

VYSOKÁ ŠKOLA OBCHODNÍ A HOTELOVÁ

Študijný odbor: Gastronomie, hotelnictví a cestovní ruch

Matej CINGEL

CHARAKTERISTIKA, TRADÍCIE A ZVYKY  
GRUZÍNSKEJ KUCHYNE

BAKALÁRSKA PRÁCA

Vedúci bakalárskej práce: Ing. Květoslava Šustová, Ph.D.

Brno 2020

# VYSOKÁ ŠKOLA OBCHODNÍ A HOTELOVÁ

Katedra gastronomie a hotelnictví

Akademický rok: 2019/2020

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno a příjmení studenta: Matej Cingel

Osobní číslo: 14632591

Studijní program: Gastronomie, hotelnictví a turismus (B6503)

Studijní obor: Gastronomie, hotelnictví a cestovní ruch (6501R028)

TÉMA PRÁCE: CHARAKTERISTIKA, TRADICE A ZVYKY GRUZÍNSKÉ KUCHYNĚ

TÉMA PRÁCE V AJ: CHARACTERISTICS, TRADITIONS AND CUSTOMS OF GEORGIAN CUISINE

### **Cíl stanovený pro vypracování BP**

#### 1. Teoretická část BP:

Vypracování literární rešerše ke stanovenému tématu. Část literárního přehledu zaměřit na zvláštnosti národní kuchyně Gruzie se zaměřením na tradiční speciality.

#### 2. Praktická část BP:

##### Analytická část:

Vyhodnocení specialit a menu gruzínské národní kuchyně. Příklady menu při významných liturgických svátcích.

##### Návrhová část:

Bude vycházet ze získaných informací, doporučení menu pro naše gastronomická zařízení.

Při zpracování BP vycházejte z pomůcky vydané VŠOH Brno.

Rozsah bakalářské práce bez příloh: 2 AA

Forma zpracování bakalářské práce: tištěná i elektronická

Seznam doporučené literatury:

[1] Carla Capalbo. *Tasting Georgia: A Food and Wine Journey in the Caucasus*. 2017, 428 p. ISBN-13: 978-1843681250.

[2] Tiko Tuskadze. *Supra - A feast of Georgian cooking*. 2017, 240 p. ISBN-13 978-1911216162.

[3] Olia Hercules. *Kaukasis - The Cookbook: The culinary journey through Georgia, Azerbaijan & beyond*. 2017, 240 p. ISBN-13 978-1784721640.

Další literatura dle doporučení vedoucí bakalářské práce.



Vedoucí bakalářské práce: prof. Ing. Květoslava Šustová, Ph.D.  
Katedra gastronomie a hotelnictví

Datum zadání bakalářské práce: 3. května 2019

Termín odevzdání bakalářské práce: 9. dubna 2020

V Brně dne: 2. května 2019

L. S.

VYSOKÁ ŠKOLA  
OBCHODNÍ A HOTELOVÁ s.r.o.  
Bosonožská 9, 625 00 Brno



prof. Ing. Květoslava Šustová, Ph.D.  
vedoucí katedry



Ing. Zdeněk Málek, Ph.D.  
prorektor pro vzdělávací činnost

Meno a Priezvisko autora: Matej Cingel  
Názov bakalárskej práce: Charakteristika, tradície a zvyky gruzínskej kuchyne  
Názov bakalárskej práce v AJ: Characteristics, traditions and customs of georgian cuisine  
Študijní obor: Gastronomie, hotelníctví a cestovný ruch  
Vedúci bakalárskej práce: prof. Ing. Květoslava Šustová, Ph.D.  
Rok obhajoby: 2020

### **Anotácia**

Moja bakalárska práca má za cieľ predstaviť gruzínsku gastronómiu, tradície a zvyky, ktorú málo ľudí v Európe pozná a tak by som im ju chcel trochu priblížiť z môjho uhla pohľadu. Práca sa rozdeľuje na tri časti. V teoretickej časti bude predstavenie, čo vlastne gruzínska gastronómia ponúka, regióny gruzínskej gastronómie, taktiež aké majú domáce produkty, čo pijú keď, jedia, tradičné jedlá a najznámejšie sviatočné jedlá. Praktická časť bude zameraná na vyhodnotenie špecialít a menu gruzínskej národnej kuchyne a príklady menu pri významných sviatkoch. Na záver návrhová časť bude doporučené menu pre naše gastronomické zariadenia.

**klúčové slová:** gruzínska gastronómia, tradície a zvyky, regióny, tradičné jedlá, sviatočné jedlá

### **Annotation**

My bachelor thesis aims to introduce georgian gastronomy traditions and customs that people in Europe dont know, so I would like to give them a little bit from my point of view. My work will be divided into three parts. In the theoretical part there will be a presentation of what georgian gastronomy offers, the regions of georgian gastronomy, as well as what domestic products they have when they prepare food, traditional dishes and the most famous feast meals. The practical part will be focused on the evaluation of specialties and menus of georgian national cuisine and examples of menus during important holidays. At the end the design part will be a menu recommendation for our gastronomic facilities.

**Key words:** Georgian gastronomy, traditions and customs, regions, traditional meals, feast meals

Prehlasujem že som bakalársku prácu “*Charakteristika, tradície a zvyky gruzínskej kuchyne*” vypracoval samostatne pod vedením prof. Ing. Květoslavy Šustovej Ph.D. a uviedol v nej všetkú použitú literatúru a iné odborné zdroje v súlade s aktuálnymi platnými právnymi predpismi a vnútornými predpismi Vysokej školy obchodnej a hotelovej

V Brne dňa 3.05.2019

.....

vlastnoručný podpis autora

Na tomto mieste by som chcel poďakovať pani profesorku Ing. Květoslave Šustovej, Ph.D. za cenné informácie, ktoré mi dopomohli k vzniku bakalárskej práce.

# Obsah

ÚVOD.....	9
I. TEORETICKÁ ČASŤ.....	10
1 CHARAKTERISTIKA GRUZÍNSKEJ GASTRONÓMIE.....	10
1.1 REGIÓN Y A GASTRONÓMIA.....	12
1.1.1 Abcházka kuchyňa.....	12
1.1.2 Adjarská kuchyňa.....	13
1.1.3 Gurijská kuchyňa.....	13
1.1.4 Imeretská kuchyňa.....	14
1.1.5 Kakhetská kuchyňa.....	14
1.1.6 Kartli kuchyňa.....	15
1.1.7 Mengrélska kuchyňa.....	16
1.1.8 Tušetská kuchyňa.....	16
1.1.9 Rachská kuchyňa.....	17
1.1.10 Samtskhko - Javakhetská kuchyňa.....	17
1.1.11 Svanetská kuchyňa.....	18
1.2 SUPRA.....	18
1.3 ZVYKY A TRADÍCIE.....	19
2 GRUZÍNSKA GASTRONÓMIA V ČESKU A NA SLOVENSKU.....	20
3 DOMÁCE PRODUKTY.....	21
3.1 ZELENINA.....	21
3.2 OVOCIE.....	22
3.3 KORENINY A BYLINKY.....	23
3.4 MLIEČNE VÝROBK Y.....	24
3.5 OMÁČKY A PASTY.....	25
4 TRADIČNÉ NÁPOJE.....	26
4.1 GRUZÍNSKE VÍNO.....	26
4.2 VÍNO VYRÁBANÉ V QVEVRI.....	27
6 GRUZÍNSKE SVIATKY.....	30
6.1 ZVYKY A TRADÍCIE POČAS SVIATKOV.....	30
II. PRAKTICKÁ ČASŤ.....	33

7 VYHODNOTENIE ŠPECIALÍT GRUZÍNSKEJ KUCHYNE.....	34
7.1 TYPICKÉ MENU GRUZÍNSKEJ KUCHYNE.....	34
7.1.1 Jedálny lístok .....	34
7.1.2 Nápojový lístok.....	37
7.2 PRÍKLADY MENU PRI VÝZNAMNÝCH SVIATKOCH.....	39
III. NÁVRHOVÁ ČASŤ .....	41
8 DOPORUČENIE MENU PRE NAŠE GASTRONOMICKÉ ZARIADENIA .....	42
8.1 NÁPOJOVÝ LÍSTOK .....	42
8.2 JEDÁLNY LÍSTOK .....	41
9 TÝŽDENÉ MENU GRUZÍNSKEJ KUCHYŇE .....	42
ZÁVER .....	46
POUŽITÉ ZDROJE.....	47
ZOZNAM OBRÁZKOV .....	50



## ÚVOD

Téma bakalárskej práce sa zaoberá charakteristikou, tradíciami a zvyky gruzínskej kuchyne. Pred 11 rokmi bola možnosť vycestovať spolu s mojimi rodičmi do Gruzínska. Z počiatku, pre mňa nie veľmi zaujímavá krajina, kde sú len hory a planiny, ale postupom času, ako som začal spoznávať krajinu a kultúru, tak som si ju obľúbil natoľko, že sme tam ostali napokon 6 rokov. Ako som už písal vyššie gruzínska gastronómia má mnoho mastných jedál, štiplavých, ale za to pre mňa strašne neodolateľných. Žiadna iná gastronómia mi neučarovala natoľko, ako práve ta Gruzínska.

Gruzínsko, je jedna z mála krajín ktorú turisti navštívia. Nie je práve najvyhľadávanejšou destináciou, vďaka konfliktom, ktoré sa tam neustále odohrávajú. Vďaka mojím skúsenostiam, by som Vám chcel porozprávať a trochu priblížiť túto výnimočnú krajinu. Gruzínci, sú veľmi pohostinní a priateľský národ. Majú svoje špecifické zvyky a tradície pri jedle či už v reštauráciách alebo doma.

V teoretickej časti mojej bakalárskej práce sa budem venovať gruzínskej gastronómii a aj jednotlivým regiónom, pretože každý z nich má inú gastronómiu, kde ľudia používajú iné ingrediencie do jedál. Spomeniem aj najznámejší spôsob pohostinnosti pre Gruzíncov, a to je supra, kde stoly praskajú pod ťarchou jedál a taktiež aj aké majú zvyky a tradície počas tejto hostiny. Nesmú chýbať tradičné víno, domáce produkty a tradičné a sviatočné jedlá.

Praktická časť obsahuje analýzu a vyhodnotenie špecialít gruzínskej kuchyne, ale spomeniem aj príklady menu počas sviatkov ako sú Vianoce, Veľká noc a Nový rok.

V návrhovej časti som odporučil gruzínske menu pre České a Slovenské gastronomické prevádzky, a kde som zostavil týždenné menu gruzínskej kuchyne.

## **I. Teoretická časť**

### **1 CHARAKTERISTIKA GRUZÍNSKEJ GASTRONÓMIE**

Gruzínsko, je krajina ktorá je založená na tradíciách, na jedle a víne, a to je zo všetkého najdôležitejšie. Rodinný život sa častokrát točí len okolo jedálenského stola a jedál pripravených Gruzíncami. Gruzínska kuchyňa je pre krajinu jedinečná, ale má aj niektoré vplyvy iných kulinárskych tradícií z Kaukazská, východnej Európy a Blízkeho východu. Ale, každá gruzínska historická provincia má svoju osobitnú kulinársku tradíciu ovplyvnenú inými kultúrami s rôznymi variáciami, ako sú : <sup>1</sup>

- Abcházska
- Adjarská
- Gurijská
- Imeretská
- Kakhetská
- Kartli
- Mengrélska
- Tušetská
- Racha
- Samtskhe - Javakheti
- Svanetská

Taktiež je výsledkom širokej súhry kulinárskych nápadov, ktoré priniesli obchodníci aj cestujúci, ktorý cestovali po Hodvábnej ceste. Dôležitosť jedla, pitia a tradícií sa najlepšie pozoruje počas sviatku zvaného supra, keď sa pripravuje obrovská škála jedál, ktorá je vždy sprevádzaná veľkým množstvom miestneho domáceho vína, tancov a zábavy.<sup>2</sup>

Národná kuchyňa je jednou z hlavných atrakcií krajiny. Miestne jedlá sú tak chutné, že nikto nebude schopný neodolať lahodnej chuti a vôni.

Gruzínska kuchyňa, sa vyznačuje hlavne pikantnosťou jedál a rozsiahle používanie vlašských orechov, zeleniny, čerstvých bylín ako sú koriander, bazalka, estragón, petržlenová vňať, kôpor. Vlašské orechy, sa predovšetkým pridávajú do dresingov, omáčok, polievok, mäsa a pekárskych výrobkov.

Tradične sa kuchyňa rozdeľuje na dve časti: východnú a západnú. Západná časť bola historicky ovplyvnená Tureckom. Tu sa jedlá pripravujú predovšetkým z hydiny, ako je kuracie a

---

<sup>1</sup> TUSKADZE, Tiko. *Supra A feast of Georgian Cooking*. London: Pavilion Books Company, 2017, 240p. ISBN - 13: 978-1-91121-616-2.

<sup>2</sup> DISHARENA.COM. Food in Georgia. [www.disharena.com/](http://www.disharena.com/) [online]. 2019 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://disharena.com/country-food/georgia/>

morčacie mäso. K tomu majú svoj chlieb, ktorý sa nazýva Mchadi, ktorý je vyrobený z kukuričnej múky a je vhodný ku každému pokrmu ba aj k syru sulguni.

