratki lanci opskrbe” i “Primjeri dobre prakse kratkih lanaca opskrbe”

► četiri studijska posjeta područjima partnerskih LAG-ova

► donošenje “Sporazuma o suradnji lokalnih proizvođača i predstavnika HORECA sektora”

► promocija (promotivne aktivnosti i materijali)



LAG “Kvarnerski otoci”

LAG “Kvarnerski otoci”

Šetalište svetog Bernardina 6D, 51500 Krk
lag@kvarnerski-otoci.hr
www.kvarnerski-otoci.hr



Broj jedinica lokalne samouprave: **9**

Gradovi: **Cres, Krk, Mali Lošinj**

Općine: **Baška, Dobrinj, Malinska-Dubašnica, Omišalj, Punat, Vrbnik**

Broj naselja: **108**

Površina: **943,79 km²**

Broj stanovnika: **30.169**

Gustoća stanovnika: **31,96/km²**



LAG “Kvarnerski otoci” promiče ruralni razvoj otočnih mjesta putem lokalnih inicijativa i partnerstava, poboljšanja ruralnih životnih i radnih uvjeta na otocima, diversifikacije gospodarskih aktivnosti, osiguravanja protoka informacija i transfera znanja za napredak u razvoju ruralnog gospodarstva i lokalne zajednice na kvarnerskim otocima, razvijanja sinergije i umrežavanja svih subjekata kojima je u interesu doprinijeti razvoju ruralnih područja kvarnerskoga kraja. Prema svim razvojnim pokazateljima, područje LAG-a “Kvarnerski otoci” među najrazvijenijim je područjima Republike Hrvatske.

VIZIJA

Rad LAG-a “Kvarnerski otoci” usmjeren je na održivi razvoj i očuvanje jedinstvenih prirodnih, kulturnih i društvenih vrijednosti kvarnerskih otoka, kao doprinosa pri stvaranju prostora za kvalitetan život. Suradnjom, inovacijama i integracijom tradicije s modernim potrebama, LAG želi osigurati održivi rast lokalnih zajednica i gospodarstva, s ciljem stvaranja prosperitetnog i ravnomjernog društva, čuvajući pri tom okoliš i kulturno naslijeđe za buduće generacije.





Chef Marin Pleše



PANNACOTTA OD MASLINOVOG ULJA I BIJELE ČOKOLADE S BUČOM U SIRUPU OD CVJETOVA RUŽMARINA, S KORICOM I GELOM MANDARINE



FILE ZUBACA S BROSKVOM I PRŠUTOM



GRIZ NA MLIJEKU S OVČJIM SIROM I ŽUMANJKOM DIMLJENIM NA SIJENU SA SOTIRANIM CRNIM TRUBAČAMA I SVJEŽOM KRAVLJOM SKUTOM

Gastronomija kvarnerskih otoka

Gastronomija predstavlja iznimno važan aspekt turizma, pružajući jedinstvenu priliku za povezivanje kulture, tradicije i autentičnih okusa određene destinacije, u samo jednom obroku.

Velika većina ugostiteljskih objekata na području djelovanja LAG-a "Kvarnerski otoci" ima relativno dugu tradiciju nabave poljoprivrednih proizvoda od lokalnih proizvođača.

Sklonost prema lokalnim namirnicama iskazuju mnogi kuhari kvarnerskih otoka, a među njima je svakako i Marin Pleše, rođeni Krčanin, iz Dubašnice, vrlo uspješan mladi hrvatski chef, koji je prije nekoliko godina preuzeo kuhinju prestižnog restorana Hotela "Vila Rova" u Malinskoj. Godine 2022. Hotel "Vila Rova" dobio je nagradu za najbolji mali obiteljski hotel u Hrvatskoj, a 2024. godine, među top 300 hrvatskih restorana koji se ističu svojom kvalitetom, u "Gault & Millau kulinarski vodič" prvi je put uvršten i restoran "Vila Rova", kao "jedini fine dining restoran na otoku Krku", dok je chef restorana, Marin Pleše, proglašen "mladim talentom godine".

- Gastronomija je sve važniji razlog dolaska gostiju u određenu destinaciju pa naši gosti donose sve informiranije odluke o tome gdje će jesti kad stignu na odredište. Stoga je važno da mi ugostitelji nudimo autentične gastronomske doživljaje, razmjenjujemo znanje i ideje kako pristupiti lako dostupnim i cjenovno pristupačnim namirnicama, kao što su sitna plava riba, čič, ječam, palenta, divlji komorač, mo-

tar i ostalo samoniklo bilje. Najoriginalnija kulinarska iskustva možemo ponuditi s namirnicama uz koje smo odrastali i onima koje su specifične za naš kraj. Vjerujem da je to put kojim se stvaraju nove navike, koje prirodno vode kvalitetnoj, raznovrsnoj i održivoj potražnji i ponudi na svim razinama na području LAG-a „Kvarnerski otoci“. Također, važno je da predstavljamo autentičnu priču koja crpi inspiraciju iz naše neposredne blizine - od jelovnika i karte pića do dekoracija i motiva u designu koji gost susreće u restoranu.

U svom radu svakodnevno promičem održivu gastronomiju uz podršku lokalnim proizvođačima, odabirom sezonskih namirnica i očuvanjem gastronomskog nasljeđa te smanjenjem otpada od hrane. Najviše zastupljene namirnice lokalnog podrijetla na području LAG-a „Kvarnerski otoci“ korištene u ugostiteljstvu su: sir, jaja, smokve, šparoge, maslinovo ulje, rakovi, školjke, lignje, hobotnice, zeleno lisnato povrće, začinsko bilje, janjetina, kvarnerski škamp, riba te vina i pjenušci. Moja je velika želja koristiti sve više proizvoda lokalnih proizvođača. Veselim se danu kad ću moći imati jelovnik u potpunosti sastavljen od lokalnih namirnica, ističe Pleše.

Tradicionalna jela, kao najatraktivniji dio gastronomske ponude, pored lokalnih namirnica, čuvaju i tradicionalan način pripreme jela, koji se generacijama prenosi s koljena na koljeno. Simbiozom lokalnih sastojaka i tradicionalnih tehnika pripreme, gastronomski doživljaj prerasta u nenadmašan, neodoljiv i nesvakidašnji gurmanski užitak.





