



2. OSNOVNA ŠOLA SLOVENSKA BISTRICA

Šolska ulica 5, 2310 Slovenska Bistrica
Telefon/fax: 02 80 51 680/02 80 51 670
Spletni naslov: www.2os-slb.si
Elektronska pošta: info@2os-slb.si

BISTRŠKI MAFINI - BUNKI

Projektno – turistična naloga



Slika 1: BUNKI, avtorica Neja Emeršič

Sodelujoči učenci: Neja Emeršič 7.a, Mima Hren 7.a, Iza Leskovar 7.a, Zoja Gosnik 7.b, Urška Hojnik 7.b, Nuša Magdič 7.b

Mentorici:

Karmen Kešina, prof.

Miljana Vražič, prof.

Slov. Bistrica, šol. leto 2020/21

POVZETEK

Radi kuhamo, še raje dobro jemo, zato nas je navdušila letošnja tema festivala Turizmu pomaga lastna glava »Moj kraj, moj chef«.

Že ob omembi teme nam je po glavah rojilo nešteto idej. Kar težko se je bilo odločiti, katero pot bomo izbrali, zato smo se komaj uspeli zediniti samo za eno jed.

Želeli smo si, da »trofimo« okus komisije.

Podajmo se torej na kratek izlet na Štajersko, natančneje v Slovensko Bistrico in spoznajmo našo moderno jed s tradicionalnimi sestavinami, značilnimi za naš kraj.

V Slovenski Bistrici in njeni okolici lahko vidimo številne njive, na katerih se bohotijo žita, krompir, čebula, buče in ostale poljščine. Iz buč v Tovarni olja Gea Slovenska Bistrica naredijo najboljše in vsestransko uporabno bučno olje, ki je cenjeno po vsej državi in tudi v tujini. Bistriški kmetje pa gojijo tudi prašiče in krave.

Naše območje spada v kulinarčno bogatejši del Slovenije, tamkajšnje domače kuharske dobrote pa so povezane s številnimi šegami in navadami.

Enega največjih posvetnih praznikov predstavlja »furež«, kjer poleg ostalih specialitet pripravljajo tudi »zelhano« bunko.

Značilne sestavine smo uporabili pri snovanju in peki naše kulinarčne dobrote. Po njih je dobila tudi ime (BUNKI –bunka, čebula, bučno olje).

Svojo specialiteto vidimo kot dodatek k že obstoječi kulinarčni ponudbi pohorske transverzale.

KLJUČNE BESEDE: Tovarna olja Gea, bučno olje, bunka, čebula, bistriška kulinarika, BUNKI, pohorska kulinarčna transverzala.

KAZALO VSEBINE

| | |
|---|----|
| 1. UVOD | 4 |
| 2. POVEZAVA JEDI Z LOKALNIM OKOLJEM | 5 |
| 2.1 POHORSKA KULINARIČNA TRANSVERZALA | 5 |
| 2.2 TOVARNA OLJA GEA | 6 |
| 2.3 POMEN BUČNEGA OLJA | 7 |
| 2.4 EKO KMETIJA IZ NAŠE OBČINE..... | 9 |
| 3. NAČRT NALOGE | 11 |
| 3.1 NAMEN TURISTIČNE NALOGE..... | 11 |
| 3.2 CILJI, KI NAS BODO SPREMLJALI | 11 |
| 3.3 VPRAŠANJA, KI SO SE NAM PORAJALA, KO SMO RAZMIŠLJALI O FESTIVALU..... | 11 |
| 4. IZVEDBA NALOGE | 12 |
| 4.1 Recept za BUNKI | 12 |
| 4.3 DEKORACIJA..... | 14 |
| 4.3.1 Postopek za izdelavo unikatnih krožnikov:..... | 14 |
| 4.3.2 Postavitev na krožniku..... | 15 |
| 5. FINANČNI NAČRT | 16 |
| 6. ZAKLJUČEK | 17 |
| 7. VIRI IN LITERATURA | 18 |
| PRILOGE | 19 |

1. UVOD

Slovenska Bistrica je čudovit kraj, ki skriva veliko naravnih in kulturnih biserov. Kljub bogati kulinariki mesto začuda nima svoje značilne jedi, zato smo se s skupino turističnega krožka 2. osnovne šole Slovenska Bistrica odločili, da vam predstavimo slastno jed, ki vsebuje sestavine, značilne za naš kraj BUNKI - slastne slane mafine z bučnim oljem, čebulo in na koščke narezano bunko. Za to jed smo se odločili, ker naše mesto slovi po tovarni olja GEA, ki je z več kot stoletno tradicijo vodilna oljarna in edina rafinerija rastlinskih olj v Sloveniji.

