



Nette Restaurants und Konobas servieren istrische Spezialitäten

Essen und Trinken

Istriens Küche ist geprägt von der österreichisch-ungarischen, der kroatischen und der italienischen Kochkunst – es ist eine reine, unverfälschte Kochkunst, die hauptsächlich vom Meer lebt und von dem, was das Land hervorbringt. Und Istriens Küche ist reich an Spezialitäten: Die weltweit raren Weißen Trüffeln aus dem Hinterland landen hier ebenso auf dem Tisch wie saftige Muscheln und Austern aus dem Limski kanal oder Scampi aus der Kvarner-Region, zudem feine Gerichte mit Pilzen, Maronen und Wildspargel. Serviert wird dazu weißer oder roter istrischer Landwein, der bei keinem Essen fehlen darf, zur Verdauung gibt's natürlich einen Kräuterschnaps.

Das **Restaurantniveau** ist in Istrien stark gestiegen, was die große Anzahl an sterne- und haubenverzierten Lokalen zeigt. Viele Gastronomen bemühen sich auch um eine regionale Küche, d. h. mit Produkten aus der Umgebung,

und bieten zudem eine Auswahl an vegetarischen, veganen oder auch laktosefreien Gerichten (in kleinen Lokalen am besten nachfragen).

Es gibt mittlerweile auch etliche rein **vegetarische und vegane Restaurants**, die Nachfrage ist groß.

Die Restaurantprämierungen sind: **JRE-Mitglied** (Jeunes Restaurateurs d'Europe; junge engagierte Köche). Der **Guide Michelin** vergibt Empfehlungen, den Michelin-Teller (gutes, einfaches Essen mit lokalen, frischen Produkten), das Prädikat „Bib Gourmand“ (einfache, sehr gute und kreative Küchenkunst) und natürlich Michelin-Sterne (hoher Standard mit allen Raffinessen). Auch **Gault & Millau** verziert in Istrien viele Lokale mit seinen Hauben. Reservierungen sind in den beiden Letztgenannten Pflicht, da feinste Menüs offeriert werden.

An der Küste lebt die istrische Küche von *Fisch* und *Schalentieren*, die in guten Lokalen fangfrisch auf den Teller kommen: von Scampi, Hummer, Meeresspinne, Gold- und Zahnbrasse, Seezunge bis zu Austern und Muscheln.

Vor allem im Landesinneren sind Spanferkel, Wildschwein und Zicklein vom Grill, Lamm und im Herbst Wildgerichte wie Fasan und Hase beliebte Spezialitäten. Auch das Grauvieh *Boškarin*, das Symbol von Istrien, einst fast ausschließlich als Zugtier genutzt, wird wieder gezüchtet und dient heutzutage als Milch- und Fleischlieferant für Gourmetzwecke. Die Tiere werden ausschließlich auf der Weide und ohne Zufütterung gehalten, haben ihre markanten langen Hörner, sind kräftig-robust und langlebig. Das Rindfleisch wird als Delikatesse gehandelt.

Eine typische und wichtige Zutat, mit der von der Vorspeise bis zur Nachspeise gern verfeinert oder gewürzt wird, sind die in Istrien beheimateten Weißen und Schwarzen Trüffeln (*tar-tuf*). Der Wildspargel (*šparogama*), der als Salat, Gemüse oder in Omeletts serviert wird, sprießt im Frühjahr überall. Sehr beliebt sind auch Pilzgerichte, z. B. mit *Gnocchi* oder *Fuži* oder zu Fleischspeisen. Und auch Naschkatzen kommen auf ihre Kosten – sie haben die Wahl zwischen Krapfen (*fritule*), Pfannkuchen (*palačinke*), Kuchen (*kroštule*), Strudel oder Eis.