STRAST I PREDANOST UGOSTITELJA - KLJUČ USPJEHA KVARNERSKE GASTRONOMIJE



UZGOJ OVACA U SLOBODNOJ ISPAŠI
– JAMAC VRHUNSKJE KVALITETE MESA I SIRA



U VRBNIČKIM VINOGRADIMA UZGAJA SE ŽLAHTINA
- AUTOHTONA HRVATSKA BIJELA SORTA GROŽĐA

Krk, Cres i Lošinj - tri hrvatska otoka koji pripadaju području LAG-a "Kvarnerski otoci" mogu se pohvaliti bogatom gastronomskom baštinom, njegovanom generacijama. Od izvrsnih sireva i janjetine do morskih specijaliteta i domaće tjestenine, tradicionalna jela nude jedinstveno i nezaboravno gastronomsko iskustvo, prožeto upečatljivim okusima Mediterana.

Kvarnerski otoci obiluju prekrasnom prirodom i biljkama koje svojim mirisom i samozatajnom ljepotom oplemenjuju krajolik, posebice područje Lošinja. Biljke su moćan sastojak života, čiju vitalnost i krepkost potiču već tisućljećima pa se vrlo često koriste i u kuhinji. Začinsko bilje uistinu daje posebnu notu kvarnerskim delicijama.

Otoci Krk i Cres poznati su i po visokokvalitetnoj janjetini, zahvaljujući stoljetnoj lokalnoj tradiciji uzgoja ovaca u slobodnoj ispaši. Stada se uzgajaju na otočnim pašnjacima prekrivenim aromatičnim biljem koje mesu daje poseban okus, mekoću i sočnost. Bogatstvom okusa i mirisa ljekovitog bilja obiluje još jedan otočni specijalitet – sirevi koji se rade od ovčjeg, ali i kravljeg i kozjeg mlijeka. Upareni s čašom domaćeg vina, stvaraju osebujan gastro užitak.

Vrbnik, mjesto na otoku Krku, poznato je po nekoliko vrhunskih vinara koji proizvode vino svijetložute do slamnatožute boje, nježne arome i karakterističnog finog okusa. Svježina koju vinu može dati samo oštريا klima, karakteristika je sjevernog podneblja Jadrana, ali i krčkih vinograda smještenih na sjevernoj strani otoka. Pored bodulskog sira, bodulsko vino izvrsno paše i uz sve vrste ribe i morskih specijaliteta.

Krk, Cres i Lošinj mogu se pohvaliti i čitavom paletom morskih specijaliteta. Čistoća i temperatura mora, zajedno s bogatim morskim životom, pružaju savršene mogućnosti za pripremu najsvežijih jela od plodova mora. Škamp, vrsta velikih kozica, glavna su namirnica lokalne kuhinje.

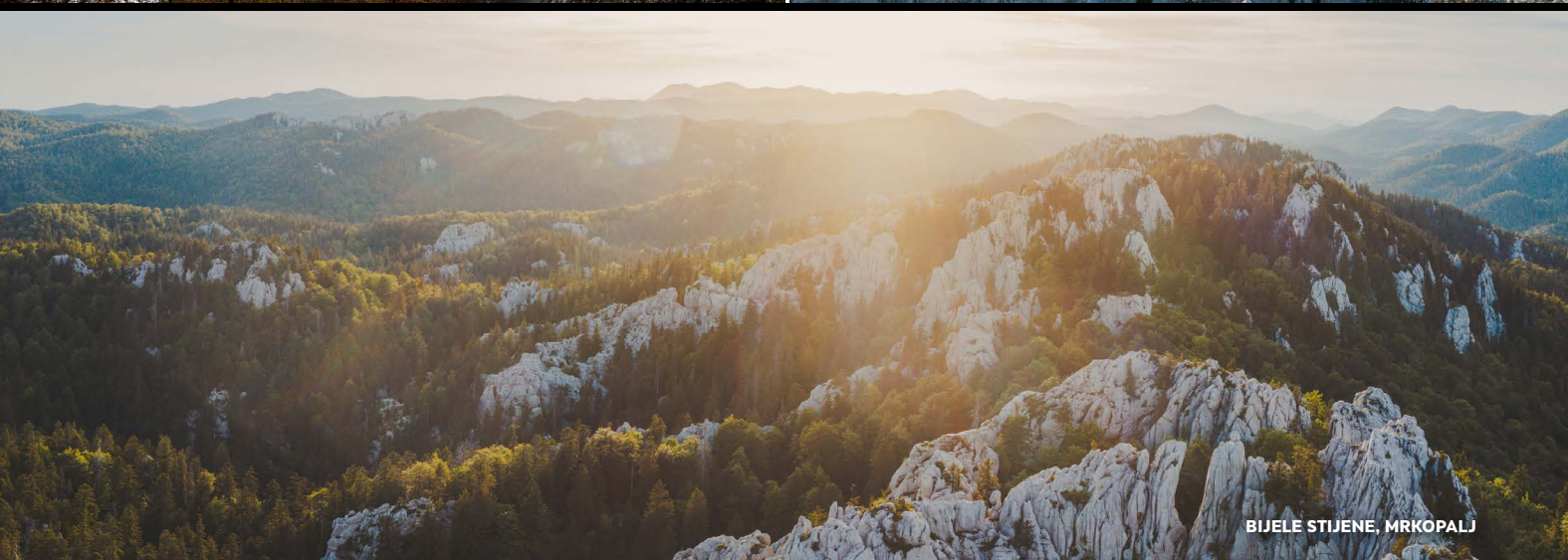
Jedno se jelo, ne tako davno, pripremalo samo za posebne prigode, velike blagdane ili isključivo nedjeljom, a danas je jedno od najzastupljenijih jela otoka Krka. To su šurlice - tradicionalno jelo od domaće tjestenine koje u krčkoj kulinarskoj baštini zauzima posebno mjesto. Napravljena od jednostavnih sastojaka poput brašna, jaja, vode i malo maslinovog ulja, ova jedinstvena tjestenina oblikuje se motanjem komada tijesta oko igle za pletenje, što rezultira prepoznatljivim oblikom. Šurlice su najpoznatiji krčki specijalitet, a poslužuju se s raznim vrstama gulaša, s plodovima mora ili čak sa šparogama, još jednom specifičnom lokalnom namirnicom. Šparoge su prirodna samonikla biljka koja se ručno bere na otočnim obroncima tijekom travnja i svibnja. Jela na bazi šparoga među najzastupljenijim su tradicionalnim jelima i predstavljaju važan dio gastro ponude.