Východné Gruzínsko, bolo zase vystavené Iránskemu vplyvu. Na rozdiel od západnej časti, tu sa najbežnejšie mäsové jedlá pripravujú z hovädzieho a jahňacieho mäsa.

V hlavnom meste Gruzínska, Tbilisi, sú vzájomne prepojené tradície západnej aj východnej kuchyne. Je to epicentrum všetkých gastronomických zážitkov na jednom mieste.

Na začiatku hostiny, sa často podávajú šaláty, baklažánové rolky plnené orechmi, nakladaná kyslá kapusta, cvikla, jonjoli, syry, pkhali - mletá zelenina, adjapsandali - zeleninová zmes z baklažánu, papriky, zemiakov, paradajok, lobio, kuchmachi.

Gruzínci obľubujú polievky ako sú kharcho, chikhirtma.

Jedným z najbežnejších a najobľúbenejších jedál v Gruzínsku je samozrejme khinkali, khachapuri, lobiani, šašlik, chakapuli, shkmeruli.

Samozrejme, prídu si na svoje aj ľudia ktorí majú radi sladké pokušenia a majú záujem vyskúšať Gozinaki, čo je chrumkavá tyčinka z medu a orechov, alebo Churchkhela, čo je sladká pochúťka, v tvare klobásky s orechmi a hroznovou šťavou.<sup>3</sup>

## 1.1 Regióny a gastronómia

### 1.1.1 Abcházka kuchyňa

Abcházka kuchyňa bola formovaná poľnohospodárskymi, klimatickými a ekonomickými faktormi oblasti. Abcházci boli hlavne poľnohospodári a chovali najmä hovädzí dobytok a ich základnými potravinami bola kukurica, pšenica a mliečne výrobky. V minulosti bola divá zver chovaná a jedlé rastliny pestované a boli ich súčasťou stravy, ale dnes sú zriedka na stole. Jedným z Abcházskych jedál je Abysta, alebo taktiež aj kukuričná múčka prevarená vo vode bez pridania soli. Vysoký obsah škrobu jej dodáva vitamín B<sub>1</sub> a vlákniny z neho robia veľmi chutné a zdravé jedlo. Abysta má mnoho variácií, ako sú napríklad Abysta s mäkkým čerstvým syrom alebo Abysta s mliekom a syrom.

Mäso a zelenina má tiež zastúpenie v Abcházskej kuchyni. Mäso a hydina sa tradične varia alebo pražia vo veľkých kusoch, pričom najobľúbenejšou metódou je grilovanie.

Základné rastlinné jedlo, ktoré sa zvyčajne podáva s Abystou, je vyrobené z fazule. Vlašské orechy sú tu tiež bežnou súčasťou rastlinných jedál. Ďalším miestnym favoritom, typom šalátu,

---

<sup>3</sup> MYGEOTRIP.COM. Georgian National Cuisine. *Www.mygeotrip.com/* [online]. 2013-2020 [cit. 2020-04-07]. Dostupné z <https://mygeotrip.com/georgian-national-cuisine>

ktorý sa volá Achapa, sú nasekané varené zelené fazule, kapusta, repa, žihľava. Na stole sa vždy nachádza samostatný zeleninový tanier: v lete sú to čerstvé paradajky, uhorky a cibuľa, zatiaľ čo v zimnom období sú to nakladané uhorky, kaleráb, paradajky, artičoky a reďkovky.<sup>4</sup>

### 1.1.2 Adjarská kuchyňa

Adjarská kuchyňa, sa pokladá za veľmi diverzifikovanú kuchyňu, ktorá bola ovplyvnená prímorskou aj horskou časťou a taktiež históriou.

Najobľúbenejšie jedlá v Adjare sú Adjaruli Khachapuri - najslávnejšie gruzínske jedlo. Pochádza z neuveriteľne krásneho gruzínskeho regiónu Adjara, ktorý sa nachádza v juhozápadnom rohu krajiny. Adjarské Khachapuri je kráľom v tomto regióne. Tento druh khachapuri má tvar lode a podáva sa s čiastočne vareným vajcom uprostred syra spolu s veľkým kúskom masla na vrchu. Ďalšie jedlo, ktoré odtiaľ pochádza, je Achma, je to typ khachapuri a gruzínskeho syra z Adjary. Achma je často porovnávaná s lasagne kvôli jeho štruktúre a vzhľadu.

Borano je ďalšie tradičné jedlo regiónu Adjara, ktoré je však pre širokú verejnosť menej známe. Vyrába sa zo syra podobného Sulguni a roztaveného špecifického slaného masla. Roztavené maslo sa zvyčajne naleje na mäkký syr, čo spôsobí jeho roztavenie a roztiahnutie. Borano sa tiež často nazýva gruzínske fondue.<sup>5</sup>

### 1.1.3 Gurijská kuchyňa

Guria je jedným z úžasných regiónov západného Gruzínska. Gurijská kuchyňa je založená hlavne na hydine a na kuracom mäse. Región vyniká vynikajúcou miestnou kuchyňou. Gurijčania sú hrdí na svoje tradície v kuchyni.

Gurijský koláč možno považovať za jedno z najchutnejších jedál tejto kuchyne. Je to druh polmesiaca plnený syrom a vareným vajcom. Ďalším pokrmom je Janjukha. V skutočnosti je Janjukha podobná Churchkhele vyrobené z vlašských orechov a hroznovej šťavy, ale namiesto vlašských orechov jej hlavnou zložkou sú obyčajné orechy. Najpopulárnejší chlieb v Gurii je Mchadi. Jedná sa o veľmi chutný kukuričný chlieb.

---

<sup>4</sup> ABKHAZWORLD.COM. Abkhazian Cuisine. [www.abkhazworld.com/](http://www.abkhazworld.com/) [online]. 2009-2018 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://abkhazworld.com/aw/abkhazians/culture/654-abkhazian-cuisine>.

<sup>5</sup> GEORGIANJOURNAL.GE. Culinary map of Georgian cuisine. [www.georgianjournal.ge/](http://www.georgianjournal.ge/) [online]. 2012 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://www.georgianjournal.ge/georgian-cuisine/33914-culinary-map-of-georgian-cuisine-top-dishes-to-try-in-each-region.html>

Ďalšie najobľúbenejšie jedlá z Gurie sú Satsivi (mäso, väčšinou kuracie alebo morčacie v orechovej omáčke s názvom bazhe), Badrijani Nigvzit (vyprážený baklažán s orechovou omáčkou), Pkhali a Kuchmachi (kuracie pečene s orechovou omáčkou a granátovým jablkom).<sup>6</sup>

#### 1.1.4 Imeretská kuchyňa

Imeretské Khachapuri zo západnej oblasti je najslávnejším a klasickým druhom gruzínskej pizze. Táto pizza plnená syrom chutí úžasne a je obľúbeným pokrmom pre Gruzíncov ale aj cudzincov. Je to základné jedlo nielen v Imeretskej kuchyni, ale aj pre celé Gruzínsko.

Imeretská kuchyňa má rôzne druhy jedál ako sú Pkhali, Nigvziani Badrijani, Kuchmachi (kuracie pečene s orechovou omáčkou a granátový jablkom), Soko (vyprážené huby), Lobio (červené fazule s korením), Chakhokhbili (paradajková polievka s hydinovým mäsom), Mtsnili (nakladaná zelenina, ako sú uhorky, kapusta, repa a jonjoli), Kupati (klobása z bravčového mäsa) a Satsivi (mäso, väčšinou kuracie a morčacie v orechovej omáčke zvanej bazhe). Imereti je tiež známa svojimi syrmi ako Chkinti (Slaný syr), alebo Sulguni.<sup>7</sup>

#### 1.1.5 Kakhetská kuchyňa

Kakhetská kuchyňa sa považuje za mäsovejšiu kuchyňu a samotný región sa nazýva „región vína“.

Kakheti, región vo východnom Gruzínsku, sa vyznačuje jedinečnými potravinovými tradíciami a vinárskou kultúrou. Kakhetská kuchyňa je známa v celom Gruzínsku.<sup>8</sup>

Rtveli je tradičný sviatok vinobrania, sprevádzaný hudobnými podujatiami a inými oslavami. V Gruzínsku je to veľká príležitosť, keď sa celý národ stretne na počesť starodávnych tradícií výroby vína. Kakhetská kuchyňa je známa ako jednoduchá a výdatná. Kakhetské Mtsvadi je grilované mäso na paličke, ale s tým rozdielom, že palica pochádza z hrozna a dodáva výraznú

---

<sup>6</sup> GEORGIANJOURNAL.GE. Culinary map of Georgian cuisine. [www.georgianjournal.ge/](http://www.georgianjournal.ge/) [online]. 2012 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://www.georgianjournal.ge/georgian-cuisine/33914-culinary-map-of-georgian-cuisine-top-dishes-to-try-in-each-region.html>

<sup>7</sup> GEORGIANJOURNAL.GE. Culinary map of Georgian cuisine. [www.georgianjournal.ge/](http://www.georgianjournal.ge/) [online]. 2012 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://www.georgianjournal.ge/georgian-cuisine/33914-culinary-map-of-georgian-cuisine-top-dishes-to-try-in-each-region.html>

<sup>8</sup>GEORGIANJOURNAL.GE. Culinary map of Georgian cuisine. [www.georgianjournal.ge/](http://www.georgianjournal.ge/) [online]. 2012 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://www.georgianjournal.ge/georgian-cuisine/33914-culinary-map-of-georgian-cuisine-top-dishes-to-try-in-each-region.html>

chuť. Správne vyrobené Mtsvadi je výnimočné jedlo. Môže byť buď z bravčového alebo hovädzieho mäsa.

Ďalším pokrmom v tejto oblasti je Khashlama. Je to varené mäso so zeleninou, korením a miestnou zeleninou, s čerstvými bylinkami. V Kakheti sa toto robí s teľacím mäsom.<sup>9</sup>

Chakapuli je tradičné gruzínske jedlo vyrobené z hovädzieho alebo jahňacieho mäsa duseného v bielom víne s kyslými slivkami, estragónom, listovým koriandrom a korením.<sup>10</sup>

Chikhirtma je vývar, ktorý je obľúbeným rodinným jedlom vyrobeným z kurčaťa. Vajíčka sa pridávajú do vývaru a nakoniec sa čerstvý listový koriander pridá ako konečná ingrediencia.

Polievka má mierne kyslú chuť a krémovú konzistenciu.<sup>11</sup>

Churchkhela je druh gruzínskej cukrovinky v tvare klobásky vyrobenej z prírodnej hroznovej šťavy a rôznych druhov orechov. Tieto sladkosti sa zvyčajne pripravujú počas jesennej úrody a dokonca aj na vianočné sviatky. Churchkhela je mimoriadne chutná.<sup>12</sup>

### 1.1.6 Kartli kuchyňa

Kartli je známe svojimi ovocinárskymi tradíciami. V tejto oblasti môžete ochutnať to najlepšie gruzínske ovocie. Broskyne a jablká z Kartli sú oceňované v celej krajine. Darí sa im predovšetkým vďaka podnebiu, ktoré tam prevláda.

Kuchyňa Kartli je bohatá na rôzne druhy polievok, ako je Kharcho pripravená s chlebom a vajcami z brokolice.

