

Uloga gastronomske kulture u turističkoj ponudi Hercegovine

Herceg, Luka

Master's thesis / Diplomski rad

2023

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zadar / Sveučilište u Zadru**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:162:872481>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2025-02-20**



Sveučilište u Zadru
Universitas Studiorum
Jadertina | 1396 | 2002 |

Repository / Repozitorij:

[University of Zadar Institutional Repository](#)



zir.nsk.hr



DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJ

Sveučilište u Zadru

Odjel za turizam i komunikacijske znanosti

Diplomski sveučilišni studij Poduzetništva u kulturi i turizmu (jednopedmetni)

Luka Herceg

**Uloga gastronomske kulture u turističkoj ponudi
Hercegovine**

Diplomski rad

Zadar, 2023.

Sveučilište u Zadru

Odjel za turizam i komunikacijske znanosti

Diplomski sveučilišni studij Poduzetništva u kulturi i turizmu (jednoprredmetni)

Uloga gastronomske kulture u turističkoj ponudi Hercegovine

Diplomski rad

Student/ica:

Luka Herceg

Mentor/ica:

Doc.dr.sc. Đani Bunja

Zadar, 2023.



Izjava o akademskoj čestitosti

Ja, **Luka Herceg**, ovime izjavljujem da je moj **diplomski** rad pod naslovom **Uloga gastronomske kulture u turističkoj ponudi Hercegovine** rezultat mojega vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na izvore i radove navedene u bilješkama i popisu literature. Ni jedan dio mojega rada nije napisan na nedopušten način, odnosno nije prepisan iz necitiranih radova i ne krši bilo čija autorska prava.

Izjavljujem da ni jedan dio ovoga rada nije iskorišten u kojem drugom radu pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj, obrazovnoj ili inoj ustanovi.

Sadržaj mojega rada u potpunosti odgovara sadržaju obranjenoga i nakon obrane uređenoga rada.

Zadar, 20. ožujka 2023.

SADRŽAJ:

1. UVOD	1
2. GEOGRAFSKE ZNAČAJKE HERCEGOVINE	2
2.1. PRIRODNE KARAKTERISTIKE	3
2.2. ANTROPOGEOGRAFSKE KARAKTERISTIKE	4
3. GASTRONOMSKI TURIZAM	5
3.1. Definiranje gastronomskog turizma	6
3.2. Povijest gastronomije na području Hercegovine	7
3.3. Tradicionalna hercegovačka jela	8
3.3.1. Jela od mesa	8
3.3.2. Jela od ribe	12
3.3.3. Jela od povrća	14
3.3.4. Slatka jela	17
3.3.5. Umaci	19
3.3.6. Ostala jela	21
4 TURISTIČKA ATRAKCIJSKA OSNOVA HERCEGOVINE	26
4.1. HIDROGRAFSKI TURISTIČKI RESURSI	27
4.1.1. Boračko jezero	27
4.1.2. Rijeka Neretva	28
4.1.3. Rijeka Trebižat	29
4.1.4. Vodopad Kravica	31
4.2. KULTURNO – POVIJESNI TURISTIČKI RESURSI	32
4.2.1. Crkva Svetog Jakova	32
4.2.3. Stari Most	34
4.2.4. Castrum Mogorjelo	35
4.2.5. Kula Herceg – Stjepana Kosače	36

4.3. GEOMORFOLOŠKI TURISTIČKI RESURSI	37
4.3.1. Podbrdo – mjesto ukazanja	37
4.3.2. Pećina Vjetrenica	38
4.4. PEJZAŽNI TURISTIČKI RESURSI	40
4.4.1. Hutovo blato	40
4.4.2. Park prirode Blidinje	41
5. POVIJESNI RAZVOJ PODRUČJA	42
5.1. PRAPOVIJEST	42
5.2.1. Paleolitik i Mezolitik	42
5.2.2. Neolitik	43
5.2.3. Eneolitik	43
5.2.4. Rano brončano doba	43
5.2.5. Srednje brončano doba	44
5.2.6. Kasno brončano doba	44
5.2.7. Željezno doba	44
5.2. ANTIKA	45
5.2.1. Ilirska država	46
5.2.2. Otpor Ilira	47
5.2.3. Period Rimske vladavine	48
5.3. STAROKRŠĆANSKO I RANOSREDNJOVJEKOVNO RAZDOBLJE	48
5.4. RAZVIJENI SREDNJI VIJEK	49
6. ISTRAŽIVANJE ZASTUPLJENOSTI TRADICIONALNIH HERCEGOVAČKIH JELA U RESTORANIMA U HERCEGOVINI	51
6.1. METODA, POSTUPAK I UZORAK ISTRAŽIVANJA	51
6.2. REZULTATI ISTRAŽIVANJA	53
6.2.1. Metoda analize jelovnika	53
6.2.2. Metoda ispitivanja - intervju	62

6.3. RASPRAVA	67
7. ZAKLJUČAK	69
SAŽETAK	71
SUMMARY	72
LITERATURA	73
POPIS ILUSTRACIJA	77
ŽIVOTOPIS	78

1. UVOD

Hrana predstavlja jednu od bitnih sastavnica putovanja koja sudjeluje u zadovoljavanju fizioloških potreba turista. Predstavlja atrakcijski čimbenik koji turista privlači u određenu turističku destinaciju. Velik značaj gastronomiji na području Hercegovine pridalo je susretanje različitih kultura, ostavljajući svoje naslijeđe budućim naraštajima. Mnoga jela na ovom području imaju utjecaj srednjoeuropske, mediteranske, istočne i orijentalne kuhinje. Jedna od kultura koje imaju ogroman utjecaj na prostore Bosne i Hercegovine je Osmanska kuhinja, koja se formirala od 15. stoljeća nadalje. Prehrambeni običaji svoje izvore imaju u katoličkoj i pravoslavnoj, islamu i židovskoj vjeri. Bez obzira što neka jela potječu od tamo, hercegovačka kuhinja se razlikuje od arapske, austrijske, mađarske, ali i turske kuhinje, zbog toga što se njezina vrijednost i specifičnost očituje u zapadnjačkom i orijentalnom, te vjerskom naslijeđu. Gastronomija ima povoljne preduvjete za razvoj u Hercegovini, jer je to područje multikulturalnosti i bogate povijesti. Dosta ugostiteljskih objekata na ovom području zadržalo je tradicionalne vrijednosti i svojim gostima nude tradicionalna jela koja su blagovali i naši preci. Tradicionalna jela se sve više traže, pogotovo od stranih turista koji žele probati neko lokalno jelo. Hercegovina ima dobre predispozicije za razvijanje gastronomskog turizma, zbog plodnih površina, pogodne klime i dosta sunca i vode. Hercegovina je poznata po uzgoju mediteranskih i submediteranskih kultura, primjerice duhana koji se naziva još i žuto zlato, vinove loze koja se proteže diljem hercegovačkih prostora te meda koji se javlja u velikim količinama i zbog mnoštva ljekovitog bilja.

2. GEOGRAFSKE ZNAČAJKE HERCEGOVINE

Geografski položaj Hercegovine je izrazito povoljan. Najveći dio prostora Hercegovine zauzima prijelazni prostor između primorja i kontinentalne unutrašnjosti. Kako nalaže teritorijalno – politička podjela iz 1963. godine, prostor Hercegovine obuhvaća 16 općina: Bileća, Čitluk, Čapljina, Gacko, Grude, Jablanica, Lištica, Konjic, Ljubinje, Ljubuški, Mostar, Posušje, Nevesinje, Prozor, Stolac i Trebinje. Prirodna vrata na sjeveru, odnosno prijevoj Ivan – sedlo sa visinom od 967 metara i Makljen sa visinom od 1123 metra te znatno širi prirodni propust na jugu povezuje Neretva – rijeka koja predstavlja najdužu i najvažniju hercegovačku i jadransku probojnicu. Na prostor Hercegovine se penje iz Dalmacije, a silazi iz Bosne. Neretva povezuje transverzalnu nagnutost koja je usmjerena prema jugu, dok njezine pritoke upućuju najveći dio terena prema samoj rijeci, stvarajući amfiteatralni izgled. (Markotić, 1983)

Hercegovina je smještena na području europskog krškog kompleksa koji je dug 600 kilometara te širok 100 – 300 kilometara, a čini ga Dinarski planinski sustav. Planinski sustav je poznat po kršu i pojavama koje se vežu uz njega, primjerice kraška polja, zaravni, kanjoni i drugi. Okosnicu života čine Neretva, Trebišnjica i Trebižat. One pripadaju površinskoj riječnoj mreži, takozvanih dezorganiziranih rijeka, koje imaju tok iznad i ispod topografske površine sa stvarnim razvodima u podzemlju. (Vasilj, Čuljak, Paponja, 2012)

Slika 1 Geografske regije Bosne i Hercegovine



Izvor: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/4/44/Bih_regions01.png, (26.4.2022)

2.1. PRIRODNE KARAKTERISTIKE

Geografska cjelina Hercegovine se sastoji od nižeg primorskog i višeg planinskog dijela. Prostor koji je smješten ispod 500 metara nadmorske visine naziva se niska ili primorska Hercegovina, dok se prostor koji je iznad te granice naziva visoka ili planinska Hercegovina. Reljef Hercegovine predstavlja prostranu zaravan koja se uzdiže od mora prema najvišim planinama Dinarskog gorja. U reljefu se niske Hercegovine ističu oaze kraških polja, te vrtače, uvale i humovi na kojima se nalaze različiti oblici ljutog odnosno golog krša. Što se tiče visoke planinske Hercegovine, tamo vladaju planine preko 2000 metara nadmorske visine te duboke riječne doline i kraška polja. (Aličić i sur., 1980)

Na ovom području vlada raznovrsna klima. U niskoj Hercegovini prevladava mediteransko – jadranska, sa prosječnom temperaturom iznad 0 stupnjeva Celzijevih. Karakteristike ove klime su veliki broj sunčanih sati, niska relativna vlažnost, pojačanja strujanja zraka, kiše u zimskom periodu te topla i duga ljeta. Za razliku od niske Hercegovine, u planinskom dijelu vlada oštrija klima. Njene karakteristike su duge zime te kratka i topla ljeta. Na visokim predjelima vlada pretežito subalpska klima, a u dolini Neretve se osjećaju mediteranski utjecaji. (Aličić i sur., 1980)

Što se tiče hidrografskih karakteristika, ovo područje je specifično i u Bosni i Hercegovini i u svijetu. Tu se javljaju različiti fenomeni površinske i podzemne hidrografije. Razlog tome je izrazita ogoljenost prostora, krečnjački sustav reljefa te ljudski utjecaj. Na ovom geografskom području se nalazi veliki broj rijeka ponornica, pukotina u kršu, vrela i drugih hidrografskih fenomena. (Aličić i sur., 1980)

2.2. ANTROPOGEOGRAFSKE KARAKTERISTIKE

Prirodna bogatstva Hercegovine su, za razliku od drugih regija u Bosni i Hercegovini, mala i oskudna. Javlja se nedostatak obradivog zemljišta, nedostatak vode, suše i ostale elementarne nepogode te oskudna bogatstva rudama. Odavno se smatralo, da je način kako bi se riješili problemi života u Bosni i Hercegovini, iseljavanje ili podizanje industrije. Plodno zemljište ovog prostora smješteno je većinom uz obalu Neretve, kraškim poljima, uvalama i ostalim udubljenjima. Većina zemljišta u Hercegovini otpada na neobrađive površine, odnosno neplodno zemljište, dok je jako malo zemljišta plodno te pogodno za obrađivanje. (Aličić i sur., 1980)

Što se tiče mineralnog bogatstva, prostor Hercegovine je poznat po nalazištima boksita. Boksit se može pronaći na područjima Mostara, Lištice, Posušja, Čitluka, Stoca i Trebinja). Što se tiče ostalih ruda, na ovom području javljaju se nalazišta uglja, željezne rude, bakra i žive. Hercegovina je regija u Bosni i Hercegovini, ali i u svijetu poznata po kvalitetnim vrstama kamena, primjerice jablanički granit, posuški i bilečki kamen. (Aličić i sur., 1980)

Zbog svojih plodnih površina, pogodne klime i dosta sunca i vode, niska primorska Hercegovina je poznata po uzgoju različitih mediteranskih i submediteranskih kultura. Primjerice, uzgaja se duhan odnosno takozvano „žuto zlato“, polja vrve vinovim lozama koje daju vina poznata diljem zemlje, a i u svijetu, a to su „žilavka“ i „blatina“. Nadalje, ovaj prostor je poznat i po stotinama vrsta ljekovitog bilja, pčelarstvu i kvalitetnom medu. U planinskim predjelima Hercegovine, javlja se veća ekspanzija stočarenja. Zbog blizine nezagađenih rijeka i jezera, te znatnim pogodnostima za lovnu divljač, lov i ribolov su se kao tradicionalne, ali i dopunske grane privređivanja stanovništva održale i do danas. (Aličić i sur., 1980)

3. GASTRONOMSKI TURIZAM

Hrana je jedna od bitnih sastavnica putovanja zbog zadovoljavanja fizioloških potreba turista. Lokalna hrana ima atrakcijski čimbenik zbog kojeg turisti odabiru određenu destinaciju. Postoje dvije vrste turista koji imaju različite percepcije prema lokalnoj kuhinji. Primjerice, turisti koji vole probavati novu hranu i uživaju u lokalnoj kuhinji se nazivaju *neophylic*, a turisti koji se boje probati nešto novo, odnosno neku novu hranu na koju se nisu navikli se nazivaju *neophobyc*. (Šoić, 2021)

Gastro turizam, koji predstavlja dio kulturnog turizma stavlja naglasak na kuhinju kao manifestaciju određene kulture. Veliki broj zemalja na globalnom turističkom tržištu ulažu velike iznose novca kako bi promovirali svoju gastronomiju, odnosno da se njome ističu i postanu prepoznatljivi kao destinacija. To je veoma bitno jer na taj način zemlje utječu na pozitivne turističke rezultate, što indirektno dovodi do povećanja gostiju u određenoj destinaciji. (Šoić, 2021)

3.1. Definiranje gastronomskog turizma

Postoji mnogo definicija gastronomskog turizma. U ovom radu bit će prikazane neke od najznačajnijih.