Od lokalnih proizvoda, za otočnu gastronomiju posebno je važan i krčki pršut, prvi hrvatski proizvod zaštićen u EU. Posebnost krčkog pršuta je u tome što je nasoljen samoniklim začinskim biljem s otoka Krka, ne dimi se, sazrijeva u koži, a suši se na poznatoj krčkoj buri. Krčki pršut neizostavni je dio svakog predjela.

Lokalnim jelima posebnost daje i maslinovo ulje, još jedan hvalevrijedan lokalni proizvod, nastao iz maslinika diljem kvarnerskih otoka. Bodulsko maslinovo ulje spada u red najkvalitetnijih ulja Mediterana. Krčko maslinovo ulje i ekstra djevičansko maslinovo ulje Cres zaštićeni su europskom oznakom izvornosti.

Kvarnerski otoci obiluju delicijama proizvedenim od plodova prirode koje daju more, škrtu zemlju, kamenjar i pašnjaci prekriveni solju. Te se delicije pripremaju na razne načine i poslužuju u ugostiteljskim objektima diljem otoka i već odavno su dio KULinarske HARmonije ČArobnih okusa Primorsko-goranske županije.





LAG Gorski kotar

LAG Gorski kotar

Rudolfa Strohala 118, 51316 Lokve
info@lag-gorskikotar.hr
www.lag-gorskikotar.hr



Broj jedinica lokalne samouprave: **9**

Gradovi: **Čabar, Delnice, Vrbovsko**

Općine: **Brod Moravice, Fužine, Lokve, Mrkopalj, Ravna Gora, Skrad**

Broj naselja: **256**

Površina: **1.273,1 km²**

Broj stanovnika: **18.954**

Gustoća stanovnika: **14,88/km**



LAG Gorski kotar osnovan je 2008. godine, kao rezultat projekta “Održiva budućnost ruralnih prostora RH”, financiranog sredstvima nizozemske Vlade i “MATRA” programa. Prvi je registrirani LAG na području cijele Republike Hrvatske, a djeluje prema načelima *LEADER* pristupa.

Rad LAG-a Gorski kotar temelji se na lokalnom partnerstvu javnog, civilnog i gospodarskog sektora s ciljem realizacije Lokalne razvojne strategije (LRS). LAG Gorski kotar teži jačanju i razvoju ruralnog područja, uz prepoznavanje lokalnih potreba i omogućavanje nove perspektive razvoja područja LAG-a, u interesu svih stanovnika Gorskog kotara.

VIZIJA

LAG Gorski kotar objedinjuje interese stanovnika svih devet jedinica lokalne samouprave na području Gorskog kotara te im omogućuje zajednički nastup u predstavljanju njihovih projekata, interesa i ciljeva, kako lokalno, tako i izvan njihovih administrativnih granica.

Sve svoje aktivnosti LAG Gorski kotar provodi u skladu s načelima održivog razvoja, uvažavajući prirodne osobitosti, koje se smatraju iznimnim bogatstvom i jednom od najvrednijih kvalitativnih odrednica cijelog goranskog kraja.





"TOBLERONE" ŠTRUDLA OD JABUKA S DOMAĆIM MEDOM,
NA KREMI OD SKUTE S PREPRŽENIM LJEŠNJACIMA



GULAŠ OD DIVLJE SVINJE I VRGANJA S KREMOM OD CVJETAČE I BUČINIM TRAKICAMA



BESKVASNI KRUH S KREMOM OD
LOKALNOG SIRA, KRATKO ZAPEČENIM
LISIČARKAMA I DIMLJENOM PASTRVOM



ESTETIKA TANJURA – VAŽAN DOPRINOS
VRHUNSKOM GASTRO UŽITKU

Hortus Diabolicus kroz lokalne gastronomske okuse

Gorski kotar, smješten u srcu Hrvatske, često se naziva *Hortus Diabolicus* ili Đavolji vrt, prvenstveno zbog svoje bogate i mistične prirode. Ovu regiju karakteriziraju strmi planinski vrhovi, slikovita jezera i guste šume koje okružuju njezina prostranstva. Smješten između mora i kontinenta, poznat po svojoj netaknutoj prirodi i bogatoj bioraznolikosti, Gorski kotar zasigurno će oduzeti dah svim ljubiteljima prirode, ali i gastronomije, prepune autentičnih okusa koji su spoj tradicije, umještosti i ljubavi lokalnoga stanovništva.

Zna to i David Skoko, rodom iz Pule, jedan od najuspješnijih hrvatskih *chefova* sa zavidnom međunarodnom reputacijom, poznato lice iz televizijskih kulinarskih emisija, strukovni novinar, autor nekoliko kuharica i publikacija, promotor eno-gastro turizma i lokalnih namirnica...

- Svaka hrvatska regija specifična je po svojim karakteristikama: geografskom položaju, klimi, prometnoj povezanosti, poljoprivrednoj proizvodnji, gastronomiji i drugima. Samim time posebna je i jedinstvena.

Kao kuhar i promotor regionalne hrvatske kuhinje, cilj mi je poticati kolege kuhare na idealistički pristup gastronomiji. Baza svake regionalne kuhinje su lokalni poljoprivredni proizvodi i namirnice koje možemo sakupiti ili uloviti u toj regiji.

Gorski kotar je regija poznata po proizvodnji krumpira, mliječnih proizvoda, rakija i likera, jabuka, uzgoju pastrva te lovnoj divljači i šumskim gljivama. To čini bazu za razvoj goranske gastronomije.



