



ERËRAT E GJELLËVE TË HARRUARA PRIZRENASE





"ERËRAT E GJELLËVE TË HARRUARA"

Autore e projektit: Alida Miftari

Zbatuesit e projektit:

Drita Vukshinaj, koordinatore e Projektit

Alida Miftari, ndihmës koordinatore

Nafija Bytyqi, asistente administrative

Foto:

Alida Miftari,

Drita Vukshinaj,

Shehida Miftari

Vullnetaret e shoqatës

“Femra për Femrat me Aftësi të Kufizuar”

Tirazhi:

300 copë

Shtypi:

“Blendi” - Prizren

Projekti zbatohet me mbështetjen financiare të OJQ

Trashëgimia Kulturore pa Kufij

(Cultural Heritage without Borders, CHwB)



PËRMBAJTJA

I HYRJE

1. Parathënia, **3**
2. Domethënia, **5**
3. Rreth ushqimit, **6**
4. Paçe, **7**
5. Supë beu, **8**

II. SUPAT

6. Pasha qofte, **9**
7. Qofte me qepë
(Qofte sogani), **10**
8. Sarma me fletë rrushi
ose lakre, **11**
9. Specatë mbushur
(Dollma), **12**
10. Imam bajëlidi, **13**
11. Tavë prizrenase, **14**
12. Tavë elbasani, **15**
13. Musaka prizrenase, **15**

III. GATIMET NGA BRUMI

14. Flija, **16**
15. Flija e misrit
(kollomojtë), **17**
16. Bukë e pjekur me saç, **18**
17. Byrek i zier, **19**
18. Fotoalbumi, **20**
19. Kollpita me mish të bluar, **22**
20. Mantia prizrenase, **23**

21. Petulla, **24**
22. Krofne, **25**
23. Pitajka (pitalka)
të ramazanit, **26**
24. Qahia, **27**
25. Jufka/ Terhanë, **28**

IV. PËRGATITJE ME MIELL MISRI

26. Kaçamak **29**
27. Lakror misri, **30**

V. SALLATAT

28. Sallatë me specatë, **31**
29. Sallatë me karota
dhe specatë djegës, **31**

VI. ËMBËLSIRAT

30. Hallvë, **32**
31. Kadaif, **33**
32. Pjeshkë (Kisses), **34**
33. Tambëloriz (Sytliaç), **35**
34. Sheqerpare, **35**
35. Hurmashicë, **36**
36. Tëspishtë, **37**
37. Bakllava, **38**
38. Ëmbëlsirë me kulloshtër
(Seravnik), **39**
39. Kajmakinë, **40**



PARATHËNIA

Erërat e ushqimeve të ngrohta, që bashkë me fjalën e ngrohtë, krijojnë atmosferë të lumtur dhe sjellin shumë të qeshura e lot ngazëllimi në mjediset shoqërore dhe në natyrë , përcillen me cicërimat e zogjve.... Një atmosferë e tillë e rrethoi edhe këtë projekt. Ky projekt, së bashku me këtë atmosferë të krijuar, më kthyen në fëmijëri. Më kujtohet kur të gjithë fëmijët mblidheshim në oborrin e gjyshes sime. Ajo gatuante në enët e vjetra dhe gatimin e përcillte me biseda të këndshme dhe me tregime mahnitëse. Po më mahnitëse ishin gatesat që bënte ajo. Ne ishim ulur rreth sofrës së vjetër në oborr dhe ishim bërë sy e vesh për të dëgjuar se çfarë thoshte, por na mbaronte durimi kur gatesat që përgatiste gjyshja na ngacmonin me erërat e këndshme të tyre. Kur kjo erë e këndshme e gatesave të ngrohta bashkohej me fjalët plotë ngrohtësi të gjyshes, humbte durimi dhe zgjatnim duart për t'i marrë ashtu, ende të papërfunduara. Nuk kishim durim të prisnim derisa të ftohej byreku i sapo nxjerrë nga furra.

Njëzet vite më vonë, në kohën e internetit dhe ushqimit të shpejtë, ndjeva nevojën për t'iu rikthyer kulturës së vjetër të gatimit, e cila shoqërohej me dashurinë për atë kohë dhe për ato gatesa.

Nostalgjia për fëmijërinë, e cila ishte e rrethuar nga erërat e këndshme të gjellëve, shijet e pakrahasueshme dhe shumëllojshmëria e gatesave të asaj kohe, më përcjellin edhe sot, fëmijëri me gatesa të ndryshme e me bollëk. Ishte ajo kohë kur gratë dhe burrat përdornin imagjinatën e tyre për të përgatitur, jo vetëm gatesat (gjellët), por ata dinin t'i përgatitnin edhe enët sipas kërkesave dhe rasteve, në njërën anë dhe nga ana tjetër, kënaqësia ishte se të gjithë ata që gjendeshin rreth sofrës do të ushqeheshin mirë, do ta kishin stomakun të plotë, deri në kohën për racionit tjetër. Në atë kohë nuk kishte nevojë për dietë. Askush nuk dinte për pesë racione të detyrueshme në ditë. Mëngjesi, dreka dhe darka ishin tri momente kur e gjithë familja mblidhej rreth sofrës. Pas punës së lodhshme në terren, në fushë a kudo tjetër dhe pas një darke të shijshme, fqinjët dhe të afërmit mblidheshin në mbrëmje dhe spontanisht krijohej një atmosferë e cila përcillej me këngë, biseda e të qeshura. Në anën tjetër, fëmijët pa e lodhur veten për problemet e të rriturve, vraponin rrugëve plot gaz e gjallëri. Ata nuk i pengonte as lodhja e as pluhuri i rrugës. Ata i dëfreheshin më shumë vrapimit zbatuar nëpër rrugët e rrugicat . Thënë ndryshe, gati-gati ishin të përbashkëta tërë ato që kishim.

Kur është fjala te gatimi, duhet theksuar se shumë nga ata që dikur ishin të njohur për gatimet e tyre, ka kohë që janë harruar. Gjithashtu edhe shumë nga gjellët (gatesat) që janë përdorur dikur, gati sa janë harruar. Ato sot përgatiten vetëm në raste të veçanta. Për këtë arsye është e nevojshme që t'u kushtojmë, edhe ne sot, pak kohë këtyre gatimeve, t'i përgatitim me mall dhe dashuri. Nuk duhet të harrojmë se secili ushqim (gatum), apo secila gjellë ka historinë e vet.

Gjatë punës përgatitore për ta krijuar këtë doracak, ne vizituam familje të ndryshme, biseduam me shumë njerëz që kanë përgatitur këto lloje të ushqimit, në një anë dhe në anën tjetër, këto momente më kthyen në fëmijëri dhe më përtërinë kujtimet më të bukura për ushqimin tradicional të asaj kohe.

Pra, për ta pasuruar dijen tonë për këto ushqime tradicionale, ne vizituam shumë familje në Prizren, pastaj vizituam shumë fshatra në rajonin e Hasit, rajonin e Dragashit dhe më gjerë. Në disa raste ne kemi marrë pjesë edhe vetë në përgatitjen e përbashkët të këtyre ushqimeve tradicionale dhe jemi ulur pranë sofrave të tyre së bashku me ta. Pra, kemi shijuar këto ushqime të këndshme së bashku me disa nga anëtarët e këtyre familjeve dhe me miq të tyre. Kemi parë edhe raste të tilla kur familjet ndanin ushqimin në dysh, për t'ua shpërndarë njerëzve në lagje, apo edhe për ata të cilët ishin në gjendje më të vështirë materiale. Edhe ne filluam të përgatitim ushqime. Këto ushqime tradicionale filluam t'ua ndajmë atyre që kishin nevojë. Një vakt racion ua dhamë grave që ishin në strehëz.

Tash, dua të flas pak për njerëzit që kontribuuan në këtë projekt. Për ata të cilët i kanë mbështetur të gjitha aktivitetet për të realizuar një projekt të këtillë. Me këtë rast dua të falënderoj Drita Vukshinaj, e cila gjithashtu ka ofruar përkrahjen e saj në realizimin e këtij projekti. Falënderoj të gjitha familjet të cilat i vizituam dhe miqtë e shumtë të cilët na mbështeten. Pastaj falënderoj vullnetaret e OJQ "Gratë për Gratë me Aftësi të Kufizuar" nga Prizreni. Unë veçanërisht dua të shpreh mirënjohjen time për CHwB (Organizata Trashëgimia Kulturore pa Kufij), e cila e ka mbështetur financiarisht këtë projekt.

Unë shpresoj që këto përvojat të fituara t'i përcjellim tek ju dhe do t'ju gëzojmë që përmes këtyre recetave t'ju mundësojmë të përgatitni ushqime (gatesa, gjellë) tradicionale të trevës sonë. Kemi kënaqësinë që njohjet tona për këto ushqime tradicionale t'i ndajmë me ju, kurse ju, këto njohje dhe ushqimin e përgatitur t'i ndani me të miqtë tuaj.

Ju bëftë mirë!

Njëri ndër vendet më të preferuara, ku e gjithë familja bashkohet, është sofa. Është po ai vend ku gërshetohen shumë biseda e thuren shumë tregime. Sofa në traditën tonë është vendi ku thuhet se nuk duhet të flitet, por në anën tjetër shumica e vendimeve merren mu pranë sofrës derisa marrim ushqimin.

Pranë sofrës është vendi shumë i preferuar për të gjithë ne. Vendi ku kënaqesh me aromën e ushqimeve, sidomos atyre tradicionale. Ushqime të bëra nga dora e nënave apo e gjysheve. Vendi më i ngrohtë, vendi ku kënaqesh edhe duke ngrënë, edhe duke parë hijeshinë e ushqimeve, sidomos ushqime tradicionalet.

Më kujtohet nga moshë rinore një fjali e përdorur shpesh nga vendasit e Prizrenit: "Kuzhina tipike e jona asht një kuzhinë e ni populli t'varfun, por që ka dijtë me i shfrytzue me nikoqirllëk pasunitë e natyrës." Pra, kjo është një kuzhinë jo shumë e përpunuar, por që ka një karakter të veçantë të përcjellë me një shije të fortë tipike ballkanike dhe ilire, me erëra të mira e të qëndrueshme... dhe mbi të gjitha, ushqimet e kësaj kuzhnine mbesin gjatë në memorie, sepse u mungojnë atyre që vetëm një herë i kanë shijuar këto ushqime.

Në Prizrenin tonë të lashtë e antik, është një shprehje e cila është përdorur para një shekulli, po që i qëndroi besnik kohës dhe si e tillë përmendet edhe sot. Kur një djalë donte të martohej me një vajzë, familja e tij interesohej për vajzën, ama pyetja e parë që e bënin ishte: "A din me gatua vajza, me ba tavën e Prizrenit dhe bukën e misrit?" Dhe për ta vërtetuar këtë thuhej se kur përgatitje mirë Tava e Prizrenit, respektivisht kur piquej ajo në "Ralin", era e saj dëgjohej deri tek Rrapi i Marashit.

Dua të theksoj me këtë rast se shumë anëtare të shoqatës kanë hyrë në këtë projekt në mënyrë vullnetare, për t'i grumbulluar recetat e shumta nga të gjitha komunitetet që jetojnë në Komunën e Prizrenit, duke u nisur nga ana e Zhupës dhe duke përfunduar deri në Has e dhe anën e Vrrinit. Femrat me aftësi të kufizuara, të cilat ishin të kyçura në këtë projekt, kanë ndërjerë kënaqësinë e madhe gjatë punës në terren. Ato së bashku me dy udhëheqëset, Alida Miftari dhe Nafije Gashi, kanë mbledhur recetat gjithandej.

Falënderimi i veçantë i shkon donatorit për përkrahjen e projektit për t'u njohur me këto ushqimet tradicionale dhe për të nxjerrë këtë doracak. Ky projekt ka veçori të posaçme, sepse përmes kësaj ne kultivojmë dhe ruajmë kulturën dhe traditën e popullit.

RRETH USHQIMIT

Tradita ka një rol shumë të rëndësishëm në jetën e çdo kombi dhe përbën elemente të rëndësishme përgjithësisht të kulturës së tij. Një element i kësaj kulture tradicionale është edhe kultura e të ushqyerit.

Kjo kulturë e të ushqyerit si dhe tryeza e pasur me shumëllojshmërinë e ushqimeve, sidomos atyre tradicionale, është vërejtur më së miri në sofrën tradicionale gjatë festave familjare dhe kombëtare. Kuzhina tradicionale e Kosovës është formuar për një periudhë të gjatë kohore. Sofra tradicionale ishte e begatshme me llojllojshmërinë e ushqimeve në të gjitha pjesët e Kosovës.

Ne do t'ua ofrojmë, përmes recetave, pjesën më të madhe të këtyre ushqimeve tradicionale, të cilat lëndë të parë kanë perime të ndryshme, miell, qumësht dhe produktet e qumështit, si djathi, gjiza, shëllira, gjalpi etj. Këto ushqime përgatiten të ziera, të pjekura, të skuqura dhe plotësisht natyrale me pak erëza të forta. Erëzat janë përdorur në sasi minimale dhe shija e tyre ka pasur bazë natyrore, kështu edhe aroma e ushqimit ka qenë plotësisht natyrale.

Me këtë rast po cek se të gjitha këto ushqime tradicionale me profesionalizëm janë përgatitur, si: të gjitha llojet e byrekut, pastaj ëmbëlsirat orientale, të cilat me të vërtetë sot nuk kanë vend për një dietë të shëndetshme, por dikur njerëzit kishin nevojë për energji, në një kohë kur nuk ka pasur makina, por të gjithë punët kryheshin me dorë. Kështu këto lloje të ushqimeve, për dashamirët e ushqimit tradicional, mbeten kujtim i paharruar.

PAÇE

Koha e përgatitjes:
2 orë

Përbërësit:

Mish viçi me eshtra
200 gramë gjalpë
Kripë
Erëza “Vegetë”
3-4 thelb hudhër
2 lugë gjelle uthull



Përgatitja:

Mishin e ziejmë në një enë me ujë. I hidhet kripë dhe vegetë sipas shijes. Derisa mishi zihet, në ndërkohë përgatitim mehanen, e cila përgatitet në këtë mënyrë: Në tigan hidhet gjalpi dhe vendoset mbi shporet që të shkrihet. Kur gjalpi shkrihet, i hidhet mielli dhe fërgohet derisa mielli të skuqet.

Mishi i zier kullohet dhe me atë lëng të mishit përvëlohet mehanja dhe lihet të zihet.

Mishi i zier pastrohet nga eshtrat, copëtohet në pjesë të vogla dhe hidhet në një tenxhere. Në tenxhere hidhet kripë dhe vegetë sipas dëshirës. Në fund hidhet uthulla me hudhër.

Tërë kjo masë zihet për 30 min. Para se ta shërbejmë, në tigan shkrijmë gjalpë me pak biber të kuq dhe kjo masë hidhet përmbi paçen për zbukurim.

Ju bëftë mirë!



*Përgatiti:
Mirjeta Krasniqi -
Prizren*

¹ Miell i pjekur

SUPË BEU

Për 15-20 persona

Përbërësit:

80 gramë qepë

150 gramë gjalpë ose

150 ml vaj

5 thelba të hudhrës

150 gramë karota

3-5 lugë miell

500 gramë mish pule
ose mish të bardhë
(mund të jetë me sasi
edhe më të madhe).

1 tufë majdanoz

1 limon

kripë, piper, erëza,

nëse është e nevojshme

si alternativë mund të përdoret edhe rigon

Përgatitja:

Të copëtohen imët qepët, hudhurat dhe karota të cilat fërgohen në vaj. Gradualisht gjatë fërgimit hidhet mielli dhe lihet deri sa të marrë ngjyrë të verdhë. Kësaj mase i hidhet uji (lëngu i mishit) në të cilin e kemi zier mishin e pulës ose mishin e bardhë. Tërë këtë masë e lëmë të zihet në temperaturë të ulët për 20-30 minuta. Më pas e hedhim mishin e copëtuar dhe erëzat sipas nevojës. Së fundi shtojmë majdanozin e grimcuar. Sipas dëshirës, mund të lihet të zihet edhe 15 minuta.

Mund ta zbukuroni me majdanoz të copëtuar.

Bashkë me supën mund të shërbeni edhe limon, i cili mund të jetë i prerë në ¼ ose në copëza më të vogla. (Limonin mund ta shërbeni ose hidhjeni supës deri sa zihet).

Supa nuk duhet të jetë as shumë e trashë, as shumë e hollë.



Fot. Shehida Miftar

***Përgatiti:**
Arun Arifi, Prizren*

PASHA QOFTE

1/2 kg. mish të
bluar
1 filxhan oriz i zier
2 lugë çaji me kripë
1 lugë çaji me piper
të zi
1 tufë majdanoz

Për krem:

3 vezë
3 lugë kos
3 lugë miell
Për fërgim nevojitet
gjysmë paketimi
margarinë (ose vaj).

Përgatitja:

Mishit të bluar i shtohen të gjithë përbërësit: orizi i zier, kripa, piperi, majdanozi dhe përzier mirë derisa të krijohet një masë homogjene. Pastaj, kjo masë homogjene ndahet në topa të barabartë me

madhësi mesatare në diametër prej 2-3 cm.

Këta topa të përfituar (qoftet) i fusim në masën e përfituar nga përzierja e vezëve, kosit dhe miellit. Qoftet e lyera me këtë masë fërgohen në gjalpë të nxehtë.



Fot. Alida Miftar



Fot. Alida Miftar

*Përgatiti:
Nashide Spahiu*

QOFTE ME QEPË (QOFTE SOGANI)

Koha e përgatitjes:
2 orë

Përbërësit:

1 kg. mish të bluar
Kripë
Piper i zi
Erëza (vegët)
Uthull
1 kg. qepë
Vaj

Përgatitja:



Në mishin e bluar vendosen përbërësit: kripë, piperi i zi dhe vegetë. Përzihen derisa të fitohet një masë homogjene. Nga kjo masë formohen topa të vegjël. Qoftet (format e rrumbullakëta) valosen në miell dhe futen në uthull ku qëndrojnë 15-20 minuta. Pastaj fërgohen në vaj.

Ndërkohë qepët fërgohen për 30 minuta. Gjatë kësaj kohe i shtohen kripa, piperi i zi dhe vegetë. Pasi të fërgohen, vendosen në një enë apo tepsi mesatare, në të cilën renditen qoftet. Piqen në furrë për 20 minuta
Ju bëftë mirë!



Përgatiti:
Medija Luma-
Prizren

SARMA ME FLETË RRUSHI OSE LAKRË

Koha e përgatitjes:
2 orë

Përbërësit:

Fletë të rrushit ose të
lakrës (50 copë)

1 kg mishi bluar i
brinjëve

100 gramë oriz

2 qepë

Piper i zi

Kripë

Erëza (vegetë)

1 vezë

1 lugë piper i kuq (vetëm te sarmat me lakra)



Përgatitja:

Zihen fletat e rrushit (ose të lakrës) dhe pastaj kullohen. Pasi të kullohen u priten bishtat. Fërgohet qepa dhe pasi të largohet nga zjarri, hidhen edhe përbërësit e tjerë: mishi, orizi, kripa, piperi i zi, vegeta dhe veza. Kjo masë përziejhet dhe vendoset në fletat e rrushit (apo të lakrës) duke u mbështjellë në formë cilindrike.

Renditen në tenxhere dhe u hidhet një gotë ujë, gjalpë, vegetë dhe piper i kuq.

Zihen për 1 orë e 30 minuta. Pas zierjes renditen në një tepsi dhe futen në furrë për 30 minuta.

Shërbehet me kos.

Ju bëftë mirë!



Përgatiti :
Halil Trupaj,
fsh. Bresanë, Sharr

SPECA TË MBUSHUR – DOLLMA

Përbërësit:

1 kg mish i grirë (p.sh. i viçit)
1 qepë
3-4 domate
1 tufë majdanoz
100 gramë oriz
Sipas shijes: kripë, erëza, vegetë,
piper
1 lugë çaji spec të kuqe "Aleve"
Gjalpë
Vaj

2 patate të mesme

1 karotë

Përbërësit

Mbushja:

15 specat të madhësisë mesatare
(mund të jenë dollma, somborke,
specat të kuq ose të gjelbër)

Përgatitja:

Specave të freskët u priten bishtat.
Lahen specat dhe kullohen. Në
mishin e grirë shtohen qepët e
copëtuara, hudhra, piperi, speci i
kuq, vegeta dhe kripa sipas
nevojës. I shtohet orizi i larë,
majdanozi i copëtuar imët dhe
patatet e prera në pjesë më të vogla.



Foto. Alida Miftari

Prej domateve bëhen "kapakët",
me të cilët mbyllen specat e
mbushur. Përmbajtja e domateve
prehet imët dhe i shtohet masës së
mishit. Masa e mishit përzihet mirë
dhe me të mbushen specat e
përgatitur, të cilët në fund
mbulohen me pjesët e domateve të
prera.

Specat fërgohen në vajin e nxehtë
në secilën anë. Më pas i shtohet ujë
sipas nevojës deri sa të zihen në
kohën prej 60 minutave.

Shkrihet gjalpi në tigan, i shtohet
miell dhe spec i kuq. E vendosim
mbi shporet dhe përzihet për disa
minuta. Kjo masë e firqar hidhet në
tenxhere ku janë duke u zier
dollmat. Pas një kohe renditen në
tepsi dhe mbi to hidhet karota e
grimcuar. Tepsia futet në furrën e
nxehtë 200°C. Kohë pas kohe
tepsia rrotullohet deri sa të skuqen
specat në tërësi.



Foto. Alida Miftari

IMAM BAJËLLDI

Koha e përgatitjes :
2 orë

Përbërësit:

1 kg mish i bluar
5 patëllxhanë të zi
2 qepë
1 domate
1 tufë majdanoz
Kripë
Piper i zi
Erëza (vegetë)



Përgatitja:

Patëllxhanët priten në formë të rrathëve dhe futen në ujë me pak kripë për 10 minuta dhe me pas kullohen në letër kuzhine.

Fërgohet mishit me qepë dhe pasi largohet nga zjarri i hidhen përbërësit (kripa, piperi i zi, vegeta, domatja, majdanozi).

Patëllxhanët fërgohen në vaj në të dy anët dhe pastaj renditen në një enë të rrumbullakët duke formuar një shtresë, sipër i hidhet gjysma e mishit me përbërësit. Sipër mishit formohet edhe një shtresë tjetër me

patëllxhanë e cila mbulohet me masën e mbetur të mishit.

Futet në furrë për 30 min.

Shërbehet me kos e hudhër.

Ju bëftë mirë!



Përgatiti:

Sherife Vukshinaj- Prizren

TAVË PRIZRENASE

Koha e përgatitjes:
4 orë

Përbërësit:

2 kg mish viçi me eshtra
½ kg patëllxhanë (të zi)
½ kg bamje
1 kg domate
5 qepë
Kripë, piper i kuq
Erëza (vegetë)
Gjalpë.



Përgatitja:

Hidhet gjalpi në tigan, në një tenxhere. Pasi shkrihet gjalpi, hidhet mishi që të fërgohet. I hidhen qepët e grira, patëllxhanët e zi, bamjet, domatet dhe të gjithë përbërësit e tjerë.

Fërgohen mbi 30 minuta, derisa të formohet masa homogjene dhe e gjithë masa vendoset në enën prej dheu (tavën) e cila futet në furrë në temperaturë 150 gradë, kohë pas kohe me kujdes përzihet masa dhe mbulohet me foli.

Shërbehet me ajran (dhallë). Ju bëftë mirë!



Përgatiti: Drita Vukshinaj – Prizren

TAVË ELBASANI

Koha e përgatitjes : 2 orë

Përbërësit:

1 – 2 kg mish (qengji) ,2 lugë gjelle gjalpë, 3 vezë, 3 gota kos
2 lugë gjelle miell, 1 lugë kripë

Përgatitja:

Nëse vendosni të gatvani me mish qengji, mishi i qengjit nuk zihet, por piqet drejtpërdrejt, ndërsa mishi i dashit së pari duhet të zihet. Mishi copëtohet në thela dhe vendoset në tepsi, sipër i hidhet gjalpi dhe futet në furrë ose në tavë me rrymë. Herë pas here i shtohet ujë që të mos thahet. Pasi të piqet, largohet nga furra.

Në një tigan ngrohim pak gjalpë dhe shtojmë pak miell derisa të zverdhet, por jo të skuqet. Kësaj mase i shtojmë lëngun e mishit të pjekur. Derisa ky lëng i fituar vlon, e përziejmë derisa fitojmë një salcë të trashë. Hiqet nga zjarri, ftohet dhe pastaj i shtohen kosi, vezët, kripa dhe përzihen mirë. Në tavë hidhet pak oriz i zier, radhiten thelat e mishit. Përmbi hidhet masa



e përgatitur, pak gjalpë dhe piqet në furrë.

Nëse gatvani mishi dashi, zieni mishin rreth 10-15 minuta. Derisa mishi zihet përgatitni një tenxhere ku do rrihen vezët duke i shtuar miell, kos, gjalpë dhe kripë. Në fund i shtojmë edhe lëngun e mishit të zier.

Copat e mishit vendosen në tavë, mbi to hidhet masa e përgatitur dhe gjalpi i freskët. Piqet në furrë derisa në sipërfaqe të krijohet një cipë e kuqe.

Shërbehet me kos. Ju bëftë mirë!

Përgatiti:

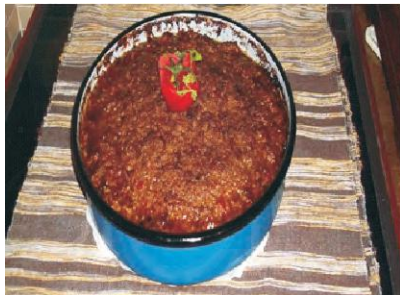
Valbona Humaduna -

MUSAKA PRIZRENASE

Koha e përgatitjes : 2 orë e gjysmë

Përbërësit:

2 kg mish të bluar, ½ kg presh
30 gramë gjalpë, 1 domate,
1 tufë majdanoz, kripë, piper i zi,
vegjetë



Përgatitja:

Fërgohet mishi me gjalpë dhe pas 15 minutave hedhim presh të grimtuar, kripë, vegetë dhe piper të zi. Gjatë gjithë kohës sa fërgohet, përzihet mirë me lugë druri për 1 orë. Para se t'i heqim nga zjarri, në tigan hedhim domatet dhe majdanozin e grimtuar. Futet në furrë për 30 min.

