

## Nitko ne grli kao maneštra...z bobići ! - recept



Prvo da riješimo najbitnije. Znete li što su bobići? Mene je iznenadilo da čak mnogi moji u Istri ne znaju, a **maneštra z bobići**, uz jotu, definitivno spada u **jako poznate maneštre** i općenito **najpoznatija jela iz Istre**.

Neki će riječ bobići povezati s bobom, slanutkom ili graškom, a dobila sam i jedan odgovor koji sugerira da su bobići možda tip tjestenine.

Točan odgovor je da se radi o mladim zrnima kukuruza ili kako mi u Istri kažemo od truginje. Bobići, izgovorite to s najmekanijim ć kojeg možete proizvesti.

Moja veza s maneštrom z bobići je izrazito sentimentalna. Maneštra me asocira na dom, na obitelj, na nonu i na mamu. Nona ju je najčešće kuhala, ali mamin osmijeh

dok ju je s guštom jela pamtim i danas.

Pjat maneštre je direktni katapult u more obiteljskih uspomena, a i danas kad smo sestre i ja na okupu, ona nam se obavezno nađe na jelovniku. Zagrljaj od doma.

Nju je najbolje spremati u većem loncu, a izrazito je ukusna i dan, pa čak i dva dana kasnije. Iako po izgledu nije toliko primamljiva, kad god bi ju poslužila nekome prvi puta reakcije bi bile čisto oduševljenje. U tom nekom modernom žargonu, ona bi bila pravi underdog. Nitko joj ne bi davao neke šanse, a onda te razvali i zagri te. :)

Tradicionalno se ona spremala od povrća i to redom od kukuruza, graha, krumpira, u nekim verzijama i mrkve. Bitno je znati da se ona kuha dulje na laganoj vatri, a kako bi ju dodatno začinili u nju se stavljala kost pršuta i/ili pešt.

Mnogi su tu praksu već davno napustili pojavom raznih začina, a u mojoj veganskoj verziji tome nipošto nema mjesta. Taj karakterističan i jak okus dobila sam s nekoliko preinaka.

Intenzivirala sam okus svojevrsnim temeljcem, maslinovim uljem te još pokojim sastojkom. Više detalja u samom receptu, a za kraj ovog uvoda dodat ću samo to da bolje od maneštre je samo maneštra i topli domaći kruh uz nju.



Foto: Mare

**Za veliki lonac maneštre trebat će vam:**

- 350 g kukuruza (iz konzerve),
- 230 g graha (namočiti dan prije),
- 800 g krumpira,
- 2 manje mrkve (120g cca.),
- 1/2 luka,
- 4 režnja češnjaka,
- 10g korijena celera,
- 150g tikvice,
- 1 žlica koncentrata rajčice,
- 3 žlice maslinovog ulja,
- 2.5l vode,
- sol, papar,
- tekući dim ili vegeta natur.

## Priprema:

1. U lonac ulijte 3 žlice maslinovog ulja i polovicu luka. Kratko popržite i kad je luk već poprimio djelomično crvenkasto smeđu boju, dodajte češnjak u režnjevima. Kad i češnjak lagano dobije boju, ulijte vodu. Bitno je da polovica luka i češnjak budu u komadima jer ih kasnije lakše izvaditi.
2. Ogulite krumpir i jednu polovicu ukupne količine izrežite na malene kockice veličine 1 do 2 cm, a ostatak krumpira nek ostane cijeli. Ubacite u lonac samo oguljene cijele krumpire, tikvicu u komadu, korijen celera isto u komadu i ocijeđeni grah. Kuhajte na polu jakoj vatri sve dok se krumpir ne skuha. Ovisno o veličini krumpira to može varirati od 25 do 40 minuta.
3. Izvadite iz lonca krumpir, luk, češnjak, tikvicu, celer i zgrabite i jednu žlicu graha. Ostavite sa strane nek se ohladi, a u lonac ubacite mrkvu izrezanu na kolutiće, kukuruz i krumpir izrezan na kockice.
4. Dok se u loncu sve lagano krčka, sve ono što ste prethodno izvadili ubacite u blender ili posudu u kojoj možete koristiti štapni mikser. Dodajte žlicu soli, žličicu papra, žlicu koncentrata od rajčice i žlicu tekućeg dima ili vegete natur. Sve izblendajte kratko i vratite nazad u lonac, dobro promiješajte da se sve sjedini s juhom i ostavite da se kuha još nekih 30 minuta. Po potrebi dodatno začinite.
5. Kod serviranja možete posipati svježe nasjeckanim peršinom, a kod mene doma mnogi vole staviti tabasco ili reducirani aceto balsamico.

Dobar tek i pozdrav iz Istre!