Hlavnou obchodnou značkou miestnej kuchyne je stále široká škála vegetariánskych jedál pripravených z rôznych bylín a korenín. Jonjoli je jedným zo slávnych gruzínskych predjedál. Ide najmä o nakladané kľčky z kríkov klokoča, ktoré v tejto oblasti rastú. Konzumuje sa

---

<sup>9</sup> GEORGIANJOURNAL.GE. Discover the Kakhetian cuisine. *Www.georgianjournal.ge/* [online]. 2012 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://www.georgianjournal.ge/georgian-cuisine/34960-discover-the-kakhetian-cuisine.html>

<sup>10</sup> GEORGIANJOURNAL.GE. Discover the Kakhetian cuisine. *Www.georgianjournal.ge/* [online]. 2012 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://www.georgianjournal.ge/georgian-cuisine/34960-discover-the-kakhetian-cuisine.html>

<sup>11</sup> GEORGIANJOURNAL.GE. Discover the Kakhetian cuisine. *Www.georgianjournal.ge/* [online]. 2012 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://www.georgianjournal.ge/georgian-cuisine/34960-discover-the-kakhetian-cuisine.html>

<sup>12</sup> GEORGIANJOURNAL.GE. Discover the Kakhetian cuisine. *Www.georgianjournal.ge/* [online]. 2012 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://www.georgianjournal.ge/georgian-cuisine/34960-discover-the-kakhetian-cuisine.html>

rôznymi spôsobmi, niekedy je zmiešaný s olivovým olejom alebo s inou nakladanou zeleninou, napríklad uhorkou, korením alebo paradajkami.<sup>13</sup>

### 1.1.7 Mengrélska kuchyňa

Regionálnu kuchyňu Mengrélska možno považovať za najslávnejšiu v Gruzínsku. Používa veľa korenia a vlašských orechov. Mengrélske jedlo je teplé a korenisté. V regióne môžete ochutnať tieto jedlá ako sú Elarji ktoré sa vyrába z mliečnych výrobkov a kukuričnej múky. Mengrélcí používajú syr Sulguni, vďaka ktorému je jedlo pružné. Neskôr sa múky a syry sa spolu varia. Nie je to každodenné jedlo v Samegrelo. Megrélcí robia Elarji pre špeciálnych hostí a na predovšetkým na sviatky. Mengrélske Khachapuri je hlavné jedlo gruzínskej kuchyne. Každý región v krajine má svoj osobitný spôsob výroby Chačapuri. Ďalším jedlom je Kuchmachi, ktoré sa vyrába zo srdca a pečene hovädzieho alebo bravčového mäsa, cibule, granátového jablka, červenej papriky, a ďalšieho korenia. Každá rodina vyrába svoje vlastne Kuchmachi podľa seba. Mengrélske satsivi je tradične predjedlo. A je to jedno z najobľúbenejších jedál, ktoré Gruzínci radi robia na sviatky. Satsivi sa vyrába z vlašských orechov, suchých bylín, moriek alebo kurčiat.<sup>14</sup>

### 1.1.8 Tušetská kuchyňa

Kuchyňa Gruzínskej vysočiny sa vyznačuje veľkým výberom výdatných jedál. Tusheti je historická oblasť na severovýchode Gruzínska, je známa miestnou kuchyňou, najmä tradičným syrom Guda. Syr Guda tradične dozrieva vo vrečku vyrobenom z ovčej kože. V tejto malebnej hornatej oblasti, kde je hojne oviec Gruzínci jedia prevažne jahňacinu ale aj hovädzinu. Dambalkhacho je starobylé jedlo z Pshavi, hornatej oblasti severného Gruzínska, ležiace hlavne medzi južným úpäťm Veľkého Kaukazu. Dambalkhacho sa vyrába zo smotanového tvarohu, ktorý zostane po vírení masla. Táto horská pochúťka sa stala veľmi obľúbenou v zahraničí. Ďalšou pochúťkou je Khinkali ktoré je obľúbeným pokrmom v horských oblastiach Pshavi a Khevsureti. Vyrábajú sa zo zmiešaného bravčového a hovädzieho mäsa, niekedy aj z jahňacieho mäsa, ale niektoré rodiny robia aj so syrom.<sup>15</sup>

---

<sup>13</sup> GEORGIANJOURNAL.GE. Culinary map of Georgian cuisine. *Wwww.georgianjournal.ge/* [online]. 2012 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://www.georgianjournal.ge/georgian-cuisine/33914-culinary-map-of-georgian-cuisine-top-dishes-to-try-in-each-region.html>

<sup>14</sup> GEORGIANTRAVELGUIDE.COM. Mengrelian cuisine- the best Mengrelian dishes. *Wwww.georgiantravelguide.com/* [online]. 2020 [cit. 2020-04-01]. Dostupné z <https://georgiantravelguide.com/en/articles/mengrelian-cuisine-the-best-mengrelian-dishes>



### 1.1.9 Rachská kuchyňa

Racha je vysočina v západnom Gruzínsku, ktorá sa nachádza v hornom údolí rieky Rioni a je obklopená Veľkým Kaukazom. Najznámejšie jedlá kuchyne Racha sú : Shkmeruli, Khachapuri a Lobiani. Lobiani je jedno z najobľúbenejších tradičných jedál. Hlavnou zložkou jedla je fazuľa. V Rachi sa Lobiani zvyčajne pečie s malými kúskami šunky vo vnútri. V niektorých domácnostiach sa Lobio môže robiť aj so syrom, ale to závisí od ľudí.<sup>16</sup>

Shkmeruli je jedlo z kuracieho mäsa. Vyprážené kuracie mäso v krémovej cesnakovej omáčke sa musí piecť v hlinenej nádobe, ktorá sa vola ketsi. Na tento recept sa zvyčajne používa mladé kurča a varí sa v mlieku a cesnaku. Namiesto mlieka sa dá použiť kyslá smotana.<sup>17</sup>

Ako v každom regióne aj v Rači sa vyrába Khachapuri, ale tu je najčastejšia varianta zo zemiakov.<sup>18</sup>

### 1.1.10 Samtskhko - Javakhetská kuchyňa

Samtskhe-Javakheti je región v južnom Gruzínsku, v provinciách Meskheti (Samtskhe), Javakheti a Tori ( Borjomi). Provincia je najvýznamnejšia pre tradičné Tatarberské jedlo vyrobené z malých kúskov cesta, ktoré sa varí a podáva s omáčkou z rozpusteného masla a vyprášanou cibuľou. Jedlo je zdobené Matsoni, čo je gruzínsky jogurt. Aj keď je to celkom jednoduché jedlo, je to veľmi chutné.<sup>19</sup>

Ďalším gruzínskym syrom, ktorý sa často používa, je Tenili. Môže sa vyrábať z kravského, alebo ovčieho mlieka. Na výrobu syra by mlieko malo obsahovať vysoké percento tuku. Syr sa lisuje a opakovane napína na tenké pramene. Z dôvodu náročného procesu výroby syra sa zvyčajne pripravuje na veľké oslavy a hostiny. U nás na Slovensku sú to korbáčiky, ktoré sa

---

<sup>16</sup> GEORGIANRECIPES.NET. Lobio with Imeretian cheese.. *Www.georgianrecipes.net/* [online]. 2013 [cit. 2020-04-01]. Dostupné z <https://georgianrecipes.net/2013/07/11/lobio-with-imeretian-cheese/>

<sup>17</sup> GEORGIANRECIPES.NET. Chicken cooked in milk and garlic. *Www.georgianrecipes.net/* [online]. 2013 [cit. 2020-04-01]. Dostupné z <https://georgianrecipes.net/2013/06/24/shkmeruli-chicken-cooked-in-milk-and-garlic/>

<sup>18</sup> GEORGIANRECIPES.NET. Khachapuri with potato filling *Www.georgianrecipes.net/* [online]. 2013 [cit. 2020-04-01]. Dostupné z <https://georgianrecipes.net/2013/09/27/khachapuri-with-potato-filling/>

<sup>19</sup> GEORGIANJOURNAL.GE. Culinary map of Georgian cuisine. *Www.georgianjournal.ge/* [online]. 2012 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://www.georgianjournal.ge/georgian-cuisine/33914-culinary-map-of-georgian-cuisine-top-dishes-to-try-in-each-region.html>

vyrábajú takým istým postupom ako v Gruzínsku. Samozrejme dnes už všetko robia stroje, ale v Samtskhe Javakheti to robia ručne..<sup>20</sup>

Ako dezert sa tu podáva Tklapi, ktoré je vyrobené z hroznovej šťavy . Celá príprava nie je zložitá. Ovocie sa musí variť celý deň, aby bolo do večera hotové. Nepridáva sa žiadny cukor, pretože ovocie je dosť sladké. Keď je ovocie uvarené, môže sa natrieť na tenkú vrstvu a na drevenú plochu a nechá sa vysušiť. Dobré Tklapi je vtedy, keď sa da cez neho vidieť.<sup>21</sup>

### 1.1.11 Svanetská kuchyňa

Svaneti je historická provincia v severozápadnej časti krajiny. Svaneti je známa svojimi jedinečnými potravinovými tradíciami. Kubdari je jednoduchý mäsový chlieb. Nasekané hovädzie mäso sa zmieša so soľou, cibuľou a cesnakom. Doplniť sa môže aj chilli papričkou ale aj korením. Mäso sa nechá vo vnútri, aby absorbovalo slanú šťavu a neskôr sa tvaruje do placky. Pečie sa na vysokej teplote, kým hrany nie sú chrumkavé. Ďalším najznámejším pokrmom je Tashmijabi. Je to zemiaková kaša, zmiešaná s množstvom tavených miestnych syrov. Ak Gruzínci nemajú tavený syr, používajú sulguni. Je to najtypickejšou náhradou - má textúru a štýl topenia ako mozzarella, ale má o niečo silnejšiu chuť s náznakom kyslosti. Čo nesmie na stole chýbať, je Chvishtari a nachádza sa v celom Gruzínsku a zvyčajne obsahuje cesto vyrobené z kukuričnej múky a syra, výsledkom čoho je veľmi hustý syrový chlieb.<sup>22</sup>

## 1.2 Supra

Gruzínci majú jedinečný spôsob stravovania, ktorý priamo odráža ich legendárny a zdanlivo bezhraničný pocit pohostinnosti. Miesto, kde to najlepšie zažiť, je Gruzínska Supra alebo aj gruzínska hostina, kde sa jedlo, víno a hudba spájajú ako hlavný prejav gruzínskej kultúry. Gruzínska tradícia pohostinnosti je stelesnená slávnostným sviatkom supry. Supra sa oslavuje na narodeniny, úmrtia, svadby, výročia, štátne sviatky, náboženské sviatky, dni spomienok,

---

<sup>20</sup> GEORGIANJOURNAL.GE. The atlas of Georgian dishes part 1. *Www.georgianjournal.ge/* [online]. 2012 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://www.georgianjournal.ge/georgian-cuisine/35159-tasteatlas-about-georgian-dishes-part-1.html>

<sup>21</sup> CAPALBO, Carla. *Tasting Georgia: a food and wine journey in the Caucasus*. Northampton, MA: Interlink Books, an imprint of Interlink Publishing Group, 2017. 463p. ISBN -13: 978-1-56656-059-7.

<sup>22</sup> FOODFUNTRAVEL.COM. Svaneti cuisine what to eat in Mestia. *Www.foodfuntravel.com/* [online]. 2019 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://foodfuntravel.com/svaneti-cuisine-what-to-eat-in-mestia-ushguli-mestia-restaurants/>

česť host'a, dokonca aj z dôvodu náhodného stretnutia blízkych priateľov. V každom prípade sa víno konzumuje v dostatočných množstvách.

Pred začatím supry, je stôl naložený jedlom ešte skôr, ako si niekto sadne k stolu. V strede dlhého stola, ktorý hostí niekoľko rodín, musia byť pripravených najmenej sedem alebo osem studených jedál, aby nikto nezostal bez jedla. Predovšetkým sú to plnené baklažány, až po kvasené uhorky, syry ochutené mäťou a k tomu šaláty s paradajkami a uhorkami s chlebom. Samozrejme, že to bude v hojnom počte tak, aby sa nikto z hostí k nim nemusel nakláňať.

Akonáhle sú všetci na svojich miestach, môžu sa pustiť do jedenia. Neskôr začnú prichádzať ďalšie jedlá vrátane horúcich dusených mäs, Khachapuri, Khinkhali a Šašliky, rôzne druhy polievok a tak musia byť častokrát umiestnené na vrch niektorých tanierov, pretože ich neni kam položiť. Ak sa kúsok stola uvoľní, tak sa zase doplní, aby nikomu nič nechýbalo.

Myšlienkou vzniku supra je, aby ľudia strávili čas pohodlne, vychutnali si jedlo, komunikovali s rodinou a kamarátmi a zaspievali si, aj zatancovali pri fantastickom jedle a víne. Na Supre je prítomný aj tamada alebo majster toastu, ktorého úlohou je udržiavať tempo pitia. Po každom prípitku zdvihnú hostia poháre a odpovedia Gaumarjos (Vít'azstvo s vami).

Zdá sa, že supra vo svojej súčasnej podobe, aj s tamadom ako hosťiteľom, vznikla v 19. storočí, čiastočne ako reakcia na ruskú a sovietsku nadvládu Gruzínska.<sup>23</sup>

### 1.3 Zvyky a tradície

História vrstiev Gruzínska a multietnické vplyvy sa prejavujú v jej architektúre, hudbe, víne a hodoch. Gruzínsko, napadnuté omnoho väčšími a silnejšími mocnosťami, ktoré ho obklopovali, si napriek tomu zachovalo jedinečné písmo, špecifický jazyk, hudbu, tance.<sup>24</sup>

Gruzínska hudba a piesne sú ústredným prvkom supry, podobne ako toasty. Celý stôl sa spojí a začnú spievať a tancovať až do rána.<sup>25</sup>

Rovnako ako pri víne a jedle, piesne sa menia v jednotlivých regiónoch - ľahký a hravý pri mori, strohý a mystický na horách, reflexný a filozofický vo východných dolinách. Piesne zo západného Gruzínska majú náhle zmeny akordov a dynamický pohyb, zatiaľ čo východné majú

---

<sup>23</sup> CAPALBO, Carla. *Tasting Georgia: a food and wine journey in the Caucasus*. Northampton, MA: Interlink Books, an imprint of Interlink Publishing Group, 2017. 463p. ISBN -13: 978-1-56656-059-7.

<sup>24</sup>CAPALBO, Carla. *Tasting Georgia: a food and wine journey in the Caucasus*. Northampton, MA: Interlink Books, an imprint of Interlink Publishing Group, 2017. 463p. ISBN -13: 978-1-56656-059-7.

