

I FEEL
SLOVENIA



UR-GENUSS PUR

Kulinarische Genüsse des Grünen Karstes





Getreidespeicher in Žerovnica Die Dorfbewohner haben darin Getreide und Mehl aufbewahrt, sie waren aber auch zum Trocknen von Trockenfleischwaren und Fett bestimmt.

Guten Appetit für einen guten Tag

Sei willkommen, Wanderer, im Lande des Grünen Karstes! Sei willkommen im Lande der unversehrten Natur, der lebhaften ober- und unterirdische Gewässer ein abwechslungsreiches Bild und einen unbezähmbaren Charakter verleihen. Nimm dir Zeit und erlebe überdies die Ursprünglichkeit des Landes in jeder seiner Speisen.

Wälder, Weiden und sonstige natürliche Gegebenheiten sowie das Klima mit extrem kalten Wintern sind Hauptbestandteile der erkennbaren Geschmäcke und Düfte im kulinarischen Kochkessel des Grünen Karstes. Aus den Schlupfwinkeln ausgedehnter Wälder kommt auf die Teller vielerlei Wildfleisch, von unversehrten Weiden naturbelassenes Rind- und Lammfleisch.

Zum frischen Fleisch und insbesondere zur Schlachtplatte passt traditionell Wintergemüse, das dem harten Winter in Innerkrain widerstehen kann. Es ist daher nicht verwunderlich, dass dieses Gemüse selbstständig in Eintöpfen auf verschiedene Arten vorbereitet wird. Entdecken Sie die vielfältige Geographie des Geschmacks - von der Kohlrübe aus Innerkrain bis zu Kartoffeln gekocht in Sauerkraut mit Grammeln oder Würsten in der Umgebung von Pivka und Brkini. Am Ende einer Mahlzeit ist der richtige Zeitpunkt für duftende Fruchtaromen, die von Einheimischen gekonnt in edle Schnäpse und Säfte eingefangen werden und auch für süße Naschereien, die wir nach Rezepten unserer Großmütter zubereiten.

Wanderer, die Küche des Grünen Karstes erwartet dich mit offenen Töpfen. Als Vorspeise empfehlen wir dir einen Streifzug durch diese Broschüre, als Hauptgericht einen gastronomischen Besuch erstklassiger touristischer Bauernhöfe und Gaststätten.



Immergrüne Helden der alten Küche

Kohl, Kohlrübe und Kartoffeln - unentbehrliche Bestandteile zahlreicher Beilagen und selbstständiger Speisen, die ganzjährig vor allem aber in der Winterzeit zubereitet werden.

Geschmack nach Wildem

Mehr als die Hälfte des Grünen Karstes ist von Wäldern bedeckt und das gesamte Gebiet mit Flüssen, Bächen sowie mit periodischen und künstlichen Seen verflochten. Das ist eine ungebändigte Welt der Wildnis, die seit jeher den Gaumen reizt.

Vielerlei Wildfleisch, von Reh, Rotwild, Wildschwein und Bären bis zum Kleinwild und eine reichhaltige Auswahl an Süßwasserfischen sind im neuen Dauerangebot der Gaststätten und einigen touristischen Bauernhöfen enthalten. Die großzügige Natur bietet noch vieles mehr – eine Fülle von Pilzen, Beeren, Heilfrüchten und -kräutern sowie den Karst-Wacholder.

HIRSCHFILET MIT PFIFFERLINGEN

Aus gut abgelegnem Hirschfilet fingerdicke Stücke schneiden und sie mit der Hand vorsichtig platt drücken. Die Pfifferlinge in passende Stücke schneiden. Die Scheiben des Karstschinkens in Butter schnell anbraten und auf den Teller legen. Das Fleisch ebenso in Butter auf beiden Seiten anbraten, die Pfifferlinge hinzufügen und alles zusammen noch kurz anbraten. Salzen und mit einem hochwertigen Cognac oder Wacholderschnaps übergießen und flambieren, bis der gesamte Alkohol verbrennt. Das Filet wird mit Polenta serviert.

Nehmen Sie im Herbst an der traditionellen Siebenschläfer-Nacht „polharija“ teil, die jedes Jahr im Oktober zu Jagdbeginn auf die Siebenschläfer in der Nähe des Schlosses Snežnik stattfindet.





FORELLE IM BACKOFEN

Auf die geölte Backform eine frische, küchenfertige und gesalzene Forelle, Kartoffeln, Zwiebel- und Karottenstücke, auf Wunsch auch andere Gemüsearten legen. Mit Thymian, Majoran, Salbei, grob gehacktem Knoblauch sowie Petersilie würzen und alles zusammen in den vorgeheizten Ofen legen. 10 Minuten vor dem Ende der Garzeit noch Kirschtomaten hinzufügen, um sie zu erhitzen, wobei sie ihre Form und Farbe beibehalten. Der Fisch wird mit Gemüse rundherum serviert.



Willkommen im Königreich der Pilze!

Pilze werden in Suppen oder Beilagen frisch zubereitet oder getrocknet und so für den Winter konserviert.

Vielfältiger Fischreichtum des Grünen Karstes

Am Cerknica See wurden einst Hecht, Döbel, Karpfen und Schleien sogar getrocknet und für den Winter aufbewahrt. Heute wird Fisch fast ausschließlich frisch gegessen, es überwiegen Zuchtforellen.

