



European Union

**Discover the unknown part of the Balkans**



## **Тематичен маршрут 4**

# **„Кулинария – тайната на Балканските вкусове“**

### **Съдържание**

- 1. Увод**
- 2. Продължителност и обхват на туристическия маршрут**
- 3. Характеристики и особености на кулинарния и енологски потенциал**
- 4. Заключение**



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



### Тематичен маршрут 4

#### „Кулинария – тайната на Балканските вкусове“

##### 1. Увод

Нарастващото значение на туристическата дейност за човечеството и разпространението ѝ във всички кътчета на нашата планета поражда редица предизвикателства пред съвременното общество. Най-важното сред тях е постигането на устойчиво развитие на туризма на местно, регионално, национално и международно равнище. Целта е да се осигури туристическа практика, която задоволява интересите и повишава благосъстоянието на местното население, като същевременно съхранява природните и социално-културните ресурси на местната среда за бъдещите поколения.

Все повече учени от различни области обръщат внимание на храната. Тематиката на сетивата присъства в научни разработки, които на пръв поглед изглеждат твърде предизвикателни. Най-големите мислители в света фокусират вниманието си върху чувството за вкус, чувството за отношения, за обоняние, за аромати, за етика, загубените усещания, чувството за отговорността. Как възприемаме света? Възможно ли е сетивата да се култивират? Каква е връзката им с културата, социално-икономическата обстановка и цялостния начин на живот?

В международен мащаб се провеждат все повече форуми, конференции, семинари и дебати, посветени на анализа на съвременната кулинария, чувството за усещане на кулинарната креативност, начина на производство и консумирането.

Кулинарният туризъм е сравнително ново явление. Днес, когато информацията е много достъпна, а пътуването от едно място на друго е по-бързо, е много по-лесно, отколкото в миналото човек да се отдаде на пътуване, посветено на дадена цел. Определено пътуването с цел „вкусване“ на различни гозби е един много приятен и алтернативен начин за почивка. В световен мащаб е налице цял списък с ресторанти на различни континенти, които са оценени от посетителите толкова високо, че мълвата привлича още много туристи.

В България и Сърбия този вид туризъм все още не е особено популярен, но е налице както потенциал, така и бъдеще.

Тъй като гастрономията е един от най-хубавите примери за културното разнообразие на Европейския съюз със силния си национален и регионален идентификационен характер,



European Union

## **Discover the unknown part of the Balkans**



Европейската комисия извежда на преден план и създаването на Регистър на Европейското Кулинарно Наследство.

Jaume Estruch, директор на Rubes Editorial и Президент на Сдружението на Сетивните Науки напомня, че, човешкият мозък има нужда от комплексни импулси и стимули, за да се развива. Това принуждава специалистите в кулинарията да обърнат внимание колко е важно да са креативни. Това „задължение“ съответства също на необходимостта да предлагат кулинарни усещания за всички сетива извън общоприетото. Jaume Estruch подчертава, че не е по-малко важно за кулинарията отколкото за автомобилната индустрия да създават нови образи, естетични форми и в следствие нови емоции.

Кулинарният туризъм очаква своето истинско развитие. Потенциал за това разбира се има. Трябва да се прояви малко повече инициативност от страна на частните предприемачи в областта на туризма, като разбира се държавата също би могла да допринесе за популяризирането на традиционната българска и сръбска кухня.



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



### 2. Разпределение на туристическия маршрут по дни:

#### Ден 1

Отпътуване за град **Вършец** – посещение на Историческия музей – беседа за историята и традициите на населеното място в сферата на кулинарията и енологията.

Населението в района на град Вършец е съхранило самобитния си фолклор, запазени са множество традиции, обичаи, песни и легенди, които се интерпретират от съществуващите танцови състави и самодейни фолклорни групи, спечелили множество международни награди. Провеждат се и традиционни културни празници: «Лазаровден» – празник на нивите, пасищата и горите – ежегодно през м.април; “Цветница” – празник на цветята, природата, красотата и здравето – ежегодно през м.април; “Св. Георги-Победоносец” - храмов празник и събор на града – ежегодно през м.май; Фестивал на спомените с международно участие – ежегодно през м.май; Традиционен пленер на изкуствата – ежегодно през м.юли; Празник на курорта, минералната вода и балкана – ежегодно през м.август; Преглед на художествената самодейност – ежегодно през м.ноември; Коледни празници – ежегодно през м.ноември; Трифон Зарезан – празник на плодородието и виното – ежегодно през м.февруари.

**Историческият музей в гр. Вършец** е основан през 1999 г. Сградата, в която се помещава, е построена през 30-те години на ХХ в. като частен дом с уникална архитектура.

Музеят има четири раздела: „Античен”, „Археологически находки и монетна колекция”, „Балнеология” и „Етнография”.

Находките, които са изложени в раздел „Античен”, са от тракийско и римско време. Представена е също богата етнографска сбирка, която е съставена предимно от облекла и елементи от бита на хората от региона.

Най-новата история на Вършец като балнеолечебен курорт е представена с богата документална колекция и множество архивни снимки.

Най-ценният експонат в музея е уникалната бронзова скулптура от II в. пр. Хр. на тракийското момче-бог Телесфор, което днес е символ на града.

Общинският музей разполага и със самостоятелна изложбена зала, в която периодично се правят изложби. На същата улица в града се намира и Художествената галерия на гр. Вършец. Галерията разполага с 664 платна и 27 скулптури от дърво, глина и гипс. Фондът на галерията се набира от дарения от проведени Пленери по изкуствата по време на традиционния Празник



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



на курорта, минералната вода и Балкана (м. август). Представени са експонати на български и чуждестранни творци, включително художници от Германия, Виетнам и др.