<sup>25</sup> TUSKADZE, Tiko. *Supra: a feast of Georgian cooking*. London: Pavilion, 2017. 240s. ISBN- 13: 978-1-91121-616-2.

vysoké akordy. Speváci sú neoddeliteľnou súčasťou supry, kde keď ich prepadne chuť po speve odložia taniere a začnú spievať. Je to naozaj úžasné sledovať ako spievajú počas toho ako jedia. Taktiež Gruzínske tance sú súčasťou supry. Spreádzajú ich najrôznejšie nástroje vrátane tradičných bubnov, gajdy, a flauty. Tanečníci vstávajú od stola a vtrhnú do tanca a naplnia tak celú miestnosť charizmou.<sup>26</sup>

Každú supru vedie tamada alebo toastmaster. Nie je to nevyhnutné ale môže to byť niekto, ktorého si skupina vybrala a musí byť známy svojou družnou povahou a inteligenciou. Úlohou tamady je viesť príhovory aj konverzáciu. Príhovory na supre sa vždy začnú o samotnom Gruzínsku, pričom toastmaster poďakuje za krajinu a za jej odmenu a jedlo pri stole. Ďalšie rozhovory sa zameriavajú na hostí pri stole a na rodinu a priateľov, ktorí už zomreli. Iba tamada môže navrhnúť prípitok, ale môžu sa zapojiť aj ostatní hostia, ale musia mať svoje vlastné prípitky, ktoré môžu mať formu tradičných prejavov, vtipov, piesní alebo básní. Tamada je funkcia, ktorá sa dedí z generácie na generáciu. Niektoré regióny majú svoje vlastné poradie akým podávajú príhovory, napríklad v Gurii vždy začína príhovor na mier.<sup>27</sup>

## 2 GRUZÍNSKA GASTRONÓMIA V ČESKU A NA SLOVENSKU

Ako už bolo spomenuté, Gruzínska gastronómia není príliš známa vo svete, čo je škoda, pretože v krajine pod Kavkazom Gruzínci pripravujú množstvo chutných jedál, ktoré uchvátia nejedného gastronomického gurmána. Pre týchto milovníkov je dobrou správou, že pokiaľ chcú ochutnať Gruzínsku gastronómiu, nemusia letieť do Tbilisi, ale stačí zamieriť do hlavného mesta Českej Republiky a to presnejšie do Prahy. Praha ponúka hneď dve gastronomické prevádzky a to Gruzie Restaurant, alebo Bistro u Gogi. Sú to dve odlišné reštaurácie, ale pritom srdce majú obidve rovnaké a tým je láska k tradičným Gruzínskym jedlám. Ich konceptom je priblížiť ľuďom gruzínsku kultúru, ktorá nie je vo svete až taká známa.

Čo sa týka Slovenskej Republiky, aj tam sa nachádzajú dve gastronomické prevádzky, a to Nobile Restaurant Bratislava a Gruziňak v Košiciach.

---

<sup>26</sup> CAPALBO, Carla. *Tasting Georgia: a food and wine journey in the Caucasus*. Northampton, MA: Interlink Books, an imprint of Interlink Publishing Group, 2017. 463s. ISBN -13: 978-1-56656-059-7

<sup>27</sup> TUSKADZE, Tiko. *Supra: a feast of Georgian cooking*. London: Pavilion, 2017. 240s. ISBN- 13: 978-1-91121-616-2.

Všetky tieto štyri reštaurácie majú jedno spoločné, a to je, že všetky ponúkajú chutnú a zdravú gastronómiu. V dnešnej dobe je mnoho reštaurácií, ktoré ponúkajú jedla od výtvarného sveta, ale gruzínska alebo kaukazská kuchyňa je jedna z mála, kde si človek povie, že sa k nej raz ešte musí vrátiť.

## 3 DOMÁCE PRODUKTY

### 3.1 Zelenina

Zelenina je kľúčovým prvkom Gruzínskej kuchyne a je dôležitá pre mnohé pôstne obdobia, v ktorých sa mäso a niekedy aj mliečne výrobky nekonzumujú. Na žiadnom stole nesmie chýbať zelenina zo záhrady. K dispozícii je vždy aj koreňová zelenina vrátane mrkvy, cvikly, cibule a zemiakov. Gruzínciedia veľa zelených fazúl, špenátu, repy, kapusty, žihľavy a listnatej zeleniny. V Gruzínsku nemusí byť výber zeleniny taký rozmanitý, ale zelenina je zvyčajne miestna a sezónna.

**Fermentácia zeleniny** - kvasenie je účinným spôsobom, ako konzervovať zeleninu a poskytnúť tak kyslú príchuť, ktorú Gruzínci milujú k ich bohatým, mastným mäsovým jedlám. Gruzínske rodiny fermentujú najrôznejšie druhy zeleniny, od zelených paradajok a uhoriek až po chilli papričky, celé hlavy cesnaku a agátu, cibule, kukuricu a iné.

**Fazuľa** - sušená a čerstvá fazuľa sú gruzínsky základ. Či už sú to dusené alebo suché fazule, varené zelené fazule, ktoré sa objavujú na každej hostine. Fazuľa červená je bežná, ale koncom leta sa na trhoch nájde veľa iných odrôd, ako sú blede béžovej po takmer čiernu farbu. Existujú škvrnité fazule ako malé prepeličie vajcia.

**Paradajky** - gruzínske paradajky majú jedinečnú ružovú farbu. V sezóne, keď dozrieva, má vynikajúcu chuť a používa sa do rôznych šalátov a jedál.

**Listová zelenina** - Gruzínci milujú listovú zeleninu, medzi ktoré patrí pór, žihľava, kapusta, rukola, špenát, estragón. Taktiež sa kedysi používala marihuana, ktorá sa nachádza v hornatých oblastiach.

**Kukurica** - kukurica je základom v západnom Gruzínsku, najmä v Samegrelo. Mletá sušená kukuričná múčka podobná polente sa používa v ovsenej kaši, kaši so syrom a kukuričným chlebom.

**Cesnak** - cesnak sa používa najmä pri varení, pričom niektoré jedlá si vyžadujú celú hlavu cesnaku. Používa sa aj do orechových pást a je tiež obľúbený aj fermentovaný.

**Zrná a strukoviny** - poľnohospodárska biodiverzita Gruzínska pochádza zo staroveku. Dnešná kuchyňa stále obsahuje mnoho druhov obilia a strukovín, vrátane šošovice, fazuľe, cíceru a hrachu. Tieto rastliny poskytujú dôležité proteíny v období pôstu.

**Jonjoli** - dá sa nájsť v každom gruzínskom jedle. Sú to kvasené púčiky Klokoča Kaukazského. Rastlina ľahko rastie v Gruzínsku, v divočine aj v záhradách a jej neotvorené púčiky, ktoré sa solia a vkladajú do pohárov sa používajú na fermentovanie.<sup>28</sup>

Medzi ďalšiu zeleninu, ktorá nesmie chýbať v gruzínskej domácnosti je špargľa, repa, mrkva, karfiol, zeler, baklažán, brokolica, paštrnák, hrachové struky, reďkovka, cuketa, batáty.<sup>29</sup>

### 3.2 Ovocie

**Churchkhela** - vyzerá ako klobása, ale je vyrobená z orechov a redukovaného hroznového muštu alebo ovocnej šťavy. Vlašské orechy, lieskové orechy alebo iné orechy sa navliekajú na šnúry a ponoria sa do vareného muštu alebo šťavy zahustenej múkou. Nepridáva sa žiadny cukor. Zavesia sa na paličku a nechajú sa odležať kým nezaschnú. Je to národná pochúťka v celej krajine.

**Ovocie** - väčšina Gruzíncov má prístup k sedom v krajine. V sezóne predajcovia predávajú ovocie ako sú : čerešne, slivky, hrušky, broskyne, lesné plody, melóny, mandarínky, pomaranče a iné druhy ovocia, ktoré rastie v krajine.. Zaujímavosťou je, že okrem predaja v obchodoch sa ovocie predáva aj popri ceste. Medzi ďalšie druhy ovocia, ktoré sa používajú na varenie, patrí granátové jablko, čierne bobule, čučoriedky, moruše. Moruše sa sušia a používajú sa v dusenom mäse.

**Gozinaki** - jeden z mála tradičných gruzínskych dezertov vyrobený pre vianočné sviatky z medu a vlašských orechov.

**Granátové jablko** - toto ovocie sa používa v studenej kuchyni, predovšetkým k šalátom. Granátové jablko sa tiež vari a robí sa z neho omáčka, ktorá sa potom používa k mäsu a rybám. Tiež sa aj odšťavuje a robí sa z neho domáci sirup.

**Orechy** - orechy sú najdôležitejším aspektom v gruzínskej gastronómii a prispievajú k tomu, aby bola jeho kuchyňa tak jedinečná. Orechy rastú v celej krajine a orechy sa na trhoch predávajú v mnohých variáciách. Vlašské orechy sú najčastejšie v kuchyni západnom Gruzínsku, kde ich niekedy nahrádzajú lieskové orechy. Gruzínci vždy kupujú orechy v malom

---

<sup>28</sup> CAPALBO, Carla. *Tasting Georgia: a food and wine journey in the Caucasus*. Northampton, MA: Interlink Books, an imprint of Interlink Publishing Group, 2017. 463s. ISBN -13: 978-1-56656-059-7

<sup>29</sup> THESPRUCEEATS.COM. Georgia seasonal fruits and vegetables. [www.thespruceeats.com/](http://www.thespruceeats.com/) [online]. 2019 [cit. 2020-04-02]. Dostupné z <https://www.thespruceeats.com/georgia-seasonal-fruits-and-vegetables-2217175>

množstve, aby sa nepokazili. Skladujú ich v chladných miestnostiach, aby nezožltli a nezoxidovali, lebo by im mohli pokaziť jedlo, ktoré varili s láskou.<sup>30</sup>

Okrem týchto ovocí majú aj iné, ako sú čučoriedky, figy, jablká, mandarínky, pomaranče, hrozno, broskyne, slivky, hrušky, jahody, hurmi kaki.<sup>31</sup>

### 3.3 Koreniny a bylinky

**Semená koriandra** - všetky časti koriandra sú jedlé, ale čerstvé listy a sušené semená sú časti, ktoré sa pri gruzínskom varení tradične používajú. V skutočnosti nie je možné nájsť gruzínske jedlo, ktoré obsahuje čerstvé listy alebo semená koriandra.

**Okvetné lístky sušeného nechtíka lekárskeho** - Gruzínci používajú sušené a mleté okvetné lístky nechtíka, aby dodávali zemskej chuti a farbe vlašským jedlám a omáčkam, ako je bazhe.

**Semená rasce** - semená mletej rasce sú obľúbenou zložkou jedál pochádzajúcich z horských regiónov Gruzínska. Semená môžu byť pomleté v kávovom mlyne alebo mlynčeku na korenie, čím sa získa prášok.

**Bobkový list** - listy sa vo veľkej miere používajú pri príprave mäsových jedál, najmä bravčového mäsa. Používajú sa tiež v marinádach a pri varení niektorých zeleninových jedál. Medzi gruzínske recepty, ktoré používajú bobkové listy, patrí Lobio - obľúbené jedlo vyrobené z fazule a Lobio s orechmi.

**Svanetská soľ** - z oblasti Svaneti v hornatej severozápadnej časti Gruzínska má jedinečnú vôňu a chuť a tradične sa používa ako aróma pre rôzne jedlá z mäsa, rýb, zemiakov a polievok a ako korenie namiesto stolovej soli. Soľná zmes sa vyrába ručne v špeciálnej drevenej trecej miske z minimálne 8 ingrediencií, vrátane obvyčajnej soli, cesnaku, nechtíka lekárskeho, koriandra a modrej senovky gréckej.<sup>32</sup>

**Chilli** - chilli paprika je dôležitou súčasťou gruzínskej kuchyne a vyskytuje sa častejšie na západnej strane krajiny.

---

<sup>30</sup> CAPALBO, Carla. *Tasting Georgia: a food and wine journey in the Caucasus*. Northampton, MA: Interlink Books, an imprint of Interlink Publishing Group, 2017.463s. ISBN -13: 978-1-56656-059-7

<sup>31</sup> THESPRUCEEATS.COM. Georgia seasonal fruits and vegetables. [www.thespruceeats.com/](http://www.thespruceeats.com/) [online]. 2019 [cit. 2020-04-02]. Dostupné z <https://www.thespruceeats.com/georgia-seasonal-fruits-and-vegetables-2217175>

<sup>32</sup> GEORGIA4YOU.GE. popular spices and herbs. [www.georgia4you.ge/](http://www.georgia4you.ge/) [online]. 2012-2019 [cit. 2020-02-20]. Dostupné z <https://georgia4you.ge/what-to-do-in-georgia/food-wine-drinks/popular-spices-herbs>

**Kôpor** - je populárny po celej krajine, pridáva sa predovšetkým do šalátov, polievok ale slúži aj ako dekorácia k jedlám .

**Petržlen** - používa sa v mnohých jedlách, šalátoch. V Gruzínskej gastronómii je najčastejšie používaná petržlenová vňať. Predáva sa najčastejšie na trhoch, kde je vždy čerstvá.

