



RECEPTURE

ZA PRIPREMANJE JELA
U JUGOSLOVENSKOJ NARODNOJ ARMIJI

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

355.65(497.1)
641.55(083.12)

RECEPTURE za pripremanje jela u Jugoslovenskoj
narodnoj armiji / [pripravili Nedeljko Jokić ... et al.]. -
1. natis. - Ljubljana : Ebesede, 2011

ISBN 978-961-6693-75-2
1. Jokić, Nedeljko
257513984

Včasih so gostinci točno vedeli, kdaj se je bližal čas, ko bodo lahko zaprli lokal in šli domov spat: moški gostje so pričeli obujati spomine na služenje vojnega roka v Jugoslovanski ljudski armadi. Omotičnim glavam so zakrulili želodci in v pogovor so se vmešale besede »pasulj«, »čorba«, »grašak-SMB kuglice«, »kopus«, same specialitete kuhinje vojske, ki je razpadla, in države, ki je propadla.

Ostali pa so recepti za jedi, ki jih pri določenih generacijah alkoholni hlapi vedno znova obudijo. Skrajni čas je, da jih vzamemo v roke in jih iz črk na papirju spremenimo v jedi, ki so in bodo preživele vse režime.

Za želodec - z menažko naprej!



Nekad su ugostitelji tačno znali kad je vrijeme za zatvaranje lokala i odlazak na spavanje: onda kad se muškarci počnu prisjećati služenja vojnog roka u JNA. U mamurnim glavama počela su krčati crijeva i cijeli razgovor odjednom je bio pun “pasulja” i “čorbi”, specijaliteta kuhinje vojske koja se raspala i države koja je propala.

Ipak su ostali recepti za jela, kojih se određene generacije pod utjecajem alkoholnih isparenja uvijek iznova prisjete. Krajnje je vrijeme da ih uzmemo u ruke i iz mrtvih slova na papiru promijenimo u jela koja će nadživjeti sve režime.

Za stomak - s manjerkom naprijed!

Nekad su ugostitelji točno znali kad je vrijeme za zatvaranje lokala i odlazak na spavanje: onda kad se muškarci počnu prisjećati služenja vojnog roka u JNA. U mamurnim glavama počela su krčati crijeva i cijeli je razgovor odjednom bio pun “pasulja” i “čorbi”, specijaliteta kuhinje vojske koja se raspala i države koja je propala.

Ipak su ostali recepti za jela kojih se određene generacije pod utjecajem alkoholnih isparenja uvijek iznova prisjete. Krajnje je vrijeme da ih uzmemo u ruke i iz mrtvih slova na papiru promijenimo u jela koja će nadživjeti sve režime.

Za želudac - s manjerkom naprijed!



Ponekad su konobari tačno znali da se bliži trenutak zatvaranja lokala i odlaska kući na spavanje: muški gosti bi počeli da se prisećaju služenja vojnog roka u Jugoslovenskoj narodnoj armiji. Kada su se u razgovor umešale reči “pasulj”, “čorba”, opijenim glavama su zakrčali želuci, jer su to bili sami specijaliteti kuhinje vojske koja se raspala i države koja je propala.

Ostali su recepti za jela, kojih se uvek prisete određene generacije kada su pod dejstvom alkohola. Krajnje je vreme da ih oživimo i pretvorimo iz slova na papiru u gotova jela, koja su preživela i preživeće sve režime.

Za želudac - napred sa manjerkom!

Во минатото во кафеаните точно знаеле кога се ближи времето за затворање на локалот и одење на спиење: машките гости започнувале со редување на спомените од служење на воениот рок во Југословенската Народна Армија. Желудниците закркорувале и во разговорот се мешале зборови како „грав“, „чорба“, избрани специјалитети од кујната на војската што се распаднала и државата што пропаднала.

Но, останаа рецептите за јадења, на коишто одредени генерации се сеќаваат после неколку испиени чаши. Крајно време е да ги извадиме од книгите и да ги претвориме во јадења коишто ги преживеале и ќе ги преживеат сите режими.

За желудникот - со тавчето напред!



Në ato kohëra, shankistët e dini saktësisht kur ishte ardhur koha të mbyllnin dyqanin dhe të shkonin në shtëpi për të fjetur: burrat fillonin të sillnin në mend kujtime nga shërbimi ushtarak në Ushtrinë Popullore Jugosllave. Me koka të mpira, stomaku fillonte të këndonte uria, dhe në bisedë fillonin përmendeshin fjalë si “fasule”, “çorbë”, specialitete të kuzhinës së një ushtrie që u shpërbë dhe një shteti që u shua.

Kanë mbetur vetëm recetat për ushqim, të cilat për disa gjenerata prej avujve të alkoolit zgjohen përsëri prej fillimit. Është koha që t'i kthejmë ato fjalë në ushqime që do t'u mbijetojnë të gjitha brezave.