*Обяд.*

Дегустация на местни специалитети и напитки - овчарска салата, стомна кебап, десерт цедено мляко с мед и орехи, катък, агнешки кюфтенца и др.

Отпътуване за **град Берковица**

Посещение на Етнографския музей – беседа за характерните за населеното място ястия – тенденции и развитие на гозбите и рецептите.

**Етнографски музей** - Етнографският музей в Берковица се помещава във възрожденска къща на един етаж, автентичен представител на градската архитектура в края на 19 в. Тя е позната като Сърбинската къща. Интересна е дърворезбата по вратите и долапите. Запазена е автентичната система за отопление на помещенията и банята.

Етнографският музей в Берковица разполага с богата експозиция, която запознава с бита и обичаите на хората от Северозападна България и е включен в Стоте национални туристически обекта под номер 34. Във фондохранилищата му се пазят хиляди уникати от сферата на художественото творчество и занаяти, както и народните обичаи. Посетителят може да види богатото цветово многообразие в изработката на облекла и килими, както и накити, предмети на домашния бит и някои традиционни за региона обичаи. Повечето експонати са свързани със занаятите, носиите и предметите от бита – по време на турското робство Берковица е била развито занаятчийско селище, главно в производството на грънци.

Работно време: Всеки ден от 8-12.00, 14-17.00; през зимният сезон, събота и неделя са почивни дни.

Данни за контакт: тел. +359 95 388045; email: [etnoberk@abv.bg](mailto:etnoberk@abv.bg)

Възможност за дегустация на „Кътък по механджийски“, Агнешка чорба, Кебап по Берковски, Пържен боб, Пълнен заек, Свински джолан на фурна, Цедено кисело мляко с мед и орехи и др.

### Ден 2

Отпътуване за **град Монтана**

В продължение на 6.000, от както съществува града, той е носил различни наименования. Първото име на града, дадено му от римляните е Монтанензиум. При нахлуването на



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



славянските племена района на римския град започва да се нарича със славянското име Кутловица. През 1891 г. Кутловица е преименувана на Фердинанд и и получава статут на град. През 1945 г. правителството на Отечествения фронт преименува града на Михайловград на името на загиналия през 1944 г. комунистически активист Христо Михайлов, работил в организацията на БКП и взел участие в Септемврийското въстание в града. А от 1993 г. Е преименуван на Монтана.

**Посещение на Историческия музей – беседа на тема „Традиции и развитие на кулинарията в Монтана. Традиционни фестивали и празници“.**

**Исторически музей Монтана (Монтана)**

**Адрес:** Монтана, ул. „Цар Борис III” № 2

Историческият музей в Монтана е създаден през 1953 г. За близо пет десетилетия се извършва значителна по обем събирателна, научноизследователска и популяризаторска работа. От 1968 до 1994 г. се провеждат системни археологически разкопки. Проучванията не само обогатяват с нови данни представата за развитието на селището през римската епоха, но свидетелстват за по селищен живот в района на днешния град от каменно-медната епоха до края на Второто българско царство през XIV век. Днес музеят притежава богата колекция от движими паметници на културата. Обособени са следните отдели: “Археология”, “Етнография”, “История на България XV-XIX век”, “Нова история”, “Най-нова история”, “Фондове”, “Връзки с обществеността и реклама”, “Недвижими паметници на културата”.

В Експозиционната зала на музея е представено културно-историческото развитие на Монтана и региона в периода V-IV хил. пр. Хр.-XX в. сл. Хр.- материалните свидетелства за живота на първите човешки общности, тракийската култура през бронзовата и желязната епохи; колекция съдове от керамика и метал, малка бронзова пластика и мраморна култова скулптура от Античната Монтана; произведение на средновековното българско ювелирно изкуство е сребърното съкровище от XIII-XIV в.

**Работно време:** Понеделник – Събота от 8-12.00, 13.00-17.00.

**Входна такса:** 1 лв.; ученици и студенти – 0,50 лв. Четвъртък – входа е свободен.

**Данни за контакт:** tel. +359 96 307481, +359 96 307286; email: [bgmontanamuseum@abv.bg](mailto:bgmontanamuseum@abv.bg);  
[www.bgmontanamuseum.com](http://www.bgmontanamuseum.com)



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



*Обяд.* Дегустация на пълнени чушки с боб, постни сармички, Мъжки боб в гърне, Лучник, Гювеч по гушански.

Посещение на механа и къща за гости с представяне на рецепти от региона и съвместна подготовка на вечерното меню по следните рецепти:

### ***Таратор***



**Таратор** е студена супа, характерна за българската кухня.

Тараторът се прави от кисело мляко, вода, ситно нарязана или настъргана краставица, олио или зехтин, сол, копър и счукан, пресован или нарязан на ситно чесън. Към тях по желание могат да се добавят счукани орехови ядки и оцет, ако млякото не е достатъчно кисело.

Прави се и вариант на таратора без кисело мляко — само с оцет и вода, както и т.нар. *сух таратор*, който се прави без вода, само с кисело мляко (най-често добре изцедено, за да се сгъсти). Подобна е рецептата на зимната салата Снежанка, която се прави с изцедено кисело мляко и кисели или пресни краставички.

Приготвянето се състои в смесване на продуктите и разбъркване.

### ***Баница***





European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



**Продукти:** 1/2 кг готови кори, 125 гр масло; *за плънката* - 1 чаена чаша настъргано сирене, 4 яйца, 1 чаена чаша кисело мляко, 1/2 чаша газирана вода.