Pojam gastronomije je sastavljen od grčkih riječi „*Gastro*“ i „*Nomos*“. *Gastro* se odnosi na želudac, odnosno i šire, na cijeli probavni sustav, počevši od usta. *Nomos* znači pravilo ili propis. Gastronomija se stoga odnosi na pravila ili norme poštivanja jela i pića. (Katz, 2003)

Santich smatra koncept gastronomije kao pravila i odredbe o jelu i piću, i obzirom na povijesne, kulturne i ekološke učinke, definira gastronomski turizam kao ponudu prijedloga što, gdje, kako, kada i u kojoj kombinaciji jesti i piti, te izradu smjernica. (Santich, 2004)

Beşirli vrednuje gastronomiju u kulturnom okviru i navodi da su radnje koje se čine u procesu proizvodnje, transporta, čuvanja i konzumiranja namirnica povezane s kulturom (Beşirli, 2010)

Hegarty i O`mahony definiraju gastronomiju u okviru jela i pića kao pojam koji sadrži elemente i recepte koji se koriste u pripremi hrane; pripremanje, kuhanje i metode prezentiranja hrane; količina i raznolikost hrane; običaji, tradicije i vjerovanja o prezentaciji hrane te korištenu opremu. (Hegarty i O`mahony, 2001)

Hjalager i Richards sažimaju gastronomski koncept kao prepoznatljivu hranu regije ili zemlje, načine priprema i kuhanja namirnica, prezentiranje i konzumaciju namirnica te naglašavanje odnosa sa kulturom (Richards i Hjalager, 2002)

3.2. Povijest gastronomije na području Hercegovine

Ishrana na bosansko - hercegovačkom prostoru datira još iz antičkog vremena, klasičnog Rima te Vizantije, turskog i austrougarskog perioda do suvremenog razdoblja 20. i 21. stoljeća. Prehrambeni običaji koji imaju svoj izvor u islamu, katoličkoj, pravoslavnoj te židovskoj vjeri daju specifičnu notu bosansko – hercegovačkim jelima. Bosansko – hercegovačka hrana predstavlja dio kulturno – povijesnog naslijeđa te je mješavina autentičnih jela sa ovog prostora, turskih, arapskih, austrougarskih, židovskih te drugih običaja. Ono po čemu je kuhinja sa ovih prostora prepoznatljiva, odnosno njezina vrijednost i specifičnost se očituje u zapadnjačkom i orijentalnom, te vjerskom nasljeđu. U prehranbenim običajima ali i samoj ishrani su vidljivi tragovi isprepletanja različitih kultura. Tradicionalno jelo u Bosni i Hercegovini može biti izvorno jelo, ili ono jelo koje ima svoj izvor u nekoj drugoj kulturi ali se na ovom prostoru priprema na neki drugi način. Gastronomija se u Bosni i Hercegovini razvijala uz mnoge utjecaje sa zapada i istoka, pa su primjerice mnoga jela utjecaj kombinacije srednjoeuropske, mediteranske, mađarske, istočne te orijentalne kuhinje. Utjecaj različitih kultura te njihovo miješanje je ostavilo trag u lokalnoj gastronomiji. Različiti načini pripremanja određenih jela su se vremenom implementirali u domaću tradiciju, te je na taj način nastao zanimljiv spoj različitih kultura. (Halilović – Šarić, 2014)

Jedna od kultura koje imaju veliki utjecaj na prostore Bosne i Hercegovine je Osmanska kultura, odnosno specifično Osmanska kuhinja. Ta kultura veže se uz Osmansko Carstvo, ali i uz geografska područja kao što su: Balkan, Kavkaz, Sjeverna Afrika, Anadolija i Bliski istok. Ova kulinarska kultura se formirala kroz 15. stoljeće nadalje, od elitne skupine ljudi koji su obitavali na Osmanskom dvoru i imali priliku uživati u hrani. Nema mnogo zapisa o ovoj kuhinji iz razloga što se ona odnosila većinom na elitno društvo, a ne na skromnu kuhinju čije je produkte konzumirao običan čovjek. (Hržica, 2016)

3.3. Tradicionalna hercegovačka jela

U ovom poglavlju bit će navedena neka od tradicionalnih hercegovačkih jela, bilo da su ona autohtona jela na ovom području ili jela koja su prihvaćena na ovim prostorima a nastali su u drugim kulturama.

3.3.1. Jela od mesa

U ovom poglavlju će biti navedena tradicionalna hercegovačka jela kojima je jedan od glavnih sastojaka mesne prirode.

3.3.1.1. Ćevapi

Ćevap predstavlja tursko narodno jelo, te se danas jednako zove i u Turskoj i u Bosni i Hercegovini. Ćevapi se javljaju u različitim dimenzijama te različitim okusima, a također se javljaju i različiti sastojci. Kako bi se pripremili odlični ćevapi, potrebni su i dobar majstor i dobro meso. Postoje velike nedoumice oko izbora mesa. Neki preporučuju juneći vrat i ništa više osim toga, dok drugi kombiniraju dvije vrste mesa, juneće i janjeće odnosno juneće i svinjeće. Ukusi su različiti, pa svaka osoba zna šta joj najviše odgovara, tako da je izbor većinom subjektivan. Ćevapi podrazumijevaju mljeveno meso oblikovano u male prutiće. Ćevapi se većinom peku na roštilju, ali postoje i drugi načini spravljanja, primjerice na tavi. Uz ćevap se da kombinirati svakakvo piće, od jogurta pa sve do vina. Kao prilog ćevapima stoljećima se koristi domaća kapula, a kao umak se najčešće koristi domaći kajmak. (Mabić, 2008)

3.3.1.2. *Japrak*

Hercegovački Japrak je jedno od jela koje je proslavilo hercegovačku gastronomiju. Japrak predstavlja smotuljke od raštike. Jelo je poteklo iz Otomanske kulture, ali je hercegovačkog značaja, te se od regije do regije puno ne razlikuje u njegovoj pripremi. Ipak postoje različite inačice ovog jela, pa primjerice, dok je izvorna bošnjačka odnosno istočno mostarska obarena raštika punjena smjesom koja se sastoji od mljevene junetine i janjetine, riže, slatke paprike te ribane mrkve, uz to sve prokuhana u mesnom temeljcu, zapadnohercegovačka inačica ovoga jela ove sastojke upotpunjava još i slaninom i suhom svinjetinom što ovom jelu daje slatko – slane note. (Barbieri, 2012)

Slika 2 Japrak



Izvor: <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.coolinarika.com%2Freceipt%2Fjaprak-2a585a34-64a2-11eb-8526-0242ac120019&psig=AOvVaw1i7TECOz4cu1ID-S6Ukbox&ust=1678377025138000&source=images&cd=vfe&ved=0CBAQjRxqFwoTCPCu-OfXzPOCFQAAAAAdAAAAABAE>, (11.10.2022)

3.3.1.3. Keške

Keške predstavlja staro bosansko, često i fratarsko jelo koje se objeđuje isključivo zimi, te u vrijeme blagoslova kuća ili učestalih sprovoda i posjeta bolesnicima, kada od prekomjernih obveza preko dana, osoba može samo ujutro obilno jesti, te ništa ne jesti ostatak dana. Kako bi stari rekli, ovo jelo je „kuvetno“, kalorično i duže vremena smiruje glad. Jelo podrazumijeva kuhanje domaće kokoši u većoj količini vode, te se nikakav začim ne dodaje u vodu u kojoj se kokoš kuha. Kada se meso može rukom skidati sa kokoši, onda se kuha ječam ili takozvano geršlo u vodi. Obično se ne dodaju nikakvi začini ili dodaci. Kokošje meso se sjedinjuje sa geršlom i na taj način se objeđuje. Uz ovo jelo leži svako piće, pa se može jesti uz pivo, vino ili neko drugo piće. Poželjno je da se uz ovo jelo okrijepi čašom Blatine ili Dingača. (Mabić, 2008)

3.3.1.4. Sarma

Sarma predstavlja zimsko tradicionalno jelo sa ovih prostora. Preporuča se da se objeđuje zimi zbog njegove kaloričnosti i težine. Sarma je i svečano jelo, koje se nalazi na stolu za vrijeme svakakvih prigoda, od vjenčanja, svetkovina i drugih prigoda. Može se naći na stolovima kućanstava od jeseni pa sve do kasnog proljeća. To je vrijedilo o dobu kiseljenja kupusa, ali se danas uz mogućnost zamrzavanja može naći u svako doba godine za kuhinjskim stolom. Sarma se priprema od listova kiselog kupusa i različitih umaka, te junećeg, telećeg i svinjskoga mesa, te se također spravlja sa sve tri vrste mesa pomiješane. U mljeveno se meso također stavlja mljeveni luk, kapula, sol, papar, riža po želji i mirodijsko bilje. To se sve zajedno pomiješa i malo ostavi da se ujedini. Nakon toga se to zamota u list kupusa, kojemu se reže korijen, te se onda kuha. Jedan od priloga koji savršeno ide uz sarmu i često se koristi je kuhani krumpir u različitim oblicima. Piće koje je poželjno konzumirati uz sarmu i koje se odlično slaže je vino (Mabić, 2008)

3.3.1.5. *Divenica*

Divenica pripadaju kuhanim kobasicama koje su jako cijenjene na domaćem tržištu. Kolinje se ne može zamisliti bez njihove proizvodnje. U većini mesnih industrija se proizvode Divenice, budući da je proizvodnja tijekom vremena prešla iz domaćinstava u zanatsku. Divenice se u nekim krajevima nazivaju i krvavice. Krvavice gotovo i ne sadržavaju „čisto“ meso, nego su ti proizvodi napravljeni od različitih dodataka i iznutrica. Postoje različiti recepti o spravljanju krvavica, ovisno o kraju iz kojeg potječu. Proizvodnja krvavica je relativno jednostavna, pa se vrlo često javlja u raznim domaćinstvima. Sastojci koji su potrebni za proizvodnju krvavica trebaju biti prokuhani, usitnjeni, začinjeni te pomiješani sa različitim sastojcima koji su najčešće biljnog podrijetla. Krvavice obuhvaćaju različite sastojke kao što su meso niže kategorije, jezik, pluća, kožice i srce. Omjer sastojaka je različit od recepta do recepta, a u nekim mjestima se prave i bijele divenice, koje ne sadrže krv. (Majić, Škrivanko i Hadžiosmanović, 2006)

3.3.1.6. *Janjetina*

Ovčarstvo predstavlja tradicionalnu aktivnost većine mediteranskih zemalja. Ovčarstvo se na Mediteranu održalo i dan danas budući da se duboko ukorijenilo u tradiciju ovog područja. Suhe klime, krška područja i prevladavajuće poljoprivredne navike kao što je uzgoj žitarica, pogoduju uzgoju specifičnih pasmina ovaca. Za pripremu janjetine najbolje je iskoristiti janje koje je staro od 3 do 4 mjeseca. Na ovim prostorima se janjetina najčešće sprema na par tradicionalnih načina. Jedan od temeljnih i najčešćih načina spremanja janjetine je pečenje janjetine na ražnju. Prije nego što se janjetina stavi na ražanj, potrebno je meso začiniti, zatim staviti na ražanj i pomalo peći. Dok se janjetina okreće na ražnju, poželjno je da ona bude premazana svinjskom masti ili prelivena pivom. Dok se janjetina okreće na ražnju, postoji mogućnost da se njeni mekši dijelovi rasjeku i istodobno peku na gradelama, kako bi se ubrzao proces pečenja. Postoji još načina spravljanja janjetine, a jedan od njih je i pripremanje janjetine ispod peke. Nakon što se janjetina začini, ona se peče zajedno sa prilogom kao što je krumpir, u svom vlastitom soku i pari. Na tepsiju se stavlja metalni poklopac na koji baca žar. (Fumić i Mikuš, 2011)

3.3.2. Jela od ribe

U ovom će poglavlju biti prikazana tradicionalna jela koja se blaguju u Hercegovini, pretežito sačinjena od ribe.

3.3.2.1. *Bakalar*

Bakalar se u Hercegovini konzumira za Veliki petak, Čistu srijedu i Badnji dan. Bakalar je jako često jelo u Hercegovini za vrijeme ovih blagdana, dok je u ostatku godine potražnja za ovom ribom dosta manja. Bakalar je suha riba, a njezina cijena je izrazito visoka, budući da se on uvozi iz skandinavskih zemalja gdje se miješaju Golfska i Sjeverna polarna struja. Razlog njegova obitavanja između tih struja je postojanje planktona kojim se on hrani. Ima veoma opojan miris, koji za određene pojedince zna biti izrazito neugodan. Jedan od načina pripreme bakalara je takozvani „bakalar na bijelo“. To je način spravljanja bakalara na koji se on kuha zajedno sa krumpirom i začinima. Masa kuhanjem mora poprimiti bijelu boju. Uz prilog se obično stavlja ukiseljeno povrće. Uz ovo jelo dobro ide dobro vino. (Mabić, 2003)

Slika 3 Bakalar na bijelo



Izvor: <https://www.hercegovina.info/zanimljivo/zabava/bakalar-bianco-ili-bakalar-na-bijelo-122965/122965/>, (12.10.2022)

3.3.2.2. Trebižatski brodet

Trebižatski brodet je sličan svom poznatijem rođaku, Neretvanskom brodetu. Neretvanski brodet, koji je poznat i van granica Dalmacije i Hrvatske priprema na maslinovom ulju, kapuli i češnjaku koji su sitno sjeckani, te dodatkom pirea od rajčice. Zatim se dodaju jegulje koje su rezane u zvono, na način da se dodaje prsten po prsten ribe vezan samo kožom. To se sve zalijeva bijelim vinom i kvasinom, pa se zatim dodaju začini kao što su sol i feferon. U novije se vrijeme u Neretvanski brodet dodaju i žabe i cipli. Za razliku od Neretvanskog brodeta, Trebižatski brodet na postelju koja je sastavljena od propirjanog povrća, kapule, peršina, celera i češnjaka, nerijetko ugošćuje i druge vrste riba, kao što su somići, pastrve pa čak ponekad i šarani. Obavezno se na Trebižatski brodet dodaju i jegulje i žabe. Kad sve to zajedno zalegne na postelju koja je prije pripremljena, polijeva se povrtnim temeljcem te vinom. Hercegovački brodet je po načinu pripreme i po okusu hercegovački kulinarski izuzetak i djelo izvorne kuhinje. (Barbieri, 2012)

3.3.2.3. Prikanci

Prikanac je slatkovodna riba koja je endemična za slijev rijeke Neretve. Dostupnost ove ribe je ograničena na Mostarsko blato, iako se smatra da ona naseljava i šire područje Neretve. Neki od glavnih uzroka ugroženosti ove vrste ribe su ograničeno područje rasprostranjenosti, unos alohtonih vrsta te regulacija vodotoka. Neke od mjera kojima bi se spriječilo izumiranje ove vrste su zaštita staništa i osnivanje rezervata, zabrane regulacije i pregradnje vodotoka i zabrane unosa alohtonih životinjskih vrsta. (Mihinjač et al., 2014)

Prikanci se kao i ostale sitne ribe prže na vrelom ulju. Prže se na vrelom ulju par minuta. Dok su vruće trebaju se posuti sa sitnom soli i ponovno se vraćaju u vrelo ulje. Priprema je slična kao kod uštipaka. Kako se ulje ne bi hladilo, ne treba pretjerivati sa količinom riba u ulju. (Mabić, 2008)

3.3.3. Jela od povrća

U ovom će poglavlju biti navedena i opisana tradicionalna hercegovačka jela kojima je glavni sastojak povrtnog podrijetla.