Verbunden mit der Natur

Ausgedehnte Wälder und Wiesen bieten einen Überfluss an Kräutern und Früchten, die als Grundlage der traditionellen Heilkunst dienen.



Aufschnitt à la carte auf Bauernart!

Eine reichhaltige Speisekammer ist auch heutzutage voll von Würsten, Karstschinken, Saumagen, Speck und sonstigen Trockenfleischwaren. Und wenn der Herr des Hauses das Trockenfleisch schneidet, weiß er, dass ein Aufschnitt ohne Käse ungefähr so ist wie Sauerkraut ohne Grummeln.



Die Tradition der Erzeugung des Karstschinkens

*Der hausgemachte, mindestens
1 Jahr luftgetrocknete Karstschinken
wird vor allem in der Umgebung
von Pivka und Brkini aufgetischt.*

Die unerbittlichen Winter in Innerkrain eignen sich noch heute vorzüglich zum Schlachtfest - das Schweinefleisch verdirbt in der Kälte nicht, lässt sich ausgezeichnet einsalzen und ist schnell getrocknet oder geräuchert. Die Käseherstellung hat nach Jahrzehnten des Niedergangs wieder seinen Weg zum alltäglichen Angebot hausgemachter Speisen mit ausgezeichnetem Käse aus Kuh- oder Schafsmilch sowie echtem hausgemachtem Quark gefunden. Viele Fleisch- und Milchprodukte stammen von unberührten Weiden und werden daher als Delikatesse hoch geschätzt!

Besuchen Sie einen ausgewählten Bauernhof oder ein Gasthaus und Sie werden davon überzeugt sein, dass ein Aufschnitt auch ein Hauptgericht sein kann.



Weiße Gaumenfreude des Grünen Karstes

Schafskäse und Molkenquark werden von immer mehreren Bauernhöfen angeboten. Nanoški Käse aus Kuhmilch, der sogar geschützte geographische Angabe hat, ist in jedem Lebensmittelgeschäft mit einer besseren Auswahl zu finden.



GRAMMEL-POTITZE

Mehl, Hefe, Salz, Zucker, Ei, Wasser oder Milch und hausgemachte Grammeln vorbereiten. Zu einem weichen Teig kneten, ausrollen und mit Grammeln bestreichen. Zu einer Potitze formen und 40 Minuten bei 180°C backen.



BLUTWÜRSTE UND WEISSE WÜRSTE

Beide Fleischwaren werden aus der selben Masse hergestellt, wobei die Blutwürste neben Reis und Gerste, Salz, Fleisch, gekochtem Schweinskopf, Pfeffer, Majoran, Zimt, Minze, Zwiebel und Bauchspeck noch Blut enthalten. Es werden auch beide zusammen serviert, insbesondere an allenfeierlichen Winterfesten.

Beilagen aus Mehl geben dem Fleisch das gewisse Etwas!

LAMMFLEISCH MIT SOSSE UND SCHLIERKRAPFEN

Für eine deftigere Speise werden minderwertigere Lammfleischteile verwendet (Nacken, Rippen...). Zwiebeln in gleicher Menge wie das Fleisch schneiden und im Schmalz dünsten, die kleingeschnittenen Fleischstücke, eine reife würfelig geschnittene Tomate hinzufügen und noch einmal so lange braten bis das Wasser verdunstet, das Fleisch angenehm duftet und schokoladenbraun ist. Damit die Speise richtig sämig wird, mit einer Mischung von je halb Wasser und Wein übergießen. Salzen und würzen und das Gericht langsam kochen, bis das Fleisch zart und weich ist.

Eier, Mehl und Salz zu einem festen Teig kneten und im Kühlschrank mindestens eine halbe Stunde ruhen lassen. Für die Füllung etwas gehackte Zwiebel und fein gehackten Speck in Fett anbraten. Abkühlen lassen, danach gestampfte gekochte Kartoffeln und ein Ei hinzufügen. Alles zusammenmischen, mit etwas Petersilie und Thymian würzen. Den Teig ausrollen, die Füllung auf den Teig in kleine Häufchen setzen. Den Teig um die Füllung herum mit dem Ei bepinseln und Schlierkrapfen formen. Sie werden in kochendem Wasser etwa 10 Minuten gekocht.



Bereits alte Schäfer konnten davon erzählen, dass zum frischen Lammfleisch am besten Polenta oder Sterz passt-natürlich hausgemacht.

Nun, heutzutage ist die Auswahl noch vielfältiger. Die Speisen aus Kleinviehfleisch werden auch mit Schlierkrapfen, Maultaschen, Fladenbrot, Nudeln oder Gnocchi bereichert. Alles das passt ausgezeichnet auch zu anderen Fleischspezialitäten, in Kombination mit einer Vielzahl von Sossen und süßen Übergüssen sind sie beliebte selbstständige Gerichte oder Desserts (Pflaumenknödel, Maultaschen...).

Etwas Besonders für alle Freunde von Fleisch und frisch gemachten Speisen aus hausgemachtem Mehl!