Shërbehet me sallatë, turshi e kos.

Përgatiti:

Sadije Gurrizi- Prizren

FLIJA

Përbërësit:

3kg miell
2 litra ujë
2 lugë kripë
2 kavanoza me mazë
500 gramë gjalpë

Përgatitja:

Flija e përgatitur me saç është specialitet i kuzhinës tradicionale shqiptare, por që kryesisht gatuhet në vende malore. Flija është specialitet që përgatitet në mbarë

Kosovën, sidoqoftë me variacione rajonale. Brumi i flisë duhet të piqet rende – rende, veç e veç secilin rend duhet pjekur me saç të nxehur në prush.

Pasi që të vendoset një rend i brumit në tepsi, mbi të duhet të vendoset saçi i nxehur. Çdo rend i flisë duhet të lyhet përsipër me mazë të shkrirë.

Flija shërbehet me kos, turshi, djathë, mjaltë.



Ju bëftë mirë!

*Përgatiti:
Shkendije Nezaj, fshati
Romajë – Has, Prizren*

Foto: Alida Miftari

FLIJA E MISRIT (KOLLOMOJTË)

Përbërësit:

3kg miell misri
2 litra ujë
2 lugë kripë
2 kavanoz maze
500 gr. gjalpë
1 kg presh
½ kg gjizë

Përgatitja:

Flija e përgatitur me saç është specialitet i kuzhinës tradicionale shqiptare, por që kryesisht gatuhet në vende malore. Flija është specialitet që përgatitet në mbarë Kosovën, me variacione rajonale. Brumi i flisë duhet të piqet rende-ende, individualisht me saç të nxehur në prush.

Pasi që derdhet një rend i brumit në tepsia, mbi të duhet të vendoset saçi i nxehur. Çdo

rend i flisë duhet të lyhet përsipër me mazë të shkrirë.

Në mes të masës së tepsisë qitet masa e përzhitur e preshit me gjizë.

Flija shërbehet me kos, turshi, djathë, mjaltë.

Ju bëftë mirë!



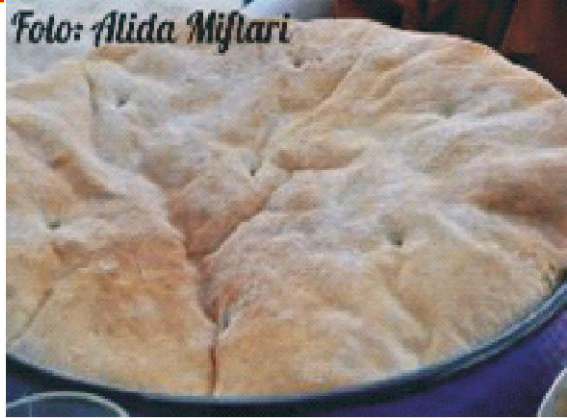
Përgatiti:

Nazife Nezaj, fsh.Romaj- Has

BUKË E PJEKUR ME SAÇ

Përbërësit:

1 kg miell
20 gramë maja e freskët
(tharmë buke) ose 2 lugë të
kafesë maja, pluhur
(tharmë buke)
1 lugë e supës me kripë
2 lugë e supës me vaj
1 lugë e supës me sheqer



Përgatitja:

Shkrihet maja e bukës (tharmi) në pak ujë të vakët. Shtohet aty edhe pak miell, sa të bëhet një qull i trashë.

Në një enë përzihet mielli me kripë, bëhet në mes një gropëz ku i hidhet sheqeri, vaji, maja (tharmi i bukës) dhe uji i vakët. Nga kjo masë krijohet një brumë i butë dhe elastik. Mbulohet me një leckë dhe lihet në një vend të nxehtë që të fryhet për 1 orë.

Mandej brumi ngjeshët pak me miell dhe lihet mbi një leckë për gjysmë ore që të vjen (fryhet). Në vazhdim vendoset në tepsi dhe piqet nën saç në temperaturën rreth 200 gradë për 15-20 minuta.



Foto. Alida Miftari

Përgatiti:

Nazife Nezaj, fshati Romajë, Has-Prizren

BYREK I ZIER

Përgatitja:

Koha e përgatitjes:
80 minuta

Përbërësit:

1kg miell
Majë (tharmë) e kripë
Ujë të vluar sipas nevojës
Pak vaj për lyerje
Gjalpë për shije



Foto. Alida Miftari

Përgatitja:

Mielli dhe kripa përziejnë në një enë. I hedhim ujë të sapo vluar sipas nevojës. Nga kjo masë përgatitet brumi. Brumi përgatitet mirë me dorë, pastaj lihet për rreth 15-20 minuta. Brumi ndahet në pjesë, topa, 2 X 6, në atë sasi që kur të shtrihen në tepsia të formohet një petë. Para se të vendoset peta e parë, lyhet tepsia me vaj. Lyhet edhe secila petë që vendoset në tepsia. Pra, secila lyhet edhe me gjalpë. Korja e hapur vendoset në tepsia dhe lyhet me vaj. E njëjta gjë përsëritet me gjashtë topa të tjerë. Atëherë vihet në tepsia ku janë vendosur koret (petët) e mëparshme. Korja (peta) e fundit lyhet me vaj. Piqet në furrë me temperaturë në 250 ° C

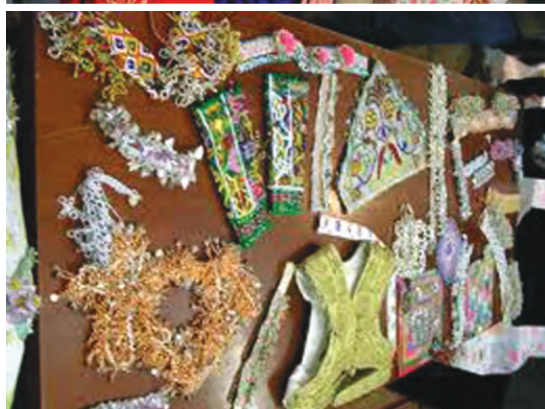


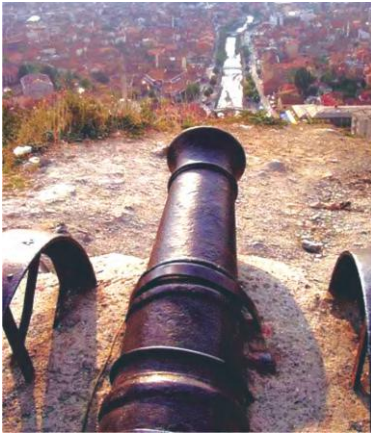
Foto. Alida Miftari

deri sa të marrë ngjyrë të artë. Pitja e pjekur nxirret nga furra dhe copëtohet. Pitja e copëtuar mund të spërkatet me gjalpë i cili më parë ishte shkrirë në shporet. Përzieni dhe do ta shërbeni të shoqëruar me djathë, kos ose qumësht.

Përgatiti:

Ziza Miftari, Prizren





KOLLPITE ME MISH TË BLUAR

Përbërësit:

500 gramë miell

2 lugë vaj

ujë të vakët

kripë

Filli:

400 gr. mish i grirë

1 qepë

vaj, kripë, piper i zi

gjalpë ose gjalpë shtëpie

Përgatitja:

Filli: Prehen qepët në copëza të imta dhe fërgohen me yndyrë deri sa të skuqen. Kur fërgohen qepët i hedhim mishin, piperin e zi, kripën dhe të gjitha këto fërgohen së bashku.

Brumi përmban miell, vaj, pak kripë dhe ujë të vakët. Të gjitha këto përzihen dhe fitohet brumi. Brumi për pite përgatitet (ngjishet) me dorë derisa nuk ngjitet për duar. Brumin e përgatitur e vendosim mbi tavolinë dhe e ndajmë në pjesë të barabarta 2-3 pjesë.

Çdo pjesë brumi gatuhet ndaras deri sa të zbutet dhe lihet të pushojë deri në 30 min. Pjesët hapen (shtrihen) mbi tavolinë me një madhësi të dëshirueshme. Hidhet mishi në petën e hapur të fituar nga brumi dhe spërkatet me gjalpë. Peta mbështillet në formë të rumbullakët, vendoset në tepsitë në formë rrethi duke filluar nga mesi i tepsisë. Kështu vepron derisa të mbushet e tërë tepsia. Kur të kryhet ky veprim, përsipër e lyejmë me gjalpë dhe e vendosim për ta pjekur në furrë të nxehtë 200 °C. Nëse e dëshirojmë piten më të butë, e spërkasim me ujë sa është pitja e nxehtë.

Mundësia (alternativa):

Kollpitja mund të përgatitet edhe me:

(a) me patate të bluara (mendoj kur patatet gërryhen), qepë, kripë, piper të zi;

(b) me djathë e vezë;

(c) me spinaq e me djathë;

(d) me lakra;

(e) me kungull; etj.



Foto. Alida Miftari



Foto. Alida Miftari

Përgatiti:

Mersimka Fejzi (fsh. Manastiricë), Prizren

MANTIA PRIZRENASE

Koha e përgatitjes:
1 orë e 10 min

Përbërësit:

1 kg miell
2 gota ujë të vakët
2 lugë vaj
600 gramë mish i grirë
3 qepë të mëdha
Pak kripë për brumin,
(sipas dëshirës)
Kripë, vaj dhe piper i zi



Përgatitja:

Në tavolinë ose në tepsi hidhet miell, ujë i vakët, vaji, kripa dhe përzihen. Nga brumi i formuar bëhen 30 kuleç të vegjël. Secili kulaç zmadhohet me holluese sa shuplaka e dorës. Lyhen kuleçtë me gjalpë dhe bashkohen në dhjetëshe. Secila dhjetëshe hollohet në një petë të madhe dhe të tri petët bashkohen në një petë të vetme. Peta ndahet në katrorë shahu.

Për mbushjet e katrorëve nevojiten mish i grirë, qepë të grira hollë, kripë dhe piper i zi. Masa e përgatitur skuqet në vaj dhe në fund të skuqjes i hidhet pak piper i kuq për ngjyrë. Masa duhet të lihet të ftohet dhe më pas, me këtë masë të fituar, mbushen katrorët e përgatitur nga brumi.

Çdo katrorë mbështillet në diagonale nga të katër anët. Në renditje sipas dëshirës i vendosim në tepsi dhe kjo është e gatshme për t'u pjekur. Mantia piqet gjysmë ore. Pasi që është pjekur mbulohet me një pecetë për 10 min.

Shërbehet me kos.
Ju bëftë mirë!

Përgatiti: Xhylnaze Kabashi, Prizren

PETULLA

Përbërësit:

2 kg miell
Pak kripë
Tharm buke
Ujë
2 l vaj

Përgatitja:

Në një enë të thellë vendosni miell, kripë dhe tharm buke. Duke përzier i shtohet ujë i nxehtë.



Foto. Shehida Miftari



Foto. Shehida Miftari

Nga kjo masë fitohet brumi homogjen. Pasi ta fitojmë brumin e dëshiruar, e lëmë të pushojë për një kohë. Kur brumi është gati, e marrim dhe e ndajmë në copa të vogla dhe i japim formën e dëshiruar. Më pas i hedhim në vaj të nxehtë dhe fërgohen në të dyja anët për disa minuta.

Kur të skuqen mirë, vendosen në një enë.

Petullat zakonisht përgatiten për mëngjesin e parë të martesës, për dhëndrin dhe nusen. Ato shërbehen me sherbet.

*Përgatiti: Aziza Šefitagić
(fsh. Lubinje e Poshtme),
Prizren*

KROFNE

Përbërësit:

3 vezë
2 dl. vaj
2 dl. qumësht
Pak kripë
Pak sheqer
1 lugë e vogël uthull molle
1 kg miell
1 deri në 1.5 litër vaj për fërgim
Sheqer pluhur për zbukurim



Foto. Alida Miftari

Përgatitja:

Në një enë të thellë vendosen e bardha dhe e kuqja e vezëve. Ato përzihen mirë me lugë. Gjatë përzierjes i shtojmë sheqer, kripë, vaj, qumësht dhe uthull molle. Kur përbërësit janë të bashkuar mirë, i hedhim miell dhe maja (tharmë buke). Pastaj përgatitet një brumë i butë i cili nuk duhet të ngjitet për rrethin e enës. Ena me këtë brumë mbulohet me një leckë dhe lihet të pushojë. Kohë pas kohe përzihet edhe disa herë deri në përgatitje të krofneve. Brumi derdhet mbi tavolinë, hapet (shtrihet) dhe prehen rumbullaket me gotë (apo forma i jepet sipas dëshirës) dhe lihen pak të fryhen. Pastaj fërgohen në vaj të nxehtë.

Në një tigan të thellë derdhet vaji dhe nxehet (vaji nuk duhet të nxehet shumë shpejt, sepse me vaj të nxehur shpejt, krofnet nuk fryhen).

Krofnet hidhen në vajin e nxehtë dhe fërgohen për disa minuta në dy anët.



Foto. Alida Miftari

Përgatiti:

Ziza Miftar-PRIZREN

PITAJKA (PITALKA) TË RAMAZANIT

Koha e përgatitjes: 2 orë

Përbërësit:

500 gr miell

Kripë (sipas shijes)

1 paketë tharm /10gr (kvasac)

Ujë

Filli:

Masa me gjizë dhe mish – Qitet në mes të pitajkave (pitalkave).

Gjiza, vezët, gjalpi, kopra – përzihen të gjitha së bashku .

Mishi, qepët, vezët, majdanozi – së pari fërgohet mishi dhe më pas përzihet me pjesët tjera përbërëse.

Përgatitja

Në enë qitet uji, kripa, tharmi dhe mielli. Fitohet një masë brumi jo shumë e fortë dhe lihet për 50 minuta në temperaturë të dhomës. Pas 50 minutave, nga masa homogjene marrim pjesë nga brumi me nga 250-270 gramë.

Pas ndarjes së brumit, copat e brumit bëhen në forma të rumbullakëta dhe renditen në një dërrasë ku qëndrojnë për rreth 30 min.



Më pas me anë të dorës u jepet forma, ku mesi duhet të jetë i hapur (ashtu si e shihni në foto). Mesi i pitajkës (pitalkës) zbukurohet me vija katrorë dhe susam të zi.

Sipas dëshirës i vendoset në mes masa prej gjize ose mishi.

Piqen në furrë që nxeht me dru për 7-10 min.

*Përgatiti: Fatmir Çuni –
Furra “ORTAKOLL”*

QAHIA

Koha e përgatitjes:

1 orë e 30 min

Përbërësit:

Miell

1 filxhan ujë

1 filxhan qumësht

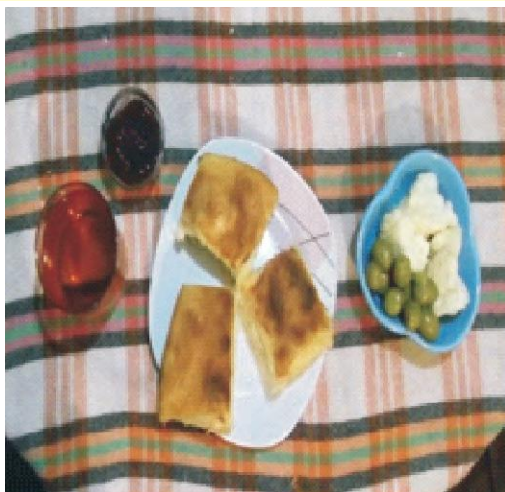
4 vezë

Kripë

Gjizë-djathë

Gjalpë

1 paketë tharm i bukës /10gr
(kvasac)



Përgatitja:

Në një enë hidhet një filxhan i madh i mbushur me ujë, një filxhan me qumësht, pak vaj, kripë, tharm buke, hidhet edhe mielli dhe përzihet derisa të formohet një masë homogjene.

Lihet që brumi të dyfishohet për 20 min, pastaj merret masa dhe ndahet në 16 pjesë të vogla dhe të njëjtat shtrihen (hapen) me okllagi (t'hollues) derisa marrin formë të petës së rrumbullakët, pastaj palosen njëra mbi tjetrën (4 prej tyre) të cilat lyhen me gjalpë. Pas petës së katërt shtrihet masa prej gjize-djathi. Kështu vazhdohet derisa i vendosim në tepsi të 16 petët.



Pritet në katrorë dhe futet në furrë të piqet në temperaturën prej 200 C.

Shërbehet me ajran (dhallë) ose turshi. Varësisht sipas kohës kur përgatitet.

Ju bëftë mirë!

Përgatiti :
Ferdije Kryeziu –
Arbanë, Prizren

JUFKA/ TERHANI

Përbërësit:

1 litër qumësht,
10 vezë,
Kripë,
Miell- sipas nevojë

Përgatitja:

Vezët rrihen në një enë ku qitet qumështi, kripa. Shtohet mielli

kohë pas kohe, përzihet deri sa të formohet masa e duhur e brumit.



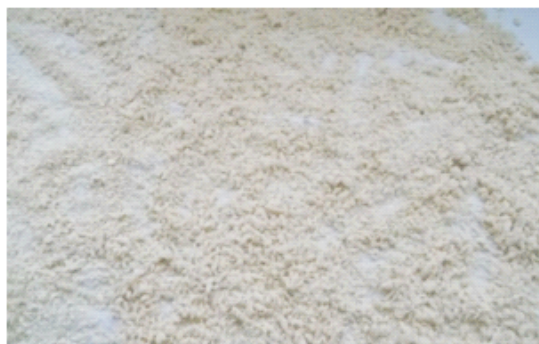
Brumi ndahet në pjesë të vogla dhe u japim formën e rumbullakët. Atë palosen me një tepsi dhe me okllagi (t'holluese), hapen (shtrihen) dhe thahen në diell.



Brumi i terhanës (petët) tash bëhen më të forta. Kalohen nëpër shoshë



prej nga fitohen grimca të formave të ndryshme, të cilat, prapë thahen në diell. Ju bëftë mirë!



Përgatiti:
Sabrije Qyse, Prizren

KAÇAMAK

Përgatitja:

prej 60 - 90 minuta

Përbërësit:

1 litër ujë

1 kg miell misri

Gjalpë

Përgatitja:

Hidhet ujë në një

tenxhere dhe vendo-

set mbi shporet që uji

të vlojë. Kur uji fillon të vlojë, shtoni kripë dhe zvogëloni temperaturën.

Në këtë kohë në tenxhere hedhim miell gradualisht dhe vazhdimisht

përzieni me një lugë druri. Kaçamaku zihet derisa luga e drurit nxirret

nga mesi i tenxheres dhe në të nuk mbetet shenjë në skajet e poshtme.

Në një tigan të veçantë shkrihet gjalpi sipas dëshirës dhe gjalpi i nxehtë

hidhet mbi kaçamak dhe përzihet mirë.



Foto: Alida Miftari



Foto: Alida Miftari

Përgatiti:
Arzija Batijari, Prizren

LAKROR MISRI

Përbërësit:

4 vezë
3 gota miell misri
3 gota kos
Miell të bardhë
2 gota kos/jogurt
2 gota qumësht
1 gotë vaj
2 pluhur bakin
Kripë për shije
Lakër, spinaq,
djathë, presh
(prasë)



Foto: Alida Miftari



Foto: Alida Miftari

Përgatitja:

Së pari, lani spinaqin, e preni atë në copa të vogla dhe e leni të kullohet nga uji i tepërt.

I rrihni vezët, i shtoni qumështin, kosin, kripën, miellin e misrit, miellin e grurit, pluhurin bakin, vajin dhe të gjitha këto i përzieni mirë me të gjitha mëlmesat dhe

mund të futet edhe djathi, apo sipas dëshirës: spinaq, lakër, prasë etj..

Piqet në furrë të nxehtë në temperature prej 170 ° C deri sa të fitohet një ngjyrë ari.

Shërbehet e ngrohtë me një filxhan kos.

Mund ta piqni edhe në forma të ndryshme si në foto nr .1



Përgatiti:

*Ljutvije Nimani
(komuna Dragash), Prizren*

SALLATË ME SPECA

Përbërësit:

3-4 specat të nxehtë pak kripë
pak piper të zi, pak vaj,
pak uthull, një majdanoz,
një gjysmë domate
për zbukurim.



Foto. Alida Miftari

Përgatitja:

Piqen specat, ftohen dhe
qërohen. Kombinojmë vajin,
uthullën, kripën dhe piperin dhe
i hedhim mbi specat. Këtë sallatë
kur ta shërbejmë e zbukurojmë
me majdanoz dhe domate.
Kjo sallatë është e përgatitur
zakonisht gjatë vjeshtës, sepse
është sezona e specave.

Kjo sallatë është një pjesë e
pashmangshme e një vakti (racioni).

*Përgatiti: Dijana Ademović
(fsh. Ljubinjë e Epërme), Prizren*

SALLATË ME KAROTA DHE SPECA DJEGËS



Foto. Alida Miftari

Përbërësit:

500 gr. karota
2-3 thelba hudhër
3-4 spec djegës
1 lugë gjelle vaj ulliri (ose vaj
të zakonshëm)
1 lugë gjelle uthull, molle e
aromatizuar (gjithashtu në
mënyrë tipike)

Përgatitja:

Karotat pastrohen dhe
grimcohen. I shtojmë kripë
dhe i lëmë ta marrin kripën dhe të zbuten. Gjatë kësaj kohe, thelbat e
hudhrës dhe specat grimcohen imët, kriposen dhe u hidhet vaji, uthulla e
mollës, piperi sipas shijes. Preferohet të qëndrojnë gjysmë ore për ta
marrë shijen.

*Përgatiti: Dijana Ademović
(fsh, Ljubinjë e Epërme), Prizren*

HALLVË

Përgatitja: 20 minuta

Përbërësit:

100 gramë miell

100 gramë sheqer

100 gramë gjalpë ose

gjalpë shtëpi

1 sheqer vanilje

arra për spërkatje

(alternativë)



Foto: *Shehida Miftari*

Përgatitja:

Shkrihet gjalpi ose gjalpë

shtëpie. Kur shkrihet gjalpi,

shtoni miellin dhe përziejeni

me një lugë druri derisa mielli të marrë

ngjyrën kafe të butë, diku për rreth 10

minuta. Kur mielli është i gatuar, shtoni sheqer, sheqer pluhur

(vanilje) dhe ujë. Përzihet edhe disa minuta. Hallva hiqet nga ena me

lugë dhe vendoset në një pjatë, sipër mund t'i hedhim arra të grira

imët. (për versionin modern, hallvës mund të shtoni pluhur kokosi

apo rrush të tharë).

Hallva është një nga ëmbëlsirat më të vjetra tradicionale që janë

përgatitur për festat e Bajramit dhe festave tradicionale familjare.

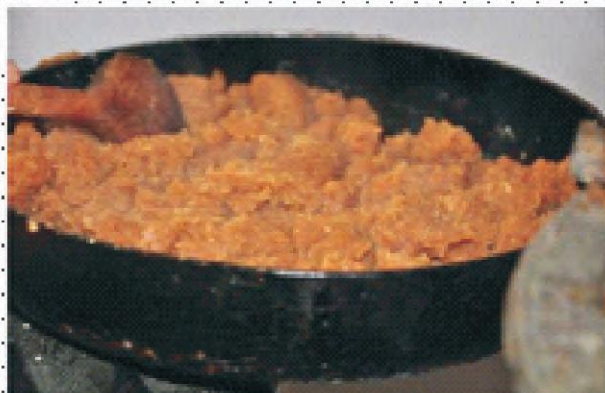


Foto: *Shehida Miftari*

Emri i ëmbëlsirës

"Hot" vjen nga

fjala arabe "hallva"

që do të thotë

ëmbël.

Përgatiti:

Salhida Fejzi

fsh. Manastiricë,

Prizren

KADAIF

Përbërësit:

1 kg kadaif
300 gramë arra të bluara
100 gramë margarinë



Foto. Alida Miftari

Përgatitja:

Së pari bëjeni sherbetin. Ujit i shtohet sheqeri dhe zihet. Kohë pas kohe përzihet, i shtohen copat e limonit dhe zihet derisa limoni e ndërron ngjyrën. Ky aktivitet mund të zgjasë për rreth 30 min. Tepsia lyhet me gjalpë. Gjysmën e kadaifit e vendosim në tepsi (e shtrijmë kadaifin në tërë sipërfaqen e tepsisë). Mbi kadaif vendosim arrat e bluara, kurse mbi arra vendosim edhe

Materiali për sherbet:

1.5 kg sheqer
2 litra ujë
1 sheqer vanilje
4 thela limoni



Foto. Alida Miftari



pjesën tjetër të kadaifit. Gjalpi i prerë në copa të vogla vendoset mbi kadaif. Kadaifi piqet për rreth 1 orë në temperaturë 180 ° C. Kur kadaifi është i pjekur, e nxjerrim nga furra dhe hedhim mbi kadaif pjesën tjetër të arrave të mbetura. Në fund ia hedhim edhe sherbetin. Sherbeti i hidhet i ftohtë.

Përgatiti:

Anisa Ahmeti, Prizren

PJESHKË (KISSES)

Përbërësit:

3 vezë
2 dl. vaj
2 dl. kos ose qumësht
200 gramë sheqer
1 sheqer vanilje
Miell sipas nevojës
Pluhur pjekjeje

Përgatitja:

Me tel dore lehtë rrihen vezët dhe sheqeri.

Gradualisht shtoni vaj dhe vazhdoni t'i rrihni derisa të përzihen mirë.