Chef David Skoko

Važno je gajiti ljubav prema vlastitoj zemlji, a kroz nju, i prema tradicionalnoj lokalnoj kuhinji kako bi sačuvali prepoznatljivost i posebnost za buduće generacije.

Gastronomija nam daje mogućnost da mi kuhari budemo poveznica između lokalne poljoprivredne proizvodnje i gostiju koji žele doživjeti naš kraj kroz sva osjetila.

Kako bi Gorski kotar predstavili u najboljem svjetlu, dužnost nam je vrednovati ono što ovaj kraj i zemlja nude. Kroz naša jela pričati našu priču. A nema domaće kuhinje bez domaće namirnice, poručuje Skoko.

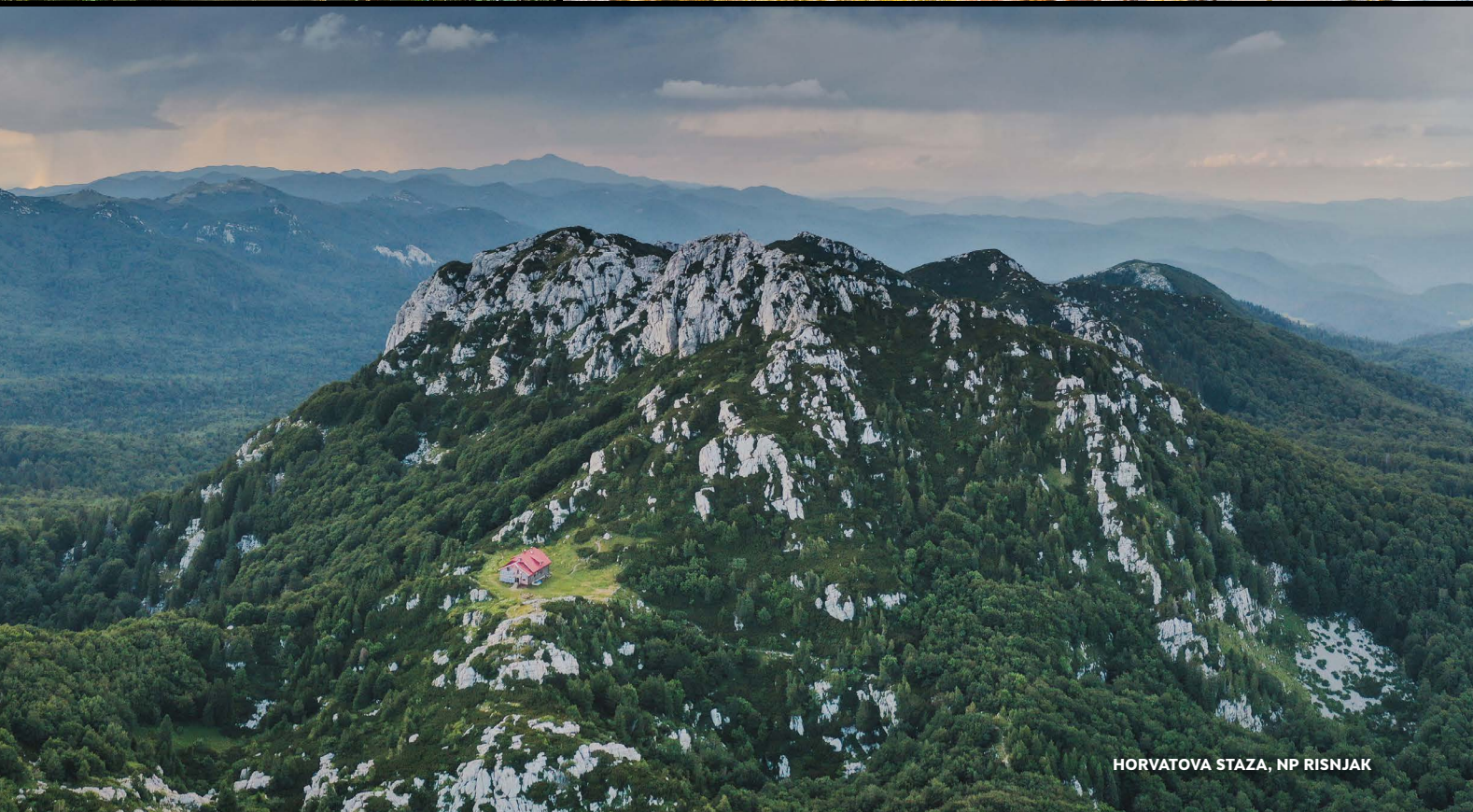




KAMAČNIK, VRBOVSKO



SAMARKE STIJENE, STROGI REZERVAT PRIRODE



HORVATOVA STAZA, NP RISNJAK

Goranski kraj poznat je po svojoj raznolikoj flori i fauni koja se odražava i u tradicionalnoj kuhinji. Mnoge autohtone vrste, poput raznih gljiva i aromatičnog bilja, dodatno obogaćuju ponudu specijaliteta u ugostiteljskim objektima. Specijaliteta od divljači, jela na bazi gljiva, domaći sirevi i med pružaju autentičan okus goranske kuhinje, koja se prenosi s generacije na generaciju.

Na području Gorskog kotara ističu se razni lokalni proizvodi poput pastrve, krumpira, sira, divljači te rakija i likera. Ova regija ponosna je na svoje gastronomske specijalitete, a najzastupljenije tradicionalno jelo je štrudla od borovnica, koja je neizostavan dio ponude svih ugostiteljskih objekata. Uz štrudlu, može se uživati i u jelima na bazi vrganja, gulašu od divljači te jelima od kiselog kupusa, koja odražavaju bogatu kulinarsku tradiciju ovog kraja.

Mali proizvođači goranskog kraja suočavaju se s teškim uvjetima rada, ali njihova predanost očuvanju tradicije i održavanju kvalitete rezultira proizvodima koji su prave delicije i bogatstvo lokalne gastronomije.

Jedna od njih je i medun, cijenjen zbog svog specifičnog okusa i aroma koje dolaze iz netaknute prirode Gorskog kotara. Goranski medun ponosno nosi oznaku izvornosti, simbola zaštite autentičnosti proizvoda, od vitalne važnosti za očuvanja eko-sustava Gorskog kotara. Proizvodnjom goranskog meduna potiču se lokalna ekonomija i održiva proizvodnja te očuvanje prirodnih resursa.