Për stomakun - nga gaveta përpara!



RECEPTURE

ZA PRIPREMANJE JELA

U JUGOSLOVENSKOJ NARODNOJ ARMIJI

Sačinila i praktički ispitala radna grupa u sastavu:

1. intendantski major Nedeljko Jokić,
2. intendantski kapetan I. klase Milorad Tekić,
3. instruktor kuvarstva VKV kuvar Gavro Maletić
4. i instruktor kuvarstva VKV kuvar Andrija Paradžik.

Jezičku redakciju izvršila profesor Mirjana Vasić.
Izbor iz izdanja objavljenog godine 1971.

SAVEZNI SEKRETARIJAT ZA NARODNU ODBRANU
INTENDANTSKA UPRAVA

Br. 1110
1. VII 1971. god.

Na osnovu člana 10. stav 2. Zakona o Jugoslovenskoj narodnoj armiji i tačke 8. Uputstva o izmenama i dopunama Uputstva za izradu i korišćenje vojnih pravila («Službeni vojni list», br. 10/68), propisujem

R E C E P T U R E
ZA PRIPREMANJE JELA
U JUGOSLOVENSKOJ NARODNOJ ARMIJI

koje stupaju na snagu **odmah**.

1. — Po stupanju na snagu ovih receptura prestaje da važi drugi deo Uputstva za pripremanje — kuvanje hrane u JNA (Vojni kuvar), izdanje DSNO — Intendantska uprava JNA br. 7100 od 4. decembra 1959. godine.

2. — Sva objašnjenja po ovim recepturama davaće Intendantska uprava SSNO.

NACELNIK
general-major
Mujo Dizdar, s. r.

Sadržaj izbora

UVOD— — — — —	17
PREGOVOR — — — — —	19

SUPEI ČORBE

1. — Pileća supa — — — — —	25
2. — Jagnjeća čorba kisela — — — — —	26
3. — Paradajz čorba — — — — —	27
4. — Čorba od krompira — — — — —	28
5. — Kisela čorba — — — — —	29
6. — Čorba od povrća — — — — —	31
7. — Čorba od graška — — — — —	32

SOSOVI

8. — Paradajz sos — — — — —	35
9. — Sos od belog luka — — — — —	36

JELA OD MESA

10. — Kuvana govedina — — — — —	39
11. — Dinstani goveđi odrezak— — — — —	40
12. — Govedina u lovačkom sosu — — — — —	41
13. — Goveđi gulaš — — — — —	42
14. — Goveđa pečenica u natur saftu— — — — —	43
15. — Dinstana govedina — — — — —	44
16. — Čufte — — — — —	45
17. — Faširana šnicla — — — — —	46
18. — Teleći, svinjski, jagnjeći i pileći paprikaš — — — — —	47
19. — Juneći, teleći, jagnjeći i pileći umokac — — — — —	48
20. — Juneći i teleći perkelt— — — — —	50
21. — Pariska šnicla — — — — —	50
22. — Bečka šnicla— — — — —	51
23. — Dinstana jagnjetina — — — — —	52
24. — Pileće meso u paradajz sosu — — — — —	53
25. — Kuvano suvo svinjsko meso— — — — —	54
26. — Kuvane kranjske kobasice — — — — —	55
27. — Gulaš od mesnih konzervi — — — — —	56
28. — Restovana džigerica — — — — —	57
29. — Kuvane viršle — — — — —	58
30. — Barena suva slanina — — — — —	58
31. — Pohovana piletina — — — — —	59

JELA OD RIBE

32. — Pržena riba — — — — —	63
33. — Pohovana riba — — — — —	64
34. — Riblji paprikaš — — — — —	64

79. — Krompir paprikaš sa konzervama svinjskog paprikaša — — — —	111
80. — Gulaš od krompira sa konzervama govedeg gulaša — — — —	112
81. — Pekarski krompir sa kobasicama (ili suvom slaninom) — — — —	113
82. — Vinogradarski krompir — — — — — — — — — — — — — —	114
83. — Musaka od krompira — — — — — — — — — — — — — —	115
84. — Ribji đuveč — — — — — — — — — — — — — — — —	116
85. — Musaka od krompira sa tunjevinom — — — — — — — — — —	118
86. — Sote od mesa u grašku — — — — — — — — — — — — — —	118
87. — Sote od mesa u boraniji — — — — — — — — — — — — — —	120
88. — Sarma od slatkog kupusa — — — — — — — — — — — — — —	121
89. — Kupus kalja — — — — — — — — — — — — — — — — — —	122
90. — Musaka od svežeg kupusa — — — — — — — — — — — — — —	123
91. — Sarma od zelja (raštike) — — — — — — — — — — — — — —	125
92. — Kapama jagneća — — — — — — — — — — — — — — — —	126
93. — Janina sa mesom — — — — — — — — — — — — — — — —	127
94. — Papazjanija — — — — — — — — — — — — — — — — — —	128
95. — Bosanski lonac — — — — — — — — — — — — — — — — — —	129
96. — Punjene paprike — — — — — — — — — — — — — — — — — —	130
97. — Musaka od tikvica — — — — — — — — — — — — — — — — — —	131
98. — Grčko ćufte — — — — — — — — — — — — — — — — — —	133
99. — Sekelji gulaš — — — — — — — — — — — — — — — — — —	134
100. — Podvarak sa svinjskim pečenjem — — — — — — — — — — — — — —	135
101. — Sarma od kiselog kupusa — — — — — — — — — — — — — — — —	136
102. — Đuveč sa svinjskim mesom — — — — — — — — — — — — — — — —	137