Die istrischen Küstenregionen, wo früher mehr Fisch als Fleisch die Speisekarte bestimmte, haben sich aber auch dem Touristengeschmack angepasst: Steaks und Schnitzel (Natureschnitzel – *naravni šnicl*; Wiener Schnitzel – *bečki šnicl*) mit Pommes frites (*pomfrit*) gibt es überall. Dazu kommen die aus der serbischen und Balkan-Küche übernommenen *čevapčići*, *ražnjići* sowie der *Mixed Grill*. Auch saisonales Gemüse kommt auf den Teller, oft Mangold (*blitva*), die beste Beilage für Fischgerichte. Zubereitet werden alle Speisen mit Olivenöl.

Weitere regionale Spezialitäten und Weinsorten (→ Regions- u. Ortskapitel).

Essenspreise: auch in Kroatien stark gestiegen! Folgende Preise gelten für normale Res-

taurants, in exklusiven Lokalen oder Top-Touristenzielen zahlt man gut das Doppelte.

Kalte und warme Vorspeisen wie Meeresfrüchte-Salat ab ca. 13 €, Reis- und Nudelgerichte kosten ca. 12–18 €, *Čevapčići* ab 8 €, Steaks ab 25 €, Gerichte von Meeresfrüchten ab 15 €. Fische, eingeteilt in Klasse I (z. B. fangfrische Goldbrasse, ca. 60–90 €/kg, eine gezüchtete ab 30 €) und Klasse II (z. B. Makrelen, ca. 20 €/kg).

Getränke: Espresso ca. 2 €, Cappuccino ca. 3 €, Tafelwein ab ca. 14 €/Liter, *Barrique*weine ab 25 €/0,75 l, Grappa ab ca. 2 €. Einheimische Biere ab ca. 4 €/0,5 l.

Zur Zeit der **Marenda**, der Mittagspause in Büros (ca. 10–14 Uhr), erhält man in vielen Lokalen preiswerte warme Gerichte zu ca. 6–8 €.

Das **Tischgedeck**, wie u. a. in Italien (*coperta*) üblich, muss bisher in Kroatien nur in wenigen Lokalen mit 1 bis 2 € pro Person bezahlt werden, man kann sich also u. a. in Cafés noch getrost in vorderster Meeresfront niederlassen.

Die Lokale

Restoran (Restaurant): Das gehobenerere Speiselokal, auch meist hübsch vom Ambiente, bietet eine vielfältige Auswahl an Vor-, Haupt- und Nachspeisen sowie eine große Auswahl an Weinen.

Ribljí restoran (Fischrestaurant): Wer gerne Fisch und Schalentiere isst, ist hier bestens aufgehoben; Fangfrisches vom Meer oder aus dem Bassin in einer Zubereitung, die man bei uns zu Hause nicht findet. Zudem große Weinkarte.

Gostiona, in Slowenien **Gostilna** (Gasthaus): meist ein Familienbetrieb, wo Wirt oder Wirtin noch selbst am Herd stehen – aus frischen Zutaten wird nach Art des Hauses gekocht. Das Ambiente reicht von einfacher ländlicher bis zur gehobenen rustikalen Ausstattung. Die Speisekarte beschränkt sich auf gute Fleisch- und Fischgerichte und auf meist offene regionale oder Hausweine.

Konoba: Weinkeller oder kleineres Lokal, das Vorspeisen und inzwischen auch eine kleine Speisekarte (meist Fisch) mit warmen Gerichten anbietet.

Agrotourismus (Touristischer Bauernhof): Sie sind v. a. im istrischen Lan-

desinieren verbreitet. Hier kann man alles, was der Hof produziert, probieren und kaufen, vom Schinken und Käse bis zu Gemüse, Früchten und Wein; Hausgäste (teils Nicht-Hausgäste) können hier oft nach Vorbestellung essen.

Pizzeria: Die einstige italienische Vorspeise Pizza ist auch in Kroatien beliebt. Pizzerias gibt es fast überall, teils finden sich aber tatsächlich nur Pizzen auf der Speisekarte, dafür in großer Auswahl und meist aus dem Holzofen.