Gorski kotar teži postati prepoznatljiva gastronomska destinacija. Razvijanje suradnje između malih proizvođača, ugostitelja i institucija ključno je za očuvanje i valorizaciju lokalne kuhinje. Takvim pristupom želi se podržati čuvanje tradicije te potaknuti razvoj održivog

turizma, koji poštuje prirodne resurse i doprinosi lokalnom gospodarstvu.

Unatoč izazovima, poljoprivreda u Gorskom kotaru nudi brojne komparativne prednosti. Tradicionalne tehnike i ekološke metode uzgoja promiču zdraviji način života. Ugostitelji Gorskog kotara sve se više okreću lokalnim proizvođačima, sa željom stvaranja održivog ciklusa podrške između poljoprivrednika i ugostitelja, s ciljem jačanja lokalne ekonomije te očuvanja baštine i gastronomskih tradicija.

Ključnu ulogu u promicanju održive poljoprivrede i jačanju kapaciteta lokalne zajednice ima LAG Gorski kotar. Raznim projektima LAG potiče suradnju lokalnih dionika, promičući svijest o važnosti održivog razvoja. Uz doprinos lokalnih ugostitelja i OPG-ova, u Gorskom kotaru potiče se očuvanje lokalne gastronomije, sa specijalitetima koji ističu bogatstvo i raznolikost okusa goranskog kraja.

Gorski kotar prepun je potencijala i prilika da svoju gastronomsku priču, priču o tradiciji i vrijednim ljudima ovog kraja, predstavi svima željima nečeg jednostavnog, a opet neponovljivog. Gorski kotar sve se više identifikira kao jedinstvena gastro destinacija koja pruža priliku za bijeg od stvarnosti i užurbanog načina života, a prije svega kao odredište neponovljivog iskustva kušanja autohtonih namirnica u tradicionalnim i modernim izvedbama. Ipak, gastronomija Gorskog kotara ne temelji se samo na hrani i autentičnim okusima, nego je istodobno i priča o goranskim ljudima i njihovoj povezanosti sa svojim krajem.

Zbog svega navedenog, Gorski kotar zaslužuje svoje mjesto na gastronomskoj karti Hrvatske, a njegova prava gastro priča tek počinje!





FILE BRANCINA U KRUSTI OD BADEMA
(OSTERIA VERANDA)



VILLA ANGIOLINA, OPATIJA



POGLED NA OPATIJU

LAG “Terra liburna”

LAG “Terra liburna”

Vjekoslava Spinčića 13, 51410 Opatija
lag.terraliburna@gmail.com
www.terra-liburna.hr



Broj jedinica lokalne samouprave: **8**

Gradovi: **Kastav, Opatija**

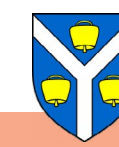
Općine: **Jelenje, Klana, Lovran, Matulji, Mošćenička Draga, Viškovo**

Broj naselja: **82**

Površina: **528 km²**

Broj stanovnika: **59.431**

Gustoća stanovnika: **112,56/km²**



LAG “Terra liburna” aktivno sudjeluje u strateškom planiranju razvoja ruralnog područja, podržavajući lokalno stanovništvo i značajne inicijative te potičući transnacionalno i međuteritorijalno umrežavanje. Svoj rad temelji na partnerstvu s lokalnim vlastima i suradnji s malim poljoprivrednicima i strukovnim udruženjima, štiteći i promičući lokalne autohtone sorte.

Strateškim pristupom ruralnom razvoju, utječe na oblikovanje politika koje podržavaju ruralne zajednice i predanost znanstveno-inovativnom pristupu u provedbi LEADER-a. Čuva kulturno i prirodno naslijeđe, dokazujući da ruralni razvoj može biti snažan, inkluzivan i otporan na izazove 21. stoljeća.

Od 2018. do 2024. godine LAG “Terra liburna” sufinancirao je 44 projekta s ukupnim iznosom od 1,42 milijuna

eura, uključujući nabavu opreme, mehanizacije, sadnog materijala i stoke za 29 malih poljoprivrednika, kao i izgradnju dječjih igrališta, sportske infrastrukture, obnovu društvenih domova i opremanje multimedijских učionica.

VIZIJA

LAG “Terra liburna” je tehnološki jedna od najnaprednijih i najotpornijih ruralnih zajednica u široj regiji koja uvažava tradicijske uvjete gospodarenja u autentičnom prostoru, unapređuje gospodarske aktivnosti koristeći pametne zelene tehnologije, valorizira i odgovorno upravlja kulturno-povijesnom i prirodnim baštinom, a visoki životni standard temelji na sustavnom ulaganju u ljudske potencijale, znanje i inovacije.





BRSEČKI ČESAN



DOMAĆI OBED



LOVRANSKI MARUN

Terra liburna - spoj gastronomije mora i gorja

Opatijsku rivijeru i liburnijsko zaleđe više od 180 godina prati glas regije poželjne za odmor, ujedno i sinonima vrhunske gastronomije. S obzirom da industrija gostoprimstva ne može biti bez lokalne nabave sirovina, valoriziranje namirnica s ovog područja apsolutni je prioritet.

Lokalni okusi, stara gastronomska mudrost i vječna želja za inovacijom, u sprezi s očuvanom prirodom i krajoblikom koji je oblikovala ljudska ruka, izvrsno su polazište za priču o autohtonim sortama i tradicijskim recepturama.

Divlje šparoge na području LAG-a “Terra liburna” obilježavaju svako proljeće. Nepretenciozna, ali obožavana fritaja sa šparogama nezaobilazna je delicija. Uz šparogu, kao kraljicu među samoniklim biljem Liburnije i liburnijskog zaleđa, svoj put na tanjure naći će i izdanci veprine, bljušt ili kljuka, gljive te aromatično i ljekovito bilje, koje se nalazi među najzastupljenijim poljoprivrednim proizvodima ovog područja.