SALATE

103. — Salata od crnog luka — — — — — — — — — — — — — — — —	141
104. — Salata od mladog luka — — — — — — — — — — — — — — — —	142
105. — Srpska salata — — — — — — — — — — — — — — — — — —	142
106. — Salata od svežeg kupusa — — — — — — — — — — — — — — — —	143
107. — Salata od krompira — — — — — — — — — — — — — — — — — —	144
108. — Salata od cvekle — — — — — — — — — — — — — — — — — —	145
109. — Salata od pasulja — — — — — — — — — — — — — — — — — —	145
110. — Ajvar salata — — — — — — — — — — — — — — — — — —	146
111. — Bosanska salata — — — — — — — — — — — — — — — — — —	147
112. — Kongres salata — — — — — — — — — — — — — — — — — —	148
113. — Francuska salata — — — — — — — — — — — — — — — — — —	148
114. — Ruska salata — — — — — — — — — — — — — — — — — —	150
115. — Salata od kiselog kupusa — — — — — — — — — — — — — — — —	151

SLADKA JELA I SLATKIŠI

116. — Testenina sa šećerom — — — — — — — — — — — — — — — —	155
117. — Sutlijaš od pirinča — — — — — — — — — — — — — — — — — —	156
118. — Koh od pirinča — — — — — — — — — — — — — — — — — —	156
119. — Lenja pita sa svežim voćem i marmeladom — — — — — — — — — —	157
120. — Buhtle —	159
121. — Uštipci —	160

122. — Šam-pita	— — — — —	161
123. — Palačinke	— — — — —	162
124. — Puding sa voćnim sirupom	— — — — —	163

PITE

125. — Burek sa mesom i krompirom	— — — — —	167
126. — Pita sa sirom	— — — — —	168
127. — Pita od spanača	— — — — —	169
128. — Pita sa krompirom	— — — — —	170

JELA OD JAJA

129. — Kuvana jaja	— — — — —	173
130. — Pržena jaja na oko	— — — — —	174
131. — Omlet	— — — — —	175

JELA SA ROŠTILA

132. — Pljeskavica	— — — — —	179
133. — Čevapčići	— — — — —	180
134. — Čulbastija	— — — — —	181
135. — Krmenadla na žaru	— — — — —	181

DODATAK

NEKI PRAKTIČNI SAVETI	— — — — —	185
STRUČNI IZRAZI	— — — — —	189

U V O D

Recepture koje se ovom prilikom prezentiraju armijskoj javnosti plod su upornog rada grupe stručnih lica, a rezultat su neprekidnih napora Intendant-ske uprave SSNO da se organizacija i tehnologija ishrane u JNA podignu na što viši stepen.

Autori su ostvarili postavljeni cilj, jer su izrađene takve recepture koje se mogu primeniti za pripremanje jela u masovnoj ishrani jednako u malim kuhinjama i u restoranima za velike kolektive. Velik broj različito normiranih jela predstavlja značajan preduslov da se mogu sastavljati jelovnici po hranljivoj vrednosti za razne kategorije ljudi sa različitim fizičkim i psihičkim naporima. To znači da su Recepture podešene prema zahtevima svih tipova kuhinja i restorana u JNA sa različitim tehničko tehnološkim uslovima rada, pa ih treba koristiti u svakodnevnom radu.

Iz ovih razloga, Recepture treba neposredno da posluže svim licima koja rade na vojničkoj ishrani kao osnovno – tehnološko uputstvo za normiranje namirnica za određeno jelo, preciziranje zapremine jela po jednoj osobi, utvrđivanje osnovnog načina termičke obrade jela i pravilno doziranje jela za serviranje. Svi ovi momenti treba da doprinesu ujednačavanju naj optimalnije i najracionalnije tehnologije pripremanja jela, što će, svakako, uticati i na podizanje kulinarskih veština kuvara na znatno viši stepen. Najzad, imajući u vidu karakter Receptura, njihovu normativnu, tehnološku i metodičku stranu, one se mogu uspešno koristiti i kao nastavni materijal u svim oblicima obuke i usavršavanja intendantskog kadra, posebno onog njihovog dela koji se osposobljava za neposrednu organizaciju i tehnologiju pripremanja hrane u JNA.

