

Srčna peka

Recepti članic in članov
študijskega krožka

BAKLAVA RUŽICA
BELOKRANJSKA POGAČA
ČOKOLADNI RAZPOKANČKI
HURMAŠICE
ISLANDSKI PIŠKOTI
ITALIJANSKI KOLAČ
JOGURTOVA TORTA
MAKOVO PECIVO
PANAKOTA
PEHTRANOVA POTICA
PIJANA NEVESTA
RUMOVE KROGLICE
SONČEK
TRILEČE



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE

Kaj bi pa danes spekli?

V tej ovojnici se skriva odgovor – kartice z izbranimi recepti članic in članov medgeneracijskega študijskega krožka Srčna peka. Ob finančni podpori Ministrstva za vzgojo in izobraževanje in koordinaciji Andragoškega centra Slovenije ga je izvedlo izobraževalno podjetje Le Clerck Co., d. o. o. Študijski krožek je deloval v Medgeneracijskem centru Bistrica v Domžalah pod mentorstvom Sabine Rovšek. Dobrote smo skupaj pripravljali, poskusili in se ob tem naučili veliko novega. Izmenjali smo izkušnje, znanja in mnogo trikov za peko, porajale pa so se tudi zamisli za nove recepte in prilagoditve starih. Vsak posameznik je predstavil vsaj enega od svojih najljubših receptov. Mnogo receptov se prenaša iz roda v rod, prav vsi pa so povezani z lepimi spomini. Morda postane prav recept s kartice Srčna peka vaš prihodnji najljubši. Vabljeni, da preizkusite vse!

Avtorji: članice in člani študijskega krožka Srčna peka
z mentorico Sabino Rovšek

Uredila: Patricija Verbole

Ilustracije: Pia V. Zabret

Oblikovanje in priprava za tisk:
KREO – Lijana Veličković Korda, s. p.

Lektoriranje: Marta Krejan Čokl

Izdajatelj: Le Clerck Co., d. o. o., Kamnik

© Le Clerck Co., d. o. o., 2025

Tisk: Birografika BORI, d. o. o., Ljubljana

Naklada: 100 izvodov

Izdajo je finančno podprlo
Ministrstvo za vzgojo in izobraževanje.

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

641.85(083.12)

SRČNA peka : recepti članic in članov študijskega krožka / [avtorji članice in člani študijskega krožka Srčna peka ; uredila Patricija Verbole ; ilustracije Pia V. Zabret]. - Kamnik : Le Clerck Co., 2025

ISBN 978-961-97101-1-1
COBISS.SI-ID 249192195

Sonček



Poveži se s seboj.

Sonček



SESTAVINE: kvasec (22 g kvasa, malo mlačnega mleka ali vode, žlička sladkorja in moke) • 3,3 dcl mleka ali vode • 400 g moke • 35 g sladkorja • 2 jajci • 1 rumenjak ali jajce • 10 g soli • 100 g zmehčanega masla • sezam ali mak za posip (po želji)

PRIPRAVA: Zmešamo sestavine za kvasec in ga pustimo vzhajati na toplem. Ko naraste, dodamo jajci, sladkor, sol, zmehčano maslo in presejano moko. Zamesimo zelo mehko testo, ki naj počiva 15–20 minut. Nato testo razdelimo na štiri enake dele in jih oblikujemo v hlebčke, ki naj počivajo 5 minut. Hlebčke razvaljamo na 0,5 cm debelo. Na tri kose na tanko narežemo maslo, jih zložimo enega vrh drugega in prekrijemo s četrtem, ki ni namazan z maslom.

Vse skupaj razvaljamo v krog na 2,5 mm debelo in odrežemo 2,5 cm širok rob. Odrezani rob razrežemo na devet trakov. Eden naj bo daljši, preostali pa enaki. Iz njih oblikujemo devet rolic in jih postavimo pokonci v krogu drugo ob drugi na pekač, obložen s papirjem za peko. Preostalo testo razrežemo na osem trikotnikov, jih zvijemo kot rogljičke, na sredini prerežemo in oblikujemo ob rolicah v sončne žarke. Pustimo vzhajati 10 minut. Namažemo s stepenim jajcem (v stepeno jajce lahko dodamo malo mleka ali sladke smetane) in po želji posujemo s sezamom ali makom.

