



Лешок и соседните села

На сите текстови од проф. Д-р Миодраг Календар Хаџи Ристиќ, информатори се:

Сирма Томеа Тасеа, 50 г. неписмена, од Једоарце,
Коцана Матојца Аврамова, 103 г. неписмена, од Једоарце,
Менча Гочеса Аврамова, 73 г. неписмена, од Сетоле,
Фота Атоа Јастроа, 76 г. неписмена, од Лешок,
Тодор Томов Исајлов, 66 г. писмен, од Непроштено,
Ильо Симјанов Јосифов, 68 г. самоук, од Одри,
Војо Мишев Петров, 76 г. неписмен, од Вратница.

Извонредни податоци, дополнувања и помош ми дадоа и Цена Тасеа Димушевска, родена во 1915 г. писмена, од Једоарце и Благоја Јованов Тасиќ, роден 1911 г. дипл. инж. по шумарство од Једоарце. Тие ми овозможија да го завршам овој текст и затоа сум им благодарен во име на обичаите и традициите кои ја докажуваат народната вистина "дека народ без минато нема иднина".

Забележал,
проф. Д-р Миодраг Календар Хаџи Ристиќ, Једоарце

5.4. РЕЦЕПТИ

Со промена на начинот на живеење, настаната е и голема промена и во начинот на приготвувањето и во видовите на јадења, кои се исфрлени или многу ретко се застапени во денешната домашна трпеза.

Шарена сеченца

Се прави одделно каша од чисто бело брашно (пченично) и каша од пченкарно брашно, со вода и сол.

Се става во тенција масло и ред каша од белото брашно и се става под вршник да се пече. Кога е печено, се премачкува со сало, се полива со кашата од пченкарно брашно и пак се става под вршник да се пече. Ова се повторува така додека се потрошат двете каши.

Потоа се пече и од кога ќе се испече се сече со нож на коцки и се сервира.

Забележала,
Драгица Костадиновска,

Бакардан

Во тенције се става 2 литри вода со сол. Кога водата ќе зоврие, се става 0,5 кгр. пченкарно брашно и се меша. Кога смесата ќе



Лешок и соседните села

згусне, се вади од оган и со лажица се става во тава. Потоа, се попарува во врела свинска масти (сало). Може да се нарости со урда или со дробено сирење.

Раскажале:
Донка Качовска, Лешок

Забележала,
Блага Васовска, Лешок

Пита (комат)

Во цела Македонија е позната вкусната пита (комат), кој го месат жените и од полошкиот крај. Питата (комадот) порано жените го правеле со киснато тесто, а денес повеќето жени го прават со некиснато тесто (со квасец).

Комадот се подготвува на следниот начин:

Се зема брашно според потребите на семејството, се става во сито и се сее. Се прави купче од брашно, при што на врвот се прави дупка и во дупката се става малку сол, малце зејтин и топла вода и почнува да се меси тестото. Така постепено се замесува целото тесто, за да има доволна цврстина за да може да се сука со сукалото. Најпрво од тестото се кинат десетина мали топки со големина од една шака се посипуваат со брашно и секое топче се сука со мало сукало и се прави мала округла пита од 10 до 15 сантиметри во пречник. Откако ќе се исчуваат сите мали топчиња секое се намажува со зејтин и се редат едно над друго, а не се става зејтин за да може да се сука. Така од сите десет мали коричиња со големото сукало се суче и се добива голема округла кора.

Се зема округла тепсија од бакар која е каласана и се намачкува на дното со зејтин, малку се става брашно и се става големата кора. На кората се става малку зејтинче и на неа се става филот (масрафот), зависи со што се прави комадот (праз, коприви, јајца со урда, зелка свежа или кисела, спанак (зеље) со сурда, сурда или сирење со јајца, од лобода со урда и јајца, тиква и сл.). Потоа се суче втора голема кора и таа се става над филот, а може да се стави и трета, па и четвртота кора. Кога ќе се стави последната кора таа се попрскува со зејтин и се става да се пече под вршник или во рерна на висока температура.

Кога ќе се испече комадот, се попрскува со вода и се покрива со цедило или крпа, да се задуши (спури) и да биде помека кората на комадот.



Лешок и соседните села

Секако зависи од вкус до вкус, но, комадот е највкусен ако е направен со кисела зелка, со лобода или со праз, што не значи дека не е добар и со другите додатоци.

Комадот се јаде со кисело млеко, матеница (муќенца), а денес со јогурт.

Раскажала,
Јорда Спироска, Лешок

Забележал,
Митко Спирошки, Лешок

Посна чорба од суви пиперки

Се ставаат суви пиперки на шпорет на тивко да се потпечат (да крицкаат), за да можат да се искршат-издробат на ситни парченца.