3.3.3.1. *Kalja*

Kalja je starinsko hercegovačko jelo. U domaćinstvima je zastupljena sve manje jer zbog nedostatka sastojaka za dobru kalju. Još jedan od razloga izbjegavanja ovog jela su savjeti liječnika o krvnom tlaku i štetnosti koje ima suho dimljeno meso. Ovo jelo se sprema većinom u zimskom razdoblju kada je pro hladno. Priprema se sastoji u stavljanju male količine ovčjeg sušenog loja ili slanine, koje služi samo kao podmazivanje. Zatim se na to stavlja kiseli kupus koji je prethodno izrezan na ploške. Zatim se na to stavlja svinjska dimljena rebra, na koje se opet stavlja sloj kupusa. Na to ide sloj ovčjih sušenih rebara koje se opet pokrivaju kupusom. Što se tiče priloga, ovom jelu nije potreban nikakav, zato jer je samo po sebi kalorično i masno. Ovo jelo nije potrebno izbjegavati, ali svakako ga ne treba često konzumirati. Uz kalju se slaže svakakvo piće. (Mabić, 2008)

Slika 4 Kalja



Izvor: <https://gastro.24sata.hr/recepti/kalja-nekadasnje-siromasko-jelo-prava-je-poslastica-10917>, (10.11.2022)

3.3.3.2. *Kuke*

Kako nalaže njihovo latinsko ime, *Vitalba* znači – zora života. Kuke predstavljaju prvi proljetni plod koji se može naći u prirodi. Javlja se u područjima do 100 metara nadmorske visine. Vrijeme kuka traje otprilike mjesec dana, a pronalaze se u proljeće te predstavljaju čak i vjesnike proljeća. Iznad visine od 100 metara nadmorske visine, kuke je teško pronaći. Obično se u kuhinji koriste kao salata. Netko pri konzumiranju kuka skida cvijet i sjeme te jede samo stabljiku. Svi dijelovi kuke su jestivi te pri konzumaciji nije potrebno skidati nijedan njen dio. Kako bi se kuke otklonile od potencijalnih nečistoća, prije objeda potrebno ih je dobro oprati. Kuka je uglavnom prirodna i čista biljka jer ju ne uzgaja čovjek, nego je plod prirode. Postoji više uobičajenih načina spremanja kuka, primjerice na salatu, sa jajima, kao prilog određenom jelu. Postoji dosta načina spremanja kuka, bilo kao glavno jelo ili kao prilog. (Mabić, 2009)

3.3.3.3. *Sataraš*

Iako je naziv ovog jela mađarskog podrijetla, ono ne odgovara mađarskoj kuhinji. Po onome od čega se ovo jelo sastoji, ono više odgovara talijanskoj ili nekoj drugoj kuhinji. Sataraš se po originalnom receptu sastoji od paprike, tikvice, kapule, rajčice, češnjaka, maslinova ulja, soli, papra, te feferona po želji. Kako bi se dobio dodatni miris i nota, poželjno je dodati zeleni bosiljak. Kako bi se započeo proces pripremanja Sataraša, potrebno je narezati paprike na ploške. Zatim izrezati tikvice na kockice te dodati kapulu i češnjak. To se sve pirja na vrelom ulju. Rajčica se ubacuje par minuta u vrelu vodu te se dodaje u vrelu masu koja se pirja za to vrijeme na ulju. Nakon toga, potrebno je ubaciti sol, papar i feferon. Na kraju, na red dolazi zeleni bosiljak. Sataraš je veoma zdravo jelo koje se preporučuje svim uzrastima i konzumira se u bilo koje doba godine. (Mabić, 2008)

3.3.3.4. *Raštika*

Hercegovačka kuhinja nezamisliva je bez ovog jela. Ljudi sa ovih područja nosili su Raštiku gdje god su pošli. U nizozemstvu se znalo, ispred koje kuće raste Raštika, to je kuća nekog Hercegovca. Raštika je jako zahvalno jelo što se tiče spremanja. Jako brzo se može spremi izdašan obrok. Postoji više načina korištenja raštike u hercegovačkim jelima, primjerice, raštika sa malo ulja i krumpirom kao prilogom, te Japrak kao zasebno jelo. Prilikom spremanja raštike, nije potrebno raštiku obariti, odnosno otkuhati. Dovoljno je samo oprati i odrediti na koji će se način spremati. Za svako pripremanje raštike potrebna je dobra procjena, budući da se razlikuju vrste, jačina vatre ali i ono što se sa raštikom istodobno priprema. (Mabić, 2009)

Slika 5 Raštika



Izvor: <https://prirodna.hr/varivo-od-rastike>, (10.11.2022)

3.3.4. Slatka jela

U ovom poglavlju će biti navedena tradicionalna jela hercegovačke kuhinje koja se obično blaguju na kraju objeda, kao desert.

3.3.4.1. Droba

Droba je jednostavno jelo u kojem se kruh, dvopek ili keks stavlja u toplo mlijeko, te se ostavlja neko vrijeme da se raskuha. Ovo se jelo blaguje većinom ujutro, dok se nerijetko nalazi na tanjuru u doba večere. Ovo jelo konzumiraju većinom bolesnici ili starije osobe. Kako bi se jelo dodatno zasladilo, u njega se može staviti i žlica domaćeg meda. (Mabić, 2008)

Slika 6 Droba



Izvor: <https://likaclub.eu/kruv-nas-hercegovacki/>, (10.11.2022)

3.3.4.2. Čufter

Čufter je tradicionalni kolač sa ovih prostora. On bi se obično posluživao za vrijeme božićnih blagdana. Ovaj se kolač sastoji od domaćeg pšeničnog brašna, bajama, šećera, oraha, soka od crnog i bijelog grožđa te korica limuna i naranče, začina i grožđica. Iako se zbog količine potrebnih sastojaka čini kao kompliciran kolač za pripremanje, on to uistinu nije. Čufter se obično priprema za vrijeme berbe, ali se zbog njegovog dugotrajnog sušenja poslužuje tek negdje oko Božića. Nakon što se Čufter izlije u drvene kalupe, on se treba sušiti oko dva dana. Zatim se ostavlja na nekom suhom, visokom i prekrivenom mjestu, daleko od različitih nametnika i vlage. Nakon toga se izrezani kolač čuva dva mjeseca u posebnoj posudi. (Majić, 2021)

Slika 7 Čufter



Izvor: <https://bljesak.info/lifestyle/flash/brocanski-cufter-pronasao-put-do-trpeza-sirom-hercegovine/134542>,
(10.11.2022)

3.3.5. Umaci

Većinu tradicionalnih hercegovačkih jela bilo bi uistinu teško zamisliti bez umaka. Oni često upotpunjuju tradicionalna jela, koja bi bez njih bila ili suha ili nepotpuna.

3.3.5.1. *Ajvar*

Ajvar je prehrambeni proizvod koji se koristi kao dodatak jelima. Moguće ga je pripremiti kod kuće, a može se pronaći u trgovinama te raznim ugostiteljskim objektima. Glavni sastojak ovog umaka je paprika, a za njegovu proizvodnju potrebni su još i patlidžan, ulje, ocat i razni začini. Ajvar je poznata tradicionalna zimnica koja se obično priprema u jesen, a u blagovaonici se može pronaći u svako doba godine. Po sastavu je jako sličan umaku za salsu, te se uz dodavanje šećera može koristiti i kao slatko – slani umak. Dodavanje šećera u ajvar je veoma rijetka praksa, ali se tu i tamo može javiti, ovisno o želji. Ajvar sadrži mnoge hranjive tvari, te je bogat mineralima, ugljikohidratima, proteinima, zdravim mastima i vlaknima. Bogat je vitaminom C, vitaminom B, folnim kiselinama, antioksidansima i drugim hranjivim tvarima. Ovaj prehrambeni proizvod ne sadrži gluten. Bogat je i vitaminom A, pa može pomoći kod raznih zdravstvenih tegoba. Iako je podrijetlo ovog prehrambenog proizvoda nepoznato, smatra se da on potječe iz Indije. Tradicionalno se proizvodi u svim zemljama Balkana, dok je njegov izvoz veoma zastupljen, pa time obogaćuje različite kuhinje diljem Europe. Stoljećima je pripreman u domaćinstvima, a ta je tradicija zadržana i dan danas. Iako postoji i industrijska proizvodnja ajvara, njegova domaća proizvodnja je veoma zastupljena na ovim prostorima. Prilikom njegove proizvodnje, potrebno je puno fizičkog napora i strpljenja. (Bušić, 2020)

3.3.5.2. *Bijeli umak*

Bijeli umak predstavlja plod hercegovačkog podneblja i kuhinje. Ako se uputi pogled ka njegovu sastavu, može se zaključiti da ovaj umak predstavlja pravi tradicionalni hercegovački dodatak jelu. Ovaj se umak priređivao većinom uz jela koje je žitelj Hercegovine nosio sa sobom prilikom rada u polju, sječe drva u šumi ili sličnim poslovima. Ovo se jelo smatra sirotinjskim jelom, jer za njegovu pripremu nisu bili potrebni skupi sastojci i konzumirala ga je većinom sirotinja. Bijeli se umak sastoji od smrvljenoga mladog sira u koje se stavljao mljeveni odnosno satrti luk, te malo vrhnja, odnosno mlijeka. Nakon toga, u umak se dodaje malo soli i crvene paprike. Ovo jelo je neizbježan dodatak obiteljskim, odnosno prijateljskim druženjima. (Mabić, 2003)

3.3.5.3. *Lučenica*

Lučenica predstavlja tradicionalno hercegovačko jelo koje je dosta zastupljeno na ovim prostorima. To je umak koji se sastoji od satrvenog bijelog luka sa solju i kiselim mlijekom, na domaćem prženom maslu. Prvo se istuče domaći bijeli luk, te se izmiješa sa soli. Nakon što se maslo u tavi malo ohladi, onda se luk doda u njega i miješa se. Kada se to dobro izmiješa, doda se nekoliko žlica jogurta ili domaćeg kiselog mlijeka, po želji. Nakon što je to pomiješano, dodaje se domaće mlijeko koliko je potrebno. Ovaj se umak koristi sa purom, uštipcima ili različitim pitama. (Mabić, 2008)

Slika 8 Lučenica



Izvor: <https://www.dom2.hr/gastro-clanci/luc-e-nica/>, (18.10.2022)

3.3.6. Ostala jela

U ovom poglavlju će biti navedena jela kojima glavni sastojak nije jasno definiran, odnosno ona jela kojima se na prvu ne može odrediti njihova klasifikacija.

3.3.6.1. Cicvara

Cicvara je tradicionalno jelo koje se posluživalo na određenim svečanim priredbama. Iako se ovo jelo pripremalo na svečanim priredbama i dernećima, ono je također predstavljalo i neizbježan obrok radnicima i težacima. Sprema se tako da se otprilike kilogram svježeg sira izdrobi. Zatim se stavlja u mlaku vodu te se lagano zagrijava. Potrebno je miješati da se odstrani sva voda iz sira. Nakon što nema više vode, dodaje se žlica domaćeg masla. Dok se miješa, uzastopno se dodaje malo bijelog brašna, oko 100 grama. Nakon što se smjesa lijepo sjedini, potrebno je brzinski smjesu odnijeti na stol te razviti, dok se ne ohladi. Nakon što se tijesto razvuče, rasiječe se na komade po želji. Ovo jelo je moguće servirati i toplo i hladno, pa čak i bez razvijanja. Obzirom da je ovo jelo kalorično, ono je radnike i težake moglo cijeli dan održavati. Cicvara se i dan danas spravlja, ali mnogo rjeđe nego prije. (Mabić, 2008)

3.3.6.2. Čorba

Naziv čorba se koristi za malo gušću juhu. Od juhe ju razlikuje to što se obično poslužuje kao glavno jelo. Uz čorbu se ne poslužuje salata jer je sve sadržano u njoj. U Hercegovini se javlja par učestalih čorba a to su: čorba od geršla, čorba od graha, čorba od kelja, čorba od mahuna, čorba od graha i geršla te čorba od krumpira. Preporuča se da se glavne sastojke čorbe i meso, bilo ono dimljeno ili sviježe, stavlja u hladnu vodu. To pomaže da meso bude što zastupljenije u okusu čorbe. (Mabić, 2008)

3.3.6.3. Čimbur

Naziv Čimbur vjerojatno dolazi iz Turske, a predstavlja veoma staro tradicionalno jelo. Njegov naziv upućuje na to da se ovo jelo nalazilo na stolovima veoma davno, te se udomaćilo u hercegovačkoj kulturi i narodu. Jelo je veoma kalorično i daje snagu koja je potrebna radnicima i težacima. Da bi se spremilo ovo jelo, nije potrebno uložiti preveliki trud, a i nije potrebno posebno znanje za njegovu pripremu. Ovo jelo se obično blagovalo za vrijeme blagoslova kuća ili pred neki težak put. Temeljni sastojci od kojih se sprema Čimbur su jaja i lučenica. U posudu se stavi voda te se odmah posoli. Nakon toga se pričekava da voda uzavre. Zatim se nad kipućom vodom jaja razbiju, te se napola razmućena puste da padnu u kipuću vodu. Taj proces je gotov za nekoliko minuta. Nakon toga se jaja stavljaju u drugu posudu da se malo ohlade, a za to vrijeme se u drugoj posudi zagrije maslo, te se istuče luk u soli. Kuhana jaja se u pravilu začine sa lučenicom te se uz određeni prilog serviraju. Obično su to pura, uštipci, kuhani krumpir ili različite pite. Čimbur se zalijeva kiselim mlijekom ili jogurtom. Danas nije toliko često jelo u hercegovačkim kućanstvima, ali se tu i tamo nađe na tanjurima domaćinstava. (Mabić, 2008)