PEKA: Sonček pečemo prvih 10 minut na 180 °C, potem še 20 minut na 150–160 °C.

Za čokoholike

Na razvaljane hlebčke lahko zraven masla dodamo še naribano čokolado.



Pehtranova potička



Ko zadiši po domu.

Pehtranova potička



SESTAVINE ZA TESTO: kvasec (2 dag svežega kvasa ali vrečka suhega, 0,5 dcl mlačnega mleka, žlička sladkorja in moka) • 500 g bele moka • 0,5 žličke soli • 2,5 dcl mlačnega mleka • 1 vaniljev sladkor • 8 dag sladkorja • 8 dag masla • 3 rumenjaki • žlica ruma • malo nastrgane limonine lupine • beljak za premaz

PRIPRAVA: Zmešamo sestavine za kvasec in ga pustimo vzhajati na toplem. Medtem segrejemo mleko, mu primešamo limonino lupinico, sladkor, rum, maslo ohlajeni zmesi pa še rumenjake. V drugo posodo presejemo moko in primešamo sol. V sredini naredimo jamico, vanjo zlijemo kvasec in med mešanjem dolivamo mlečno mešanico. Dobro premešamo, da se testo loči od posode. Testo pomokamo, pokrijemo in postavimo na toplo. Pekač obložimo s papirjem za peko ali namažemo z maslom in potresemo z drobtinami. Naraslo testo še enkrat pregnetemo.

Krpo za zvijanje potresemo z moko. Nanjo stresemo testo, ga rahlo pomokamo in razvaljamo v pravokotnik, debel do 1 cm. Namažemo ga z nadevom, robove pa premažemo z mešanico stopljenega masla in sladke smetane. Testo trdno zvijemo, položimo v pekač, premažemo z beljakom in večkrat preluknjamo.



PEHTRANOV NADEV: suh ali sesekljan sveži pehtran (po okusu) • 80 g masla • 60 g drobtin • 100 g sladkorja • 1,5 dcl sladke smetane • 1 rumenjak • 3 beljaki • ščepec soli

Na 60 g masla prepražimo drobtine in jih ohladimo. Beljake, ščepec soli in 50 g sladkorja stepemo v trd sneg. Ohlajenim drobtinam primešamo 50 g sladkorja, 1 dcl smetane, rumenjak in nato še sneg. Ostanek masla raztopimo v preostali smetani in uporabimo za mazanje robov.

PEKA: Pečemo 20 minut na 200 °C in nato še 30–40 minut na 180 °C. Pečeno potico pustimo, da se ohladi v pekaču, nato jo zvrnemo iz njega in po želji potresemo s sladkorjem v prahu.

Čokoladni razpokančki



Čokolada
ne potrebuje izgovora.

Čokoladni razpokančki



SESTAVINE: 100 g ostre pšenične moke • 100 g gladke pšenične moke • 200 g temne čokolade (s čim večjim deležem kakava) • 50 g masla • 2 jajci • 150 g kristalnega sladkorja • 1 žlička sladkorja z burbonsko vaniljo • 0,5 žličke pecilnega praška • ščepec soli • 70 g sladkorja v prahu

PRIPRAVA: Čokolado in maslo stopimo nad vodno kopeljo ter ohladimo. Jajca in sladkor penasto umešamo ter dodamo sladkor z burbonsko vaniljo. Primešamo stopljeno čokolado in postopoma dodajamo moko, pecilni prašek ter sol. Testo postavimo v hladilnik za vsaj 1 uro (da se lažje oblikuje). Oblikujemo kroglice, jih povaljamo v sladkorju v prahu in položimo na pekač, obložen s papirjem za peko.

PEKA: Piškote pečemo 10–12 minut na 180 °C.

