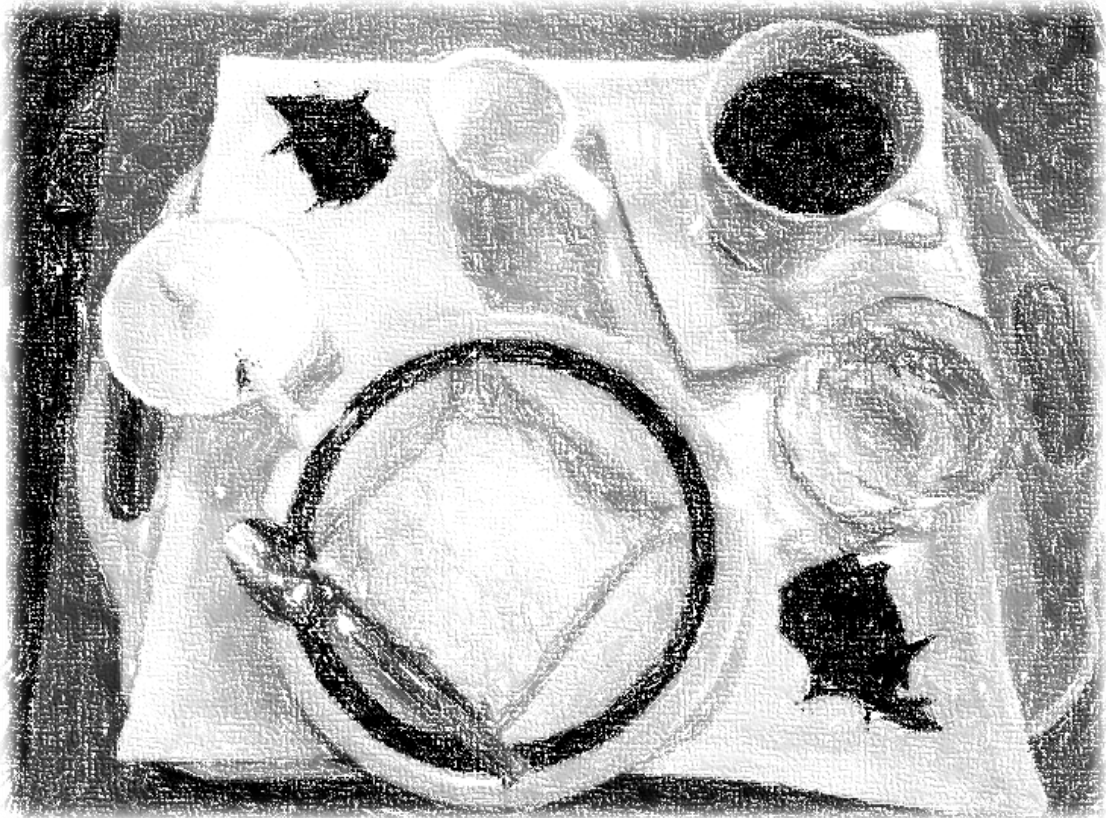


35. državni festival Turizmu pomaga lastna glava

## Dobrote izpod Pohorja



Mentorici:

Natalija EKART MISLETA in Anja FERLIN

AVTORJI:

Bojan Alijaj, Deja Mlakar, Milan Stošić, Ana Marija Purgaj

DOM ANTONA SKALE MARIBOR

marec, 2021

## Vsebina

KAZALO SLIK.....	2
POVZETEK.....	3
UVOD.....	4
TURIZEM.....	5
MARIBOR.....	6
POHORJE.....	8
DOM ANTONA SKALE MARIBOR.....	9
MODRA VRTNICA.....	10
NAŠE KULINARIČNE SPECIALITETE.....	13
Priprava zeliščnih čajev.....	14
Kje nabiramo zdravilne rastline.....	15
Kdaj nabiramo zdravilne rastline.....	15
Kakšne in katere dele rastlin nabiramo.....	15
Sušenje zdravilnih rastlin.....	16
Shranjevanje zdravilnih zelišč.....	16
Pohorska omleta.....	17
Pohorski čaj.....	19
ZAKLJUČEK.....	20
VIRI IN LITERATURA.....	21