**Estragón** - je najvýraznejšou čerstvou bylinkou v gruzínskej kuchyni a nachádza sa v mnohých jedlách. Začína to tiež na limonáde estragónu, smaragdovo zelenom sódovom šupe, ktorý sa dobre darí slanému gruzínskemu jedlu.

**Šafrán** - z okvetných lístkov oranžového šafránu je mleté svetlo žlté práškové korenie. Sušené lístky sa používajú aj na varenie. Šafrán má zemitú, mierne korenistú chuť a dodáva surovým a tepelne upraveným jedlám farbu.

**Bazalka** - bazalka sa nachádza v zelených a červených odrodách a používa sa v surových a varených pokrmoch a v šalátoch.<sup>33</sup>

**Modrá senovka grécka** - je trochu drobná, hoci je údajne endemická pre Gruzínsko. Vo svojej sušenej forme je jednou zo zložiek v Gruzínskej zmesi. Niektorí ľudia hovoria, že vôňa a chuť im pripomína štandardné indické jedlo.

**Khmeli Suneli** – je zmes korenín, ktorá sa líši v zložení a môže obsahovať až 20 rôznych sušených bylín a korenín. Zvyčajne sa jedná o sušené listy a semená senovky gréckej, koriander, fenikel, klinčeky, nechtík lekársky, mäta, kôpor, majoránka, yzop lekársky, petržlen, bazalka, chilli.<sup>34</sup>

### 3.4 Mliečne výrobky

**Maslo** - v Gruzínsku je všade, keďže takmer každý má prístup ku krave. Používa sa na varenie jedál a je aj základnou surovinou niektorých pokrmov. Najčastejšie sa konzumuje s Gruzínskym chlebom.

**Syr** - na Kaukaze sa vyrába neskutočný syr. Existujú desiatky gruzínskych odrôd syra, ktoré sa vyrábajú z mlieka kráv, oviec, byvolov a kôz. Mnohé sa vyrábajú na domácom trhu v obmedzených oblastiach, ale tu sú niektoré najznámejšie:

**Guda** - je vyrobený z 3 druhov: ovčie mlieko, kravské mlieko a zmes ovčieho a kravského mlieka. Originálnosť syra spočíva predovšetkým kvalitným mliekom získaným z gruzínskych

---

<sup>33</sup> CAPALBO, Carla. *Tasting Georgia: a food and wine journey in the Caucasus*. Northampton, MA: Interlink Books, an imprint of Interlink Publishing Group, 2017. 463s. ISBN -13: 978-1-56656-059-7

<sup>34</sup> HERCULES, Olia. *Kaukasis The Cookbook: The culinary journey through Georgia, Azerbaijan & beyond*. London: Octopus Publishing Group, 2017. 236s. ISBN-13: 978-1-78472-164-0.



plemien oviec a kráv pasúcich sa na vysokohorských trávnych porastoch. Syr dozrieva vo vreci vyrobenom z ovčej alebo teľacej kože.<sup>35</sup>

**Imeruli** - z Imereti, je syr z bieleho kravského mlieka, ktorý sa nachádza v celom Gruzínsku a je zvyčajne základom khachapuri so sulguni. Má príjemne kyslú chuť a pružnú textúru.

**Sulguni** - syr zo Samegrela. Sulguni má valcový tvar a je vyrobený z mlieka kravy, byvolov a kôz. Vyvoláva príjemnú vôňu a mierne slanú kyslú chuť. Textúra je hustá a elastická s vrstvami podobnými syrom talianskych, ako je mozzarella. Hmota má bielu alebo žltú farbu v závislosti od toho, či je údený alebo nie.<sup>36</sup>

**Tenili** - je vyrobený z vysoko tučného ovčieho alebo kravského mlieka v Meskheti v južnej časti Gruzínska.

**Chechili** - ďalší tvarohový syr obľúbený aj v Arménsku. často sa predáva pletené a niekedy sa fajčí.

**Matsoni** - je fermentovaný mliečny výrobok podobný jogurtu. Je krémová a má jemnú, kyslú alebo koláčovú chuť. Používa sa ako jeden z predjedál cesta pre khachapuri a iné plnené chleby a objavuje sa aj v mnohých receptoch.<sup>37</sup>

### 3.5 Omáčky a pasty

**Pasty** - pasty na báze orechov, najmä vlašské orechy a lieskové orechy na západnom pobreží Gruzínska sú kľúčovými prvkami gruzínskej kuchyne a používajú sa na k zeleninovým a mäsovým jedlám.<sup>38</sup>

**Omáčky** - gruzínske jedlá by neexistovali bez omáčok, ktoré dopĺňajú nespočetne mnoho jedál. Najznámejšie sú :<sup>39</sup>

---

<sup>35</sup> GUDA.GE. Guda cheese. [Www.guda.ge/](http://guda.ge/) [online]. 2016 - 2020 [cit. 2020-02-06]. Dostupné z <http://guda.ge/eng/static/82/gudis-kveli>

<sup>36</sup> CHEESE.COM. Sulguni. [Www.cheese.com/](https://cheese.com/sulguni/) [online]. 2020 [cit. 2020-02-06]. Dostupné z <https://cheese.com/sulguni/>

<sup>37</sup> CAPALBO, Carla. *Tasting Georgia: a food and wine journey in the Caucasus*. Northampton, MA: Interlink Books, an imprint of Interlink Publishing Group, 2017.463s. ISBN -13: 978-1-56656-059-7

<sup>38</sup> CAPALBO, Carla. *Tasting Georgia: a food and wine journey in the Caucasus*. Northampton, MA: Interlink Books, an imprint of Interlink Publishing Group, 2017.463s. ISBN -13: 978-1-56656-059-7

<sup>39</sup> CAPALBO, Carla. *Tasting Georgia: a food and wine journey in the Caucasus*. Northampton, MA: Interlink Books, an imprint of Interlink Publishing Group, 2017.463s. ISBN -13: 978-1-56656-059-7

**Tkemali** - v Gruzínsku začínajú robiť túto omáčku skôr než začnú dozrievať prvé slivky. Počas sezóny chuť sliviek sa mení z kyslej na sladkú a tak možno rozoznať, kedy bola omáčka vyrobená. Neskôr sa pridajú koreniny a bylinky, ktoré dodávajú skvelú chuť.<sup>40</sup>

**Tklapi** - je ovocná koža, vyrobená z ovocia, ktoré bolo prevarené, pretiahnuté a tenké na rovnom povrchu. Tklapi sa konzumuje ako zákusok alebo občerstvenie, alebo ho možno zmäkčiť v horúcej vode, aby sa duseným a omáčkam pridala kyslosť.<sup>41</sup>

**Ajika** - Gruzínci ju volajú záchranou pretože dokáže priviesť každé jedlo k životu. Je to veľmi štiplavá omáčka. Žiadny Gruzínsky stôl sa nezaobíde bez tejto omáčky. Je vyrobená z chilli, korenia, koriandru, feniklu a senovky gréckej.<sup>42</sup>

## 4 TRADIČNÉ NÁPOJE

### 4.1 Gruzínske Víno

Víno je pre Gruzíncov vecou hrdosti, pre nich žiadny z ich hostí nesmie mať pohár, ktorý je viac ako do polovice prázdny. Víno je ústredným bodom tradičného gruzínskeho sviatku a je ľahké pochopiť, prečo sú prepojené dejiny Gruzínska a história vína. O Gruzínsku sa hovorí, že je na prvom mieste na svete, kde sa hrozno pestuje na výrobu vína. Stovky skúseností tieto procesy rafinovali, ale tradičné víno v Gruzínsku sa vyrába rovnakým spôsobom ako vždy. Ak niekto navštívi supru v prírode, je pravdepodobné, že hostelia si pripravujú svoje vlastné domáce víno. Domáce víno sa uchováva vo veľkých hlinených nádobách zvaných qevri, ktoré sú natoľko veľké že sa zdá, že víno pri stole nikdy nevyteká, je dosť pravdepodobné, že za ten celý čas sa čerpá z jedného z nich celý večer. Gruzínske víno si získava na popularite po celom svete a dá sa ľahko získať z dobrej vinotéky alebo online, ak ho chcete na svoje sviatky.<sup>43</sup>

Už po stáročia sa Gruzínci zameriavajú na starodávnu a výraznú gruzínsku tradíciu výroby vína vo veľkých hlinených nádobách, ktoré bolo uznané organizáciou UNESCO za nehmotné

---

<sup>40</sup> TUSKADZE, Tiko. *Supra: a feast of Georgian cooking*. London: Pavilion, 2017. 240s. ISBN- 13: 978-1-91121-616-2.

<sup>41</sup> CAPALBO, Carla. *Tasting Georgia: a food and wine journey in the Caucasus*. Northampton, MA: Interlink Books, an imprint of Interlink Publishing Group, 2017. 463s. ISBN -13: 978-1-56656-059-7

<sup>42</sup> TUSKADZE, Tiko. *Supra: a feast of Georgian cooking*. London: Pavilion, 2017. 240s. ISBN- 13: 978-1-91121-616-2.

<sup>43</sup> TUSKADZE, Tiko. *Supra: a feast of Georgian cooking*. London: Pavilion, 2017. 240s. ISBN- 13: 978-1-91121-616-2.

kultúrne dedičstvo. Gruzínsko sa snaží podporovať domácich vinárov tak že im prispieva na produkciu vína aby ich kultúrne dedičstvo nezaniklo. V porovnaní s miliónmi fliaš vyrobených v oceľových nádržiach alebo drevených sudoch veľkými komerčnými vinárstvami, ktoré tvoria väčšinu vývozného balíka Gruzínska, väčšina z toho smeruje do Ruska a krajín východného bloku. Mnohí ďalší menší vinári vyrábajú víno starodávnym spôsobom pre svoje mnohopočetné rodiny. Ich význam sa však nedá nadhodnotiť a sú neoddeliteľnou súčasťou histórie. Nielen, že sú držiteľmi historickej vinárskej tradície, ale práve tieto vína priťahujú veľký záujem nadšencov vína z celého sveta do Gruzínska. Domáci vinári sa pre Gruzínsko stali kultúrnymi vyslancami: ich vína sa dostali na vínne lístky mnohých najlepších medzinárodných reštaurácií a ich jedinečná metóda vedie v Gruzínsku vinný turizmus, ktorý láka ľudí z celého sveta.<sup>44</sup>

## 4.2 Víno vyrábané v Qvevri

Qvevri je hlinená nádoba ktorá je uložená hlboko v zemi a dokáže tak udržiavať víno v stabilnej teplote, ktorú potrebuje. Po vypálení sa so včelím voskom ručne robené hlinené nádoby impregnujú, aby sa zatvorili póry okolo ílovitých prasklín. Následne sa celá nádoba zadrôtuje a ukotví tak, aby tlak vína pri kvasení alebo aj počas chvenia zeme neroztrhlo nádobu.

Qvevri sú vložené až po vrch v hline. Na dedinách sa v čase zberu hrozna bobuľky drvia buď nohami alebo častokrát pomocou ručného stroja a následne sú vložené do qvevri. Fabriky používajú mechanický drvič, kde sa následne čerpá alebo sa nechá hrozno priamo vyšťaviť do predom vyčisteného qvevri. V závislosti od štýlu regiónu alebo vinárov môže víno obsahovať aj stonky. Vinári, ktorí pestujú svoje vínne révy bez herbicídov a pesticídov, sa spoliehajú na divoké alebo spontánne kvasinky, ktoré obsahuje hroznová koža, aby vyvolali alkoholovú fermentáciu. Vinári nepoužívajú žiadne chemické korektory. Niekedy sa do qvevri hodí malé množstvo sulfitového papiera ktorý sa zapáli, aby sa hlinená nádoba dezinfikovala a vyčistila skôr, ako sa naplní vínom.