Shranjevanje

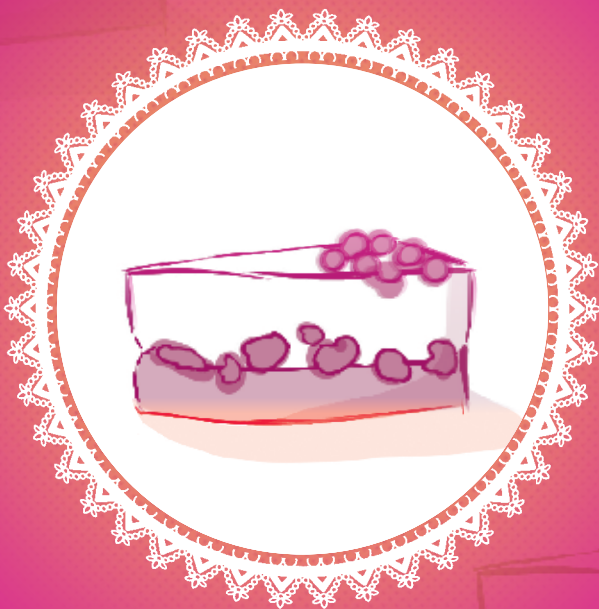
Oblikovane kroglice, ki niso povaljane v sladkorju v prahu, lahko tudi zamrznemo, vendar največ za en mesec. Enako velja za že pečene razpokančke.

Prilagoditve

Po želji lahko dodamo tudi druge začimbe, ne le vanilje, in razpokančke prilagodimo letnim časom in razpoloženju. Za zimo sta idealna cimet in nastrgana pomarančna lupinica, za novo leto uporabimo trsni sladkor in mešanico za medenjake, orientalski okus bodo dali mleti kardamom, vanilja in rožičeva moka, mehiško vzdušje pa pričara mešanica čilija in cimeta.



Jogurtova torta



Vsako poletje
je sestričnina najljubša.



Jogurtova torta



SESTAVINE ZA TESTO: 2 jajci • 60 g sladkorja
• 1 vaniljev sladkor • 40 g moke • 1 pecilni
prašek • ščepec soli • 2 žlici tople vode (za
pekač premera 24 cm)

ZA NADEV: 3 navadni ali grški jogurti (po
125 ml) • 0,5 l sladke smetane za stepanje •
120 g sladkorja • 1 vaniljev sladkor • 0,5 kg
očičenega poljubnega sadja • 2 vrečki instant
mlete želatine

PRIPRAVA: Iz beljakov naredimo sneg. Rumenjaka stepemo, primešamo sladkor in vaniljev sladkor ter dodamo vodo. Tej zmesi na rahlo primešamo moko s pecilnim praškom in soljo ter sneg iz beljakov. Zmes vlijemo v namaščen ali s papirjem za peko obložen tortni model in spečemo. Pečeni biskvit ohladimo v tortnem modelu.

Sadje po želji narežemo na manjše kose in sladkamo. Sadje iz kompota odcedimo. Želatino pripravimo po navodilih z vrečke. Premešamo jogurte, dodamo instant želatino in z mešalnikom mešamo vsaj 1 minuto ter nato vmešamo še sladkor in vaniljev sladkor. Na koncu z lopatko vmešamo sadje in na rahlo še stepeno smetano. Zmes vlijemo na biskvit v modelu. Torto damo v hladilnik za 3 ure ali čez noč. Pred postrežbo odstranimo obod in torto po želji okrasimo s sadjem.

PEKA: Biskvit pečemo 10–12 minut na 180 °C.

Za ljubitelje jabolk

3–4 večja jabolka olupimo, narežemo na koščke, potresemo z 2 žlicama sladkorja in malo cimeta, pokapamo s sokom pol limone ter podušimo na maslu. Sadje razporedimo po biskvitu in prelijemo z jogurtno zmesjo.



Baklava ružica



Tradicija, ki je
kot slastni šopek vrtnic.

Baklava ružica



SESTAVINE: 24 listov tankega vlečenega testa (kore) • 650 g mletih orehov • 150 g sladkorja • 750 g margarine za peko ali masla • 100-150 ml olja • agda - voda za zalivanje (900 g sladkorja, 750 ml vode, 2 vaniljeva sladkorja, 2-3 rezine limone)

PRIPRAVA: Najprej skuhamo agdo. Zmes vode in sladkorja zavremo, dodamo limono in kuhamo na šibkem ognju (dokler pripravljamo baklavo), da nastane sirup.

Mlete orehe zmešamo s sladkorjem. Maslo ali margarino raztopimo v olju.

Za en zvitek potrebujemo 4 liste testa. List premažemo z oljno mešanico, posujemo z mletimi orehi in nanj z zamikom 1 cm od vrha položimo drugi list. Postopek ponovimo s tretjim listom, vse tri liste zvijemo skupaj in jih ovijemo v četrti list, pomazan z oljno mešanico.