3.3.6.4. Izlivača

Ovo jelo se, uz čorbu i puru, najmanje tri puta tjedno blagovalo u Hercegovini. Predstavljalo je jelo hercegovačkih siromaha i radnika. Iako se danas mnogi stide toga jela, treba se sjetiti kako je i pizza nastala kao sirotinjsko jelo, pa je danas postigla veliku popularnost. Izvorna pizza je bila jako jednostavno jelo, ali su se kasnije dodavali mnogi sastojci kako bi ju obogatili. Kako bi se napravila izlivača, potrebni su krumpir, sir, brašno, maslo, sol te voda. Na početku je potrebno isjeći krumpir na kockice. Zatim se doda malo vode, posoli te se doda brašno po potrebi. Sa maslom i sirom nije potrebno pretjerivati. Zatim se to sve izmiješa i ujedini, a onda se razlije na namazani pleh. Ovisno o želji, moguće je umjesto domaćeg sira staviti i Parmezana, ali to onda nije isto tradicionalno jelo. Izlivača je predstavljala posno jelo, ali ju je moguće začiniti i maslacem, uljem, jogurtom, pa čak i mlijekom. Po želji se može dodati čak i češnjak. Izlivača se može poslužiti i kao prilog određenom jelu. (Mabić, 2009)

3.3.6.5. Pite (sterane)

Hercegovačku kuhinju je teško zamisliti bez pita. Iako se sve pite mogu savijati, one mogu biti i sterane. Sterane pite se pripremaju na malo drugačiji način. U Hercegovini se javljaju: krumpirača, tirit – pita, burek, zeljanica, pita od tikve, pa slatke pite kao što je pita od jabuka ili trešanja. Ako bi se pripremala sterana pita, ona bi se stavljala pod sač, u velikoj tepsiji koja je korištena za posebne prilike i svečanosti. U velikim se obiteljima pita spremala uvijek na ovakav način, kako bi se zasitila sva čeljad. Kako bi se sterana pita pripremila, potrebno je tepsiju namazati uljem ili maslacem. Nakon toga se razvijeno tijesto stavi na to, te se po tome, ovisno o tome je li pita slatka ili slana, stavljaju određeni dodaci. Primjerice, ako je slatka pita dodaju se višnje ili orasi, ako je burek dodaje se meso, ako je slana pita onda se dodaju zelje, krumpir, sir ili neki drugi sastojak. Nakon što se tijesto pokrije sa određenim dodacima, onda se na to stavlja još jedan sloj tijesta, i tako sve nanovo. Gornji list tijesta obično je veoma natopljen začinom, kako bi se postigao savršen okus. Tijesto se sve više kupuje, dok domaćice i domaćini sve manje razvijaju domaće tijesto. Kako bi se spravila dobra pita, potrebno je jako puno pozornosti prilikom priprave. (Mabić, 2008)

3.3.6.6. Pura

Ovo jelo je u Hercegovinu došlo iz Dalmacije. Dalmacija je sa Hercegovinom duhovno i civilizacijski spojena još od prapovijesnih vremena. Dalmacija i Istra su puru naslijedili iz Venecije, a u tim regijama se po mletački, zove palenta. Dok je hercegovačke rižote nemoguće uspoređivati sa mletačkima, hercegovačka se pura može mjeriti sa mletačkom, pa čak je moguće reći da je bolja od svog uzora. Pura se obično poslužuje sa lučenicom od kiselog mlijeka s češnjakom, ili kašom, koja je izlivena za vrijeme kuhanja, pomiješana sa lučenicom i pancetom koja je pržena na maslu. Teško je naći žitelja ovoga kraja da nije probao puru. Pura predstavlja perjanicu hercegovačke kuhinje, a moguće ju je pripremiti na desetke načina, bilo to kao glavno ili sporedno jelo. (Barbieri, 2012)

3.3.6.7. Uštipci

Uštipci predstavljaju posebno tijesto koje se većinom priprema u posebnim prigodama. Blaguju se većinom uz mezu, ali i sa lučenicom umjesto pure. Prave uštipke nije lako napraviti, ali svakako se isplati pokušati. U bijelo brašno se stavljaju mlijeko, sol i mjera kvasca. To se zatim dobro izmuti tako da smjesa bude vodenasta. Kvascu je potrebno otprilike pola sata da „proradi“. U tavu se za to vrijeme stavlja ulje, koje za vrijeme stavljanja uštipka treba biti vrelo, a onda treba vatru smanjiti, da ne bude prejaka. Tijesto se razlijeva po tavi onako kako nam je potrebno za željenu veličinu uštipka. Kada uštipak požuti, potrebno je okrenuti ga. Kada je uštipak gotov, stavlja se na ubrus koji upija višak ulja. U zadnje vrijeme je trend konzumiranja uštipaka sa lučenicom. (Mabić, 2008)

3.3.6.8. Divlje zelje sa suhim mesom

Ovo se jelo u pravilu spravlja nakon prvih jesenskih kiša, pa nadalje. Tada u izobilju ima divljeg zelja. Danas se divlje zelje može spravljeti u svako doba godine, budući da se svakodnevno koriste zamrzivači. Divlje zelje predstavlja miješano zelje od različitih trava, koje se mogu naći u prirodi. To su primjerice: kukurijek, žbun, škripavac, parič i drugi. Kada se spravlja divlje zelje, obično se doda i koji list raštike, špinata ili blitve. Nakon što se zelje dobro očisti i opere, stavi se kuhati u onoliko vode koliko je potrebno da pokrije zelje. Suho meso po izboru se večer prije kuhanja divljeg zelja ostavi u hladnoj vodi do konzumiranja. Meso se zatim isječe na manje komadiće i stavi se kuhati sa zeljem. Budući da suho meso ima već dovoljno soli, nije potrebno stavljati dodatnu sol. Jelo je skuhanom kada se javi prijatan miris te voda dobro ispari. Uz ovo jelo se preporuča konzumiranje crnog vina, primjerice domaće Blatine. (Mabić, 2008)

3.3.6.9. Čvarci

Čvarci se peku od ostataka slanine koja nije mogla biti iskorištena u preradi za proizvodnju slanine i od sala. Pečenje čvaraka traje oko tri sata, a sam proces pečenja ovisi o starosti, građi i drugim karakteristikama svinje. Kako bi čvarci bili dobri, potrebno ih je peći na umjereoju vatri. To su proizvodi koji se dobivaju proizvodnjom svinjske masti na tradicionalan način. Prilikom pečenja čvaraka, moguće je procesom dobiti smeđu i bijelu mast. Odmah nakon što se čvarci ispeku, dobiva se bijela mast. Smeđa mast se dobiva tako da se čvarci ostave malo duže da krčkaju, pa se zatim dodaje mlijeko, nakon čega oni poprime smeđu boju. Zatim se vade iz masti i prešaju kako bi se dobila dodatna mast, koja se poslije cijedi. Kako bi čvarci bili dobre kvalitete, oni moraju ispunjavati određene uvjete. Oni ne smiju biti preprženi ili zagorjeli, zatim ne smiju sadržavati veće ostatke kožica ili neke druge primjese i trebaju imati specifičan miris i okus. (Juras, 2015)

Slika 9 Čvarci



Izvor: <http://probajovako.blogspot.com/2012/11/malo-vrucih-cvaraka-za-gustanje.html>, (18.10.2022)

4 TURISTIČKA ATRAKCIJSKA OSNOVA HERCEGOVINE

U ovom će poglavlju biti prikazana turistička atrakcijska osnova Hercegovine kroz različite kategorije. Bit će obuhvaćena područja povećane turističke aktivnosti i područja na kojima se može potencijalno odvijati turistička aktivnost.

Tablica 1 Primjeri prirodnih i društvenih resursa Hercegovine

Prirodni turistički resursi	Društveni turistički resursi
Hidrografski	Kulturno - povijesni
- Boračko jezero	- Crkva sv. Jakova (Međugorje)
- Rijeka Neretva	- Rimski vojni logor Bigeste
- Rijeka Trebižat	- Stari Most
- Vodopad Kravica	- Castrum Mogorjelo
	- Kula Herceg Stjepana – Kosače (Ljubuški)
Geomorfološki	
- Podbrdo – mjesto ukazanja	
- Pećina Vjetrenica	
- Planina Prenj	
Pejzažni	
- Hutovo Blato	
- Park prirode Blidinje	

Izvor: Izrada autora: prema: (Novaković, 2019)

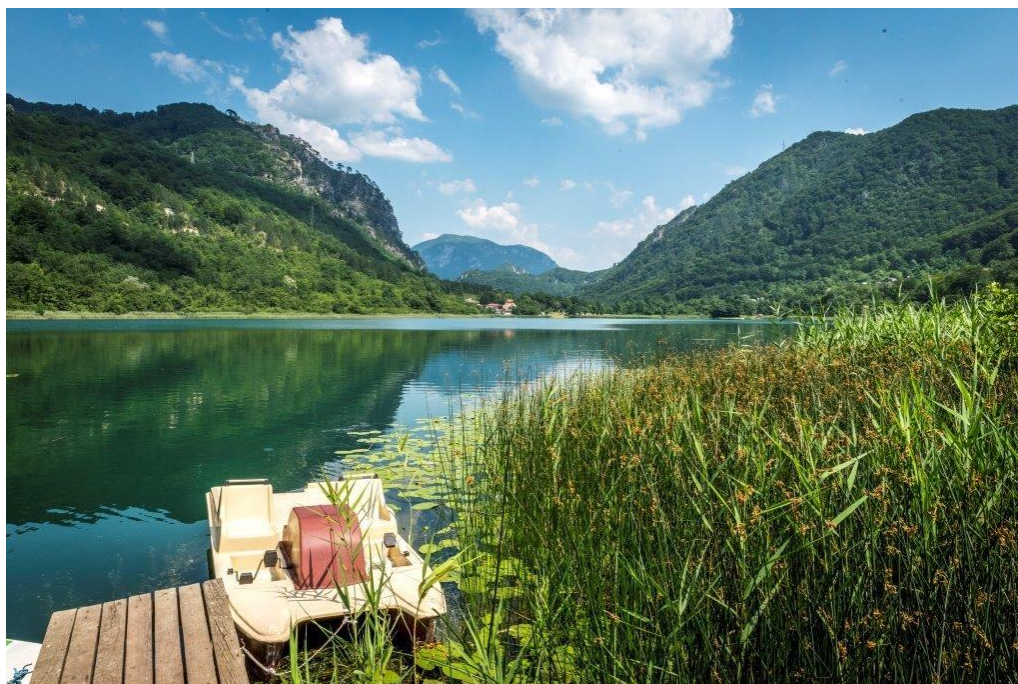
Tablica iznad predstavlja prirodne odnosno društvene resurse Hercegovine obzirom na njihove hidrografske, geomorfološke, pejzažne i kulturno – povijesne značajke.

4.1. HIDROGRAFSKI TURISTIČKI RESURSI

4.1.1. Boračko jezero

Boračko jezero je smješteno u podnožju planine Prenj. Kotlina u kojoj je jezero formirano ima ljevkast – amfiteatralni oblik. Jezero je nastalo glacijalnom erozijom a smješteno je u Boračkoj dragi. Površina jezera iznosi 140 240 metara kvadratnih. Boračko se jezero većim dijelom opskrbljuje vodom Boračkog potoka čiji je tok formiran na području Boračkog polja, kao i vodotokom pritoka s područja Boračke drage. Ta dva vodotoka se spajaju u vrhu jezerske doline. Voda u jezero dopijeva i sa različitih obalnih, priobalnih i podvodnih izvora. Voda iz jezera otječe vodopadom Šišnice, nakon toka kroz klisuru promjera otprilike 3 metra. Voda se nadalje ulijeva u Neretvu, na dijelu toka koji je poznat kao i Mali kanjon. Ispod se površine jezera nalazi veliki broj podvodnih vrela, što se očitava u niskoj temperaturi samog jezera. Jedna od specifičnosti Boračkog jezera je stvaranje stalnog strujanja vode u jezeru, što se očitava u manjem, ali ipak izraženim stupnjem protočnosti, što nije uobičajeno za ekosisteme stajaćih voda. (Mihić, 1984)

Slika 10 Boračko jezero



Izvor: <https://visitbih.ba/boracko-jezero-kod-konjica-smaragdni-raj-idealno-za-odmor-i-uzivanje/>, (17.5.2022)

4.1.2. Rijeka Neretva

Površina sliva rijeke Neretve je 10 100 kilometara kvadratnih, dok duljina rijeke iznosi oko 240 kilometara. Ima mnogo pritoka koji se slijevaju u glavni vodotok direktno ili indirektno podzemnim tokovima. Srednja visina sliva približno iznosi 250 metara iznad mora, dok je najviša točka rijeke 900 metara iznad mora. (Margeta i Fistanić, 2000)

Rijeka Neretva predstavlja važan čimbenik što se tiče društveno – ekonomskih i ekoloških čimbenika na području Bosne i Hercegovine i Hrvatske. Ona predstavlja rijeku sa značajnim hidrogenetskim potencijalima i proizvodnjom, te vrlo važan izvor vode za vodoopskrbu i navodnjavanje. Nizinski dio rijeke predstavlja važno ekološko područje i prirodni rezervat, gdje se formira široko močvarno područje sa širokim ušćem. Resursi ovog područja uključuju komplementarne i nekomplementarne aktivnosti, te osiguravaju protok robe i usluga. Veći dio slivnog područja Neretve nalazi se u Bosni i Hercegovini, dok se manji dio, odnosno ušće i nizinski slivni dio nalaze u Hrvatskoj. Značajnije obradive površine u dolini rijeke Neretve su krška polja. Ona su uglavnom pogodna za poljodjelske djelatnosti, iako je većina tih polja u zimskom razdoblju poplavljena. (Margeta i Fistanić, 2000)

Kakvoća vode je mjerena na više mjesta uzduž rijeke, te na svim značajnijim pritocima. Ona je uglavnom zadovoljavajuća, uz iznimku na pojedinim dijelovima rijeke uz velika naselja te nizvodno od velikih naselja. Jedna od važnijih uloga rijeke trenutno je proizvodnja hidroenergije. Dok se na rijeci trenutno nalazi 5 hidroelektrana, 7 ih je u procesu izgradnje. One imaju višestruku zadaću. Osim što služe za proizvodnju energije, također su bitne za zaštitu područja od poplave. Obilujući vrlo lijepim krajolikom i dobrom kakvoćom vode, rijeka Neretva i njezina dolina predstavljaju vrlo značajan prirodni resurs za razvoj šire regije. (Margeta i Fistanić, 2000)

4.1.3. Rijeka Trebižat

Nadzemni hidrološki sustav pod nazivom Tihaljina – Mlade – Trebižat ima duljinu od oko 70 kilometara od svojeg izvora koje se zove vrelo Opačac u Republici Hrvatskoj te obuhvaća površinu od oko 1200 km². Slivno područje Trebižata obuhvaća područje zapadne Hercegovine, odnosno njen jugoistočni dio, te područje koje pripada Dalmaciji, odnosno Republici Hrvatskoj. Veća mjesta koja okružuju hidrološki sustav Tihaljina – Mlade – Trebižat su: Posušje, Grude, Čapljina, Ljubuški, Vrgorac i Imotski. (Milašinović i Raič, 2016)

