

/ JOTA

ABSTRACT

La minestra di Trieste e di tutto il Friuli Venezia Giulia che, nata come piatto povero, oggi è una ricetta dell'anima.

DESCRIZIONE

Qualunque storico della cucina del Friuli Venezia Giulia ha scritto della jota, a riprova che questa ricetta è uno simboli della regione e forse ne è il piatto emblema.

Una ricetta della cucina povera, la cui prima citazione scritta risale al 1432 nei cividalesi quaderni dei Battuti, ed è ancora oggi al centro di rivendicazioni pacifiche di paese natio. La ritroviamo, infatti, in diverse varianti in tutta la regione, ed a Trieste ha la sua ricetta più codificata e ricca, tanto da essere iscritta nell'elenco delle produzioni agroalimentari tipiche (PAT).

La jota è un piatto che si consuma più facilmente durante il periodo invernale, ma che si ritrova nei menu dei locali del Carso e di Trieste tutto l'anno, in virtù della sua diffusione. È oggetto oggi di rivisitazioni per renderla più leggera ed appetibile anche d'estate.



RICETTA

Jota

300 g di crauti, ½ kg di patate, 150 g di fagioli, 50 g di grasso, 2 spicchi d'aglio, 1 cucchiaio di farina, sale, pepe, semi di comino

Mettete in ammollo per una notte i fagioli e poi cucinateli. Aggiungete le patate sbucciate e cucinatele bene. A parte cucinate i crauti con uno spicchio d'aglio e un pizzico di semi di comino. Schiacciate le patate e i fagioli cotti, aggiungete i crauti ed il soffritto di grasso, farina e uno spicchio d'aglio tritato. Aggiungete all'occorrenza dell'acqua, salate e pepate.

Tratto da "Xe più giorni che luganighe" di Vesna Guštin Grilanc, edizioni della Laguna, 2019 (prima edizione 1998)

BIBLIOGRAFIA

"La Cucina Tipica Triestina", a cura di Mario Moffa e Giuliana Fabricio Dei Rossi, Accademia italiana della cucina - Delegazione di Trieste, edizioni LINT, 1983

"Xe più giorni che luganighe" di Vesna Guštin Grilanc, edizioni della Laguna, 2019 (prima edizione 1998)

"La cucina mitteleuropea a Gorizia", a cura di Anna Laura Russian e Roberto Zottar, Accademia Italiana della Cucina - Delegazione di Gorizia, Società Filologica Friulana, 2012

"Dizionario delle Cucine Regionali Italiane", a cura di Paola Gho, Slow Food Editore, 2008

"Jota: quando la parola si fa minestra", articolo di Enos Costantini, Tiere furlane n° 5, 2010

"Brovada – Fagioli – Verze" di Valter Filiputti, Friuli Venezia Giulia Via dei Sapori, 2020

/ JOTA

POVZETEK

Mineštra iz Trsta in celotne Furlanije Julijske krajine, je bila izvirno revna kmečka jed, danes pa jed, ki nahrani dušo in telo.

OPIS

O joti v Furlaniji Julijski krajini je bilo že veliko napisanega, kar dokazuje, da predstavlja jota pravi kulinarčni simbol naše dežele. Gre za recept iz revne kuhinje, ki je bil prvič pisno omenjen leta 1432 v Čedajskih zvezkih »dei Battuti« (Quaderni cividalesi dei Battuti) in se še danes veliko razpravlja, od kod izvira priljubljena mineštra. V različnih interpretacijah jo najdemo po vsej deželi, v Trstu pa dobimo najbolj bogat recept, tako da je uvrščena na seznam tipičnih živilskih proizvodov (PAT).

Jota je jed, ki jo je najlažje uživati v zimskem obdobju, vendar jo je zaradi njene priljubljenosti mogoče najti na jedilnikih restavracij na Krasu in v Trstu skozi celo leto.



RECEPT

Jota

300 g kislega zelja, 1/2 kg krompirja, 150 g fižola, 50 g maščobe, 2 stroka česna, 1 žlica moke, sol, poper, semena kumine

Fižol čez noč namakamo v vodi, nakar ga skuhamo. Dodamo olupljen krompir in skupaj kuhamo do mehkega. Posebej kuhamo zelje s strokom česna in ščepcem kumine. Kuhan krompir in fižol prelačimo, dodamo zelje ter prežig iz maščobe, moke in česna. Dolijemo po potrebi vode, dosolimo in popramo. Povzeto po knjigi *Je več dnevu kut klobas*, Vesna Guštin Grilanc, Založništvo tržaškega tiska (ZTT), Trst 2007.

BIBLIOGRAFIJA

La Cucina Tipica Triestina. Mario Moffa in Giuliana Fabricio Dei Rossi, Accademia italiana della cucina - Trst, založba LINT, 1983

Je več dnevu kut klobas, Vesna Guštin Grilanc, Založništvo tržaškega tiska (ZTT), Trst 2007

La cucina mitteleuropea a Gorizia. Anna Laura Russian in Roberto Zottar, Accademia Italiana della Cucina - Gorica, Società Filologica Friulana, 2012

Dizionario delle Cucine Regionali Italiane. Paola Gho, založba Slow Food, 2008

Jota: quando la parola si fa minestra. Enos Costantini, *Tiere furlane* št. 5, 2010

Brovada – Fagioli – Verze. Valter Filiputti, Friuli-Venezia Giulia. *Via dei Sapori*, 2020

/ JOTA

ABSTRACT

Jota is a soup iconic to Trieste and across Friuli Venezia Giulia. Initially a humble dish, today it is a soulful recipe.