Okrepčevalnica, ein Imbiss, meist auch mit Selbstbedienung. Hier gibt es preiswerte, frische Hausmannskost, Fisch, Fleisch, Pasta, Salate.

Vinoteka (Weingeschäft): Hier kann man bestens lokale Weine und Hochprozentiges wie Grappa kaufen und verkosten, oft werden dazu auch Antipasti gereicht.

Kavana (Café) und **Bife** (Buffet): Das kleine Café (Kafić) serviert nur Kaffee und Getränke. Bifes sind eher eine Art Bar und auch Treff, teils gibt es Snacks.

Slastičarna (Eisdiele/Café): die Profis für Espresso, Cappuccino, Kuchen, Torten und Eiscreme in großer Auswahl.

Vorspeisen und Snacks

An Vorspeisen gibt es *pršut*, den würzigen, luftgetrockneten Schinken, sowie Käse, *sir*, meist vom Schaf oder von der Ziege. Dazu werden Oliven und Weißbrot gereicht. Auch Tintenfischsalat, Scampi-Cocktail, Fischcarpaccio oder marinierter Fisch (*marinirana riba*) sind als Appetizer beliebt (bei Letzterem werden Sardellen oder Sardinen gebraten, dann in Essig, Öl und Zwiebeln für ein paar Tage eingelegt). Eine weitere Spezialität ist *Ombolo*, luftgetrocknetes Schweinefleisch (→ Fleischgerichte).

Burek, eine beliebte bosnische/albanische Zwischenmahlzeit, ist in Bäckereien oder Kiosken erhältlich – ein mit Hackfleisch gefüllter Filo- oder Yufka-Teig; ebenso die Variante mit Feta und Spinat, genannt *Pita*.



Fuži mit Spargel ▲
Schinken, Käse und Oliven ▼
Boškarin-Salami ▼▼
Maneštra ▼▼▼



Olivenöl – Istriens grünes Gold

Der Olivenbaum, eine der ältesten Kulturpflanzen der Mittelmeerregion, wurde schon vor Jahrtausenden im Westen Asiens angepflanzt, wo er bis heute noch wild wachsend vorkommt. Im ersten Jahrtausend vor Christus wurde er nach Italien exportiert und kam mit den Römern bald auch nach Istrien. Für ein gutes Wachstum benötigen Olivenbäume heiße, trockene Sommer, kühle Winter und lehmige Böden – das istrische Klima bietet damit beste Voraussetzungen für gute Öle. Schon Griechen und Römer schätzten das wohlschmeckende istrische Olivenöl, und der Handel mit dem „grünen Gold“ florierte seit der frühen Antike. Nach dem Zweiten Weltkrieg geriet der traditionell hohe Qualitätsanspruch für istrische Öle in Vergessenheit und es dauerte Jahrzehnte, bis man sich in Istrien wieder auf die Kunst des Olivenanbaus besann, die man heute mit modernen Techniken kombiniert. Hunderttausende neue Olivenbäume wurden Ende des letzten Jahrtausends gesetzt. Auf dem internationalen Markt wurden inzwischen viele istrische Öle prämiert. Der Olivenölführer „Flos Olei“ von Marco Oreggia zeichnet Istrien mit Spitzenpositionen aus.

Aus der istrischen Küche ist Olivenöl nicht wegzudenken: Fische garen in reichlich Öl, Scampi und Hummer werden in der beliebten „buzzara“, einer Sauce aus Wein, Öl und Knoblauch, serviert. Auch Gemüse wird mit einem Schuss Olivenöl verfeinert, und natürlich fehlt es bei keinem Nudelgericht. Dass Olivenöl sehr gesund ist, ist bekannt. Ebenso wertvoll ist die frische Olive, die zahlreiche Mineralien, Enzyme sowie die Vitamine A, B1, B2 u. a. enthält. Auch die Kosmetikbranche nutzt die Qualitäten der kostbaren Frucht, z. B. für Seifen, Shampoos und Ölmassagen, die schon zu Römerzeiten als Jungbrunnen galten.