KARTOFFEL- ODER WEISSE POLENTA

Das beste Fleisch verdient sich die beste Polenta. Die weiße Polenta aus Kartoffeln und Maismehl - einst Essen für die Armen, heute ein Festessen für Feinschmecker. Die Kartoffeln zerstampfen und so viel Maismehl hinzufügen, bis eine dichte Masse entsteht. Nach Geschmack salzen und bei ständigem Rühren mindestens 40 Minuten kochen.

Das Hähnchen hat in der Gegend von Pivka einen besonderen Stellenwert

Die Tradition des Hähnchens war in der Gegend von Pivka schon seit jeher so wie im übrigen Slowenien; es diente als Hühnersuppe für neue Mutter und als Feiertags- oder Sonntagsggericht. Seit es die Hühnerzucht gibt, sind Hähnchen-Gerichte ein ständiger Gast der Speisekarte geworden, deshalb wird Ihnen heute sehr gern ein hochwertiges, knusprig gebratenes Hähnchen serviert.

PFLAUMENKNÖDEL

Kartoffeln kochen, zerstampfen, Butter hinzufügen und sie schmelzen lassen. Der etwas abgekühlten Masse Eier beimengen, salzen und alles umrühren. Wenn die Masse Raumtemperatur erreicht hat, das ganze Mehl hinzufügen und alles vorsichtig umrühren, so dass eine flockige, gleichmäßige Masse entsteht und sie erst danach schnell in den Teig einkneten. Je kürzer der Teig geknetet wird, desto zarter werden die Knödel. Aus dem Teig eine Rolle formen und daraus Scheiben schneiden. In die Scheiben etwas gesüßte Pflaumen einwickeln. Die Knödel in gesalzenem Wasser kochen. Sobald sie auf der Wasseroberfläche schwimmen, sind sie fertig. Sie werden mit Semmelbröseln in Butter geröstet serviert.



Gut wie Brot

Traditionelle Köstlichkeiten aus dem Brotbackofen nach altherwürdigen Rezepten aus Weizen-, Roggen-, Hafer-, Buchweizen-, Mais- und Dinkelmehl.

Eintopf voller Winterfreude

Selbst ein einfaches Gericht aus Wintergemüse erwärmt einen noch so kalten Tag und weckt den echten Geschmack nach Zuhause.

Kohlrabi, in Mundart genannt „kavra“, Bohnen, Kraut, Rüben, Grünkohl und Kartoffeln sind eine perfekte Antwort auf die langen und kalten Winter in den geschützten Tälern des Grünen Karstes. Kavra nach Notranjska Art, Kartoffeln in Sauerkraut, Gersten- oder Graupensuppe und Sauerkraut- oder Sauerrübensuppe, „jota“ genannt, sind die erkennbarsten Eintöpfe dieses Gebietes. Sie werden aber auch von anderen Köstlichkeiten aus dem reichhaltigen Wintervorrat begeistert sein.



KARTOFFELN IM BACKOFEN

Gleich große Kartoffeln längs halbieren, auf das Backpapier mit der Schnittfläche nach oben legen und salzen. Bei mittlerer Temperatur etwa eine halbe Stunde backen. Vor dem Garwerden Speckscheiben auf die Kartoffeln legen und noch 5 Minuten backen.



Hausgezüchteter Knoblauch und Zwiebeln

In der Flut von Importierten w sind der hausgezüchtete Knoblauch und Zwiebeln eine umso mehr geschmackvolle und gesunde Grundlage oder Zutat für mancherlei Gerichte.



KARTOFFELN IN SAUERKRAUT

Würfelig geschälte Kartoffeln zum Kochen bringen, danach Sauerkraut und Salz hinzufügen. Wegen der Säure bleiben die Kartoffeln während des Kochens fest, sodass sie nicht zerfallen und daher geschmackvoller sind. Wenn das Gericht fertig ist, Salz, Pfeffer und Knoblauch beimengen und mit Grammeln abschmalzen.

Ein Tipp für alle Kartoffelliebhaber

Besuchen Sie das Fest „Kartoffelnacht“, das jedes Jahr im August in Veliko Ubeljsko stattfindet, wo die Einheimischen an einem Abend etwa 3000 kg Kartoffeln kochen, braten und rösten.

Vom Reiben bis zum Sauerkraut

Auf dem gesamten Gebiet des Grünen Karstes wird Sauerkraut hergestellt und gesäuert, vor allem bekannt dafür ist man in der Umgebung von Illirska Bistrica.





Vom Herbst bis ins späte Frühjahr ist es Zeit für Speisen, die mit hinzugefügten Grammeln, Speck oder Wurst immer wieder die Seele erwärmen!

KOHLRABI AUF NOTRANJSKA-ART

Für die Zubereitung brauchen wir Kohlrabi, Bohnen, Kartoffeln, Majoran, ein Lorbeerblatt, Zwiebeln, Salz, Zucker sowie hausgemachte Grammeln. Gemüse zusammen mit den Kräutern etwa 4 Stunden kochen. Wenn das Gericht fertig ist, erhitze Grammeln hinzufügen. Es wird mit aufgeschnittener Wurst »kožarica« (aus Schweineschwarte und -fleisch) oder sonstigem Schweinefleisch aufgetischt.

