

I FEEL
SLOVENIA



I GUSTI DEL PRIMORDIALE

La gastronomia del Carso Verde





Granaio a Žerovnica La gente del villaggio qui immagazzinava grano e farina; era destinato inoltre all'essiccazione e al magazzinaggio di carne essiccata e del lardo.

Un buon appetito per una buona giornata

Benvenuto, viandante, nella regione del Carso Verde! Benvenuto nella regione dalla natura intatta, dove la vivacità delle acque superficiali e sotterranee crea un'immagine variabile e un carattere indomabile. Prenditi il tempo, gusta la primordialità della regione anche in ogni suo piatto!

I boschi, i pascoli e la natura in generale, il clima con inverni spiccatamente freddi, sono i componenti chiave dei gusti e dei sapori riconoscibili nelle pentole della cucina del Carso Verde. Al riparo dei vasti boschi, sul piatto arriva varia selvaggina, dai pascoli intatti le genuini carni bovine e ovine.

La carne fresca, e soprattutto i prodotti della macellazione del maiale, si sposano tradizionalmente alle verdure invernali. Queste sanno mostrare i denti al tenace inverno della Notranjska, quindi non è una sorpresa se si sono affrancate nei piatti unici, preparati in più di cento modi. Scoprite la variopinta geografia dei gusti - dalla rapa gialla della Notranjska alle patate con crauti, tipiche della zona di Pivka e dei Brkini.

Alla fine del pasto viene il momento dei gusti profumati della frutta che la gente locale sa catturare in nobili distillati e succhi, nonché le bontà dolci, preparate secondo le ricette tramandate dalle nostre nonne.

Viandante, la cucina del Carso Verde ti attende a pentole scoperte.

Come primo raccomandiamo uno sguardo alle pagine di questo libretto, come secondo una visita gastronomica agli agriturismo e alle trattorie scelti.



Eroi sempreverdi della cucina all'antica Cavolo, rapa gialla e patate - ingredienti indispensabili di numerosi contorni e piatti unici che vengono preparati tutto l'anno, ma soprattutto nel periodo invernale.

Il gusto della ferocia

Più di metà del Carso Verde è coperto da boschi, l'intera area è una rete di fiumi, torrenti e laghi intermittenti e artificiali. È il mondo indomato dei luoghi selvaggi che da sempre stimola l'appetito!

La svariata selvaggina, dalla carne di capriolo, cervo, cinghiale e orso, fino alla piccola selvaggina, una selezione di pesci d'acqua dolce - questa è l'offerta stabile dei punti di ristoro e di alcuni agriturismo. La natura generosa offre molto di più - un'abbondanza di funghi, bacche, frutti e erbe salubri nonché i ginepri carsici.

FILETTO DI CERVO AI GALLINACCI

Da un filetto di cervo ben stagionato tagliamo dei pezzi di carne dello spessore di un dito, quindi li premiamo leggermente con le mani. Tagliamo i gallinacci a pezzetti. Nel burro facciamo abbrustolire le fette di prosciutto crudo. Quindi facciamo abbrustolire, sempre nel burro, sui due lati anche la carne, aggiungiamo i gallinacci e soffriggiamo brevemente il tutto. Aggiungiamo un po' di sale e del buon cognac o distillato di ginepro e lasciamo flambare. Scuotiamo la padella finché non evapora tutto l'alcool. Serviamo poi con la polenta di mais.



Fate un altro passo e prendete parte alla tradizionale Notte dei ghiri che ogni anno in ottobre, all'inizio della caccia ai ghiri, ha luogo nelle vicinanze del castello di Snežnik.



TROTA AL FORNO

Su una teglia da forno unta di olio posizioniamo una trota fresca, pulita e salata, pezzi di cipolla, patate, carote o altra verdura a piacere. Aggiungiamo le spezie - timo, maggiorana, salvia, aglio tagliato grossolanamente, prezzemolo. Passiamo il tutto nel forno riscaldato. 10 minuti prima della fine della cottura aggiungiamo i pomodori ciliegini, ma solo per riscaldarli, senza che perdano il colore. Serviamo il pesce sul piatto, con contorno di verdure.



Benvenuti nel regno dei funghi!

I funghi vengono preparati freschi - come zuppe o contorni - oppure vengono essiccati o conservati per l'inverno.

La varietà delle specie ittiche del Carso Verde

Sul lago di Cerknica, una volta i lucci, i cavedani, le carpe e le tinche venivano essiccati per l'inverno. Oggi i pesci vengono consumati per lo più freschi, prevalgono le trote d'allevamento.

Collegati con la natura

I vasti boschi e i prati offrono un'abbondanza di erbe e frutti, base della medicina popolare.



Taglia e servi!

Una dispensa come si deve ancora oggi è piena di salsicce, prosciutti, stomaci, lardo e tanta altra carne essiccata. E quando il padrone di casa taglia la carne essiccata, sa perché l'affettato senza formaggio è come i crauti senza ciccioli.