## KAZALO SLIK

Slika 1: Kulinarični turizem (vir: <a href="https://gea-college.si/kulinaricni-turizem-v-sloveniji/">https://gea-college.si/kulinaricni-turizem-v-sloveniji/</a> ) .....	6
Slika 2: Maribor (vir: <a href="https://erasmusu.com/en/erasmus-maribor/erasmus-experiences/experience-in-maribor-slovenia-by-pia-269201">https://erasmusu.com/en/erasmus-maribor/erasmus-experiences/experience-in-maribor-slovenia-by-pia-269201</a> ) .....	7
Slika 3: Pohorska vzpenjača .....	8
Slika 4: Dom Antona Skale (vir: A. M. P.).....	9
Slika 5: Slaščičarna Modra vrtnica (vir: A. M. P.).....	10
Slika 6: Marljivi delavci v Modri vrtnici (vir: A. M. P.).....	11
Slika 7: Terasa Modre vrtnice (foto B.A.) .....	13
Slika 8: Slastna ponudba Modre vrtnice (foto B.A.) .....	14
Slika 9: Sušenje zelišč (vir: <a href="https://siol.net/trendi/kulinarika/mali-vodnik-po-zeliscih-katera-se-ujemajo-s-cim-67884">https://siol.net/trendi/kulinarika/mali-vodnik-po-zeliscih-katera-se-ujemajo-s-cim-67884</a> ) .....	16
Slika 10: Shranjevanje zelišč (vir: <a href="https://www.kulinarika.net/forumi/tema/23162/shranjevanje-zelisc-za-caje/?offset=?besede=caj">https://www.kulinarika.net/forumi/tema/23162/shranjevanje-zelisc-za-caje/?offset=?besede=caj</a> ) .....	17
Slika 11: Pohorska omleta (vir: <a href="https://oblizniprste.si/slastne-sladice/pohorska-omleta/">https://oblizniprste.si/slastne-sladice/pohorska-omleta/</a> ).....	17
Slika 12: Pohorski čaj (vir: A. M. P.).....	19

## POVZETEK

ŠOLA: Dom Antona Skale, Majcigerjeva 37, 2000 Maribor

tel: 02/429 57 00

e-mail: dom.antona-skale@guest.arnes.si

Naslov raziskovalne naloge: Dobrote izpod Pohorja

Avtorji:

1. Bojan Alijaj
2. Deja Mlakar
3. Milan Stošič
4. Ana Marija Purgaj

Mentorici: Natalija Ekart Misleta, Anja Ferlin

Dom Antona Skale stoji na obrobju mesta Maribor in le nekaj minut hoje vstran od vzpenjače na Pohorje. Mladostniki, ki bivamo v domu, smo tako zelo povezani s Pohorjem. Bivanje v domu nam omogoča veliko popoldanskih dejavnosti, med drugim smo zelo aktivni na kulinarinem področju. Posebej ponosni smo na svoje lastne kulinarčne specialitete, ki jih izdelamo kar s svojimi pridelki. V domu imamo svoj vrtiček, kjer pridelamo kar nekaj zelenjave, sadja, zelišč in dišavnic.

Kot posebnost našega doma je naša slaščičarna Modra vrtnica, kjer ob posebnih priložnostih pripravimo prav posebno pohorsko omleto, zraven pa se prileže okusen pohorski čaj. Tako poskrbimo, da se obiskovalci našega kraja lahko okrepcajo še z lokalno kulinarčno specialiteto.

Ključne besede: Dom Antona Skale, Pohorje, pohorska omleta, pohorski čaj, inkluzija.

## UVOD

Kljub izrednim razmeram zaradi epidemije smo se z velikim veseljem tudi letos odzvali povabilu Turistične zveze Slovenije in Zavoda Republike Slovenije za šolstvo k sodelovanju pri projektu Turizmu pomaga lastna glava. Sodelovanje pri projektu nam pomaga pri socializaciji, razvijanju samostojnosti in osebnostni rasti, hkrati pa nam omogoča spoznavanje turizma in kraja, kjer preživljamo večji del našega otroštva.

Letošnja tema festivala »Moj kraj moj chef« nas je zelo pritegnila. Smo namreč zelo vešči v kuhinji in velikokrat razbremenimo naše domske kuharice, ko si sami pripravimo kako večerjo. Predvsem pa si radi privoščimo kaj sladkega in s tem pogostimo tudi naše kuharice. Letošnja tematika nam daje možnost, da predstavimo naše domske dejavnosti. Povezali bomo pohodništvo, vrtičkanje, kuharski krožek in dejavnost Modra vrtnica.

Na pohod se večkrat odpravimo pod Pohorje, kjer občasno nabereмо tudi kaka zelišča. Pri vrtičkarjih pridelamo kar nekaj zelenjave, sadja, zelišč in dišavnic, ki jih pri kuharskem krožku z veseljem uporabimo. S pridelka tako nastanejo številni izdelki, ki jih ponudimo našim gostom v Modri vrtnici.

V Domu Antona Skale si želimo, da nas ljudje spoznajo in sprejmejo take, kot smo. Širšo družbo želimo opozoriti nase in hkrati biti koristni. Ravno turizem je eno izmed področij, kjer smo otroci in mladostniki s posebnimi potrebami s svojo čutnostjo, prijaznostjo, odkritosrčnostjo in simpatičnostjo lahko še kako uspešni.