Jede Mahlzeit ist ein Fest

Süße Naschereien stammen aus der Tradition von Ostern, Weihnachten und anderen Feiertagen und Festen. Auf dem neuzeitlichen Tisch sind sie ein unentbehrlicher Abschluss einer noch so üppigen Mahlzeit.

Die Potitze, „potica“, eine traditionelle Süßspeise, ist auch im Grünen Karst zu finden. Sie fühlt sich gut in Gesellschaft von zarten Keksen, sonstigem Kleingebäck und sogar dem Karstschinken. Als Leckerbissen werden Ihnen oft auch Maultaschen, „Pfarrerhäppchen“, Pflaumenknödel und verschiedene Strudelgerichte angeboten. Besonders schmecken wird Ihnen ein Strudel mit einheimischen Äpfeln aus Brkini.



DIE GUTEN ALTEN SCHNITTEN

Ein verbreitetes Dessert. Brot vom Vortag in Milch einweichen (es darf nicht zu viel davon aufsaugen) und danach in schaumig gerührten Eiern wenden. In heißem Öl backen. Sie werden mit Kristallzucker bestreut und warm serviert.



PFARRERKÄPPCHEN

Wir benötigen dazu Mehl, Ei, Salz, Fett sowie lauwarmes Wasser und für die Zubereitung der Fülle Obst nach Saison, ein schaumig gerührtes Ei, Quark oder Marmelade. Einen Teig formen und ausrollen, in Rautenform schneiden und die Fülle in die Mitte geben. Die Ränder der Diagonale nach zusammendrücken und in Salzwasser 10 Minuten kochen. Sie werden als Beilage zum Fleisch, als selbstständiges Gericht oder als Dessert übergossen mit warmer Marmelade aufgetischt.



MAULTASCHEN MIT SEMMELBRÖSELN

Ein Esslöffel Mehl, etwas gebröselte Hefe, Zucker mit etwas lauwarmen Milch mischen und einen Vorteig machen. Nach dem Aufgehen zum gesiebten Mehl hinzufügen, die restliche Milch und gesprudelte Eier beimengen. Mit einer Prise Salz zu einem glatten Teig kneten und ihn solange ruhen lassen, bis er das doppelte Volumen erreicht hat. Dann wieder schnell durchkneten, kurz gehen lassen und danach ausrollen. Die in Butter angebratenen Semmelbrösel auf den Teig aufstreichen, danach den Teig in ein bemehltes Tuch einrollen und in Salzwasser etwa 35 Minuten kochen. Die Maultaschen lassen sich auch gut im Dampf kochen.

ESTRAGON-POTITZE

Verwirklichen Sie Ihre allersüßesten Träume,
dafür gibt es Gelegenheiten mehr als genug!

Bei den Potitzen gibt es eine reiche Auswahl. Im Grünen Karst werden Sie neben der klassischen Walnusspotitze sicherlich auch andere probieren wollen – mit Dörrobst, Johannisbrotmehl, oder die Estragon-Potitze. Letztere nimmt unter den slowenischen Potitzen eine Sonderstellung ein, da Estragon in der Kulinarik üblicherweise bei gesalzenen Gerichten angewendet wird. Für die Zubereitung benötigen wir Mehl, Hefe, Zucker, Eier, Butter, Sauerrahm, Quark sowie Estragon. Dem Mehl Hefe, Zucker und Milch hinzufügen. Eier beimengen, Butter und Salz hinzufügen. Zu einem Teig kneten, ausrollen und mit der Fülle aus Sauerrahm, Quark sowie Estragon bestreichen. Bei 170°C 50 min backen.



Prost und zum Wohl!

Edle Trünke des Grünen Karstes werden aus fruchtigen Pflaumen, Äpfeln und Birnen, sowie aus den Früchten der Natur, wie Wacholder oder Holunder hergestellt.

Die Schnapsbrennerei hat in Innerkrain und Brkini eine lange Tradition, aus der alkoholische Destillate stammen. Am bekanntesten sind der Karst-Wacholderschnaps und Brkini-Pflaumenschnaps, die die geschützte Ursprungsbezeichnung und ein genau vorgeschriebenes Herstellungsverfahren haben. Aus anderen Früchten werden hausgemachte Fruchtesäfte und Essigsorten hergestellt.

Karst-Wacholderschnaps - Naturschnaps mit geschützter Ursprungsbezeichnung

Der Karst-Wacholderschnaps ist ein weltweit einzigartiges Erzeugnis. Er entsteht durch Destillation reiner Wacholderbeeren und unterscheidet sich dadurch wesentlich vom Gin, Genever, Borovička, Klekovača und anderen Spirituosen, die mit Wacholderbeeren lediglich aromatisiert werden. Im Jahr 2003 ist er im Verfahren zum Schutz des Ursprungs auch amtlich und vollends ein eigenständiges und einzigartiges Getränk geworden. Auf dem Gebiet zwischen dem Karst, dem Pivka-Tal und der Čičarija (Teil des Karstgebietes) wird der Wacholderschnaps schon seit mehr als 200 Jahren gewonnen, schon seit den Zeiten, als Napoleons Soldaten in diese Region den Destillationskessel mitgebracht hatten. Die Wacholderbeeren werden mithilfe von Stockschlägen von Sommerende bis zum Frost gerernt. Für einen Liter dieses einzigartigen Getränks, das in der traditionellen Medizin als außerordentlich bei Magen- und Verdauungsbeschwerden heilsam wirkt, sind gar 17 kg Wacholderbeeren nötig. Der mehrwöchigen Fermentierung zerquetschter Wacholderbeeren folgt eine zweifache Destillation, deren Nebenprodukt das heilende Wacholderöl ist. Das harmonische Aroma bekommt der Karst-Wacholderschnaps erst nach sechsmonatiger Reifung, mit den Jahren gewinnt er aber zusehends an Geschmack.