Намазваме тавата с олио и слагаме един лист от корите. Поръсваме го с разтопено масло и върху него нареждаме следващите кори, които също поръсваме с масло и плънка, приготвена от разбитите яйца, смесени с настърганото сирене и киселото мляко. Най-горната кора поръсваме с последното яйце, разбито с газираната вода. С остър нож разрязваме баницата на парчета и я печем четвърт час в силна фурна. Изваждаме я и наливаме останалото масло там, където е минал ножът. Печем още десетина минути или докато баницата стане златиста.

### *Шкембе чорба*



**Продукти:** 1/2 телешко шкембе, 1 кафеена чашка прясно мляко, 1 глава чесън, смлян черен пипер, сол, оцет, червен пипер.

Внимателно почистваме шкембето, особено онези части, които са надиплени - те се остъргват с нож и се измиват обилно. Ако шкембето е леко запарено, накисваме го във вода с малко оцет. За да се запазят хранителните качества на шкембето, поставяме го, както е цяло, в тенджерата с вряща вода. Варим дълго, докато шкембето започне да омеква. После го изваждаме, оцеждаме го и го нарязваме (най-добре с ножица) на малки парченца. Прецеждаме бульона и връщаме в него нарязаното шкембе. Правим застройка от прясното мляко, слагаме сол и черен пипер на вкус, а отделно счукваме чесъна, който смесваме с оцет. Всеки сам слага в чинията си допълнителните подправки - чесъна и черния пипер.

### *Пиле на лютика*





European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



Нарязваме пилето на порции. Посоляваме лекичко, намазваме с черен пипер и капваме мазнината върху месото и го подреждаме с кожата надолу в по-дълбока тава. Доливаме около 100 – 150мл. Вода; Запичаваме месото в предварително загрята фурна на 180-200°. След като се запече от едната страна, обръщаме месото и запичаваме от другата

Ако чушките са пресни, ги запичаваме, обелваме и нарязваме на широки ивици. Ако използвате замразени или консервирани печени чушки приготвянето на яденето се улеснява.

Доматите се бланшират, обелват и нарязват на средно - големи парчета (като за салата). Същото важи и за консервираните домати. Те обичайно са силно омекнали и поразкъсани при стерилизиране и почти нямат нужда от рязане. Отстраняваме им люспите ако имат такива и ги добавяме към запеченото месо в тавата. Връщаме я отново във фурната и оставаме да поизври течността.

Добавяме нарязаните чушки и допичаваме ястието още около 5 - 10 минути. Сосът не трябва да бъде воднист, а да остане на мазнина.

След като извадим лютиката от фурната, добавяме и разбъркваме предварително нарязания на ситно магданоз и счукания в хаванче чесън.

Оставяме ястието да поизстине и подправките да си пуснат аромата си и сервираме. Казват, че е вкусно и топло и студено, но някой трябва да го остави да изстине, за да провери това.

*Настаняване и نوشувка.*

*Ден 3*

**Пристигане в град Чипровци**



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



Град Чипровци, е в подножието на вр. Три чуки (1938 м), а склоновете на Язова планина се спускат до праговете на самите къщи. Хоризонтът е билото на чипровския дял на Стара планина, по което преминава граничната бразда с Република Сърбия.

Чипровци е на 35 км от областния град Монтана и на 155 км от София. Близко е до комуникационната ос Международен транспортен коридор №4 /Видин-Монтана-София/. Общината включва селата Равна, Горна Ковачица, Челюстница, Бели мел, Митровци, Горна Лука, Превала, Железна и Мартиново. Градът е на 550 метра надморска височина, с източно изложение, релефът му е планински и полупланински и е разположен в живописната котловина на Чипровската река. Зимата е мека, а лятото – прохладно.

### **Посещение и беседа в Историческия музей**

Историческият музей в гр. Чипровци (Чипровци, обл. Монтана)

Адрес: Чипровци, п. Код 3460, ул. „Витоша” № 2

Историческият музей в гр. Чипровци е основан през 1988 год., и в пряка връзка с честването в национален мащаб на 300-годишнината от избухването на Чипровското въстание. Експозиционната площ в основната сграда започва с археологически находки, чиято датировка обхваща дълъг хронологически период - от неолита до Късното средновековие. В петте зали на музейната експозиция са представени събития и процеси, открояващи Чипровци в общобългарското и/или световното историческо пространство.

Първата зала е посветена на рударството; представени са отделни етапи на рудодобива и рудопереработката с акцент върху новите технологии, донесени от саксонските рудари

Във втората зала са показани произведения на Чипровската златарска школа ( XVI - XVII в.) и тяхното разпространение в общоевропейски мащаб;

Третата зала представя мястото и ролята на католицизма в живота на чипровчани през XVII в. - просветна дейност, дипломатическа и мисионерска активност на местното висше католическо духовенство, избухване и ход на Чипровското въстание и последвалите го миграционни движения в днешните румънски и хърватски земи;

В четвъртата зала са проследени основните периоди в развитието на Чипровския килим;

А петата е експонирана е църковна живопис;

### **Посещение на село Георги Дамяново**



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



Bulgaria – Serbia

IPA Cross-border Programme

„Винарна Лопушна” Ви предлага бутикови и селектирани вина – изкуство запечатано в бутилка. Името Лопушна е гаранция за качество и вкус.