Në masën e përzier shtoni pak qumësht dhe sheqerin vanilje. Përzihet masa vazhdimisht derisa të gjithë përbërësit janë të kombinuar mirë. Në vijim shtoni miell dhe pluhur pjekjeje. Kur të gjitha përzihen mirë, e marrim këtë masë dhe e ngjeshim derisa e përfitojmë një brumë të butë që nuk ngjitet për duar (gishta). Nga brumi i përfunduar këpusin copa brumi dhe i gatujmë në formë të topave të vegjël. Mesi i këtyre topave nga brumi duhet të jetë më i fryrë.

Vendosini në tepsinë e lyster me yndyrë për t'i pjekur. Është e këshillueshme të mbulohen me letër pergamenë dhe i fusni në furrë për t'i pjekur në temperaturë 220°C, derisa të marrin ngjyrë të artë.

Përgatitni dy enë. Në njërën qitni 200 ml qumësht (gradualisht shtoni më shumë nëse është e nevojshme), shtoni një ekstrakt vanilje ose luleshtrydhe. Në këtë masë të fituar (sipas dëshirës) i ngjyeni njëherë në

një anë si dhe pastaj edhe në anën tjetër.

Mbushini me marmelatë, por kujdes mos t'ju dalë marmelata anash.

Në enën tjetër qitni sheqer dhe miell kokosi (sipas dëshirës). Ëmbëlsirat e gatshme duhet valosur në këtë masë dhe ato janë të gatshme për t'u shërbyer.



Foto: Shehida Miftari

Foto. Shehida Miftari



TAMBËLORIZ (SYTLIAÇ)

Përbërësit:

1 litër qumësht, 1 litër ujë
400 gramë oriz, 7 lugë sheqer
Kanellë (alternativë)

Përgatitja:

Orizi lahet në ujë të rrjedhshëm, vendoset në tenxhere. Në tenxhere hedhim ujë vetëm sa të mbulohet orizi. Vendoset mbi shporet për ta zier orizin. Vazhdimisht përzihet me lugë që të mos ngjitet. Kur uji shteret, i shtohet qumësht dhe kohë pas kohe përzihet që të mos

digjet (ngjitet). Kur orizi është zier e qumështi është trashur, shtoni sheqerin dhe vanil sheqerin. Përzijeni për disa minuta deri sa të shkrihet sheqeri. Tambëlorizi është I gatshëm për t'u shërbyer në pjata. Tambëlorizi mund të zbukurohet me kanellë.



Foto: Alida Miftari

Përgatiti: Afërdita Arifi-Prizren

SHEQERPARE

Koha e përgatitjes: 2 orë

Përbërësit:

½ kg gjalpë, 2 lugë kos, 1 vezë,
1 pluhur bakin, 1 lugë kafeje sodë buke.

Sherbeti:

1 litër ujë dhe 1 kg sheqer

Përgatitja

Gjalpi shkrihet në tenxhere. Pasi të shkrihet, largohet nga zjarri. I hidhet mielli, pastaj 1 vezë, 2 lugë kos, pluhuri bakin dhe soda e bukës. Nga këta

përbërës fitohet një masë homogjene (brumi) e cila duhet të jetë e butë dhe të mos ngjitet për duar. Kësaj mase (brumit) i japim formën e petës dhe e vendosim në teps. E fusim në furrë për ta pjekur në temperaturë 200° C. për 45 min. E nxjerrim nga furra dhe i hedhim sherbetin të nxehtë që të jenë edhe sheqerparet të nxehta.

Ju bëftë mirë!



HURMASHICË

Koha për përgatitje:

30 minuta

~ 55 copë

Përbërësit:

3 vezë

3 filxhanë vaj

1 filxhan qumësht (kos)

3 gota sheqer

1 pluhur bakin

Miell sipas nevojës

Për sherbet nevojitet:

11 gota sheqer

13 gota ujë

Limon

Përgatitja:

Paraprakisht përgatitet sherbeti: sheqeri dhe uji hidhen në një tenxhere dhe vendosen mbi shporet për t'u zier (tenxherja është mirë të mbulohet me kapak që të zihet më shpejtë).

Shtohen thelat e prera të limonit. Pasi të përgatitet sherbeti, lihet për t'u ftohur.

Brumi :

Me tel rrihen vezët dhe sheqeri, pastaj shtohet vaji ku vazhdon rrahja me tel dore. Në fund shtohet

mielli dhe pluhuri bakin. Nga gjithë kjo masë gatuhet brumi i cila nuk duhet të ngjitet në duar. Nga brumi këputen pjesët e vogla, për afërsisht sa kokrrat e arrës. Me dorë u jepet forma e rumbullakët e pastaj me t'holluese (oklagi) shtrihen dhe renditen në tepsinë e lyer me vaj. Piqen deri sa të skuqen në temperaturë prej 200 °C.

Sa janë të nxehta u hidhet gjysma e sherbetit. Pas 15 minutave i hidhet edhe pjesa tjetër e sherbetit.



Foto. Shehida Miftari



Foto. Shehida Miftari

TESPISHTJA

Materiale (për brumë):

2 gota qumësht i zier
250 gramë gjalpë margarinë
3 gota miell
150 gramë arra të bluara
1 vezë

Material për sherbet:

2 gota sheqer
2 gota ujë

Përgatitja:

Në tenxhere në fillim i hedhim



Foto. Alida Miftari

dy gota qumësht dhe i vendosim mbi shporet. Pasi fillon të zihet qumështi, i shtojmë gjalpë dhe pastaj gradualisht miellin. I lëmë të zihen në avull për rreth 15 minuta, përderisa të fitohet



Foto. Alida Miftari

një masë homogjene (brumi bashkohet mirë). Brumin e nxehtë e derdhim në tepsia nr. 40. I shtojmë 1 vezë dhe arrat e bluara. Brumi shtrihet në tepsia në një kore të hollë që mund të pritet në copa të vogla. Ëmbëlsira piqet fillimisht në 250 ° C dhe pastaj në 150°C, diku rreth 45 minuta. Pasi të piqet e nxjerrim nga furra dhe i derdhim sherbetin e nxehtë mbi ëmbëlsirën. Tespishtja shërbehet e ftohtë. Ju bëftë mirë!

Përgatiti:
Vezira Emrush, Prizren

BAKLLAVA

Përbërësit:

8 vezë si tërësi, 2 të kuqe vezësh, 1gotë kos, 1 gotë vaj, gjysmë gote qumësht, pak kripë, 1 grusht sheqer, nisheste dhe miell sipas nevojë.

Nga këta përbërës përfitohet një masë homogjene (brumi). Në vazhdim brumi

ndahet në pjesë të vogla të rrumbullakëta të cilat hapen me nisheste që të dalin sa më të mira. Pasi të kryhet ky veprim nga pesë kuleç të tillë palosen njëra mbi tjetrën dhe hapen me madhësi sa tepsia. Mbi vendosen arrat e bluara. Mandej renditet gjysma tjetër e petëve, prehet në forma të ndryshme (sipas dëshirës). Mbi atë shtihet gjalpi dhe futet në furrë për t'u pjekur. Piqet 3-4 orë në temperaturë 120 ° C. deri sa të skuqet çdo petë.

Në fund i derdhet sherbeti i nxehtë, kurse bakllava shërbehet e ftohtë.



Sherbeti

1.200 gram sheqer, 1 litër ujë.

*Përgatiti:
Drita Mustafa
Prizren*

ËMBËLSIRË ME KULLOSHTËR (SERAVNIK)

Përbërësit

2 litra qumësht

kulloshtër

5 vezë

8 lugë sheqer

Përgatitja

Në një enë me tel dore rrihen vezët së bashku me sheqerin.

Gradualisht i shtohet qumështi kulloshtër.

Pasi të përgatitet kjo masë, hidhet (derdhet) në tepsitë. Futet në furrë për t'u pjekur. Piqet deri sa të marrë një ngjyrë ari.

Qumështi kulloshtër është qumështi që merret nga lopa në ditët e para pasi ka pjellë. Për dallim nga qumështi i zakonshëm, kulloshtër është më e trashë dhe ka një ngjyrë në të verdhë.

Ëmbëlsia me kulloshtër është një nga ëmbëlsirat që është përgatitur në të kaluarën e sotë gati është harruar.



Pasi kjo ëmbëlsirë lidhet me rritjen e bagëtisë, dita kur është gatuar është shndërruar në festë familjare. Shpesh kjo festë ka reflektuar edhe te të afërmit, shokët dhe fqinjët.

Sipas fjalëve të autorit, ëmbëlsira me kulloshtër është përgatitur një herë në vit, pasi lidhet me kohën kur pjell lopa. Më tej thuhet se kjo ëmbëlsirë me kulloshtër ka qenë si shkak ku familjarët, shokët, miqtë apo edhe fqinjët kanë biseduar dhe kanë paraqitur idetë e tyre, dëshirat, të arriturat. Janë shkëmbyer tregime të ndryshme të shoqëruara me këngë e muzikë deri në orët e vona të natës.



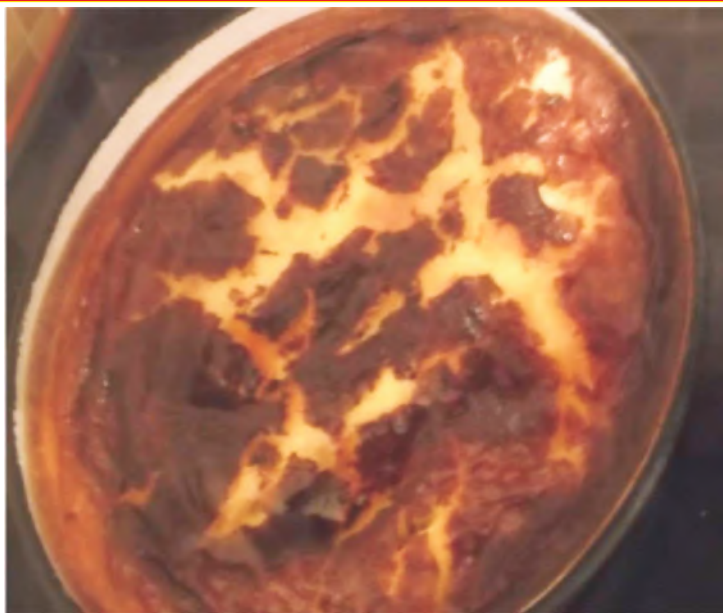
Foto. Alida Miftari

Përgatiti:

Ramiza Smailji

fsh. Mushnikovë, Prizren

KAJMAKQINË



Përbërësit:

8 vezë
8 lugë gjelle sheqer
1litër qumësht
3 lugë gjelle miell ose nisheste

Sherbeti:

300gramë sheqer
2 dl. ujë

Vezët i tundim mirë me sheqer dhe miell, pastaj ua shtojmë qumështin pak nga pak duke i përzier vazhdimisht. Këtë masë e derdhim në tepsi të nxehtë, të lyer me vaj. Kajmakqina piqet në temperaturë maksimale 30 – 40 min. Pasi të skuqet mjaft, e nxjerrim nga furra dhe ia derdhim sipër sherbetin i cili është vluar paraprakisht për 5 min. Kjo ëmbëlsirë shërbehet e ftohtë.

Ju bëftë mirë!

*Përgatiti:
Miradije Berisha*



MIRIS ZABORAVLJENIH JELA PRIZRENA



“Miris zaboravljenih jela”

Autor projekta: Alida Miftari

Projekat sprovodili:

Drita Vukshinaj, koordinator projekta

Alida Miftari, pomoćnik koordinatora

Nafije Bytyqi, administrativni asistent

Fotografije:

Alida Miftari,

Drita Vukshinaj,

Šehida Miftari,

Volonteri organizacije

“Žene za žene sa invaliditetom” iz Prizrena

Tiraž:

150 primeraka

Štampanje:

“Blendi” - Prizren

Projekat je sproveden uz finansijsku podršku

Kulturnog nasleđa bez granica

(Cultural Heritage without Borders, CHwB)



SADRŽAJ

II. UVOD

1. SADRŽAJ, 2
2. UVODNA REČ AUTORA PROJEKTA
3. UVODNA REČ AUTORA PROJEKTA, 5
4. O HRANI, 6

II ČORBE

5. PAČA, 7
6. BEGOVA ČORBA . 8

III. GLAVNA JELA

7. PAŠINO ČUFTE, 9
8. ČUFTE SA CRNIM LUKOM, 10
9. SARME SA LISTOVIMA GROŽĐA (ILI SA KUPUSOM), 11
10. PUNJENE PAPRIKA – DOLMA, 12
11. IMAM BAJALDI (“HODŽA SE ONESVESTIO”), 13
12. PRIZRENSKA TAVA, 14
13. ELJBASANSKA TAVA, 15
14. PRIZRENSKA MUSAKA, 15
15. FLIJA, 16
16. FLIJA OD KUKURUZNOG BRAŠNA, 17

IV. JELA OD TESTA

17. HLEBA POD “SAČEM”, 18
18. BARENA PITA, 19

FOTOALBUM, 20

19. KOLPITA SA MLEVENIM MESOM,22
- 20.PRIZRENSKE MANTIJE, 23
21. TIGANICE (PRIGANICE), 24
22. KROFNE, 25
- 23 .RAMAZANSKE PITARKE, 26
24. ČAHIJA ,27
25. JUFKE / TARANA, 28

V. JELO OD KOKURZNOG BRAŠNA

- 26, KAČAMAK, 29
27. KUKURUZNA PROJA, 30

VI. SALATE

27. PAPRIČICE SALATA, 31
28. LJUTA SALATA OD ŠARGAREPE, 31

VII. POSLASTICE

29. HALVA , 32
30. KADAIF, 33
31. POLJUPCI (ILI BRESKVICE), 34
32. SUTLIJAŠ, 35
33. ŠEĆER-PARE, 35
34. URMAŠICE, 36
35. TESPIŠTE, 37
36. BAKLAVA, 38
37. SERAVNIK, 39
38. KAJMAKČINA,40



UVODNA REČ AUTORA PROJEKTA

Miris tople hrane, topla reè, puno smeha koji dovodi i do suza, prirodno okruženje, cvrkut ptica... to je bila atmosfera koja je okruživala ovaj projekat. Ovo me je vratilo u detinjstvo kada bi se sva deca okupila u dvorištu moje bake. Ona bi nam spremala stara jela, pričauši uz njih prièe. Mi bismo sedeli oko nje i starog šporeta u dvorištu, slušauši širom otvorenih oèiju ono što nam ona govori, nemajuši strpljenja da se kaèamak ohladi ili da se pita do kraja ispeèe. Dvadesetak godina kasnije, u vremenu interneta i brze hrane, osetila sam potrebu da se ta kultura hrane i druženja saèuva na jednom mestu.

Nostalgija za detinjstvom okruženom mirisima, ukusima, bojama. Detinjstvo kada nije postojalo izobilje, kada su žene i muškarci koristili svu svoju maštu da od oskudnijeg izbora namirnica spreme jela koja æ se svideti svima a, sa druge strane, da bude dovoljno da svi budu siti i punih stomaka do narednog obroka. Nije postojala dijeta, nije se znalo za pet obaveznih obroka na dan. Doruèak, ruèak i veèera su bili obroci oko kojih se okuplja cela porodica. Nakon dugotrnog rada u polju, na njivi, komšije i rodbina bi se okupljali tokom veèeri pevali, pričali, smeh se orio ulicom. Deca su trèala prašnjavim puteljcima, bosonoga. Delilo se ono što se imalo. I svi su bili sretni.

Mnoga jela koja su svoje mesto našla u ovom kuvaru su dugo veæ zaboravljena. Pripremaju se samo za posebne prilike. Potrebno je posvetiti im vremena i pripremati ih sa ljubavlju. Hrana nam govori svoju prièu.

Prilikom pripreme posetili smo brojne porodice. Razgovarali sa ljudima koji su nam pripremali jela, vraćajući se u detinjstvo i prisećajući se priča vezanih za to jelo. Posetili smo Prizren, mnoga sela u Župi, selo Romaja u Haskoj regiji, Dragaš... Učestvovali smo u zajedničkoj pripremi jela. Neka bismo sami degustirali nakon pripreme uz još nekoliko članova porodice, prijatelja. Neka jela smo podelili ljudima u susedstvu, siromašnima. Jedan obrok smo darovali i ženama u sigurnoj kući. Da i ljudi kojima je potrebna podrška shvate da neko misli i na njih.

Želim da zahvalim Driti Vukshinaj, koja je takođe pružila podršku da se ovaj projekat ostvari, porodici i prijateljima na podršci kao i volonterima organizacije “Žene za žene sa invaliditetom” iz Prizrena. Posebno želim izraziti zahvalnost organizaciji CHwB (organizaciji kulturnog nasleđa bez granica) koja je finansijski podržala ovaj projekat.

Nadam se da smo uspeli da deliæ ovog iskustva prenesemo i vama. Nadamo se da æete uæivati u èitanju i pripremi ovih recepata i da æete ih podeliti sa svojim najmilijima.

Prijatno!
Alida Miftari

Uvodna reč koordinatora projekta

Jedino mesto gde se cela familija okuplja je sofra. To je mesto gde se dele sve prièe i dogodovštine. U našoj tradiciji sofru je mesto gde se ne prièa, ali sa druge strane najviše odluka se donosi. To je najomiljenije mesto svake osobe. Mesto gde se opijaš aromama hrane pogotovo one tradicionalne...hrane koju je pripremila mama ili baka. To je najtoplije mesto gde se zadovoljavaš samo pogledom na hranu a pogotovo na tradicionalnu hranu.

Seam se poznate reèenice iz detinjstva koju su koristili starosedeooci Prizrena: „*Tipična kuhinja je ona kuhinja siromašnog naroda koji je znao da ekonomično iskoristi prirodna bogatstva*“. To je kuhinja koja nije puno prerađena ali ima poseban karakter i ima jedan jak tipičan balkanski i ilirski ukus sa dobrim i postojanim aromama... a posve svega imaju jednu dugu i beskrajnu memoriju.

U našem drevnom i antièkom gradu Prizrenu postoji prièa koja se pojavila pre jednog veka i koja se i dan danas koristi. Kada mladiæželi da se oženi nekom devojkom prvo pitanje njegovih roditelja bilo bi: Da li devojka zna da kuva, da li zna da pripremi Prizrensku tavu i hleb od kukuruznog brašna?. I istinita je ona izreka da se miris tave koja se peèe na Ralinu oseæa i do maraškog hrasta.

Mnogi èlanovi udruženja su se dobrovoljno ukljuèili u ovaj projekat kako bi prikupili što više recepata iz razlièitih zajednica koje žive u opštini Prizren poèevši od Źupe pa sve do regije Has i Vrin. Źene sa ogranièenim sposobnostima su bile prezadovoljne radom na terenu, a posebno predvođenjem od strane Alide Miftari i Nafije Bytyqi prikupljajuai recepte od svestranih i neumornih žena.

Posebno se zahvaljujem donatorima koji su podržili ovaj projekat tradicionalne hrane. Ovaj projekat ima posebnu ulogu u oèuvanju kulture i tradicije jednog naroda.

Drita Vukshinaj

Običaji imaju veoma važnu ulogu u životu svakog naroda, i čine važan element kulture, tradicije i običaja, posebno spremanje tradicionalnih jela u vreme porodičnih i nacionalnih praznika. Tradicionalna kuhinja Kosova formirana je dugim periodom prilagođavanja jela iz svih delova Kosova; danas predstavljaju dugi niz ukusnih jela sa puno različitog povrća, brašna, mleka i mlečnih proizvoda koja se pretežno peku, kuvaju i dinstaju sa malo vode, sa malo zaprške i bez puno jakih ljutih začina. Začini se upotrebljavaju u minimalnim količinama i samo diskretno podvlače osnovni prirodni ukus i miris jela. Tu su, naravno, i znalački pripremljene sve moguće vrste pita, orijentalni slatkiši, kojima baš nema mesta u zdravoj ishrani a koji su bili neophodni za energiju u doba kada nisu postojale mašine već se sav posao obavljao ručno, i koješta drugo što ljubiteljima dobre hrane ostaje u nezaboravnom sećanju.

PAČA

Vreme pripreme:
2 h

Sastojci:

teleæ meso sa
kostima
200 gr. maslaca
100 gr. brašno
so
vegeta
beli luk
siræ
aleva paprika



Priprema

1

Skuvati meso u èiniju sa vodom i dodati: so, vegetu, siræ i beli luk. Nakon što se teletina skuva, odvojiti temeljac za pripremu mehane.

Mehana: u tiganj staviti maslac i brašno. Pržiti dok brašno ne pocrveni i dodati temeljac.

Teletinu oèistiti od kostiju i iseckati na sitne kockice. Potom, meso staviti u posudu u kojoj se veæ nalaze: so, vegeta, siræ i iseckani beli luk. Pustiti da meso provri negde oko 30 minuta.



Pre serviranja, u tiganj otopiti malo maslaca sa malo crvene paprike - pa ovim preлити paèu.

Prijatno!

Pripremila:
Mirjet Krasniqi, Prizren

BEGOVA ČORBA

Vreme pripreme: 50
minuta

~ 15-20 osoba

Sastojci:

80 gr crnog luka
150 gr maslaca ili 150
ml ulja
5 češnjaka belog luka
150 gr šargarepe
3-5 kašike brašna
500 gr bataka ili belog
mesa, može i više
1 veza peršuna
1 limun

Zaèini: so, biber, vegeta po potrebi, origano po želji



Fot. Shehida Miftar

Priprema

Sitno seckan crni luk, beli luk i šargarepu propržiti na masnoai, gde dodamo brašno. Pržiti sve dok ne dobijete dukat žutu boju. Naliti èorbom u kojoj su se kuvali bataci ili belo meso. Kuvati na laganoj temperaturi 20-30 minuta; ubaciti sitno seckano kuvano meso i zaèiniti po potrebi. Na kraju dodati seckani peršun.

Po želji ostaviti da se ukuva još 15 minuta zajedno.

Servirati i ukrasiti sitno seckanim peršunom.

Limun mođe da se iseèe na ¼ ili sitnije i ubaciti u èorbu da se kuva zajedno. Servirati toplo.

Èorba ne treba biti ni previše gusta ni previše retka.

Prijatno!

*Pripremila:
Arun Arifi, Prizren*

PAŠINO ĆUFTE

Sastav:

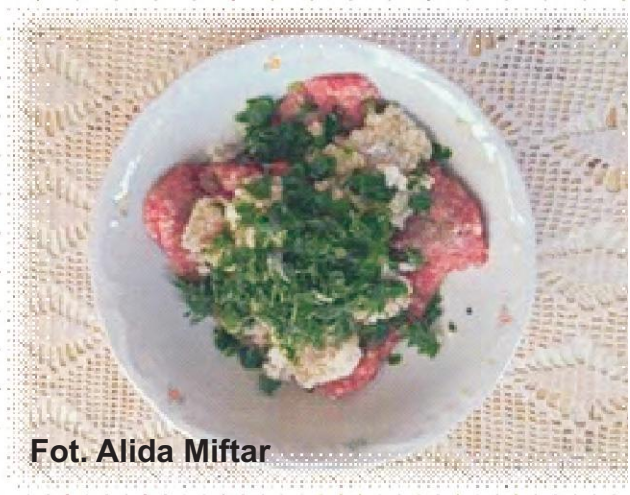
1/2 kg. mlevenog
mesa
1 šoljica kvanog
pirinča
2 kašičice soli
1 kašičica crnog
bibera
1 vezica peršuna

Za kremu:

3 jaja
3 kašike jogurta
3 kašike brašna
za prženje na tavi potrebno je
pola pakovanja margarina (ili ulja)

Priprema

Mleveno meso pomešati sa kvanom rižom; dodati so, biber, peršunov list i praviti kuglice koje se potom oblikuju u pločice prečnika od 2-3 cm.



Fot. Alida Miftar



Foto. Alida Miftar

Krema:

Umutiti jaja, jogurt i
brasno. Kuglice
umakati u krem i pržiti
u vrelom ulju nekoiko
minuta sa obe strane.
Prijatno!

*Pripremila:
Našide Spahiu,
Prizren*

ĆUFTE SA CRNIM LUKOM

Vreme pripreme:
3 sata

Sastojci:

1 kg mlevenog mesa
so
crni biber
vegeta
siræ
1 kg crni luk
ulje
brašno



Priprema

Mesu dodati so, crni biber, vegetu i sve dobro promešati. Od smese oblikovati okrugla aŭfta jednake velièine. Aŭfta uvaljati u brašno i onda ostaviti u posudu sa siræem da stoji 15-20 min.

U međuvremenu, na ulju propržite crni luk nekih 30 minuta i dodati so, crni biber i vegetu. Nakon toga smesu od crnog luka prosuti u nekoj tepsiji; preko ovoga poređajte aŭfta i onda tepsiju stavite u rernu da se peèe nekih 20 minuta. Prijatno!



*Pripremila:
Medija Luma,
Prizren*

SARME SA LISTOVIMA GROŽĐA (ILI SA KUPUSOM)

Vreme pripreme:

2 h

Sastojci:

listovi grožđa
(kupusa): 50-tak
komada

1 kg mlevenog mesa

100 gr pirinèa

2 glavice crnog luka

malo crnog bibera

malo soli

malo vegete

1 jaje

malo maslaca

za sarmu sa kupusom: i 1 kašičica crvene ljute papričice "aleva" (samo za sarme od listièa loze)

Priprema

Odvojite listove grožđa/kupusa, odsecite im krajeve i kuvajte par minuta u vreloj vodi.

Propržite crni luk na užarenom maslacu. Sklonite sa vatre i dodajte ostale sastojke: meso, pirinaè, so, crni biber, vegetu i jaje. Promešati sve zajedno.

Barene listove grožđa (kupusa) puniti smesom od mesa i oblikovati cilindriène oblike obavijajuæi listom celu smesu.

Sarme poređati u lonac i na kraju ih preliti jednom èašom vode. Dodati maslac, vegetu i crvenu papriku (za sarmu sa kupusom).

Lonac ostaviti da se kuva nekih 1,5 sat i onda prebaciti sarme u neku tepsiju kako bi se zapekle u rerni nekih 30 minuta.

Poslužite sa kiselim mlekom.

Prijatno!

