

DUFT UND GESCHMACK DER RABER KÜCHE

Mittelschule

Markantun de Dominis Rab



Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Unter der Schirmherrschaft von
dem Ministerium für Tourismus
der Stadt Rab
der Gemeinde Lopar
des Tourismusverbandes Rab
des Tourismusverbandes Lopar

Duft und Geschmack der Raber Küche

Mittelschule Markantun de Dominis Rab
(Träger des Projekts)
Restaurant Lavanda
Komin
Mocira
Orkula

Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Woher kam die Idee?

Am 8. Mai 2012 hat die Mittelschule Markantun de Dominis Rab ihr fünfzigstes Jubiläum gefeiert. Zu diesem Anlass hat auch die Manifestation Duft und Geschmack der Raber Küche stattgefunden, wobei außer der Schule auch einige raber Gastwirte teilgenommen haben.



Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

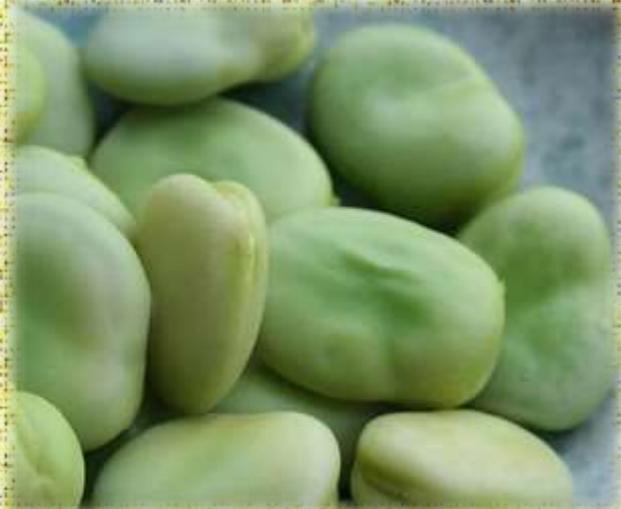
Da diese Manifestation sehr erfolgreich war und großer Anklang bei den Gastwirten fand, haben wir uns dazu entschieden, sich mit diesem Projekt bei dem Ministerium für Tourismus zu bewerben. Wir suchten nach einem neuen und originellen Inhalt. Ein Nahrungsmittel als Basis für alle Speisen...



Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Die Geschichte der Futterbohne

Nach ausführlichen Versammlungen und Überlegungen über die traditionelle Raber Küche, die langsam aber sicher droht in Vergessenheit zu geraten, haben wir uns für ein Nahrungsmittel entschieden, das so gut wie nicht mehr auf unseren Tischen zu finden ist obwohl es in Vergangenheit einen festen Platz in der Raber Küche hatte – die Futterbohne.



Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Die Futterbohne gehört zu den ältesten kultivierten Obstarten und wird schon seit mehr als 8000 Jahren gezüchtet. Sie kann vielerart zubereitet werden, doch befindet sie sich heutzutage selten auf unserer Speisekarte. Der Volksüberlieferung nach bringt der Samen einer Futterbohne Glück und jeder, der ihn mit sich trägt, soll nie an Grundlebensmitteln arm werden.

Die Futterbohne kann in verschiedenen kulinarischen Variationen benutzt werden. Meistens benutzt man die Samen zur Zubereitung von Zuspeisen, Suppen, Beilagen und Pürees. Die jungen Blätter werden roh, ähnlich wie Spinat, vorbereitet. Die reifen Samen können gebraten und gesalzen (ähnlich wie Erdnüsse) und als Knabbersnack serviert werden.

Die Futterbohne enthält zahlreiche nahrhafte Zutaten, welche eine positive Auswirkung auf den Organismus ausüben. Dabei braucht man keine Angst vor Kolesterol oder gesättigten Fettsäuren zu bekommen, da deren Prozentsatz minimal ist. Nach nutritionistischer Benotung – eine glatte Eins!

Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Das sind alles tolle Fakten, doch welche Bedeutung hat die Futterbohne für uns?

Die Futterbohne ist ein Nahrungsmittel, das in Vergessenheit geraten ist und im Meer der Internationalen Küche die den Gästen angeboten wird, gibt es immer mehr Menschen, die etwas Neues und Frisches suchen. Eine Novität in dem Angebot stellt somit die traditionelle Küche dar, die ihre Unterschiede je nach Regionen oder Ortschaften findet.