„Винарна Лопушна” е разположена сред чудно красивата и пленяваща природа на китното селце Георги Дамяново, намиращо се в Западна Стара планина. Тази планина има древна история, изпълнена с превратности. Като територия с уникална природа е много добра предпоставка за производство на екологично чисти вина. Високата природна стойност на региона повишава значително атрактивността му и създава нови възможности за популяризирането му и развитието на всякакъв вид туризъм. „Винарна Лопушна” АД е приемник на Винарската изба в село Георги Дамяново, построена през 1936 год. Наша гордост е изграденият тунел в съществуващата скала на територията на избата, в който се съхранява около 100 хил. л. вино, с цел стареене и отлежаване. Целогодишно поддържаната температура в него е 12°C. Тунелът оборудван с вентилация и се поддържа постоянна влажност, необходима за правилното съхранение на висококачествени вина.

Винарската изба е напълно реконструирана и модернизирана през 2006 г. Реконструкцията на винарната се състои в модернизация на целия технологичен процес и цялостно изграждане на нови производствени и административни помещения. Сортовата структура на приеманото и преработвано грозде от собствени лозя е съобразена с географската среда в района.

*Обяд*– кулинарна дегустация – в зависимост от сезона – местни рибни ястия от белуга, чига, шаран, бели мур; сарми с кисело зеле, туршия, баница на ветър, пиперосана кокошка, сухи чушки с чесън, влашки сарми, качамак, баница с домашно сирене и др.

В Катеринината къща е подредена изложба, представяща бита и обичаите на торлаците, а в двора и е засадена "жива колекция от багрилни растения".

Работно време: Понеделник – петък от 8-12.00, 13-17.00



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



Входна такса: 2 лв., за ученици и студенти – 0,50 лв. В цената на билета е включено и посещение на секцията по етнография. Четвъртък входа е свободен.

Данни за контакт: +359 9554 2168; +359 9554 2194; e-mail: [historicalmuseum\\_chiprovtsi@abv.bg](mailto:historicalmuseum_chiprovtsi@abv.bg)

*Вечеря и нощувка.*

### Ден 4

Отпътуване за град **Ниш**.

Ниш е един от най-старите градове на Балканите, наричан “Портата между Изтока и Запада”. От древни времена е бил пресечна точка на големите търговски пътища. Градът е основан от Келтите през трети век преди Христа. Праисторическите жители са наричали града Нависос - градът на Феите.

Благодарение на важното си географско положение, природни ресурси, транспортна инфраструктура и богато културно-историческо наследство, този регион притежава изключителни възможности за развитие на туризма.

Ниш е:

- Третият по големина град в Сърбия след Белград и Нови Сад;
- Град, разположен на река Нишава;
- Културен, икономически, административен, бизнес и университетски център на Югоизточна Сърбия;
- Град разположен по трасето на Европейски транспортен КОРИДОР №10;
- Град, от дълбока древност познат като „врата между Изтока и Запада”, защото е пресечна точка на пътищата, които свързват Европа с Близкия Изток;
- Град с надморска височина 192 м и площ 600 км<sup>2</sup>;
- Град с над 250 000 жители;
- Университетски център. Нишкият университет има 13 факултета;
- Един от най-старите градове в Европа, за което свидетелстват многобройните исторически находища на територията на града (Бубань и Голяма хумска чука);
- Свързан със света чрез авиолиниите на Международното летище „Константин Велики”;
- Заобиколен от величествените планински масиви на Сува планина, Свърлишките планини и планината Селичевица



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



- Родният град на прочутия римски император Константин Велики, който през 313 година чрез обявяването на Миланския едикт признава християнството за официална религия в Римската империя;
- Град, в който през 2013 година се организират официалните тържества по отбелязването на 1700-годишнина от обявяването на Миланския едикт и признаването на християнството.

Посещение на Нишката туристическа организация – беседа за историята на нишката сръбска скара, гибаницата, пържениците и др.

Посещение на Нишката крепост - крепостта - символ на град Ниш, турска сграда от 1723 година, сега е красив парк, който от една страна е оазис на спокойствието и зеленината в центъра на града, от друга страна, често наричан място за добро преживяване. В старите каменни ниши, от лявата страна на входа на крепостта, има няколко кафе-барове и клубове, които осигуряват добро забавление, ден с кафе и спокойствие в рамките на древните градски стени, през нощта с добър поп и рок концерти в градините през цялата година: Клуб Салон, Ванилия, Антик Кафе галерия, Филм стар, Бар Портата Крепост, Клуб Клиник, Кафето на клуба на планинарите.

Обяд - дегустация на местни ястия в много ресторанти и кафенета (Нишлийска механа, Перлата, стадион, Стария Сърбия, The Regent Club, Garden City, Elite, Рибна таверна, пиратите). Разходка по улица Обренович - намира се в центъра на града и е основната и най-оживената пешеходна зона. От многото красиви къщи и сгради в тази улица, ние бихме искали да се постави акцент върху Andonovića – дом на търговци, красива архитектурна конструкция, изградена между двете Световни войни. Освен стари сгради, тази улица е пълна с хубави барове и сладкарници, и в същото време е великолепен търговски център: (The Regent Club ресторант, Гоѓа кафе, Cafe poslastčara, Клуб Броз, Хемингуей кафе, Paradiso, Shark).

Посещение на улица Казанджийско сокаче, по-рано квартал на артистите, а сега място за невероятни преживявания, улицата притежава обаянието на старите кафенета на Ниш, аромата на скара и хубаво кафе: (Caesar, Flo Cafe, Cafe Six, Tesla кафе, ресторант Галия, Pleasure Club, Vla Vla кафе, Константин Club, Механа Казанджийско сокаче, механа Rajko бар кафе на ъгъла).

Посещение на Националния музей - беседа за историята на Нишката скара, гибаницата и др.



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



Настаняване, вечеря и нощувка. Дегустация на местната кухня: скара, гибаница, постни ястия - пълнени чушки и т.н.