*Pripremio:
Halil Trupaj
(Selo Brodosane), Dragaš*



PUNJENE PAPIRIKA – DOLMA

Vreme pripreme: 120 minuta

Sastojci:

1kg mlevenog mesa (npr. teleæg)

1 glavica crnog luka

3-4 paradajza

1 vezica peršuna

150 gr pirinèa

po ukusu: so, vegeta, mleveni crni biber

1 kafena kašika mlevene crvene

“aleve” paprike

maslac

ulje

2 srednja krompira

1 šargarepa

brašno

Paprike za punjenje: 15 paprika srednje veličine. Mogu biti babure, somborke, crvene ili zelene paprike.

Priprema

Svežim paprikama odrežite kapice i izdubite ih. Paprike operite i ocedite.

U mleveno meso dodati sitno iseckani crni luk, crvenu mlevenu papriku, “vegetu”, posoliti i pobiberiti po potrebi. Dodati opranu rižu, sitno iseckan peršun i izrendani



Foto. Alida Miftari

krompir.

Od paradajza napraviti “kapice” kojima se zatvaraju punjene paprike. Unutrašnju stranu paradajza sitno iseckati i dodati mesnoj smesi.

Mesnu smesu dobro izmešati i njome puniti pripremljene paprike. Poklopiti kavicama od paradajza.

Paprike propržiti na zagrejanom maslacu sa svih strana, dodati vodu prema potrebi i kuvati na laganoj vatri oko 60 minuta.

Mehana: Zagrejati ulje u tiganju, dodati mlevenu papriku, malo brašna. Dobro promešati na vatri nekoliko minuta. Sipati u šerpu sa paprikama.

Kuvati na laganoj vatri jos par minuta.

Poređati u tepsiju i preko izrendati šargarepu. Staviti tepsiju u unapred zagrejanu rernu na 200°C. Povremeno proveravati da li su gotove (dok se ne zapeku paprike) Prijatno!

Pripremila: Elvisa Sagdati, selo Rečane, Prizren



Foto. Alida Miftari

IMAM BAJALDI ("HODŽA SE ONESVESTIO")

Vreme pripreme: 2 h

Sastojci:

1 kg mlevenog mesa
5 plava patlidžana
2 crna luka
1 paradajz
1 veza peršuna
so
crni biber
vegeta
ulje



Priprema

Plavi patlidžan poseći na kolutiaæ i staviti ih da odsede u slanoj vodi oko 10 minuta a potom ih osušiti na salveti.

Na ulju propržiti meso sa crnim lukom i onda skloniti sa vatre kako bi dodali druge sastojke (so, vegeta, crni biber, paradajz, peršun).

Kolutiaæ plavog patlidžana se prže na ulju (sa obe strane) i onda se poređaju u tepsiju podmazana uljem da formiraju jedan sloj na koji se dodaje polovina smese sa mesom i ostalim sastojcima.

Preko ove smese dodajte još jedan sloj plavog patlidžana i preostalu smesu.

Ovu posudu staviti u rerni da se peèe 30 minuta.

Poslužite sa kiselim mlekom i belim lukom.

Prijatno!



PRIZRENSKA TAVA

Vreme pripreme: 4 h

Sastojci:

2 kg telećeg mesa sa
kostima
½ kg plavog patlidžana
½ kg bamije
1 kg paradajza
5 crna luka
so
crvena paprièica
“Aleva”
vegeta
maslac



Priprema

Staviti maslac u lonac da se otopi i onda dodati meso da se zagreje. Dodati crni luk, plavi patlidžan, vegetu, bamiju, paradajz, so i crvenu papriku. Sve ovo se zagreva negde oko 30 minuta sve dok ne nastane homogena masa.

Onda se ova masa prebaci u zemljanu posudu (tavu); pokrije aluminijском folijom, i stavi u rernu da se peèe na temperaturi od 150°C. S vremena na vreme promešati.

Poslužiti sa ajranom.



Prijatno!

*Pripremila: Xhynaze
Kabashi, Prizren*

ELJBASANSKA TAVA

Vreme pripreme: 30 minuta

Sastojci:

1 kg jagnjeæg mesa
1 kg kiselog mleka
100 gr pavlake
4 kašike brašna
1/2 prašak za pecivo
1 kašičica "vegete"
malo crvene paprika
crni biber, so, 100 gr maslac,
2 bela luka, 5 jaja

Priprema:

Jagnjeæ meso iseæi na komade, isprati i položiti u expres lonac. Dodati vodu, malo vegete, so, biber i alevu papriku i staviti da se kuva. Kad je meso skoro skuvano izvaditi ga i prebaciti u tepsiju sa malo maslaca i temeljca. Staviti tepsiju u prethodno zagrejanu peænicu na temperaturi od 200°C. Dodati sos i nastaviti peæi.



Povremeno mešati.

Pri kraju peænja napraviti gnezda pa razbiti jedno po jedno jaje u svako gnezgo.

Peæi jos par minuta.

Priprema sosa:

Pomešati kiselo mleko i pavlaku. Dodati brašno, prašak za pecivo i beli luk. Sve ovo pomešati dok ne postane homogena smesa.

Prijatno!

Pripremila:

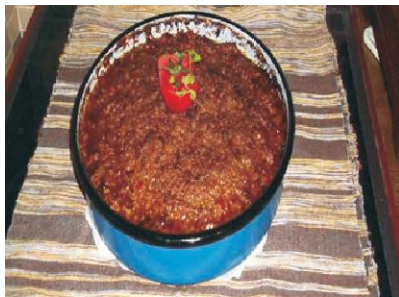
Valbona Humaduna, Prizren

PRIZRENSKA MUSAKA

Vreme pripreme: 2 i po sata

Sastojci:

2 kg mlevenog mesa
1/2 praziluka, 30 gr. maslaca,
1 paradajz, 1 vezica peršuna, so
crni biber, vegeta.



Priprema

Ispržiti meso na masalcu i nakon 15 minuta dodati praziluk i zaèine (so, vegetu i crni biber), dodati malo vruæ vode i ostaviti da prokuva.

Èim voda uvri stalno mešati drvenom kašikom nekih 60 minuta. Pri kraju dodati sitno iseckan paradajz i peršun.

Servirati uz salatu, turšiju i jogurt.

Prijatno!

Pripremila:

Drita Vukašnjaj, Prizren

FLIJA

Flija pod saćem je specijalitet albanske tradicionalne kuhinje i uglavnom se priprema u planinskim predelima. Flija je specijalitet koji se priprema na celom Kosovu a svaka regija ima svoju varijantu pripreme.

Sastojci:

3 kg brašna
2 litra vode
2 kašike soli
2 tegle mešavine maslaca (oko 500gr) i kajmaka/pavlake
malo ulja

Priprema

Od navedenih sastojaka (brašna, vode i soli) pripremiti kašu malo gušavu nego za palačinke. U velikoj okrugloj tepsiji premazanoj uljem naliti 1 kutlaču smese i razliti po celom dnu tepsije. Smesa za fliju se peče tako što se svaki sloj peče posebno pod saćem ugrejanom na žaru. Nakon što se sloj smese prelije u tepsiju, tepsija se prekrije vrućim saćem. Svaki

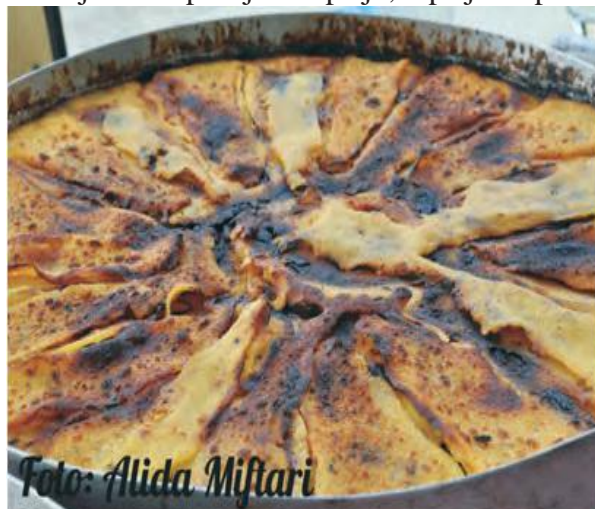


Foto: Alida Miftari

sloj flije treba da se premaže otopljenim maslacem sa pavlakom/kajmakom. Služiti sa kiselim mlekom, turšijom, sirom i medom.
Prijatno!

*Pripremila:
Shkendije Nezaj,
selo Romaja (regija Has),
Prizren*

FLIJA OD KUKURUZNOG BRAŠNA

Sastojci

3 kg kukuruznog
brašna

2 litra vode

2 kašike soli

2 tegle mešavine
maslaca oko 500 gr)

1 pavlake/kajmaka

1 kg praziluka

½ kg džize

Priprema

Postupak pečenja je isti kao za fliju sa pšeničnim brašnom. Smesa za fliju se peče tako što se svaki sloj peče posebno pod sačem ugrejanom na žaru. Nakon što se

sloj smese prelije u tepsiji, tepsija se prekrije vrućim sačem. Svaki sloj flije treba da se premaže otopljenim, maslacem i pavlakom.



Foto: Alida Miftari



Foto: Alida Miftari

Po sredini tepsije stavite smesu pržene džize sa prazilukom. Služi se kiselim mlekem, turšijom, sirom i medom. Prijatno.

*Pripremila: Nazife
Nezaj, selo Romaja
(regija Has),
Prizren*

HLEBA POD "SAČEM"

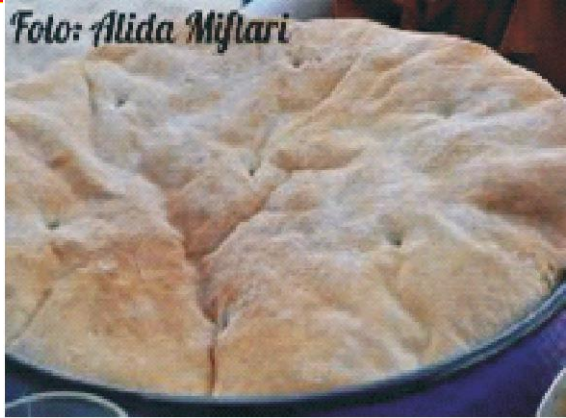
Sastojci

1 kg brašna
20 gr svežeg kvasca ili
dve kašike kvasca u prahu
1 kašika soli
2 kašike zjztina
1 kašika šeæera

Pripremanje

U jednoj èiniji stavite brašno i so, i posredini brašna se napravi rupa u kojoj se stavi šeæer, zjztin, kvasac i mlaka voda. Umesite meko i elastiènu smesu. Pokrijte krpom i sklonite na toplom mestu da odsedi 1 h i nabubri.

Onda se testo posipa malo brašnom i ostavi da odseda jos pola sat. Onda se prebaci u tepsiji i peèe pod sačem na temperaturi od 200 stepeni nekih 15 / 20 minuta.



Pripremila:
Nazife Nezaj, selo Romaja (regija Has), Prizren

BARENA PITA

Vreme pripreme: 80 minuta

Sastojci:

1kg brašna

Malo soli

Ključala voda po potrebi

Malo ulja za mazanje

Maslac po želji



Foto. Alida Miftari

Priprema:

Brašno i so izmešati u posudi. Vodu zagrejati do

ključanja i tako vrelom vodom zamesiti testo. Testo dobro izraditi rukom. Ostaviti testo da odstoji oko 15-20 minuta. Od testa napraviti loptice 2x6 u zavisnosti od veličine tepsija sve dok se ne iskoristi svo testo. Namazati tepsiju uljem i razvlačiti loptice u kore veličine tepsije (prvih 6). Svaku razvučenu koru poprskajte sa par kapi ulja (razvucite koru, poprskajte uljem a onda drugu i opet poprskati uljem). Razvijene kore ređate jednu na drugu (6 kora) i razvucete oklagijom kako bi sjedinili u jednu veću koru. Razvučenu koru staviti u tepsiji i premazati uljem. Isto to uraditi i sa drugih šest loptica. Zatim staviti u tepsiji na prethodnu razvucenu koru. Zadnju koru premažite uljem. Pecite u

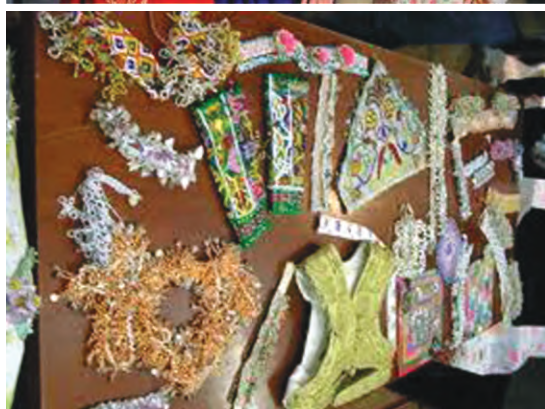
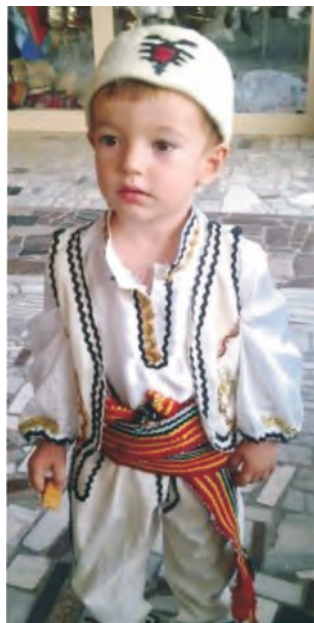
zagrejanom rerni na 250 °C dok ne porumeni. Pečenu pitu izvadite iz rerne i cepkajte. Cepkana pita se, po želji, može prekriti i maslacem koji je prethodno bio zagrejan na šporetu. Promešajte i poslužite uz sir, jogurt ili mleko.

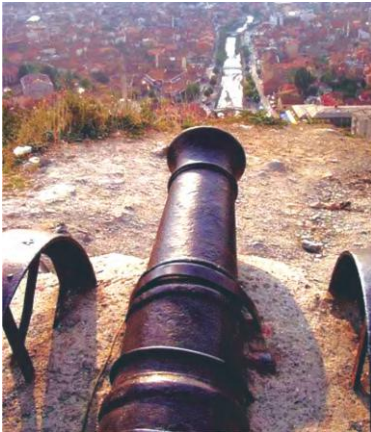


Foto. Alida Miftari

Pripremila:

Ziza Miftari, Prizren





KOLPITA SA MLEVENIM MESOM

Vreme pripreme: 105 minuta

Sastojci:

500 gr brašna

2 supene kašike ulja

mlaka voda

so

Fil:

400 gr mlevenog mesa

1 glavica crnog luka

Ulje,

so, crni biber

Priprema:

Fil: seckani luk propržimo na vrelom ulju da omekne, dodajemo meso, crni biber, posolimo i dinstamo sve zajedno.

Testo: Od brašna, ulja, malo soli i mlake vode zamesi se testo. Testo za pitu mešamo rukom sve dok samo ne počne da se odvaja od ruku. Posle stavimo na sto prethodno poprskan brašnom i podelimo na 2-3 jednaka dela. Svaki deo mesimo posebno sve dok se ne dobije glatko testo. Potom ih ostavimo da se odmaraju oko 30 min. Odmarano testo razvučemo preko stola oklagijom, uklonimo krajeve kore i te krajeve sačuvamo za posebnu koru. Staviti fil na razvučenoj kori, popraska se uljem i uvije u roladu. Staviti uvijenu pitu u namazanu tepsiju u obliku kruga, počevši od sredine i nastavljajući u sve veće krugove. Kada bude gotovo odozgo poprskamo uljem i stavimo u zagrejanu rernu da se peče. Peći na 200 °C. Ako želite mekanu kolpitu, nakon završetka pečenja, dok je još vrela poprskajte vodom i pokrijte.

Varijacije: Umesto mesnog fila, može se koristiti punjenje od: (a) rendanog krompira, crnog luka začinjeno solju i biberom; (b) sira i jaja; (c) spanaća i sira; (d) kupusa; (e) tikvica; itd.



Foto. Alida Miftari



Foto. Alida Miftari 2013

Pripremila:
Mersimka Fejzi, selo Manastrica, Prizren

PRIZRENSKE MANTIJE

Vreme pripreme:

1 h i 10 min

Sastojci:

1 kg brašna

2 šolje mlake vode

2 kašike ulja

malo soli u testo

maslac

Fil:

600 gr mlevenog mesa

3 velike glavice crnog
luka

So, ulje i crni biber

Aleva paprika



Priprema:

Testo

Na stolu ili u tepsiji prospite brašno, mlaku vodu, ulje i so i sve ovo mešajte dok ne dobijete homogenu smesu. Od smese odvojite 30 malih komada. Svaki ovaj komad se razvlači oklagijom u deblje kore veličine ruke. Svaka ova debela kora se premaže maslacem i sklope istih 10 jedna na drugu. Jedan ovaj skup od 10 debelih kora se dalje razvlači u veći – tanju koru. 3 ove veće – tanje kore se spoje u jednu koru. Onda se ova kora seče u jednake četvorougaoe komade.

Fil: Po sredini ovih kvadratija se stavlja smesa od mlevenog mesa, usitnjenog crnog luka, so, i crni biber. Ova smesa se poprži na ulju sve dok ne pocrveni. Na kraju joj se doda crvena paprika (aleva) i ostavi da se ohladi pa se tako hladna stavlja po sredini kvadratija kore.

Svaki kvadratija se dijagonalno poklopi sa sve četiri strane (kao koverat) i stavi u tepsiju za pečenje. Mantiye se peku 30 minuta. Nakon što se ispeku prekriju se salvetom i tako odsede 10 min.

Služe se sa kiselim mlekom. Prijatno.

Pripremila:

Đulnaza Kabaši, Prizren

TIGANICE (PRIGANICE)

Vreme pripreme: 40 minuta

Sastojci:

2 kg brašna
malo soli
kvasac
voda
2l zejtin

Priprema:

U duboki sud stavite brašno, so i kvasac. Mešajte dodavajući vruću



obiènu vodu.

Zamesite testo, pokriti krpom i ostavite ga da “nadođe”. Kada testo bude gotovo uzimajte pomalo, oblikujte malo rukom i sipajte u prethodno zagrejan zejtin i pržite sa obe strane po nekoliko munita. Kada se isprže izvadite ih u drugi sud.



Tiganice se obièno spremaju mladencima prvo jutro nakon venèanja. Služe se uz šerbet.

*Pripremila:
Aziza Šefitagiaë
selo Gornja Lubinje*

KROFNE

Vreme pripreme: 30 minuta

Sastojci:

3 jaja

2 dl ulja

2 dl mleka

malo kvasca

malo soli

malo šeæera

kašičica jabu. siræta

1 kg brašna

1 -1,5 l ulja za prženje

šeæer u prahu za posipanje

eurokrem, pekmez, džem, marmelada po želji

Priprema:

Umutiti kašikom jaja, dodati šeæer, so, ulje, mleko i jabukovo siræ. Kad se sastojci sjedine dodati brašno i kvasac. Umesiti glatko testo da se ne lepi za posudu. Pokriti krpom i ostaviti da testo udvostruèi zapreminu „nadoðe”. Promešati ga i ostaviti da još jednom „nadoðe”.

Testo istresti na pobrašnjenu radnu površinu, rastaniti oklagijom i vaditi krugove (možete koristiti kalup, èašu).

U duboku šerpu sipati ulje i zagrejati (ulje ne sme biti previše zagrejano jer æ krofne brzo preplanuti).

Krofne stavljati u vruæ ulje i pržiti ih po nekoliko minuta sa obe strane.

Po želji posuti krofne sa šeæerom u prahu ili ih napuniti pekmezom, eurokremom i sl.



Foto. Alida Miftari



Foto. Alida Miftari

*Pripremila:
Ziza Miftari*

RAMAZANSKE PITARKE

Vreme pripreme: 2 h

Sastojci:

Brašno

So

Kvasac

Voda

susam

Smesa od džize koja se stavlja po sredini pitarke.

Smesa od džize: džiza, jaja, maslac i mirođija (kopar)

Smesa od mesa: meso, crni luk, jaja i peršun



Priprema

U posudi pomešajte vodu, so, kvasac i brašno. Sve ovo mešajte dok ne postane homogena smesa koju æete ostaviti da odstoji 50 minuta. Nakon toga, iz smese oslobodite vazduh tako što æete promešati i onda od te smese odvajajte jednake delove od 250 / 270 gr. Oblikujte ih u loptice i poređajte ih na nekoj dasci gde æe odsedeti dodatnih 30 minuta. Nakon toga se ove loptice rukama oblikuju tako da dobiju poznati oblik pitarke (po sredini udubljenje okrašeno kvadratima) i posipaju se susamom.



Po želji možete dodati smesu od džize ili mesa. Pecite ih u prethodno zagrejanom peći na drva nekih 7 / 10 minuta.

*Pripremio: Fatmir Çuni
– Pekara “ORTAKOLL”,
Prizren*

ČAHIJA

Vreme pripreme:

1 h i 30 min

Sastojci:

Brašno

1 šolja vode

1 šolja mleka

So

Maslac

Kvasac

Ulje

Smesa od džize: džiza, 4 jaja,
maslac, so, mirođija (kopar)



Priprema:

U posudu stavite 1 šolju vode, 1 šolju mleka, malo ulja, soli, kvasac i brašno i sve ovo mešati dok ne postane homogena masa. Ostavite smesu da odstoji nekih 20 minuta. Onda smesu podelite na 4 jednake loptice. Ove loptice kasnije oklagijom razvucite u kore. Kore se slažu jedna na drugu. 8 kora se premaže maslacem, 4 se stave na tepsiji i preko svake se doda smesa od džize. Iseckajte na kvadrate i stavite u rernu da se peče na temperaturi od 200°C.

Poslužite sa ajranom ili turšijom u zavisnosti od toga kada ste pripremili. Prijatno.



*Pripremila:
Ferdije Krueziu,
Prizren*

JUFKE / TARANA

Sastojci:

1 l mleka, 10 jaja, so, brašno po potrebi

Pripremanje:

Izmutiti jaja, so i mleko. Postepeno dodavajte brašno sve dok se ne formira srednje tvrdo testo.



Testo za jufke se podeli na veći broj okruglih komada koji se poređaju u tepsiji. Kasnije se oklagijom razvlače u tanke kore,



koje se suše na suncu. Testo za taranu treba da je malo



tvrdje a loptice se trljaju o metalno sito kako bi se dobio poznat oblik tarane, sitnija zrna. Mala zrna tarane se suše na suncu.

*Pripremila:
Sabrije Čuse, Prizren*

KAČAMAK

Vreme pripreme:
od 60 minuta do 90
minuta

Sastojci:

1 l vode
1 kg kukuruznog
brašna
maslac
so

Priprema:

Sipati vodu u šerpu i
staviti na šporet.

Uključiti na najjaču

vatru. Kada voda provri dodati so, smanjiti vatru i sipati kukuruzno brašno. Kuvati kačamak dok vam drvena kašika (oklagija), povučena kroz kačamak na sredini, ne ostavi trag na dnu šerpe. Skloniti sa vatre i dobro promešati oklagijom. Sipati kačamak u tepsiji.

U posebnoj šerpici istopiti kašiku - dve (po želji) maslaca i onako vreo maslac sipati preko kačamaka. Dobro iscakati kašikom kačamak.



Foto. Alida Miftari



Foto. Alida Miftari

KUKURUZNA PROJA

Vreme pripreme:
40 minuta

Sastojci:

4 jaja
3  aše od jogurta
kukuruznog brašna
3  aše od jogurta
belog brašna
(pšeni eno)
2  aše od jogurta
kiselog



Foto: Alida Miftari



Foto: Alida Miftari

mleka/jogurta
2  aše od jogurta mleka
1  aša od jogurta ulja
2 praška za pecivo
so po ukusu
za nadev moze da se koristi:
spana , kupus, sir, praziluk
Priprema:
Najpre dobro oprati spana ,
isekati ga na tanke trakice i
dobro ocediti od viška vode.

Izmešati jaja, kiselo mleko, mleko, so, ulje. U to dodati kukuruzno i pšeni eno brašno, prašak za pecivo (smesa treba biti malo gušaa nego za pala inke). Dobro izmešati i dodati prethodno isceđen spana . Pleh podmazati uljem, izliti pripremljenu smesu i peći na 200 C dok ne porumene. Pećenu proju prekriti pamu nom kuhinjskom krpom bar 5 minuta da omekša.

Umesto spana a mo e se koristiti: kupus, sir, praziluk.
Poslu iti toplo uz šoljicu jogurta.



PAPRIČICE SALATA

Sastojci:

3-4 ljute papričice
malo soli
malo bibera
malo ulja
malo siræta
malo peršuna, pola paradajza
za ukrašavanje



Foto. Alida Miftari

Priprema:

Ispeći papričice, prohladiti i oljuštiti. Pomešati ulje, siræ, so i biber pa preliteri papričice. Ukrasti peršunom i paradajzom. Ova salata se obièno priprema tokom jeseni, u sezoni paprika.

Bila je neizbežni deo obroka, posebno muškaraca koji bi se okupljali i išli na seèu šume za zimski ogrev.

Pripremila:

*Dijana Ademoviè,
selo Gornja Lubinja*

LJUTA SALATA OD ŠARGAREPE



Foto. Alida Miftari

Sastojci:

500 g šargarepe
So
Crni biber po ukusu
2-3 èešna belog luka
3-4 feferone
1 kašika maslinovog ulja (ili obièno ulje)
1 kašika aromatizovanog jabukovog siræta (može i obièno)

Priprema:

Šargarepu oèistiti i narendati. Posoliti i ostaviti da malo upije, a samim tim i omekša. Za to vreme sitno iseckati beli luk i feferone, kolièanu možete sami odrediti, u zavisnosti koliko ljuto volite. Sve sjediniti, posoliti i pobiberiti po ukusu, dodati maslinovo ulje i jabukovo siræ. Ostaviti bar pola sata da se prožmu ukusi.