Zvitek narežemo na 1,5-2 cm debele kolobarje, »rožice«, in jih polagamo drugega zraven drugega v namaščen pekač. Ko je pekač poln, »rožice« prelijemo s preostalo oljno mešanico.

PEKA: Baklavo pečemo 15 minut na 180 °C, nato 40 minut na 150 °C. Pečeno zalijemo z ohlajenim sirupom - agdo. Baklavo ohladimo na sobni temperaturi in jo hranimo v hladilniku.

Belokranjska pogača



Še toplo
jo rad deliš s prijatelji.



Belokranjska pogača

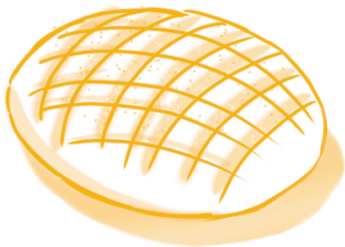


SESTAVINE: kvasec (22 g svežega kvasa ali vrečka suhega, 1 dcl mlačne vode, žlička sladkorja, 2 žlički moke) • 500 g moke • 2 dcl vode • 2 žlički soli • 1 jajce • sol in janež za posip

PRIPRAVA: Zmešamo sestavine za kvasec in ga pustimo vzhajati na toplem. Moko presejemo v posodo, dodamo sol, kvasec in vodo. Zamesimo in zgnetemo testo, ga rahlo pomokamo, pokrijemo in damo vzhajati na toplo.

Vzhajano testo nežno pregnetemo in oblikujemo v hlebček. Na pekaču, obloženem s papirjem za peko, ga razvaljamo v krog premera 28–30 cm. Po testu z nožem rahlo zarežemo mrežo: sedem črt prečno in sedem vzdolžno. Testo namažemo s stepenim jajcem, ga po okusu potresemo s posipom in spečemo.

PEKA: Pogačo pečemo 30 minut na 220 °C.



Hurmašice



Preprosto – imamo jih najraje.

Hurmašice



SESTAVINE: 3 rumenjaki • 1 lonček kisle smetane z več maščobe • 1 pecilni prašek • 200–250 g moke • 100 g kokosove moke • agda – sladka voda za zalivanje (0,5 l vode, 2 lončka sladkorja, 2 vaniljeva sladkorja) • 1–2 dcl olja (za pekač 20 × 30 cm)

PRIPRAVA: Zmešamo rumenjake in kisló smetano ter dodamo 50 g kokosove moke. Moko s pecilnim praškom dodajamo jajčni zmesi po občutku, tako da dobimo srednje mehko testo, ki se loči od posode in od rok. Iz testa naredimo majhne kroglice, jih preoblikujemo v podolgovate svaljke in povaljamo v kokosovi moki. Hurmašice polagamo v namaščen, višji pekač. Med peko narastejo, zato med njimi pustimo nekaj prostora. Potresemo jih s sladkorjem in prelijemo z malo olja ter spečemo.

Med peko pripravimo agdo. V vodo vsujemo sladkor in vaniljev sladkor ter mešamo, da se sladkor stopi. Pečene hurmašice še vroče prelijemo z agdo in počakamo vsaj 3 ure ali pa čez noč, da se popolnoma vpije.

PEKA: Hurmašice pečemo 25–30 minut na 180 °C.

Prilagoditve

Namesto kokosa lahko uporabimo mlete orehe.



Islandski piškoti



Spominjajo me na severni sij.



Islandski piškoti

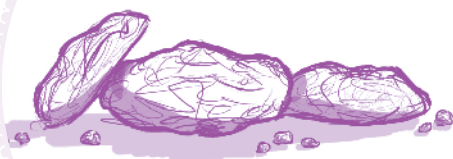


SESTAVINE: 2 jajci • 200 g masla • 100 g sladkorja • 180 g moke • 200 g ovsenih kosmičev • 1 vaniljev sladkor • 0,5 kavne žličke sode bikarbone • ščepec soli • cimet po okusu • 100-200 g jedilne čokolade ali rozin • po želji 1-2 jedilni žlici kakava

PRIPRAVA: Zmehčano maslo penasto umešamo s sladkorjem in vaniljevim sladkorjem. Primešamo celi jajci, nato pa še mešanico moke, kosmičev, soli, cimeta in sode bikarbone ter kakava. Na koncu umešamo še na majhne koščke sesekljano čokolado oziroma rozine.