Die Futterbohne fand sich einst in jedem Gemüsegarten wider, während sie heute nur sehr selten angebaut wird, so dass sie nur sehr selten auf den Familientischen zu sehen ist.



Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Im Meer der in Vergessenheit geratener Nahrungsmittel und Speisen haben wir uns für die Futterbohne entschieden, da sie unsere Küche und Landwirtschaft darstellt, wie auch eine neue Betrachtung des touristischen Angebotes – die Rückkehr zum Alten und Vergessenen. Wir haben uns entschieden, die fast verlorene Identität mit der Hülsenfrucht Futterbohne anzuregen.

Dadurch schärfen wir das Bewusstsein unserer Schüler, die Tradition zu pflegen und zu schützen, um so mehr da die Identität sehr zerbrechlich ist und erhalten bleiben muss. Dies bezieht sich besonders auf unsere Köche, Kellner und Hotelkaufleute als zukünftige Gastronomieexperten.



Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Wie ist es weitergegangen?

Der Text wurde an das Ministerium für Tourismus geschickt.

Das Abwarten hat begonnen...

Ist die Futterbohne gut genug?...



Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

So sah es aus, da wir bei unserer Bewerbung die benötigten Mittel erhielten!

Die geplante Realisierung des Projekts hat mit einem wichtigen Ereignis für die Bewohner von Rab übereingestimmt – dem Jubiläumstag der Stadt Rab.

Wir wurden in das Festprogramm der Stadt Rab miteinbezogen, unmittelbar vor dem großen Finale des gesamten Programms.



Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Aktivitäten

Unserem Projekt haben sich folgende Partner angeschlossen:

- das Restaurant Lavanda aus Lopar
- der Verein zur Förderung von Lebenskultur Komin
- der Verein der Hersteller von originalen Inselprodukten Mocira
- der Verein der Olivenbauern Orkula

Jeder unserer Partner wurde zuvor sorgfältig ausgewählt wegen ihrer spezifischer Aktivitäten mit dem Ziel der Erhaltung der raber Traditionen. In Hinsicht auf ihre Tätigkeiten und auf unser Projekt erfüllten sie ihre jeweiligen Aufgaben.

Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Alle Projektteilnehmer haben geplant, womit sie sich auf der Manifestation präsentieren können. Es dominierten Speisen mit der Futterbohne als Hauptnahrungsmittel, doch gab es auch andere Produkte, welche der Idee der Präsentation der traditionellen Raber Küche beigetragen haben.



Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Die Mittelschule Markantun de Dominis Rab

- Futterbohnenaufstrich mit gegrillter Paprika
- gesundes Brötchen mit Räucherschinken, raber Käse und Futterbohnen
- Lammfleischgericht mit Futterbohnen und hausgemachten Nudeln
- Futterbohnenmuffin

Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Restaurant Lavanda

- Risotto mit Tintenfisch und Gersten mit Futterbohnen
- Gemüsesuppe mit Futterbohnen und hausgemachten Nudeln
- Futterbohnenoufflé

Verein Komin

- Präsentation der Volksbräuche durch Zubereitung hausgemachter Nudeln, aus den Schalen pulen von Futterbohnen und Erbsen, Kämmen von raber Schafwolle

Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Verein Mocira

- Präsentation autohtoner raber Landprodukte und Souvenire
- Futterbohnenaufstrich auf selbstgebackenem Brot und Futterbohnenchutney

Verein Orkula

- Präsentation von preisgekrönten Olivenölen und Olivenölprodukten
- hausgemachter Käse in Olivenöl
- Strudel mit Olivenmarmelade
- gesalzene Sardellen mit Oliven und Olivenöl
- Brot mit Futterbohne

Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Promovierung des Projekts und der Manifestation

Die Schlüsselemente der Promotion waren spezifische raber Motive – das Motiv des raber Frauentuchs und von Jute.

Bei der Promotion des Projekts und der Manifestation haben wir uns für etwas Neues und interessantes entschieden, nämlich für sogenannte Teaser. Wir haben kleine Flugblätter erstellt, dessen Ziel es sein sollte, die Öffentlichkeit auf unsere Manifestation aufmerksam zu machen.

Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Ča je ovo?



**Trg sv. Kristofora, 8. svibnja 2014.
u 18 sati**

Ne budi rob, sadi bob!

Ča je ovo?