### Ден 5

#### Отпътуване за Сичевска клисура



Сичевска клисура е в източната част на Сърбия и се намира на територията на град Ниш и град Бела Паланка.

Най-интересното на ландшафта в района Сичево е река Нишава с долината ѝ, които заради необикновената си геология и село Сичево, се наричат местността Сичевска клисура (Кресненското Сичево). Тя се простира от село Долац, като изворът ѝ е от Бела Паланка, до село Prosek на входа с басейна на Ниш, с дължина от 17 км.

Формира се от река Нишава с голямо съдържание на варовик. Тази голяма съставна част на дефилето се състои от три отделни морфологични части. Градщански каньон, с дължина 7 км, в долината между хълма Облик и планините Свърлиг, е най-красивата част на дефилето. Тесните, почти отвесни, изсечени каменни скали, са подходящи за гнездене, на последните двойки Златни орли в Сърбия. Ширината на каньона е намалена до широчината на коритото Нишава, като с камениста стена достига до 400 м. На изхода от каньона се намира хълма Облик където, заедно с дефилето на Йеласница, може да се открие споделеното местообитание на две третични реликти - ендемични балкански видове - сръбските цветя феникс (*Ramonda serbica*) и Натали рамонда (*Ramonda nathaliae*).

Надолу по реката, между манастир Свети Петка и устието на потока Островица, потоците на Нишава се разширяват с голямо легло от 2 км, леко наклонени встрани. Разделът на долината надолу по реката от манастира е известен като Кресненското дефиле. Това се отнася и за около 8те км, които имат геологически много разнообразни видове.



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



От ляво на ждрелото се простира басейнът на Островичка долина, където се срещат повечето от притоците на Островиц и Поток.

Околните варовикови скали се отличават с карстовите си форми. На пръв поглед могат да се забележат карстови образувания, като кари и дупки, докато очарователните подземни характеристики включват множество пещери, скални заслони, дупки, шпори и др.

Една от основните характеристики на ландшафта на Сичевска клисура са неговите стъпалоподобни природни образувания, видими във вертикално редуване на ниво повърхности и неговите резки склонове с различна стръмност.

### ИНФОРМАЦИЯ

ЈР "Srbijašume"

Šumsko gazdinstvo "Ниш"

Prvomajska 4б, 18000 Ниш

тел.: +381 (0) 18 520-043, факс: 46-074

[www.srbijasume.rs](http://www.srbijasume.rs)

Любителите на спорта могат да се насладят туризъм, разходки из природата, риболов, рафтинг (2009 е годината, когато Световната купа по рафтинг се провежда в Нишава) и полети с парапланер.

В село Сичево, можете да се насладите на невероятни гледки към дефилето и спираци дъха пейзажи. Това село е известен със своите лозя и хубаво вино, и всяка година тук се провежда най-старата художествена изложба на Балканите, организирана по инициатива на художничката Надежда Петровиц.

Обяд - (ресторант "Воет" – специалитети на кухнята, домашен специалитет - бифтек "Воет", ресторант "Mali vikend" - специалитети на кухнята, домашен специалитет - филе от говеждо месо, свински опашки в сос, Поповска Сарма, етно заведение "Brka").

Посещение на Йелашничка клисура

### **Йелашничка клисура**

Йелашничката клисура е на 15 км от Ниш и на 3 километра от Нишка баня. Макар да е малка, обявена е за специален природен резерват и има някои приятни места за къмпинг и пикник. Едно от тях се намира на изхода на клисурата и е оборудвано с пейки, а срещу него има маркирани пътеки за пешеходен туризъм. През Йелашничката клисура минава тесен път, който



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



води до Боянина вода, курорт на Сува планина. Клуба за катерене от Ниш е направил възможност за изкачване в естествена скала със сертифицирано оборудване, където може да се катери всеки под надзора на членовете на клуба. Освен красивите скали, интересен е и водопада Рипалка, както и останки от римски укрепления. Той е разположен между селата Йелашница и Чукленик, които са свързани с града чрез автобусни линии.



Тясната пътека през Йелашничка клисура ще Ви отведе до приятното място за пикник – местността Боянине воде.

*Настаняване и нощувка.*

### Ден 6

Отпътуване за град **Свърлиг**



Град Свърлиг се намира на 25 км. североизточно от град Ниш, разположен в долината между планинските вериги долини Svrližiške kojupreseca и Svrližski Timoc. Релефът на общината е предимно планински, 70% планини. Този район включва по-голямата част от басейна на река Свърлички Тимок.

Посещение на стария град на Свърлиг – Нишевац.

Културен календар на град Свърлиг:

- Белмужияда – ежегоден международен кулинарен и културен фестивал (6 и 7 август) - основно внимание се отделя на уменията за приготвяне на типичното ястие „Бел Муж“.





European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



Bulgaria – Serbia  
IPA Cross-border Programme

Освен това събитието е съпътствано от Конкурс за красота, представят се фолклорни и народни продукти, както и специализирана културна програма.

Дегустация на прженица и сръбска скара.

Винарна „Статус” се намира в гр. Свърлиг, в екологично чист район. Годишно във винарната произвеждат около 2.000.000 литра вино. Виното е предназначено предимно за сръбския пазар, но се изнася и в чужбина, в съседните страни.

Най-голяма гордост на винарната са Липнишките лозя, на 510 м надморска височина – това са първите органични (био) и планински лозя в Сърбия. Липница е девствен оазис на здравето и досега там са засадени 30 ха лозови насаждения и е предвидено да бъдат засадени още 20 ха. От сортовете са засадени италиански ризлинг, каберне, мерло, черна и бяла тамянка и траминер.