La tradizione del prosciutto

Il prosciutto crudo, stagionato da almeno un anno, viene servito soprattutto nella zona di Pivka e nei Brkini.

Gli inverni spietati della Notranjska ancora oggi sono come fatti apposta per la macellazione del maiale - la carne suina al fresco non si guasta, si sala in modo eccellente, e velocemente si essicca o si affumica. L'industria caseraria, dopo decenni di tramonto, si apre di nuovo la strada nell'offerta regolare di piatti caserecci con ottimi formaggi di latte vaccino, formaggi pecorini e ricotta di latte, fatta in casa. Numerosi sono i prodotti di carne e i latticini che provengono dai pascoli intatti e rappresentano così una specialità molto apprezzata!



Le bontà bianche del Carso Verde

Il formaggio pecorino e la ricotta di siero fanno parte dell'offerta di fattorie sempre più numerose. Il formaggio di vacca del Nanos (Nanoški sir), con Indicazione Geografica Protetta, si trova in tutti i negozi di alimentari ben provvisti.



OCVIRKOVKA

Prepariamo farina, lievito, sale, zucchero, uovo, acqua o latte e ciccioli fatti in casa. Impastiamo gli ingredienti fino ad ottenere un impasto soffice, lo stendiamo e lo ricopriamo con i ciccioli. Arrotoliamo come uno strucolo e inforniamo per 40 minuti a 180°C.



SANGUINACCI E SALSICCE BIANCHE

I due tipi di salsicce sono preparati con lo stesso impasto. I sanguinacci, oltre a riso, orzo, sale, testa di maiale bollita, maggiorana, cannella, menta, cipolla e lardo contiene anche il sangue. Le due salsicce vengono servite insieme, soprattutto per ricorrenze speciali e feste invernali.

Per alcuni bocconi di fantasia, visitate una delle fattorie o trattorie scelte e vi convincerete che un affettato può fare anche da secondo.

CARNE DI AGNELLO IN SALSA, CON ŽLIKROFI

Per un piatto appetitoso usiamo le parti meno pregiate dell'agnello (collo, costole...). Tagliamo la cipolla, la quantità è uguale al peso della carne. Facciamo stufare la cipolla con lo strutto. Aggiungiamo la carne tagliata a pezzi, pomodoro maturo, tagliato a dadini, e lasciamo stufare di nuovo finché l'acqua non si evapora e la carne non ottiene un piacevole profumo e un bel color cioccolato. Per una densità adeguata, aggiungiamo una miscela composta da metà acqua e metà vino. Saliamo, aggiungiamo le erbe e lasciamo cuocere lentamente, finché la carne diventa tenera.

Impastiamo le uova, la farina e il sale, la pasta ottenuta deve essere consistente. Mettiamo a riposare nel frigorifero per almeno trenta minuti. Per il ripieno, nell'olio soffriggiamo un po' di cipolla tagliuzzata e di pancetta a cubetti. Raffreddiamo un po' e aggiungiamo patate schiacciate e uovo. Uniamo il tutto, aggiungendo prezzemolo e timo. Stendiamo la pasta, posizioniamo su essa piccoli mucchietti di ripieno; spalmiamo la pasta intorno al ripieno con l'uovo e modelliamo gli žlikrofi. Mettiamoli in acqua bollente per circa dieci minuti.



Questa farina darà molta carne

I vecchi pecorai dicevano che la carne fresca di pecora si sposa benissimo con vari tipi di polenta, preparata in casa.

Oggi la selezione è più vasta, e i piatti di carne di bestiame minuto si possono arricchire con žlikrofi (specie di ravioli tipici), štruklji (struccoli), mlinci, tagliatelle o gnocchi. Tutti questi piatti si accostano bene anche alle altre bontà a base di carne, in combinazione con vari sughi e salse dolci sono amati anche come piatti unici o dolci (gnocchi di prugne, štruklji ...).

Un capitolo a sè per gli amanti della carne e di piatti freschi preparati con farina di produzione casereccia.



POLENTA DI PATATE O BIANCA

La miglior carne merita la miglior polenta. La polenta bianca di patate e farina di mais - una volta era un piatto dei poveri, oggi è un piatto dei buongustai. Le patate vanno schiacciate, quindi aggiungiamo la farina di mais in quantità tale da produrre una miscela compatta. Se necessario, aggiungiamo del sale. Mescolando, cuociamo per almeno 40 minuti.



Nella valle del Pivka, il pollo ha un posto speciale

La tradizione del pollo nella valle del Pivka una volta era come in tutta la Slovenia: lo si usava per preparare il brodo per le neo-mamme e per i pranzi festivi o della domenica. Con l'era dell'allevamento organizzato dei polli, questi sono diventati parte regolare dei menù, e così oggi con piacere vi sarà servito il pollo di ottima qualità, abbronzato e croccante.