## TURIZEM

Turizem je način življenja, ki vpliva na razumevanje in občutenje doživetij na poteh, kamor te vodi. Predstavlja obliko največje miroljubne začasne selitve ljudi. Gre za uporabo dobrin oziroma storitev, ki za preživetje niso nujno potrebne. V zadnjih letih se kot najbolj pogost turistični trend pojavlja povpraševanje po neokrnjeni naravi, kulturnih in zgodovinskih zanimivostih, po spoznavanju običajev in tradicije lokalnih skupnosti in po rekreaciji ter zdravem življenju (Mrak, Lamovšek in Fikfak, 2012).

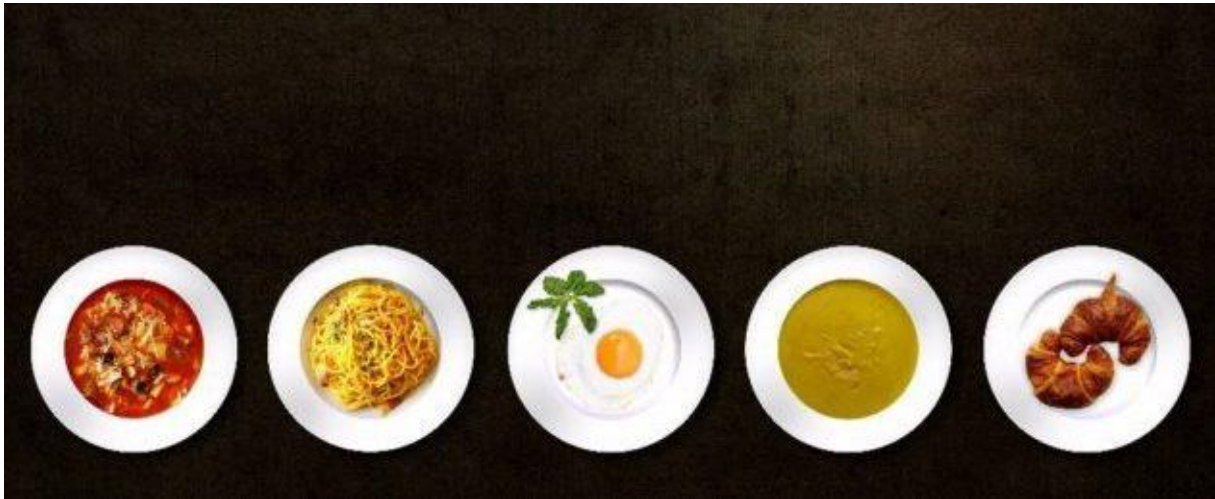
Turizem se je pojavil s pojavom človeštva in prvih civilizacij, spreminjala se je samo njegova oblika. Prve oblike so se tako pojavljale že v času starih Grkov in Rimljanov. Potovali so z različnimi motivi, ki so bili povečini povezani z vero in s športom. V srednjem veku je prevladoval romarski oziroma verski turizem. Obdobje renesanse in razsvetljenstva je s svojimi značilnostmi spodbudilo razvoj kulturnih potovanj in izletov v naravo, ki so bili povezani z odkrivanjem narave in zanimanjem za drugo kulturo. Velik napredek je turizem doživel po drugi svetovni vojni, ko so potovanja postala vedno bolj priljubljena (Standeven in De Knop, 1999).

S turizmom posameznik zadovoljuje potrebe po spoznavanju drugih dežel, njihovih geografskih značilnosti in različnih kultur. Turizem je orodje, s katerim osveščamo prebivalce in vlado posamezne države o vrednosti lastne naravne in kulturne dediščine. Preko spoznavanja novih krajev in drugačne kulture se širijo obzorja posameznika. Na tak način lahko posameznik ustvarja pozitiven odnos do narave in kulture (WTO, 2005).

Kraj, kamor se posameznik odpravi kot turist, imenujemo turistična destinacija. Gre za jasen in pogosto uporabljan pojem, vendar ga zaradi njegove kompleksnosti in večdimenzionalnosti težko definiramo. Razumevanje pojma destinacija se je skozi čas spreminjalo iz številnih razlogov, med njimi so tudi spremembe splošnih tržnih razmer in vedenja potrošnikov (Vodeb, 2014).

Potrebe turistov se spreminjajo. Turisti postajajo vedno bolj zahtevni, privlači jih drugačnost. Zaradi tega se mora turistična ponudba nenehno prilagajati in posodabljati svoje storitve. Oblikovati mora nove oblike preživljanja prostega časa (Mrak, Lamovšek in Fikfak, 2012).

Nedvomno je za sodobnega turista, ki v globalizirani turistični ponudbi išče lokalne in regionalne posebnosti, najbolj privlačna tipična kulinarična ponudba, ki odraža značaj regije, v kateri se pridelujejo kmetijski pridelki oziroma iz njih izdelujejo tipične jedi in pijače (Romano in Natilli, 2011).