Rijeka Trebižat predstavlja glavnu vodnu arteriju, koja se kod mjesta Struge ulijeva u rijeku Neretvu. Trebižat teče pod sedam imena, a njegov početak predstavlja rijeka Ričina, koja se u mjestu Tribistovo formira od dva kraka, od potoka Močila i Ružičkog potoka. Nadalje se ponorima gubi dio vode, a formirani su u samom koritu rijeke. Prema Prološcu i Posuškom polju rijeka prima potok Topolu, te kod sela Nenadića prima Studeni potok. U Virskom polju prima potoke pod nazivima Zakovica i Sutina, dok u Ričicama prima potok Vrbicu. Od Vrbica pa kroz Badnjevica klisuru rijeka teče pod nazivom Suvaja. Od sela Parlova pa do Prološca nema nikakvih ponora, te sve vode dotječu u Prološko blato, gdje se umjetnim koritom ulijeva rijeka Suvaja. Suvaja otječe iz Prološkog blata pod imenom Jaruge, da bi se ulila u Vrliku kod mjesta Nebriževci. Vrlika izvire iz vrela Opačac, koje predstavlja najjače vrelo u Prološcu. Vrlika u daljnjem toku drenira izvore u Donjim Vinjanima, čije su vode provedene u Vrliku umjetnim kanalima, na području Šipovače i Prokopa. Vrlika nadalje kod Drinovaca ponire u Šainovac, da bi se u Peć Mlinima pojavila kao izvor Tihaljine. Tihaljina predstavlja površinski nastavak rijeke Vrlike, a prima nekoliko povremenih izvora: Jakšenicu, Nazdravicu i Meljavu. Klokun predstavlja jedno od najjačih vrela koje Tihaljina prima. Nizvodno od Kavazabašinog mosta Tihaljina mijenja naziv u Mlade, a prima s lijeve strane Vriošticu i Grabovo vrelo. Iz Mlade se jedan dio voda odvaja umjetnim kanalima u Rastok polje. Mlade svoj naziv mijenja od mjesta Humac do ušća u Trebižat. Jedan od pritoka Trebižata je Studenčica, koja prima Lukoč koji navodnjava Čitlučko polje. Osim Lukoča, Studenčica prima vode iz tri vrela: Vrila, Vakufa i Kajtazovine. Trebižat se nakon Humca razlije i formira slapove Kravice, te se kod Čapljine ulijeva u Neretvu. (Milašinović i Raič, 2016)

4.1.3.1. Hidroelektrana Peć Mlini

Hidroelektrana Peć Mlini se nalazi u općini Grude, odnosno Drinovcima. Smještena je 24 kilometra cestovne te 7 kilometara zračne udaljenosti od samog centra Gruda. Za proizvodnju energije koristi vode Vrlike i Grudskog vrila na prirodnoj visinskoj razlici od 110 metara između Imotsko – Bekijskog polja i strojarnice koja se nalazi na donjem platou Peć Mlini, u podnožju brda Petnik. Hidroelektrana se navodnjava putem Imotsko – bekijskog krškog polja koje je poplavljeno svake godine i postepeno bivalo ispražnjeno preko niza prirodnih ponora. Jedan od prirodnih ponora, odnosno najveći na tom području je Sainovac. Kada se nakon Drugog svjetskog rata probijao vodoprivredni tunel, plavljenja su znatno smanjena, ali nisu u potpunosti eliminirana. Jedan dio slijeva nije u mogućnosti propustiti veće količine vode bez velikih šteta. Godišnja proizvodnja hidroelektrane iznosi 83,2 Gwh (gigavatsat). Hidroelektrana je u probni rad puštena u rujnu 2004. godine. Najveći opskrbljivač hidroelektrane Peć Mlini vodom je rijeka Vrlika, zatim vode Grudskog vrila koje do tu dolaze putem kanala Grudsko vrilo – Vrlika. Za vrijeme kišnih razdoblja pojavljuje se mnoštvo izvora, najviše u Vinjanima Donjim. Vode se skupljaju u kompenzacijski bazen Nuga, koji ima kapacitet od oko 800 000m³ (Pandžić, 2019)

4.1.4. Vodopad Kravica

Vodopad Kravica je najveći slap toka rijeke Trebižat. Slap je širok 150 metara, dok njegova visina doseže 27 metara. Naslage sedre su po cijeloj širini vodopada Kravica prekrivene mahovinom i travom. Uz obalu se nalaze male plaže od pijeska i pržine. Kako ovaj prostor obiluje prirodnim, kulturnim i ekonomskim vrijednostima, nameće se potreba zaštite racionalnijeg korištenja ovog prirodnog i jedinstvenog vodenog resursa. Prirodni riječni tokovi ovog područja su izuzetno složeni, te predstavljaju svojevrsnu prirodnu ljepotu. Na području vodopada Kravica obitavaju brojne biljne i životinjske vrste koje su prilagođene dinamici ovog prostora. Ovaj prostor predstavlja odličnu priliku za razvijanje turističkih aktivnosti. Kreiranju turističkih aktivnosti doprinosi čista prirodna rijeka. Kravica je stavljena pod zaštitu godine 1954. rješenjem Zavoda za zaštitu kulturno – povijesnog i prirodnog naslijeđa BiH. (Raič et al, 2010)

Slika 11 Vodopad Kravica



Izvor: https://www.wikiwand.com/sh/Kravica_%28vodopad%29, (30.6.2022)

4.2. KULTURNO – POVIJESNI TURISTIČKI RESURSI

4.2.1. Crkva Svetog Jakova

Crkva svetog Jakova u Međugorju počela je sa gradnjom 1934. godine. Gradnji je prethodilo rušenje stare crkve, zbog trusnog terena na kojemu se tadašnja crkva nalazila. Radovi na Crkvi Svetog Jakova su trajali sve do 1969. godine, nakon čega je blagoslovljena. U procesu izgradnje javio se manji eksces vezan za veličinu crkve. Građani su smatrali kako je crkva prevelika za potrebe puka, odnosno da premašuje potrebu župe i njenih župljana. Ipak se ispostavilo da će gradnja crkve biti usklađena sa prethodnim planovima, odnosno nacrtom. Iako je govor u početku bio da veličina crkve premašuje potrebe svojih građana i župe, već 1981. godine postaje premala i iziskuje proširenje. Od te se godine odvijaju radovi koji su vezani za nadogradnju crkve i prostora oko nje. Zaštitnik crkve, Sveti Jakov je zaštitnik hodočasnika, pa je zanimljiv detalj da je baš njegova župa vremenom postala jedno od najvećih hodočasničkih mjesta. (Pinjuh, 2018)

4.2.2. Rimski vojni logor Bigeste

Tijekom prvih desetljeća *principata*, odnosno državnog uređenja koje je uspostavio prvi rimski car Oktavijan, prostor oko rijeke Trebižat je predstavljalo značajno vojno uporište, na kojem se nalazila fortifikacijska infrastruktura. Na području Gračina, kod Ljubuškog, negdje pri kraju vlasti cara Augusta, podignut je stalni Castellum koji je nosio naziv *Bigeste*. Analizom tlocrta, te angažiranjem pojedinaca kao što su: Dodig, Basler i Bojanovski, arhitektonski ostaci koji se nalaze unutar utvrde su identificirani kao južna zgrada odnosno *principia*, te sjeverna zgrada, odnosno *balneum*. Postoji dvojba vezana uz *balneum*, upitno je njegovo pripadanje *pretoriju*. Detaljnom analizom natpisa i stilskih elemenata koji su bili pronađeni na nadgrobnim spomenicima, utvrđen je idući redosljed stacioniranja auxilijarnih postrojbi: *Cohors I Lucensium equitata* koja je pripadala augustovsko – tiberijevskom dobu, *Cohors I Bracaraugustanorum equitata* za vrijeme kladijevsko – neronijanskog doba, *Cohors III Alpinorum equitata* iza 65. godine te za flavijevskog perioda te *Cohors I Belgarum equitata*, najkasnije od 97. godine. (Tomas et al., 2017)

Slika 12 Rimski vojni logor *Bigeste*



Izvor: <https://kravica.ba/wp-content/uploads/Rimski-logor-03.jpg>, (16.8.2022)

4.2.3. Stari Most

Stari Most u Mostaru je najvjerojatnije započet sa gradnjom za vrijeme osvajanja Bosne, 1463. godine od strane Mehmeda Fatiha. Gradnja je započela kada je osmanska vojska prolazila do Dubrovnika. U različitim se dokumentima ovaj most spominje i kao Veliki Most te Most izgrađen na rijeci Neretvi. Kako nalažu spisi, Sultan Sulejman Zakonodavac je 1565. godine naredio da se most obnovi te napravi od kamena. Taj zadatak je zapao Zaim Mehmed – bega, koji predstavlja velikog junaka, zbog toga što je vodio cijelu organizaciju radova i uspješno ih priveo kraju. U različitim osmanskim dokumentima stoji kako se most u razdoblju Sulejmana Zakonodavca počeo urušavati, pa je naređeno da se postojeći drveni most sruši te da se sagradi novi, kameni most. (Mujezinović, 1982)

U prosincu 1565. godine, skupljala su se potrebna novčana sredstva za nabavu materijala. Godinu nakon, raspravljalo se oko plana i nacрта mosta. Tadašnje vlasti su nastojale ukloniti i najsitnije nedostatke vezane uz obnovu mosta. Kako je tekla izgradnja mosta, stanovnici su željeli pronaći rješenje za nedostatak snabdijevanja vodom jedne obale Neretve. Taj problem je riješen tako što je preko mosta bio proveden vodovod. Kako bi se pazilo da izgradnja vodovoda ne bi naštetila samom mostu, dogovoreno je kako će svu štetu nadoknaditi stanovnici koji su inzistirali na provedbi vodovoda. Završetak gradnje Starog mosta bio je 1566. godine. Iznad temelja je ova godina uklesana u kamen. (Mujezinović, 1982)

Kako je zub vremena nagrizao Stari Most, bilo je neophodno da se redovito održava i obnavlja. Mostarski majstori su bili zaduženi da održavaju most, a za svoje usluge su bili nagrađivani oslobođanjem od poreza. Vremenom je bilo neizbježno da se dešavaju potrebne rekonstrukcije i popravke mosta, tako da su se one i ostvarile. Vremenom je na most postavljena i željezna ograda, budući da su se događale nezgode, odnosno padovi ljudi sa mosta u rijeku Neretvu. Usprkos velikim razaranjima koja su se dogodila 1993. godine, Stari Most je dobio novi izgled 2004. godine, kada je obnovljen. Stari Most je do dan danas ostao simbol grada Mostara. (Mujezinović, 1982)

4.2.4. Castrum Mogorjelo

Dva kilometra južno od Čapljine, nalaze se ostaci tabora, vile *rusticae* i palače Mogorjelo. Postoje različite teorije o nastanku imena Mogorjelo. Dok jedna teorija tvrdi kako je naziv potekao od izraza „mnogo gorjelo“, kako pučka predaja nalaže, druga teorija tvrdi kako je njegov naziv potakao od Mogora, sveca koji se štovao u Akvileji. Postoji još teorija o nastanku njegova imena. Kada se u 19. stoljeću gradila željeznička pruga, otkriveni su ostaci zidina na tom području. Od 1899. godine do 1903. godine na tom području su vođena arheološka iskopavanja koje je predvodio Carl Patsch. Arheološkim iskopanjima utvrđeno je kako se gradnja tog građevinskog kompleksa odvijala u više faza. Na početku je sagrađeno poljoprivredno dobro sa kupalištem, stambenom zgradom te zgradom koja je služila za poljoprivrednu proizvodnju. Nakon ruševina koje su nastale tijekom velikog požara, na tom mjestu je podignuta palača. Dimenzije palače su bile 102x86 metara. Unutar je te palače stanovao vlasnik kompleksa, u takozvanoj reprezentativnoj zgradi. Pretpostavlja se kako je utvrđena palača u Mogorjelu uništena početkom 5. stoljeća za vrijeme provale zapadnih Gota. Istraživanja su pokazala kako je na tim ruševinama nikla bazilika, a pored te bazilike je bila smještena zgrada kojoj je namjena bila nepoznata. Kako su pokazali nalazi na tom području, život u Mogorjelu je nastavljen u ranom srednjem vijeku. (Dodig, 2010)

4.2.5. Kula Herceg – Stjepana Kosače

Stari grad Ljubuški je pozicioniran na brdu Buturovica, na nadmorskoj visini od oko 350 metara. Predstavlja jedan od najznačajnijih kulturno – povijesnih spomenika Ljubuškog ali i zapadne Hercegovine. Grad je poznat i kao Kula Herceg – Stjepana ili „Herceguša“. Povijesno je usko povezan sa plemićkom obitelji Hraniće – Kosače, posebice uz Stjepana Vukčića Kosaču i njegovoga sina Vladislava. Ta plemićka obitelj stari je grad koristila aktivno za život tijekom 15. stoljeća, odnosno u predosmanskom razdoblju. Nakon osmanskih osvajanja većinom je upotrebljavan u vojne svrhe. (Čuljak i Uglešić, 2021)

Početak arheoloških istraživanja starog grada javio se kada je na tom području započela izgradnja makadamske, te kasnije i asfaltne ceste do lokaliteta. Pretpostavku za početak arheoloških istraživanja stvorila je izgradnja makadamske, a kasnije i asfaltne ceste gotovo do samog lokaliteta. Nakon toga su u sklopu projekata prekogranične suradnje Europske unije osigurana financijska sredstva koja su potpomogla organiziranju dviju kampanja arheoloških istraživanja na lokalitetu. Te dvije kampanje je proveo Studij arheologije Filozofskog fakulteta u Mostaru. Prva kampanja je provedena 2020. godine, a druga 2021. godine. Istraživanje ovakvog lokaliteta komplicirano je i ne može se završiti unutar dvije kampanje. Kako vrijeme odmiče, istraživanje starog grada sve je lakše, zbog postojanja novih tehnologija koje omogućuju pregled samog lokaliteta iz zraka, te je potrebno sve manje vremena kako bi se neki lokalitet većinski istražio. Nove tehnologije omogućuju i precizniju sliku o gradnji i arhitekturi, sa većim rezolucijama slike. Put kakav danas prolazi do starog grada je izgrađen umjetnim načinom, dok je originalni put do starog grada, odnosno pješačka staza, prolazio pokraj izvora Gožulj sa jugozapadne strane. Tu stazu i dan danas većinom koristi lokalni puk. Ono što je zajedničko ovakvim srednjovjekovnim starim gradovima je njihov strateški položaj na određenoj uzvisini. Stari gradovi u okolici su većinom smješteni na nekoj uzvisini zbog veće vizualne kontrole. Još jedna osobina koja veže i ostale stare gradove u okolici je ta da se potpuno iskorištavaju prirodne litice, pa su gradovi zidani koristeći se već postojećim izbočinama i humcima. (Čuljak i Uglešić, 2021)