Gutes, kalt gepresstes Olivenöl und eingelegte Oliven gibt es in den Delikatessenzläden sowie auf vielen Bauernhöfen und in Ölmühlen (Uljara), die hin und wieder eine alte, museumsreife Ölpresse ziert. Eine umfassende Liste istrischer Olivenölproduzenten ist beim Tourismusverband erhältlich, eine kleine Auswahl finden Sie hier (viele weitere im Reiseteil):

Uljara Al Torcio, Fam. Tranquillo Beletić, Ul. Contessa 22a, Novigrad-Bužinija, ☎ 052/758-093, altorcio.hr. Eine der modernsten Ölmühlen mit feinfurchtigen prämierten Ölen.

Franco Basiaco, A. Manzoni 13-15, Buje, ☎ 098/334-075 (mobil).

Agro-Millo, Fam. Valter Smilović, Baredine 16, Buje, ☎ 052/774-466, 098/224-023 (mobil).

Dino Antonac, Antonci 9, Grožnjan, ☎ 052/664-287.

Klaudio Ipša, Ipši 10, Livade, ☎ 098/219-538 (mobil), ipsa-maslinovaulja.hr.

Giancarlo Zigante, Portoroška 15, Buje-Plovanija, ☎ 052/777-409, ziganteretartufi.com.

Novi Torač Uljara, Rovinjsko Selo, Haus Nr. 50, ☎ 052/816-308 (nur nach tel. Vereinbarung).

M. Plišo – Meneghetti, Bale, Stancija Meneghetti b. b., ☎ 091/4553-221 (mobil), meneghetti.hr. Prämiert für intensiv-fruchtiges Öl.

Aldo Balija, Galizanska 8, Fažana, ☎ 052/521-565, istrianoil.com. International prämiert.

Lorenzo & Livio Belci, Mlinska 7, Vodnjan, ☎ 052/511-035.

O. P. G. Sandi Chiavalon, Vladimira Nazora 16, Vodnjan, ☎ 052/511-906, chiavalon.hr. Sein Blend „Ex Albis base“ zählt zu den 15 weltbesten Olivenölen (bei ital. Olivenölführern L'Extra-vergine und Flos Olei).

D. Belić – Olea B. B., Creska 34, Rabac, ☎ 052/872-189, oleabb.hr. Prämiert bei Flos Olei.

Trüffeln – Istriens weißes Gold

Die Trüffel, halb Knolle, halb Pilz, wächst etwa 30 bis 40 cm unter der Erde, verströmt einen etwas penetranten Geruch und wird von speziell darauf trainierten Hunden aufgespürt. Das istrische Trüffelgebiet umfasst das Viereck von Buzet (unweit der Mirna-Quelle) bis Motovun und hinab nach Pazin und Lupoglav. 1999 wurde bei Motovun eine 1,31 kg schwere Weiße Trüffel entdeckt, die bislang größte der Welt, wie das Guinness-Buch der Rekorde bestätigt.

Zwei Hauptarten von Trüffeln gibt es: die Weiße Trüffel (*beli tartuf*) und die Schwarze Trüffel (*črni tartuf*). Die kostbare weiße Variante wächst weltweit außer in Istrien nur noch in der Toskana und im Piemont (Italien), die Schwarze Trüffel gedeiht auch im französischen Savoyen.

Weiße Trüffeln (lat. *Tuber magnatum pico*) wachsen von Mitte September bis Januar vor allem im Norden in den feuchten Mischwäldern und Tälern der Region um Motovun und Livade. Was die „weiße“ Knolle so rar und teuer macht: Sie lässt sich nicht kultivieren. Weitere Unterarten der Weißen Trüffeln wachsen bis in den Mai hinein. Die **Schwarze Trüffel** (lat. *Tuber aestivum vitt*) gedeiht von Mai bis Oktober in den eher bergigen Regionen südlich von Motovun. Ein halbes Dutzend weitere Unterarten der Schwarzen Trüffel wachsen bis in den Frühling hinein. So ist fast übers ganze Jahr für frischen Nachschub auf der Trüffelspeisekarte gesorgt.

