

Wine Style

Prvi srpski magazin o vinu i drugim finim stvarima

od 2006.

O nama Ogllašavanje WS Club Arhiva Kontakt About us Adresar vinoteka

Hrana i vino

Liban

Broj: 56

Piše: Chef Joe Barza

Foto: Miroslav Mirović



Objedinjujući arome Mediterana i Orijenta u savršenom mesu, kuhinja Libana najpoznatija je i najrafiniranija bliska orijentalna kulinarska destinacija. Uz pečat nasleđa dugogodišnje vladavine Francuza ovim prostorima, a pre njih i mnogih drugih, libanska kuhinja predstavlja fino upakovanu simbiozu internacionalnih ukusa

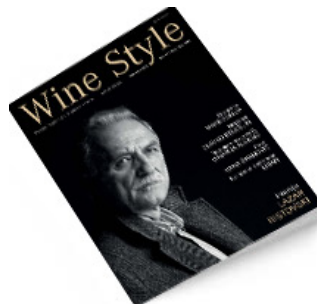
Ako pratimo istorijski i antropološki trag, stigli bismo duboko u prošlost, do samih početaka civilizacije – do Mesopotamije, Fenikije, Helena, Rimljana... U novije doba, ovaj deo Levanta bio je pod vlašću Otomanskog carstva i Francuske, što je u određenoj meri imalo uticaja i na libansku kuhinju. Uopšteno gledano, namirnice koje se najviše koriste su povrće, piletina, ovčetine, riba i morski plodovi, začinsko bilje i koštunjavo voće. Čuveno libansko meze ili *mezza*, toliko je postalo popularno da je ovaj naziv došao i do naših prostora širenjem kulture i postao je sinonim za predjelo. U Libanu je, međutim, *mezza* kompletan obrok – šarenilo i bogatstvo boja, ukusa i aroma koje se iznosi po etapama na sto i uglavnom je pratilac dobrog vina ili araka (rakije od mastike). Obrok započinje salatom i svežim samo opranim povrćem, zatim se prelazi na humus sa raznim vrstama pita-hleba, pa *moutabal* – dimljeni patlidžan u tahiniju, *labne* – libanski jogurt sa belim lukom, zatim rolnice sa sirom, valjušci od mesa i tako dalje, sve do baklava i drugih poslastica.

U libanskim kućama uvek ima maslina, maslinovog ulja, pinjola i mnogo svežeg povrća, od kojih se pripremaju uvek zdravi i ukusni obroci. Na primer, *manaish zaatar* (pita-hleb i *zatar* – mešavina majčine dušice, sumaka i susama) sa maslinovim uljem je nešto što je uobičajen doručak u Bejrutu, ali i brza hrana posle noćnog provoda. Libanci su jako ponosni na svoju kuhinju i vrlo je važno da svako jelo bude pažljivo pripremljeno, a za strance je upečatljiv utisak koji ostavlja naglašena ljubav i poštovanje prema namirnicama. Iako ova kuhinja ima dosta sličnosti sa sirijskom, ipak se razlikuje i postoji ta nota koja je prepoznatljiva kada libanski prsti pripreme jelo. Mi volimo da kažemo na su naša jela samo namirisana, a ne začinjena.

Još jedna stvar kojom se ističe ova kuhinja je to što je izuzetno zdrava. Gledano kroz prizmu današnjih saveta, ovaj način ishrane apsolutno se uklapa u savremeni koncept zdrave ishrane. Naime, uobičajena *mezza* (kompletan obrok) sastoji se od 70 procenata povrća i koštunjavog voća, i 30 procenata mesa (uglavnom piletine), a uz to, sve je začinjeno maslinovim uljem, limunom i začinskim biljem. Libanci malo koriste masnoće životinjskog porekla, tako da su puter, pavlaka i mast malo zastupljeni na ovoj trpezi. Treba pomenuti i libanski pita-hleb (reč pita potiče iz grčkog jezika i verovatno je ovaj naziv usvojen za vreme vizantijske vlasti), kao jedan od najzdravijih hlebova na svetu – pravi se od brašna, vode, maslinovog ulja i malo kvasca.