Pripremila:

*Dijana Ademoviè,
selo Gornja Lubinja*

HALVA

Halva je jedno od najstarijih slatkih jela koje se tradicionalno pripremala za proslavu Bajrama, tradicionalnog praznika Muslimana. Ime "alva" dolazi iz arapske reči "halva", što znači slatkiš.

Vreme pripreme:

20 minuta

Sastojci:

100 gr brašna

100 gr šećera

100 gr maslaca ili domaćeg masla

1 vanilin šećer

Voda po potrebi

orasi za posipanje (po želji)

Priprema:

Otopiti maslac ili domaće maslo. Kada se otopi, dodati brašno i mešati drvenom kašikom dok brašno ne dobije nežno smeđu boju, otprilike oko 10-ak minuta. Kad je brašno pečeno dodajte šećer, vanilin šećer i vodu i

mešajte još par minuta da se smesa izjednači. Halvu kašikom vadite na tanjir i pospite mlevenim orasima za moderniju verziju, u halvu po želji možete dodati kokos ili suvo grožđe).



Foto: Šehida Miftari

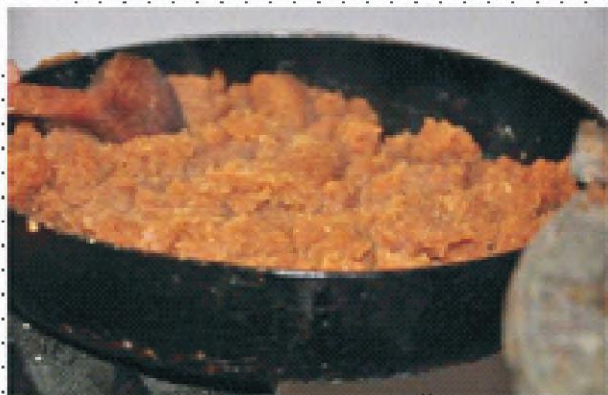


Foto: Šehida Miftari

KADAIF

Vreme pripreme: 70 minuta

Sastojci:

1 kg kadaifa (refus), 300 gr oraha, 100 gr maslaca, ulje, Preliv (šerbet): 1.5 kg šećera, 2 l vode, 1 vanilin šećer, 4 kriške limuna



Foto. Alida Miftari

Priprema:

Najpre napravite šerbet/preliv. Preliv pravite tako što vodu, šećer i vanilin šećer dobro izmešate i dodate 4 kriške limuna. Stavite da se šerbet kuva na vatri. Kuvan je kad limun promeni boju (nekih 30 minuta nakon što prokljuca).

Dno tepsije premazati uljem.

Pola vrecice kadaifa isitniti malo i staviti na dno tepsije. Zatim, polovinu krupnije mlevenih oraha prospite po kadaifu. Preko njih staviti drugi deo kadaifa. Maslac



Foto. Alida Miftari



iseći na kratke kriške i poredati na drugi sloj kadaifa. Kadaif stavite da se pece oko 1h na 180 °C. Kad se kadaif ispece vreo preleti hladnim šerbetom i prospite preostalim sitno mlevenim orasima.

Prijatno!

Pripremila:

Anisa Ahmeti, Prizren

POLJUPCI (ILI BRESKVICE)

Sastojci:

3 jaja, 2 dl ulja
2 dl kiselog ili slatkog
mleka, 2dl šeæer
1 vanilin šeæer
brašno po potrebi
prašak za pecivo

Nadev:

mleko, ekstrakt od vanile
ili jagode (po želji), šeæer,
kokosovo brašno po želji,
džem

Priprema:

Testo

Žicom lagano umutiti jaja i šeæer, dodati ulje koje æete takoðe umutiti dok se ne sjedini sa jajima. U umuæenu smesu dodati mleko i vanillin šeæer uz neprestano mešanje dok se ne sjedine svi sastojci, i na kraju dodati brašno i prašak za pecivo, sve to sjediniti i umesiti glatko testo koje se ne lepi za prste. Od gotovog testa kidati loptice, dobro ih dlanovima uradite da vam budu glatke. Napraviti udubljenje na sredini...

Staviti na pleh koji ste podmazali (ili prekrili sa papirom za peðenje) i peæi ih dok ne porumene na 220 °C.

Nadev

Pripremiti dve posudice, u jednoj staviti 200 ml mleka (postepeno dodavajte ako je potrebno više), dodati malo ekstrakta od vanile ili

jagode (po želji) pa umoðite jednu stranu, isto to uradite i sa drugom stranom.

Puniti udubljenje džemom, ako imate viška džema okolo oðistiti. Spojiti kuglice zajedno.

U drugu posudu stavite šeæer i kokosovo brašno (po želji). Gotove kolaðe uvaljati u sitniji šeæer i poslužiti ih.



Foto. Šehida Miftari

Foto. Šehida Miftari



SUTLIJAŠ

Vreme pripreme: 30 minuta

Sastojci:

1 l mleka, 1 l vode, 4 dl pirinèa
7 kašika šeæera, 1 vanilin šeæer
malo cimeta (po želji)

Priprema:

4 dl pirinèa oprati pod mlazom
vode, staviti u šerpu i naliti
vodom . Staviti da se kuva na
tihoj vatri. Stalno mešajte
varjaèom, da se ne zalepi za dno
šerpe i ne zagori. Kad uvri sva

voda, dodati mleko. Mešati...Kad je pirinaè skuvan, a mleko se
zgusnulo, dodajte šeæer i vanillin šeæer, promešajte još minut dva na
ringli. Sutlijaš razlijte u posudice, a ukoliko volite odozgo stavite
malo cimeta jer lepo miriše i ujedno daje dobar ukus.

Pripremila:

Afërdita Arifi, Prizren



Foto. Alida Miftari

ŠEĆER-PARE

Vreme pripreme: 2 h

Sastojci:

½ kg maslaca, 2 kašike kiselog mleka
1 jaje, 1 prašak za pecivo
1 kašičica sode bikarbone, brašno
Šerbet: 1 l vode i 1 kg šeæera

Priprema

U lonac stavite maslac da se topi na vatri.

Nakon što se otopi sklonite sa vatre i
dodajte brašno, jedno jaje, 2 kašike kiselog mleka, prašak za pecivo i sodu

bikarbonu.

Dodavajte postepeno brašno sve dok smesa
ne prestane da vam se lepi za ruke.
Formirajte loptice od smese i poređajte ih na
tepsiji. Tepsiju stavite da se 45 minuta peëe u
rerni na temperaturi od 200°C.
Vruæ šeæer-pare prelijte vruaim šerbetom.

Prijatno.

Pripremila:

Nazmije Kovaqi – Prizren



URMAŠICE

Vreme pripreme: 60
minuta

~ 55 komada

Sastojci:

3 jaja, 3 šolje ulja

1 šolja mleka (slatkog ili
kiselog)

3 šolje šeæera

1 prašak za pecivo

1 vanilin šeæer

brašno po potrebi

Šerbet:

11 šolje šeæera,

13 šolje vode, limun

Priprema: Prethodno skuvati šerbet: Šeæer i vodu staviti u šerpu da provri (neka bude pokrivena da brže ide). Dodati posle na kolutiaæ seæen limun da tiho vri. Ohladiti šerbet.



Foto. Šehida Miftari



Foto. Šehida Miftari

Testo:

Žicom lagano umutiti jaja i šeæer, pa dodati ulje koje æete takoðe umutiti dok se ne sjedini sa jajima. U umuæenu smesu dodati mleko i vanillin šeæer pa i dalje mutiti žicom da se sjedine, i na kraju dodati brašno i prašak za pecivo. Sve to sjediniti i umesiti glatko testo koje se ne lepi

za prste. Od testa otkidati komade veliène jajeta, brzo ih rukama prvo umotate u lopticu, pa onda isto brzo u valjak (na podmetaè od drveta) pa onda prisloniti valjajèe na rende da se dobiju “mustrice” i reðati ih u podmazan pleh.

Staviti na pleh koji ste podmazali (ili prekrili papirom za peèenje) i peèi ih dok ne porumene na 200 °C.

Dok su još vrelе, naliti oko pola koliène šerbeta. Za oko 15-ak min. æ skoro sve upiti i tad naliti preostali šerbet.

TESPIŠTE

Materijal (za testo):

2 šolje kuvanog mleka
250 gr. maslaca-margarina
3 šolje brašna
150 gr. mlevenih oraha
1 jaje

Materijal za šerbet:

2 šolje šećera
2 šolje vode



Foto. Alida Miftari

zatim brašno. Peče se na pari oko 15 minuti, dok se testo ne sjedini. Vrelo testo sipati u tepsiji br. 40 i dodati 1 jaje i mlevene orahe. Testo razviti u tepsiji u tanku koru koja se seče na

male romboide. Kolač se peče na početku na 250 °C zatim na 150 °C negde oko 45 minuti. Šerbet treba da provri i zatim sipati vreli šerbet na vreli pečeni kolač. Tespište se služi kada se ohladi. Prijatno.



Foto. Alida Miftari

Priprema:

Priprema se u šerpi za kuvanje mleka. Prvo sipati dve šolje mleka u šerpi, dodati maslac i

Pripremila:

Vezire Emrush, Prizren

BAKLAVA

Sastojci:

8 jaja,
2 žumanca
1 čaša kiselog mleka,
1 čaša ulja,
Pola čaše mleka
malo soli, 1 šaka
šećera, brašno,
po potrebi i nišesta
mleveni orasi
maslac



Sve sastojke sjediniti (jaja, žumanca, kiselo mleko, ulje, mleko, so, šećer i brašno) i umesiti testo. Testo se podeli na male okrugle delove i razvlače se zajedno sa nišestom. Nakon što se svi kolotiaï razvuku sklope se po 5 istih i razvlače se do veličine tepsije. Ovo se uradi isto i sa ostalim korama. Kora po kora se slazu u tepsiji a između se stavljaju mleveni orasi, kao i otopljeni maslac. Peče se 3 – 4 sata na temperaturi od 120 stepeni sve dok svaka kora ne pocrveni. Nakon toga baklave se ostave da se hlade i onda se preliju vrućim šerbetom.



Za šerbet: 1.200gr
šećer 1 l vode.

SERAVNIK



Sastojci:

2 l mleka (sera)

5 kom. Jaja

8 kasika šeæera

Priprema:

U vanglici žicom izmutiti jaja sa šeæerom pa dodati u mleko. Zagrejati rernu na najjaæe, naliti masu u tepsiju, pa peći dok se na površini ne uhvati zlatno-smeða korica.

**sera je mleko koje se dobija nakon što se krava oteli. Mleko je gušće i žuto u odnosu na obično mleko.*



Foto. Alida Miftari

KAJMAKČINA



Sastojci:

- 8 jaja
- 8 kašike šeæera
- 11 mleka
- 3 kašike brašna ili nišeste
- ulje

Za šerbet:

- 300 gr. šeæer
- 2 dl. vode

Izmutite jaja sa šeæerom, zatim dodati brašno i onda postepeno dodavajte mleko neprestano mešajući.

Ovu smesu prelijte u vruæu tepsiju premazanu uljem. Kajmakèina se peæe na maksimalnoj temperaturi 30 – 40 min i nakon Ńte se dobro zacrveni izbacite se iz rerne i prelijte se Ńerbetom (koji je kljuæao otprilike 5 min)

Ovaj slatkiŃ se sluŃi hladan.

Prijatno.



UNUTULMUŞ PRIZREN YEMEKLERİ KOKUSU



“UNUTULMUŐ YEMEKLERİN KOKUSU”

Projenin yazarı:

Alida Miftari

Projeyi uygulayanlar:

Drita Vukshinaj, proje koordinatörü

Alida Miftari, koordinatör yardımcısı

Nafiye Bytyqi, idari asistan

Fotoğraflar:

Alida Miftari,

Drita Vukshinaj,

Őehida Miftari,

"Engelli kadınlar için kadınlar " kuruluşunun
gönüllüleri - Prizren

Adet:

150 kopya

Basım:

“BLENDI”- Prizren

**İŐbu proje Sınır Tanımayan Kültürel Miras'ın
(Cultural Heritage without Borders, CHwB) maddi
desteđiyle uygulanmıŐtır.**



İÇİNDEKİLER

I. GİRİŞ

PROJE SAHİBİNDEN ÖNSÖZ, 3

ÖNSÖZÜ KOORDİNATÖR BAŞKANI, 5

YEMEK HAKKINDA, 6

PAÇA, 7

BEG ÇORBASI, 8

II. ANA YEMEKLER

PAPA KÖFTESİ, 9

SOĞANLI KÖFTE, 10

YAPRAK SARMASI

(LAHANA SARMASI), 11

DOLMA, 12

YİĞİT BAYILDI, 13

PRİZREN TAVASI, 14

ELBAŞAN TAVASI, 15

PRİZREN MÜSEKASI, 15

FUL²YA , 16

FUL²YA MISIR UNUDAN, 17

III. HAMUR YİYENTİLER

SALCA PİSİRİLEN EKMEK, 18

HAPLANMIŞ BÖREK, 19

fotoalbum, 20

KIYMALI YUVARLAK

BÖREK, 22

PRİZREN MANTESİ, 23

TIGANICE (PRIGANICE), 24

LOKMALAR, 25

RAMAZAN PITAYKASI, 26

ÇAY PİTESİ, 27

YUFKA / TARHANA, 28

IV. MISIR YEMEKTEN

YAPILAN YEMEKTEN

KAÇAMAK, 29

MISIR EKMEĐİ, 30

V. SALATA

BİBER SALATASI, 31

HAVUÇTAN ACI SALATA, 31

VI. TATLILAR

HELVA, 32

KADAYIF, 33

KİSSES (ÖPÜCÜKLER), 34

SÜTLAÇ, 35

PEKERPARE, 35

KALBURABASTI (URMAĞICE), 36

TESPİPTE, 37

BAKLAVA, 38

SERAVNİK, 39

KAYMAÇA'YI, 40



PROJE SAHIBINDEN ÖNSÖZ

Sıcak yemek kokusu, sıcak kelime, gözyaşlarının akmasına vesile olan gülmeler, dođal çevre, kuşların ötüpü bu proje esnasında görülen bir atmosferdi. Bu atmosfer bana babanne/anneannemin bahçesinde toplanan çocukları anımsatarak çocukluđuma götürdü. Babaannem/anneannem bizlere geleneksel olarak eski yemekleri hazırlarken hikayeleri anlatırdı. Bizler ise odadaki sobanın yanına oturarak ve babaannemin yaptığı kaçamađın sođumasına da pidenin yeterince pişmesini beklemeden gözlerimizi açıp bizlere anlattıklarını dinlerdik. Yırmı yıl sonra internet ve ayak üstü yemek (hızlı yiyecek) döneminde yemek kültürü ve bir araya gelmeleri bir yerde korumak ihtiyacıydıydum.

Çocukluđumdan kalma farklı yemek kokuları, tadlar ve renkler hakkında içimde hemen bir nostalji beliriverdi. Bir yanda bolluđun olmadıđı bir çocukluk, herkez tarafından yemeklerin beđenilmesi için elinden geleni yapan kadın ve erkekler, diđer yandan da bir sonraki öđüne kadar herkesin middesi tok olduđu bir dönemdi. Geçmişte diyet yoktu, bir günde mecburi olarak beş öđün yemek hakkında insanların bilgileri yoktu. Kahvaltı, öđlen yemeđi ve akşam yemekleri esnasında tüm aile bir araya gelirdi. Ova ve çayyıldarda gün boyu çalıřtıklarından sonra aile üyeleri kompularıyla bir araya gelip sohbet eder, parklar söylerdi, gülünç sesleri sokaklara yansırdı oysa çocuklar yalnız ayak sokaklarda koşarlardı. O dönemde insanlar sahip oldukları herşeyi diđerleriyle paylaşırdı. O dönem herkes mutluydu.

Bu kitapta yer alan yemeklerin çođu uzun zamandan beri unutulmuş yemeklerdir. Yıgili yemekler özel durumlarda hazırlanmaktadır. Bu yemekleri hazırlamak için zaman ayırmak ve sevgiyle hazırlamak gerekmektedir. Ayrıca yemeklerin kendi hikayeleri vardır.

Bu kitabı hazırlarken birçok aileyi ziyaret ettik, yemekleri hazırlayan kişilerle konuştuk. Onlarla konuştukça çocukluđumuza dönerek ilgili yemeklerle alakalı hikayeleri de hatırladıđık. Konuyla alakalı Prizren'i ziyaret ettik, Jupa bölgesinde bulunan birçok köye gittik, Has bölgesinde Roma'ya köyünde bulunduk, paylaşırdıđık. Bu şekilde davranarak desteđe ihtiyacı olan kişileri unutmadığımızı gösterirdik.

Dragađa'a da gittik. Onlarla birlikte yemekleri hazırladık. O dönem yemekleri hazırladıktan sonra birkaç aile ferdi ve arkadaşlarla yemeklerin tadına bakardık. Hazırlanan bazı yemekleri komşularımız ve fakirlerle paylaşırdık. Ayrıca bir ödün yemeđi de güvenlik evinde bulunan kadınlarla

Fırsattan yararlanarak bu proje için desteđini sunan Drita Vukshinay'a, aileme, arkadaşlarıma ve Prizren'de mevcut olan “Engelli kadınlar için kadınlar” derneđinin gönüllülerine tepekkür etmek istiyorum.

Bu kitap vasıtasıyla tecübelerimden kısa bir bölümü sizlere aktarabildiđimi ümit ediyorum. Umarım ilgili yemek tariflerini zevkle okursunuz ve yakınlarınızla paylaşsınız.

Afiyet olsun!
Alida Miftari

Alida Miftari

Tüm ailelerin bir araya gelidđi yer sofradı. Ayrıca sofrada iken birçok muhabbet ve konuşmalar olur. Bizim geleneklerimize göre sofraya, konuşmaların yapılmaması gereken yerdir, ancak diğer taraftan da kararların çođu sofrada alınmaktadır. Sofra her kişinin en fazla tercih ettiđi yerdir. Ayrıca sofraya, özellikle geleneksel yemeklerin daha dođrusu annelerimiz ya da ninelerimizin yapmış olduđu yemeklerin kokusuyla doymuş olduđumuz yerdir. Sofra, özellikle geleneksel yemeklerin bulunduđu sıcak bir yer ve zevk aldığımız bir yerdir.

Gençken yerli Prizrenliler tarafından kullanılan bir cümleyi hatırlıyorum: Özgün mutfak dođal zenginliđiyle misafirperverliđini gösteren fakir bir topluluđun mutfadıdır, denirdi. Çok iplenilmiş bir mutfak deđildir, ancak Balkanlara ve Yırlara özgü bir görünüş özelliđine sahiptir. Ayrıca nefis kokulu ve yediđiniz zaman artık unutulmuyan bir hatıra vesile olan bir mutfak çeşididir. Antik çağdan kalma Prizrenimiz'de 1. Yüzyıldan önce kullanılan bir deyim bulunmaktadır.

Bir erkek bir kızla evlenmek istediđine erkeđin ailesi en fazla ilgi gösterdiđi konu ve kızla alakalı sordukları ilk soru: Yğili kız Prizren tavasıyla mışır ekmediğini hazırlamayı bilir mi? sorusudur.

Bu deyim gerçektir çünkü tava “Ralin”de piştiđinde kokusu ta“Marap” semptine kadar ulaşırdı.

Bu projeye birçok kişi gönüllü olarak katılıp Jupa bölgesinden başlayarak Has bölgesine kadar, daha dođrusu Prizren'in tüm bölgelerinde yaşayan tüm topluluklardan yemek tariflerini toplamışlardır. Alida Miftari ve Nafije Gashi önderliđinde projeye dahil olan engelli kızlar yorulmak nedir bilmeden tüm bölgelerde yaşayan kadınlardan yemek tarifelerini toplamaktan büyük zevk duymışlardır.

Bu projenin uygulanması için desteđini sunan ve “Geleneksel Yemekler” kitabı vasıtasıyla bir toplumun kültürü ve geleneklerinin korunmasına katkıda bulunan bađıřçı kuruluşa (donör) özellikle teşekkürlerimi sunuyorum.

Drita Vukshinaj

Her milletin hayatında nem taþýyan þey adetlerdir. Önem taþýyan þeyler kültür, gelenek adetler, genellikle öze günlerde ve milli günlerde hazýrlana yemekler. Kosova Gelenek Mutfađi uzun zaman olarak hazýrlanmýþtır ve tüm Kosova yemeklerini kapsamaktadır. Bu gün ise lezzetli þu yemekleri önerilmektedir: meyva, hamur, süt, süt ürünlerden ađýrlık olarak, pıpirilir, kaynar, biraz su komposto edilir, un uzatýlmalar ve acý olmayan baharatlar. Dođal tadý vurgulamak için baharatların kulanýmý çok az olmalıdır. Bürek türü hazırlamalar, orjental tatlılar, dođal yemeklerde bu yeyenti yemekler yer almaz fakat makýne çalıþması olmayınca her ipelden geçirdi ve bu yemeklere insanlar ihtiyaç duyardı. Böyle iyi yemek yapýmý uzun zaman yemek severleinde unutulmayan anma kalır.

PAÇA

Hazırlanış süresi:
2 saat

Malzemeler:

kemikli dana eti
200 g tereyađ un
tuz
vegeta (baharat)
sarýmsak
sirke
aci kirmizi biber



Hazırlanışı:

1

Tencerede suyu ve eti kaynatýn: tuz , vegeta, sirke ve sarimsak ekleyin.

Dana eti hazýr olduktan sonra, et suyunu - miyane için ayýrýn.

Miyane: tavaya tereyađ ve un koyun. Un kıztartana kadar kavurun.

Dana etini kemikten ayýrdıktan sonra küçük parçalara bölün. Ÿinde tuz ve vegeta bulunan tenceredeki et suyuna sirke ve dođranmýđ sarýmsak ilave ettikten sonra eti de bu tencereye koyun. Eti 30 dakika pişirin.



Servisten önce, tavada yađýeritin, bu yađa kırmızıbiber ilave edin ve bunu paçaya serpin. Afiyet olsun!

BEG ÇORBASI

Hazırlanış süresi: 50 dk

15-20 kişilik

Malzemeler:

80 g soğan

150 g tereyađya

da 150 ml yađ

5 adet sarımsak

150 g havuç

3-5 kađık un

500 g tavuk butu ya

da tavuk eti (daha

fazla da olabilir)

1 adet maydanoz

1 limon

Baharatlar: tuz, karabiber, (vejeta) gerekiyorsa, origano isteyebiliriz



Fot. Shehida Miftar

Hazırlanışı:

Soğan, sarımsak ve havucu küçük parçalara kesiyoruz ve yađda kavuruyoruz ve unu da ekliyoruz. Kırtana kadar kavuruyoruz. Daha önce pişirdiđimiz but veya tavuk etine döküyoruz. Kısk atepte 20-30 dk pişiriyoruz, küçük dođradıymız eti ekliyoruz, gerekiyorsa baharat da ekliyoruz. En sonunda maydanozu ekliyoruz ve hepsini beraber 15 dk daha pişiriyoruz.

Küçük dođranmıřmaydanozla süsleyip servis edebilirsiniz.

Limonu ¼ ya da daha küçük kesebilirsiniz ve hepsini beraber pişirebilirsiniz. Sıcak olarak servis edin.

Çorba orta yođunlukta olacak.

Afiyet olsun!

*Hazırlayan: Arun Arifi,
Prizren*

PAŞA KÖFTESİ

Hazırlanış süresi:

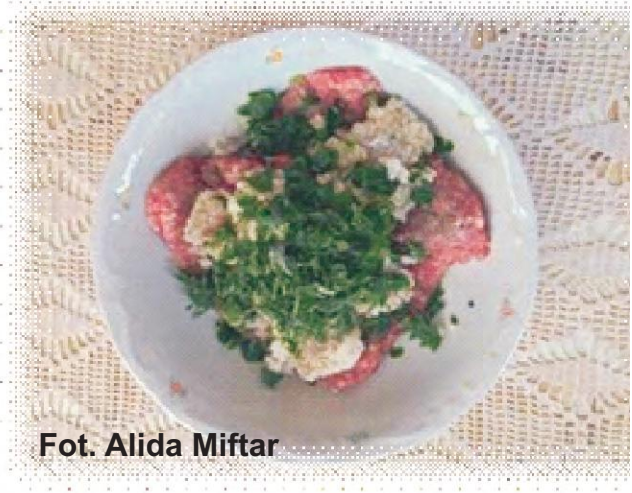
45 DK

Malzemeler:

1/2 kg. kıyma
1 fincan haşlanmış
pirinç
2 küçük kaşık tuz
1 küçük kaşık
karabiber
1 adet maydanoz

Glazür:

3 yumurta
3 kaşık yoğurt
3 kaşık un
tavada pişirmek için yarım tereyağ (yağ)



Fot. Alida Miftar

Hazırlanışı:

Kıymayı haşlanmış pirinçle karıştırın ve tuz, biber, maydanoz ekleyin. Kıymayı parçalayıp, top şekline getirin ve elinizle bastırarak çapı 2-3 cm olacak şekilde köfte şekli verin.



Fot. Alida Miftar

Glazür için:

Yumurta, yoğurt ve unu karıştırın.

Köfteleri glazürün içine batırın ve en sonunda her iki tarafında tereyağla pişirin.
Afiyet olsun!

*Hazırlayan:
Naşide Spahiu,
Prizren*

SOĐANLI KÖFTE

Hazırlanış süresi: 3 saat

Malzemeler:

1 kg kıyma
tuz
karabiber
vegeta
sirke
1 kg sođan
yađ
un



Hazırlanışı:

Kıymaya tuz ekle, karabiber, vegeta ekleyin ve karıştırın. Karşımdan elit büyüklükte yuvarlak köfteler yapın. Köfteyi una batırın ve içinde sirke olan bir kaptan 15-20dk bekletin.

Aynı zamanda yađda sođanı 30 dk kavurun ve içine tuz, karabiber, vegeta ekleyin. Sonra sođanı tepsiye geçirin, üzerinde köfteleri dizin ve fırına koyup 20 dk pişirin.



Afiyet olsun!