Krönen Sie Ihr Befinden in guter Gesellschaft mit edlen Tropfen.
Massvoll und vernünftig!



**Brkini-Pflaumenschnaps - Naturschnaps
mit geschützter Ursprungsbezeichnung**

Der Pflaumenschnaps wird durch Destillieren der vergorenen Maische aus einheimischen Pflaumensorten hergestellt, die auf dem geographischen Gebiet Brkini angebaut und verarbeitet werden. Aufgrund der spezifischen Technologie und Verwendung verschiedener Sorten von einheimischen Pflaumen verfügt Brkini-Pflaumenschnaps über spezifische sensorische Eigenschaften, die sich in einem besonderen Bukett des angenehmen Duftes und Geschmacks widerspiegeln.



GASTGEWERBLICHES ANGEBOT

Jamski dvorec ¹

Restaurant

Jamska c. 28, Postojna
05/700 01 00, 05/700 01 03
info@postojnska-jama.si

Offen: V-IX 9.00-18.00;
X-IV 10.00-17.00; auch nach Absprache
Sitzplätze (innen/außen): 400/60
☒: nein ☒: nein
Wir empfehlen: Kaiser-Pfannkuchen

Proteus ²

Restaurant

Titov trg 1a, Postojna
081 610 300, 05/700 01 03
info@postojnska-jama.si
sales.dpt@postojnska-jama.si

Offen: 7.00-22.00
Sitzplätze (innen/außen): 60/60
☒: nein ☒: ja
Wir empfehlen: Reh nach Postojna
Art mit Hejemaultaschen

Špajza ³

Gasthof

Ulica 1. maja 1, Postojna
05/726 45 06
gostilna.spajza@gmail.com
www.gostilna-spajza.com

Offen: 10.00-22.00; samstags,
sonntags, Feiertage 12.00-22.00
Sitzplätze (innen/außen): 40/25
☒: nein ☒: nein
Wir empfehlen: Wildfleischfilet
mit Preiselbeeren und Polenta

Čuk ⁴

Gasthof und Pizzeria

Pot k Pivki 4, Postojna
05/720 13 00
pizza.cuk@siol.net
www.pizza-cuk.si

Offen: 11.00-23.00
Sitzplätze (innen/außen): 100/50
☒: nein ☒: nein
Wir empfehlen: hausgemach.
Ofengerichte

☒ Voranmeldung
☒ Übernachtungsmöglichkeit

Erasmus ⁵

Restaurant und Bierschenke

Kazarje 10, Postojna
05/700 22 88
erasmus@epicenter-on.net

Offen: 7.00-22.00
Sitzplätze (innen/außen): 150/50
☒: nein ☒: ja
Wir empfehlen: Mittelalterliches
Festmahl

Na mostu ⁶

Gasthof

Reška cesta 18, Prestranek
05/754 23 80
gostilna.namostu@gmail.com
www.na-mostu.si

Offen: 10.00-22.00
Geschlossen: Dienstag
Sitzplätze (innen/außen): 80/0
☒: nein ☒: nein
Wir empfehlen: Rehfilet mit
Trockenpfäulen und Maultaschen

Gostilna Požar ⁷

Gasthof

Predjama 2, Postojna
05/751 52 52
Offen: Donnerstag-Dienstag 10.00-22.00
Geschlossen: mittwochs
I, II, III samstags, sonntags 10.00-22.00
Sitzplätze (innen/außen): 80/50
☒: Gruppen ☒: ja
Wir empfehlen: Wildfleischgulasch
aus mit hausgemach. Gnocchi

Pri Marti ⁸

Gasthof

Vilharjeva 1, Pivka
05/757 10 13
veronika.grzelj@gmail.com
Offen: Montag-Freitag 7.00-22.00
sonntags 9.00-16.00
Geschlossen: samstags
Sitzplätze (innen/außen): 60/40
☒: nein ☒: nein
Wir empfehlen: Ausgelöstes
Schweinskarree mit weißer Polenta

Herman ⁹

Gasthof und Pizzeria

Kolodvorska cesta 39, Pivka
05/757 10 95
info@pizzeria-herman.com
www.pizzerria-herman.com

Offen: Montag-Mittwoch 7.00-22.00;
freitags, samstags 7.00-23.00;
sonntags, Feiertage 12.00-22.00
Geschlossen: donnerstags
Sitzplätze (innen/außen): 70/0
☒: nein ☒: ja
Wir empfehlen: Sauerkrautsuppe
mit Hauswurst

Ka-Ra ¹⁰

Gasthof

Radohovska pot 5, Pivka
05/757 24 84, 041 589 403
gostilna.kara@gmail.com
Offen: 8.00-22.00
Sitzplätze (innen/außen): 150/50
☒: nein ☒: nein
Wir empfehlen: Kartoffeln in
Sauerkraut mit Bratwurst