4.3. GEOMORFOLOŠKI TURISTIČKI RESURSI

4.3.1. Podbrdo – mjesto ukazanja

Brdo ukazanja je mjesto koje karakteriziraju počeci Gospinih ukazanja. Put koji vodi od podnožja brda pa do samog vrha je veoma strm i stjenovit, a omeđen je brončanim reljefima koji označavaju radosna i žalosna otajstva krunice. Ti brončani reljefi su postavljeni 1989. godine. Križ koji se nalazi na mjestu ukazanja simbolizira mjesto trećeg dana ukazanja, kada je Gospa pozvala vjernike na mir. Na vrhu Podbrda nalazi se kip Kraljice mira, koji je napravljen prema modelu kipa koji se nalazi kraj župne crkve. Postavljen je na 20 obljetnicu Gospina ukazanja, odnosno 2001. godine. Razlika između Križevca i Podbrda je primjerice u praksama vodiča koji predvode skupine vjernika. Na brdu Križevac ponašanje vjernika je većinom formalno i odvija se u konstantnoj molitvi, dok na Podbrdu vlada više neformalan način ponašanja vjernika, molitva se često prekida anegdotama o međugorskim ukazanjima. (Belaj, 2011)

Slika 13 Podbrdo



Izvor: <https://bluehearttravel.com/blog-article/medjugorje-apparition-hill-5> (22.8.2022)

4.3.2. Pećina Vjetrenica

Pećina Vjetrenica je smještena u jugoistočnom dijelu Bosne i Hercegovine. Što se tiče aspekta administrativnog položaja, ona pripada općini Ravno, odnosno županiji Hercegovačko – neretvanskoj. Površina područja Vjetrenice iznosi 47,6 km². Ravno graniči sa Dubrovačko – neretvanskom županijom na zapadu i jugoistoku, na sjeveroistoku sa Trebinjem, a na sjeveru sa Neumom. Iako je teško površinu općine Ravno precizno utvrditi, ona prema službenim podacima iznosi 286km². (Antonić et al., 2009)

Vjetrenica predstavlja složeni špiljski kanal koji je dug 7013,90 metara, što predstavlja drugu po redu najdužu špilju u Bosni i Hercegovini. Do sad je speleološka istraživanja vršilo pet speleoloških društava i odsjeka. Vjetrenica još nije u potpunosti istražena, pa je postojeći nacrt špilje nepotpun, i potrebna su dalja istraživanja. Špilja se sastoji od glavnog kanala koji je dug oko 2,5 kilometra, odnosno Gornje Vjetrenice i mnoštva manjih kanala. Na području Vjetrenice prevladavaju optimalni ekološki uvjeti. Specifični su ekološki čimbenici omogućili veliku raznolikost staništa i flore i faune. Na ovom se području javljaju različiti tipovi staništa, kao što su termofilne šume, šikare i kamenjari. Raznolikost staništa je uvjetovana povoljnim geografskim položajem te različitim prirodnim procesima. (Antonić et al., 2009)

4.3.3. Planina Prenj

Planina Prenj se nalazi na jugu Bosne i Hercegovine, odnosno u gorju Dinarida. Prenj se prostire na oko 500km². Na ovom području prevladava šuma, te livade i krečnjački krš. Iz krša se izdiže više vrhova, od kojih jedanaest imaju visinu koja premašuje 2000 metara nadmorske visine. Najveći vrh Prenja je Zelena glava, sa 2155 metara nadmorske visine, a slijede ga Lupoglav sa 2102 metra nadmorske visine te Otiš sa 2097 metara nadmorske visine. Planine koje okružuju planinu Prenj su: Bjelašnica na Sjeveru, planine Čvrstica i Čabulja na zapadu, na jugu se nalaze Crvanj i Velež, a na istoku je smještena planina Visočica. (Gafić i Džeko, 2009)

Jugoistočno od Prenja nalazi se izvor rijeke Neretve. Rijeka svojim tokom pravi skoro puni krug, te je njezinim djelovanjem odvojila Prenj od susjednih planina. Usječeni kanjon, koji se nalazi između Prenja i Čvrstice dokaz je da je u pretpovijesno vrijeme to bila jedina planina. U blizini se nalaze umjetna jezera na kojima su smještene četiri velike hidrocentrale. Na istoku je također smješteno Boračko jezero te kanjon rijeke Rakitnice. Ekolozi se trude da sačuvaju rijeku Neretvu od gradnje drugih hidroelektrana, kako bi se sačuvala njena postojanost. Na Prenju postoji jako bogata raznolikost flore i faune. (Gafić i Džeko, 2009)

4.4. PEJZAŽNI TURISTIČKI RESURSI

4.4.1. Hutovo blato

Hutovo blato je malo plitko močvarno područje smješteno u donjem toku rijeke Neretve. Nalazi se na oko 20 kilometara uzvodno od Jadranskog mora, odnosno blizu granice sa Republikom Hrvatskom. Slijev Neretve je jako poseban zbog raznolikosti flore i faune. Naglasak je na postojanju velikog broja slatkovodnih vrsta riba. Na Hutovu blatu vlada veliki stupanj endemizma, te kao takav stoji za jedan od četiri takva mjesta na području Mediterana. Hutovo blato predstavlja jedno od najvažnijih dijelova rijeke Neretve. Godine 1995. proglašeno je Parkom prirode. Njegovom značaju pridonosi i da je 2001. godine upisano u Ramsarsku konvenciju kao močvarno područje koje ima međunarodni značaj. (Tutman et al, 2012)

Park prirode Hutovo blato zauzima površinu od oko 74km², a nalazi se na svega oko 3 metra nadmorske visine. Sastavljeno je od dvije geomorfološke cjeline: Deranskog (gornjeg) i Svitavskog (donjeg) blata. Gornje odnosno Deransko blato je sastavljeno od pet manjih jezera: Deran, Drijen, Jelim, Škrka te Orah koji su međusobno povezani. Donje blato odnosno Svitava je krajem sedamdesetih godina dvadesetog stoljeća pretvoreno u akumulacijsko jezero za potrebe hidroelektrane. (Tutman et al, 2012)

4.4.2. Park prirode Blidinje

Park prirode Blidinje nalazi se u središnjem dijelu Bosne i Hercegovine i pripada području srednjih Dinarida. Osnovano je 30. travnja 1955 godine. Predstavlja područje visokog krša koje je građeno od stijena. Blidinje zauzima površinu od oko 360 km². Područje Blidinja obuhvaća gorski masiv planine Čvrstica, područje Vran planine, Dugo polje sa jezerom Blidinje te zapadne dijelove Čabulje. Blidinje je godinama postalo poželjno turističko odredište, zbog kombinacije različitih faktora kao što su geografski položaj i jedinstvena povijesna baština. (Slišković, 2017)

Područje Parka prirode Blidinje administrativno pripada trima županijama: Hercegovačko – neretvanskoj, Zapadnohercegovačkoj i Hercegbosanskoj. (Slišković, 2017)

U Parku prirode Blidinje postoje velike razlike u nadmorskoj visini. Ona varira između 112 metara nadmorske visine na ušću Drežnice do 2228 metara nadmorske visine na Čvrstici. Na području Blidinja se izmjenjuju dva tipa klime: niži dijelovi Vrana i Čvrstice imaju mediteransku klimu dok viši nadmorski dijelovi imaju kontinentalnu i planinsku klimu. Zime su duge sa puno oborina a ljeta su svježija i kratka. (Slišković, 2017)

5. POVIJESNI RAZVOJ PODRUČJA

Hercegovina ima iznimno bogatu povijest. U ovom poglavlju će detaljnije biti opisan razvoj ovog područja kroz različite vremenske periode.

5.1. PRAPOVIJEST

5.2.1. Paleolitik i Mezolitik

Iz artefakata pronađenih na prostoru Hercegovine, vidi se kako su tu živjele zajednice iz Paleolitika, odnosno starijeg kamenog doba. Paleolitik predstavlja razdoblje interglacijalnih i glacijalnih razdoblja, gdje su klima i reljef bili znatno drugačiji nego u sadašnjoj Hercegovini. Poznato je više razvojnih faza Paleolitika, a na područjima Hercegovine javljale su se dvije: srednji i mlađi paleolitik. Istraživanjem artefakata koji su pronađeni na tim prostorima, utvrđeno je kako su u to vrijeme Hercegovinu naseljavali *homines neanderthalenses*, odnosno ljudska vrsta koja je obitavala europskim tлом, ne samo na području sjeverne Hercegovine, nego i na području cijele Europe, Palestine, Male Azije i Sjeverne Afrike, u razdoblju od 150 000 – 35 000 godina prije Krista. U ovom je razdoblju čovjek ovladao lovačko – sakupljačkim sposobnostima, te izradom oruđa i govornim sposobnostima. Mlađi paleolitik je vrijeme u kojem je čovjek razvio smisao za umjetnost, te je ukrašavao prostor u kojem je svakodnevno obitavao. Na području Hercegovine nije pronađeno nijedno nalazište koje datira iz Mezolitika, ali nije isključeno da su se zajednice lovaca i sakupljača kretale ovim prostorom. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

5.2.2. Neolitik

Neolitik predstavlja razdoblje od 6000. – 3500. godine prije Krista. Ovo je razdoblje ostavilo znatno više tragova u odnosu na prethodna razdoblja. Razlog tome su pogodni geografski i klimatski uvjeti Hercegovine. Gospodarstvo je bilo bazirano na sakupljanju plodova, lovu i ribolovu. Javljaju se trajne nastambe te proizvodnja keramičkih predmeta. Staništa naseljenih naroda su bazirana na pećinske prostore u blizini vodenih tokova, kako bi se mogla napojiti stoka. U ovom se razdoblju javljaju različite forme keramičkog posuđa, koje su karakterizirale određene tehnike ukrašavanja. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

5.2.3. Eneolitik

Eneolitik je razdoblje od 3500. – 2200. godine prije Krista. Na području Hercegovine se može prepoznati rani i razvijeni eneolitik. Neki od elemenata eneolitske tradicije su: naseljavanje istih naselja, zadržavanje tipoloških i tehnoloških svojstava keramike i preživljavanje lokalne populacije koja je nositelj kulturnog razvoja. Eneolitik karakteriziraju i druge novosti. Primjerice, dominacija stočarstva nad zemljoradnjom, povećana trgovina i razmjena, početak društvenog raslojavanja i oblikovanje rodovskih zajednica. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

5.2.4. Rano brončano doba

Rano brončano doba je razdoblje od 2300. do 1600. godine prije Krista. Tada dolazi do formiranja novih kultura koje se razvijaju po osnovi eneolitskog supstrata uz udio stranih utjecaja. Pridošlice se asimiliraju sa autohtonom populacijom i formiraju naselja na uzdignutim pozicijama koja su pogodna za obranu. Za naseljavanje se još uvijek koriste špilje, sve do srednjeg brončanog doba. Običaj pokapanja pokojnika u tumule se nastavlja iz eneolitičkog perioda. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

5.2.5. Srednje brončano doba

To je razdoblje od 1600. – 1300. godine prije Krista. Zasad nije dostupno dovoljno podataka koji bi omogućili detaljnije rekonstruiranje aspekata života prapovijesnih stanovnika ovoga razdoblja. Postoji par nalazišta koje pomalo približuju ovo razdoblje, primjerice Gagrice – Hatelji. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

5.2.6. Kasno brončano doba

Ovo područje obuhvaća period od 1300. godine do 750. godine prije Krista. Područje jugoistočne Europe u ovom periodu karakterizira pokapanje pokojnika incineracijom (ostaci se spaljenog pokojnika polažu u keramičke urne), te različitim etničkim pokretima. Međutim, područje Hercegovine je i dalje zadržalo običaj inhumacije. Kako nalažu ostaci, metalurgija bronce doseže svoj najveći nivo. U ovom se periodu formiraju i kulturne skupine koje do kraja prapovijesti ostaju na istom razdoblju. Gradnja gradina se nastavlja u ovom razdoblju. Gospodarstvo ovog vremena je bazirano na stočarstvu, uz malo lova i poljodjelstva. Nakon nemirnih stanja i pokreta, na području Hercegovine nailazi se na različite ostave. Te ostave su većinom trgovačkog karaktera. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

5.2.7. Željezno doba

Željezno doba traje otprilike od 900. – 400. godine prije Krista. Ovo razdoblje je u Hercegovini obilježeno na području zapadne Hercegovine srednjodalmatinskom kulturnom skupinom, dok je područje istočne Hercegovine okarakterizirano kao područje južnojadranskog primorja. Na postojanje ovih kultura ukazuje tipologija naselja koja se, kao ni etička struktura nije značajno izmijenila od prethodnih perioda. Većinom su se naseljavala pažljivo izabrana područja koja su bila opremljena složenim fortifikacijskim sustavima. Iz prethodnog se razdoblja zadržava tradicija pokapanja pod tumulima, ali zapadni dio Hercegovine, ipak mrtve pokapa u ravnim grobovima. Značajnu ulogu u ovom razdoblju uz stočarstvo i zemljoradnju ima i trgovina. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

5.2. ANTIKA

Narod koji je obitavao na prostoru Hercegovine, autohtoni etniji, a kolokvijalno nazivani Ilirima, tijekom posljednjih godina stare ere, bili su izloženi različitim utjecajima njihovih susjeda. Njihovi susjedi su bili civilizacijski visoko razvijeni. To se odnosi na različite zajednice koje su smještene na istočnoj obali Jadrana: Plereji, Daorsi i Ardijeji. Ti narodi su se našli u sferi grčkih utjecaja. Grčki utjecaji su ranije bili dostupni preko skromnih kopnenih veza preko starog Epira, a kasnije postaju izraženiji kada su osnovane grčke kolonije na Južnoj Italiji, Siciliji i na južnom dijelu Jadrana, gdje je Korint na otoku Krku već u 8. stoljeću prije Krista osnovao Korkiru. Presudne će se pokazati grčke aktivnosti na srednjem Jadranu. Tamo je Dionizije Stariji, vladar Sirakuze, osnovao koloniju Isu na Visu, početkom 4. stoljeća prije Krista, a Parani su osnovali koloniju Pharos na današnjem Hvaru, 385. godine prije Krista. U delti rijeke Neretve, na prostoru današnjeg Vida kod Metkovića, javlja se trgovište koje pospješuje intenzitet veza između barbarskog Ilirskog zaleđa i centara mediteranskog svijeta koji su visoko civilizacijski razvijeni. Utjecaji grka vidljivi su i na graditeljstvu, materijalnoj kulturi i duhovnom životu. Nakon dolaska Grka, počinju se raslojavati određene društvene strukture. Na prostoru se Južne Hercegovine, ali i na prostoru njezine unutrašnjosti mogla uočiti prepoznatljiva ratnička elita. Grčki se import mogao primijetiti i na nalazima u kneževskim grobovima i tumulima. U to je vrijeme jako bila značajna trgovina. Ona je potaknula mirnu akulturaciju određenih društvenih slojeva, i razmjenu robe koju je kontrolirala elita. Jedan od primjera su Daorsi koji su moć zasnovali na uspješnoj trgovini i kontroli te trgovine. Nalazi koji su nastajali na ovom području nalažu kako se između autohtonog stanovništva i novopridošlih Grka odvijala naprednija razmjena dobara, odnosno trgovina. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