През 2012 година, в желанието си да върне старата слава на лозарите и винарите от нишкия край, Винарна „Статус” селектира най-добрите гроздове от Липница, за да произведе специална серия вина – „Старият Ниш”, в посветена на богатата вековна лозарска и винарска традиция в Ниш и региона. Вината от серията „Старият Ниш” носят имена, добре познатите смо в Ниш, но и в цяла Сърбия – Калча, Зоне и Смук, имена, познати от прочутите произведения на Стеван Сремац.

Други известни марки от Винарна „Статус” са: „Калча”, „Вино за двама”, „Италиански ризлинг”, „Грашевина”. Те се произвеждат от грозде, което се изкупува от лозята в Тимошко и Нишко. Тези марки са част от асортимента на всички по-големи магазини в Централна Сърбия.

*Нощувка в град Ниш.*

### Ден 7

Отпътуване за град **Монтана**.



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



### 3. Характеристики и особености на кулинарния и енологички потенциал

#### България – Северозападен район

Българската нация е съставена от множество различни етноси, като всеки от тях е оказал влияние върху съвременния бит на българина, включително и в областта на кухнята. Траки, гърци, римляни, прабългари, славяни, както и много други племена и народи, заселвани по територията на днешна България, са дали отражение върху тази традиция още в древността. Археологическите данни сочат, че основните съставки на древната кухня в нашите земи са били традиционните за района зеленчуци зеле, морков, цвекло, ряпа, лук, чесън; различните видове месо овче, козе, свинско, говеждо, птиче, дивеч; зърнените храни просо, овес, ечемик, ръж, пшеница; както и бобовите растения бакла, леща, грах. По-късно, в периода 16-17 в., в българската кухня навлизат като продукти растенията и животните, открити в Америка появяват се неизвестни преди това храни като фасулът, пиперът, доматиът, патладжанът, картофът, царевичата, слънчогледът пуешкото месо и т.н. От изток на свой ред се появява оризът, специфичните подправки съставки като чер пипер, джинджифил, риган, канела и т.н. Дългите години в рамките на Османската империя се отразяват върху българската кухня с навлизането на ориенталски технологии на приготвяне на храната и специфични ястия мусака, гювеч, имамбаялдъ, къпоолу, пиллаф, баклава, кадаиф и мн. др. След Освобождението се намесват влияния от Европа, като много от тях са интерпретирани специфично като съставки, технология на приготвяне, начин на поднасяне и др.

В националната ни кухня мазнината напълно съответства на основния продукти вида на ястието. В старите рецепти е описано приготвяне на салати и ястия от зеленчуци,пържена риба и др. с растително масло;поливане на пържени зеленчуци с разтопено краве масло и др. Дълги години пряското краве или овче масло се е използвало за запържване на зеленчуците при приготвянето на ястия с агнешко,пилешко или телешко месо,при приготвянето на пюрета от зеленчуци и др. Свинската мас се употребявала главно през студените сезони за ястия със свинско месо и варива.

Технологията на ястията също има свои характерни особености. Въпреки изобилието на зеленчуци, които като продукти заемат основно място в съставките на ястията,начините на студена обработка на зеленчуците, като пасиране, изтискване и др.,са застъпени сравнително малко. Листните и шушулковите зеленчуци най-често се подлагат на задушаване; за картофите



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



се прилагат всички видове топлинна обработка - варене, задушаване, пържене, печене, но се предпочита задушаването; зърнените храни и варива се подлагат на варене; гъбите - на задушаване и печене и т.н. Характерна особеност на по-ранната ни кухня е приготвянето на ястия, в които използването на подправки е ограничено. По-късно с по-честата им употребата, ястията придобиват нови вкусови качества. Характерно е обаче, че подправките се използват умерено, и то в състояние с вида на основния продукт на ястието. Типична подправка за зрелия фасул е джодженът, за лещата - чубрицата, за баклата и тиквичките копърът, с мащерка, селим и девесил се ароматизирани рибените чорби, а с естрагон задушени меса.

Ястията от продукти, които имат ясно изразени ароматни и вкусови качества, например от листни зеленчуци, прясна риба, пресни млади меса и др., обикновено се приготвят с малко подправки или без подправки. Силна, в сравнение с други кухни, е употребата на пикантни подправки като лук, чесън, червен и чер пипер, бахар, дафинов лист.

Рибата в националната ни кухня се използва предимно за пържене и задушаване, а по-тълстите риби за печене на скара. Птиците се използват както за задушаване и варене, така и за печене във фурна или на скара. За разлика от другите кухни в нашата национална кухня месото се подлага на топлинна обработка съвместно с останалите продукти (яхнии, плакии и др.), като продуктите се добавят заедно (гювеч на фурна) или последователно според продължителността на омекването им.

Нещо с което се отличават повечето от нашите национални ястия е запръжката (за някои ястия и застройката). Запръжките и застройките се подготвят съобразно с характера на ястието, затова те са твърде разнообразни. Запръжките се приготвят чрез леко запържване или чрез кратковременно задушаване с мазнина, което създава условия за по-пълно извличане на ароматите и вкусовите вещества от зеленчуците.

### **Сърбия – Югоизточен район**

Богатството на сръбската кухня се дължи на нейната географска, национална и културна многоликост, която е последица от вековното смесване на населението. Влиянията върху сръбската кухня са богати и разнообразни – възникнала е като смесица от гръцката, българската, турската и унгарската кухня.