*Hazırlayan:
Medija Luma,
Prizren*

YAPRAK SARMASI (LAHANA SARMASI)

Hazırlanış süresi :

2 saat

Malzemeler:

50 adet üzüm
yaprakđy (ya da
lahana)

1 kg kıyma

100 g pirinç

2 adet sođan

az karabiber

az tuz

az vegeta (baharat)

1 yumurta

az tereyađy

lahanadan sarma

için: 1 küçük kađık kıymızyacıbiber

Hazırlanışı:

Üzüm/lahana yapraklarınyayırn, hađlayın ve kenarlarınykesin.

Sođanıyice kavurun. Atepten alın ve bunlarıekleyin: et, pirinç, tuz, karabiber, vegeta ve yumurta. Bu karıymıykarıptırn.

Hađlanmış üzüm (lahana) yapraklarınykıyma karıymıyyla doldurun ve silindir şeklini verin, bütün karıymıyve yapraklıbu şekilde sarın.

Sarmalarıyencereye dizin ve üzerine su ilave edin. Tereyađ, vegeta ve kıymıybiberi ekleyin (lahana sarmasıiçin).



Tencereyi ocakta 1:30 saat tutun ve sarmalarıybir tepsiye geçirin. Sonra sarmalarıyfynda 30dk pişirin.

Yođurtla servis edin.

Afiyet olsun!

*Hazırlayan: Halil Trupaj,
köy Brodosane, Dragasđ*

DOLMA

Hazırlanış süresi : 120 dk

Malzemeler:

1 kg kıyma (örn:dana eti)
1 adet soğan
3-4 domates
1 demet maydanoz
150 gr pirinç
tadına göre: tuz, baharat, kara biber
1 kahve kaşığı kıymızı biber tereyađ yađ
un

Dolmalık biber : 15 adet orta boy biber. Herhangi bir dolmalık biber kullanabiliyorsunuz (kıymızı yeşil ...).

Hazırlanışı:

Biberlerin sapını çıkartıp, içini boşaltın. Biberleri yıkayın ve kurutun.

Kıymanın içine doğranmış soğan, kıymızı biber, karabiber, baharat ve tuz ekleyin.



Sonra yıkamış olan pirinci, maydanozu ve rendelenmiş olan patatesi koyun.

Domatesten "kapak" şeklinde yapış dolma biberini kapatmak için ayırın. Domatesin geri kalanını ise incecik kesin ve kıymaya ekleyin.

Kıymayı iyice karıştırın ve dolma biberlerin içine doldurun.

Domates kapağıyla kapatın.

Biberleri önceden yağlanmış olan tencereye koyun, su ilave edin ve az ateşte 60 dakika pişirin. Gerekirse daha su ekleyin.

Miyane: Tavada yađı eritin, kıymızı pul biber ve un koyun. Birkaç dakika ateşte tutun ve onu tencerede olan dolmaların üzerine serpin.

Kışıllyateşte pişirin, bir kaç dakika. Dolmaları tepsiye dizin ve havucu rendeleyin. Önceden ısıtılmış olan 200°C 'deki fırına tepsiyi koyun. Hazır olana kadar (dolmalar kızarana kadar) sık sık takip edin.

Afiyet olsun!

Hazırlayan:

*Elvisa Sagdati,
köy Reçane, Prizren*



İMAM BAYILDI

Hazırlanış süresi: 2 saat

Malzemeler:

1 kg kıyma
5 adet patlıcan
2 adet soğan
1 adet domates
1 adet maydanoz
tuz
kara biber
vejeta
yağ



Hazırlanışı:

Patlıcanı küçük dilimler halinde kesin ve 10 dk tuzlu suda beklettikten sonra peçeteye iyice kurutun.

Kıymayı zeytin yağı ve soğanla beraber kavurun. Kavrulduktan sonra ateşten alın ve şunları ekleyin: (tuz, vejeta, kara biber, domates ve maydanoz).

Patlıcan dilimlerinin her iki tarafında yağda kızartın ve yağlı tepsiye dizin. Kıymalı karnıyın üzerine patlıcanları dizin. Sonra yine bu karnıyın üzerine patlıcan dizdikten sonra, onun üzerine da yine

karnıyın ekleyin. En sonunda fırında 30 dakika pişirin.

Yoğurt ve sarımsakla servis edin.

Afiyet olsun!



PRIZREN TAVASI

Hazırlanış süresi: 4 saat

Malzemeler:

2 kg kemikli dana eti
½ kg patlıcan
½ kg bamya
1 kg domates
5 adet soğan
tuz
1 adet kırmızıbiber
vegeta,
tereyağ



Hazırlanışı:

Tencerede tereyağ yeritin ve kavrulması için eti ekleyin. Sonra soğan, patlıcan, vegeta, bamya, domates, tuz ve kırmızıbiberi ekleyin. Hepsini tamamen kavrıya kadar 30 dk kavurun.

Sonra bu karışımı topraktan olan kaba geçirin, folyoyla örtün ve 150 °C'deki fırında sık sık karıştırarak pişirin.

Ayrıla servis edin.

Afiyet olsun!



Hazırlayan: Xhylnaze Kabashi, Prizren

ELBASAN TAVASI

Hazırlanış süresi: 30 dk

Malzemeler:

1 kg kuzu eti
1 kg yođurt
100 gr ekpi krema
4 kađık un
1/2 kabartma tozu
1 kađık "Vegeta"
az kıymızybiber (boyama)
karabiber
tuz
100 g tereyađ
2 adet sarımsak
5 yumurta

Hazırlanışı:

Kuzu eti dilimlere ayrılıy, yıkanır ve düdüklü (expres) tencereye dizilir. Su, vegeta, tuz, biber, kıymızy biber(boyama), eklenir ve ocakta pişirilir. Et piştikten sonra tencereden çıkartılır. Az yađ ve et suyuyla sos karistilir ve beraber tepsiye geçirilir. Tepsiyi, daha önceden



ısıtılmıy 200°C deki fırına koyun ve ara sıra karıştırarak pişirin. Sosu ekleyin ve ara sıra karıştırarak pişirin.

Piştirmeden önce, yuva yapıp , her yuvanın içinde birer yumurta kıyın.

Bir kaç dakika daha pişirin.

Sos hazırlanışı:

Yođurt ve ekpi kremayı karıştırın. Un ,kabartma tozu ve sarımsak ekleyip, tamamen karıpana kadar tekrar karıştırın.

Afiyet olsun!

Hazırlayan:

Valbona Humaduna, Prizren

PRIZREN MÜSEKASI

iki buçuk saat içinde hazırlanır

Malzemeler: 2 kg. kıyma et,
½ pırasa, 30gr. tereyađı,
1 domatez, 1 demet maydonuz,
tuz, kara biber, vegeta



Hazırlanması:

15 dakkika eti teryađında pişirilir ve daha sonra prasa ve baharat ilave edilir (tuz, vegeta, kara biber) daha sonra az miktarda sıcak su ilave edilir ve pişirmeye devam edilir. Su kaynaması görünce en kısa zaman karıştırma zorundasın ve pişirmeelidir.

Suyun kaynaması görünce devamlıhapab kapađınla 60 dakika karıptirmalisiniz.

Piştirme sonuna yaklađınca ince kesilen domatez ve mađdonoz ilave edilir.

Yemek salata ve yođurtla servis edilir.

Afiyet olsun!

Hazırlayan:

Sadije Gurrizi, Prizren

FULIYA

Sacın altında pişirilen Fuliya, Arnavutluk mutfağında geleneksel bir yemek türüdür ve genelde dağlarda hazırlanmaktadır. Fuliya, Kosova'nın bütün bölgelerinde hazırlanmaktadır ve her bölgenin kendi yöntemi vardır.

Malzemeler:

3 kg un
2 l su
2 kapık tuz
2 kavanoz tereyađı karıymıy (500gr kadar) ve kaymak
bir miktar yađ



Hazırlanışı:

Sıradaki maddelerden (un,su ve tuz) hamuru hazırlayın, gözleme hamurundan biraz daha kalın hazırlayın. Büyük yađlanmış tepsiye, kepeyle hamuru tepsinin üzerine dökülür. Fuliya hamurunun her bir



katıy sacta ayrı ayrı pişirilir. Hamur tepsiye dökülür ve sıcak sacla örtülür. Fuliya'nın her katın a eritilmiş tereyađıyla ve kaymakla serpilmesi gerekir.

Yođurtla, turpıyla, peynir ya da balla servis edilir.

Afiyet olsun!

Hazırlayan:

*Shkendije Nezaj, köy
Romaja (bölge Has),
Prizren*

Foto: Alida Miftari

FULIYA MISIR UNUDAN

Malzemeler:

3 kg mısır un
2 litre su
2 kaşık tuz
2 kavanoz tereyağ
karışımı (500gr
kadar) ve krem
kaymak
1 kg pırasa
½ kg lor peyniri

Hazırlanışı:

Sıradaki maddelerden (un,su ve tuz) hamuru hazırlayın, gözleme hamurundan biraz daha kalın hazırlayın. Büyük yağlanmış tepsiye, kepeyle hamuru tepsinin

üzerine dökülür. Pişirme şekli, buğdaydan yapılmış fuliya ile aynıdır. Fuliya hamurunun her bir katı sacta ayrı ayrı pişirilir. Hamur tepsiye

dökülür ve sıcak saca örtülür. Fuliya'nın her katına eritilmiş tereyağ serpilmesi gerekir.

Tepsi içindeki hamurun ortasına karıştırılmış lor peyniri ve pırasa konur.

Yoğurtla, turpıyla ,peynirle ve balla servis edin.

Afiyet olsun!



Foto: Alida Miftari



Foto: Alida Miftari

SALCA PISIRILEN EKMEK

Malzemeler:

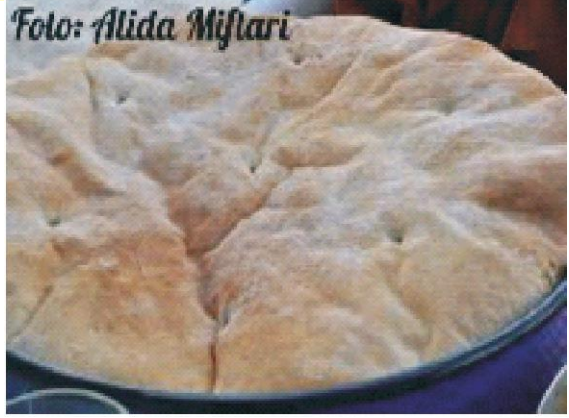
1kg un
20g yař maya ya da 2
kahve kařđótoz maya
1 kařık tuz
2 kařık yađ
1 kařık ęeker

Hazırlanışı:

Tabađa un ve tuz koyun,
ve unun ortasında delik aęarak ęeker, yađ, maya ve ılık su ekleyin.
Hamuru yođurun. Bezle örtün ve 1 saat sýcak bir yerde hamur kabartana
kadar bekletin.

Sonra hamura un ekleyin ve yarým saat daha bekletin. Hamuru tepsiye
geęirin ve sacta 15-20 dakika, 200 derecede piřirin.

Afiyet olsun!



HAŞLANMIŞ BÖREK

Hazırlanış süresi:
80 dakika

Malzemeler:

1kg un
az tuz
kaynatılmıř su
az yađ
tereyađ (isteye bađlı)

Hazırlanışı:

Unu ve tuzu bir kabta karıřtırın. Suyu iyice kaynatın ve kaba ekleyin.

Hamuru karıřtırın ve iyice yođurun.
15-20 dk beklettikten.

Sonra hamuru tepsinizin büyüklüđüne göre, 2x6 olacak řekilde (toplamda 12 parça) hamur bitene kadar top řeklinde parçalara ayırın. Tepsiyi ilk önce yađlayın ve top halindeki hamuru tepsinizin büyüklüđe göre iyice açın (ilk 6). Her bir açık hamuru da yađlayın (hamuru açın, üzerine yađ sürün, diđerlerini de aynı řekilde yapın).

Açılmıř olan hamurları üst üste sıralayın (6 tanesini) ve oklavayla hamuru açın, bir hamura birleřene kadar. Tepsiyeye koyun ve yađlayın. Geri kalan 6 tane top hamuru aynı řeklinde yapın. En son açılmıř olan hamuru da yađlayın.

250°C'de ısıtılmıř fırında kızartın.

Kızardıktan sonra böređi tepside çıkarın ve eliniz ile bölün.

Parçalanmıř (bölünmüř) böređe, daha önceden ısıtılmıř tereyađı sürülebilir (isteye bađlı).

Peynirle, yođurtla ya da sütte servis edin.

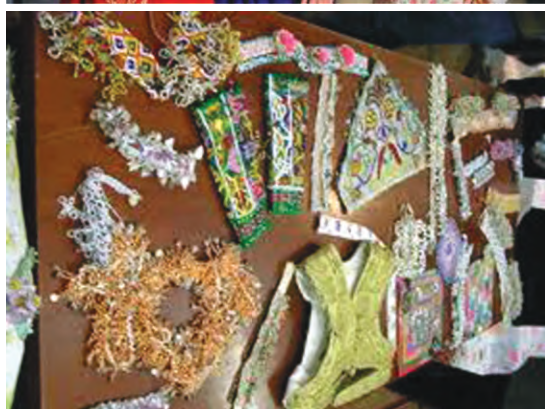
Afiyet olsun!

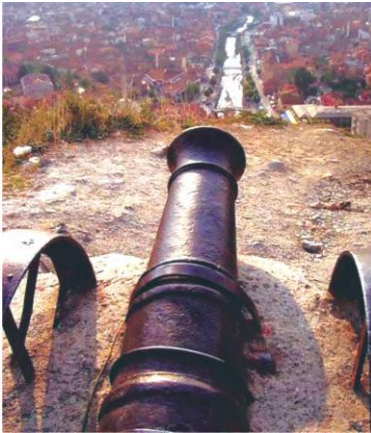


Foto. Alida Miftari



Foto. Alida Miftari





KIYMALI YUVARLAK BÖREK

Hazırlanış süresi: 105 dakika

Malzemeler:

500 g un, 2 çorba kaşığı yağ,
ılık süt, tuz

İçi:

400 g kıyma, 1 adet soğan,
yağ, tuz, karabiber



Foto. Alida Miftari

Hazırlanışı:

İçi: soğan yumuşayana kadar kavuruyoruz. Kıyma, karabiber, tuz ekliyoruz ve hepsini karıştırıp kavuruyoruz.

Hamur:

Hamur undan, yağdan, tuzdan ve ılık sudan hazırlanıyor. Börek hamurunu ele yapıştırmayacak kıyama gelene kadar karıştırıyoruz. Sonra önceden un serptiğimiz masanın üzerine koyuyoruz ve hamuru 2-3 eşit parçaya bölüyoruz. Herbir hamur parçasını ayrı yoğuruyoruz. 30dk bekletiyoruz.

Ondan sonra hamuru masanın üzerinde oklavayla açıyoruz, hamurun kenarlarını kesip, o kenarları diğer hamura kullanmak için ayırıyoruz. Açılan hamurun üzerine iç koyuyoruz, yağ serpip ve rulo şeklinde bükerek sarıyoruz.

Sarılmış olan böreği yağlanmış tepsiye ortadan başlayıp büyük yuvarlağa ulaşıncaya kadar, kıvrarak koyuyoruz. Hazır olduğunda, yağ sürüp ve ısıtılmış 200°C fırında pişiriyoruz.

Eğer yumuşak yuvarlak börek istiyorsanız, pişirdikten sonra börek sıcakken üzerine su serpin ve üzerini örtün.



Foto. Alida Miftari

Çeşitlilik: Kıymalı iç yerine, bunları kullanabilirsiniz: a) rendelenmiş patates, tuzlu ve karabiberli soğan; b) peynir ve yumurta; c) ıspanak ve peynir; d) lahanası; e) kabak vb.

Afiyet olsun!

Hazırlayan:

Mersimka Fejzi

(köy Manastirica), Prizren

PRIZREN MANTESI

Hazırlanış süresi:

1 saat 10 dk

Malzemeler:

Hamur

1 kg un

2 fincan ılık su

2 kaşık yađ

az tuz

tereyađı

Doldurma:

600 gr kıyma

3 adet büyük boy sođan

tuz

yađ

karabiber

acı kırmızı biber

Hazırlanışı:

Hamur:

Tepsiye ya da masaya un dökün, ılık su, yađ, tuz ilave edip hamur kıvamına gelene kadar yođurun. Hamurdan 30 küçük parça ayırın. Her bir hamuru el uzunluđunda ve kalın olacak şekilde oklavayla açın. Açık olan kalın hamurlardan 10 tanesi aralarına yađ sürerek birbirinin üzerine koyun. Diđer hamurları da 10ar tane olacak şekilde birbirinin üzerine koyun. Böylelikle 3 tane ayrı hamur seti olacak. Bir sette 10 adet kalın hamur var. Bu set daha ince ve büyük olacak



şekilde açılır. Daha ince açılan 3 set hamur üst üste konur ve oluşan bu hamur kare parçalar şeklinde kesilir.

Doldurma:

Kıyma, küçük küçük doğranmış sođan, tuz, kırmızı biber (aleva) ve karabiber yađda kavrulur ve sođuması beklenir. Karıymın sođuduktan sonra kare hamurların ortasına dökülür.

Kare hamurların herbir köşesi karıylıklı olarak zarf şekli oluşturularak kapatılır ve tepsiye dizilir.

Mantı 30 dk fırında pişirilir.

Pişirdikten sonra peçeteyle örtülür ve 10 dk bekletilir.

Yođurtla servis edilir.

Afiyet olsun!

TIGANICE (PRIGANICE)

Hazırlanış süresi: 40 dk

Malzemeler:

2 kg un
az tuz
maya
su
2 l yağ

Hazırlanışı:

Derin bir kaba un, tuz ve mayayı koyun. Sıcak su ekleyerek karıştırın.



Foto. Shehida Miftari



Hamuru yoğurun, bezle örtün ve bekletin.

Hamura elle şekil verin ve önceden ısıtılmış olan yağda her iki tarafını da birkaç dakika kızartın.

Kızardıktan sonra başka kaba geçirin.



Foto. Shehida Miftari

Tiganice genelde yeni evliler için, evliliğin ilk günü hazırlanıyor. Şerbetle servis edilir.

Afiyet olsun!

***Hazırlayan: Aziza Šefitagić
(köy Donje Ljubinje), Prizren***

LOKMALAR

Hazırlanış süresi: 30 dk

Malzemeler:

3 yumurta
2 dl yađ
2 dl süt
az maya
az tuz
az þeker
1 kaþık elma sirkesi
1 kg un
1 - 1,5 lt sıvıyađ
yađmurlama için pudra þekeri
çikolata krema, reþel, marmelat istenirse



Foto. Alida Miftari

Hazırlanışı:

Yumurta, þeker, tuz, yađ, süt ve elmalısirkeyi kaþıkla karıþtırın. Un ve kabartma tozu ekleyin. Hamuru tamamen karıþana kadar iyice yođurun (kaba yapılmaması için). Hamuru bezle örtün ve bekletin. Karıþtırıp tekrar bekletin.

Hamuru, un serpilen masanın üzerine koyun, hamuru oklavayla açın ve yuvarlak parçalara ayırın (kalıp olarak bardak kullanabilirsiniz).

Derin bir tencereye yađ koyun ve ısıtın (yađın fazla ısınmaması gerekiyor, çünkü lokmalar fazla kızarabilir).



Foto. Alida Miftari

Lokmaların her iki tarafında sıcak yađa birkaç dakika kızartın.

Pudra þekeri ile çöređi serpin ya da reþel, çikolata krem ile doldurun.

Afiyet olsun!

Hazırlayan: Ziza Miftari, Prizren

RAMAZAN PITAYKASI

Hazırlanış süresi: 2 saat

Malzemeler:

un
tuz
maya
su
susam

Peynirli veya etli karışımı
pitaykanın ortasına koyun.

Peynirli karışım için: lor
peyniri, yumurta, tereyağ ve dereotu

Etli karışım için: et, soğan, yumurta ve maydonoz

Hazırlanışı:

Kaba su, maya ve un koyun. Hepsini birbirine karışana kadar karıştırın ve bu hamuru 50dk bekletin.

Hamurdan parçaları epi dilimlere ayırın (250/270 g. olacak şekilde) ve top şekline getirin. Odundan bir kabın üzerine koyun ve orda 30 dk bekletin. Bundan sonra elle toplara pitayka şekli verin (ortasındaki çöküntü olan kare şeklinde) ve susam ekleyin.



Şte de bađlı olarak lor peyniri ya da eti hamurun ortasına ekleyebilirsiniz.

Ve önceden ısıtılmıđ odun sobasında 7/10 dk pişirin.

Afiyet olsun!

Hazırlayan:
Fatmir Çuni - Fıyrcy“
ORTAKOLI”, Prizren

ÇAY PITESİ

Hazırlanış süresi:

1 saat 30 dk

Malzemeler:

un
1 fincan su
1 fincan süt
tuz
tereyađ
maya
sivi yađ

Peynirli karışım için: Lor peyniri (ciza),4 yumurta, tuz,tereyađ ve dereotu



Hazırlanışı:

Suyu, sütü, az yađý, tuzu, mayayý ve unu bir kaba ekleyin ve hepsi karyana kadar karyıtırýn. Hamuru 20 dk bekletin.

Sonra hamuru 2x4 eđit parçaya ayırýp, top þekline getirin. Bu toplary oklavayla açýn. Ve açýđýnız hamurlary üst úste koyun. Hepsini (8 tanesini) yađlayýn. Tepsiyeye geđirin ve her birin úzerine lor peyniri ekleyin. Kare dilimler þeklinde kesin. 200 °C fýrýnda piþirin.



Ayrılarla ya da turþuyla servis edin.

Afiyet olsun!

Hazırlayan: Ferdije Krueziu, Prizren

YUFKA / TARHANA

Yufka / Tarhana genellikle son bahar mevsiminde yapılır ki kış aylarında yenilmesi için. Yufkalar / tarhana açıldıktan sonra güneşte kurutulur. Yufka/Tarhana kahvaltıda tercih edilen yemek çeşitidir, üzerine yağ serpilir. Peynir, ayran ve turpıyla servis edilebilir.



Malzemeler:

1 litre süt, 10 yumurta, tuz, ihtiyaca göre un

Hazırlanışı:



Yumurtayı çırpın, tuz ve süt ekleyin. Yavaş yavaş unu ekleyerek hamur kıvamına gelene kadar karıştırın (orta sert hamur kıvamına gelinceye



kadar)..

Hamur, **yufka** için yuvarlak dilimlere

bölünür ve tepsiye dizilir. Biraz bekletilir. Daha sonra oklavayla açılır ve güneşte kurutulur.



Tarhana için hamurun daha kuru (sert) olması gereklidir. Toplar, peklinin daha belli olması için elekten geçirilmelidir. Küçük tarhana taneleri güneşte kurutulur.

Afiyet olsun!

Hazırlayan:

Sabriye Çuse , Prizren

KAÇAMAK

*Hazırlanış
süresi: 60-90 dk*

Malzemeler:

1 lt su
1 kg mısır un
tereyađ
tuz

Hazırlanışı:

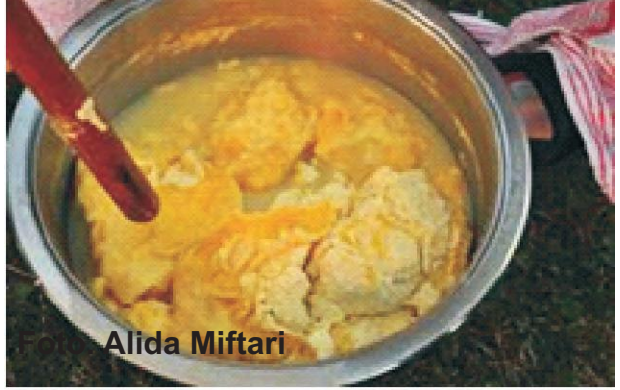
Suyu bir tencerenin içine koyup kaynatın.

Kaynadıktan sonra tuz ekleyin, atepi kısın ve tahta kaşıkla karıştırarak mısır unu ekleyin. Kaçamađı tahta kaşık tencerenin dibinde iz bırakana kadar pişirmeniz gerekiyor. Atepten kaldırın ve iyice oklavayla karıştırın.

Kaçamađı tepsiye geçirin.

Ayrı bir tencerede bir ya da iki kaşık tereyađ eritin ve sıcak tereyađı kaçamađın üzerine ilave edin. İyice karıştırın.

Kasik yardımıyla küçük parçalar haline getirin.



Alida Miftari



Foto. Alida Miftari

Afiyet olsun!

*Hazırlayan: Arzija Batijari,
Prizren*

MISIR EKMEĐI

Hazırlanış süresi:
40 dakika

Malzemeler:

4 yumurta
3 su bardađymısy
unu, 3 su bardađy
beyaz un (buđday
unu), 2 su bardađy
yođurt,
2 su bardađysüt
1 su bardađyad
2 adet kabartma



Foto. Alida Miftari



Foto. Alida Miftari

tozu, tuz (tadına göre)

kullanılabilecek doldurma için :
ispanak, lahana, peynir, pýrasa

Hazırlanışı:

Ispanadıiyice yıkayın, kurutun ve
ince þekilde dođrayın.

Yumurtaları, yođurdu, sütü, tuzu
ve yađykaryptýn. Sonra mısy
unu, buđday unu ve kabartma
tozu (hamurun orta yođunlukta

olması gerekiyor) ekleyin. Ýice
karyptýn ve önceden hazý olan
ýspanadıyekleyin.

Kabý yađlayın, hamuru içine
koyun ve 200°C'deki fırında
kızarana kadar pişirin.

Pişiş olan proyayı mutfak
beziyle yumuşaması için 5 dk
örtün.

Ispanak yerinde lahana, peynir,
pýrasa kullanabilirsiniz.

Sýcak proya, bir fincan yođurtla servis edilir.
Afiyet olsun!