Počas kvasenia sa viečko zapečatí a následne kvasí 3 až 6 mesiacov bez akéhokoľvek zásahu. Sú prípady kedy sa víno nechalo v qvevri niekoľko rokov. Toto víno je spravidla suché a pri fľaškovani sa nefiltrujú ani nesíria. Farba týchto vín je sýta niekedy sa zafarbí do oranžovej ba aj jantárovej farby vďaka tomu, že víno kvasí spolu so šupkami hrozna.<sup>45</sup>

---

<sup>44</sup> CAPALBO, Carla. *Tasting Georgia: a food and wine journey in the Caucasus*. Northampton, MA: Interlink Books, an imprint of Interlink Publishing Group, 2017.463s. ISBN -13: 978-1-56656-059-7

<sup>45</sup> CAPALBO, Carla. *Tasting Georgia: a food and wine journey in the Caucasus*. Northampton, MA: Interlink Books, an imprint of Interlink Publishing Group, 2017.463s. ISBN -13: 978-1-56656-059-7

## 5 TRADIČNÉ JEDLÁ

### 5.1 Domáce jedlá

#### Khinkali

Je to národné jedlo Gruzínska. Normálne sa vyrába z bravčového, hovädzieho, jahňacieho mäsa. V niektorých domácnostiach sa používa aj husacie mäso. Niektorý robia plnku tak, aby bola skôr tekutá než tuhá, pretože bude obsahovať viac šťavy. Tradične sa Khinkali konzumuje iba s čiernym korením, ktoré je posypané na vrchu. Zaujímavosťou je, že sa robia vo veľkých množstvách, pretože sa pripravujú pre celú rodinu.<sup>46</sup>

Príprava je jednoduchá: cesto sa pripravuje z múky, do ktorej sa pridá slaná voda. Cesto by malo byť tvrdé a vyvalkané s hrúbkou minimálne 4 centimetre. Neskôr sa cesto naplní a poskladá do batôžteka a hodí sa do vriacej slanej vody. Počas varenia by sa hrniec mali Khinkali miešať, aby sa o seba neprilepili. Keď sa Khinkali začnú vznášať na vode je to znamenie, že už sú hotové a pripravené na jedenie. Je potrebné si ich pokoreniť, aby šťava a mäso dostali tu správnu chuť. Na rôznych miestach Gruzínska sa Khinkali vyrába podľa rôznych tradícií.<sup>47</sup>

#### Khachapuri

**Imeretské Khachapuri** je mäkké cesto, ktoré sa vyrába z Matsoni a do cesta sa vkladá náplň zo syra zmiešaného s vajcami. Pečie sa na panvici, na bravčovej masti alebo sa môže piecť aj v rúre. Ak sa pečie v rúre, je dobré dať na vrch troška masla, aby bolo khachapuri jemnejšie a mäkkšie.<sup>48</sup>

**Mengrélske Khachapuri** je to najznámejšie jedlo v Gruzínsku, robené z postrúhaného syra, na vrchu, ale aj vo vnútri. Je to podobné Imeretskému Khachapuri. Cesto sa naplní syrom

---

<sup>46</sup> HERCULES, Olia. *Kaukasis The Cookbook: The culinary journey through Georgia, Azerbaijan & beyond*. London: Octopus Publishing Group, 2017. 236s. ISBN-13: 978-1-78472-164-0.

<sup>47</sup> KVATASHIDZE, Nana. *Welcome to Georgia*. Georgia: Art PresentLtd., [2010], 176s. ISBN -13: 978-9941-0-8893-3.

<sup>48</sup> KVATASHIDZE, Nana. *Welcome to Georgia*. Georgia: Art PresentLtd., [2010], 176s. ISBN -13: 978-9941-0-8893-3.

zmiešaným z vajcom a nechá sa piecť, až kým syr na vrchu není upečený do zlata. Nakoniec môžeme potrieť maslom aby malo jemnú chuť.<sup>49</sup>

**Adjarské Khachapuri** je jedno z najkonickejších khachapuri v Gruzínsku. Má tvar lode pretože región sa nachádza pri Čiernom mori, kde sú lode každodennou súčasťou. Na výrobu sa používa Imeretský syr. Cesto sa vytvaruje do tvare lode, kde sa naplní a posype sa syrom. Na vrch sa dáva ešte vajce a maslo. Nakoniec, keď je cesto hotové, vajce a maslo sa rozmiešajú a spoja sa so syrom vo vnútri.<sup>50</sup>

## Šašlik

Základnou surovinou je najkvalitnejšie mäso, či už bravčové, hovädzie, kuracie, jahňacie. V niektorých regiónoch ako je Kakheti, sa mäso napichuje na hroznové tyčky, aby dodalo mäsu chuť. Mäso je nakrájané na kocky, ktoré sa napichnú na oceľové špajdle a potom sa rozmiestnia na predom vyhriaty gril, kde sa opekajú do zlata na pahrebe. Niektorí Gruzínci používajú miesto dreva odrezané výhonky viniča. Akonáhle je mäso upečené, dá sa do hrnca, kde je zmes cibule a granátového jablka. Cibulka dodá mäsu jemnosť, zatiaľ čo granátové jablko kyslosť.<sup>51</sup>

## Chakhapuli

Teľacie alebo jahňacie mäso nasekané na malé kúsky sa vložia do hrnca a následne sa pridajú estragón, cibuľa, koriander, cesnak, soľ. Následne sa pridá biele víno, trošku vody a nechá sa variť 1,5 hodiny. Nakoniec sa pridá do polievky trošku tkemali a nechá sa ďalších 5 minút variť. Nakoniec vznikne pekná konzistencia.<sup>52</sup>

## Chikhirtma

---

<sup>49 49</sup> KVATASHIDZE, Nana. *Welcome to Georgia*. Georgia: Art PresentLtd., [2010], 176s. ISBN -13: 978-9941-0-8893-3.

<sup>50</sup> TUSKADZE, Tiko. *Supra: a feast of Georgian cooking*. London: Pavilion, 2017. 240s. ISBN- 13: 978-1-91121-616-2.

<sup>51</sup> HERCULES, Olia. *Kaukasis The Cookbook: The culinary journey through Georgia, Azerbaijan & beyond*. London: Octopus Publishing Group, 2017. 236s. ISBN-13: 978-1-78472-164-0.

<sup>52</sup> KVATASHIDZE, Nana. *Welcome to Georgia*. Georgia: Art PresentLtd., [2010], 176s. ISBN -13: 978-9941-0-8893-3.

Najznámejšia kuracia polievka v Gruzínsku. Je to zmes kuracieho vývaru, octu, vajec, múky, korenia, a zelenín. Polievka má tak jemne kyslú chuť a krémovú konzistenciu. Doporučuje sa ju konzumovať horúcu a dozdobiť koriandrom. Gruzínci ju jedia hlavne keď majú opicu.<sup>53</sup>

### **Shkmeruli**

Je to rozporcované pečené kurča, ktoré sa najprv upečie a neskôr sa pridá do omáčky z cesnaku, masla a mlieku. Toto kurča sa potom vloží do hlinenej nádoby, ktorá sa vola ketsi a je nato, aby udržala chuť a šťavnatosť jedla. Tento recept pochádza pôvodne z regiónu Racha. Samozrejme že každý región ma svoje vlastné shkmeruli.<sup>54</sup>

## **6 GRUZÍNSKE SVIATKY**

### **6.1 Zvyky a Tradície počas sviatkov**

#### **1. Január Nový rok**

Nový rok v je Gruzínsku jednou z najdôležitejších osláv a každý, bez ohľadu na vek, naň netrpezlivo celý rok čaká. Už dva mesiace pred novým rokom začínajú všetko pripravovať . Ulice sú vyzdobené prekrásnymi vianočnými svetlami všade na uliciach sa spievajú vianočné pesničky. Gruzínci sa aj teraz stretávajú v kruhu rodiny, s kamarátmi aby oslávili tento nádherný sviatok.

Novoročný stôl je plný chutných jedál ako sú satsivi, khachapuri, šašlik, syry, gozinaki, churchela, šaláty, polievky a mnoho ďalších.

Samozrejme nesmie chýbať víno, ktorého je hojne. Opäť aj tu tamada prednáša svoje príhovory a spievajú sa tradičné piesne a tancuje sa až do skorého rána.

---

<sup>53</sup> TASTEATLAS.COM. Chikhirtma.. *Wwww.tasteatlas.com/* [online]. 2020 [cit.2020-04-05]. Dostupné z <https://www.tasteatlas.com/chikhirtma>

<sup>54</sup> KVATASHIDZE, Nana. *Welcome to Georgia*. Georgia: Art Present Ltd., [2010], 176s. ISBN -13: 978-9941-0-8893-3.

Presne o pól noci sa púšťajú ohňostroje a je to preto lebo podľa legendy každý výstrel zasiahne zlého ducha.<sup>55</sup>

## 7. Január Pravoslávne Vianoce

Vianoce sa v Gruzínsku oslavujú už po stáročia. Ľudia ich čakajú s veľkou túžbou. Vianoce sa v Gruzínsku oslavujú vo všetkých kostoloch krajiny, kedy začína slávnostná bohoslužba. V Tbilisi sa koná v katedrále Najsvätejšej Trojice.

Po bohoslužbe, sa začína najzaujímavejší slávnostný sprievod, ktorý sa nazýva "Alilo".

Alilo je vianočný spev, ktorý končí v noci pred Vianocami. Po modlitbe, sa festival presúva z kostolov do ulíc. Slávnostný sprievod v Tbilisi začína na hlavnom námestí. Každý rok sa na ňom zúčastňujú kňazi, farníci z rôznych cirkví, bežní občania a okoloidúci. Pred sprievodom vždy idú deti, ktoré zosobňujú anjelov. Ich hlavy sú zdobené vencami z krásnych prírodných kvetov, ktoré si sami robia doma. Nasledujú pastieri, ktorí symbolicky poukazujú na pastierov, ktorí oznámili narodenie Ježiša Krista a za nimi idú kňazi.

Vždy majú so sebou aj vozy kde okoloidúci môžu prispieť chudobným ľuďom alebo deťom bez domova, aby aj oni zažili ducha vianoc.<sup>56</sup>

### Veľká noc

Veľkonočné sviatky sa v Gruzínsku oslavujú súčasne s celým pravoslávny svetom. Príprava sa začína vopred - ženy v domácnosti sa zaoberajú čistením, maľovaním vajec, pečením veľkonočných koláčov. Gruzínski pravoslávni kresťania, hlboko prežívajú Veľký piatok ako najsmutnejší a najvýznamnejší deň v roku. V tento deň nielenže nejedia, ale tiež nepracujú, trávajú celý deň v kostole.

Počas tohto sviatku sa ľudia vydávajú na cintoríny za svojimi blízkymi a nosia im zafarbené vajíčka, jedlo a alkohol. Spomienku na zosnulých sprevádza piknik priamo na cintoríne, kedy

---

<sup>55</sup> TRANSPORTOSKOLA.RU. Sviatky v Gruzínsku. Sviatky v Gruzínsku: štátne sviatky a festivaly, najmä oslavy, štátne sviatky v Gruzínsku. *Www. transportoskola.ru/* [online]. 2019 [cit.2020-04-05]. Dostupné z <https://transportoskola.ru/sk/zhivotnye/prazdniki-v-gruzii-prazdniki-v-gruzii-nacionalnye-prazdniki-i-festivali/>

<sup>56</sup> TRANSPORTOSKOLA.RU. Sviatky v Gruzínsku. Sviatky v Gruzínsku: štátne sviatky a festivaly, najmä oslavy, štátne sviatky v Gruzínsku. *Www. transportoskola.ru/* [online]. 2019 [cit.2020-04-05]. Dostupné z <https://transportoskola.ru/sk/zhivotnye/prazdniki-v-gruzii-prazdniki-v-gruzii-nacionalnye-prazdniki-i-festivali/>

sa rodina za svojich mŕtvych príbuzných pomodlí, najedia sa s nimi a potom im odložia jedlo a víno.<sup>57</sup>

### **9. mája: Deň víťazstva**

Gruzínsko významne prispelo k víťazstvu v Druhej svetovej vojne. Zúčastnilo sa ho 700 tisíc gruzínskych vojakov, keďže patrili pod Sovietsku Úniu. Z nich sa iba 300 tisíc vojakov sa vrátilo domov. Oslava v Tbilisi začína stretnutím veteránov v najväčšom parku. Veteráni kladú kvety pri hrobe neznáameho vojaka a pamätníku víťazstva. Gruzínci sú veľmi hrdý a každoročne usporiadávajú pochod ulicami, ktorého súčasťou je aj prehliadka armádnej techniky.<sup>58</sup>

### **26. mája: Deň nezávislosti**

Deň nezávislosti je deň voľna a oslavuje sa od roku 1991 po opustení ZSSR. 26. mája 1918 bola po 117 rokoch pôsobenia v Ruskej ríši vyhlásená štátna nezávislosť krajiny. Gruzínski brancovia v tento deň tradične zložili prisahu. Vždy v tento deň sa konajú prehliadky armádnej techniky od najstaršej po najnovšiu, kde ľudia môžu taktiež vidieť veteránov ktorý bojovali za vlasť. V tento deň je uzatvorená ulica kde je množstvo jedla, pitia, suvenírov, taktiež rôzne koncerty až do samého večera.<sup>59</sup>

---

<sup>57</sup> TRANSPORTOSKOLA.RU. Sviatky v Gruzínsku. Sviatky v Gruzínsku: štátne sviatky a festivaly, najmä oslavy, štátne sviatky v Gruzínsku. *Www. transportoskola.ru/* [online]. 2019 [cit.2020-04-05]. Dostupné z <https://transportoskola.ru/sk/zhivotnye/prazdniki-v-gruzii-prazdniki-v-gruzii-nacionalnye-prazdniki-i-festivali>

<sup>58</sup> TRANSPORTOSKOLA.RU. Sviatky v Gruzínsku. Sviatky v Gruzínsku: štátne sviatky a festivaly, najmä oslavy, štátne sviatky v Gruzínsku. *Www. transportoskola.ru/* [online]. 2019 [cit.2020-04-05]. Dostupné z <https://transportoskola.ru/sk/zhivotnye/prazdniki-v-gruzii-prazdniki-v-gruzii-nacionalnye-prazdniki-i-festivali>

<sup>59</sup> TRANSPORTOSKOLA.RU. Sviatky v Gruzínsku. Sviatky v Gruzínsku: štátne sviatky a festivaly, najmä oslavy, štátne sviatky v Gruzínsku. *Www. transportoskola.ru/* [online]. 2019 [cit.2020-04-05]. Dostupné z <https://transportoskola.ru/sk/zhivotnye/prazdniki-v-gruzii-prazdniki-v-gruzii-nacionalnye-prazdniki-i-festivali>



## **II. PRAKTICKÁ ČASŤ**

## 7 VYHODNOTENIE ŠPECIALÍT GRUZÍNSKEJ KUCHYNE

### 7.1 Typické menu Gruzínskej kuchyne

V tejto kapitole sú vypracované jedálny a nápojový lístok typických jedál a nápojov podávaných v gruzínskej gastronómii. Ako predloha mi slúžila Gruzie restaurant v Prahe. a Melnica restaurant v Tbilisi .