DESCRIPTION

Every historian of Friuli Venezia Giulia's cuisine has written about Jota, attesting to its emblematic status in the region.

It is a dish from peasant cooking, with its first written mention dating back to 1432 in the "cividalesi quaderni dei Battuti" and despite its historical roots, there are still peaceful claims regarding its exact place of origin. Jota can be found in various versions throughout the region, with Trieste offering its most detailed and rich recipe, even listed among the typical agricultural products (PAT).

It is primarily consumed in winter but is available year-round on the local menus of Karst and Trieste due to its popularity. Nowadays, there are efforts to make it lighter and suitable for summer consumption.



RECIPE

Jota

300g sauerkraut, ½ kg potatoes, 150g beans, 50g fat, 2 garlic cloves, 1 tablespoon of flour, salt, pepper, and cumin seeds

Soak the beans overnight and then cook them. Add the peeled potatoes and cook them thoroughly. Separately, cook the sauerkraut with a garlic clove and a pinch of cumin seeds. Mash the cooked potatoes and beans, combine with the sauerkraut and a sautéed mixture of fat, flour, and minced garlic clove. If needed, add water, season with salt and pepper.

BIBLIOGRAPHY

“La Cucina Tipica Triestina”, a cura di Mario Moffa e Giuliana Fabricio Dei Rossi, Accademia italiana della cucina - Delegazione di Trieste, edizioni LINT, 1983

“Xe più giorni che luganighe” di Vesna Guštin Grilanc, edizioni della Laguna, 2019 (prima edizione 1998)

“La cucina mitteleuropea a Gorizia”, a cura di Anna Laura Russian e Roberto Zottar, Accademia Italiana della Cucina - Delegazione di Gorizia, Società Filologica Friulana, 2012

“Dizionario delle Cucine Regionali Italiane”, a cura di Paola Gho, Slow Food Editore, 2008

“Jota: quando la parola si fa minestra”, articolo di Enos Costantini, Tiere furlane n° 5, 2010

“Brovada – Fagioli – Verze” di Valter Filiputti, Friuli Venezia Giulia Via dei Sapori, 2020

/ JOTA

ABSTRACT

Das in Triest und ganz Friaul-Julisch-Venetien als Armeleutesuppe entstandene Gericht ist heute ein Herzstück der regionalen Küche.

BESCHREIBUNG

Jeder Studiosus der Küche von Friaul-Julisch-Venetien hat über die Jota berichtet und daher kann man wohl behaupten, dass dieses Rezept Symbol und vielleicht sogar kulinarisches Emblem dieser Region ist.

Das Rezept der Jota gehört einer sehr bescheidenen Küche an und wird erstmals im Jahr 1431 in den „Quaderni dei Battuti“ von Cividale erwähnt und steht noch immer im Mittelpunkt friedlicher Absichten seiner gebürtigen Heimat. Tatsächlich gibt es in der gesamten Region verschiedene Varianten des Gerichts. Aber das am besten kodifizierte und reichhaltigste Rezept ist das Triester- Rezept, das in die Liste der typischen Lebensmittel (PAT) aufgenommen wurde.

Die Jota ist eine Speise, die man lieber in der Winterzeit isst, obwohl sie weit verbreitet und das ganze Jahr über auf den Speisekarten der Restaurants im Karst und in Triest zu finden ist. Heute wird sie neu interpretiert, damit sie auch im Sommer schmeckt.



REZEPT

Jota

300g Sauerkraut, halbes Kg. Kartoffeln, 150g Bohnen, 50g Fett, 2 Knoblauchzehen, 1 Löffel Mehl, Salz, Pfeffer, Kümmelsamen

Die Bohnen über Nacht einweichen und dann kochen. Die geschälten Kartoffeln dazugeben und gut kochen. Separat das Sauerkraut mit einer Knoblauchzehe und einer Prise Kümmelsamen kochen. Die gekochten Kartoffeln und Bohnen pürieren, das Sauerkraut dazugeben und mit Fett, Mehl und einer gehackten Knoblauchzehe andünsten. Bei Bedarf Wasser hinzufügen, salzen und pfeffern.

BIBLIOGRAPHIE

“La Cucina Tipica Triestina”, a cura di Mario Moffa e Giuliana Fabricio Dei Rossi, Accademia italiana della cucina - Delegazione di Trieste, edizioni LINT, 1983

“Xe più giorni che luganighe” di Vesna Guštin Grilanc, edizioni della Laguna, 2019 (prima edizione 1998)

“La cucina mitteleuropea a Gorizia”, a cura di Anna Laura Russian e Roberto Zottar, Accademia Italiana della Cucina - Delegazione di Gorizia, Società Filologica Friulana, 2012

“Dizionario delle Cucine Regionali Italiane”, a cura di Paola Gho, Slow Food Editore, 2008

“Jota: quando la parola si fa minestra”, articolo di Enos Costantini, Tiere furlane n° 5, 2010

“Brovada – Fagioli – Verze” di Valter Filiputti, Friuli Venezia Giulia Via dei Sapori, 2020