GNOCCHI CON PRUGNE

Lessiamo le patate, le schiacciamo e aggiungiamo un po' di burro. Saliamo il tutto, quando l'impasto è tiepido, aggiungiamo le uova e mescoliamo. Lasciamo raffreddare a temperatura ambiente e quindi aggiungiamo tutta la farina, mescolandola con gli altri ingredienti, per ottenere un impasto morbido e uniforme. Solo adesso l'impastiamo. Meno tempo impieghiamo, più soffici saranno gli gnocchi. Trasformiamo l'impasto in un grosso cilindro che taglieremo a pezzi, con i quali poi avvolgeremo le prugne fresche già zuccherate in precedenza. Lessiamo in acqua salata bollente. Appena vengono a galla, i nostri gnocchi sono pronti. Vengono serviti con il pangrattato, saltato nel burro.

Buono come il pane

Bontà tradizionali cotte nel forno per il pane, secondo ricette antiche, con farina di grano, segale, avena, grano saraceno, mais e farro.



Una pentola di gioia invernale

Ormai un piatto semplice, preparato con verdure invernali, riscalda anche la giornata più fredda e risveglia in noi il gusto più genuino di casa.

La rapa gialla (in sloveno koleraba o kavra), fagioli, cavolo, rapa, verza e patate costituiscono un'ottima risposta al lungo e freddo inverno delle valli riparate del Carso Verde. Kavra al modo della Notranjska, patate con crauti, ješprenj o ječmen (zuppa di orzo) e iota sono i piatti unici più riconoscibili della zona, ma rimarrete ugualmente entusiasti anche dalle altre bontà della ricca provvista per l'inverno.



PATATE AL FORNO

Tagliamo le patate, di grandezza uniforme, per il lungo e le mettiamo sulla carta da forno, con la parte tagliata in su. Saliamo un po'. Inforniamo a temperatura media per circa trenta minuti. Prima della fine della cottura, mettiamo sulle patate delle fette di pancetta e inforniamo per altri cinque minuti.

Suggerimento per gli amanti delle patate

Visitate la tradizionale Notte delle patate che ogni anno in agosto ha luogo a Veliko Ubeljsko, dove la gente del luogo bolle, frigge e arrostisce ben tre tonnellate di patate.

Aglio e cipolla coltivati localmente

Nell'invasione del tutto d'importazione, l'aglio e la cipolla nostrani sono un'aggiunta decisamente più gustosa e salutare a tanti piatti.

PATATE CON CRAUTI

Mettiamo in acqua le patate sbucciate e tagliate a pezzi e quando bolle, aggiungiamo i crauti e il sale. Durante la cottura, le patate, per la presenza di acido, coagulano, perciò non si sciolgono e hanno un gusto migliore. Quando le verdure sono cotte, le scoliamo, aggiungiamo sale, pepe e aglio e alla fine condiamo con i ciccioli saltati.



Trinciatura dei cavoli per i crauti

Nell'intera area del Carso Verde vengono coltivati i cavoli e prodotti i crauti - per gli ultimi sono soprattutto famosi i dintorni di Ilirska Bistrica.



Dall'autunno fino alla tarda primavera è il periodo giusto per i piatti con l'aggiunta di ciccioli, pancetta o salsiccia che da sempre riscaldano l'anima!

RAPA GIALLA (KAVRA) ALLA NOTRANJSKA

Per la preparazione occorrono rapa gialla, fagioli, patate, maggiorana, una foglia d'alloro, cipolla, sale, zucchero nonché ciccioli nostrani. Lasciamo cuocere gli ortaggi e le spezie per circa quattro ore. Quando il piatto è pronto, aggiungiamo i ciccioli saltati. Servire con le salsicce o altra carne suina.

Una nobile festa per ogni pranzo

Le bontà dolci originano dalla tradizione di Pasqua, Natale ed altre feste e festeggiamenti. Sulla tavola di oggi sono conclusioni indispensabili di pasti anche più abbondanti.

Il dolce tradizionale sloveno, la potica, è presente anche nel Carso Verde. Sta bene in compagnia di biscotti teneri e di piccola pasticceria secca e persino con il prosciutto crudo. Come dessert vi saranno serviti anche štruklji, cappelli del prete, gnocchi con prugne, o vari strudel. Sicuramente vi piacerà soprattutto quello preparato con le mele dei Brkini.



BUONE VECCHIE FETTE DI PANE

Un abituale dolce casereccio. Passiamo il pane del giorno prima per un attimo nel latte (non si deve bagnare troppo), quindi nelle uova sbattute. Friggiamo nell'olio bollente. Le serviamo calde, cosparse con zucchero cristallino.