Ovo je pionirski rad iz oblasti tehnologije pripremanja jela u masovnoj društvenoj ishrani u JNA i uopšte u našoj zemlji. Stoga bi primedbe i sugestije dobro došle od svih onih koji se bave kulinarstvom i tehnologijom pripremanja jela radi daljeg usavršavanja društvene ishrane u JNA.

P R E D G O V O R

Problemima ishrane u celom svetu svakim danom pridaje se sve veći značaj, jer je ona u uslovima sve većih ljudskih psihičkih i fizičkih napora od najneposrednijeg značaja za svakog pojedinca i zajednicu.

Svedoci smo stalne modernizacije borbene i druge armijske tehnike, koja nameće novu fizionomiju obuke, što utiče na povećanje psihičkih i fizičkih naprezanja pripadnika JNA. Stoga ishrana u mirnodopskom periodu zaslužuje posebnu pažnju. Mladim ljudima treba, u toku služenja redovnog vojnog roka, obezbediti normalne uslove fizičkog i psihičkog razvitka, s jedne strane, i savlađivanje složene vojne obuke, s druge strane, a to se najsigurnije može da postigne kvalitetnom i zdravom ishranom. Da bi se to obezbedilo, neophodno je da se u potpunosti ostvari osnovni elemenat u sistemu ishrane – **tehnologija i organizacija pripremanja i podele jela**.

Polazeći od te pretpostavke, bili smo u veoma složenom i delikatnom položaju da utvrdimo takve tehnološke i biološko-zdravstvene projekte koji će obezbediti osnovne uslove za pravilnu i racionalnu vojničku ishranu. U svome radu pošli smo od ovih osnovnih faktora:

- od naučnih saznanja u oblasti savremene ishrane, a posebno u pogledu bogatstva, raznolikosti, kvaliteta i valjanosti ishrane;
- od perspektive razvoja ishrane u JNA;
- od realnih materijalnih mogućnosti i ulaganja u vojničku ishranu;
- od diferenciranog pristupa ishrani pojedinih kategorija vojnika prema njihovim naporima;
- od različitih kapaciteta, organizacijskih i tehničko-tehnoloških uslova u pojedinim vojničkim restoranima;
- od kulinarskih zahteva za sastavljanjem jela i jelovnika;
- od postojećih normi pripadanja pojedinih artikala, itd.

Zasnivajući svoj rad na ovim faktorima, prethodno je proučena određena literatura, strana i domaća, a posebno važeći propisi o ishrani u JNA, u pogledu pripadanja artikala hrane i organizacijskih i tehničko-tehnoloških aspekata vojničke ishrane, kako bi se na toj bazi utvrdile osnovne recepture, koje su potom eksperimentalno potvrđivane, i to u više navrata, sve s ciljem da se dobije najoptimalniji tehnološki oblik svake recepture. Insistirajući na tehnologiji pripremanja hrane, radna grupa je najpre imala u vidu zadatak da se Recepture ujednače i

dobiju takav izgled da se uspešno mogu primenjivati u različitim tehničko-tehnološkim uslovima u vojničkim restoranima.

Rezultat svoga rada izložili smo u ovim Recepturama, koje, u pisanom obliku, ima ju ovu strukturu:

- a) Recepture grupisane po strukturi i srodnosti sa tehnološkim vodičem;
- b) Normirana jela izrađena na bazi receptura;
- c) Neki praktični saveti i stručni izrazi;
- d) Tablica sastava životnih namirnica.

Sadržaj Receptura je sledeći:

- opšte napomene za svaku grupu jela;
- približne količine namirnica za svako jelo po jednoj osobi (za neke namirnice je data količina od - do, na primer za šećer od 30 - 40 grama, a neke namirnice su predviđene alternativno, na primer: meso – svinjsko, jagnjeće ili pileće i sl.);
- zapremina jela (za ona koja se mogu zapreminski meriti, na primer: paprikaš, pasulj sa slaninom i sl.);
- sastav hranljivih i zaštitnih materija za svako jelo;
- tehnološki vodič za termičku obradu jela;
- pribor za podelu jela.

Približne količine artikala. Pod približnim količinama artikala podrazumevaju se namirnice onakve kakve se kupe – neočišćene.

Zapremina jela. Utvrđena je na osnovu dobijenih količina obrađenih namirnica i pripremljenih za termičku obradu, dodavanja vode prilikom termičke obrade i vremena koje je potrebno od završene termičke obrade do podele jela. Stoga o ovim faktorima treba voditi računa da bi se dobila zadovoljavajuća konzistencija i količina jela (da otpaci pri pripremanju za termičku obradu budu što manji, da se jelo kuva koliko je potrebno, da se dobije zadovoljavajuća konzistencija sa jasno izraženim izgledom namirnica od kojih je jelo sastavljeno i da jelo ne čeka na podelu duže od jednog časa).