Стара сръбска легенда разказва, че по време на царуването на цар Душан през 14 век, в сръбския царски двор са се хранили със златни лъжици и вилици. Историците казват, че сръбската



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



Bulgaria – Serbia  
IPA Cross-border Programme

средновековна кухня се е състояла предимно от мляко, млечни продукти и зеленчуци. Не се е ял много пшеничен хляб, а по-евтиният хляб от зоб и ръж. От месата са се яли предимно дивеч, јело много хлеба, богатији су јели хлеб од пшенице, а сиромашнији од зоба и ражи. Од месото са яли само дивљач, а стоката се е използвала в селското стопанство.

За автохтонни сръбски ястия се приемат говеждата пършута, каймакът, айварът (вид лютеница), сладко от рози и различни специалитети със сушени сливи.

За днешна Войводина са типични тестените изделия – хлябове, шрудели, юфка, а така също и различни видове изделия на месопреработвателната индустрия, произведени от богатия животински и птичи фонд. В Шумадия са характерни зелниците и прасето на шиш. Отличителна черта за кухнята в Западна Сърбия е сушеното месо, а за Златибор и Златара задължителни са ястията от агнешко месо. Кухнята на Източна Сърбия се отличава със суха чобанска пита, агнешко, варено в мляко, сушено месо от глиган, яхния с три вида месо и различни зеленчуци, хомолски качамак. В Южна Сърбия са много популярни ястията с месо на скара или на шиш. Особено популярни са лесковачките специалитети на скара. Косово и Метохия са богати на стотици вкусни посни и блажни ястия: бингур, пиряница, различни пити, баклави, специалитети от агнешко и овче месо.

Не е лесно да запознаеш чужденеца с тайните на сръбската гастрономия. Много ястия не съществуват нито в речника, нито в менюто на другите народи, макар че са приготвени от обичайните съставки, които се срещат във всяка европейска страна. Затова при проучаването на сръбската национална кухня, възникнала като последица от непредвидено съчетание на различни исторически влияния на кръстопътя на цивилизациите, трябва да се оставите във вещите ръце на сръбските майстори готвачи. Сръбската национална кухня е много вкусна и с много подправки, които въздействат на всички сетива и непреодоливо увеличават апетита. В Сърбия обикновено се хранят по три пъти на ден (закуска, обяд и вечеря), а най-важното и често най-обилното хранене е обядът. В миналото сред хората от народа е било обичайно да се хранят по два пъти на ден – един преди обяд и един преди смарачаване, а в промеждутъка е имало по някоя закуска. Закуската е придобивка на модерните времена и се е появила някъде около втората половина на 19 век.

Най-честите слави в Сърбия са: "Св. Никола" (Никулден) /19 декември/, "Свети Георги" (Гергьовден) /06 май/, „Св. Йоан Кръстител“ (Ивановден) /20 януари/, "Св. Димитър"



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



(Димитровден) /8 ноември/, „Св.Сава“ (Савинден) (27 януари) и Архангел Михаил (Архангеловден) /21 ноември/. Сръбската православна църква използва Юлианския календар, който в някои православни страни остава в употреба до 20 век като национален календар, но обикновено е заменен от Грегорианския календар. Юлианският календар днес се използва от националните православни църкви и някои манастири на Света гора. В Сърбия грегорианският календар е въведен през 1919 г. от крал Александър Караджорджевич, но църквата още използва юлианския календар.

Сръбската скара, или лесковачка скара е типично сръбски начин за приготвяне на ястия от мляно месо на скара с леко лютив вкус. Типична е за региона на Поморавието и преди всичко за град Лесковац, откъдето идва и името ѝ. В миналото, когато още не е имало машини за мелене на месо, месото за лесковачката скара се е приготвяло ръчно. Готвачите традиционалисти предпочитат ръчният начин за обработка на месото, защото така ястията стават по-сочни и не могат да прегорят. Специалистите казват, че лесковачките специалитети са най-добри, когато са приготвени по традиционния начин – на скара с дървени въглища. Лесковачките майстори твърдят, че за да стане едно ястие вкусно, първо трябва добре да се подбере месото. То се оставя да престои, след което се смиля и отново се оставя да престои за около 24 часа на температура под 4°C. После месото отново се смиля и се омесва добре. Чак тогава месото е готово за печене на скара.

Съвременната сръбска кухня в Югоизточния район е събрала в себе си елементи от различни национални кухни. В нея е силно влиянието на турската кухня. Почти във всеки сръбски ресторант се предлагат кюфтеа, различни видове кебапи, шишчета, скара, месо с ориз. В Сърбия се чувства влиянието на унгарската, румънската и българската кухня. Широко са разпространени ястия от свинско месо, мамалига, царевични питки, банички.

### **Пребранац (запеканка от фасул).**

Фасулът се накисва за една нощ. Водата се излива и отново се залива със студена вода и се вари до готовност около час и половина. След това фасулът се изцежда на сито. Лукът се нарязва на дребно и се изпържва в олиото, смесва се с червения и черния пипер и с дафиновия лист. Сместа се изсипва върху фасула. Фурната се загрява до 220 градуса. Фасулът и подправките се изсипват в глинен съд, предварително натопен за 10 минути в студена вода. Пече се 20-30 минути до образуването на румена коричка.



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



### **Гибаница**

Брашното се пресява, смесва се с растителното масло, добавя се щипка сол, малко топла вода и се замесва немного твърдо тесто. Тестото се разделя на пет равни части и всяка част отделно се омесва върху плот. Частите се отставят за един час. След това всяко парче се разточва на кори с дебелина 3-4 см. Корите се режат на парчета с формата на съда, в който ще се пекат. Изпичат се във фурна от двете страни. За пълнежа се смесват кашкавалът (сиренето, изварата) с каймака, млякото и жълтъците. Отделно се разбиват белтъците и се добавят в приготвената маса. Формата се намазва с мазнина и върху нея се слага първата кора, върху нея се слага от пълнежа и така кора върху кора, най-отгоре се излива остатъкът от пълнежа. Напръсква се с разтопено краве или растително масло и се пече на средна температура един час. По време на печенето от време на време баницата са пробожда с вилица. Гибаницата е готова, когато горната коричка поруменее и краищата ѝ започнат да се отделят от формата. Сервира се топла, нарязана на парчета.