CAPPELLI DEL PRETE

Ci servono farina, uova, sale, olio e acqua tiepida; per il ripieno: frutta di stagione, uovo sbattuto, ricotta o marmellata. Impastiamo gli ingredienti, quindi stendiamo la pasta, la tagliamo a rombi, sui quali mettiamo in centro il ripieno. Alzando gli orli opposti chiudiamo i cappelli, facciamo cuocere in acqua bollente per 10 minuti. Offriamo come contorno alla carne, come piatto unico o dolce, ricoperto con marmellata calda.



ŠTRUKLJI CON PANGRATTATO

Con un cucchiaino di farina, lievito sbriciolato, zucchero e un po' di latte tiepido prepariamo l'impasto. Una volta lievitato lo uniamo alla farina setacciata, aggiungiamo il resto del latte e le uova sbattute. Saliamo e impastiamo una pasta tenera che poi deve lievitare per raddoppiare di volume. Impastiamo un'altra volta, lasciamo riposare e stendiamo. Spalmiamo l'impasto con pangrattato saltato prima nel burro, lo mettiamo in un panno infarinato e lo cuociamo in acqua bollente per circa 35 minuti. Gli štruklji si cuociono bene anche a vapore.

Potrete realizzare anche i sogni più dolci, le occasioni non mancheranno!



POTICA AL DRAGONCELLO

La scelta di potice è molto varia. Nel Carso Verde, oltre a quella classica, alle noci, sicuramente avrete voglia di provare anche altri tipi di potica - con frutta secca, carruba o dragoncello. Quest'ultima, tra le potice slovene, vanta un posto particolare, siccome il dragoncello, in cucina, si usa soprattutto nei piatti salati. Per la potica al dragoncello occorrono farina, lievito, zucchero, latte, sale, uova, burro, panna acida, ricotta e dragoncello. Alla farina aggiungiamo lievito, zucchero e latte. Aggiungiamo uova, burro e sale. Impastiamo, quindi stendiamo la pasta e la ricopriamo con il ripieno, preparato con panna acida, ricotta e dragoncello. Arrotoliamo come uno strucolo e inforniamo per 50 minuti a 170°C.

Alla salute, per la salute!

Le bibite nobili del Carso Verde derivano dalle succulenti prugne, mele e pere, ma anche dagli altri frutti della natura, come ginepro o sambuco.

Nelle regioni della Notranjska e dei Brkini, la distillazione vanta radici profonde. La ricca tradizione fa nascere distillati, i migliori tra i quali sono il distillato di ginepro del Carso e il distillato di prugne dei Brkini, ambedue D.O.P., e metodi di produzione scrupolosamente prescritti. Gli altri frutti si trasformano in succhi e aceti di frutta.

Distillato di ginepro del Carso - distillato naturale D.O.P.

Il distillato di ginepro del Carso è un prodotto unico su scala mondiale. È prodotto con la distillazione di sole bacche di ginepro e perciò è molto diverso da gin, genever, borovička, klekovača e altre bevande che vengono aromatizzate con le bacche di ginepro. Nel 2003, dopo essere diventato D.O.P., è diventato ufficialmente anche una bevanda singolare. Nella zona tra il Carso, la valle del fiume Pivka e la Čičarija, il distillato di ginepro viene prodotto da più di 200 anni, sin dai tempi delle Province Illiriche, quando i soldati di Napoleone introdussero il distillatore. Le bacche di ginepro vengono raccolte dalla fine dell'estate fino alla prima gelata. Per un litro di questa bibita unica, considerata uno straordinario rimedio per trattare problemi di stomaco e digestione, occorrono ben 17 kg di bacche. Le bacche sciaccate fermentano per diverse settimane, segue una doppia distillazione, grazie alla quale si ottiene il distillato di ginepro e il benefico olio. Il distillato ottiene il suo tipico e armonioso aroma solo dopo sei mesi di maturazione e con gli anni il suo gusto migliora.



*Quando vi sentite bene in compagnia,
festeggiate con buone bibite.
Con moderazione
e usando il buon senso!*

Distillato di prugne dei Brkini - distillato naturale D.O.P.

Lo otteniamo con la distillazione della poltiglia fermentata di prugne di specie autoctone, che crescono e vengono trattate nell'area geografica dei Brkini. Grazie alla tecnologia tipica e all'uso di varie specie di prugne autoctone, il distillato di prugne dei Brkini vanta caratteristiche sensoriali particolari che si manifestano nel bouquet dal riconoscibile e piacevole profumo e gusto.