Die Trüffeln gibt es frisch geschnitten (die teuerste, aber auch beste Variante), konserviert oder getrocknet (dann wird er in geriebener Form verwendet). Je nach Qualität und Größe der Knolle kostete 2016 eine Weiße Trüffel zwischen 3,50 bis 6 € pro Gramm; die Schwarze Trüffel ist mit 0,40 bis 0,60 € pro Gramm vergleichsweise billig.

Frische Trüffelgerichte erkennt man an den hauchfein geschnittenen weißen oder schwarzen Scheiben. Mit Trüffeln angereicherte Speisen werden meist mit getrockneten, geriebenen Trüffeln verfeinert. Wer sich also im Sommer ein Gericht mit frischen Trüffeln bestellt, kann sicher sein, die schwarze Knolle auf dem Teller zu haben. Trüffelgerichte gibt es z. B. mit Fuži, Gnocchi, Spaghetti, Fisch, Fleisch, aber auch mit Süßspeisen wie Mousse oder Palatschinken – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt und Jahr für Jahr erscheinen neue Trüffelkreationen auf der Speisekarte. Übrigens sind Trüffelgerichte keine Erfindung der Nouvelle Cuisine. Schon vor Jahrhunderten genossen Kaiser und Könige, Künstler und Dichter die Qualitäten der feinen Knolle – die einen priesen ihren Geschmack, die anderen ihre aphrodisischen Folgen ... *Tartufo vero*, ein Zusammenschluss führender istrischer Trüffelrestaurants, verspricht, dass die Qualität der Trüffeln gewährleistet bleiben soll und dass unter dieser Marke je nach Jahreszeit zwar unterschiedliche, aber immer frische und gute Trüffeln auf dem Teller landen.

In **Delikatessengeschäften** (Trgovina) erhält man frische Weiße u. Schwarze Trüffeln, konservierte Trüffeln, Trüffeln in Nudeln und Öl

etc. Neben der Ladenkette von Zigante (zigantetartufi.com) gibt es inzwischen auch andere Firmen (→ jeweilige Ortskapitel).



Frische Škampi aus der Kvarner-Region sind eine Spezialität

An Suppenvarianten gibt es Rindfleischsuppe mit Nudeln (*govečda juha sa tjesteninom*), Tomatensuppe (*juha od rajčica*) und Gemüsesuppe (*juha od povrća*). Typisch für Istrien sind der Eintopf *Jota*, auch *Minestrone* (*maneštra*) genannt, oder die fleischlose Variante mit dicken Bohnen (*bobiči*), aber auch Fischsuppe (*brodet* oder *riblja juha*) oder Lammssuppe (*jagječa čorba*). In guten Konobas wird die traditionelle istrische Rotweinsuppe (*Istarska supa*) serviert, bei der auch die Weinliebhaber Löffel für Löffel auf ihre Kosten kommen: Ein Tonkrug wird mit Teran oder Burgunder gefüllt, mit Zucker, Öl und Pfeffer abgeschmeckt und zum Schluss mit Crostinis angereichert.

Fisch und Meeresfrüchte

Charakteristisch für die istrische Küste sind die Fischgerichte, die auf vielerlei Arten mit den unterschiedlichsten Sorten zubereitet werden. Serviert werden u. a. Wolfsbarsch (*brancin*), Drachenkopf (*škrpina*), Seeszunge (*list*), Zahnbrasse (*zubatac*), Goldbrasse (*orada*),

Seeteufel (*grdobina*), Rotbarbe (*trilja*), zudem Hummer (*jastog*), Scampi (*škampi*), Jakobsmuschel (*Jakovljeva kapica*), Miesmuscheln (*dagnja*), Austern (*kamenica*), Oktopus (*hobotnica*), Kalamar (*lignja*) und Tintenfisch (*sipa*).