Slika 1: Kulinarični turizem (vir: <https://gea-college.si/kulinarični-turizem-v-sloveniji/>)

In ravno tega razmišljanja smo tudi mi v Domu Antona Skale. Zato iz svojih pridelkov izdelujemo napitke, čaje in izvrstne sladice, ki jih povežemo z Mariborom in Pohorjem.

## MARIBOR

Maribor je drugo največje mesto v Sloveniji, prestolnica tradicionalne pokrajine Štajerske in središče Mestne občine Maribor. Velja za gospodarsko, finančno, upravno, izobraževalno, kulturno, trgovsko in turistično središče severovzhodne Slovenije.

Mesto se je razvilo ob reki Dravi, pod tamkajšnjim gradom. Prva omemba gradu sega v leto 1164. Grad se je imenoval Marchburg, kar v prevodu pomeni grad v Marki, Marka je bila obmejna grofija. Grad je stal na hribu Piramida, tik nad mestom.

Naselbina ni nastala pod samo trdnjavo zaradi pristave pod gradom in zaradi močno zamočvirjenega jugozahodnega območja. Naselbina je nastala vzdolž današnje Koroške ceste z iztekom v današnji Glavni trg, na katerem sta se srečali pomembni poti iz Koroške proti Ptujju in iz Ljubljane proti Gradcu.





*Slika 2: Maribor (vir: <https://erasmusu.com/en/erasmus-maribor/erasmus-experiences/experience-in-maribor-slovenia-by-pia-269201>)*

Prva omemba naselja Maribor je iz leta 1204. Omenjen je trg, ki stoji ob gradu. Leta 1254 je trg dobil mestne pravice. Z zmago Rudolfa Habsburškega nad Otokarjem II. leta 1278 se je začelo mesto naglo razvijati. Maribor je kljuboval obleganjem Matije Korvina leta 1480 in 1481 ter obleganjem Otomanskega cesarstva leta 1532 in 1683. Mesto je ostalo pod oblastjo Habsburške monarhije vse do leta 1918.

Glede na geografsko velikost je Maribor kulturno dobro razvit. Večina kulturnih ustanov se nahaja v centru. Med najpomembnejše štejemo Slovensko narodno gledališče - SNG Maribor, Narodni dom Maribor, Mariborski grad v katerem se nahaja tudi Pokrajinski muzej Maribor, ki ponuja na enem mestu zbrano arheologijo, etnologijo in širšo kulturno zgodovino na prostoru mariborske regije in njene okolice, Umetnostna galerija Maribor, Kino Udarnik ki ponuja prireditve in razstave, Muzej narodne osvoboditve Maribor z muzejskimi zbirkami z več kot 10.000 muzealijami. Pokrajinski arhiv Maribor hrani 16 tekočih kilometrov arhivskega gradiva, ki se nanaša na Štajersko, Koroško in Prekmurje (<https://maribor-pohorje.si/>).



## POHORJE

Pohorje (Črni vrh, 1543,5 m), pogorje, ki se dviga nad mestom Maribor in se od tam razteza proti zahodu, je zelena oaza prečudovite narave in nešteti možnosti za sprostitev in rekreacijo.

Krasijo ga naravne znamenitosti, kot so šotna barja z jezери, slapovi in pragozd, do katerih nas pripeljejo številne pohodniške in kolesarske steze, ki prepredajo pohorske gozdove. Za visok srčni utrip poskrbijo adrenalinski park, poletne sanke, gorsko-kolesarski bike park in pozimi seveda številne aktivnosti na snegu. Mariborsko Pohorje se pozimi namreč prelevi v enega največjih smučarskih središč pri nas, katerega posebnost je najdaljša nočna smuka v Sloveniji, pa tudi, da gre pravzaprav za mestno smučišče, saj se je iz mestnega jedra do vznožja Pohorja (oz. spodnje postaje Pohorske vzpenjače) možno v samo 10 minutah pripeljati tudi z mestnim avtobusom. Vznožje je še posebej živahno ob Zlati lisici, tekmama za svetovni pokal v smučanju za ženske, ki velja za eno največjih in najpomembnejših športnih prireditev v destinaciji.

Ob naravnih danostih in bogati športno-rekreacijski ponudbi ponuja Pohorje tudi druga pristna doživetja, bodisi za ljubitelje vina in kulinarike, bodisi za tiste, ki sprostitev radi poiščejo v centrih dobrega počutja (<https://maribor-pohorje.si/>).