Sastav hranljivih i zaštitnih materija. Na osnovu naznačenih približnih količina namirnica u recepturama proračunat je sastav hranljivih i zaštitnih materija za svaku recepturu. U recepturama u kojima su za neke namirnice upisane alternativne količine ili alternativne vrste namirnica, **alternativno je izračunat i sastav hranljivih i zaštitnih materija i upisan u tabelu onim redosledom kojim su upisane alternativne količine ili vrste namirnica.**

Tehnološki vodič. Za svaku recepturu utvrđen je redosled radnji pri termičkoj obradi namirnica. Ako se postupa po opisanom redosledu, i priučeni kuvari mogu da pripreme kvalitetno jelo, jer je u vodiču naveden redosled i opis radnji. Sigurno je da u restoranima većeg kapaciteta (preko 200 i više dnevnih obroka), tehnologiju i organizaciju rada (razrađenu na bazi pune podele rada i sistematizacije radnih mesta) treba da vodi stručno lice, jer u takvim objektima nedovoljno stručni ljudi nisu u stanju da organizovano proizvode kvalitetna jela.

Valja imati na umu da je tehnološkim vodičem opisan načelan tehnološki postupak u uslovima obezbeđenih minimalnih tehničkih uslova rada. Ovaj tehnološki postupak se u praksi mora ostvariti, ako se želi proizvesti jelo zadovoljavajućeg kvaliteta. Znanje stručnjaka i praćenje savremene tehnologije rada u skladu sa novijim dostignućima iz oblasti kulinarstva, moraju stalno usavršavati i dopunjavati elemente tehnološkog vodiča u cilju dobivanja kvalitetnijih i ukusnijih jela.

U vezi s tim, sigurno je da će se usavršavati i normativni deo po vrstama i količinama namirnica u skladu sa mogućnostima i potrebama. Predviđeni asortiman namirnica u recepturama ne može se sužavati, jer je to minimum od kojeg zavisi kvalitet pripremljenog jela.

Termička obrada konzerviranih namirnica mora da bude kratkotrajna, uz eventualno pažljivo mešanje, kako ne bi gubile svojstven izgled i kako se ne bi skasila. Mesne konzerve uvek treba prethodno podgrejati u limenkama, a potom limenke otvarati i termički doradivati po zahtevu jela.

Pri prijemu svake nove partije testenine i pirinča probnim kuvanjem treba tačno utvrditi potreban odnos vode i namirnice za kuvanje. Treba imati u vidu da je odnos naveden u recepturama minimalan.

U recepturama je navedeno i približno vreme dokuvavanja za pojedina jela. To takođe treba da služi kao orijentacija, a ne kao pravilo, jer vreme dokuvavanja zavisi od mnogo faktora (vrste termičkog uređaja, jačine toplote i sl.).

Na ime predviđenih količina bibera, mirođije, peršunovog lista i korena i celerovog lista i korena za pojedine recepture, može se trošiti po jednoj recepturi (za jednu osobu) do 3 g mešavine koncentrata začina (EVO, VEDA, VEGETA, ZACINKA i sl.).

Svi elementi iz kojih se sastoje recepture služe kao pomoć za stručno vođenje tehnologije rada na planiranju i sastavljanju jelovnika, obezbeđenju potrebnih vrsta i podvrsta namirnica i stručnom pripremanju kvalitetnih jela.

Razumljivo je da recepture ne mogu dati sva konkretna rešenja, niti obraditi sve detalje koje praksa nameće. Zato je veoma važno kako će se stručno i organizacijski uskladiti tehnologija sa materijalnim i tehničkim mogućnostima.

A u t o r i

S U P E I Č O R B E

Supe. Dobijaju se iskuvavanjem mesa i kostiju sa korenastim povrćem (zelen) i ne zapržavaju se. Uloga im je da svojim ukusom otvaraju apetit i da podstiču varenje. Normativ supe je oko 2,5 do 3 dl po jednoj osobi.

Glavno pravilo za pripremanje supa je: da se kuvaju na tihoj vatri najmanje 3 - 4 časa, a po mogućnosti i duže.

U toku prokuvavanja supe ne treba skidati penu, jer ona sadrži belančevine i masti.

Čorbe se dobijaju posebnim tehnološkim procesom, ili dodavanjem veće količine uloška u supu i zapržavanjem.

Čorbe imaju istu ulogu kao i supe, ali su hranljivije jer sadrže više hranljivih sastojaka. Mogu da se pripremaju od mesa i povrća, ili samo od mesa, ili samo od povrća. Nadalje, mogu da se zapržavaju ili začinjavaju. Čorbe delimo na: BELE, tzv. krem-čorbe, i OBIČNE, zapržene čorbe.