5.2.1. Ilirska država

Zahvaljujući razvoju gospodarstva, društvenim odnosima i povoljnim prilikama u regiji, javile su se povoljne političke prilike kod Ilirskih zajednica na području južne Hercegovine i primorja. Daorsi, Ardijeji, Plereji i Delmati su se vođeni zajedničkim interesima pronašli unutar jedne društveno – političke zajednice, odnosno saveza ili države, nazvanom Ilirsko carstvo. To ujedinjenje započelo je od kraja 4. stoljeća prije Krista. Ova država se nije mogla mjeriti sa tadašnjim državama helenističkog tipa, ona je imala svoj određeni teritorij, vladare, plemstvo, vojsku te vijeće plemenskih prvaka. Ilirsko je kraljevstvo njegov vrhunac doživjelo za vrijeme vladara Agrona, oko 250. – 300. godine prije Krista. Tada su se Rimljani počeli zanimati za istočnu obalu i pripremati se za njihova nova osvajanja. Rim je to područje osvojio u 3. stoljeću, kada se Ilirsko Kraljevstvo našlo u takozvanoj dinastičkoj krizi. Popuštanje vladarskih stega nastaje kada je imenovana kraljica Teuta, tadašnja skrbnica Pinesa, koji je bio sin kralja Agrona. Za to vrijeme, sve su se više javljala gusarenja i pljačke. Metom gusarskih napada nisu bile samo grčke kolonije smještene na Jadranu, nego i gradovi koji su bili smješteni na obali Epira i Peloponeza. Grčke kolonije su svog zaštitnika pronašli u Rimu, sa kojim će Iliri u budućnosti voditi čak tri rata. Pobjeda Rimljana u prvom ilirskom ratu i poraz Teute nisu rezultirali rimskom uzurpacijom prekomorskih teritorija. Rimljani su se započeli interesirati za istočnu obalu, a tek su se zadovoljili kada se javila naznaka slobode grčkih gradova na području Jadranskog i Jonskog mora. Rimljani su zagospodarili jednim dijelom obale u Iliriku tek nakon trećeg Ilirskog rata, gdje je poražen kralj Gencio u Ilira, a u isto vrijeme je druga rimska vojska porazila vojsku Makedonije na području Solunskog zaljeva. Daorsi su se, nakon što su pohvalili njihovu snagu, te prešli na stranu njihove vojske, pokazali kao bitan faktor. Rimljani su Ilirske prvake obavijestili o svojim pobjedama na skupštini koja se održala u Skodri 167. godine prije Krista. Kako bi spriječili potpunu prevlast Rimljana, na njihovom putu su se našli moćni Delmati, koji su posjedovali moćnu organizaciju i bili iznimno jaki. Nanijeli su teške poraze rimskoj vojsci na području Hercegovine. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

5.2.2. Otpor Ilira

Hrabri Delmati su se suprotstavili Rimljanima 156. godine prije Krista. Rimska vojska svoju je organizaciju rata pokrenula iz Narone, koja je u to vrijeme bila glavno rimsko uporište, pa preko doline Trebižata i zapadne Hercegovine kako bi došla do delmatske zemlje. Njihov cilj je bio osvojiti Delminij, koji je važio za plemensko središte. Uspjeli su u svom naumu 155. godine prije Krista. Sljedeća veća bitka dogodila se 135. godine prije Krista kada je pao obračun sa Ardijejcima i Plerejima. Bitka je rezultirala iseljenjem Ardijejaca i Plereja. Od 49. – 47. godine prije Krista vodio se sukob između Pompeja i Cezara u građanskom ratu. Delmati su u tom ratu bili na strani Pompeja. Zapovjednik rimskih snaga pod imenom Publije Vatinije je uspio zauzeti par delmatskih utvrda koje su glasile kao dobro utvrđene, a nalazile su se u zaleđu Narone. Oštra zima ga je natjerala da se vrati u Dyrrachium. Ta situacija je dobro došla Delmatima, koji su napali Daorse, razrušili Daorson i završili neprijateljstvo koje je trajalo dugo godina. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

Nakon što je umro Cezar, nastavili su se sukobi s Rimom. Sporazumom u Brindiziju je dogovoreno pomicanje granica Ilirika prema unutrašnjosti. Delmati su poraženi 33. godine prije Krista, kada su priznali poraz Rimljanima. Platili su danak od 700 taoca. Od tog događaja, Delmati su sudjelovali u dvije pobune: jedna sa Norinčanima i Panonima gdje su se podigli protiv takozvanog gospodara tuđeg jezika, i u velikom ustanku od 6. do 9. godine prije Krista. Taj ustanak se naziva Batonov ustanak a povod mu je bio prikupljanje mladih vojnika i prikupljanje poreza. Tiberije je uz pomoć Germanika donio zadatak da uguši ustanak. Kada je nastupio slom ustanka, stanovništvo je bilo izloženo velikoj represiji, primjerice odvođenju u ropstvo i masovnom raseljavanju. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

5.2.3. Period Rimske vladavine

U cijeloj su se regiji očitovale posljedice ratova sa Rimljanima. Rimska je vojska surađivala sa lokalnim saveznicima, te je mijenjala gospodarska kretanja na području srednjeg Jadrana. Istočnu obalu i otoke su krenuli naseljavati vojnici, veterani, trgovci i kolonisti. Kako se rimsko carstvo širilo na zaleđe, to je potaknulo dolazak Italika, većinom na donji tok Neretve. Neki od razloga su poznato trgovište Naron a i plodna zemlja koja se nalazila uz pritoke rijeka. Istraživanjem lokaliteta na tom području, vidljivo je kako je na tom prostoru postojalo rimsko prebivanje. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

5.3. STAROKRŠĆANSKO I RANOSREDNJOVJEKOVNO RAZDOBLJE

Jedan od bitnih čimbenika prijelaza iz jednog razdoblja nazvanog kasna antika u razdoblje rani srednji vijek je pojava kršćanstva. Na prostoru današnje Hercegovine, kršćanstvo se rasprostranilo već u 3. stoljeću, a nakon Milanskog edikta kršćanstvo postaje službenom religijom rimskog carstva. Dokaze o kršćanstvu na ovim prostorima krije postojanje nalaza starokršćanskih crkava. Ti nalazi predstavljaju jasne dokaze da je autohtono pučanstvo ovih prostora manje ili više romanizirano, prije dolaska Slavena bilo kristijanizirano. Sakralna starokršćanska arhitektura može se naći na području cijelog prostora Hercegovine. Kršćanstvo je poljuljalo stare vrijednosti politeističkog Rimskog carstva i na taj je način pučanstvu donijelo ravnopravnost svih ljudi. Ta ravnopravnost je dobro došla Carstvu, jer se blagajna ispraznila, javile su se turbulencije unutar Carstva, a pojavljivali su se sve češći napadi i pljačke barbara. Svrgavanjem posljednjeg rimskog cara, godine 476., raspalo se slavno Zapadno Rimsko Carstvo. Međutim, Rimsko carstvo nastavlja postojati kroz svoju istočnu polovicu. Sami početak srednjeg vijeka karakteriziraju i prodiranja barbarskih naroda s istoka, 375. godine. Prostore Hercegovine svojom ostavštinom obogaćuju Goti, odnosno Istočni Goti, germanski narod s područja Skandinavije. Oni osnivaju svoje Kraljevstvo na prostorima današnje Italije. Područje ovog kraljevstva obuhvaća i prostor Hercegovine, ali i Bosne koja je obilovala rudnim bogatstvom. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

Pad Salone dogodio se 614. godine. Salona je bila glavni grad rimske provincije Dalmacije, čijim je dijelom bio prostor današnje Hercegovine. Tim događajem se javlja novo stanovništvo na ovim područjima, Slaveni, koji se doseljavaju i danas žive na ovom prostoru.

Slaveni su bili pogani, vjerovali su u slavenska božanstva. Imali su tendenciju da ruše postojeće bazilike, uništavali rimske građevine, praveći adaptacije koje njima odgovaraju. Njihovim dolaskom izgubio se svaki trag autohtonog stanovništva. Ovo stanovništvo koje je svoj dolazak na ove prostore obilježilo razaranjem, nakon par stoljeća njihovog obitavanja u ovom predjelu, prima kršćanstvo kao svoju vjeru. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

Pismenost na ove prostore dolazi zahvaljujući Ćiril i Metodu, koji na slavenske jezike prenose glagoljicu i ćirilicu. Temeljna ideja je služenje Svete mise na domaćem jeziku, odnosno jeziku Slavena. Do tada se Sveta misa održavala isključivo na latinskom jeziku. Slaba istraženost ranog srednjovjekovnog razdoblja na ovim prostorima rezultat je manjka materijalnih sredstava i znanstvenika koji su specijalizirani za to područje, te mnoštva drugih čimbenika. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

5.4. RAZVIJENI SREDNJI VIJEK

Na samom početku opisivanja Razvijenog srednjeg vijeka na području Hercegovine, prvotno se treba pozabaviti samim pojmom Hercegovina. Pojam Hercegovina se javlja prvi put 1454. godine u pismu bosanskog sandžak – bega Isa – bega Ishakovića. Naziv je nastao u skladu sa tadašnjom osmanskim politikom, da su se susjednim zemljama davala imena po istaknutim osobama koje su njima vladale. Vlasnikom ovog posjeda bio je Stjepan Vukčić – Kosača, koji je 1448. godine dobio titulu Herceg. Nakon dobivanja titule, njegov posjed nazivao se Hercegovina zemlja. Kada su se ovi prostori sačuvali od stoljetne osmanske vladavine, pojam Hercegovina sačuvao se u imenu novostečene provincije, Bosne i Hercegovine. Što se tiče teritorijalnog smisla, teritorij Hercegovackog sandžaka se preklapao sa teritorijem herceg Stjepana, dok je današnji teritorij Hercegovine ostavština nakon mletačkih, crnogorskih i srpskih osvajanja i teritorijalnih širenja od 17. – 19. stoljeća. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

Prostor današnje Hercegovine predstavlja jednu zemljopisno zaokruženu cjelinu. Nalazi se u mediteranskom prostoru na značajnijem dijelu jadranske obale, okružena plodnim dolinama rijeka i kraškim poljima na koje se nastavlja pojas visoravni te planinskih polja, rijekom Neretvom te lancem visokih planina sa plodnim ispašama, ovaj se prostor smatra samodostatnim u svakom smislu. Rijeka Neretva predstavlja žilu kucavicu ovog područja, koja obiluje plodnim prostorom i predstavlja prirodni izlaz u svijet. Ovaj se prostor nalazio od 8.

stoljeća na razmeđu velikih sila: Bizanta i Franaka, dok je od 11. stoljeća na dodiru katoličanstva i pravoslavlja, što će uskladiti tijek političkih i duhovnih gibanja na ovom prostoru. Navedeni činitelji će biti uzrokom sve češćih previranja i sukobljavanja. Na izmaku ranog srednjeg vijeka, početkom 10. stoljeća povijesni izvori ukazuju na oblikovanje političkih tvorbi na prostoru istočne obale Jadrana. Izrastanje tih političkih tvorbi rezultat je prestanka vlasti Bizanta nad ovim područjem, te velikog društvenog procesa gdje nastaje niz novih uređenih država i političkih cjelina. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

Na kulturne su prilike na prostoru Hercegovine utjecala dva činitelja: društvena razvijenost prostora te zemljopisni položaj. Iako se zbog nedostatka gradova i bogate srednjovjekovne gradske kulture stječe dojam o niskoj društvenoj razvijenosti ovog prostora, materijalni kulturni ostaci označavaju da je društvena razvijenost prostora ipak na visokoj razini. Stupanj razvijenosti društva je bio na zavidnoj razini. Međutim, zemljopisni položaj ovog prostora na jugoistočnom dijelu europsko – mediteranskog zapada, na graničnom području sa istokom i bizantskom civilizacijom će imati za posljedicu izloženost kulturnim strujanjima s istoka i zapada te kreiranje vlastitih originalnih izričaja kulture. Tu je važnu ulogu imala istočno - jadranska obala koja je imala osobitu otvorenost kulturnim strujanjima sa mediteranskog prostora, te razvijenim gradskim središtima na obali i bogatom kasnoantičkom kulturnom baštinom. (Vasilj, Čuljak i Paponja, 2012)

6. ISTRAŽIVANJE ZASTUPLJENOSTI TRADICIONALNIH HERCEGOVAČKIH JELA U RESTORANIMA U HERCEGOVINI

Uzevši u obzir da restorani u Hercegovini sve više zastupaju tradicionalnu hercegovačku kuhinju, na način da se trude prezentirati jela koja se blaguju na ovim prostorima godinama, bilo da su prezentirana u svom izvornom obliku ili uz blage izmjene, javlja se potreba da se istraži ponuda regionalnih restorana.

U ovom dijelu će se prikazati i analizirati istraživanje provedeno na 10 regionalnih restorana, koji u svojoj ponudi zastupaju tradicionalna hercegovačka jela. U daljem tekstu će se definirati i interpretirati metode, postupak i uzorak istraživanja, kao i rezultati dobivenog istraživanja i rasprava na temelju prikazanih rezultata.

6.1. METODA, POSTUPAK I UZORAK ISTRAŽIVANJA

Za potrebe ovog diplomskog rada, koristilo se istraživanje sljedećim metodama: metoda analize, koja u ovom slučaju podrazumijeva analizu jelovnika; metoda ispitivanja – intervju, koja se odnosi na razgovore sa vlasnicima, voditeljima te šefovima kuhinje regionalnih restorana. Istraživanje se provodilo od 4. mjeseca 2022. godine do 2. mjeseca 2023. godine.