**Trg sv. Kristofora, 8. svibnja 2014.
u 18 sati**

Ne budi rob, sadi bob!

Außerdem haben wir noch ein Hauptplakat erstellt. Doch das war natürlich nicht die ganze Werbung. Wir machten eine Radiosendung im lokalen Radio in der alle Projektteilnehmer teilnahmen, wir produzierten einen Werbeslogan für das Radio, reklamierten das Projekt in allen Lokalmedien. Wir haben dabei auch nicht unsere Touristen vergessen, weshalb das Projekt in allen Hotels auf der Insel, wie auch in den Tourismusverbänden in Rab und Lopar reklamiert wurde.

Im Laufe der Manifestation haben wir als Promomaterial sogenannte Bookmarker ausgeteilt, auf welchen alle wichtigen Informationen über das Projekt und die Futterbohne standen, und zwar in kroatischer, englischer, deutscher, italienischer und ungarischer Sprache.

Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

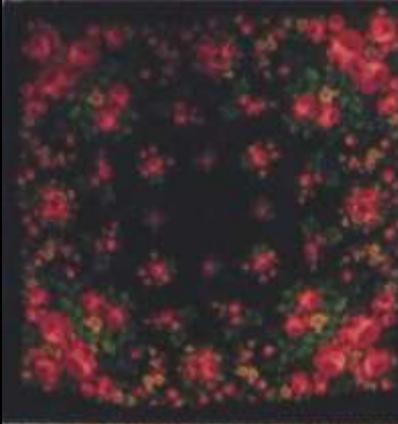
Projekt pod pokroviteljstvom
Ministarstvo turizma
Grad Rab
Općina Lopar
Turistička zajednica Grada Raba
Turistička zajednica Općine Lopar

Mirisi i okusi rapske kuhinje



Sudjeluju
Srednja škola Markantuna de Dominisa
Rab
(nositelj projekta)
Restoran Lavanda
Komin
Mocira
Orkula
Trg sv. Kristofora, 8. svibnja 2014.
u 18 sati

Ne budi rob, sadi bob!



Mirisi i okusi rapske kuhinje

Srednja škola
Markantuna de Dominisa

Rab

Restoran Lavanda

Komin

Mocira

Orkula

Rab, 8. svibnja 2014.

**Ne budi rob,
sadi bob!**

BOB



Bob je jedna od najstarijih kultiviranih vrsta povrća i uzgaja se više od 8.000 godina. Može se pripremati na mnogo načina, ali danas se vrlo rijetko nalazi na našem jelovniku. Uvriježeno je pučko vjerovanje da zrna boba donosi sreću, a onaj tko ga uvijek nosi sa sobom nikada neće ostati bez osnovnih životnih potrepstina. Bob ima raznovrsnu primjenu u kulinarstvu. Uglavnom se koriste sjemenke za pripremu variva, juha, priloga, salata i pirea. Mlado lišće može se koristiti sirovo ili se priprema poput špinata. Zrele sjemenke mogu se ispržiti i posoliti poput kikirikija te poslužiti kao grickalice. Bob sadrži brojne hranjive sastojke koji blagotvorno djeluju na organizam. S bobom nema straha od kolesterola i zasićenih masnih kiselina jer su njegove vrijednosti uistinu zanemarive.

Nutricionistička ocjena: čista petica!