Hazırlayan:
Ljutvije Nimani ,
Dragař, Prizren

BIBER SALATASI

Malzemeler:

3-4 acýbiber, az tuz,
az karabiber, az yađ, az sirke,
az maydanoz
süs için: yarým domates

Hazırlanışı:

Biberleri pıpirin ve sođudu-
ktan sonra kabuklarýný ayırýn.
Yađ, sirke, tuz, karabiberi
karýştırýn ve biberlerin üzerine
serpin. Maydanoz ve domat-
esle süsleyin.

Afiyet olsun!

Bu salata sonbahar sýrasýnda,
biber mevisiminde hazýrlanan bir
salatadýr. Daha önceki zaman-
larda için kaçýnılmaz bir öđündü.
Özelikle erkekler, kýyın bir araya



Foto. Alida Miftari

gelip ormana odun toplamaya
gitmeden önce tüketiyorlardý.

Hazırlayan:

Dijana Ademović

(köy Gornje Ljubinje), Prizren

HAVUÇTAN ACI SALATA



Foto. Alida Miftari

Malzemeler:

500 g havuç
tuz
kara biber (isteđe bađlý)
2-3 adet sarýmsak
3-4 acýbiber
1 kaþık zeytinyađý (ya da
normal yađ)
1 kaþık aromalý elmalý sirke
(ya da normal sirke)

Hazırlanışı:

Havucu temizleyip
rendeleyin. Tuz ekleyin ve yumuþamasý için bekletin. Sonra sarýmsađý
ve acýbiberleri dođýrayýn, miktarý kendiniz belirleyin. Hepsini bir
araya getirin, tuz, zeytinyađý ve elma sirkesini ekleyin.
Yarým saat bekletin.
Afiyet olsun!

Hazırlayan: Dijana Ademović
(köy Gornje Ljubinje), Prizren

HELVA

Helva en eski bir tatlı türüdür, ve geleneksel olarak Bayram kutlamaları için hazırlanan bir tatlıdır. Bayram, İslam dininde özel bir gündür ... “helva” arapçadan gelen bir isimdir ve peker (tatlı) anlamına gelir.

Hazırlanış süresi: 20 dakika

Malzemeler:

100 g un

100 g peker

100 g tereyađya da evde yapılmıř tereyađy

1 pekerli vanilin

gerektiđi kadar su

yađmurlama için ceviz (isteđe bađly)

Hazırlanışı:

Tereyađya da evde yapılmıř tereyađy eritin. Erittikten sonra, un ekleyin ve tahta kařıkla karıřtırın, un hafif kahverengi bir renk alana kadar karıřtırın, tahminen 10 dakika. Un piptikten sonra pekeri ekleyin, pekerli vanilin ve suyu ekledikten sonra birkaç dakika daha tamamen karıřana kadar karıřtırın.



Foto. Şehida Miftari

Helvayı kařıkla çykartıp tabađa bořaltın ve üzerine ezilmiş ceviz serpin (modern versiyon için, helvaya hindistan cevizi ya da kuru üzüm ekleyebilirsiniz). Afiyet olsun!

Hazırlayan:

Salhida Fejzi

(köy Manastirica), Prizren

KADAYIF

HAZIRLANIŞ SÜRESİ: Hazırlanışı:

70DK

Malzemeler:

1 kg kadayıf (refüs)



Foto. Alida Miftari

300g ceviz

100 g tereyađ

yađ

Şerbet:

1.5 kg şeker

2 lt su

1 şekerli vanilin

4 dilim limon

Yık önce şerbeti hazırlayın. Şerbeti, suyu, şekerli vanilin iyice karıştırarak ve 4 dilim limon ekleyerek ocakta hazırlayın. Limon rengini deđiştirdiğinde şerbet hazır demektir (30 dk kaynatıktan sonra).

Tepsinin dibine yađ sürün. Yarım kilo kadayıfı dođrayın ve tepsinin dibinde koyun. Yarım cevizi de kadayıfın üzerine koyun. Sonra üzerine



Foto. Alida Miftari



geri kalan yarım kadayıfıda ekleyin. Tereyađı ince dilimlere kesip kadayıfın ikinci katına koyun. Kadayıfı 180°C'deki fırına koyun. 1saat fırında pişirdikten sonra geri kalan cevizlerle üzerini süsleyin. Afiyet olsun!

Hazırlayan:

Anisa Ahmeti, Prizren

KISSES (ÖPÜCÜKLER)

Malzemeler:

3 yumurta
2 dl yağ
2 dl yoğurt ya da süt
2 dl şeker
1 şekerli vanilin
ihtiyaca göre un
kabartma tozu
doldurma: süt,vanilya/çilek
özü (isteğe bağlı), şeker,
hindistan cevizi (isteğe
bağlı),reçel.

Hazırlayışı:

Hamur

Yumurta, şeker ve yağ çırpın. Sonra süt ve şekerli vanilin ekleyin ve karıştırın. En sonunda da un ve kabartma tozu ekleyip hepsini karıştırın ve elinize yapışmayana kadar iyice yoğurun. Hamurdan parçalar kopartıp top şeklinde yapın. Hamurun ortasına çöküntü yapın.

Daha önceden yağlanmış olan kaba koyun ve 220°C fırında kızarana kadar pişirin.

Doldurma

İki kap hazırlayın, birinde 200ml süt koyun (gerekirse daha fazla koyabilirsiniz), şekerli vanilin ya da isteğe bağlı olarak çilek ekleyin. Diğer tatlıların her iki tarafını bu karışıma batırın.

İkinci kaba ise şeker ve hindistan cevizi (isteye bağlı) koyun. Önceki karışıma batırdığınız tatlıları bu karışıma da batırın.

Foto. Şehida Miftari



Tatlıların ortasındaki çöküntüyü reçel ile doldurun ve çöküntüler birbirine bakacak şekilde iki tane tatlıyı birleştirin. Hepsini bu şekilde hazırlayın.

Hazır olan tatlıların üzerine pudra şekeri serpin ve servis edin.

Afiyet olsun!

*Hazırlayan: Alida Miftari,
Prizren*

SÜTLAÇ

Hazırlanış süresi: 30 dk

Malzemeler:

1 lt süt

1 lt su

4 dl pirinç

7 kaşık şeker

1 şekerli vanilin

az tarçın (isteğe bağlı)

Hazırlanışı:

4 dl pirinci yıkayın, tencereye koyun. Suyu da pirincin üstünü geçecek kadar ekleyip, kaynatın.

Kaynadıktan sonra kalan suyu ekleyin ve kısık ateşte, pirincin yanmaması ve tencereye yapışmaması için sık sık karıştırarak kaynatın. Kaynadıktan sonra sütü ekleyin ve tekrar karıştırın. Bu da kaynadıktan sonra ve süt koyulduktan sonra, şeker ve şekerli vanilin ekleyip 2 dakika daha kaynatın.



Foto. Alida Miftari

ŞEKERPARE

Hazırlanış süresi 2 saat

Malzemeler: ½ kg tereyağ, 2 kaşık yoğurt, 1 yumurta, 1 kabartma tozu, 1 küçük kaşık karbonat, un

Şerbet için:

1 litre su, 1kg şeker

Hazırlanışı:

Tereyağı tencerenin içine koyup, ateşte eritin. Erittikten sonra ateşten kaldıran ve içinde un, yumurta, yoğurt, kabartma tozu ve karbonat bulunan kaba ekleyin.



Unu ise yavaş yavaş, hamur ele yapışmayana kadar ekleyin. Hamuru top beklinde ayırıp tepsiye dizin. Tepsiyi 200 °C'deki fırında pişirin.

Sıcak şekerpareyi sıcak şerbetle ıslatın.

Afiyet olsun!



Hazırlayan:

Nazmije Kovaçi, Prizren

KALBURABASTI (URMAŐICE)

Hazırlanıő süresi:

60 dk

~ 55 adet

Malzemeler:

3 yumurta, 3 fincan yađ

1 fincan süt (tatlısüt ya da yođurt), 3 fincan

pekler, 1 adet kabartma

tozu, 1peklerli vanilin

un (gerekirse)

Őerbet:

11 fincan pekler

13 fincan su

limon

Hazırlanıőı:

Őerbet:

Pekeri ve suyu tencerede kaynatın (kapađýkapalıytutun). Limonu kesip ekleyin. Őerbetin sođumasýnybekletin.

Hamur:

Yumurtayý ve pekeri karyıtýn, yađ ekleyin.

Karyıtýdyktan sonra

süt ve peklerli vanilin

ekleyin ve yine karyıtýn.

En sonunda da un ve

kabartma tozu ekleyin ve

çýrýn. Hepsini bir araya

getirdikten sonra parmaklarıńıza yapıymayana kadar iyice yođurun. Hamurdan yumurta peklinde parçalar koparıń ve yuvarlayın, sonra oklavayla açın.

En sonunda hamur pekilli olsun diye rendeye üzerine bastýn ya da çatal ile pekil verin ve daha önce yađlanmış tepsie dizin. Kızarana kadar 200°C fırýnda pişirin.

Kalburabastýőçakken üzerine biraz őrbet dökün, 15dk bekletin sonra kalan őrbeti dökün.

Afiyet olsun!



Foto. Őehida Miftari



Foto. Őehida Miftari

TESPIŐTE

Malzemeler (hamur için):

2 fincan kaynatılmıő süt
250 g. tereyađ-margarin
3 fincan un
150 g öđütülmüő ceviz
1 yumurta

Őerbet için:

2 fincan ęeker
2 fincan su

Bu tatlı kaynatılmıő olan sütün
tenceresinde hazırlanıő.



Foto. Alida Miftari

Ýk olarak, bir tencerede süt iki
bardak dökün. Tereyađve
sonra unu ekleyin. 15 dk
buharda hamur olana kadar
kaynatın. Sıcak hamuru tepsiye
geçirin (tepsi no: 40). Yumurta



Foto. Alida Miftari

ve ceviz ekleyin. Hamuru tepside
ince ęekilde açın. Hamuru baklava
ęeklinde kesin.

Bu hamuru fırına atın ve 45 dakika
pişirin. Fırın ilk önce
250°C'de olsun, sonra
bunu 150°C'ye çekin.

Perbeti kaynatın. Sıcak
ęerbeti, sıcak tatlının
üzerine dökün.

Tatlısođduktan sonra
yiyebilirsiniz.

Afiyet olsun!

*Hazırlayan:
Vezira Emruői, Prizren*

BAKLAVA

Malzemeler:

8 yumurta
2 adet yumurta sarıŝı
1 bardak yođurt
1 bardak yađ
yarım bardak süt
az tuz
1 havuç þeker
un
ihtiyaca göre niþasta
öđütölmüþ ceviz
tereyađý



Ŗerbet:

1.200g þeker
1 litre su

Hazırlanışı:

Tüm malzemeyi (yumurta, yumurta sarıŝı ekþi krema, yađ, süt, tuz, þeker ve un) birleþtirin ve hamur yođurun. Hamur küçük, yuvarlak dilimlere ayrılıŝ ve niþastayla beraber açılıŝ. Hepsi açıldıktan sonra 5er adet kapatılıŝ ve tepsinin büyüklüđüne göre daha çok açılıŝ. Diđerleri de aynıþekilde açılıŝ.



Aralarına ceviz ve eritilmiş yađ eklenerek birer birer tepsiye dizilir.

120°C'deki fırında 3-4 saat herbir kat kızarana kadar pişilir.

Baklava sođuduktan sonra üzerine þerbetle dökölür.

Afiyet olsun!

*Hazırlayan: Drita
Mustafa, Prizren*

SERAVNIK

Malzemeler:

2 lt süt (sera)
5 adet yumurta
8 kaık þeker



Hazırlayıřı:

Bir kapta yumurtayı ıyrın, þekerle karıřtırın ve bunları süte ekleyin. Fırını ısıtın, yađlanmış tepsinin üzerine karıřtırımı koyun ve kızarmaya bırakın.

Afiyet olsun!

** serumlarında; inek buzađladıktan sonra sađılan ilk sttr. Bu süt, normal süte göre daha yođun ve daha sarıdır.*



Foto. Alida Miftari

*Hazırlayan: Ramiza
Smailji (köy Muřnikovo),
Prizren*

KAYMAÇA'YI



Malzemeler:

8 yumurta

8 kaşık peker

1 litre süt

3 kaşık un ya da

nişasta

yağ

Şerbet için:

300 g peker

2 dl. su

Hazırlanışı:

Yumurta ve pekeri çırpıtın, sonra un ve süt ekleyin (durmadan karıştırın).

Bu karışımı yağlanmış, sıcak tepsiye dökün. Kaymaça'yı en

yüksek derecede, 30-40dk pişirin. Kızardıktan sonra fırından çıkartın ve 5 dk kaynatılmış şerbeti üstüne serpin.

Bu tatlıyısoğuk servis edin.

Afiyet olsun!

Hazırlayan:

Miradija Berisha, Prizren



FLAVOR OF FORGOTTEN DISHES OF PRIZREN





"Flower of forgotten dishes "

Project Author : Alida Miftari

Implementers of project :

Drita Vukshinaj, Coordinator of Project

Alida Miftari, Ass. Coordinator of Project

Nafija Bytyqi, Administrative Ass.

Photo:

Alida Miftari,

Drita Vukshinaj,

Shehida Miftari

Volunteers of NGO "Femra për Femrat me Aftësi të

Kufizuar" /Women for Women with Disabilities

Circulation :

150 primeraka

Press:

"Blendi" - Prizren

**Project is implemented with financial support from :
Cultural Heritage without Borders (CHWB)**



CONTENTS

I. INCOMING

MEANING, 3
SIGNIFICANCE, 5
ABOUT FOOD, 6

II. SOUPS

PAQA, 7
PRINCE SOUP, 8

III. MAIN DISHES

PASHA QYFTE, 9
SOGAN QYFTESI
(ONION KEBABS), 10
SARMA WITH GRAPE LEAVES
(OR CABBAGGE LEAVES) .2, 11
DOLMAS , 12
IMAN BAJELLDI, 13
TAVA PRIZRENASE, 14
ELBASAN TAVA, ELBASAN
CEILING, 15
MUSAKA PRIZRENASE, 15
FLI, 16
CORN FLIA, 17

IV DISHES WITH FLOUR

TRADITIONAL ALBANINAN
BREAD, 18
BYREK I ZIER BOILED PIE, 19

GALERIE, 20

ROLL PIE WITH MEAT, 22
MANTIA PRIZENASE, 23
PANCAKES, 24
KROFNE, 25
PRIZREN'S PITAJKA, 26
ËAHIJA, 27
JUFKA /TARANA/32, 28

V. DISHES WITH CORN

FLOUR
POLENTA , 29
LEQENIK, 30

VI. SALATS

PEPPER SALAD PECIPE, 31
HOTCHILLI CARROT
SALAD, 31

VI. SWEETIES

HAVLA/12, 32
KADAYF/10, 33
KISSES(OR PEACH), 34
SUTLIJAS, 35
SHEQERPARE
(SUGARMONEY), 35
HURMASHICA, 36
TESPIShte, 37
BAKLLAVA, 38
SERVANIK, 39
KAJMAQIN, 40



MEANING:

The smell of warm food , warm word , which brings a lot of laughter and tears , the natural environment , birds chirping This was the atmosphere that surrounded this project . This brought me back to childhood , when all the children gathered in the yard of my grandmother . She cooked us old dishes , chatting with them stories . We were sitting around the old stove in the yard , listening with eyes wide open what will say , no patience or cold polenta pie to bake . Twenty years later , in the age of the Internet and fast food , I felt the need to get food and socializing culture held in one place .

Nostalgia for childhood surrounded by smells , tastes , colors . Childhood when there was abundance , when women and men used their imagination to prepare dishes that everyone will like it and , in turn , will have enough of them for everyone to eat and stomach full until the next meal . There was no diet , no one knew for mandatory five meals a day . Breakfast, lunch and dinner meals were about which gathers the whole family . After fieldwork, in the field , neighbors and relatives would gather in the evening , sang , talked , laughter is the way children Orio trails are dusty , barefoot . We shared what you had . And everyone was happy .

Many of the foods that have found their place in this cooks have long been forgotten . Prepared only on special occasions . It is necessary to devote their time , prepare them with love . Food tells us his story .

When preparing large family we visited , talked with people who prepare the food, getting back to childhood , recalling their stories about a particular course . We visited Prizren , many villages in the parish of the village novel in The Hague

region, Dragas ... we participated in the preparation of common meals. Let's just enjoy after preparation with several family members and friends . Some dishes we divided the people in the neighborhood , for the poor . Gave women a meal at the shelter . For people who need support to realize some thoughts on them . I want to thank Drita Vukshinaj which also provided support to this project is realized , family and friends for their support and volunteers of " Women for Women with Disabilities " from Prizren . I especially want to express my gratitude CHWB (organize Cultural Heritage without Borders) , which is financially supported this project . I hope we manage to convey a part of this experience for you . We hope you enjoy reading and preparing these recipes and you will share with their loved ones .
You BAFTA good!

Alida Miftari

SIGNIFICANCE

The only place where all the family are together is called “Sofra” round table .It is that kind of place when interlaces a lot of stories and conversations.”Sofra” in our tradition it's the kind of place that it is said that you cannot talk but in the other hand a lot of decisions are taken there. It is.....the favorite place for every one .It is a place filled with the odor of food, especially traditional foods. Foods that are made from hands of our mothers or grandmothers. The warmest place, the place that you enjoy food just by seeing, not by mentioning traditional ones. I remembered as a young woman a phrase that is used by the natives of Prizren . Typical kitchen is that kind of kitchen of poor people, but they knew how to use with hospitality the natural resources. It is not a very refined cuisine but that has a special character with a strong flavor of typical Balkan Illyrian, with a good flavor of sustainable .. and above all have a long infinite memory. In our antique Prizren it is an expression which is used before the first century that is loyal to the time. When a boy wanted to marry a girl, the family was concerned about the girl however the first questions was: If the girl knows how to prepare/cook the “PrizrenTava” and corn bread? This expression is so true because when “PrizrenTava” baked in “Ralin” we can felt the smell 'till to the “Rapi I Marashit”. Many members of this association are implicit for this project on a voluntary basis to collect multiple prescriptions from all communities that lives in Prizren, starting from the Zupa and ended up in Has and Vrrini side. Women with disabilities have felt great pleasure in the field together leading by Alida Miftari, Nafije Gashi, by collecting recipes of the overall tireless women. The special thanks goes for the donator for supporting this project for the traditional foods, this project has special features to preserve the culture and the tradition of this people.

ABOUT FOOD

Traditions have a very important role in the life of every nation , and constitute an important element of the culture , traditions and customs , especially during meals tradiconalnih saving family and national holidays . Traditional cuisine of Kosovo was formed during a period of adjustment dishes from all parts of Kosovo , today represent many delicious dishes with many different vegetables , flour , milk and milk products that are mainly bake , cook and fry with a little water , a little roux and without a very strong spices angry . Spices are used in discrete quantities and only minimal stress based natural taste and aroma of food . There are , of course , expertly prepared all kinds of pie , oriental sweets , which really has no place in a healthy diet and which were necessary for energy at a time when there were no cars , but all work carried out by hand , and other types of things that lovers of good food remains an unforgettable memory.

PAQA

Preparation and cook time :2 hours

Ingredients:

Beef with bones
200 gr butter
Salt
Spice "Vegeta"
3-4 Garlic
2 spoons vinegar
Flour



Preparation:

Put the beef in a container, with salted water and veget and then heat. Into a pan you put butter and melt it ,after the butter is melt put a cup of flour and heat till it takes the brown color.

After beef is boiled ,you take the water and boil the Mihane(the butter and the flour) and let to heat .

Clean the beef and push away the bones ,and cut it into small pieces .All these you put in a pan with water ,salt, vinegar and small pieces of garlic.

Let to boil for about 30 minutes



Before it is served :

In a pan heat the butter ,and put red pepper .

What to accompany:

Mix melt butter and red pepper and drop it to Paqa.

Enjoy you meal.

*Prepared By
:Mirjeta Krasniqi-
Prizren*

PRINCE SOUP

Preparation and cook time :45 minutes

Ingredients:

80 gr onion
150gr butter
5 garlic
150 gr carrots
3-5 spoons flour
500 gr chicken meat
Presley
1 Lemon
salt ,black pepper



Fot. Shehida Miftar

Preparation:

Let it to boil the chicken meat in a pot.

Cut in small pieces the onions ,garlic and carrots and put to singe into butter .Gradually put the flour till it takes yellow color .The boiled water from chicken meat drop into the mixture ,and let to boil in low temperature for 15-20 minutes .

Take the meat and cut in horizontal form and put it .

Also don't forget to put the spices (salt ,black pepper) .Let it to boil for 15 minutes. While the soup is boiling ,in small pot ,cut the lemon in 4 piece and boil for a while.

Decorate with Presley ,and put the lemon.

Soup should be neither too thick nor too thin.

**Prepared By :
Arun Arifi- Prizren
Good Meal!**

PASHA QYFTE

Ingredients:

½ minced meat
1 cup rice
2 teaspoons salt
1 teaspoon black
pepper
Presley

Phil :

3 eggs
3 spoons yogurt
3 spoons flour

Preparation:

Mix together in a large bowl (minced meat ,rice, salt, black pepper and crushed Presley)

With the mixture formed make round forms with diameter 2-3 cm .
In another bowl mix together eggs and yogurt .

Take the round forms lubricate in eggs and yogurt mixture and then in flour .

And in the end fry in a hot oiled pot .



Fot. Alida Miftar



Foto. Alida Miftar

SOGAN QYFTESI(Onion Kebabs)

Preparation and cook time:2 hours

Ingredients:

1kg minced meat
Salt
Black pepper
Vinegar
1kg onion
Oil
Flour



Preparation:

In a bowl put minced meat, salt ,black pepper and start to mix .When the mixture is mixed well ,start to take small parts and make round forms (small balls) .These small balls put in a flour and then in vinegar .Let it to stay for 15 minutes in order to absorb .

In an other pot ,put the chopped onions and the spices .Singe them for 30 minutes with oil .

Grease a pan dish and put the small balls together with onions .

Place the pan dish into oven and let it there for 20 minutes .

What to accompany:
Yogurt



*Prepared By:
Medija Luma
-Prizren
Good Meal!*

SARMA WITH GRAPE LEAVES (or CABBAGGE LEAVES) 2

Preparation and cook time:2 hours

Ingredients:

Grape leaves (or cabbage leaves)
1 kg minced meat
1 coffee cup of rise
2 onions
1 teaspoon of black pepper
1 teaspoon salt
1 teaspoon of red pepper
3 teaspoons of veget
1 egg

Preparation:

First you sheet the grape or cabbage leaves and than let to dry . After some minutes you cut the butts .You fry onions and after frying you heat it and put other ingredients : minced meat, rise, black pepper , salt, ,veget and the egg and mix together with spoon .Later you take the grape (or cabbage leaves) and wrapped with homogeneous mass to form cylindrical form (Sarma's form) .List in the pot and throw a

glass of water ,butter, red pepper and vegeta .Let to fight about 1:30 minutes and then scored in a baking pan and put in oven for 30 minutes .

What to accompany: With Yoghurt .Good Meal!



DOLMAS

Preparation and cook time:

1h 30 minutes

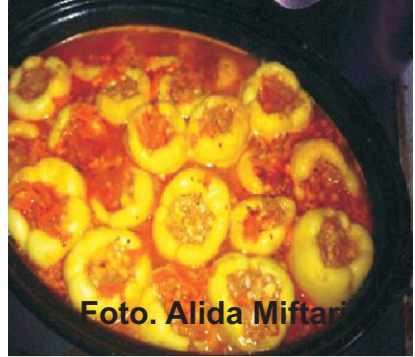
Ingredients:

1kg minced meat
1 onion ,finely chopped
2-3 tomato
1/4 bunch parsley chopped
100 gr rice
1 teaspoon red pepper
2 potato
1 carrot
2 spoon butter
salt
black pepper
oil

Preparation:

For 15 medium pepper. Might be red ,green peppers ,somborka . Take out the tops off the pepper with the help of your thumb and remove all seeds .Then wash the peppers and sprinkle salt in each of them .

Place the ground meat ,rice ,onion



,tomatoes ,salt ,parsley ,red pepper, black pepper in a bowl and knead thoroughly .

Stuff the pepper with the rice mixture and place them in a large pan .Add the butter and 3 cups of water.

Turn on the heat to high for water to boil and put the carrot and potatoes .Once it starts boiling ,turn the heat down to lowest and cook for 1 h and 10 minutes ,until the rice is tender .

Heat the oven to 200° C .Put the peppers in a dish pan and pour the water with vegetables .Let it for 15 minutes and cover with aluminum bag .

What to accompany:

Serve warm with yogurt.



IMAN BAJELDI

Preparation and cook

time: 2 hours

Ingredients:

1 kg minced meat

5 black eggplant

1 onion

1 tomatoes

1 Parsley bundle

Salt

Black pepper

Veget

Preparation:

Cut eggplants in a round form and put in a salted water about 10 minutes. After the time is up, we give the round shaped tomato piece time to dry on tissues.

Later you fire the minced meat together with onion, and while it is heated put other ingredients like : salt ,black pepper, tomatoes , vegeta and Parsley .

The circle black eggplants fire in oil in both sides .After they are fired but in round container to form a layer where above it you put the half of meat mix . Over the meat we form a layer of

tomatoes, after which we will put another layer of leftover meat. Put in an oven for about 30 minutes

What to

accompany:

Yogurt with Garlic



TAVA PRIZRENASE

Preparation and cook

time: 4 hours

Ingredients:

2kg of beef with bones

½ kg eggplant(black)

½ kg Okra

1 kg tomatoes

5 onions

Salt, red pepper

Vegeta, butter.

Preparation:

Firs you throw the butter into pot and melt it ,after you put beef to be heated .While it is heated you put other ingredients like : onions ,black eggplant ,okra ,tomatoes ,salt and red pepper . Let it be heated for about 30 minutes until homogeneous mass if formed .All the mass you put in earthy dishes (Tava) ,and enter in a oven at 150 grade temperature about 2 hours and 30 minutes .Time by time look for it and cover with aluminum bag .