Na žaru heißen die **gegrillten Fische** – der Holzofen, geschürt mit Olivenholz oder dem Reisig der Weinstöcke, gibt Fischen und Schalentieren seine besondere Würze. Gold- und Zahnbrasen, Seebarsche, Meeräschen, aber auch Makrelen und Sardinen werden davor mit Knoblauch gespickt und mit Kräutern und Lorbeerblättern gewürzt.

Für die **gekochten Varianten** (*na lešo*) wandern Drachenkopf, Zahnbrasse oder Rotbarbe in den Topf und werden dann in Wasser, Öl, Weinessig und mit Lorbeerblättern, Zwiebeln und Pfefferkörnern gegart. Besonders lecker ist der **Fischeintopf**, *brodet*, für den verschiedenste kleine Fische mit Wein, Öl, Lorbeerblättern, Zwiebeln, Petersilie und Tomatenmark längere Zeit im Topf garen. Dazu wird Maisgrieß (*pura* oder *polenta*) gereicht.

Eine Delikatesse sind die **gedünstete Fische**: Langusten (*šcamp na buzaru*), gefüllte Kalamari (*punjene lignje*) und anderes Meeresgetier schmoren mit Knoblauch und Zwiebeln gespickt in einem mit Knoblauch ausgeriebenen, mit Öl und Wein gefüllten Topf. Auf ähnliche Weise werden Muscheln in Wein und mit viel Knoblauch gedünstet. Dazu wird Weißbrot gereicht, mit dem man die leckere Soße aufunkt. Auch im Ofen gebackener Fisch mit Kartoffeln ist eine beliebte Variante.

Schalentiere sind ein etwas teurerer Genuss: Hummer (*jastog*) wird in Weißwein und Kräutern gekocht und überbacken mit hausgemachten Nudeln oder je nach Wunsch serviert. Fast immer stehen Muscheln, teils auch Austern auf der Karte.

Gebackene und **panierte Fische** sind eine Variation der österreichischen Küche; dazu werden Sardinen, Thunfisch (*pečena tuna*) oder die beliebten Kalamari (*prežene lignje*) verwendet.

Achtung, damit es beim Fischessen keine Überraschung gibt:

fangfrisch = *svježa riba*

gezüchtet = *riba iz uzgajališta*

Der Zuchtfisch schmeckt nicht ganz so saftig und zart, ist dafür aber deutlich preiswerter.

Fleischgerichte

Beliebte istrische Spezialitäten sind **Wildschwein** und **Spanferkel** am Spieß, die sich besonders an Sonntagen überall auf den vor den Gasthäusern aufgestellten Grills drehen. Populär ist auch das Fleischgaren unter der *peka*, auch *črpnja* genannt, einer Art Tonglocke, die mit Glut und Asche bedeckt ist (*meso pod pekom* oder *pod črpnjom*). Dabei wird das Fleisch (Wildschwein, Kalb, Huhn oder Lamm) langsam und schonend gegart und bleibt dadurch zart und saftig.

Eine besondere Spezialität sind die Gerichte vom Weiderind **Boškarin** (u. a. Carpaccio, Steaks u. Braten, auch mit Trüffeln verfeinert). Desweiteren sehr beliebt sind **Lammgerichte**: Lamm-suppe, Lammbraten (unter der *peka* oder *črpnja*), Lamm gekocht und auch Lamm am Spieß.

Speisen vom Holzkohlengrill gelten als Nationalgerichte Ex-Jugoslawiens und stehen überall auf der Karte. Am bekanntesten und am weitesten verbreitet sind die *čevapčići* (Fleischröllchen aus gehacktem Schweine-, Hammel- oder Kalbfleisch), *ražnjići* (gemischte Fleischspieße) und *pljeskavica*, eine Art Hamburger.

Der *Mixed Grill* ist eine Grillplatte mit verschiedenen Fleischgerichten – *čevapčići*, *ražnjići*, Lamm- und Schweinekotelett sowie Leber.