#### 7.1.1 Jedálny lístok

##### STUDENÉ PREDKRMY :

**Pkhali 7 ks** - nátierka z vlašských orechov, špenátu, marinovaných papriek, baklažánu, červenej repy a gruzínskeho korenia, zdobená granátovým jablkom a doplnená o gruzínsky kurací šalát

**Badrijani 4 ks** - baklažány, plnené orechovou plnkou s korením a s granátovými zrnami

**Dolma, 5 ks** - listy viniča, plnené mletým mäsom

##### ZELENINOVÝ ŠALÁT A MARINOVANÁ ZELENINA

**Zeleň 180g** - čerstvé gruzínsky bylinky - pažítka, jarná cibuľka, petržlen, kudrnka, estragón, koriander

**Kitris da Pomidvris** - zeleninový šalát uhorky, paprika, paradajky, cibuľa, čerstvé bylinky, orechy

**Solenie 350g** - nakladaná zelenina na gruzínsky spôsob - uhorky, papriky, kapusta, zelené paradajky, karfiol, mrkva, jonjoli

**Adžabsandali (2v1) 250g** - grilovaná zelenina (paprika, baklažán, mrkva) s chilli, paradajkovou omáčkou, gruzínskym korením-možno podávať ako za studena, tak i za tepla  
Kaukazský šalát s hovädzím jazykom

## **POLIEVKY**

**Kharcho** - tradičné gruzínska polievka z mäsa a trené ryže, s čiernym a červeným vonným korením

**Chikhirtma** - slepačia polievka so šľahaným vajcami, octom, zeleninou

**Boršč** - tradičná polievka z červenej repy, hovädzieho mäsa, mrkvy, zemiakov, kôpru a kyslej smotany

## **DOMÁCE GRUZÍNSKE CHLEBY**

**Lavaš** - domáci chlieb svetlý alebo tmavý

**Mchadi** - kukuričný chlieb - vhodné na jedenie Lobia

## **CHAČAPURI**

**Chačapuri Imeruli** - guľatá placka plnená syrom Imereti

**Chačapuri Adžaruli** - upečené cesto v tvare lodičky, plnené syrom, surovým vajcom a maslom

**Chačapuri Megruli** - klasické Chačapuri s syrom

**Chačapuri Kubdari** - guľatá placka plnená mäsom (hovädzie, bravčové)

**Chačapuri Lobiani** - guľatá placka plnená fazuľou

**Chačapuri Mkhlovani** - guľatá placka plnená syrom a špenátom

## **HLAVNÉ JEDLÁ**

**Lobio** - varené gruzínskej fazuľa so zeleninou a čerstvými bylinkami servírované v keramickej miske

**Khinkali 5ks** - batôžtek plnený mletým mäsom, petržlenu a koriandrom

**Puhlama 200g** - teľacie mäso podávané vo smotanovo-majonézové omáčke s cesnakom zemiakmi, paradajkami a bylinkami

**Teľacie Saperavi 300g** - teľacie mäso pripravované a podávané v omáčke z gruzínskeho červeného vína Saperavi

**Ostri 350g** - Hovädzie mäso v pikantnej šťave pripomínajúce guláš

**Madame Bovary 400g** - teľacie a kuracie mäso so zemiakmi a majonézou so syrom hore, podávané v Ketsi (hlinená miska)

**Ojakhuri 350g** - bravčové mäso, zemiaky, cibuľa, cesnak, paradajky, paprika červená a gruzínske korenia

**Chakhokhbili 300g** - gruzínska národná špecialita, pripravená z kuracieho mäsa, paradajok, koriandra, papriky a cesnaku

**Kurča Tapaka 1000g** - celé kura pečené do chrumkava

**Shkmeruli 500g** - tradičné gruzínskej pokrm z regiónu Racha. Pečené kura s omáčkou z mlieka, smotany a cesnaku, podávané v ketsi

**Kurča Tkhemáši 500g** - pečené kura podávané s tradičnou gruzínskou omáčkou tkemali z divých sliviek

**Kurča Adžika 500g** - pečené kura s omáčkou s adžiky

## ŠPECIALITY Z GRILU

**Šašlik 300g** - opečený šašlik z bravčového mäsa podávaný s rôznymi druhmi omáčok

**Šašlik 350g** - opečený šašlik s bravčových rebier podávaný s rôznymi druhmi omáčok

**Šašlik 300g** - opečený šašlik z teľacieho mäsa podávaný s rôznymi druhmi omáčok

**Šašlik 350g** - opečený jahňacie šašlik podávaný s rôznymi druhmi omáčok

**Šašlik 300g** - opečený kuracie šašlik podávaný s rôznymi druhmi omáčok

**Šašlik 250g** - opečený šašlik z bieleho jesetera podávaný s rôznymi druhmi omáčok

**Šašlik 600g** - opečené zelenina a bylinkami podávaný s rôznymi druhmi omáčok

**Šašlik 250g** - opečený šašlik z lososa podávaný s ryžou a paprikou

**KEBAB 280g** - grilované bravčové, teľacie a jahňacie mleté mäso podávané v chlebe

**Bravčový steak "Kazbek" 700g** - bravčový steak na ohni, s opečeným zemiakmi, kapustovým šalátom a omáčkou

**Mäsová zmes "Kolchida" pre 3-4.osoby 1200g** - zmes šašlikov / bravčový, jahňacie, kuracie, teľacie + gruzínsky šalát + opečený zemiak + omáčky

## GRUZÍNSKE OMÁČKY

**Tkemali** - sladkokyslá, mierne štiplavá omáčka, pripravuje sa zo sliviek, cesnaku, koriandra, kôpru a chilli

**Ajika** - pálivá pasta z chilli, koriandra, cesnaku a gruzínskych korenia

**Narsharab** - omáčka z granátových jabĺk

**Satsibeli** - paradajková omáčka s cesnakom a zmesou gruzínskeho korenia

**Kyslá smotana**

**Kyslá smotana s cesnakom a kôprom**

**Horčica**

**Majonéza**

**Majonéza s cesnakom**

**Tatárska omáčka**

## **GRUZÍNSKE PRÍLOHY**

**Opečené zemiaky «Tabakuri» 300g** - opečené zemiaky s cibuľou, cesnakom, bylinkami, zelenú, paprikou, koriandrom a gruzínskym korením

**Soko Kecze 300g** - huby s syrom a korením podávané v rozpálenej hlinenej nádobe Ketsi.

**Savašam 100g** - ryža s paprikou

Americké zemiaky 100g.

Ryža biela 100g.

## **DOMÁCE DEZERTY**

**Churchkhela** - tradičné gruzínska sladkosť, orechy obalené v šťave z hrozna

**Kada** - tradičné gruzínska sladká placka s cukrom

**Baklava** - tradičné sladké pečivo je vyrobené z lístkového cesta, plnené orechmi a osladenej sirupom a medom

**Napoleon** - dezert tenkého lístkového cesta s nadýchaným krémom

**Pincher** - domáca torta z nadýchaného cesta a šľahačky s čokoládou

Zmrzlina podľa dennej ponuky 3.kopčeky

### **7.1.2 Nápojový lístok**

## **GIN**

Beefeater 0,04

Hendricks 0,04

Bombay Sapphire 0,04

Tanqueray 0,04

## **VODKA**

Absolut 0,04

Ruskij Standard 0,04

Nemiroff 0,04

## **WHISKEY**

Ballantines 0,04

Jameson 0,04

Jack Daniels 0,04

## **RUM**

Captain Morgan 0,04

Diplomatico 0,04

Zacapa 0,04

Pacto Navio 0,04

## **GRUZÍNSKE BRANDY**

Gruzignac 0,04

Sarajishvili 0,04

Sarajishvili V.S.O.P. 0,04

Sarajishvili X.O. 0,04



## **GRUZÍNSKA CHACHA**

Chacha Classic 0,04

## **GRUZÍNSKE VÍNA**

Tsinandali 0,75

Kindzmarauli 0,75

Saperavi 0,75

Kvanchara 075

Alazany Valley 0,75

Mukuzani 0,75

## **NEALKOHOLICKÉ NÁPOJE**

Fanta, Cola, Sprite 300 ml

Redbull 250 ml

Tonic 250 ml

## **DŽÚSY**

Granátové jablko

Slivka

## **MALINOVKY**

Čierna malina 750 ml

Višňa 750 ml

Čučoriedka 750 ml

## **LIMONÁDY**

Hruška 750 ml

Estragón 750 ml

Citrón 750ml

Vinná réva 750 ml

## **TEPLÉ NÁPOJE**

Gruzínska káva v džezve

Gruzínsky zelený čaj



## 7.2 Príklady menu pri významných sviatkoch

Ako bolo spomenuté v teoretickej časti, Gruzínci majú svoje vlastné sviatky, počas ktorých majú zaužívaných pár tradícií a zvykov. Jedným takým zvykom je špeciálne menu, jedál a nápojov počas sviatkov. Počas tohto sviatku môžu aj nemusia dodržiavať tieto tradície. Vyber jedla závisí najmä od rodiny, alebo od regiónu. V dnešnej dobe, si viac tradícií uctieva staršia generácia, ktorej populácia stále klesá. Je dôležité spomenúť, že aj keď majú počas sviatkov špeciálne menu na stole, nesmie chýbať jedlo, ktoré konzumujú počas celého roka. V dnešnej dobe mladí ľudia chodia do reštaurácii, kde sviatočné menu nemajú.

### **Nový rok** - Nakladaná kapusta

- Chačapuri plnené syrom vo vnútri
- Syr posypaný mäťou s chlebom
- Kyslá kapusta s vlašskými orechmi
- Pečené kurča
- Pečené prasa v celku
- Hovädzia paštéta
- Ovocie
- Tradičné omáčky k jedlám
- Vyprážený jeseter
- Churchkhela
- Baklava
- Víno, Koňak, Malinovky

### **Vianoce** - Tradičné vianočné Khachapuri

- Paradajkovo uhorkový šalát s orechmi
- Šašlik
- Khinkhali
- Satsivi
- Boršč
- Kharcho
- Sulguni

Víno, Koňak, Malinovky

**Veľká Noc** - Jahňacie grilované mäso v celku

Šašlik z jahňaciny

Paska – špeciálny koláč

Chakhapuli

Nigvzaini Badrijani

Víno, Koňak, Malinovky

**Deň svätej Nino** – Lobio

Kuracie droby s orechmi

Upečené kuracie mäso s fazuľovými strukmi

Víno

Ovocie

Khinkhali

Khachapuri

Šašlik

Víno, Koňak, Malinovky

**Vinobranie v Kakheti** - Hovädzie karé na grile

Khashlama

Chakapuli

Chikhirtma

Lavaš

Víno

Guda a sulguni syr s bylinkami

Churchkhela

### **III. NÁVRHOVÁ ČASŤ**

## **8 DOPORUČENIE MENU PRE NAŠE GASTRONOMICKÉ ZARIADENIA**

V tejto kapitole je navrhnuté doporučené menu pre naše gastronomické zariadenia ktoré vychádza z najzaujímavejších tradičných pokrmov podávaných v Gruzínsku.

### **8.1 Nápojový lístok**



### **Minerálne vody**

Minerálna perlivá voda Borjomi  
Minerálna perlivá voda Nabeghlavi  
Voda z horského prameňa Sarime

### **Nealkoholické nápoje**

Fanta, Cola, Sprite  
Redbull  
Tonic

### **Džúsy - Georgian Nectar**

Granátové jablko  
Slivka  
Čierna malina  
Višňa  
Čučoriedka

### **Gruzínske limonády**

Hruška  
Estragón  
Citrón  
Vinná réva

### **Teplé nápoje**

Gruzínska káva v džezve  
Gruzínsky zelený čaj

### **Pivo**

Natachtari fľaškové  
Argo fľaškové

### **Brandy**

Sarajashvili  
Gruzignac

Old Kakheti

### **Gruzínske vína**

Biele - Tsinandali

Telani

Kakheti

Alazani

Červené – Saperavi

Kidzmarauli

Kvanchara

### **Šampanské**

Bagrationi

Hubert De luxe

### **Pálenky**

Chacha



## 8.2 Jedálny lístok

### Predkrmy:

**Pkhaki** - pomazánka ktorá je z vlašských orechov, špenátu, papriky, červenej repy a gruzínskeho korenia a na vrchu posypané granátovým jablkom.