Ukus i hranljivost čorbi mogu da se poboljšaju i dodavanjem fonda ili temeljca od iskuvanih kostiju, industrijskih koncentrata od mesa, mleka, vrhnja (pavlake), jaja, mirisnog bilja, zeleni, a u ponekim slučajevima i dodavanjem vitaminiziranog svežeg ili sušenog kvasca.

Pri sastavljanju jelovnika mora da se vodi računa o tome da čorbe treba da se razlikuju od ostalih jela ne samo po svom sadržaju već i po boji i ukusu. Na primer: bele čorbe ne predviđati uz jela koja se služe uz bele sosove ili umokce. Zapržene čorbe ne predviđati uz gulaše. Paradajz čorba nije preporučljiva uz paprikaše zbog sličnosti boje. Iz istih razloga ne preporučuje se čorba od graška ili spanaća uz jelo od graška ili spanaća, ili čorba od krompira uz musaku od krompira, a takode nije preporučljiva čorba sa testeninom uz jelo od testenine, itd.

Ulošci se stavljaju u supu - čorbu da bi ove bile hranljivije i ukusnije. Ulošci mogu biti:

a) gotovi: sitna testenina (fideline, tarana, zvezdice, grkljančići, pužići, rezanci i sl.), pirinač, griz, povrće i sl.;

b) posebno izrađeni: razna testa (noklice, prženi grašak, knedle i sl.), knedle od džigerice i mesa, prženi ili osušeni hleb i sl.

1. — Pileća supa

Približne količine artikala:

— živinska sitnež (glava, vrat, krilca i sl.)	— — — —	30 g
— uložak za supu (pirinač, testenina, griz)	— — —	10 g
— luk crni sveži	— — — — — — — —	2 g
— mrkva sveža	— — — — — — — —	5 g
— peršunov koren i list	— — — — — — — —	3 g
— celerov koren i list	— — — — — — — —	2 g
— mast - ulje	— — — — — — — —	1 g
— biber	— — — — — — — —	0,1 g
— so po ukusu.		

Ovaj normativ obezbeđuje oko 3 dl supe i sledeće hranljive i zaštitne materije:

Kalorija	Belančevine		Masti	Ugljeni hidrati	Soli		Vitamini				
	Animalne	Biljne			Kalcijum Ca	Gvožđe Fe	A	B ₁ tiamin	B ₂ riboflavin	PP nijacin	C askorbinska kiselina
	grama				miligrama		IJ	miligrama			
67	1,11	1,10	1,84	8	6	0,28	115	0,032	0,018	0,717	0,90

U hladnu vodu staviti pripremljenu živinsku sitnež, očišćen peršunov i celerov koren, 4/5 mrkve i na kolutove isečeni i zapečeni crni luk, pa staviti da kuva.

Ostatak mrkve (1/5) izrendisati, pržiti u posebnom sudu u masnoći dok ne dobije zlatnožutu boju pa je odložiti do upotrebe.

Kada živinska sitnež i korenasto povrće omekšaju, naliti tople vode toliko da se dobije 3 dl po osobi, sačekati da ponovo prokuva i dodati proprženu mrkvu, koncentrat za supu, uložak i so, po potrebi. Sve zajedno kuvati na tihoj vatri toliko vremena koliko je potrebno da se uložak skuva.

Na kraju dodati sitno seckani perušunov list, samleveni biber, po potrebi dosoliti pa isključiti toplotu.

Deli se kutlačom od 3 dl.

2. — Jagnjeća čorba kisela

Približne količine artikala:

- meso jagnjeće sirovo (glava, iznutrice i ostaci pri obradi) — — — — — — — — — 30 g
- brašno pšenično — — — — — — — — — 5 g
- pirinač — — — — — — — — — 10 g
- mast - ulje — — — — — — — — — 8 g
- luk crni sveži — — — — — — — — — 10 g
- mrkva sveža — — — — — — — — — 20 g
- peršunov koren i list — — — — — — — — — 5 g
- celerov koren i list — — — — — — — — — 3 g
- gusto ukuvani paradajz (koncentracije 28 - 30%) — 4 g
- paprika u prahu — — — — — — — — — 0,2 g
- lovorov list — — — — — — — — — 0,01 g
- sirće — — — — — — — — — 1 g
- biber — — — — — — — — — 0,1 g
- so po ukusu.