Slika 3: Pohorska vzpenjača

## DOM ANTONA SKALE MARIBOR

Dom Antona Skale Maribor je bil ustanovljen z odločbo Okrajnega ljudskega odbora Maribor. Pred 62. leti, davnega leta 1956 je 29 otrok, od teh več kot polovica brez staršev, našlo svoj dom na Trubarjevi ulici 15. Pa čeprav v stari patricijski vili, z lončenimi pečmi, ki so gorele le v nekaterih prostorih, jim je bilo toplo. Imeli so dom. S srčnostjo in humanostjo Mariborčanov so jim veliko let pozneje, leta 1989, zgradili nov dom, v idiličnem okolju s pogledom na Pohorje na eni in nežno Pekrsko gorco na drugi strani.

Danes je Dom Antona Skale lepo urejen, sodoben in prijazen dom za otroke in mladostnike s težavami v razvoju, ki zaradi oddaljenosti šole od doma ne zmorejo vsakodnevnih prevozov, zato med tednom bivajo v domu.



*Slika 4: Dom Antona Skale (vir: A. M. P.)*

Dom otrokom/mladostnikom nudi:

- celodnevno oskrbo: dnevno in nočno varstvo, 5 zdravih obrokov, pranje, šivanje in likanje,
- strokoven tretma vzgojiteljev, ki temelji na zmanjšanju otrokovih primanjkljajev in izhaja iz potreb posameznika,
- intenzivno učno pomoč,

- celodnevno zdravstveno oskrbo in nego,
- svetovanje in pomoč svetovalne delavke,
- pomoč pri razvoju otrokovih interesov in močnih strani preko projektov in interesnih dejavnosti.

## MODRA VRTNICA

V okviru svoje dejavnosti v Domu Antona Skale obratuje slaščičarnica Modra vrtnica, s katerim omogoča svojim uporabnikom aktivno vključevanje v družbeno življenje in delovno okolje ter opravljanje koristnega, njihovim zmožnostim primernega dela, ohranitev pridobljenih in širitev novih znanj ter delovnih spretnosti, pridobivanje novih socialnih in delovnih navad, uresničevanje lastnih idej in ustvarjalnosti, občutek lastne vrednosti, koristnosti in samopotrditve. Dejavnost je v svetu poznana in učinkovita, v slovenskem prostoru pa tudi ne predstavlja inovacije. Podobna dejavnost je uspešno vpeljana v Ljubljani in priča o dobrih rezultatih.



Slika 5: Slaščičarna Modra vrtnica (vir: A. M. P.)



Dejavnost Modre vrtnice omogoča aktivnost mladim s posebnimi potrebami, ki v skladu s paradigmo inkluzije in zakonodajo morajo imeti enake možnosti kot večinska populacija. Osebe s posebnimi potrebami so težje zaposljiva skupina, ker delodajalci praviloma raje zaposlujejo osebe brez posebnih potreb, ker le te potrebujejo za opravljanje svojega dela posebne pogoje in pomoč in skoraj praviloma niso sposobne opravljati delovnih nalog v tolikšni meri, kot večinska populacija oseb.

Modra vrtnica je slaščičarnica z gostinsko ponudbo, katerega namen ni konkurenca že obstoječim gostinskim lokalom v okolici, temveč omogoča svojim uporabnikom aktivno vključevanje v družbeno življenje in delovno okolje ter opravljanje njihovim zmožnostim koristnega dela. Dejavnost omogoča ohranitev pridobljenih in širitev novih znanj ter delovnih spretnosti, pridobivanje novih socialnih in delovnih navad, uresničitev lastnih idej in ustvarjalnosti, občutek lastne vrednosti, koristnosti in samopotrditve.



*Slika 6: Marljivi delavci v Modri vrtnici (vir: A. M. P.)*

Z idejo želimo obogatiti tudi ponudbo štajerske prestolnice, gostom omogočiti obisk morda nekoliko neobičajnega lokala, tujim obiskovalcem Maribora pa predstaviti slovensko

mentaliteto s področja varstva najšibkejših članov družbe, po kateri se običajno meri humanost neke družbe. Tudi v domu občasno bivajo gosti iz tujine (Češka, Avstrija, Hrvaška, Makedonija, Črna Gora, Srbija, Bosna in Hercegovina) ki se udeležujejo mednarodnih projektov v organizaciji DAS.

Z izvedbo novega programa dom sledi sodobnim trendom in doktrini dela na področju oseb s posebnimi potrebami. Z novim programom bodo uresničeni mnogi vidiki družbenih procesov in tokov, med njimi možnost socialnega vključevanja oseb s posebnimi potrebami v lokalno skupnost, razširjene možnosti zaposlitev težje zaposljivih skupin in ena izmed osnovnih nalog – ozaveščanje družbe o sprejemu drugačnosti.