### **Пършута (Пршута)**

Пършутата е пушено и изсушено на вятър свинско месо. Приготвя се от бута. Паршутата може да се запази 1-2 години. Паршутата се яде основно като студена закуска. Тя се нарязва на тънки, полупрозрачни парченца, но често парчета от нея се слагат в горещи ястия (чорби, сарми и пр.). По същността си паршутата е сурово месо, затова се препоръчва на любителите на месо, които ще оценят вкуса ѝ. Родината на паршутата е селцето Негуши в Черна гора. Тук я наричат негушка пршута. Местната рецепта за паршута се приготвя по точно определен начин на конкретен склон на планината. Тук селяните чакат кога ще задуша студеният вятър “Бура” (бора).



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



### 4. ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Здравословното и балансирано хранене е форма, предпочитана от все повече потребители от различните пазарни сегменти. Ето защо от изключителна важност е производителите, преработвателите и туристическия сектор да наблюдават тенденциите във вкусовете на потребителя, за да са в крак с потребителското търсене. Това очевидно налага необходимостта от сериозни и реално изпълними действия за приоритетно развитие на храненето, като един от водещите елементи в туризма.

Чрез вкуса на автентичните продукти, „напоени с почвата и духа“ на точно определено географско място, всички изпитват едно ново удоволствие – да преоткрият корените си. Тази тенденция през последните десетилетия има голям принос за възраждането на културното наследство на селските зони и така регионалните и национални кулинарни ресурси придобиват по-голяма стойност.

Храненето е не просто възможност за задоволяване на базова потребност, а силно емоционално и психологическо преживяване, както и отношение към клиентите.

Кулинарният туризъм е и едно от лицата на културния туризъм, защото традициите в приготвянето на храна и напитки са част от културно-историческо наследство на една нация. Туристите, които се насочват към този вид туризъм биха могли да предприемат своето пътуване именно с цел да посетят туристическа дестинация известна със своите кулинарни достойнства или пък в течение на самото си пътуване да попаднат на интересни кулинарни находки. Като обект на туризъм биха могли да бъдат производствени процеси на различни храни, винарски изби и винопроизводство, пивоварни, кулинарни изложения и събития, кулинарни демонстрации и състезания, готварски книги, интересни готварски съдове, готварски курсове или просто дегустация и участие в приготвянето на местни ястия и напитки.

За да предизвика една туристическа дестинация интерес към своето кулинарно богатство е задължително да присъства елемента на автентичност. Представянето на традиционни за региона ястия и напитки е в основата на добрия туристически продукт.



European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



### Библиография

1. Великова, Е. Конкурентно предимство и потребителски избор в хотелиерството и ресторантьорството. С., 2004, (в съавторство).
2. Ганева-Караджова, В. Глобализация, конюнктура и съвременни технологии в туризма. С., 2004, (в съавторство).
3. Мартинова, Л. Конкурентно предимство и потребителски избор в хотелиерството и ресторантьорството. С., 2004, (в съавторство).
1. Рибов, М. Туризмът в ерата на качеството. С., 2003
2. Станкова, Б. Интеграционни процеси в туризма. С., 2004
3. Христова, Л. Нетрадиционният туризъм. С., 2004, (в съавторство).
4. Brian Pearce What is Driving Travel Demand? Managing Travel's Climate Impacts, 2008 (Travel & Tourism Competitiveness Report 2008 © World Economic Forum)
5. Echtner, Ch., Ritchie J.R. Brent, The Meaning and Measurement of Destination Image, The Journal of Tourism Studies, Vol. 14, No.1, May' 03
6. Gomez Gomez, C.M., J. Lozano Ibanez, and J. Rey-Maqueira Palmer. 2004 "Environmen and Tourism Policy in a Dynamic Model of an Economy Specialized in Tourism." Working paper presented at the Conference on Tourism Economics, Palma de Mallorca, May 28-29, held by the Department of Applied Economics, University of the Balearic Aslands. <http://www.uib.es/depart/deaweb/personal/profesors/personalpages/javierlozano/articulos/env%20policy%20tourism%20economy.pdf>.
7. Ibrahim, U., Girgis, A., Travel & Tourism: Moving on to Sustainability (Travel & Tourism Competitiveness Report 2008 © World Economic Forum)ICCA Statistics Report International Association Meetings Market 2005, City and country rankings
8. J.R. Brent Ritchie & Geoffrey I. Crouch The Competitive Destination: A Sustainable Tourism Perspective, 2003
9. Jeniffer Blanke, Thea Chiesa The Travel & Tourism Competitiveness Index 2008: Measuring Key Elements Driving the Sector's Development (Travel & Tourism Competitiveness Report 2008 © World Economic Forum)
10. [www.visitnis.com](http://www.visitnis.com)





European Union

## Discover the unknown part of the Balkans



Тази публикация е направена с подкрепата на Европейския съюз, чрез Програмата за трансгранично сътрудничество ССИ No 2007СВ16ІР0006. Съдържанието на публикацията е отговорност единствено на „**Агенция за регионално развитие и Бизнес център 2000**” и по никакъв начин не трябва да се възприема като израз на становището на Европейския съюз или на Управляващия орган на Програмата.