Потоа, се ставаат да се варат со вода, сол зејтин и лук.

Раскажала:
Стевани Видојевска, Ратае

Забележала,
Вера Видојевска, Тетово

Грав без месо

Гравот како јадење во полошкиот крај е многу застапен и оттаму го добил името грав - тетовец. Тој се подготвува на многу начини (тава грав, густ грав, чорбест грав, грав со месо, салата од бел грав, млад грав, грав со свински ребра, грав со кобасици, гарв со чадени нозе, пире грав, прехран грав и на други начини), при што секој начин има своја специфичност и вкус.

Ние се определивме на чорбестиот грав.

Се зема околу пола килограм тетовски грав (гра), се отребува, убаво се измива во ладна вода, се става одвечер во тенцере и утредента се фрла водата. Во гравот се става нова вода и гравот со тенцерето се става на шпорет да зоврие. Откако ќе зоврие, водата се фрла и се става нова топла вода и продолжува да се вари. Кога ќе проврие гравот околу пола час во тенцерето се ставаат две главици исечен кромид, две зелени благи пиперки, еден црвен патлиџан и една главица сецкан лук. По потреба може да се стави и една лута пиперка или две три лути феферончиња и продолжува да се вари, додека не добие млечно бела боја и зрното добро да омекне. Гравот се вари на средна температура, за да не загори, но и повкусен е ако се вари подолго време и во земјено грне. Потоа се зема едно тавиче се става зејтин или сало и кога ќе се



Лешок и соседните села

загреен се ставаат една до две лажици брашно, зависи од вкусот дали сакате погуст или поредок грав. Кога запршката ќезацрвени, се додава малку мелен црвен пипер, се промешува и веднаш се става во гравот.

Одкога ќе се стави запршката, гравот се вари на уште поттиквка температура, бидејќи лесно може да се запече.

За оние луѓе кои имаат проблеми со варењето во stomакот, не смеат да го јадат со запршка, тогаш, наместо запршка, во тендерето се става зејтинот и така се доварува гравот, но, во овој случај потребно е да се стави нешто повеќе зејтин, секако по потреба.

Кога е варен гравот, се додава малку нане и сол по вкус, а може и неколу зрнца црни пипер. Напоменуваме дека во гравот не треба да се ставаат купени зачини (вегета, зачинал, тузот и сл.). бидејќи ќе го изгуби гравот неговиот вкус. Зиме кога нема свежи пиперки и патлици, се додаваат суви пиперки во гравот.

Обично со гравот се сервира салата свежа или туршија.

Раскажала,
Јорда Спироска, Лешок

Забележал,
Митко Спироски, Лешок

Пченкарна пита со чварки

Се земаат:

500-600 гр. пченкарно брашно,
две шаки ситни чварки,
3-4 јајца,
3-4 лажици сало,
150 гр. ситно сирење.

Сето ова се помешува и се прави тесто(тестото да биде меко), се става во тава намачкана со сало и наросена со пченкарно брашно.

Одозгора тестото со рака равномерно се распостира по тенцијата и се попрскува со растопено сало и се пече на потивок оган додека не поцрвне.

Раскажала,
Душанка Стојчевска, Лешок

Забележала,
Дивна Богдановска, Лешок



Лешок и соседните села

Ѓомлезе

Се прави каша од пченично брашно, сол и вода. Се става во тепсија свинска масти и се става од кашата еден слој и се пече под вршник. Кога е печена, кората се премачкува со сало, се наросува со сирење или урда и се става повторно каша и се пече.

Сето ова се повторува додека се потроши кашата.

Раскажала,
Трпана Блажевска, Јегуновце

Забележала,
Мира Стефановиќ, Јегуновце

Млечник пита

Се меси тесто од пченично брашно, вода и сол. Се суче кора и се пече-сушки на тивок орган на шпорет на дрва одозгора на плочата. Кога кората ќе се олади, се криши на ситни парчиња кои се редат во тава. Се матат 5 јајца со 10 лажици шеќер и со тоа се прелива кората и пак се пече.

Забележала,
Виолета Сакламаева, Тетарце

Клин чорба

Во тенџере се става вода и сол да зоврие и се додава: сецкан кромид, сечени суви пиперки, ситно сечен компир, една шака ориз и сос од патлиџан и се додава по потреба сол.

Оваа чорба ја правеле најчесто кога биле божиќни и велигденски постови. Тогаш лубето правеле јадења без зејтин кои и денеска ги правиме за време на строгите постови.