Modra vrtnica že deluje kot del dejavnosti DAS-a. Že več let mladostniki s svojimi vzgojitelji pečejo pecivo za posameznike in podjetja, gojijo zelišča in pripravljajo napitke in sokove. Občasno nameščamo in oskrbujemo posameznike in skupine (Evropski košarkarski turnir paraplegikov, priprave na Specialno olimpijado...), ponujamo malice in pomagamo starejšim na domu. V okviru Modre vrtnice sta pripravljena dva apartmaja za namestitev gostov. Gostje so tako deležni celotne oskrbe.

V viziji in poslanstvu ter programski usmeritvi je bil jasno opredeljen program dejavnosti, v katerega je poleg živilske dejavnosti, vključena tudi dodatna ponudba: kulturno-umetniški dogodki, možnosti neformalnega izobraževanja (cyber cafe, čitalnica), prodaja umetnostnih izdelkov, izdelkov uporabne umetnosti in domače obrti lastne proizvodnje ter kmečka tržnica.

Slaščičarnica Modra vrtnica se nahaja v obstoječih prostorih Doma Antona Skale, gre za manjši prostor v pritličju stavbe, ki je ustrezno urejen in ga je že obiskala tržna in sanitarna inšpekcija. Ima ustrezne sanitarije in urejeno teraso z mizami in stoli. Zunanja terasa je pokrita s tendo.

Z Modro vrtnico pomagamo pri razvoju inkluzivne paradigme in prakse in pripomoremo k enakim možnostim. Vključevanje oseb s posebnimi potrebami je vrednota sleherne demokratične družbe, ki temelji na načelih enakih možnosti, pravičnosti in optimalnega razvoja. Unesco (2009) inkluzijo opredeljuje kot popolno sprejemanje in vključevanje vseh otrok in mladostnikov s ciljem, da se razvija sožitje in občutek pripadnosti tako v razredu (skupini) kot tudi v družbi (Ainscow Mel, Booth Tony, Dyson Alan, Farrell Peter, Improving schools, developing inclusion, London: Routledge, 2006).



*Slika 7: Terasa Modre vrtnice (foto B.A.)*

»Inkluzija omogoča posamezniku, da sodeluje, kolikor zmore, ker doseganje povprečnih rezultatov ni temeljni pogoj za vključitev v šolsko in širšo socialno okolje.« (Marija Kavkler, Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo, 2008, str. 13).

V Domu so zaposleni strokovnjaki, specialni in rehabilitacijski ter inkluzivni pedagogi, ki obvladujejo strokovni, metodični in didaktični pristop k osebam s posebnimi potrebami. Modra vrtnica deluje v DAS-u, kjer so vsi zaposleni vtkali v svojo profesionalno pot drugačnost.

## NAŠE KULINARIČNE SPECIALITETE

Ponudba v lokalu:

- Slaščica dneva
- Brezalkoholni topli napitki: razne vrste kav, kakav, vroča čokolada, različni domači čaji
- Brezalkoholni hladni napitki: voda, voda z okusom, doma pripravljene sokovi
- Malice, kosila, večerje in prigrizki



*Slika 8: Slastna ponudba Modre vrtnice (foto B.A.)*

## Priprava zeliščnih čajev

Pri nabiranju zdravilnih zelišč moramo upoštevati nekaj osnovnih pravil poudarja Troštova (2012):

1. Ne trgamo zaščitene vrste rastlin.
2. Nabiranje zelišč je prepovedano v naravnih parkih in seveda na zasebnih zemljiščih.
3. Ne izpulimo celotne rastline, temveč le tiste dele rastline, ki jih potrebujemo, npr. cvetove ali liste; tako si bo rastlina kmalu lahko opomogla.
4. Nabiramo le tiste rastline, ki jih poznamo, pri tem se omejimo na razumno količino, ki jo bomo za svoj pripravek res potrebovali.
5. Zdravilna moč rastlin je odvisna tudi od časa nabiranja. Najugodneje jih je nabirati dopoldne, še zlasti, če prejšnji dan ni deževalo.
6. Ne nabirajmo rastlin, ki rastejo blizu prometnih cest, saj vsebujejo preveč škodljivih snovi.
7. Zdravilne rastline nabirajmo le za eno leto, ker s časom izgubijo zdravilno vrednost, ne glede na skrbno pripravo in hrambo.

Nadalje nam ista avtorica svetuje naslednje:



## Kje nabiramo zdravilne rastline

Najmanj 200 metrov daleč od prometnih cest, tam, kjer je velika množina zdravilnih rastlin. Rastlin nikdar ne nabiramo na sveže gnojenih travnikih.

## Kdaj nabiramo zdravilne rastline

Zdravilne rastline nabiramo skozi celo leto, odvisno od vrste in dela rastline, ki ga nameravamo nabrati.