Sicherlich haben sie auch unser Motto bemerkt

**Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen
und grabe!**

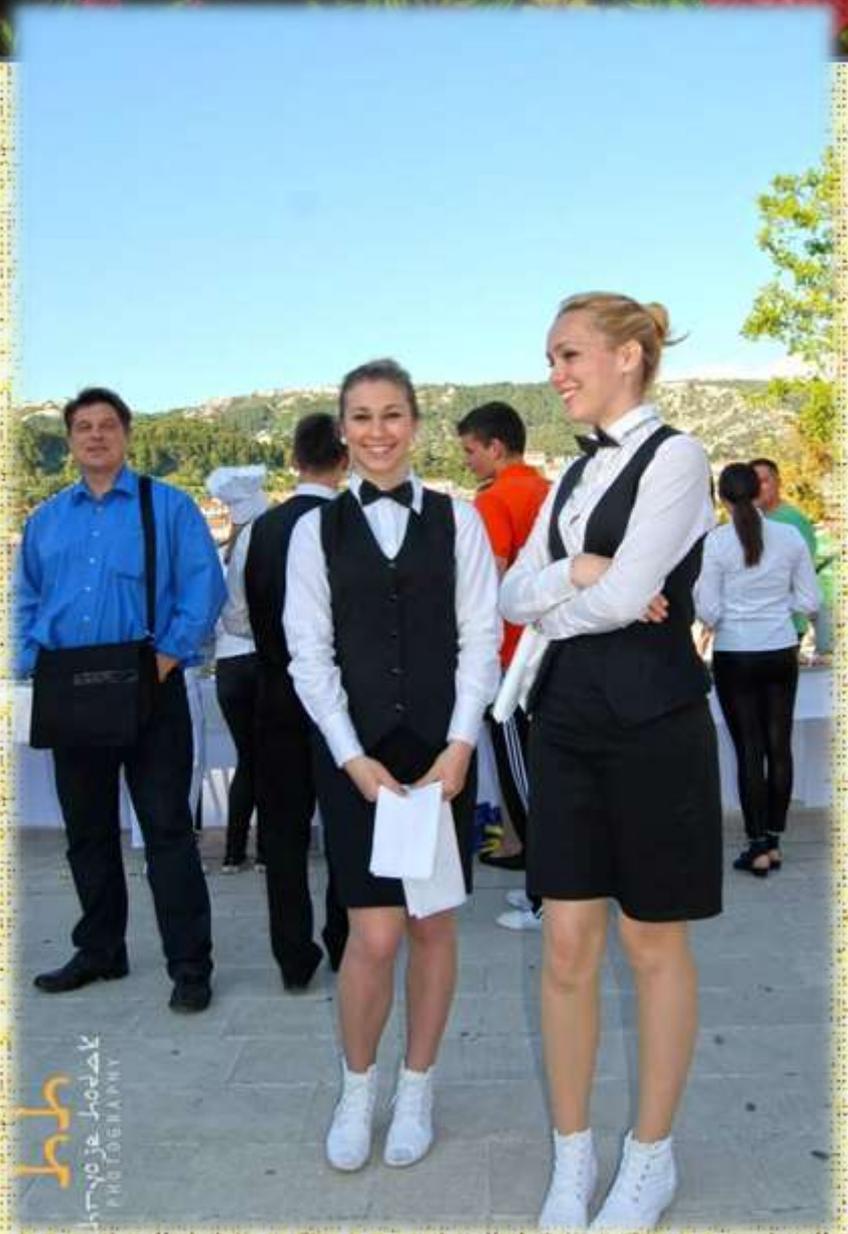
auf das wir sehr stolz sind und wir sind davon
überzeugt, dass es positive Auswirkungen auf
die Produktion der Futterbohne haben wird,
womit die Futterbohne zurück an unsere
Tische und sich wieder in der Gastronomie
einfindet.

Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Manifestation Duft und Geschmack der Raber Küche



Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!



Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!