Špelca ¹¹

Gasthof

Gornja Košana 4, Košana
05/753 04 13
info@gostilna-spelca.si
www.gostilna-spelca.si
Offen: 10.00-23.00
Geschlossen: montags
Sitzplätze (innen/außen): 50/20
☒: Gruppen ☒: ja
Wir empfehlen: hausgemach.
Trockenfleisch-Spezialitäten

Pri Zotlarju ¹²

Gasthof

Buje 3a, Vremski Britof
05/762 10 20, 031 380 406
prizotlarju@gmail.com
www.prizotlarju.si
Offen: 10.00-22.00
Geschlossen: montags, dienstags
Sitzplätze (innen/außen): 60/40
☒: Gruppen ☒: ja
Wir empfehlen: Backhähnchen

Gostišče Mašun ¹³

Gaststätte

Mašun 1, Knežak
051 661 611, 031 623 053, 031 832 596
info@masun.si, www.masun.si

Offen: 7.00-22.00
Sitzplätze (innen/außen): 86/120
☒: Gruppen ☒: ja
Wir empfehlen: Wildfleischgerichte

Pod gradom ¹⁴

Gasthof

Gornja Bitnja 2, Prem
05/714 72 05, 040 520 049
kaja.maljevac@gmail.com
Offen: 12.00-22.00 Geschloss.: mittwochs
Sitzplätze (innen/außen): 60/40
☒: nein ☒: nein
Wir empfehlen: gratinierte Steinpilze

Škorpiljon ¹⁵

Gasthof-Pizzeria

Rečica 1a, Ilirska Bistrica
05/714 13 32
rajko.jenko@gmail.com
Offen: 10.00-22.00 Geschloss.: dienstags
Sitzplätze (innen/außen): 100/30
☒: nein ☒: nein
Wir empfehlen: Fohlenfleisch

Pri Špehu ¹⁶

Imbissstube

Gubčeva 32, Ilirska Bistrica
05/714 60 98
aleksander.perkan@gmail.com
Offen: 7.00-22.00 Geschlossen: samstags
Sitzplätze (innen/außen): 40/28
☒: nein ☒: nein
Wir empfehlen: Kartoffeln in Sauerkraut

Trnovo ¹⁷

Imbissstube

Vilharjeva c. 2, Ilirska Bistrica
05/714 12 07, 041 424 974
simon.urbancic@gmail.com
Offen: IV-IX 7.00-23.00,
X-III nach Absprache
Sitzplätze (innen/außen): 60/0
☒: Gruppen ☒: nein
Wir empfehlen: Hähnchenrolade
nach Brkini-Art

Hotel Rakov Škocjan ¹⁸

Rakov Škocjan 1, Rakek
01/707 14 64, 041 693 124
info@rakov-skocjan.si
www.rakov-skocjan.si

Offen: 11.00-22.00 Geschlossen: montags
Sitzplätze (innen/außen): 70/120
☒: nein ☒: ja
Wir empfehlen: Hirschmedallions
mit Kräutern und Maultaschen

En krajcar ¹⁹

Gaststätte
Podskrajnik 24, Cerknica
01/709 36 16, 031 789 074
info@enkrajcar.si, www.enkrajcar.si

Offen: 6.30-23.00 Geschlossen: sonntags
Sitzplätze (innen/außen): 113/52
☒: nein ☒: ja
Wir empfehlen: Wildfleischgerichte

Pri Stani ²⁰

Imbissstube und Pizzeria
Žerovnica 3, Grahovo
01/709 13 00, 041 733 340

Offen: 10.00-23.00
Sitzplätze (innen/außen): 120/50
☒: Gruppen ☒: ja Wir empfehlen:
Sauerkrautsuppe mit Hauswurst

Mlakar ²¹

Gaststätte
Markovec 15a, Stari trg pri Ložu
01/705 86 86, 041 582 081
mlakar@mlakar.info, www.mlakar.info

Offen: samstags, sonntags 12.00-22.00
während der Woche nach Absprache
Sitzplätze (innen/außen): 80/50
☒: nein ☒: ja
Wir empfehlen: Gammel-Potitze

Miklavčič ²²

Gasthof
Velike Bloke 14, Nova vas
01/709 80 40, 031 305 153
miklavcicdejan@gmail.com

Offen: 10.00-22.00 Geschlossen: montags
Sitzplätze (innen/außen): 100/30
☒: nein ☒: nein
Wir empfehlen: Schlachtplatte (in
der Winterzeit), Wildfleisch

Knavs ²³

Bauernhof mit Übernachtung
Runarsko 6, Nova vas
01/709 88 82, 041 564 193
knavsbranko@gmail.com

Offen: nach Absprache
Sitzplätze (innen/außen): 60/0
☒: ja ☒: ja
Wir empfehlen: Kohlrabisuppe „kavra“

Žnidarjevi ²⁴

Touristischer Bauernhof
Koželjek 1, Begunje pri Cerknici
01/705 63 59, 031 317 607
sabina.becaj@siol.net
www.znidarjevi.si

Offen: ganzjährlich
Sitzplätze (innen/außen): 20/10
☒: ja ☒: ja
Wir empfehlen: Schlachtplatte