Pekač obložimo s papirjem za peko in nanj z žlico polagamo kupčke testa. Piškoti med peko narastejo, zato pustimo med kupčki dovolj prostora.

PEKA: Piškote pečemo 12 minut na 180 °C.



Makovo pecivo



Stara mama
ga je pripravljala z ljubeznijo.

Makovo pecivo

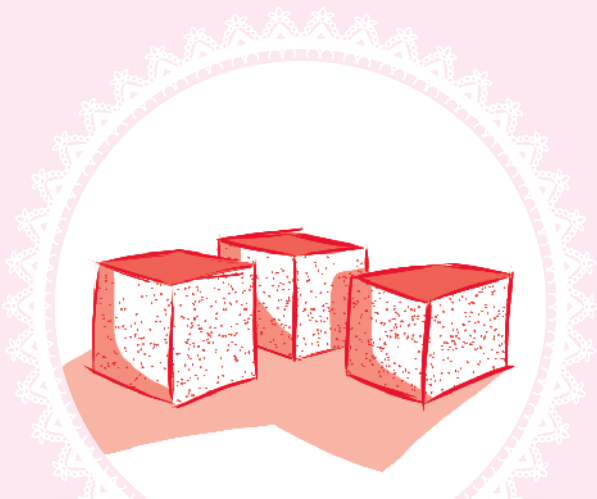


SESTAVINE: 4 jajca • 2 jogurtova lončka sladkorja • 2 jogurtova lončka moka • 1 jogurtov lonček olja • 1 jogurtov lonček mleka • 1 jogurtov lonček maka • 1 pecilni prašek • 1 vaniljev sladkor • čokoladna glazura (15 dag jedilne čokolade, 10 dag masla) • malo marmelade za premaz

PRIPRAVA: Jajca, sladkor in vaniljev sladkor penasto umešamo. Postopno primešamo mleko, olje, mak in moko s pecilnim praškom. Zmes vlijemo v pekač, obložen s papirjem za peko, in spečemo.

Pečeno pecivo ohladimo in premažemo z marmelado. Nad vodno kopeljo raztopimo čokolado in maslo ter z glazuro prelijemo biskvit.

PEKA: Pecivo pečemo 40 minut na 180 °C.



Panakota



Osveži ob vseh priložnostih.

Panakota

SESTAVINE: 6 listov želatine • 0,5 l mleka •
0,5 l sladke smetane • 90 g sladkorja •
1 vaniljev sladkor • sadni preliv
(400 g poljubnega sadja, 3–5 žlic sladkorja,
3–4 žlice vode) • po želji sadje za okrasitev
(za 8 lončkov)

PRIPRAVA: Želatino pripravimo po navodilih z vrečke. Liste želatine namočimo v hladno vodo za 10 minut.

V kozici zmešamo mleko, smetano, sladkor in vaniljev sladkor ter med mešanjem počasi segrevamo, da zavre. Kozico odstavimo z ognja in zmesi primešamo dobro ožeto želatino.

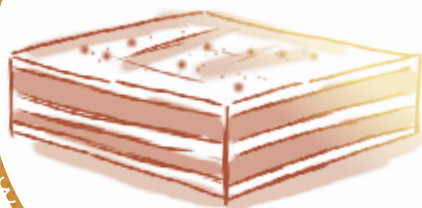
Počakamo, da se zmes nekoliko ohladi, preden jo vlijemo v lončke. Lončke za vsaj 2–3 ure postavimo v hladilnik, da se zmes ohladi in strdi.

Sadni preliv pripravimo, preden postrežemo sladico. V kozici zmešamo sadje, sladkor in vodo ter vse skupaj na hitro pokuhamo. Zmes lahko tudi zmeljemo z mešalnikom. Preliv, topel ali ohlajen, naložimo v kozarčke z žlico. Sladico okrasimo po želji.



Pijana nevesta

brez peke



Tisto, kar manjka pudinga.