Ovaj normativ obezbeđuje oko 3 dl čorbe i sledeće hranljive i zaštitne materije:

Kalorija	Belančevine		Masti	Ugljeni hidrati	Soli		Vitamini				
	Animalne	Biljne			Kalcijum Ca	Gvožđe Fe	A	B ₁ tiamin	B ₂ riboflavin	PP nijacin	C askorbinska kiselina
	grama				miligrama		IJ	miligrama			
212	3,57	1,81	14,69	14	17	0,91	448	0,108	0,071	1,848	3,84

U vrelu masnoću dodati sitno seckani crni luk i malo ga propržiti. Zatim u proprženi luk dodati mrkvu, peršunov i celerov koren, sve sečeno na kockice, i sitno isečeno jagneće meso, osim glava. Sve zajedno malo propržiti, dodati papriku u prahu, pa podliti toplom vodom ili fondom od kostiju, tako da ogrezne i ostavi da kuva. Jagneće glave očistiti i oprati hladnom vodom, vodeći računa o tome da na jeziku i jednjaku ne ostanu ostaci hrane. Složiti ih u pogodnu posudu, naliti hladnom vodom da potpuno ogreznu i ostaviti da kuvaju.

Kada jagneće meso i povrće omekšaju, po potrebi ih preručiti u kazane za pripremu čorbe. Zatim dodati fond od iskuvanih jagnećih glava i tople vode toliko da se dobije količina od 3 dl po osobi. Sa jagnećih glava skinuti meso, izvaditi mozak, sve sitno iseckati i dodati u čorbu. Posle toga, u čorbu dodati prebran i opran pirinač i posoliti. Sačekati da sve prokuva pa dodati lovorov list i gusto ukuvani paradajz, prethodno razmučen u mlakoj vodi. Čorbu odmah zapržiti (vodeći računa o tome da se zaprška ne zgrudva, zbog čega za vreme stavljanja zaprške čorbu stalno mešati) i kuvati 20 – 30 minuta, isključiti toplotu, dodati sitno seckani peršunov i celerov list, samleveni biber, i doterati ukus dodavanjem soli i sirćeta.

Deli se kutlačom od 3 dl.

Napomena. Ako se za pripremu čorbe upotrebljava sveži paradajz, iseći ga na kocke i dodati u čorbu zajedno sa pirinčem. Kisela čorba može da se priprema i od telećeg, svinjskog i živinskog mesa, u kom slučaju se naziva prema vrsti mesa od koga se priprema.

3. — Paradajz čorba

Približne količine artikala:

- paradajz gusto ukuvani (koncentracije 28 - 30%) — 9g
- mast - ulje — — — — — — — — — — 10
- luk crni sveži — — — — — — — — — — 10g
- brašno pšenično — — — — — — — — — — 5 g
- mrkva sveža — — — — — — — — — — 10 g
- paprika u prahu — — — — — — — — — — 0,2 g

- paradajz gusto ukuvani (koncentracije 28 - 30%) — — — — — — — — — — 5 g
- mrkva sveža — — — — — — — — — — 20 g
- grašak konzervirani — — — — — — — — — — 10 g
- mast - ulje — — — — — — — — — — 10 g
- peršunov koren i list — — — — — — — — — — 5 g
- celerov koren i list — — — — — — — — — — 3 g
- koncentrat za supu — — — — — — — — — — 1 g
- sirće — — — — — — — — — — 5 g
- biber — — — — — — — — — — 0,1 g
- paprika u prahu — — — — — — — — — — 0,2 g
- so po ukusu.

Ovaj normativ obezbeđuje oko 3 dl čorbe i sledeće hranljive i zaštitne materije:

Kalorija	Belančevine		Masti	Ugljeni hidrati	Soli		Vitamini				
	Animalne	Biljne			Kalcijum Ca	Gvožđe Fe	A	B ₁ tiamin	B ₂ riboflavin	PP nijacin	C askorbinska kiselina
	grama				miligrama		IJ	miligrama			
168		2,38	10,49	16	18	0,66	504	0,098	0,043	0,948	5,92

U deo vrele masnoće dodati sitno iseckani crni luk i malo ga propržiti. Zatim u proprženi luk dodati mrkvu, peršunov i celerov koren, sve sečeno na kockice, i propržiti da blago porumeni. Zatim dodati papriku u prahu pa podliti toplom vodom ili fondom od kostiju, tako da ogrezne i ostaviti da kuva.

Kada povrće omekša, po potrebi ga preručiti u kazane za pripremu čorbe. Zatim dodati konzervirani grašak, gusto ukuvani paradajz razmučen u mlakoj vodi, toplu vodu, ili fond od kostiju, toliko da se dobije količina od 3 dl po osobi, posoliti i sačekati da prokuva. Čim čorba prokuva, dodati prebran i opran pirinač. Zapržiti uz stalno mešanje čorbe da se zaprška ne zgrudva. Potom dodati koncentrat za supu i ostaviti da kuva 20 - 30 minuta, isključiti toplotu, pa dodati sitno seckani peršunov i celerov list, samleveni biber, po potrebi dosoliti i poboljšati ukus sirćetom.

Deli se kutlačom od 3 dl.

Napomena. Ako se upotrebljava sveži paradajz, iseći ga na kocke i dodati zajedno sa konzerviranim graškom.