V projektni nalogi vam bomo predstavili kulinarčno dobroto po naših zamislih, izdali vam bomo recept ter vam povedali kaj več o tovarni olja GEA in pohorski kulinarični tranverzali. Verjemite nam, naša jed je zares slastna!

2. POVEZAVA JEDI Z LOKALNIM OKOLJEM

2. 1 POHORSKA KULINARIČNA TRANSVERZALA

Pohorska kulinarična transverzala je kolesarska in pohodna pot, kjer od junija do septembra na cilju vsake destinacije zbiraš žige in poskušaš različne jedi in sladice po promocijski ceni.

Z zadnjim žigom v kartončku si obiskovalci prislužijo brezplačno sladico pri ponudniku, pri katerem bodo odtisnili svoj zadnji žig iz potepanja po tem delu Pohorja.

Poskusite lahko: pohorsko omleto, domači narezek, file škotskega goveda, gobovo juho z ajdovimi žganci, pohorski pisker, ješprenj z gobami, govedino v solati, borovničev zavitek in divjačinski golaž.

Zemljevid kolesarskih in pohodnih poti ter kulinarični kartonček lahko dvignete v pisarni TIC Slovenska Bistrica. <https://www.transverzala.si/transverzala/>

V to bogato kulinarično ponudbo, bi želeli umestiti tudi našo specialiteto.



Slika 2: Pohorska kulinarična transverzala Vir: www.tic-sb.si

2.2 TOVARNA OLJA GEA

Tovarna GEA deluje že od leta 1904. Prideluje različne vrste olja in je vodilna oljarna in edina rafinerija jedilnih rastlinskih olj v Sloveniji. Tovarna olja GEA proizvaja in trži izdelke pod uveljavljenimi in uspešnimi blagovnimi znamkami GEA, GEA BIO, ZVEZDA, CEKIN in SONČNI CVET. Veliko prodaja na domačem trgu kot tudi na tujem.



Slika 3: Tovarna olja Gea Vir: <https://mojepodravje.si/slovenska-bistrica-gea-na-dobri-poti-do-zgodbe-o-uspehu/>

2.3 POMEN BUČNEGA OLJA

Bučno olje je slovenska kulinarična posebnost. Še zlasti priljubljeno je na Štajerskem in v Prekmurju. Nekdaj smo poznali zgolj **toplo stiskano** bučno olje, od leta 1994 pa pridelujemo tudi **hladno stiskano olje**. Pri tradicionalnem toplém stiskanju se bučna semena najprej zmeljejo, nato se mešajo in pražijo, na koncu pa stisnejo. Končni produkt je gosto in temno olje z značilnim orehastim okusom, ki ga Slovenci še kako dobro poznamo. Bučno olje največkrat uporabljamo hladno, najraje pa ga dodajamo solatam, je pa tudi nepogrešljiv dodatek številnim drugim jedem, nekateri ga uporabljajo celo pri pripravi sladic. Nerafinirano bučno olje, stiskano iz oljnih buč, ki so zrasle na rodovitnih tleh, je bilo vedno pomemben del tradicionalne kuhinje. Možnosti ustvarjanja z bučnim oljem v kuhinji so neizmerne, mogočih je nešteto inovacij. Z bučnim oljem lahko ustvarjate vse – od predjedi do sladic.



Slika 4: Bučni proizvodi Vir: <https://www.nasasuperhrana.si/clanek/bucno-olje-favorit-slovenskih-gospodinjestev/>

Bučna semena so bogata z beljakovinami, vlakninami in zdravimi maščobami, torej so popolna kombinacija za dober paket energije, ki se bo počasi porabljala. Prav tako vsebujejo veliko železa, ki poskrbi za dobro cirkulacijo.



Slika 5: Bučno olje Vir: <https://siol.net/trendi/kulinarika/gea-stajersko-prekmursko-bucno-olje-slovenija-zmagovalec-testa-zps-502847>

2.4 EKO KMETIJA IZ NAŠE OBČINE

Pogovarjala sem se z lokalno pridelovalko, ki imajo doma ekološko kmetijo že več kot 10 let. To pomeni, da ne smejo uporabljati nobenih umetnih gnojil, škropiv in krmil. Vse je popolnoma naravno. Vsako leto imajo tudi ekološko kontrolo, kar pomeni, da lahko vzamejo tudi vzorec pridelka in ga dajo na analizo. Če kontrola oceni, da so v tem letu bili izpolnjeni vsi pogoji v skladu z ekološkim kmetovanjem, pridobi kmetija certifikat ekološke kmetije za tekoče leto. V primeru nepravilnosti ali kršitve kmetija ne dobi certifikata in lahko dobi tudi denarno kazen. Na kmetiji imajo krave, teličke, pujsse in kokoši.