- KORENINE in druge podzemne dele nabiramo vedno pred cvetenjem ali po njem. To je navadno spomladi ali v jeseni.
- CVETOVE nabiramo samo sredi cvetenja, nikdar takrat, ko že napol odcvetijo.
- SKORJE, LUBJE nabiramo spomladi.
- LISTE nabiramo v času, ko rastline začne cveteti ali je že vzcvetela, POPKE preden se pojavijo zeleni listi.
- PLODOVE preden čisto dozoriijo.

Za vse dele velja, da jih nabiramo samo v suhem vremenu, nikoli zjutraj, ko je še rosa, najbolje je okoli poldne. Po daljšem deževju počakamo vsaj 3 dni, preden se lotimo nabiranja. Lahko upoštevamo tudi lunine mene, kdaj so primerni dnevi za nabiranje cvetov, listov, korenin, plodov.

## Kakšne in katere dele rastlin nabiramo

Pomembno je, da so rastline popolnoma zdrave in krepke. Nabiramo:

- Podzemne dele: korenine, gomolji, korenike.
- Skorje ali lubje - od mladih poganjkov in tanjših vej (npr. hrast, vrba).
- Liste - ločimo pritalne, spodnje in srednje (npr. ozkolistni trpotec, rdeči bor, breza).
- Popke, vršičke.
- Cvetove, socvetja nabiramo npr. pri lipi, bezgu, regratu, rmanu, arniki.
- Plodove, semena.
- Zeli - npr. materina dušica.

Zdravilne rastline nabiramo v papirnate vrečke ali košare. Če je potrebno uporabljamo tudi vrtno rokavice npr. pri pekoči koprivi, škarje, nožiček, lopatico, motiko.

### Sušenje zdravilnih rastlin

Sušimo jih vedno takoj po nabiranju v suhem, čistem, zračnem prostoru, najbolje na podstrešju. Na prostem jih sušimo v senci. Plodove lahko sušimo v pečici – do 36°. Socvetja in zeli lahko sušimo tudi obešene v šopkih na vrvicah, s cvetovi navzdol. Rastline so suhe, če se listi v rokah drobijo, stebila in skorje pa lomijo. Pravilno posušeni deli zdravilnih rastlin se imenujejo droge.



Slika 9: Sušenje zelišč (vir: <https://siol.net/trendi/kulinarika/mali-vodnik-po-zeliscih-katera-se-ujemajo-s-cim-67884>)

### Shranjevanje zdravilnih zelišč

Po sušenju zdrobljeno drogo shranimo v temnih kozarcih. Zdravilna zelišča shranjujemo v posodah, ki se dobro zapirajo (pločevinaste posode, steklenice s širokim vratom), najbolje v temnem steklu. Posode z rastlinam hranimo v suhem prostoru. Na kozarce nalepimo etikete z imenom rastline in leto nabiranja.



Slika 10: Shranjevanje zelišč (vir: <https://www.kulinarika.net/forumi/tema/23162/shranjevanje-zelisc-za-caje/?offset=?besede=caj>)

## Pohorska omleta

Opevana in slavna pohorska omleta je narejena iz puhastega biskvita, premazana z brusnično marmelado in stepeno sladko smetano, kar ji da sočni okus in čudovito sadno aromo. V bistvu je biskvit zelo podoben biskvitu za rolade – rahel, puhast in upogljiv. Pohorsko omleto je leta 1952 ustvaril kuhar Poštarskega doma na Mariborskem Pohorju g. Franc Pogač. Omleto lahko pripravimo eno večjo, ki jo pečemo v tortnem modelu premera 24 cm in jo nato porcijsko režemo. V original receptu se za nadev uporabi brusnična marmelada, vendar ker kreativnost in okusi ne poznajo meja, se danes omleta polni poljubno tudi z drugimi marmeladami ali džemi in z različnim sadjem. Vendar to se več ne pojmuje pod nazivom pohorska omleta, temveč stefani omleta (Oblizniprste.si).



Slika 11: Pohorska omleta (vir: <https://oblizniprste.si/slastne-sladice/pohorska-omleta/>)

## SESTAVINE IN POSTOPEK

Biskvitno testo:

- 3 jajca (ločimo rumenjake in beljake),
- 2 žlici sladkorja v prahu,
- ščepec soli.
- 3 žlice gladke moko,
- 1 vrečica vaniljevega sladkorja,
- naribana limonina lupinica.

Nadev:

- 6 žlic brusnične marmelade,
- 200 ml sladke stepene smetane,
- 1 žlička sladkorja.

Posip:

- 1 žlička sladkorja v prahu.