Pijana nevesta

brez peke

SESTAVINE: 400 g (40 kosov) maslenih keksov (npr. Petit Beurre) • 2 vrečki pudinga različnih okusov (čokolada, vanilja, jagoda) • 1–1,2 l mleka • 2–10 žličk sladkorja • rum po okusu • 2,5 dcl sladke smetane • 1 vaniljev sladkor • čokoladne mrvice ali kakav za posip (za pekač 22 × 30 cm)

PRIPRAVA: V posodo ali pekač pravokotne oblike zložimo piškote drugega zraven drugega in jih navlažimo z mešanico mleka in ruma. Po navodilih z vrečke (lahko uporabimo manj sladkorja in le 4 dcl mleka) skuhamo prvi (vaniljev) puding, z njim prelijemo plast piškotov in ga razmažemo. Nanj položimo drugo plast piškotov, jih navlažimo in prelijemo s čokoladnim pudingom. Sladico pokrijemo in pustimo na sobni temperaturi, da se ohladi. Nato stepemo sladko smetano z vaniljevim sladkorjem in jo namažemo po pudingu. Sladico postavimo v hladilnik za nekaj ur ali čez noč, da se piškoti prepojijo. Preden jo narežemo in postrežemo, jo lahko potresemo s čokoladnimi mrvicami ali kakavom.

Za najmlajše

Sladico pripravimo brez alkohola (ruma).

Za ljubitelje sadnih okusov

Izberemo puding s sadnim okusom, piškote navlažimo s sadnim sokom in okrasimo s sadjem. V puding lahko vmešamo sadno kašo, npr. jabolčno.

Za ljubitelje kave

Piškote navlažimo s kavo.

Trileče



Nikoli se ga ne naveličaš.

Trileče



SESTAVINE ZA TESTO: 6 jajc • 100 g sladkorja

• 200 g moke • 0,5 pecilnega praška •

1 vaniljev sladkor (za pekač 20 × 30 cm)

ZA PRELIV: 400 ml sladke smetane • 800 ml

mleka • 300 ml kondenziranega mleka

ZA PREMAZ: 300 g karamelnega preлива

PRIPRAVA: Iz beljakov naredimo sneg, ki mu proti koncu stepanja dodamo sladkor in vaniljev sladkor. Z mešalnikom pri nižji hitrosti ali z metlico vmešamo v sneg rumenjake, enega po enega, nato pa še moko s pecilnim praškom. Zmes vlijemo na pekač, obložen s papirjem za peko, in pečemo.

Pečeni biskvit vzamemo iz pekača, odstranimo papir za peko in biskvit z vilicami na več mestih prebodemo z obeh strani. V pekač vlijemo sladko smetano in nanjo položimo na glavo obrnjen biskvit. Pustimo 10 minut, da se smetana vpije. V posodi zmešamo mleko s kondenziranim mlekom in mešanico polijemo po biskvitu. Pustimo, da se tekočina vpije, nato ga premažemo s karmelo. Pecivo bo slastnejše, če ga čez noč pustimo v hladilniku.

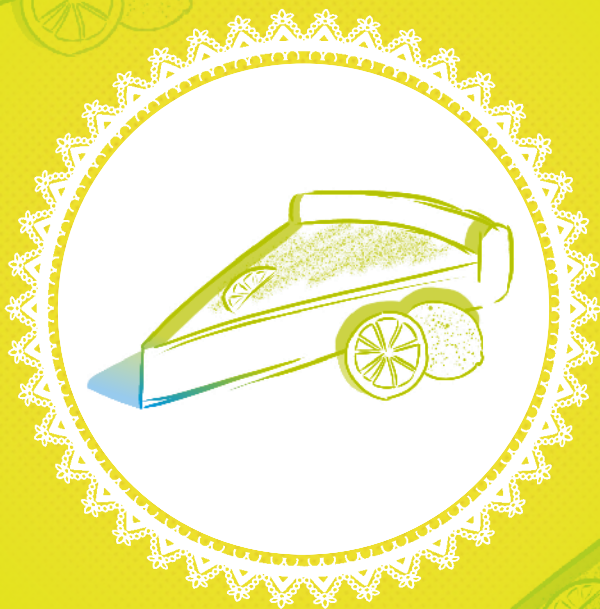
PEKA: Biskvit pečemo 25 minut na 180 °C.