Jamski dvorec ¹
ristorante
Jamska c. 28, Postojna
05/700 01 00, 05/700 01 03
info@postojnska-jama.si
Aperto: da mag. a set. 9.00-18.00; da ott. a apr. - dalle 10.00 alle 17.00; anche su prenotazione
Posti a sedere (all'int./all'est.): 400/60
🚿: no 🍷: no

Raccomandiamo: *Fritelle dell'imperatore*

Proteus ²
ristorante
Titov trg 1a, Postojna
081 610 300, 05/700 01 03
info@postojnska-jama.si
sales.dpt@postojnska-jama.si
Aperto: dalle 7.00 alle 22.00
Posti a sedere (all'int./all'est.): 60/60
🚿: no 🍷: si

Raccomandiamo: *Capriolo alla postumiese, con štruklji lievitati*

Špajza ³
trattoria
Ulica 1. maja 1, Postojna
05/726 45 06
gostilna.spajza@gmail.com
www.gostilna-spajza.com
Aperto: dalle 10.00 alle 22.00
sabato, domenica, festivi 12.00-22.00
Posti a sedere (all'int./all'est.): 40/25
🚿: no 🍷: no

Raccomandiamo: *Filetto di selvaggina con mirtilli rossi e polenta*

Čuk ⁴
trattoria e pizzeria
Pot k Pivki 4, Postojna
05/720 13 00, pizza.cuk@siol.net
www.pizza-cuk.si
Aperto: dalle 11.00 alle 23.00
Posti a sedere (all'int./all'est.): 100/50
🚿: no 🍷: no
Raccomandiamo: *Piatti caserecci preparati nel forno da pane*

Erasmus ⁵
ristorante e birreria
Kazarje 10, Postojna
05/700 22 88
erasmus@epicenter-on.net
Aperto: dalle 7.00 alle 22.00
Posti a sedere (all'int./all'est.): 150/50
🚿: no 🍷: si
Raccomandiamo: *Banchetto medievale*

Na mostu ⁶
trattoria
Reška cesta 18, Prestranek
05/754 23 80
gostilna.namostu@gmail.com
www.na-mostu.si
Aperto: dalle 10.00 alle 22.00
Chiuso: martedì
Posti a sedere (all'interno): 80
🚿: no 🍷: no
Raccomandiamo: *Filetto di capriolo con prugne secche e štruklji*

Gostilna Požar ⁷
trattoria
Predjama 2, Postojna
05/751 52 52
Aperto: da giovedì a martedì dalle 10.00 alle 22.00
Chiuso: mercoledì gen., feb., mar. - aperto sabato, domenica
Posti a sedere (all'int./all'est.): 80/50
🚿: gruppi 🍷: si
Raccomandiamo: *Gulasch di selvaggina con gnocchi, preparati in casa*

Pri Marti ⁸
trattoria
Vilharjeva 1, Pivka
05/757 10 13
veronika.grzelj@gmail.com
Aperto: da lunedì a venerdì dalle 7.00 alle 22.00; domenica dalle 9.00 alle 16.00
Chiuso: sabato
Posti a sedere (all'int./all'est.): 60/40
🚿: no 🍷: no
Raccomandiamo: *Arrosto di maiale con polenta bianca*

Herman ⁹
trattoria e pizzeria
Kolodvorska cesta 39, Pivka
05/757 10 95
info@pizzeria-herman.com
www.pizzeria-herman.com
Aperto: da lunedì a mercoledì dalle 7.00 alle 22.00; venerdì, sabato dalle 7.00 alle 23.00; domenica, festivi dalle 12.00 alle 22.00
Chiuso: giovedì
Posti a sedere (all'interno): 70
🚿: no 🍷: si
Raccomandiamo: *Iota con salsiccia casereccia*

Ka-Ra ¹⁰
trattoria
Radohovska pot 5, Pivka
05/757 24 84, 041 589 403
gostilna.kara@gmail.com
Aperto: dalle 8.00 alle 22.00
Posti a sedere (all'int./all'est.): 150/50
🚿: no 🍷: no
Raccomandiamo: *Patate con crauti, salsiccia*

Škorpijon ¹⁵
trattoria-pizzeria
Rečica 1a, Ilirska Bistrica
05/714 13 32, rajko.jenko@gmail.com
Aperto: 10.00-22.00
Chiuso: martedì
Posti a sedere (all'int./all'est.): 100/30
🚿: no 🍷: no
Raccomandiamo: *Carne di puledro*

Špelca ¹¹
trattoria
Gornja Košana 4, Košana
05/753 04 13
info@gostilna-spelca.si
www.gostilna-spelca.si
Aperto: 10.00-23.00
Chiuso: lunedì
Posti a sedere (all'int./all'est.): 50/20
🚿: gruppi 🍷: si
Raccomandiamo: *Insaccati caserecci*

Pri Zotlarju ¹²
trattoria
Buje 3a, Vremski Britof
05/762 10 20, 031 380 406
prizotlarju@gmail.com
www.prizotlarju.si
Aperto: dalle 10.00 alle 22.00
Chiuso: lunedì, martedì
Posti a sedere (all'int./all'est.): 60/40
🚿: gruppi 🍷: si
Raccomandiamo: *Pollo fritto*

Gostišče Mašun ¹³
locanda
Mašun 1, Knežak
051 661 611, 031 623 053, 031 832 596
info@masun.si, www.masun.si
Aperto: dalle 7.00 alle 22.00
Posti a sedere (all'int./all'est.): 86/120
🚿: gruppi 🍷: si
Raccomandiamo: *Piatti di selvaggina*