Levar ²⁵

Bauernhof der offenen Tür
Dolenje Jezero 33, Cerknica
01/709 19 14, 041 504 375
kmetija.levar@gmail.com
www.turisticnekmetije.si/levar

Offen: ganzjährlich
Geschlossen: montags, dienstags
Sitzplätze (innen/außen): 50/20
☒: ja ☒: Heuboden
Wir empfehlen: Pfarrerkäppchen

Logar ²⁶

Touristischer Bauernhof
Žerovnica 16, Grahovo
01/709 20 71, 01/709 60 71,
031 784 232
logar.katarina@volja.net
www.tk-logar.com

Offen: ganzjährlich
Sitzplätze (innen/außen): 40/15
☒: ja ☒: ja
Wir empfehlen: Topfen-
Maultaschen mit Fruchtsoßen

Tekavča ograda ²⁷

Bauernhof mit Übernachtung
Lipsenj 32, Grahovo
01/709 21 91, 051 261 322
tekavca.ograda@gmail.com
www.tekavca-ograda.com

Offen: ganzjährlich
Sitzplätze (innen/außen): 50/20
☒: ja ☒: ja
Wir empfehlen: Kräutersuppe

Hudičevci ²⁸

Touristischer Bauernhof
Razdrto 1, Hruševje
05/703 03 00, 041 626 990
info@hudicevec.si
www.hudicevec.si

Offen: ganzjährlich
Sitzplätze (innen/außen): 60/20
☒: ja ☒: ja
Wir empfehlen: Lammfleischgerichte

Dolenčevi ²⁹

Touristischer Bauernhof
Sajevče 8, Hruševje
05/756 20 22
dolencevi@gmx.net
www.dolencevi.si

Offen: samstags, sonntags;
während der Woche nach Absprache
Sitzplätze (innen/außen): 45/20
☒: ja ☒: ja
Wir empfehlen: Pilzgerichte

Pri Malnarjevih ³⁰

Touristischer Bauernhof
Slavina 36, Prestranek
05/754 24 57, 031 552 937
malnarjevi@siol.net

Offen: freitags 15.00-22.00;
samstags, sonntags 10.00-22.00;
während der Woche nach Absprache
Sitzplätze (innen/außen): 70/30
☒: ja ☒: ja
Wir empfehlen: Sauerkrautsuppe

Pri Andrejevih ³¹

Touristischer Bauernhof
Narin 107, Pivka
05/753 20 70, 041 536 094
info@andrejevi.si, www.andrejevi.si

Offen: ganzjährlich
Sitzplätze (innen/außen): 60/40
☒: ja ☒: ja
Wir empfehlen: Maultaschen ohne Füllung

Pri Cunarju ³²

Touristischer Bauernhof
Juršče 1, Pivka
05/757 80 82, tkcunar@gmail.com

Offen: 13.00-22.00; samstags, sonntags
13.00-24.00 Geschlossen: dienstags
Sitzplätze (innen/außen): 60/0
☒: ja ☒: Heuboden, Zelt
Wir empfehlen: gebratenes Lammfleisch

Ivankotovi ³³

Bauernhof
Prem 65, Prem 05/714 74 20,
040 573 003, 041 824 557
ivankotovi.turizem@gmail.com

Offen: freitags 17.00-23.00
samstags, sonntags 12.00-22.00
Sitzplätze (innen/außen): 60/30
☒: ja ☒: nein
Wir empfehlen: Pilzgerichte

Domačija Bubec ³⁴

Bauernhof
Brce 10, Ilirska Bistrica
05/714 66 17, kmetija.bubec@volja.net

Offen: V-X, nach Absprache
Sitzplätze (innen/außen): 102/0
☒: ja ☒: ja
Wir empfehlen: Räucherforelle

Peternelj ³⁵

Ökologisch- touristischer Bauernhof
Brce 10a, Ilirska Bistrica
041 584 193, 041 622 359, 05/714 44 29
kmetija.peternelj@gmail.com

Offen: freitags 17.00-22.00
samstags, sonntags, Feiertage 11.00-22.00
Sitzplätze (innen/außen): 60/60
☒: ja ☒: nein
Wir empfehlen: Kalbsbraten mit Steinpilzen

Ilersič 

Ökologischer Bauernhof
Cesta pod Srnjakom 23, Rakek
041 256 678
eko.ilersic@gmail.com

Angebot: Kräutersirups (Wegerich, Schlüsselblume, Lungenkraut, Huflattich, Fichtensprossen, Schafgarbe), Liköre, Kräuterbitter, Holunderwein, Apfel-Birnensaft, Aperitive (Astramontana, Hagebutte, Arnika, Hartriegel, Wacholderbeeren, Holunder)

T'Dolenj 

Bauernhof
Laze pri Gorenjem Jezeru 1, Grahovo
01/709 11 41, 041 363 421
kmetija.tdolenj@gmail.com

Angebot: Liköre (Blaubeeren, Salbei, Löwenzahn, Schwarzdorn, Hartriegel), Löwenzahnhonig, Marmeladen aus Waldfrüchten