Wildgerichte werden meist mit Hasen- und Wildschweinfleisch zubereitet, manchmal wird auch Fasan serviert. Meist kommt das Fleisch als Gulasch mit *Fuži* oder *Gnocchi* auf den Tisch (*fuži, njoki s divljači*).

Weitere istrische Fleischspezialitäten: Istrisches Schnitzel – paniertes Kalbschnitzel, gefüllt mit *pršut* und Käse (auch Schafskäse), dazu Reis und Gemüse.

Rumpsteak mit Trüffeln (*ramtek s tartufma*) oder Kalbsmedaillons mit Pilzen (*teleći medaljoni s gljivama*).



Kalamari mit Blitva

Mesni pladanj za dva osebe – gegrilltes Fleisch aller Art mit Kartoffeln und Reis für zwei Personen.

Ombolo – luftgetrocknetes Schweinefleisch vom Kotelett, mit Salz, Pfeffer, Knoblauch und Lorbeerblatt eingerieben und mindestens 3 Wochen mariniert (Vorbereitungszeit mindestens 1 Monat). Schmeckt hervorragend als Vorspeise (dünn aufgeschnitten) oder gegrillt.

Njoki sa šugom od zeca – Gnocchi mit Hasenfleischsoße (frische Tomatensoße wird mit Rosmarin, Pfeffer, Knoblauch und Lorbeerblatt abgeschmeckt).

Purica na lovranski način – Pute mit einer Füllung aus Maronen, Sahne, durchpassiertem Kalbfleisch, Eiern und etwas Cognac, langsam gebacken und immer wieder mit Wein übergossen.

Reis- und Nudelgerichte

Die Venezianer hinterließen Reis- und Nudelgerichte in zahlreichen Variationen.

Die **Reisgerichte** (*rižota*) werden vegetarisch mit Pilzen, Trüffeln, Tintenfischen, Muscheln oder Langusten zubereitet. **Spaghetti** gibt es in ebenso zahl-

reichen Varianten: mit Tomaten- oder Hackfleischsoße, mit Meeresfrüchten, Muscheln oder Trüffeln (sehr lecker); auch **Gnocchi** (zarte Kartoffelmehlkloßchen) mit Pilzen oder Gorgonzola oder Trüffeln sind oft auf der Karte zu finden sowie **Fuži**, eine Art Pasta, die auf Holzstäbchen eingedreht wird oder die handgezogenen **Pjukanci**, die ebenfalls zu Fleisch oder Soßen gereicht werden.

Überhaupt spielen **Weißer und Schwarzer Trüffel** in der istrischen Küche eine große Rolle; sie kommen mit Reis, Pasta, Fuži, Gnocchi und Fleisch auf den Tisch. Am seltensten und begehrtesten ist die Weiße Trüffel, die im Herbst in den Wäldern Istriens wächst, das zu den wenigen Trüffelgebieten Europas zählt.

Gemüse

Das beliebteste Gemüse an der Küste ist Mangold, *blitva*, gekocht und mit Olivenöl abgeschmeckt. Daneben gibt es Tomaten (*paradižnik* – österr. „Paradeiser“), Bohnen, Auberginen, Zucchini, Paprika sowie grünen Wildspargel (*divlje šparoge*), die Frühjahrspezialität.

Leckeres Naschwerk – Palatschinken, Fritule und Schokotorte



Beilagen

Eine istrische Spezialität ist Maisbrei, *pura* oder *polenta*, der zu Fischsud oder frischem Tintenfisch und Makrelen gereicht wird. Die üblichen Beilagen auf der Karte sind Kartoffeln, Reis, Nudeln und die unvermeidlichen Pommes frites. Zu Grillfleisch, *pljeskavica*, isst man *ajwar*, ein rötliches Mus aus Tomaten, Paprika und Auberginen. Gehackte Zwiebeln dürfen ebenfalls nicht fehlen. An Salaten gibt es Blatt-, Tomaten-, Gurken-, Krautsalat-, Rucola- und Radicchiosalat.