Slika 6: Bistriški prašiči Vir: <https://pixabay.com/photos/pigs-animals-pets-bio-agriculture-3967549/>

Bunke pridelajo iz svinjine. Svinje krmijo z ekološkim krompirjem, ki ga prav tako pridelajo na kmetiji. Poleti jim kosijo travo. Kupijo tudi ekološko koruzo. Pozno jeseni imajo kolone. Naredijo klobase, salame in nasolijo ostalo meso. Po 14 dneh iz določenih (najboljših) kosov mesa naredijo bunke. Kose je treba začiniti s poprom in kumino. Nato se ta kos mesa da v črevo in nanj se povleče posebna mreža. Nato jih podimijo in dajo sušiti za nekje 4 do 5 mesecev.



Slika 7: Bunka Vir: <https://pixabay.com/photos/ham-tapas-694836/>

Čebulo nasadijo spomladi na njivo, ki jo je predhodno treba pognojiti s hlevskim gnojem, preorat in pripraviti na sajenje. Sadijo ekološko semensko čebulo. Vmes jo okopljejo in populijo plevel, konec avgusta pa jo poberejo.



Slika 8: Gojenje čebule Vir: <https://pixabay.com/photos/onion-arable-field-onion-field-3540502/>

3. NAČRT NALOGE

3. 1 NAMEN TURISTIČNE NALOGE

Namen našega sodelovanja na 35. državnem festivalu Turizmu pomaga lastna glava je bil raziskati kulinarične specialitete v našem kraju in z inovativno jedjo obogatiti ponudbo pohorske kulinarične transverzale.

3. 2 CILJI, KI NAS BODO SPREMLJALI

Pri načrtovanju jedi smo si zadali cilj, da bo povezana z našim krajem ter da bomo uporabili sestavine naših lokalnih ponudnikov. Za nas je bil to zelo težek cilj, saj smo imeli veliko idej a morali smo izbrati le najbolj privlačno jed.

3.3 VPRAŠANJA, KI SO SE NAM PORAJALA, KO SMO RAZMIŠLJALI O FESTIVALU

- Katera je tradicionalna jed v Slovenski Bistrici?
- Kako bi jed pripravili oz. s čim?
- Kako bi izgledala naša jed?
- Katere sestavine bi vsebovala naša jed?
- Kje bomo dobili sestavine?
- S kom se bomo povezali?
- Kako bomo jed povezali z našim krajem?
- S katero sestavino bi kombinirali jed na našem krožniku?
- Kako bi dekorirali našo jed?
- Ali se bodo sestavine ujemale?

4. IZVEDBA NALOGE

4. 1 Recept za BUNKI

Sestavine:

- 360 g pšenične moke
- 90 g masla
- ½ pecilnega
- 3 dcl mleka
- 70 g bučnih semen
- 2 srednje veliki čebuli
- 2 žlici bučnega olja
- bunka
- 1 jajce
- sol, poper
- sončnično olje



Slika 9: Sestavine za BUNKI, avtorica: Neja Emeršič

Postopek:

Čebuli sesekljaš in na sončničnem olju prepražiš do zlato rjave barve. Moko preseješ skupaj s pecilnim praškom ter dodaš sol in poper. Bučna semena in bunko narežeš in sesekljaš na poljubno velike koščke ter jih prav tako dodaš moki. Jajce razžvrklaš, dodaš mleko, stopljeno maslo, bučno olje in prepraženo čebulo. Nato suhe in mokre sestavine premešaš med sabo in do vrha napolniš modelčke za mafine. Po vrhu jih posuješ z bučnimi semeni in daš v pečico za 20-30 min na 200°C.

Mase je dovolj za 12-14 mafinov. Dobri so še topli, ampak nam so najboljši, ko so že čisto hladni.



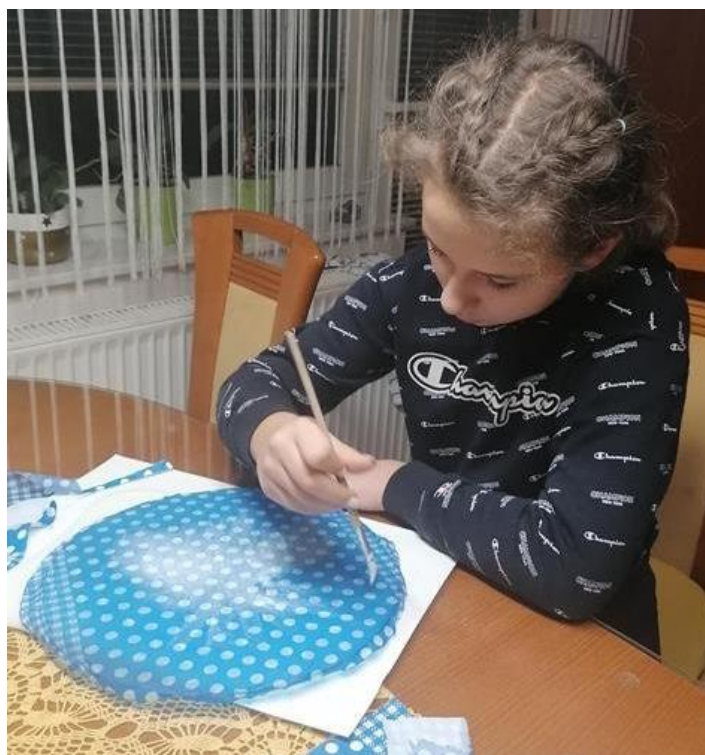
Slika 10: Sestavine za BUNKI, avtorica: Neja Emeršič