Pod gradom ¹⁴
trattoria
Gornja Bitnja 2, Prem
05/714 72 05, 040 520 049
kaja.maljevac@gmail.com
Aperto: 12.00-22.00
Chiuso: mercoledì
Posti a sedere (all'int./all'est.): 60/40
🚿: no 🍷: no
Raccomandiamo: *Funghi porcini al gratin*

Pri Stani ²⁰
punto di ristoro e pizzeria
Žerovnica 3, Grahovo
01/709 13 00, 041 733 340
Aperto: dalle 10.00 alle 23.00
Posti a sedere (all'int./all'est.): 120/50
🚿: gruppi 🍷: si
Raccomandiamo: *Iota con salsiccia casereccia*

Pri Špehu ¹⁶
punto di ristoro
Gubčeva 32, Ilirska Bistrica
05/714 60 98
aleksander.perkan@gmail.com
Aperto: 7.00-22.00
Chiuso: sabato
Posti a sedere (all'int./all'est.): 40/28
🚿: no 🍷: no
Raccomandiamo: *Patate con crauti*

Trnovo ¹⁷
punto di ristoro
Vilharjeva c. 2, Ilirska Bistrica
05/714 12 07, 041 424 974
simon.urbancic@gmail.com
Aperto: dal 1° apr. al 15 ott. 7.00-23.00; da ott. a mar. su prenotazione
Posti a sedere (all'interno): 60
🚿: gruppi 🍷: no
Raccomandiamo: *Involentino di pollo al modo dei Brkini*

Hotel Rakov Škocjan ¹⁸
Rakov Škocjan 1, Rakek
01/707 14 64, 041 693 124
info@rakov-skocjan.si
www.rakov-skocjan.si
Aperto: 11.00-22.00
Chiuso: lunedì
Posti a sedere (all'int./all'est.): 70/120
🚿: no 🍷: si
Raccomandiamo: *Medaglioni di cervo alle erbe, štruklji*

En krajcar ¹⁹
locanda
Podskrajnik 24, Cerknica
01/709 36 16, 031 789 074
info@enkrajcar.si, www.enkrajcar.si
Aperto: 6.30-23.00
Chiuso: domenica
Posti a sedere (all'int./all'est.): 113/52
🚿: no 🍷: si
Raccomandiamo: *Piatti di selvaggina*

Pri Stani ²⁰
punto di ristoro e pizzeria
Žerovnica 3, Grahovo
01/709 13 00, 041 733 340
Aperto: dalle 10.00 alle 23.00
Posti a sedere (all'int./all'est.): 120/50
🚿: gruppi 🍷: si
Raccomandiamo: *Iota con salsiccia casereccia*

Mlakar ²¹
locanda
Markovec 15a, Stari trg pri Ložu
01/705 86 86, 041 582 081
mlakar@mlakar.info, www.mlakar.info
Aperto: sab., dom. 12.00-22.00; nei giorni infrasettimanali previo accordo
Posti a sedere (all'int./all'est.): 80/50
🚿: no 🍷: si
Raccomandiamo: *Potica ai ciccioli*

Miklavčič ²²
trattoria
Velike Bloke 14, Nova vas
01/709 80 40, 031 305 153
miklavcicdejan@gmail.com
Aperto: 10.00-22.00
Chiuso: lunedì
Posti a sedere (all'int./all'est.): 100/30
🚿: no 🍷: no
Raccomandiamo: *Prodotti della macellazione del maiale (nel periodo invernale), selvaggina*

Knavs ²³
agriturismo con alloggio
Runarsko 6, Nova vas
01/709 88 82, 041 564 193
knavsbranko@gmail.com
Aperto: previo accordo
Posti a sedere (all'interno): 60
🚿: si 🍷: si
Raccomandiamo: *Kavra (rapa gialla)*

Žnidarjevi ²⁴
agriturismo
Kožljek 1, Begunje pri Cerknici
01/705 63 59, 031 317 607
sabina.becaj@siol.net
www.znidarjevi.si
Aperto: tutto l'anno
Posti a sedere (all'int./all'est.): 20/10
🚿: si 🍷: si
Raccomandiamo: *Prodotti della macellazione del maiale*

Levar ²⁵
Fattoria dalle porte aperte
Dolenje Jezero 33, Cerknica
01/709 19 14, 041 504 375
kmetija.levar@gmail.com
www.turisticnekmetije.si/levar
Aperto: tutto l'anno
Chiuso: lunedì, martedì
Posti a sedere (all'int./all'est.): 50/20
🚿: si 🍷: fienile
Raccomandiamo: *Cappelli del prete*

Logar ²⁶
agriturismo
Žerovnica 16, Grahovo
01/709 20 71, 01/709 60 71, 031 784 232
logar.katarina@volja.net
www.tk-logar.com
Aperto: tutto l'anno
Posti a sedere (all'int./all'est.): 40/15
🚿: si 🍷: si
Raccomandiamo: *Štruklji di ricotta con salse di frutta*