Chef Joe Barza je pionir libanske *fusion* kuhinje, ambasador libanskog kulinskog nasleđa, gostujuća kulinarska zvezda, član mnogih žirija, jedan od 100 najboljih *chefova* na svetu sa titulom *Master Chef*. Koristeći domaće proizvode uz jedan moderan pristup, razvio je sopstveni stil po kojem je prepoznatljiv u svetu. Može se reći da je redefinisao libansku kuhinju, a cilj mu je da je približi modernim internacionalnim trendovima u gastronomiji i da je otrgne od „lokalno-tradicionalnog-taverna stila“. Profesija kuvara u Libanu ima drugačiju težinu od

Prelistajte novi broj



Atelje vina ŠAPAT



SuperWine



Porto Montenegro
July 2016

RUBRIKE

AUTOMOBILI

BUSINESS CLUB

DEGUSTACIJE

HOTELI

HRANA I VINO

INTERVJU

MOJ IZBOR

PLEASURE

PUTOPIS

kada je on stupio na kulinarsku scenu.

„Svoj rad vidim kao poliranje dijamanta i mislim da ljudi moja jela doživljavaju kao jednostavnu i malo unapređenu varijantu već postojećeg. Čini mi se da je najveći uticaj na mene imala francuska kuhinja, a ideju da unesem promene u libansku kuhinju dobio sam gledajući jednog *chefa* kako na poseban način pravi *foie gras*. Tada sam pomislio: zašto humus uvek mora da se meša sa tahinijem? I prestao sam da igram na sigurno i počeo sam da eksperimentišem. Ne bih rekao da sam daleko od tradicionalne libanske kuhinje, svoj stil mogu da opišem kao ‘fenomenalno kućno kuvanje sa elegantim zapletom’“.

Joe Barza u Beograd dolazi kao prijatelj restorana *Byblos*, u kojem će 22.12. izvesti neke od svojih kulinarskih čarolija.

REČ SOMMELIERA

RESTORANI

VINARIJE

VINOSKOP

WINE&FOOD

WS PREPORUKA



HUMUS (Namaz od kuvanih leblebija, paste od susama, limuna i belog luka. Nezaobilazan užitak na orijentalnim trpezama uz razne vrste pita-hleba.)

Sastojci za četiri osobe:

400 g kuvanih leblebija

70 g tahinija (namaz od susama)

1 čen belog luka

2-3 kašike limunovog soka

2/3 kašičice soli

60 ml veoma hladne vode

maslinovo ulje za služenje

Način pripreme:

Kuvane leblebije staviti u blender ili neku sličnu spravu za pasiranje hrane dok se zrna sasvim ne pretvore u pastu. Dodati tahini, iseckan čen belog luka, so, limunov sok i ledenu vodu – ne dodati svu vodu odjednom. Blendirati i proveriti da li je humus po vašem ukusu – ako je potrebno, dodajte so, limunov sok ili tahini. Služiti uz pita-hleb.



FALAFEL

Sastojci za četiri osobe:

300 g kuvanih leblebija

1 glavica [crvenog luka](#)

3 kašike peršuna

4 kašike [brašna](#)

1 kašičica praška za pecivo

2 čena belog luka

[so](#)

[biber](#)

malo kima

prstohvat bibera

Način pripreme:

Pomešati u blenderu sve sastojke, a zatim smesu staviti u kalup ili mokrim rukama napraviti polpete od nje. Peći ih na grilu i služiti sa tahinijem.



MAHALABI

Sastojci za četiri osobe:

3 šolje mleka

3/4 šolje šećera

1 šolja hladne vode

6 kašika gustina ili želatina

kašičica do dve ružine vodice ili ekstrakta vanile

2 zrna izgnječenog kardamona

1 šolja izmućene slatke pavlake

šaka seckanih i proprženih pistaća i badema

Način pripreme:

Na srednjoj temperaturi prokuvati mleko i šećer. U hladnoj vodi razmutiti gustin ili želatin i umešati u provrelo mleko sa šećerom. Kad se zgusne, skloniti sa vatre i u to dodati ružinu vodicu, smrvljeni kardamon i slatku pavlaku. Ohladiti najmanje 2 sata u fižideru. Služiti sa pistaćima i bademima, koji se pospu po vrhu ohlađenog mahalabia.