Neumornim radom vrijednih ljudi u krškom brdsko-planinskom području u naručju Učke i Čićarije, na Gervaisovim lešicama i dolčićima omeđenim stoljetnim suhozidima, svoj dom nalaze perjanice lokalne bioraznolikosti: lovranski marun, lovranska črešnja, brsečki česan, broskva, brgujski kapuz. Područje Čićarije i Parka prirode Učka, Parka šuma Lisina, zaštićenih Zvonejskih prezida, dio Grobničkog polja i nepregledne šume zelena su pluća ovoga kraja ili dom budućih gastronomskih podviga i mnogih zirnica.

Održiva poljoprivreda i zaštita bioraznolikosti moraju ići ruku pod ruku. Zapadni riječki prsten odlikuje se vrlo škrtim tlom i teškim uvjetima gospodarenja, gdje je čak i pristup poljoprivrednim strojevima često onemogućen. Svi mali uporni poljoprivrednici i stočari tim više zaslužuju priznanje za svaki njihov proizvod koji dopre do krajnjeg kupca i postane čarolija na tanjuru. U avanturi od lešice do pijata ili kako nas podsjeća i europska strategija “Od polja do stola”, poljoprivrednici su karika bez koje lanac puca.



SUŠENO ZAČINSKO BILJE



BRSEČKA BROSKVA





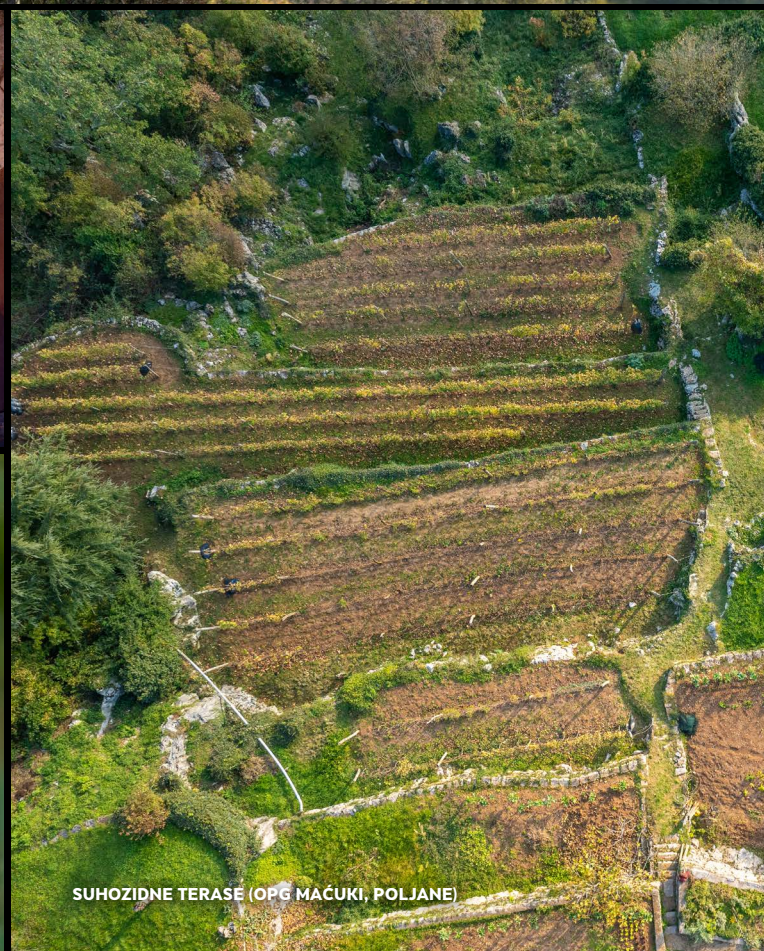
POGLED IZ POLJANA



STARA KREDENCA (OPG MAČUKI, POLJANE)



ETNOLOŠKI PARK ANTON PLAŠIMUHA (TULIŠEVICA, LOVRAN)



SUHOZIDNE TERASE (OPG MAČUKI, POLJANE)

Najljepši okusni putopis ipak pričaju palenta kompirića kad se podruži s dobrim gulašom ili grobničkim sirom, jota s jedinstvenim pikantnim brgujskim kapuzom, učkarska ovčja skuta sa salsom od suhih smokava ili grašnjaki punjeni pireom od lovranskog maruna te uz najzastupljenija tradicionalna jela u ugostiteljskim i hotelskim objektima ovoga kraja, poput buzare, miješane friture od sitne ribe i slastica s marunima, slastica s trešnjama, orehnjače, fritula i kroštula, predstavljaju najveće gastronomsko bogatstvo ovog kraja.



VINOGRAD, POLJANE



RAVIOLI S UČKARSKOM SKUTOM U UMAKU OD VRGANJA I LOVRANSKOG MARUNA (KONOBA KALI, MEDVEJA)

Ovdje mediteranska prehrana susreće i onu brdsko-planinsku pa se na istom tanjuru može pronaći neobičan spoj sipe i vrganja ili maruna i kozica, sve redom najzastupljenijih lokalnih poljoprivrednih proizvoda. Opatijska rivijera gaji tradiciju plave gastronomije i neumorno ju uzdiže na višu razinu, a najveći dio morskih specijaliteta potječe iz lokalnog ulova malih ribara i škampara koji more i dalje tretiraju s odgovornošću.

Razvoj vinogradarstva, vinarstva i podrumarstva na području LAG-a “Terra liburna” uzeo je maha, a *boutique* proizvodnja smisljena je, održiva i štiti od zaborava enokulturnu baštinu te privodi svrsi škrte terene na prezidima i terasama. Otuda nastaju vrhunska vina i pjenušci, poljoprivredni proizvodi koji su jedni od najzastupljenijih u hotelskim objektima i koji očaravaju goste diljem kraja. Nemoguće je ne spomenuti i belicu, poznatu kastavsku kupažu autohtonih sorti ili zvonejsku jarbolu, koje dostojno prate liburnijski *soul food* ili ambiciozne kreacije velike gastro scene.