**Dolma** - vinné listy plnené mletým hovädzím mäsom so smotanovým dípom

Baklažánové rolky s krémovou plnkou a vlašskými orechmi

### Zeleninové šaláty:

**Gruzínsky zeleninový šalát** - uhorka, paradajka, cibuľka, petržlenová vňať, soľ, korenie a vlašské orechy

**Adžapsandal** - grilovaná zelenina s chilli a paradajkovou omáčkou

### Polievky:

**Kharcho** - polievka s hovädzím mäsom s čiernym a červeným korením

**Chichitma** - slepačia polievka so šľahanými vajcami, octom, zeleninou

**Boršč** - polievka s čerstvej repy, hovädzieho mäsa, mrkvy, zemiakov, kôprom a smotanou

### Hlavné jedlo:

**Chačapuri Imeruli** - plnený syrom

**Chačapuri Adjaruli** - plnený syrom a zapečený spolu so surovým vajcom

**Chačapuri Megruli** - so syrom plneným vo vnútri a aj so syrom na vrchu

**Khinkali** - plnené hovädzím, bravčovým, jahňacím mäsom ale aj so syrom

**Shkmeruli** - pečené kurča na cesnaku so smotanou podávané v ketsi

**Šašlik** - hovädzí, bravčový, kurací, jahňací na karamelizovanej cibuľke posypaný čerstvým koriandrom.

### Ryby:

**Pečený jeseter** - na grile s granátovou šťavou a so zeleninou

**Pečený sumec** - na masle s bylinkovým dípom

### Domáce chleby:

**Lavaš** - vhodný ku šalátom, polievke, hlavnému jedlu

**Mtsvadi** - kukuričný chlieb vhodný ku šalátom, polievke, hlavnému jedlu

**Dezerty:**

**Churchkhela** - orechy obalené v hroznovej šťave

**Baklava** - sladké pečivo z lístkového cesta plnené orechmi

## 9 TÝŽDENÉ MENU GRUZÍNSKEJ KUCHYŇE

**Pondelok:**

**Predkrm:** Kitris - tradičný zeleninový šalát s paradajkou, uhorkou, čerstvým koriandrom, cibulčkou

**Polievka:** Boršč - polievka z čerstvej repy, hovädzieho mäsa, mrkvy, kôpru, zemiakov a zakysanej smotany

**Hlavné jedlo:** Chačapuri Imeruli - plnená domácim syrom

**Dezert:** Churchela - orechy obalené v hroznovej šťave



*Obr. 1 - Chačapuri Imeruli plnené syrom (Internetový zdroj)*

**Utorok:**

**Predkrm:** Dolma - vinné listy plnené mletým hovädzím mäsom

**Polievka:** Kharcho - tradičná gruzínska polievka s hovädzím mäsom, trenou ryžou s koriandrom a čiernym a červeným korením

**Hlavné jedlo:** Khinkhali - gruzínske batôžky plnené mletým hovädzím mäsom

**Dezert:** Baklava - sladké pečivo vyrobené z listkového cesta plnené orechmi a osladené sirupom a medom



*Obr. 2 - Khinkhali - batôžky plnené mletým hovädzím mäsom (Internetový zdroj)*

**Streda:**

**Predkrm:** Pkhali - pomazánka z vlašských orechov, špenátu, marinovaných papriek, baklažánu, červenej repy, a gruzínskeho korenia, zdobená granátovým jablkom a doplnená o gruzínsky kurací šalát s chlebom Lavaš

**Polievka:** Chichitma - slepačia polievka so šľahaným vajcom, octom a zeleninou

**Hlavné jedlo:** Lobiani - guľatá placka plnená varenými fazuľami

**Dezert:** Kada - sladká placka posypaná cukrom



Obr. 3 - Lobiani placka plnená varenými fazuľami (Internetový zdroj)

**Štvrtok:**

**Predkrm:** Syrový tanier

**Polievka:** Vegetariánsky Boršč

**Hlavné jedlo:** Šašlik z hovädzieho mäsa s tkemali omáčkou

**Dezert:** Domáca jablková štrúdl'a



*Obr. 4 - Šašlik z hovädzieho mäsa s tkemali omáčkou (Internetový zdroj)*

**Piatok:**

**Predkrm:** Kuracia paštéta s chlebom

**Polievka:** Tekvicová polievka

**Hlavné jedlo:** Shkemruli - pečené kura s omáčkou z mlieka, smotany a cesnaku podávané v ketsi

**Dezert:** Domáca zmrzlina



*Obr. 5 - Shkemruli - Pečené kura s omáčkou z mlieka, smotany a cesnaku podávané v ketsi (Internetový zdroj)*

## ZÁVER

Cieľom práce bolo na základe získaných teoretických vedomostí vypracovať literárnu rešeršu ku Gruzínskej gastronómii zvykom a tradíciám a na jej zvláštnosti zo zameraním na tradičné špeciality.

Teoretická časť sa zamerala na charakteristiku Gruzínskej gastronómie, kde v každom regióne majú svoju tradičnú gastronómiu. Ku Gruzínskej gastronómii patria aj rôzne domáce produkty, ako sú ovocie, zelenina, koreniny, omáčky a mliečne výrobky ktoré sú pýchou krajiny. Taktiež krajina má svoje zvyky tradície, ku ktorým patrí aj tradičná hostina supra, na ktorej nesmie chýbať okrem jedla aj dobré Gruzínske víno. Ako ďalšie boli spomenuté Gruzínske reštaurácie v Česku a na Slovensku, ktorých nie je síce veľa, ale za to ponúkajú kvalitne jedlá. Nesmú chýbať ani domáce jedlá, ktorých je v Gruzínsku hojne, ale aj sviatočné a na záver zvyky počas sviatkov.

V praktickej časti bol uskutočnený prieskum v Gruzie restaurant v Prahe, kde bolo zostavené menu Gruzínskej národnej kuchyne. Taktiež príklady menu pri významných sviatkoch, ktorých nie je veľa.

V návrhovej časti bolo, po konzultácii z vedením Gruzie restaurant, doporučené menu, ako je jedálny a nápojový lístok pre naše gastronomické zariadenia.

Gruzínska gastronómia je odlišná na akú sme zvyknutý v Európe. Ak máte radi dobré jedlá pripravované z čerstvej zeleniny, mäsa a chceli by ste ich ochutnať, jedna možnosť je navštíviť Gruzínsko, kde môžete zažiť všetky tradície a zvyky ktoré sa spájajú s jedlom ale aj s kultúrou. Pokiaľ nechcete cestovať toľké hodiny stačí ak navštívite Gruzie restaurant v Prahe, kde Vám naservirujú chutné jedlo ktoré nikde inde nenájdete. Zažijete atmosféru ako keby ste boli v Gruzínsku. Mne učarovala gruzínska kuchyňa najviac zo všetkých. Čatokrát si ich pripravujeme doma na sviatky, oslavy pre celú rodinu. Ak aj vy by ste chceli vyskúšať túto gastronómiu tak Vám ju vrelo doporučujem, lebo ak ju ochutnáte raz tak sa k nej budete neustále vracat'.

## POUŽITÉ ZDROJE

1. TUSKADZE, Tiko. *Supra A feast of Georgian Cooking*. London: Pavilion Books Company, 2017, 240p. ISBN - 13: 978-1-91121-616-2.
2. CAPALBO, Carla. *Tasting Georgia: a food and wine journey in the Caucasus*. Northampton, MA: Interlink Books, an imprint of Interlink Publishing Group, 2017. 463s. ISBN -13: 978-1-56656-059-7.
3. HERCULES, Olia. *Kaukasis The Cookbook: The culinary journey through Georgia, Azerbaijan & beyond*. London: Octopus Publishing Group, 2017. 236s. ISBN-13: 978-1-78472-164-0.
4. KVATASHIDZE, Nana. *Welcome to Georgia*. Georgia: Art PresentLtd., [2010], 176s. ISBN -13: 978-9941-0-8893-3.
5. DISHARENA.COM. Food in Georgia. *www.disharena.com/* [online]. 2019 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://disharena.com/country-food/georgia/>
6. MYGEOTRIP.COM. Georgian National Cuisine. *Www.mygeotrip.com/* [online]. 2013-2020 [cit. 2020-04-07]. Dostupné z <https://mygeotrip.com/georgian-national-cuisine>
7. ABKHAZWORLD.COM. Abkhazian Cuisine. *www.abkhazworld.com/* [online]. 2009-2018 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://abkhazworld.com/aw/abkhazians/culture/654-abkhazian-cuisine>
8. GEORGIANJOURNAL.GE. Culinary map of Georgian cuisine. *www.georgianjournal.ge/* [online]. 2012 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://www.georgianjournal.ge/georgian-cuisine/33914-culinary-map-of-georgian-cuisine-top-dishes-to-try-in-each-region.html>
9. GEORGIANJOURNAL.GE. Discover the Kakhetian cuisine. *Www.georgianjournal.ge/* [online]. 2012 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z

<https://www.georgianjournal.ge/georgian-cuisine/34960-discover-the-kakhetian-cuisine.html>

10. GEORGIANRECIPES.NET. Lobio with Imeretian cheese.. *Www.georgianrecipes.net/* [online]. 2013 [cit. 2020-04-01]. Dostupné z <https://georgianrecipes.net/2013/07/11/lobio-with-imeretian-cheese/>
11. GEORGIANRECIPES.NET. Chicken cooked in milk and garlic. *Www.georgianrecipes.net/* [online]. 2013 [cit. 2020-04-01]. Dostupné z <https://georgianrecipes.net/2013/06/24/shkmeruli-chicken-cooked-in-milk-and-garlic/>
12. GEORGIANRECIPES.NET. Khachapuri with potato filling *Www.georgianrecipes.net/* [online]. 2013 [cit. 2020-04-01]. Dostupné z <https://georgianrecipes.net/2013/09/27/khachapuri-with-potato-filling/>
13. GEORGIANJOURNAL.GE. The atlas of Georgian dishes part 1. *Www.georgianjournal.ge/* [online]. 2012 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://www.georgianjournal.ge/georgian-cuisine/35159-tasteatlas-about-georgian-dishes-part-1.html>
14. FOODFUNTRAVEL.COM. Svaneti cuisine what to eat in Mestia. *Www.foodfuntravel.com/* [online]. 2019 [cit. 2020-01-20]. Dostupné z <https://foodfuntravel.com/svaneti-cuisine-what-to-eat-in-mestia-ushguli-mestia-restaurants/>
15. THESPRUCEEATS.COM. Georgia seasonal fruits and vegetables. *Www.thespruceeats.com/* [online]. 2019 [cit. 2020-04-02]. Dostupné z <https://www.thespruceeats.com/georgia-seasonal-fruits-and-vegetables-2217175>
16. GEORGIANTRAVELGUIDE.COM. Mengrelian cuisine- the best Mengrelian dishes. *Www.georgiantravelguide.com/* [online]. 2020 [cit. 2020-04-01]. Dostupné z <https://georgiantravelguide.com/en/articles/mengrelian-cuisine-the-best-mengrelian-dishes>



17. GEORGIA4YOU.GE. popular spices and herbs. *Www.georgia4you.ge/* [online]. 2012-2019 [cit. 2020-02-20]. Dostupné z <https://georgia4you.ge/what-to-do-in-georgia/food-wine-drinks/popular-spices-herbs>
18. GUDA.GE. Guda cheese. *Www.guda.ge/* [online]. 2016 - 2020 [cit. 2020-02-06]. Dostupné z <http://guda.ge/eng/static/82/gudis-kveli>
19. CHEESE.COM. Sulguni. *Www.cheese.com/* [online]. 2020 [cit. 2020-02-06]. Dostupné z <https://cheese.com/sulguni/>
20. TASTEATLAS.COM. Chikhirtma.. *Www.tasteatlas.com/* [online]. 2020 [cit.2020-04-05]. Dostupné z <https://www.tasteatlas.com/chikhirtma>
21. TRANSPORTOSKOLA.RU. Sviatky v Gruzínsku. Sviatky v Gruzínsku: štátne sviatky a festivaly, najmä oslavy, štátne sviatky v Gruzínsku. *Www.transportoskola.ru/* [online]. 2019 [cit.2020-04-05]. Dostupné z <https://transportoskola.ru/sk/zhivotnye/prazdniki-v-gruzii-prazdniki-v-gruzii-nacionalnye-prazdniki-i-festivali/>

## **ZOZNAM OBRÁZKOV**

*Obr. 1 - Chačapuri Imeruli plnené syrom (Internetový zdroj)*

*Obr. 2 - Khinkali - batôžky plnené mletým hovädzím mäsom (Internetový zdroj)*

*Obr. 3 - Lobiani placka plnená varenými fazuľami (Internetový zdroj)*

*Obr. 4 - Šašlik z hovädzieho mäsa s tkemali omáčkou (Internetový zdroj)*

*Obr. 5 - Shkemruli - Pečené kura s omáčkou z mlieka, smotany a cesnaku podávané v ketsi (Internetový zdroj)*