Domači karamelni preliv

V kozici z malo vode na srednji temperaturi počasi segrevamo 180 g sladkorja. Ves čas mešamo, da se stopi in postane temno zlato rjave barve. V drugi kozici segrejemo 200 ml sladke smetane skoraj do vrelišča in jo med nenehnim mešanjem z metlico prilijemo k sladkorju. Dodamo 15 g hladnega masla in med mešanjem kuhamo, dokler se preliv primerno ne zgosti. Narejen je, ko na dnu kozice ostane vidna sled za kuhalnico. Kozico odstavimo in po želji primešamo ščepec soli.



Italijanski kolač



Skuta in limona
sta najboljši par.

Italijanski kolač

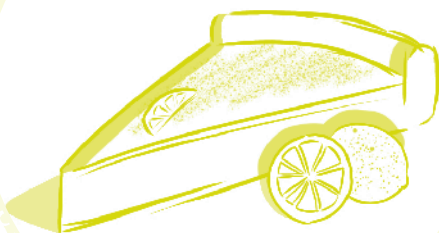


SESTAVINE: 170 g zmešanega masla • 300 g sladkorja v prahu • 470 g skute • 1 večja limona • nastrgana limonina lupinica • 3 jajca velikosti L • 1 žlička vaniljeve arome • 180 g gladke moke • 0,5 žličke sode bikarbone • 0,5 žličke soli

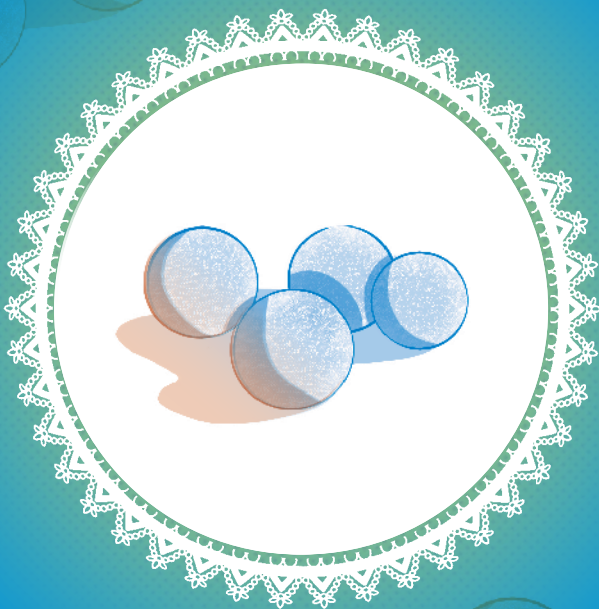
PRIPRAVA: Penasto umešamo maslo in sladkor. Pri-mešamo skuto, jajca, sok limone, nastrgano limonino lupinico in vaniljevo aromo. Dodamo še moko, ki smo ji primešali sodo bikarbono in sol.

Zmes vlijemo v pekač poljubne oblike, namašen ali obložen s papirjem za peko, in spečemo. Pečen kolač potresemo s sladkorjem v prahu in okrasimo z rezinami limone.

PEKA: Kolač pečemo 45–55 minut na 180 °C.



Rumove kroglice



Za prave kroglice
je to pravi recept.

Rumove kroglice



SESTAVINE: 200 g maslenih piškotov (npr. Petit Beurre) • 100 g sladkorja v prahu • 100 g kokosove moke • 100 g čokolade v prahu • 250 g zmehčanega masla • 4 žlice ruma • po želji: grobo mleti orehi ali mandlji • kristalni sladkor • čokoladne mrvice

PRIPRAVA: Piškote zdrobimo z roko, z valjarjem ali v mešalniku. Zmešamo vse suhe sestavine: piškotne drobtine, kokosovo moko, sladkor in čokolado v prahu. Dodamo rum in zmehčano maslo. Vse sestavine zgnetemo in maso oblikujemo v kroglice. Povaljamo jih v kokosovi moki ali po želji v mletih orehih, mandljih oz. kristalnem sladkorju.

Za najmlajše

Namesto ruma uporabimo mleko, smetano ali sadni sok.

Za ljubitelje sadnih okusov

Kroglice povaljamo v zmletih liofiliziranih malinah.

Za ljubitelje kave

Namesto ruma dodamo kuhano kavo.