Ako se umesto konzerviranog graška upotrebljava sveži mladi grašak, dodati ga u čorbu zajedno sa mrkvom.

6. — Čorba od povrća

Približne količine artikala:

— brašno pšenično	— — — — — — — — —	5 g
— paradajz gusto ukuvani (koncentracije 28 - 30%)	— — — — — — — — —	4 g
— luk crni sveži	— — — — — — — — —	10 g
— mrkva sveža	— — — — — — — — —	20 g
— boranija sveža	— — — — — — — — —	30 g
— krompir sveži	— — — — — — — — —	50 g
— mast - ulje	— — — — — — — — —	10 g
— peršunov koren i list	— — — — — — — — —	5 g
— celerov koren i list	— — — — — — — — —	3 g
— koncentrat za supu	— — — — — — — — —	1 g
— biber	— — — — — — — — —	0,1 g
— paprika u prahu	— — — — — — — — —	0,2 g
— so po ukusu.		

Ovaj normativ obezbeđuje oko 3 dl čorbe i sledeće hranljive i zaštitne materije:

Kalorija	Belančevine		Masti	Ugljeni hidrati	Soli		Vitamini				
	Animalne	Biljne			Kalcijum Ca	Gvožđe Fe	A	B ₁ tiamin	B ₂ riboflavin	PP nijacin	C askorbinska kiselina
170		2,69	10,37	17	33	0,87	561	0,104	0,073	1,070	12,34

U deo vrole masnoće dodati sitno seckani crni luk i malo ga propržiti. Zatim u proprženi luk dodati mrkvu, peršunov i celerov koren i svežu boraniju, sve sečeno na kocke, i pržiti da blago porumeni. Zatim dodati papriku u prahu, pa podliti toplom vodom ili fondom od kostiju da ogrezne i ostaviti da kuva.

Kada povrće omekša, po potrebi ga preručiti u kazane, zatim dodati krompir isečen na kocke, gusto ukuvani paradajz razmučen u mlakoj vodi, toplu vodu ili fond od kostiju, da se dobije količina od 3 dl po osobi, posoliti i sačekati da prokuva, dodati zapršku, uz stalno mešanje čorbe da se zaprška ne zgrudva. Potom dodati koncentrat za supu i ostaviti da kuva 20 - 30 minuta, posle čega isključiti toplotu, pa dodati sitno seckani peršunov i celerov list, samleveni biber i po potrebi dosoliti.

Deli se kutlačom od 3 dl.

7. — Čorba od graška

Približne količine artikala:

— mladi grašak sveži —	— — — — — — — — —	80 - 100 g
— brašno pšenično	— — — — — — — — —	5 g
— mrkva sveža	— — — — — — — — —	10 g
— luk crni sveži	— — — — — — — — —	10 g
— peršunov list	— — — — — — — — —	2 g
— mast - ulje	— — — — — — — — —	5 g
— slanina suva	— — — — — — — — —	5 g
— paprika u prahu	— — — — — — — — —	0,1 g
— biber	— — — — — — — — —	0,1 g
— so po ukusu.		

Ovaj normativ obezbeđuje oko 3 dl čorbe i sledeće hranljive i zaštitne materije:

Kalorija	Belančevine		Masti	Ugljeni hidrati	Soli		Vitamini				
	Animalne	Biljne			Kalcijum Ca	Gvožđe Fe	A	B ₁ tiamin	B ₂ riboflavin	PP nijacin	C askorbinska kiselina
	grama				miligrama		IJ	miligrama			
128	0,43	3,16	8,34	11	17	0,98	397	0,162	0,083	1,132	10,44
136	0,43	3,74	8,38	12	19	1,13	449	0,192	0,099	1,352	12,64

U deo vrele masnoće dodati sitno seckani crni luk i malo ga propržiti. Zatim u proprženi luk dodati suhu slaninu sečenu na kockice i zajedno pržiti da blago porumeni. Posle toga dodati mrkvu sečenu na kockice i sveži grašak te sve skupa još malo propržiti, dodati papriku u prahu pa podliti toplom vodom ili fondom od kostiju, tako da ogrezne i ostaviti da kuva.

Kada grašak i mrkva omekšaju, po potrebi ih preručiti u kazane za pripremanje čorbe. Zatim naliti toplu vodu ili fond od kostiju da se dobije količina od 3 dl po osobi, posoliti i sačekati da prokuva. Kada čorba prokuva, dodati zapršku uz stalno mešanje čorbe da se zaprška ne zgrudva. Posle zapršavanja čorbu kuvati još 20 - 30 minuta, isključiti toplotu pa dodati sitno seckani peršunov list i samleveni biber.

Deli se kutlačom od 3 dl.

Napomena. Ako se upotrebljava konzervirani grašak, treba ga dodavati u čorbu pred zapršavanje.