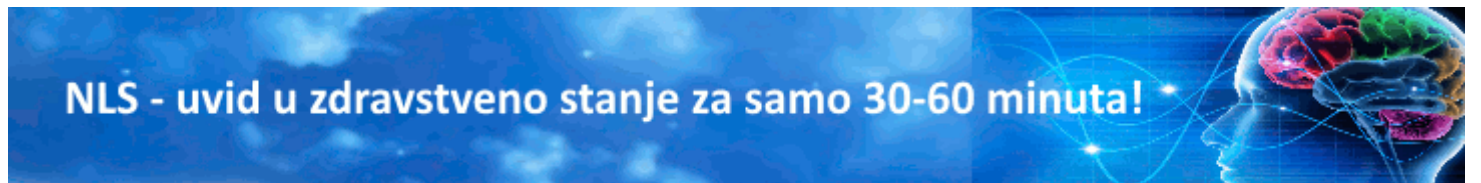


Odaberite teme

Poreština
 Iz Grada Poreča
 SŠ Mate Balote Poreč
 Istra
 Kultura
 Hrvatska
 EU
 Svijet
 Sport
 Crna kronika
 Gospodarstvo
 Tehnologija/znanost
 Zdravlje
 Zanimljivosti
 Zabava

O Portalu

Impresum
 Autorska prava
 Oglašavanje
 Uvjeti oglašavanja
 Cjenik oglašavanja
 Uvjeti korištenja
 Medijska pokroviteljstva



Sviđa mi se

Podijeli

79 ljudi se ovo sviđa.

[Pogledajte kako liče](#)
[Natrag](#)

Oglasi

Đir po porečkoj tržnici: Jabuke za gušt i zdravlje

Poreština, 13.11.2020. (19:35)

Napisala i snimila: **Kristina Flegar**

Tržnicu s razlogom zovu trbuhom grada, a odlično je mjesto i za opipavanje gradskog bila. Tako smo jutros među porečkim štandovima primijetili manje ljudi općenito i manje vikendaša iz inozemstva nego obično te torbe koje se, nakon doista pomnog biranja, pune s po jednim batatom, dvije kapule, četiri jabuke ili malom glavicom kelja.

Teme se, nažalost, uglavnom svode na koronavirus i okolicu - koliko je danas zaraženih, hoće li ponovno sve zatvoriti, što će biti s feštom svetog Maura i manifestacijama u prosincu, zašto političari nisu dosljedni i izbjegavaju preuzeti odgovornost te zašto država konkretnim potezima (smanjenjem ili brisanjem davanja) ne omogući baš svim građanima da prebrode krizno razdoblje.

- U svemu tome mi je najviše žao djece i mladih, jer za njih su druženje i zajednička igra posebno važni i nezamjenjivi. No, nemamo izbora. Stalno pratimo što se događa i što će nadležni odlučiti, i poštujemo propisane mjere. U svakom smo trenutku spremni zatvoriti "butigu", kako smo to napravili lani u trećem mjesecu, radi sigurnosti naših kupaca, ali i nas samih. Oprezni samo, ali se ipak nadamo da do toga neće doći, kaže nam za svojim štandom šjora Višnja iz OPG-a Pančelat iz Radoši.



Višnja Pančelat (OPG Pančelat iz Radoši)

Naša se sugovornica sa suprugom Dušanom (i uz pomoć djece koja imaju svoja zanimanja, ali uskoče kad zatreba) bavi voćarstvom i povrtlarstvom već tridesetak godina. Svo je to vrijeme prisutna i na porečkoj tržnici, obično do kraja prosinca. Odmor, međutim, vrlo kratko traje. Već krajem siječnja započinje sijati peršin, mrkvu i drugo povrće, u veljači na red dolaze biži (grašak), pa priprema krumpira za sadnju.

Pančelati obrađuju više od četiri hektara zemlje čije plodove svakog proljeća počinju nuditi na tržnici. Porečani dobro znaju da će kod šjore Višnje, ovisno o sezoni, naći domaće nektarinke i breskve, jabuke, kruške, šljive, raznoliko povrće, pa i maslinovo



ulje. Trenutno su police ovog OPG-a prepune sočnih jabuka i to nekoliko različitih sorti, ali svih s istom cijenom – po deset kuna za kilogram.

Jabuka je naizgled pomalo dosadna i skromna voćka, ali ne treba zaboraviti na velike probleme koje je prouzročila u Raju, kao ni na sve njene dragocjene kvalitete. Siromašna je kalorijama, a bogata vlaknima, vitaminima A, B, C, E i K, organskim kiselinama te mineralima kalijem i fosforom (sadrži i magnezij i željezo). Povoljno djeluje na probavu i prevenira karcinome, jača imunitet i pomaže u borbi protiv virusa, onemogućuju taloženje masti u jetri, odstranjuje otrove iz organizma te čisti usnu šupljinu od bakterija.

Najbolje je dobro je oprati i pojesti sirovu, ali brojne će njene vrijednosti ostati sačuvane ukoliko od nje skuhate kompot, odličan protiv prehlade, grlobolje, začepljenog nosa, pa i kašlja ili tek kao prirodni i slasni zimski napitak. Na litru vode obično idu dvije očišćene i na kockice izrezane jabuke, a po želji je moguće dodati list lavrike (lovora) ili malo cimeta ili pak nekoliko klinčića. Kuhati treba oko pola sata ne do kraja zaklopljeno, zatim procijediti i kad se smlači, po želji, zasladiti medom.

Oni koji će rado popiti kompot, ali ne i pojesti skuhanu jabuku, ostatke mogu dobro iskoristiti – za pripremu jabučnih tortica. Skuhane jabuke (oko 280 grama) treba zmiksati i dodati im 30 grama suncokretovog ulja. U tu smjesu treba dobro umiješati 100 grama šećera, 200 grama brašna i vrećicu praška za pecivo, rasporediti u formice za muffine (12 formica napuniti oko tri četvrtine) te peći oko 35 minuta na 180 stupnjeva.

Osim jabuka, OPG Pančelat nudi kunje i pomikakije po 20 kuna, batat po 15, cuke (buče), kelj, paprike i kapulu po deset te krumpir po osam. Cijena crvenog radića je 25, feferona 30, a češnjaka 50 kuna.

Na tržnici je još moguće naći pomigranaj ili šipak po 20 kuna, limune po 25, naranče po 15 i mandarine po deset kuna. Mrkvu, ciklu i raštiku je moguće naći po deset kuna, karfiol ili cvjetaču po kuna, čičoku po 20 te celer i koromač po 25. Od gljiva ćemo izdvojiti martinčice po sto i lisičarke po 80 kuna.

U današnjoj ponudi ribarnice bili su domaći karamali ili lignje po 90 do 120 kuna. Friškim sardelama je cijena i dalje 30 kuna, oslićima od 30 do 50, ciplima 40, folpima 50, raznim ribama za brodet 60, oradama i sipama 70 ili 80, a lijepim primjercima grdobine 120.

[Mobilna verzija članka](#)

VIŠE S WEBA



Glas poduzetnika osmislio kuću za Baniju, otpornu na potrese i brzo useljivu



Ovo je Žinićeva kuća koju nije prijavio u imovinskoj. Besplatno živi u državnoj



Smrtni slučaj u obitelji ministra Tome Medveda



TRAGEDIJA: Slavonac smrtno stradao za vrijeme posla u Njemačkoj



Ovo je Žinićevo imanje u Slani. Ima dvije kuće i bazen



Na granici u Slavonskom Brodu uhvaćen švercer oružjem iz BiH

[Natrag](#)