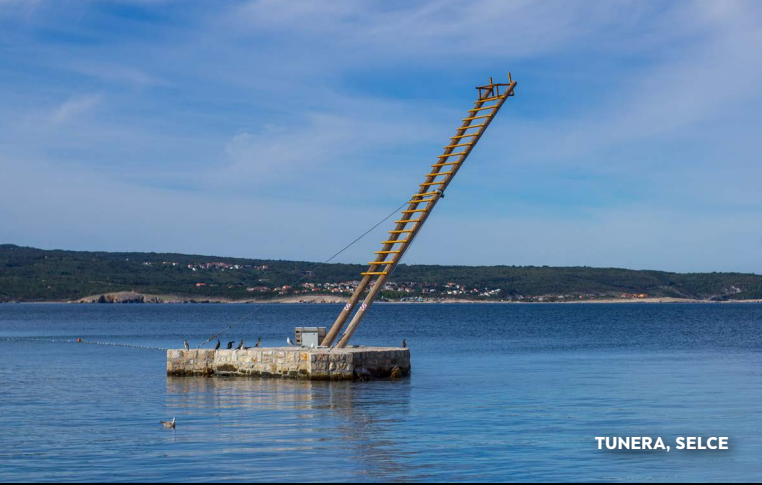
Svakim iskorakom u povezivanju malih lokalnih poljoprivrednika i proizvođača s HORECA sektorom i valorizacijom autohtonih namirnica bogati se kulinarska baština, a kada se cijela kvarnerska regija s ponosom priprema nositi titulu Europske regije gastronomije 2026. godine, motivacija je tim veća.

Suradnja svih turističkih zajednica, strukovnih udruga, Fakulteta za menadžment u turizmu i ugostiteljstvu, Ugostiteljske škole te svih malih zainteresiranih dionika, ključna je za postizanje ovih ciljeva. Akcijski plan razvoja gastronomije Primorsko-goranske županije dodatno podupire ove napore, osiguravajući da svi segmenti turističke ponude djeluju usklađeno i sinergijski. Kvarnerski okusi ne samo da pričaju priču o bogatoj povijesti, već i o budućnosti koja obećava.





KOSTRENA



TUNERA, SELCE



OTOČIĆ SAN MARINO, NOVI VINODOLSKI



VINODOLSKA DOLINA

LAG “VINODOL”

LAG “VINODOL”

Bribir 46a, 51253 Bribir
lag.vinodol@gmail.com
www.lag-vinodol.hr

Broj jedinica lokalne samouprave: **7**
Gradovi: **Bakar, Crikvenica, Kraljevica, Novi Vinodolski**
Općine: **Čavle, Kostrena, Vinodolska općina**
Broj naselja: **54**
Površina: **683 km²**
Broj stanovnika: **40 630**
Gustoća stanovnika: **59,49/km²**



LAG “VINODOL” osnovan je 2012. godine s ciljem unaprjeđenja kvalitete života na području LAG-a, putem održivog lokalnog razvoja i *LEADER* pristupa.

Temeljna zadaća LAG-a je promicanje ruralnog područja te unaprjeđenje interesa od važnosti za područje LAG-a, s naglaskom na mogućnost korištenja sredstava iz Europskog fonda za ruralni razvoj.

LAG je dobio ime prema Vinodolskoj dolini, u povijesti poznatoj po proizvodnji vina. Najbolji primjer povijesne povezanosti područja LAG-a je Vinodolski

zakonik, dokaz da je cjelokupno područje bilo u sastavu vinodolske upravno-političke cjeline još davne 1288. godine.

VIZIJA

LAG “VINODOL” - ruralno područje održivog društvenog razvoja na kojem su stvoreni uvjeti za poljoprivrednu proizvodnju, turizam i kvalitetnu ruralnu infrastrukturu, poštujući povijesno nasljeđe, prirodnu i tradicijsku baštinu – područje privlačno za život, rad i odmor!





HRSKAVA SRDELA NA VINODOLSKI SA SMOKVOM



JANJEĆI KARE S KROKETIMA OD SKUTE



RADIONICA CHEFA TOMLJANOVIĆA

Gastronomija područja LAG-a “VINODOL”

U ozračju suvremenosti, koju karakteriziraju ubrzani razvoj znanosti i tehnologije, naglašena konkurentnost te nove, brže i zahtjevnije kulture življenja, bitno je očuvati baštinu, materijalnu i nematerijalnu, jer u njoj se krije vrijedno znanje.



Chef Damir Tomljanović

Kako očuvati gastronomsku baštinu, i to onu karakterističnu za područje LAG-a “VINODOL”, svojom je radionicom pokazao Damir Tomljanović, rodom iz Senja, odrastao u Novom Vinodolskom, chef s bogatim domaćim i inozemnih iskustvom, konzultant za rad u ugostiteljstvu, profesor gastronomije u ugostiteljskim školama i na veleučilištima.

- Prvo jelo koje smo pripremili je hrskava srdela na vinodolski sa smokvom. Srdela kao hraniteljica od davnina se koristi kao najjeftinija riba u svakodnevnoj prehrani. U većini slučajeva ona se u kućanstvu najčešće termički obrađuje prženjem u dubokoj masnoći. Na ovoj radionici sam pokazao kako uz moderne tehnike možemo istu “friganu srdelu” približiti u modernim trendovima posluživanja u restoranima. Spojili smo ju s nekoliko zanimljivih priloga i to špagetima od sirove cikle izrađenim na japanskoj mandolini, krumpirom iz sifona, smokvama i uljem od peršina. Za njihovu izradu koristili smo moderne uređaje i kulinarske prahove koji se koriste u modernoj kuhinji, poput Soja Lecithina i Pro Espume koja služi kao stabilizator za sifon pjenu od krumpira.

Pripremili smo i janjeći kare s kroketima od skute. S obzirom na cijenu namirnice, prikazali smo kako maksimalno iskoristiti svaki dio i na koji način postići lijepo i decentno jelo s prizvukom tradicije, a opet prilagođeno moderno orijentiranoj publici. I tu smo stavili naglasak na korištenje lokalnih namirnica, poput lokalno proizvedenog krumpira prerađenog u male kuglice sa skutom koje smo pržili u dubokoj masnoći. Krema od mrkve nam nosi slatku notu, dok cijelu priču zaokružuje janjeći umak koji daje snažan karakter jela.