Karel Simčič 

Bienenzucht
Ul. Dolomitskega odreda 16, Postojna
05/726 25 88, 031 607 503

Angebot: Slowenischer Honig mit geschützter Ursprungsbezeichnung, Honiglikör

Branko Peternelj 

Bienenzucht
Zalog 4, Postojna
041 724 031
branko.peternelj@studioproteus.si

Angebot: Slowenischer Honig mit geschützter Ursprungsbezeichnung, Blütenstaub, Propolis, Honiglikör mit Propolis

Ernest Penko 

Bienenzucht
Studeno 1a, Postojna
05/751 51 06
Angebot: Slowenischer Honig mit geschützter Ursprungsbezeichnung

Štefetova kmetija 

Bauernhof
Petelinje 11, Pivka
05/911 62 55, 041 925 050
stefetova.kmetija@gmail.com

Angebot: Käse aus Kuhmilch, Joghurt, Quarkaufstriche, Molke, Frischkäse

Jernuclevi 

Bauernhof
Petelinje 27, Pivka
05/757 22 80, 041 985 994
milena.penko@gmail.com

Angebot: Käse aus Kuhmilch, Joghurt, Molkenquark

Morelj 

Obstbauernhof
Buje 6a, Vremski Britof
05/762 10 27, 041 583 344
kmetija-morelj@buje.net
www.kmetija-morelj.buje.net

Angebot: Brkini-Pflaumenschnaps - Naturschnaps mit geschützter Ursprungsbezeichnung

Biščak 

Familienbauernhof
Buje 5, Vremski Britof
05/726 01 43, 041 518 805
anton.biscak@buje.net
www.biscak.buje.net

Angebot: Brkini-Pflaumenschnaps - Naturschnaps mit geschützter Ursprungsbezeichnung, Liköre (Walnuss, Apfel, Salbei), Schnäpse (Heidelbeere, Pflaume, Apfel), Apfelspalten, Apfelmarmelade

Hribar - Svetlin 

Kräuterbauernhof
Kuteževo 14a, Ilirska Bistrica
05/714 80 13, 051 838 036,
051 376 700
verganmetka@gmail.com
Angebot: Dinkel-Lebkuchen, Lebkuchen, Tee, Fichtensirup

Mojca Brožič 

Käserei
Jablanica 4, Ilirska Bistrica
05/714 61 21, 041 450 023
brozic.mojca1@gmail.com

Angebot: Schafskäse, Schafskäse in Olivenöl

Turn 

Ökologischer Bauernhof und Käserei
Gornja Bitnja 13, Prem
05/714 25 31, 041 928 823
irena.penko13@gmail.com
Angebot: Schafskäse (ökologisch)

Cerknica 

Tabor 42, Cerknica
+386 (0)1 709 3636
ticerknica@cerknica.si

Lož 

Cesta 19. oktobra 49, Lož
+386 (0)8 160 2853
tic.loz@kabelnet.net

Bloke 

Nova vas 46, Nova vas
+386 (0)31 326 158
tic@bloke.si

Postojna 

Notranjska Museum Postojna
Kolodvorska c. 3, Postojna
+386 (0)5 721 1090
info@notranjski-muzej.si

Predjama 

Parkplatz bei der Burg Predjama
Offen: VI-IX täglich von
10.00 bis 18.00

Pivka 

Park der Militärgeschichte Pivka
Kolodvorska c. 51, Pivka
+386 (0)5 721 2180
+386 (0)31 775 002
tic.pivka@pivka.si

Burg Prem 

Prem 39, Prem, Ilirska Bistrica
+386 (0)51 674 352
tanja.sajina@ilirska-bistrica.si



Ajdovščina

Logatec

Ljubljana

Nova Gorica

Vipava

Rakek

Cerknica

Postojna

Pivka

Ilirska Bistrica

Loz

Reka

Slowenien

Schwarz markiertes Gebiet



Wacholderbeeren (*Juniperus communis*)

*Quelle des wertvollen Wacholderschnapses
und Beilage für Wildfleisch-Gerichte.*



POSTOJNSKA JAMA
CAVE-GROTTE-HÖHLE



Ur-Genuss pur, kulinarische Genüsse des Grünen Karstes

Herausgeber: Organisation für regionale Destinationen der Höhle von Postojna - Grüner Karst, Postojna • Die Broschüre wurde von EU-Mitteln mitfinanziert. Redaktion: Agentur für regionale Entwicklung und Pisarna (Andrej Rijavec, Sonja Dolenc, Boštjan Martinjak) • Quellennachweis: Werke von Stanislav Renčelj (Knjiga o notranjski kuhinji in drugih rečeh, Brkinske dobrote an buot in denes) • Fachberatung: Notranjska Museum Postojna • Bildmaterial: Boštjan Martinjak, Archiv der ARE der Region Innerkrain-Karst (Tomaž Penko, Simon Avsec), Archiv des Regionsparks Notranjska, Sonja Dolenc • Zubereitung der Gerichte für Fotos und natürlich für alle Besucher: Rihard Baša (Zubereitung von Gerichten bei Ihnen zu Hause, Jasen bei Ilirska Bistrica) und Jolanda Levar (Bauernhof der offenen Tür Levar, Dolenje Jezero bei Cerknica) • Übersetzt von: Deutsch - Rosman I d.o.o. • Druck: Littera Picta, Ljubljana 2012