Postopek:

Najprej ubijemo jajca in ločimo rumenjake od beljakov. Beljakom dodamo ščepec soli in jih stepemo v sneg, katerega prihranimo za kasneje. Rumenjaku dodamo sladkor v prahu in jih stepamo tako dolgo, da dobimo svetlo kremno zmes. V rumenjako kremo dodamo vaniljev sladkor, naribano limonino lupinico in presejano moko. Sedaj ne uporabljamo več električnega mešalca, ker želimo doseči, da bo zmes za biskvit puhasta. S slaščičarsko lopatko nežno vmešamo moko, vaniljev sladkor in limonino lupinico. Na koncu postopoma, ne vsega naenkrat, rahlo primešamo sneg beljakov. Maso s pomočjo žlice poravnamo v eden večji ali več manjših krogov. Med peko testo v širino ne bo več naraslo, le rahlo se bo dvignilo. Pečemo v predhodno ogreti pečici na 200 stopinj Celzija, klasične peke, 8 minut oz. odvisno od pečice. Paziti moramo, da se biskvit ne prepeče, kajti če bo prepečen, se bo ob upogibanju lomil. Pečen in še vroč biskvit predenemo na kuhinjsko krpo in jih s pomočjo krpe prepognemo. Tako prepognjene pustimo par minut, da obdržijo prepognjeno obliko. Nato vsako posebej izdatno

premažemo z brusnično marmelado. Polovico omlete premažemo z dvema žlicama stepene sladke smetane. Smetana naj bo bolj čvrsto stepena in med stepanjem ji dodamo žličko sladkorja. Tako napolnjeno omleto prepognemo in s prsti nalahno pritisnemo navzdol, da se testo sprime. Po vrhu posipamo s sladkorjem v prahu (Oblizniprste.si).

Pohorska omleta je zelo zapeljiva sladica, ki se ji ne da upreti. Mi ji dodamo sveže jagode iz domačega vrta, ki jih pridelamo sami. Ob tej mikavni slaščici ponudimo še iz domačih pohorskih zelišč pripravljen Pohorski čaj.

## Pohorski čaj

Čáj je brezalkoholna pijača, ki vsebuje tein. Je poparek, ki ga pripravimo s prelitjem posušenih listov ali popkov grma čajevca z vrelo vodo. Kot dodatek lahko čaj vsebuje tudi druga zelišča, začimbe ali sadne okuse.

Janež, kopriva, materina dušica, rman, cvet lipe, navadna konoplja, borovnice in bezgov cvet so rastline, ki dajejo temu priljubljenemu napitku popoln vonj, okus in svežino.



*Slika 12: Pohorski čaj (vir: A. M. P.)*

## ZAKLJUČEK

Izdelava letošnje turistične naloge nas je še dodatno spodbudila k ustvarjanju v kuhinji. Pa ne samo to. Še z večjim veseljem pridelujemo svoja zelišča in ostale pridelke in z njimi poskušamo pripraviti nove kulinarčne specialitete.

Mladostniki, ki bivamo v Domu Antona Skale, si želimo vključevanja v družbo, želimo si sodelovati in želimo biti koristni. In s kulinarčno ponudbo lahko marsikomu polepšamo kak trenutek v življenju. S svojo razigranostjo in dobrosrčnostjo naše goste spravljamo v dobro voljo, s svojimi odličnimi kulinarčnimi specialitetami pa jih še dodatno prepričamo.

Upamo, da s sodelovanjem pri projektu prepričamo še kakega dodatnega gosta, da nas obišče. Seveda, ko bo konec epidemije in bo to mogoče.

## VIRI IN LITERATURA

1. Ainscow Mel, Booth Tony, Dyson Alan, Farrell Peter, Improving schools, developing inclusion, London: Routledge, 2006
2. Arhiv Doma Antona Skale Maribor, Majcigerjeva 37, 2000 Maribor
3. Kavkler, M., Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo, 2008, str. 13
4. Mrak, G., Lamovšek A. in Fikfak, A. (2012). Turizem in poselitveni vzorci na podeželju. V Arhitektura raziskave. 2012/1. Ljubljana: Fakulteta za arhitekturo. Str. 32-42.
5. Richards, G. (1996). Cultural Tourism in Europe. London: CAB International.
6. Romano, F. in Natilli, M. (ur.), 2011. First European Conference on Wine and Food Tourism, Proceedings. Pisa: Edizioni ETS.
7. Standeven, J. in De Knop, P. (1999). *Sport Tourism*. Champaign, IL.: Human Kinetics.
8. Trošt, N. (2012). Zeliščarstvo. Pridobljeno: 12. 2. 2021, s <https://lu-jesenice.net/wp-content/uploads/2012/11/zeli%C5%A1%C4%8Da-TV%C5%BDU-Benedik-Radovljica.pdf>.
9. Vodeb, K. (2014). Turistična destinacija: sodobna obravnava koncepta. Koper: Založba Univerze na Primorskem.
10. WTO. (2005). On track for another strong year. WTO World Tourism Barometer.
11. <https://maribor-pohorje.si/>