Раскажала,
Менча Кузмановска, Челопек

Забележала,
Вера Видоеvska, Тетово

Слатки

Населението во Подгора во исхраната подготвувал и разни благи јадења и тоа:

- "мед", некои домаќинства, со генерации одгледувале "тромќе"
- кошници со пчели, кои, се фаќале од дрвјата во "орманите", а потоа се пренесувале и се чувале во направените "кошаркe" во дворовите



Лешок и соседните села

на куките. Со џедење се добивал чист мед и чист восок кои се употребувале за различни намени но и како лек, и за мачкање рани кои тешко заастувале, а восокот за свеќи, но и како лековито средство за рани;

– "кајмачиња" често се служеле на трпезите и се правеле со мешање одредена количина пресно варено млеко, матени јајца и шеќер, и сето тоа потпечено во црепна под вршник;

– "тигањце", се правеле од тесто - брашно, јајца вода и квас, во форма на топчиња се пржеле во врело масло - (шарлаган) и посипани со шеќер;

– "мекици" се прават од слично тесто, може и без јајца. Тестото се развлекувало тенко и се пржело во врело масло - (шарлаган). Се служеле и со маштеница, урда или бело сирење, како и по желба се засладувале со шекер ;

– "суглијаш" се правел од сварено млеко со додавање соодветна количина ориз и шеќер, а потоа, по варењето, се разлева во соодветни садови за служење;

– "кадаиф" се купувал готов во чаршија или на пазар. Ретко замесено тесто се процедува (се-пропушта) низ специјално издупчен метален сад од каде што тече врз силно загреана површина сад од бакар калаисан, и така се пече. Ваквото тесто заедно со толчени или мелени ореви или лешници се попрскува со масло - (шарлаган) и во тепсија се пече во црепна под вршник. По печењето се налева со шербет, со што се добива посебно вкусно слатко јадење;

– "алва", се прави од брашно и масло-шарлаган кои се пржат во тава со додавање зашешкаrena вода, ореви или лешници. Откако ќе се згусти, се вади со лажица и во таква форма се служи;

– "диплени коре", веќе споменавме како се прават, само во овој случај се без фил, или само со ореви или лешници, потопени со шербет.

– "баклава", се прави со замесување брашно, сол, шеќер и вода. Тестото стасува, се меси и се дели на топчиња од кои се прават, се сукаат со сукало и се оставаат да се потсушат. Потоа во замаслена тепсија се прскаат со зовриен зејтин се редат пропржено брашно и ореви. или лешници, а последната кора се прска само со зејтин, се сече на парчиња - (ромбови) и се сече. По печењето се налева со шербет - (топло на ладно), отстојува и се служи.



Лешок и соседните села

Пувки (пufke)

За да се направат пувки се земаат 5 јајца, при што се издвојува белката, а жолчката оди настрана. Потребно е 350 грама шекер. Најпрво се матат белките со шекерот да стане смеса бела како снег.

Потоа се зема една тава, се намачкува со зејтин и со лажица се зема од смесата и се ставаат како топчиња во тавата. Тавата потоа се става во рерна да се печат пувките на околу 120 до 150 степени.

Раскажала,
Јорда Спироска, Лешок

Забележал,
Митко Спирошки, Лешок

Гурабии (гурабие)

За гурабиите е потребно 300 гр. квалитетна свинска масти (сало), 1 јајце и 1 жолчка 100 гр. ситен шекер., 259 гр. природен мед и брашно околу 800 гр.

Најпрво се зема свинската масти и се мати со мatalка или со миксер се додека не стане како пена (пења), при што се додаваат шекерот, медот и јајцата. После ова смесата добро се замешува и постепено се додава брашното и се меси со мешалка додека брашното не се згусне. Кога ќе биде тестото готово на штица се прави округла и долга смеса како дрво. Се зема нож и се сечат колачите во еднакви големини и се редат во тепсија или плек, кој одоздола е намачкан со свинска масти. Тепсијата со колачите се става во врела рерна и се печат се додека не поцрвенат. Одкога ќе се испечат, се вальзат во прав шекер.

Гурабиите се повкусни кога ќе отстојат ден или два, да омекнат и да се трошни за јадење и тогаш се највкусни.

Раскажала,
Јорда Спироска, Лешок

Забележал,
Митко Спирошки, Лешок

Сарајлија

Се зема 1 кгр. кори, 400 гр. толчени ореви, 10 лажици шекер, 1 лимун изрендан, една ванила.
настрана да се стопи 1 маргарин, и 10 лажици зејтин.

Над корите се става влажна крпа, се зема една по една кора и се виткаат на стапче и се набираат.