Nachspeisen

Palačinke – Pfannkuchen mit Marmelade, Schokolade, Walnüssen oder auch mit Eis und flambiert.

Savijača s jabukama (sa sirom) – Apfelstrudel (oder Topfenstrudel).

Neben Eiscreme, *sladoled*, ist die *kremšnite* eine beliebte Nascherei: ein mit Creme oder Vanillepudding gefüllter Blätterteig, manchmal unter einem Schokoladenüberzug versteckt. Die *kremšnite* gibt es in Restaurants oder in Eisdielen (*slastičarnas*).

Istrische Süßspeisen-Spezialitäten sind *fritule*, aus Hefeteig zubereitet, wie kleine Krapfen geformt, manchmal mit Rosinen gefüllt, in Öl ausgebacken und mit Puderzucker bestreut; desweiteren *kruštule* (Eier-Mehlteig mit Rakija), wird in Streifen geschnitten und in Schleifen geformt und frittiert. *Rošata*, eine Art Eierstich, besteht aus Eiern, Zucker und Milch und wird mit Sirup übergossen.

Die stark gezuckerte Nachspeise *baklava*, Blätterteig mit Walnussfüllung, wird hauptsächlich in Eisdielen serviert.

Getränke

Istrien wie auch ganz Kroatien ist ein Weinland, d. h. **Wein** (vino), ob rot, weiß oder rosé, ist auch das bevorzugte Getränk zum Essen. Mehr zum Thema (→ Kapitel „Istriens Weine“).

Bier (*pivo*): Jüngere greifen gerne zum Bier. Beliebte einheimische Sorten sind das *Karlovac* oder das slowenische *Laško*, aber auch bayerische und norddeutsche Biere sprudeln aus istrischen Zapfhähnen. Auch das beliebte *Craftbeer* wird in großer Auswahl v. a. in Bars angeboten, so zum Beispiel jene von der seit 1516 existierenden Brauerei *San Servolo* (*sanservolo.beer*) aus Buje, die Ökobiere *Kampanjola* (*kampanjola.hr*) aus Svetvinčenat und das junge *Bura* (*burabrew.hr*) aus Poreč.

Spirituosen: Der Dessertwein *prošek* ist als „vinum sanctum“ (heiliger Wein) seit römischer Zeit bekannt. Auch um diesen Namen gibt es nun Probleme, diesmal mit Italien, die Namensähnlichkeit zum Prosecco wurde erfolgreich seit dem EU-Beitritt angemahnt, unter diesem Namen darf nicht exportiert werden; die Winzer reagierten mit leicht veränderten Namen. Ebenfalls seit der Antike bekannt, der Mistelschnaps *biska* (*Viscum album*). *Istra-Bitter* nennt sich ein Aperitif, der ähnlich wie Campari schmeckt. Natürlich ist auch der beliebte Aperol-Spritz in jeder Bar zu haben. Spezieller ist der *Rovinjer Pelinkovac* (Wermutschnaps): ein bitterer Likör aus Wermut (*Artemisia absinthium*), das berüchtigte Wermutströpfchen ... An härteren Sachen findet man Spezialitäten wie den Kräuterschnaps *travarica* und natürlich *šljivovica*, den Pflaumenschnaps. Fast jede Gostiona hat zudem ihren Hauschnaps, oft nach eigener Rezeptur, der nach dem Essen angeboten wird.

Kaffee wird oft noch traditionell in einem langstieligen Kupferkännchen zubereitet und als süßer *kava* serviert; der Zucker wird meist gleich mitgekocht. In Eisdielen und Café-Bars sind aber natürlich echter italienischer Espresso, Cappuccino und Latte Macchiato erhältlich.

Säfte: eine ähnliche Palette wie bei uns zu Hause, u. a. Apfel-, Orangen- und Aprikosensaft, Limonaden oder frisch gepresster Orangensaft (meist in Eisdielen).