Dok gledamo na obje namirnice koje su prisutne u našem kraju, mogu samo zaključiti da je radionica pokazala kako od tradicionalnih namirnica i poznatih okusa možemo mijenjati vizuru jela, uz moderne uređaje i tehnike, te približiti tradicionalne okuse nekoj novoj, mlađoj publici koju svakako želimo vidjeti u našim restoranima, na radost proizvođača hrane, kao i nas ugostitelja.

Hvala još jednom na divnoj atmosferi i kreativnoj razmjeni mišljenja i iskustava!





BAKARSKI PREZIDI



DVORAC NOVA KRALJEVICA



GRAD GROBNIK

Tijekom duge povijesti, ljudi ovoga kraja bavili su se poljoprivredom, stočarstvom i ribarstvom. Škrta zemlja mnogo je tražila, a malo davala, što je bitno utjecalo na način prehrane i lokalnu gastronomiju. Sijala se pšenica, ječam i proso, sadio se krumpir, repa, mrkva, grah, grašak, luk i raštika. Uzgajale su se koze, ovce, krave, kokoši i svinje. Od voća sadile su se smokve, trešnje, grožđe, cibori i višnje. Primorska mjesta bazirala su prehranu na ribi, posebice plavoj (srdela, skuša, tuna...).

Poznato je da se u tradicionalnoj primorskoj kuhinji krije pravo bogatstvo okusa i da je odlikuju zdravi i prirodni sastojci. Unatoč škrtoj zemlji i skromnim namirnicama koje su domaćinima ovog kraja bile dostupne, domaća kuhinja pokazuje zavidnu maštovitost. Jelovnik se često popunjavao samoniklim biljkama koje se skupljaju od proljeća do jeseni, kao što su gljive, šparoge, divlja riga, maslačak, komorač, divlji radič, motar, začinskim biljem poput kadulje, ružmarina, majčine dušice, lovora te plodovima samoniklog voća, poput oskoruše, divljih jagoda, kupina, murve, šipka i sl. U povijesti, najčešća jela ovog područja bila su pripremljena od uzgojenoga povrća i to fažola, krumpira, kiselog zelja, repe, crnoga zelja, sve to uz obaveznu kašu i palentu.

Neka od tradicionalnih jela koja su se zadržala i danas su juha od šparoga, razne maneštre, bibrirski prsnac, bibrirski šuljki i makaruni, grobnički sir i palenta kompirica, crikveničke rupice, batuda, bakarski baškot, broskva na padelu, blitvenjak, jela s kiselim zeljem, salate od rige, radića, šparoga i fažola. Od ribljih jela i danas se pripremaju razni brudet, buzare, rižoti, lignje, bakalar, jela od sitne plave ribe (svježe, marinirane ili usoljene). Posebno treba naglasiti i jela pripremljena od svježeg kvarnerskog škampa, kao i maštovita jela od svježih riba, mekušaca, rakova i školjki.

Smjena godišnjih doba na tržnicama određuje jelovnike u kojima prevladavaju morski plodovi, većinom plava riba, mediteransko povrće i voće te samoniklo aroma-

tično bilje. Namirnice se uglavnom *frigaju* (prže) ili rade na *padelu* (kuhaju), a posebice su slasna jela pripremljena ispod peke (glineni ili gusani poklopac prekriven žarom) ili kuhana u *kotliću*.

Što se tiče autohtonih slastica, uz orehnjače, povetice, štrudele, frite i kroštule, ističu se torte pripravljene od sastojaka koji su bili dostupni u podneblju kao što su mendule, orasi, suhe smokve, suhe šljive. Kao autohtone slastice, do danas su se zadržale crikvenička torta "Frankopan", "Bakarska torta" i "Kostrenska torta".

Svakako treba spomenuti i najkvalitetnije vrste meda kojeg ovo područje nudi, poput meda od kadulje i goranskog meduna koji nosi zaštićenu oznaku izvornosti. Jedan od razloga za to je izvrsna klima i izražena bioraznolikost.

Vinodolska dolina (lat. *Vallis Vinearia*) u povijesti je bila poznata oaza vinove loze, područje poznato po proizvodnji vina. Bogata povijest proizvodnje vina seže još u 1288. godinu i dotiče se Vinodolskog zakonika. Danas je najpoznatija žlahtina, autohtona vinska sorta bijeloga grožđa od koje se proizvode nagrađivana vina koja, prema ocjenama struke, konkuriraju najboljim svjetskim vinima. Pored žlahtine, s ovog područja potječe i povijesno piće Bakarska vodica, pjenušavo vino koje se u izvornoj izvedbi dobiva isključivo od grožđa s bakarskih prezida te je dostupno u vrlo ograničenim količinama.

Čitav niz izdanja tradicionalnih kuharica širi tajne i tradicije ovog kraja, kao i mnogobrojne dobro osmišljene gastronomske manifestacije, od kojih se ističu "Cesta plave ribe", "Ribarski tjedan", "Tira, tira", "Ružica Vinodola", "Festival bibrirskog prsnaca", "Festival palente i sira" i dr.

Ovaj kraj obiluje jelima u kojima se živopisno ogledaju običaji i mudrost njihovog nastanka, a generacijskom predajom očuvane priče čine gastronomski užitak potpunijim.



SUFINANCIRANO SREDSTVIMA EUROPSKE UNIJE

EUROPSKI POLJOPRIVREDNI FOND ZA RURALNI RAZVOJ

Podmjera 19.3. »Priprema i provedba aktivnosti suradnje LAG-a« unutar Mjere 19. »Potpora lokalnom razvoju u okviru inicijative LEADER (CLLD – lokalni razvoj pod vođstvom zajednice)«

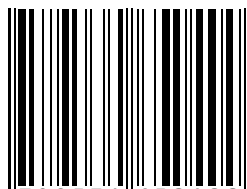
LAG „Kvarnerski otoci“



PROGRAM RURALNOG RAZVOJA 2014. - 2020.

Udio sufinanciranja: 90% EU, 10% RH

Europski poljoprivredni fond za ruralni razvoj: Europa ulaže u ruralna područja



9 789534 650400

ISBN 978-953-46504-0-0