
HONTIANSKY REGIÓN

Hont leží v južnej časti stredného Slovenska. Na severe ho lemujú Štiavnické vrchy, na východe Krupinská planina, na juhozápade zasahuje do Podunajskej nížiny. Pretekajú ním rieky Hron a Ipeľ. Historickým centrom regiónu bol hrad Hont, neskôr stoličné centrum v Kemence (v dnešnom Maďarsku) a v Šahách. Na hospodársky a kultúrny vývin Hontu významne vplývali nemec- kí kolonisti, ktorí ťažili striebro a zlato v okolí Banskej Štiavnice, Banskej Be- lej, Pukanca a Krupiny. Tieto osady už v 13. storočí získali štatút slobodných kráľovských miest. Najmä obyvatelia Banskej Štiavnice a okolia si dodnes v nemalej miere zachovali svojské ná- rečie s množstvom odborných termínov prevzatých z nemčiny a s tvrdou výslov- nosťou. Vpády Turkov v druhej polovici 16. storočia a v 17. storočí spôsobili naj- mä v južnej časti regiónu hmotné škody a úbytok obyvateľstva. Od začiatku 17. storočia Hont nepriaznivo zasiahli aj

nepokoje v čase stavovských povstaní. Reformačné hnutie našlo v Honte živnú pôdu predovšetkým medzi baníkmi, ale takisto aj v prostredí šľachtických a ze- mianskych rodín.

Medzi jedlá tradičnej hontianskej ku- chyne patrí napríklad *roštokva* (rascová polievka), *kysel* (polievka z nakvasenej múky, chlebového kvásku), *zvara* (mlieč- na polievka s kôprom), kapustnica, *stude- no* (huspenina), *štiať* (šťaveľová omáčka), tekvicová polievka, prívarok z príhlavy, jabĺčkový *kysel* (kyslé varené jablká), *paprikášovje krumple* (zemiaky s papri- kou), kôprová omáčka, šalátová omáčka k mäsu, mliečna kapusta, pražená paprika, *párance* (cestovinové jedlo posýpané ma- kom, orechmi alebo tvarohom), *slúkové gombovce* (ovocné guľky zo zemiakového cesta), *škorce* (varené kúsky cesta z kuku- ričnej krupice, posýpané makom), *lepničky* (kysnuté malé placky), koláče makovníky, orechovníky, tvarožníky, lekvárniky aj kapustníky.



Demikát

Z TERCHOVEJ, OKRES ŽILINA, HORNÉ POVAŽIE

Najslávnejší terchovský rodák Jurko Jánošík vraj prišiel o svoju silu tak, že si opaštok na stole zanechal. Ktovie, či nie vedľa prázdnej misy po demikáte.

POTREBUJEME:

- 2 kg zemiakov
- 250 – 300 g bryndze
- 200 g tvrdého syra
- soľ
- 2 l vody
- 1 l mlieka
- slaninu
- pažitku

AKO NA TO

Zemiaky očistíme a pokrájame na menšie kocky, zalejeme ich vodou, osolíme a dáme variť. Keď sa uvaria, aj s vodou ich dobre rozmixujeme, pridáme mlieko a prevaríme. Potom do polievky rozmiešame bryndzu, do každej hotovej porcie na tanieri pridáme za lyžicu strúhaného syra (môže byť aj oštiepok). To je takzvaný pôstny demikát. Prilepšiť si ho môžeme tak, že doň pridáme kocky vypráženej slaninky a posypeme ho nasekanou pažitkou.

DÁ SA TO AJ INAK

Novú chuť (aj nový vzhľad) demikát získa, ak doň pridáme rozmixované špenátové lístky.



Úhrabky

Z KORNE, OKRES ČADCA, KYSUCE

Pod týmto mierne poetickým názvom sa skrýva netradičná kombinácia naskrze tradičných surovín.

POTREBUJEME:

- 1,5 kg zemiakov
- 250 g hladkej múky
- 250 g kyslej kapusty
- 40 g masti
- 60 g údenej slaniny
- 100 g cibule
- čierne korenie
- vodu
- soľ

AKO NA TO

Z polovice múky a zemiakov pripravíme halušky. Každá správna gazdinka vie, že množstvo múky, ktoré pridávame do halušiek, závisí od vodnatosti zemiakov. Druhú polovicu zemiakov uvaríme v šupke, ošúpeme a pokrájame na kolieska. Na masť dáme pokrájanú slaninku s cibuľkou, popražíme, pridáme pokrájanú kyslú kapustu, pokrájané zemiaky, uvarené halušky, posolíme, okoreníme a spolu popražíme.