Tekavča ograda ²⁷
agriturismo con alloggio
Lipsenj 32, Grahovo
01/709 21 91, 051 261 322
tekavca.ograda@gmail.com
www.tekavca-ograda.com
Aperto: tutto l'anno
Posti a sedere (all'int./all'est.): 50/20
🚿: si 🍷: si
Raccomandiamo: *Zuppa alle erbe*

Hudičevc ²⁸
agriturismo
Razdrto 1, Hruševje
05/703 03 00, 041 626 990
info@hudicevec.si
www.hudicevec.si
Aperto: tutto l'anno
Posti a sedere (all'int./all'est.): 60/20
🚿: si 🍷: si
Raccomandiamo: *Piatti di carne ovina*

Dolenčevi ²⁹
agriturismo
Sajevče 8, Hruševje
05/756 20 22
dolencevi@gmx.net
www.dolencevi.si
Aperto: sabato, domenica; nei giorni infrasettimanali previo accordo
Posti a sedere (all'int./all'est.): 45/20
🚿: si 🍷: si
Raccomandiamo: *Piatti con funghi*

Pri Malnarjevih ³⁰
agriturismo
Slavina 36, Prestranek
05/754 24 57, 031 552 937
malnarjevi@siol.net
Aperto: venerdì dalle 15.00 alle 22.00
sabato, domenica dalle 10.00 alle 22.00
negli altri giorni previo accordo
Posti a sedere (all'int./all'est.): 70/30
🚿: si 🍷: si
Raccomandiamo: *Iota*

Pri Andrejevih ³¹
agriturismo
Narin 107, Pivka
05/753 20 70, 041 536 094
info@andrejevi.si, www.andrejevi.si
Aperto: tutto l'anno
Posti a sedere (all'int./all'est.): 60/40
🚿: si 🍷: si
Raccomandiamo: *Štruklji "sordi" (senza ripieno)*

Pri Cunarju ³²
agriturismo
Juršče 1, Pivka
05/757 80 82, tkcunar@gmail.com
Aperto: dalle 13.00 alle 22.00; sabato, domenica 13.00-24.00
Chiuso: martedì
Posti a sedere (all'interno): 60
🚿: si 🍷: fienile, tenda
Raccomandiamo: *Agnello arrosto*

Ivankotovi ³³
fattoria
Prem 65, Prem
05/714 74 20, 040 573 003, 041 824 557
ivankotovi.turizem@gmail.com
Aperto: venerdì dalle 17.00 alle 23.00
sabato, domenica dalle 12.00 alle 22.00
Posti a sedere (all'int./all'est.): 60/30
🚿: si 🍷: no
Raccomandiamo: *Piatti con funghi*

Domačija Bubec ³⁴
fattoria
Brce 10, Ilirska Bistrica
05/714 66 17, kmetija.bubec@volja.net
Aperto: da mag. a ott., previo accordo
Posti a sedere (all'interno): 102
🚿: si 🍷: si
Raccomandiamo: *Trota affumicata*

Peternelj ³⁵
agriturismo ecologico
Brce 10a, Ilirska Bistrica
041 584 193, 041 622 359, 05/714 44 29
kmetija.peternelj@gmail.com
Aperto: venerdì dalle 17.00 alle 22.00
sabato, dom., festivi dalle 11.00 alle 22.00
Posti a sedere (all'int./all'est.): 60/60
🚿: si 🍷: si
Raccomandiamo: *Arrosto di vitello ai funghi porcini*

^[1] Prenotazione

^[2] Pernottamento

ADERENTI ALL'OFFERTA *Prodotti e raccolto con il contrassegno Zeleni kras.*

Ilersič ³⁶

fattoria ecologica

Cesta pod Srnjakom 23, Rakek

041 256 678

eko.ilersic@gmail.com

Offerta: sciroppi alle erbe (piantaggine, primula, polmonaria, farfaro, giovani sommità fresche di abete, sambuco, achillea), liquori, amari, vino di sambuco, succo di mele e pere, aperitivi (astramontana, rosa canina, arnica, corniolo, bacche di ginepro, sambuco)

T'Dolenj ³⁷

fattoria

Laze pri Gorenjem Jezeru 1, Grahovo

01/709 11 41, 041 363 421

kmetija.tdolenj@gmail.com

Offerta: liquori (mirtilli, salvia, dente di leone, prugnolo, corniola), miele di dente di leone, marmellate di frutti di bosco

Karel Simčič ³⁸

apicoltura

Ul. Dolomitskega odreda 16, Postojna

05/726 25 88, 031 607 503

Offerta: Miele sloveno D.O.P., liquore al miele

Branko Peternej ³⁹

apicoltura

Zalog 4, Postojna

041 724 031

branko.peternelj@studioproteus.si

Offerta: Miele sloveno D.O.P., polline, propoli, liquore al miele con propoli

Ernest Penko ⁴⁰

apicoltura

Studeno 1a, Postojna

05/751 51 06

Offerta: Miele sloveno D.O.P.