What to accompay: With Yogurt .



*Prepared By: DritaVukshinaj –Prizren
Good Meal!*

ELBASAN TAVA, Elbasan ceiling

Preparation and cook time:

1 h 30 minutes

Ingredients:

1-2 kg lamb
5 eggs
3 cups yogurt
4 spoons of flour
200 gr. butter
3-5 cloves of garlic
salt and pepper

Preparation:

Lamb meat is cut in pieces and cooked with some salt. In the casserole the eggs are beaten together with flour, yogurt and garlic. Don't forget the spices ("Vegeta", black pepper and red pepper). Three glasses of water from the cooked lamb are added to the mixture and the casserole



is put in the preheated oven. Half an hour after, when the mass in the casserole is thickened the lamb pieces are added and the casserole comes into the oven again for an hour.

What to accompany:

Yogurt, prickles.

Prepared By:

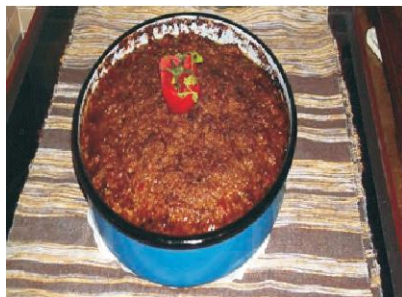
*Valbona Himaduna -Prizren
Good Meal!*

MUSAKA PRIZRENASE

Preparation and cook time:

2h 30 minutes

Ingredients: 2 kilos of minced meat, 1/2 leek, ,30gr butter, 1tomatoe, 1 bunch of parsley, Salt,



black pepper, vegete,

Preparation: Meat frying with butter and after 15 min we put crushed leek,salt,veget, and black pepper.

During the entire time of frying,we mix with wooden spoon for 1 hour.Before we complete we put tomato and crushed parsley.We placed it in oven for 30minutes.It is Served with salad,pickles and yogurt.

Prepared By:

Sadije Gurrizi – Prizren

Preparation and cook time: 2 hours

Ingredients:

(For 4-5 people) preparation time: 2h 10 min

1kg flour

3-4 glasses of water with salt

500g butter

2 cups cream tea

Preparation:

In a bowl thrown flour, salt, cold water and mix into a dough as thin pancakes. In another container melt the butter, cream, oil and milk, mixed

measures established until all containers are merged into a single measure. Grease the baking pan with fat and thin pastry will be taken with a tablespoon from the edge of the baking pan thrown up near the middle row are created that cover all tray. Mid which is filled with parallel rows empty. The whole surface is coated with a measure prepared and introduced into the furnace of heat. It matures for 3-5 minutes. Extracted from the furnace to continue with another order. Thin



dough already thrown in the same way but between two queues until it covered the entire pan. Again smeared with size and bake for 3-5 minutes. This procedure continues until the pan is full. It shall leave to cool for 10 minutes and then served.

What to accompany:
yogurt, cheese or honey.

*Prepared By :
Shendije Nezaj- Has
Good Meal !*

CORN FLIA

Preparation and cook time:
2 hours

Ingredients:

3 kg Corn Flour
2 L Water
2 spoons salt
2 cups cream team
500 gr butter
1 kg leek
½ kg cheese

Preparation:

Corn Flija ,it is also traditional food but these days it is only prepared in villages (mountain villages)

In a bowl thrown flour, salt, cold water and mix into a dough as thin pancakes. In another container melt the butter, cream, and ,milk,mixed measures established until all containers are merged into a single measure. Grease the baking pan with fat and thin pastry will be taken with a tablespoon from the edge of the baking pan thrown up near the middle row are created that cover all tray. Mid which is filled with parallel rows empty. The whole surface is coated with a measure prepared and introduced into the furnace of heat. It matures for 3-5 minutes.Extracted from the furnace to continue with another order.Thin dough already thrown in the same way but



between two queues until it covered the entire pan.Again smeared with size and bake for 3-5 minutes.When you come to the middle you put the leek and cheese mixture. And continue the procedure until the pan is full. It shall leave to cool for 10 minutes and then served.

What to accompany:

Yogurt , Pickles

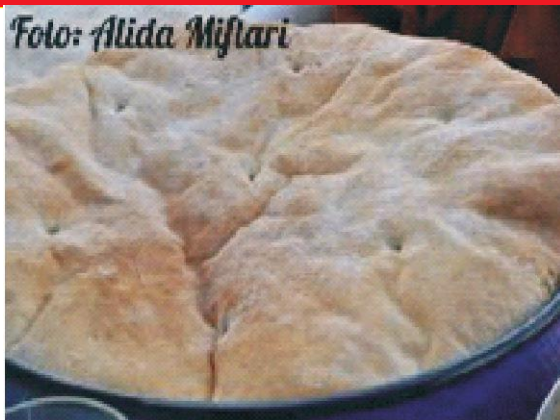
Prepared By :
Nazife Nezaj- Has
Good Meal!

TRADITIONAL ALBANINAN BREAD

**Preparation and cook
time: 2 h**

Ingredients:

1kg flour
20 gr yeast or 2 teaspoons
yeast
1 teaspoon salt
1 teaspoon sugar
Oil
2 cups warm water



Preparation:

Melt the yeast in a warm water .

In a bowl put the flour, salt, sugar, melted yeast ,oil and the warm water.
Start mixing them .The dough will be smooth and not sticky .

Cover with a napkin and let it doubled for 1 hour.

Punch down dough on a lightly floured work surface. Make round forms
and again cover with a napkin for 30 minutes .

When time is finished up, put it in a baking pan . Bake for 15-20 minutes.



*Prepared By:
Nazife Nezaj –Has
Good Meal !*

BYREK I ZIER Boiled pie

Preparation and cook time: 1 h 20 minutes

Ingredients:

1 kg flour
1 package dry yeast
Salt (as needed)
Oil (for dashing)
100 gr butter
Warm water (as needed)



Foto. Alida Miftari

Preparation:

In a bowl mix the flour together with salt .Gradually pour the warm water and start mixing with hand. The formed dough let it to stay in a warm place for 15 - 20 minutes .

In a floured surface ,divide the dough into the shape of a baking pan until you have used all the dough.

You oil the baking pan and lay the first six layers and every layer you sprinkle with some butter the opened core is put in the baking pan and we repeat with the 6 other layers. Then we put all in the baking pan where we have put the first ones. The last layer is oiled and we bake it in the oven on the 250 ° C until it becomes golden color on top. The baked pie is taken out of the oven and is cut

into pieces and can be sprinkled with some oil drops. Mix it and then serve it with cheese , yogurt or milk..

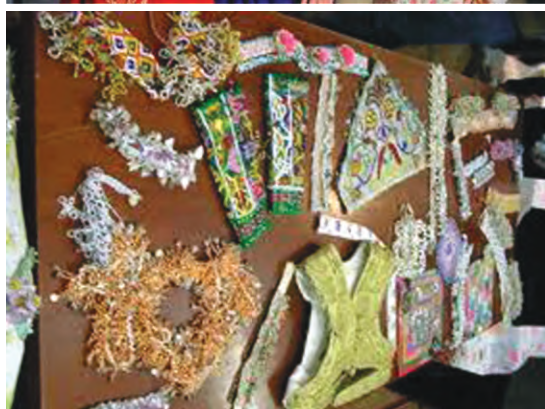
What to accompany:

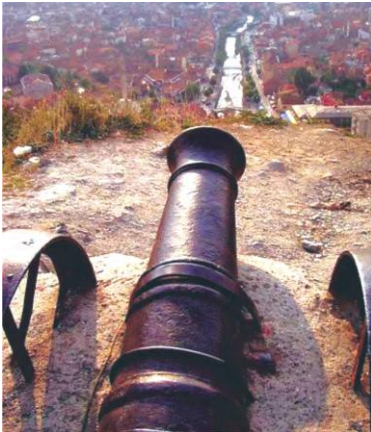
Yogurt, prickles .



Foto. Alida Miftari

Prepared By :
Ziza Miftari-Prizren
Good Meal !





ROLL PIE with MEAT

Preparation and cook time: 1h 20 minutes .

Ingredients:

500 gr flour
3 spoons oil
110 degree water

Phil:

400 gr minced meat
1 onion
Oil
Salt
Black Pepper
200 gr butter



Foto. Alida Miftari

Preparation:

The Phil : Cut the onions and fire till they change the color. While are heating put the minced meat, black pepper ,salt and fire together.

In a large bowl put the 110 degreed water,500gr of flour ,3 spoons oil, and salt .Mix it till you form a homogeneous mix . Cover and let rise until mellow. Punch down dough on a lightly floured work surface. Separate the dough mix into 2-3 equal parts .(depends on the mass of pan) and cover again until it doubled.

After 30 minutes take one part and make a thin large round with hands or rolling pin .The layer sprinkle with butter and put the meat mixture .Make a roll and put in a pan .This procedure you do for another 2 parts .In the end the pan will take the snake form .Cover with butter and put in a oven for 200 ° C until it takes the lightly gold brown color. (40 minutes)

What to accompany :Yogurt and Tarator



Foto. Alida Miftari

Prepared By:
Ziza Miftari
Good Meal!

MANTIA PRIZENASE

Preparation and cook time: 1 h 30 minutes

Ingredients:

1kg flour
2 cups lukewarm water
2 tablespoon oil
a little salt to the dough as desired
600 gr minced meat
3 large onions
black pepper



Preparation:

In the tray table thrown flour ,lukewarm water ,oil ,salt and mix. From homogeneous mixture made 30 small pastries. Each bun increase diluting with palms of the hands. Painted cakes with butter and join tenner .Tenner each diluted in a large lump and three noodles ,merged together in a single .Lump divided into squares .To full fill the lumps you need minced meat ,salt ,onions and black pepper.

So you singe them into oil and in the end just put a teaspoon of red black pepper to change the color.

Measure should be left to cool and then filled the boxes of previously prepared . Each square wrapped diagonally from the four sides (like an envelope) and put into baking pan to roast for 30 minutes . After it is baked ,covered with napkin for 10 min .

What to accompany: Yogurt

Prepared By :Vaide Tarashaj-Vlashnje-Prizren

PANCAKES

Ingredients:

2 kg flour
little salt
1 package bread yeast
water
2 dl oil

Preparation:

In a large bowl put the flour ,salt and bread yeast .Start to mix it and gradually throw hot water .Mix it till homogenous mixture is formed .

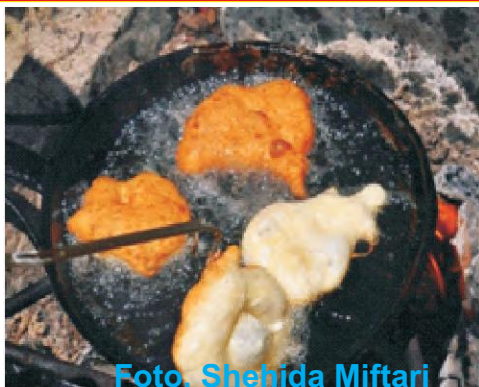


Foto. Shehida Miftari



Let the dough in a warm place .When the dough is a bit doubled take small parts from it and throw into hot oil . When the “irregular shape” takes light brown color take them away.Continue the procedure with all the dough .

What to accompany:
cheese or jam .



Foto. Shehida Miftari

Prepared By:
Aziza Šefitagić-Lubinje e
poshtme
Good Meal!

KROFNE

Preparation and cook time:

1h 30 minutes

Ingredients:

3 large slightly beaten eggs

4 ounces butter

2dl oil

1 cup milk

6 cups all-purpose flour

1package active dry yeast

2 teaspoons salt

¼ cup of sugar

1 cup 110 degree water

Preparation:

Scald milk and add butter, sugar and salt ,stirring to dissolve the butter . Cool to 110 degree. Meanwhile dissolve the yeast in 1 cup 110 degree water .

In a large bowl or stand mixer fitted with the dough hook, place milk mixture ,yeast mixture and eggs .Mix until become smooth ,add flour gradually until become smooth .The dough mix might be sticky .If so ,use slightly dampened hands to transfer it to a greased bowl .Cover and let rise until doubled .

Punch down dough and roll ½- inch thick on a lightly floured work surface .Cut with 3-inch round cutter or glass and let rise about ½ hours . Heat oil to 375 degrees in a heavy bottomed pot .NOTE: Always use caution when working with hot oil .



Foto. Alida Miftari



Foto. Alida Miftari

Fry krofne in hot oil until lightly brown on both sides ,turning only once. Drain on absorbent paper. While still hot roll in granulated sugar or dust with confectioner's sugar.

Prepared By:
Našide Spahiu
-Prizren

PRIZREN'S PITAJKA

Preparation and cook time:

2 hours

Ingredients:

Flour

Salt

1package active dry yeast

Water

The phill :

Eggs ,cheese, melt butter
,brunch parsley chopped mix
together and put salt.

or

Meat, onion, eggs, brunch parsley chopped mix together and put salt



Preparation:

In a large bowl ,put the water ,salt ,active dry yeast and the flour.Mix it till you form a homogeneous mix . Cover and let rise until mellow. Punch down dough on a lightly floured work surface.

Separate the dough mix into equal parts with 250-270 gr not more ,and make round forms but the middle should be open as you see in the picture.



Decorate the middle with squares lines and put sesame .

If you want you can put also the phil.

Put in a baking dish ,in a heated oven and let it bake for 7-10 minutes

What to accompany:

Yogurt, Jam, Cheese

*Prepared By:
FatmirÇuni –Baker
“ORTAKOLL “
Good Meal!*

ČAHIJA

Preparation and cook time:
1h 30 minutes

Ingredients:

Flour
1 cup of water
1 cup of milk
4 eggs
5 spoons of oil
Curd or Cheese
200gr Butter
1 pack of yeast



Preparation:

In a container you put 1 cup of water ,1 cup of milk,5 spoons of oil ,salt , 1 pack of yeast of flour till the homogeneous mass is formed .Let it to come dough about 20 minutes in a warm place .Later you take the mass and divide in 16 parts with round forms.And the same ones we open with a roll pin in a round form, then we pile one over another by 4 of them we put cheese (butter) , we lay 4 of them in the baking pan and we put over each of them cheese or curd.

You cut them in a square form and put it in the oven heated 200°C.



Served with yogurt or pickles according to the time is prepared. Enjoy it.

What to accompany :
Yogurt and cheese

Prepared By:
Ferdije Kryeziu – Arban
Good Meal!

JUFKA /TARANA 32

Preparation and cook time:

1-2 days (summer days)

Ingredients:

1 L milk

10 eggs

Salt

Flour (as it is needed)

Preparation:

Take a large bowl and put eggs

.Start shaking eggs and then put

the milk and gradually the flour .Mix until become smooth ,because the

dough should not be sticky .



Separate the dough into small rounds .Small round have to be thick because you have to open them in baking pot size.



The layer should be thin .Take a big

cloth and put the layers into sun temperature and let it for 1 or 2 days until

they dry .

Tarana's dough is the same and the procedure is the same but when it come to end the dough should be made into pieces .Move through riddle many times .

Also take a big cloth and put to dry into sun temperature for 1 or 2 days .



Prepared By:

SabrijeQyse –Prizren

Good Meal!

POLENTA

**Preparation and
cook time:**30
minutes

Ingredients:

1l water
500 gr yellow or
white cornmeal
2 teaspoons salt
3 tablespoons butter



Foto: Shehida Miftari

Preparation:

Bring 1L of water to a boil in a heavy large saucepan. Add 2 teaspoons of salt . Gradually whisk in the cornmeal. Reduce the heat to low and cook until the mixture thickens and the cornmeal is tender ,stirring often about 15 minutes .Turn off the heat .Add the butter and stir until melted.

What to accompany : Yogurt



Foto: Shehida Miftari

LEQENIK

Ingredients:

4 eggs
3 cups cornstarch
3 cups white flour
2 cups of yogurt
2 cups milk
1 cup oil
2 baking powder
Salt to taste
Cabbage, spinach, c



Preparation:

First, wash the spinach, chop it into small pieces and left to drain out.

Shake together eggs, milk, yogurt, salt, corn starch, flour, baking powder and oil. Continue to mix together and put



spinach&cheese.

Bake in a furnace at a temperature of 170 ° C until it won a golden colored.

Serve warm with a cup of yogurt.

You can also bake in various forms as the image No. 1



*Prepared by: Ljutvije Nimani
(Dragas municipality), Prizren*

PEPPER SALAD PECEPI

Preparation and cook time: 20 minutes

Ingredients:

3-4 peppers
2 teaspoons salt
black pepper
oil
vinegar
Presley
1 tomato

Preparation:

Bake the peppers and peel them .Then ,in a pot combine the oil ,vinegar ,salt ,black pepper and put the peppers.
Decorate this salad with Presley and tomato .



Foto. Alida Miftari

This salad you can make in autumn season ,it will be more delicious .

Prepared By: Dijana Ademoviæ
–Lubinje e Epërme
Good Meal !

HOTCHILLI CARROT SALAD



Foto. Alida Miftari

Preparation and cook time: 45 minutes

Ingredients:

500 gr carrots
2-3 garlic
3-4 piquant peppers
1 spoon oil
1 spoon apple vinegar
salt

Preparation:

Clean the carrots and cut in grades (As you see in the picture) .Cast the salt into them ,and let it to absorb in order to become more tamed . Put garlic into water for 2 minutes and then cut it into small pieces .Also the piquant pepper should be cut into small parts .

The salted carrots ,garlic and pepper drop in a pot and drop the oil ,apple vinegar.

Let it to stay for 30 minutes in order to be more tasty.

Prepared By: Dijana Ademoviæ
–Lubinje e Epërme
Good Meal!

HAVLA

Preparation and cook time:

20 minutes

Ingredients:

100 gr flour
100 gr sugar
100 gr butter or butter home
1 vanilla sugar
nuts for sprinkling (optional)



Foto. Shehida Miftari

Preparation:

Melt butter. When melted, add flour and mix with a wooden spoon until the flour gets soft brown, about 10 minutes. When the flour is cooked, add sugar, water and sugar vanilje and it should be mixed a few minutes. Halva shall be removed with a spoon on a plate and cup of nuts jump (to modern versions you can add coconut or raisins). Halva is one of the oldest deserts that are traditionally prepared for the celebration of Eid. The name of the cake "Hot" comes from the Arabic

word "halva", which means sweet.



Foto. Shehida Miftari

KADAYF

Preparation and cook time:
1h 30 minutes



Foto. Alida Miftari

Ingredients:

1 kg kadaif
300 gr nus, 100 gr butter

For the syrup :

1.5 kg sugar. 2 L water
1 vanilla powder . 4 slices of lemon

Preparation :

Heat the sugar and the water in a pan
.Once it boils ,put the 4 slices of

lemon .Continue to boil for 20
minutes in low heat .Than put it
aside to cool .

Melt butter in a small pan and
put it aside to cool .

Place the shredded kadayf
dough on a tray .Separate the
wires with your hands until you
make sure not sticks together
.Poor the cooled butter over the
kadayf dough and mix evenly
using your hands .Repeat the
process of separating the wires .

Grease a large pan dish and
place the half of kadayf dough



Foto. Alida Miftari

in thin layer .Placed the crushed
walnuts over it evenly ,and the rest
of kadayf dough over the walnuts
layer .Press it on with your palms to
keep it in shape .

Place the pan dish into oven in
200°C .Bake it for 20 minutes till it
takes the light golden brown color .
When it's done cut in squares form
and pour the syrup while the kadayf
is hot . Let it absorb the syrup for 2-3
hours .



Prepared By:

*MersimkaFejzi –Prizren
Good Meal!*

KISSES(or Peach)

Ingredients:

3egss
2 dl oil
2dl yogurt or milk
200 gr sugar
1 vanilla powder
1 baking powder



Foto. Shehida Miftari

Preparation:

With hand wire for cookies slowly you have to miss eggs and sugar ,add oil which you have to mix the eggs and the sugar till the homogeneous mixture is formed. In a measure add some milk and vanilla powder and keep mixing them and gradually drop flour and baking powder. The dough mix might be sticky.

From that dough mix create small balls. Put those balls to a oiled pot and pot them in a 200 ° C till they take a gold color.

Preparing: Take two plates ,and in one of them you put 200 ml mil (you can put more if it is necessary) add an extract of vanilla and strawberries and drop there on all the side.

Fill the balls with marmalade carefully .In other plate set sugar and coconut flour. Connect two parts of cookies with marmalade surface in the middle and carefully drop into coconut surface .

Foto. Shehida Miftari



*Prepared By:
Alida Miftari
Good Meal*

SUTLIJAS

The Preparation and cook time :
30 minutes

Ingredients:

1 L milk ,1 L water, 4 dl rice
7 spoons sugar, a little cinnamon
for decoration

Preparation:

Boil the rice in 1 l water .Mix the milk and the sugar in another pot and slowly bring it to boil .When the rice is cooked ,rinse it with cold water and put it in hot milk .Let the mixture simmer for more than 50 minutes at low temperature .

Put the hot sutlijas in bowls and sprinkle with cinnamon. Let it cool for a while and then take your spoons and enjoy it.



Foto. Alida Miftari

*Prepared By : Afërdita Arifi –Prizren
Good Meal!*

SHEQERPARE (SUGARMONEY)

Preparation and cook time : 2 hours

Ingredients:

½ kg butter, 2 spoons of yogurt, 1 egg, 1 baking powder, 1 teaspoon baking, soda, flour

For the syrup:

1 L water and 1 kg sugar

Preparation:

Firstly you boil the syrup: Dropt the sugar and the water in a pot and let it boil, and while it is boiled drop some pieces of lemon.

Melt the butter into a pan. In a round container you put the flour, 1 egg, the yogurt, the baking powder the baking soda and the melted butter .Start to mix them and if you see you need flour just put little by little . The homogeneous mix should not stick through hands and should be soft and liquid mass .

With this mass you make round forms and put into baking pan .

Bake them about 45 minutes in 200°C temperature .

Pour the syrup while the sheqerpare are hot . Let it absorb the syrup for 2-3 hours .



HURMASHICA

Preparation and cook time : 1h 20 minutes

Ingredients:

3 eggs
3 cups oil
1 cup milk
3 cups sugar
1 baking powder
Flour (as needed)

For the syrup :

11 glass sugar
9 glass water



Foto. Shehida Miftari

Preparation:

Firstly ,you boil the syrup : Drop the water and the sugar in a pot .While it is boiling put some pieces of lemon .



Foto. Shehida Miftari

In another large bowl put the eggs and the sugar and mix it .After it is mixed well ,drop the oil and mix it a while and add baking powder & flour gradually until become smooth .The dough mix might be sticky. Punch down

dough and roll on a lightly floured work surface and make round forms .This round forms should not be so thick so you open a bit .

The formed shape put in a oven to bake in 200°C, until they take the lightly gold bronw color (15-20 minutes)

While Hurmaqicat are hot drop the half of syr yup and let to absorb for 15 minutes. Another half you put after 15 minutes.

*Prepared By: Eljza Sagdati - Prizren
Good Meal!*

TESPISHTE

Preparation and cook time :
1h 20 minutes

Ingredients:
2 cups milk
250 gr butter
3 cups flour
1 egg

For the syrup :
2 glass sugar
2 glass water

Preparation:

Firstly ,you boil the milk ,while



Foto. Alida Miftari

it is boiling drop the butter and gradually the flour .Let it bake for 15 minutes in steaming . Punch down the dough into a pot ,also 1 egg and walnuts and bake in 250 ° C ,but then reduce the



Foto. Alida Miftari

temperature to 150 ° C and bake for 40 minutes .

Then in another pot put the water and the sugar and boil it .

The hot syrup drop in hot “Tespishte“ and let it to absorb .Let it cool for a while and then eat it .

*Prepared B : Vezira Emruši,
Prizren
Good Meal!*

BAKLLAVA

Preparation and cook time: 4 h

Ingredients:

10 eggs, 1 cup yogurt
1 cup oil , ½ cup milk
Salt , 1 cup sugar
Flour (as it needed)
Starch, 500 gr walnuts
1 kg butter

For the syrup :

1 l water
1 kg sugar

Preparation:

Take a large bowl . Start shaking the eggs and gradually put 1 cup of yogurt , 1/2milk , little salt , 1 cup of sugar and flour. The dough should not be sticky .Cover and let rise until doubled .

From the dough you start making rounds (in a baking pot is medium make 60 of them) .

All the rounds should be open and sprinkled with starch .When are



over you just combine 5 rounds form in a single one ,which means 12 thick rounds will be formed .

12 thick rounds should be open as a baking pan size is .

Grace a baking pan and cover with butter .Start putting the layers into it .

After the 6th one ,you put the walnuts and repeat the same procedure till the 12th one .

When its over, using sharp knife cut in different shapes

(squares, flower) and throw the melted butter .

Bake for 2-3 hours in low temperature until it takes red into brown color .

When Baklava is ready let it cool, and start boiling the syrup . Pour the syrup hot into cool Baklava .

Let is absorb for 1 day if you want to enjoy it .



*Prepared By: Drita
Mustafa –Prizren*

SERVANIK



Ingredients:

2 L water
5 eggs
8 spoons sugar

Preparation:

In a bowl you have to beat up the eggs with sugar and to milk. When the oven is heated in a preferred temperature, you have to put the provision in a pot and than mature it till it forms a crust with a light gold brown.



Prepared By:
Ramiza Smailji-
Mushnikov -Prizren
Good Meal!

KAJMAQIN



Preparation and cook time: 1 h

Ingredients:

8 eggs
8 spoons sugar
1 L milk
3 spoons flour

For the syrup :

300 gr sugar
2 dl water

Preparation:

Shake up the eggs and gradually put the sugar and flour .Start mixing them and gradually add milk . The dough should be mixed well . Drop the sugar and the water in a pot and let it boil for 5 minutes.

Take a baking pan with oil painted and drop the dough .Bake it in a low temperature for 30-40 minutes.

When it's done cut in squares form and pour the syrup while the kadayf is hot . Let it absorb the syrup for 2-3 hours .

Let it cool and than enjoy it .

Prepared By:

MiradijeBerisha-Prizren