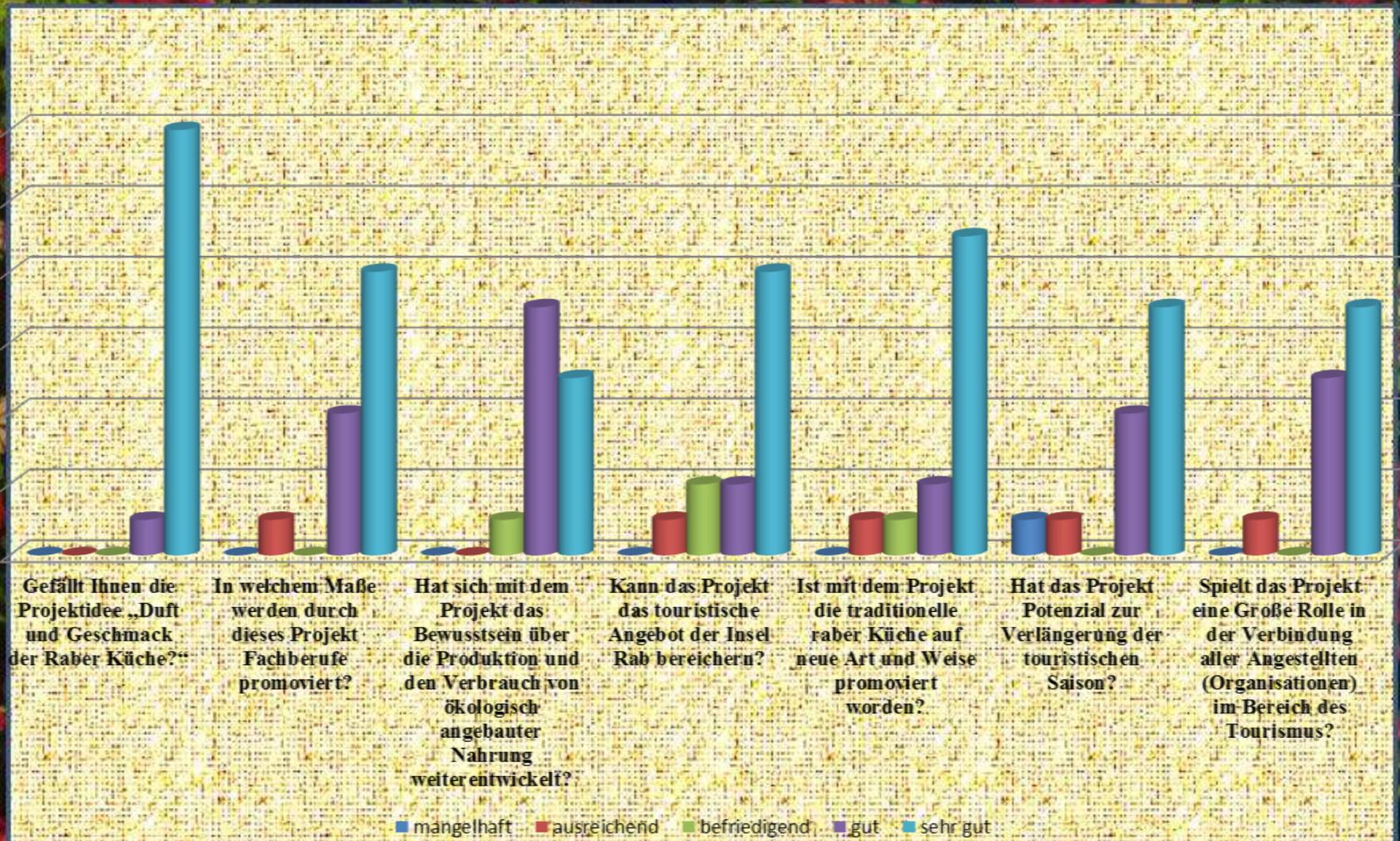
e dir

Evaluation des Projekts

Die Evaluation des Projekts wurde durchgeführt in einem angenehmen Arbeitstreffen, wobei den Teilnehmern des Projekts Dankeschreiben überreicht wurden.



Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!



Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Kommentare der Öffentlichkeit

„Vermehrte Projekte wären fördernd für uns und den
Tourismus.“

„Man sollte mehr solcher Projekte organisieren, damit
unsere Gäste unsere mediterrane Küche um so besser
kennenlernen.“

„Eine größere Anzahl von Teilnehmern miteinbeziehen,
besonders Gastwirte und Vereine.“

Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

„Das Projekt war in ganzem ein großer Erfolg. Nur so weiter! Vielleicht kommt damit dieser Teil unserer Insel zum Erwachen, wodurch sich das Gastroangebot der traditionellen Küche verbessern wird.“

„Es ist eine bessere Mitarbeit aller im Tourismus tätigen Menschen nötig. Dabei ist diese Kritik an die Gemeindeverwaltung gerichtet, von der man eine qualitativere Mitarbeit erwarten sollte.“

Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!

Die Kontinuität des Projekts

Ein einmaliges Projekt und Manifestation in der die traditionelle raber Küche präsentiert wird, aber auch eine Moderne Betrachtungsweise des Ganzen wurden noch niemals organisiert – bis zu unserem Projekt Duft und Geschack der Raber Küche.

Wir bedanken uns an das Ministerium für Tourismus, welches uns ermöglicht hat, diese Manifestation zu realisieren. Wir glauben, das Projekt hat einen Einfluss ausgeübt auf die Anregung zur Fortbildung der Gastwirte und anderer Mitarbeiter im Tourismus, aber auch auf die Erhaltung der lokalen Identität.

Lehrer und Schüler der Mittelschule Markantun de Dominis Rab

Sei kein Sklave, besorge dir Futterbohnen und grabe!