Štefeto kmetija ⁴¹

fattoria

Petelinje 11, Pivka

05/911 62 55, 041 925 050

stefetova.kmetija@gmail.com

Offerta: formaggio di latte vaccino, yogurt, creme spalmabili di ricotta, siero, formaggio fresco

Jernuclevi ⁴²

fattoria

Petelinje 27, Pivka

05/757 22 80, 041 985 994

milena.penko@gmail.com

Offerta: formaggio di latte vaccino, yogurt, ricotta di siero

Morelj ⁴³

fattoria frutticola

Buje 6a, Vremski Britof

05/762 10 27, 041 583 344

kmetija-morelj@buje.net

www.kmetija-morelj.buje.net

Offerta: Distillato di prugne dei Brkini - distillato D.O.P.

Biščak ⁴⁴

fattoria familiare

Buje 5, Vremski Britof

05/726 01 43, 041 518 805

anton.biscak@buje.net

www.biscak.buje.net

Offerta: Distillato di prugne dei Brkini - distillato D.O.P., liquori (di noci, mele, salvia), distillati (di mirtilli, prugne, mele), spicchi di mele essiccati, marmellata di mele

Hribar - Svetlin ⁴⁵

fattoria specializzata in erboristeria

Kuteževo 14a, Ilirska Bistrica

05/714 80 13, 051 838 036,

051 376 700

verganmetka@gmail.com

Offerta: panmelato di farro, panmelato, tisane, sciroppo di abete

Mojca Brožič ⁴⁶

caseificio

Jablanica 4, Ilirska Bistrica

05/714 61 21, 041 450 023

brozic.mojca1@gmail.com

Offerta: formaggio pecorino, formaggio pecorino in olio d'oliva

Turn ⁴⁷

fattoria ecologica e caseificio

Gornja Bitnja 13, Prem

05/714 25 31, 041 928 823

irena.penko13@gmail.com

Offerta: formaggio pecorino (ecologico)

INFO TURISTICHE

Cerknica ⁴⁸

Tabor 42, Cerknica

+386 (0)1 709 3636

ticerknica@cerknica.si

Lož ⁴⁹

Cesta 19. oktobra 49, Lož

+386 (0)8 160 2853

tic.loz@kabelnet.net

Bloke ⁵⁰

Nova vas 46, Nova vas

+386 (0)31 326 158

tic@bloke.si

Postojna ⁵¹

Museo della Notranjska Postojna

Kolodvorska c. 3, Postojna

+386 (0)5 721 1090

info@notranjski-muzej.si

Predjama ⁵²

parcheggio presso il castello

Aperto: da giu. a set. - tutti i giorni dalle 10.00 alle 18.00

Pivka ⁵³

Parco della storia militare Pivka

Kolodvorska c. 51, Pivka

+386 (0)5 721 2180

+386 (0)31 775 002

tic.pivka@pivka.si

Castello di Prem ⁵⁴

Prem 39, Prem, Ilirska Bistrica

+386 (0)51 674 352

tanja.sajina@ilirska-bistrica.si

La gastronomia del Carso Verde

1:250.000





Bacche di ginepro (*Juniperus communis*)
*Base per il prezioso distillato di ginepro
ed ingrediente indispensabile per i piatti di selvaggina.*



POSTOJNSKA JAMA
CAVE-GROTTE-HÖHLE



I gusti del primordiale, la gastronomia del Carso Verde

Editore: Organizzazione regionale di destinazione Grotte di Postumia - Carso Verde, Postojna • L'opuscolo è stato cofinanziato con i fondi dell'Unione Europea. Produzione: Agenzia regionale di sviluppo per la Notranjska e il Carso e Pisarna (Andrej Rijavec, Sonja Dolenc, Boštjan Martinjak) • Fonti: le opere di Stanislav Renčelj (Knjiga o notranjski kuhinji in drugih rečeh, Brkinske dobrote an buot in denes) • Consulenze: Museo della Notranjska Postojna • Materiale illustrativo: Boštjan Martinjak, archivio dell'Agenzia regionale di sviluppo per la Notranjska e il Carso (Tomaž Penko, Simon Avsec), Archivio del Parco regionale della Notranjska, Sonja Dolenc • Preparazione dei cibi per riprese fotografiche, ma anche per tutti coloro che li visitano: Rihard Baša (Preparazione dei cibi al vostro domicilio, Jasen presso Ilirska Bistrica) e Jolanda Levar (Fattoria dalle porte aperte Levar, Dolenje Jezero presso Cerknica) • Traduzione: Katarina Bajželj Žvokelj • Stampato presso: Littera Picta, Ljubljana 2012