Лешок и соседните села

Шербет: 200 гр. шекер, 0,6 литри вода, половина лажица лимунтус.
Сето тоа да врие 6 мин. При парењето шербетот треба да биде ладен а кората врела.

Забележала,
Велика Петковска, Лешок

Варена пченица

Пченицата е омилено јадење на лубето.

Се зема 500 гр. бела убава пченица, 500 гр. мелен шекер и 500 гр. мелени ореви, прав шекер и ванила.

Најнапред Пченицата се чисти и се мие со вода. Потоа се става неколку саати во студена вода да укисне и водата се истура. Одкако ќе укисне пченицата се става во тенцере со вода и се вари. Одкако ќе зоврие водата, се истура, и се став нова вода. Ова се повторува два до три пати. Потоа се става вода во тенцерето и се вари околу 15 минути. Одкако ќе се свари пченицата се остава во тенцерето да се излади, при што тенцерето се завиткува со крпи подолго да ја чува топлината. Одкако ќе се излади пченицата, се истура водата и се мие со ладна вода, потоа се цеди и се става во чиста крпа да се исуши неколку саати. Вака исушена пченицата се меле во машина за мелење месо. Потоа во мелената пченица се додаваат мелените ореви, шекерот и ванила. Оваа смеса добро се меси и се става во послужавник или чинија и се прави во форма на полуотпка. Озгора се поросува со мелени ореви и со прав шекер.

Пченицата се служи во чаши и одозгора може да се стави слатко од капинки, вишни и сл., лажиче и чаша ладна вода. Пченица се служи најповеќе на слави, но и при смртни случаи.

Раскажала,
Јорда Спироска, Лешок
Прераскажала Славица Спироска,
Скопје

Забележале,
Искра и Огнен Спирошки, Скопје
потекло од Лешок

Речел

Речел се прави во есен кога се бере грозјето и кога сокот од грозјето сеуште е шире, и не е превриено во вино.

Треба да се земе околу 20 литри шира се става во големо тенцере или котел на огон да врие се додека не се преполови и не се згусне. Ширата додека врие се лупи зрела тиква (стамболска, свинска или долгнавеста) и се сече на убави правоаголни парчиња



Лешок и соседни села

кои се ставаат во варова (вароа) вода околу 1 час. Потоа се вадат парчињата тиква и се мијат неколку пати во ладна вода. Потоа тиквата се става во згуснатата шира и се варат се додека не се добие густа маса како мед. Одкога ќе се свари речелот се вади од огнот и малку кога ќе се олади се става во поголеми тегли и се затвора со капак.

Некои, покрај тиквата ставаат и сечени кругчиња од модри патлижани и бело грозје без семки или со семки. Речелот што го прават со модри патлижани и грозје е многу вкусен и необичен за гледање.

Речелот е многу вкусно јадење и се служи зиме, во мали таџни и лажиче и секогаш со чаша ладна вода, кога ќе дојдат гости, а се служи и на крајот на ручекот. Многу е погодно во таџната со речелот да се стави и една до две јатки ореви.

Раскажала,
Невена Ќулавкова, Велес
прераскажала Славица Спирошка,
Скопје

Забележале,
Искра и Огнен Спирошки, Скопје
потекло од Лешок

Боза

Бозата е омилен пијалок во Полог и кај македонците и кај албанците, турците, и др.

За да се добие боза треба да се земе 1 кгр. непросеано пченкарно-ченкарно брашно, се става во поголемо тенцере и се прелива со 10 литри млака вода. Оваа постапка добро е да се прави навечер, при што утредента тенцерето со течноста се става на шпорет на средна температура и да врие околу 2 часа. При вриењето течноста со брашното постојано се меша со дрвена мешалка. Вака свареното брашно се остава да постои до стемнување. Вечерта се зема 10 гр. лебен квасец, се става во млака вода во поголема шолја и кога ќе стаса квасецот се става полека во свареното брашно и добро се промешува со мешалката и се остава течноста до сабајлето.

Утредента се процедува течноста со џедалка и преку чисто платно (ace), при што добро се стегнува исцедува за да излезе целата течност. Во исцедената боза се става шекер по вкус. Потоа се става на ладно место или најдобро во фрижидер бозата да се разлади. Бозата се пие дента или наредниот ден и најслатка е ладна, а ако стопи повеќе денови таа скиснува.



Лешок и соседните села

Бозата е одличен природен освежителен безелкохолен пијалок и се пие на крајот од јадењето и најповеќе одговара при јадење тулумби, баклави и др. и најповеќе се пие во лето или доцна пролет или рана есен.

Раскажала,
Јорда Спироска, Лешок

Забележал,
Митко Спироски, Лешок