4.3 DEKORACIJA

Z dekoracijo nismo hoteli pretiravati. Za BUNKI smo izdelali svoje unikatne krožnike, ki nas spominjajo na prt naših babic.

4.3.1 Postopek za izdelavo unikatnih krožnikov:

Najprej krožnik dobro obrišemo. Potem na servieto s svinčnikom obrišemo krožnik ter narisani krog s škarjicami izstrižemo. Od serviete dobimo 2 plasti. Zgornjo barvno plast položimo na hrbtno stran krožnika. Ko smo to naredili, vzamemo čopič in vodo ter s čopičem vlečemo iz sredine navzven. Ko je krožnik dobro premazan z vodo, vzamemo lepilo za les ter mu dodamo malo vode. Nato ponovimo enak postopek kot prej z vodo. Biti moramo pazljivi, da serviete ne raztrgamo. Potem damo krožnik sušit (najboljše čez noč), naslednji dan ga še polakiramo ter damo sušit še za 1 dan.



Slika 11: Izdelava dekorativnega krožnika, avtorica: Nataša Kebert

4.3.2 Postavitev na krožniku



Slika 11: Postavitev na krožniku, avtorica: Nuša Magdič

5. FINANČNI NAČRT

| POTREBSČINE | CENA V EUR |
|-------------------------|------------|
| 360 g pšenične moke | 0,26 |
| 90 g masla | 0,95 |
| ½ pecilnega | 0,34 |
| 3 dcl mleka | 0,39 |
| 70 g bučnih semen | 0,89 |
| 2 srednje veliki čebuli | 0,73 |
| 2 žlici bučnega olja | 0,41 |
| bunka | 2,20 |
| 1 jajce | 0,16 |
| sol | 0,78 |
| popper | 0,08 |
| sončnično olje | 0,21 |

Tabela 1: Sestavine in cene

Skupni stroški sestavin za BUNKI znašajo 7,40 evrov (za 13 mafinov), zato bi ga jih ponujali po ceni 1,5 evra na kos.

6. ZAKLJUČEK

Letošnja tema festivala Turizmu pomaga lastna glava »Moj kraj, moj chef« se nam je zdela odlična. Idej je bilo zelo veliko in kar težko se je bilo odločiti za eno samo. Je pa bilo zaradi trenutnih razmer nalogo težko napisati, preizkusiti zastavljen recept ter jed dekorirati.

Z našo jedjo želimo popestriti ponudbo kulinarične transverzale in poudariti pomen lokalnih pridelovalcev hrane in naših tradicionalnih sestavin.

Pri delu smo se zabavali in se tudi sami naučili veliko novega, kar bomo v prihodnje z veseljem uporabili.

Zdaj ste pa na vrsti vi, da raziščete naš recept in pripravite svojo bistriško dobroto.

Prepusite se izvornim okusom in uživajte v dobri bistriški hrani!

7. VIRI IN LITERATURA

<https://www.transverzala.si/pogosta-vprasanja/>

<https://tic-sb.si/kaj-poceti/%C5%A1portne-aktivnosti/s-kolesom-na-potep/pohorska-kolesarska-transverzala.html>

<https://www.transverzala.si/transverzala/>

<https://okusno.je/domace/tega-o-bucne-olju-zagotovo-niste-vedeli.html>

<https://www.metropolitan.si/zdravje/7-zivil-ki-vam-dajo-vec-energije-kot-kava/>

<https://sensa.metropolitan.si/za-vse-cute/5-receptov-oplemenitenih-z-bucnimi-semeni-in-bucnim-oljem/>

<https://www.dominvrt.si/gospodinjstvo/bucno-olje-2.html>

https://gea.si/?gclid=CjwKCAiAoOz-BRBdEiwAyuvA6xH3rM2f6u3SFjRjKIZtf17t3qrWEjBvetSA_0-KBTqUoHZtYhT7MhoCtzlQAvD_BwE

[https://okusno.je/domace/tega-o-bucne-olju-zagotovo-niste-vedeli.html\(modal:p/mailling\)](https://okusno.je/domace/tega-o-bucne-olju-zagotovo-niste-vedeli.html(modal:p/mailling))

PRILOGE