Analiza predstavlja traženje veze, uzroka i posljedice te izvođenje zaključka pomoću rastavljanja cjelovitoga na sastavne elemente. Predstavlja postupak kojim se uz pomoć razlaganja ili razdvajanja „djelatnost subjekta postupno razvija od neke kompleksne cjeline, kao polazne točke istraživanja, k pronalaženju i utvrđivanju elemenata, sadržaja, činitelja danog objekta i odnosa tih činitelja u njemu.“ (Žugaj i dr., 2006, str.50)

Metoda ispitivanja – intervju predstavlja specijalni oblik razgovora koji se od običnog razgovora razlikuje formalno, psihološki i sadržajno. Intervju se provodi sa određenim ciljem i po određenom planu, a osobe koje sudjeluju u njegovoj provedbi nisu psihološki ravnopravne. (Čendo Metzinger, T., Toth M.)

Metoda analize, odnosno analiza jelovnika provedena je na 10 ugostiteljskih objekata – restorana, a obuhvaćala je promatranje jelovnika u fizičkom ili elektronskom obliku. Analiza jelovnika nastoji prikazati zastupljenost tradicionalnih jela u regionalnim restoranima. U obzir su uzeti restorani sa područja Hercegovine koji svojom ponudom pridonose istraživanju i tematici diplomskog rada.

Metoda ispitivanja, odnosno intervju, provedena je na ispitanicima koji su vlasnici, voditelji ili šefovi kuhinje ugostiteljskog objekta. Osobe na takvim pozicijama posjeduju korisne informacije i imaju iskustvo u upravljanju ugostiteljskim objektom te imaju širi uvid u poslovanje restorana te samu ponudu restorana. Razgovor je vođen u polustrukturiranom obliku, gdje je postavljeno par okvirnih pitanja kojima se nastoji dobiti dublji uvid u stanje, a zatim su dodatne informacije dobivene kroz neformalni razgovor sa pojedincem. Neka od unaprijed određenih pitanja koja su postavljena na razgovorima su:

- Koliko gosti potražuju tradicionalna jela?
- Koliko je takvo jelo povoljnije?
- Je li povoljan odnos cijene i kvalitete?
- Zašto je u ponudi dobro imati tradicionalna jela?

6.2. REZULTATI ISTRAŽIVANJA

U nastavku su predstavljeni rezultati istraživanja metodom analize i metodom ispitivanja odnosno intervjua.

6.2.1. Metoda analize jelovnika

Metodom analize jelovnika nastojali su se prikazati jelovnici regionalnih restorana koji u svojoj ponudi imaju jedan dio tradicionalnih hercegovačkih jela. Analizom se utvrdilo koja je zastupljenost tradicionalnih hercegovačkih jela u njihovim jelovnicima, opis jelovnika i dodatne informacije vezane uz sam jelovnik.

Ispod će biti prikazan jelovnik Etno sela Međugorje. Kako se da iščitati iz imena, ovaj restoran nudi veliki broj tradicionalnih hercegovačkih specijaliteta.

Jelovniku se može pristupiti putem sljedeće poveznice: <https://etno-herceg.com/ponuda-jela/>. (Etno – Herceg.com, 2008)

ETNO SELO MEĐUGORJE

Ponuda jela Etno sela Herceg u Međugorju dostupna je u online obliku i u fizičkom obliku koji se predstavlja gostima. Jela su u jelovniku podijeljena u sljedeće kategorije: Kanape, Hladna predjela, Juhe, Topla predjela, Pizza, Glavna jela, Jela sa žara, Riblja jela, Prilozi, Salate, Deserti te Voćne salate i Sladoledi. Što se tiče Kanapea, tu se od tradicionalnih hercegovačkih jela javljaju hercegovački uštipci te hercegovački vrhunski pršut koji je sušen na dimu i hercegovačkoj buri te oplemenjen prirodnom morskom solju. Kod Hladnih predjela se od tradicionalnih jela ističu hercegovački sirevi i hercegovački kajmak koji je proizveden po tradicionalnoj hercegovačkoj recepturi. Kod Juha je od tradicionalne kuhinje prezentirana fratarska juha od povrća. Što se tiče Toplih predjela, u jelovniku je istaknut rižoto na hercegovački način. Kod Glavnih jela se na jelovniku mogu također pronaći neka tradicionalna jela: tava hercegovačka, janjeća plata i teletina „Peka“ na hercegovački. Pod kategorijom „Jela sa žara“ se također mogu pronaći jela koja su okarakterizirana kao tradicionalna hercegovačka jela. Tu se javljaju: pura i lučnica, uštipci zalučeni te čorba od raštike sa suhim ili svježim mesom. Osim tradicionalnih hercegovačkih jela, ovaj restoran nudi i širok asortiman ostalih

jela koja su potakla i iz nekih drugih kultura i kuhinja. Iz priloženog je vidljivo kako Etno selo Herceg nudi širok opus tradicionalnih hercegovačkih jela i pravo je mjesto za ljubitelje hercegovačke kuhinje.

Nakon toga slijedi analiza jelovnika restorana Grappolo u sklopu Hotela Brotnjo u Čitluku. Restoran Grappolo dobar dio svoje ponude obogaćuje tradicionalnom kuhinjom ovog podneblja.

Jelovniku se može pristupiti putem iduće poveznice: <https://www.hotelbrotnjo.ba/Gallery/12?n=Jelovnik> (Hotel Brotnjo.ba, 2008)

RESTORAN GRAPPOLO

Jelovnik restorana Grappolo u sklopu hotela Brotnjo u Čitluku je dostupan u online izdanju te u fizičkom izdanju koje se na zahtjev stavlja pred goste. Jelovnik je dosta opširan te se proteže na 18 stranica. Jela ovog restorana se dijele na: Specijalitete kuće odnosno jela za koje je prethodno potrebna narudžba, Predjela, Juhe, Mesni specijaliteti, Riblji specijaliteti, Salate, Tjestenine i rižoti, Jela s roštilja, Prilozi, Finger food, Pizze, Slane palačinke i sendviči te Deserti. Iz navedenog je vidljivo kako jelovnik restorana Grappolo ima dosta podjela, odnosno podijeljen je na dosta kategorija. Što se tiče tradicionalnih hercegovačkih jela, kod Specijaliteta kuće se javljaju pite iz krušne peći – sirnica, burek i krumpirača. Jelo je potrebno naručiti do 3 sata prije, a porcija ovog jela je dostatna za 6 osoba. Od Predjela se izdvaja hercegovačka hladna plata za dvije osobe, hercegovački pršut, livanjski sir, kajmak te mladi rakitski sir. Kod kategorije „Mesni specijaliteti“, gosti neće baš uživati u tradicionalnim hercegovačkim jelima, što ne znači da ova kategorija nema što za ponuditi. Od Ribljih specijaliteta sa ovih prostora, ističe se Pastrmka sa žara, koja je najvjerojatnije potekla iz okolnih rijeka, a služi se u ovom slučaju uz blitvu i pohani krumpir. Salate najvjerojatnije obiluju domaćim povrćem, ali se ne svrstavaju pod autohtona jela. Pod kategorijom „Tjestenine i rižoti“ ne javljaju se tradicionalna jela sa ovih prostora. Kod Jela s roštilja od tradicionalnih jela se ističu ćevapi u lepinji koji su podijeljeni u sljedeće potkategorije: veliki, veliki s pomfritom, mali i mali s pomfritom. Uz ćevape kao dodatke moguće je uzeti ajvar (koji također spada u tradicionalna jela) te luk. U ostalim kategorijama ne javljaju se autohtona hercegovačka jela.

Slijedi restoran Romanca u Mostaru. Također ima veliki izbor tradicionalnih hercegovačkih jela.

Jelovniku se može pristupiti putem sljedeće poveznice: <https://restoranromanca.ba/#jelovnik> (Romanca.ba, 2021)

RESTORAN ROMANCA MOSTAR

Vinski restoran Romanca u Mostaru svoj jelovnik posjeduje i u fizičkom i u online izdanju. Online izdanje jelovnika se proteže na 15 stranica. Jelovnik je podijeljen na sljedeće kategorije: Hladna predjela, Juhe, Toplo – hladne salate, Sezonske salate – svježe, Sezonske salate – kisele, Doručak, Prilozi, Jela po narudžbi, Bifteci i ramsteci, Jela sa žara, Rižota, Vegeteriana, Riba i riblji specijaliteti, Jela po prethodnoj najavi i Deserti. Valja napomenuti kako su nazivi jela navedeni i na hrvatskom i na engleskom jeziku. Uz većinu jela su navedena preporučena vina koje je poželjno konzumirati uz navedeno jelo. Što se tiče tradicionalnih jela, u kategoriji „Hladna predjela“ se javlja hercegovački pršut (svinjski), livanjski sir te kajmak. U kategoriji „Juhe“, te kategorijama: „Toplo – hladne salate“, „Sezonske salate – sviježe“ te „Sezonske salate – kisele“ se ne javljaju tradicionalna hercegovačka jela. Što se tiče doručka, moguće je naručiti Puru koja se služi uz kiselo mlijeko, maslac i bijeli luk. Kod Priloga se također nalazi jedno tradicionalno jelo – uštipak. Kod Jela po narudžbi, javlja se Hercegovačka tava – jelo koje u sebi sadrži komade teletine u umaku od vina s crvenim lukom. Kod bifteka i ramsteka nisu zastupljena autohtona jela. Kod kategorije Jela sa žara javlja se više tradicionalnih jela. To su: ćevapi, domaća kobasica, plata Rosary koja u sebi sadrži janjeće kotlete i ćevape, janjeći kotleti, miješano meso te plata Romanca. Pod kategorijama „Rižoto“ i „Vegeteriana“ ne javljaju se tradicionalna hercegovačka jela. Pod kategorijom „Riba i riblji specijaliteti“ imaju pastrvu. Od Jela po prethodnoj najavi ističu se janjetina ispod sača i neretvanski brodet od žaba i jegulje, budući da je vrlo sličan trebižatskom, Pod kategorijom „deserti“ se također ne javlja nijedan hercegovački specijalitet. Iz dotičnog je jelovnika vidljivo kako Restoran Romanca u Mostaru obiluje tradicionalnim hercegovačkim jelima te su jako dobre karakteristike ovog jelovnika što je dvojezičan i što su pored jela navedena preporučena vina koja idu uz određeno jelo.

Slijedi restoran Etno kuća 2.0 u Međugorju. Etno kuća 2.0 se može pohvaliti širokim spektrom tradicionalnih jela, što se može naslutiti i iz naziva ovog objekta. Jelovnik je fotografiran od strane autora.

Može se vidjeti na sljedećoj poveznici: <https://acrobat.adobe.com/link/review?uri=urn:aaid:scds:US:a8781511-6a08-347d-a6ab-e382ae7cbc87>.

ETNO KUĆA 2.0 MEĐUGORJE

Jelovnik Etno kuće 2.0 Međugorje nije dostupan online, odnosno dostupan je samo u fizičkom obliku koji se po dolasku daje gostima. Jelovnik je podijeljen na iduće kategorije: Doručak, Predjela, Juhe, Tjestenina i rižoto, Jela po narudžbi, Jela od mesa, Jela od ribe, Prilozi, Salate i Deserti. Kod kategorije Doručak u restoranu trenutno nije moguće naručiti nijedno tradicionalno hercegovačko jelo. Pod kategorijom „Predjela“, što se tiče tradicionalne hercegovačke kuhinje, poslužuju se iduća jela: hladna plata „Hercegovina“ za dvije osobe (koja uključuje: pršut, kobasicu, pečenicu, pancetu, domaće sireve i kajmak), uštipke kod kojih porcija obuhvaća 4 komada te kajmak. Kod kategorija „Juhe“ i „Tjestenine i rižoto“ ne javljaju se tradicionalna hercegovačka jela. Kategorija „Jela po narudžbi“ sadrži dosta tradicionalnih jela. Neka od njih su: janjetina ispod peke, Pura „Etno“ koja se poslužuje uz lučenicu, uštipci sa lučenicom te brudet od jegulja i žaba. Što se tiče Jela od mesa, prva na popisu tradicionalnih jela je mesna plata „Etno“ za dvije osobe. Ona sadrži ražnjiće sa ramstekom, ćevape, pohanu piletinu, kobasice sa slaninom i sirom, krumpiriće i povrće sa žara. Zatim slijedi miješano meso koje se sastoji od svinjskog kotleta, svinjskog vrata, ćevapa, pancete, pljeskavice sa priloziima kao što su krumpirići, povrće sa žara, te umaci poput domaće majoneze i ajvara. Moguće je naručiti i ćevape kao posebno jelo, a kao prilog njima u jelovniku stoje krumpirići i ajvar. Zatim slijedi hercegovačka tava koja se sastoji od svinjetine dinstane na luku i krumpirića. Zadnji na popisu tradicionalnih jela u ovoj kategoriji su janjeći kotleti sa umakom od kadulje i pršuta koji kao prilog imaju povrće sa žara. Kod Jela od ribe, od tradicionalnih jela prisutna je pastrva koja se služi sa blitvom i krumpirom. Tradicionalno jelo u kategoriji Prilozi je pohana palenta sa sirom. U kategorijama „Salate“ i „Deserti“ ne javljaju se tradicionalna hercegovačka jela. Što se može i iz naziva pretpostaviti po imenu „etno“, Etno kuća Međugorje 2.0 poslužuje izuzetno veliki broj tradicionalnih hercegovačkih jela.

Konoba Goranci u Mostaru nudi svojevrsan izbor tradicionalne hrane, što nije neuobičajena pojava kada je riječ o konobama.

Do jelovnika se može doći putem iduće poveznice: <http://www.konobagoranci.com/21-jelovnik> (konobagoranci.com, 2021)

KONOBA GORANCI

Konoba Goranci je svoj jelovnik prezentirala u online i u fizičkom obliku. Jelovnik konobe Goranci se dijeli u više kategorija: Hladna predjela, Topla predjela, Juhe, Jela sa žara, Jela po narudžbi, Tepsija pod sačem, Ribe, Salate, Prilozi i Deserti. Tradicionalna jela koja se poslužuju u kategoriji Hladnih predjela su: Livanjski sir, kajmak mladi i uštipci. Od toplih predjela koja se tradicionalno pripremaju u Hercegovini su: zalučena pura, zalučeni uštipci i izljevača/lojanica. U kategoriji „Juhe“ se ne javljaju tradicionalni specijaliteti, ali je zato kategorija Jela sa žara bogatija tradicionalnim jelima. Tu su primjerice: ćevapi, šiš ćevap i janjeći kotleti. U kategoriji „Jela po narudžbi“, od tradicionalne kuhinje javljaju se: lešo janjetina koja se poslužuje uz kuhani krompir, pečena janjetina te janjeća plećka. Zatim u kategoriji „Tepsija pod sačem“, gdje je za usluživanje jela potrebno naručiti minimalno 3 sata prije, od tradicionalnih specijaliteta javlja se kilogram janjetine. Što se tiče ribljih tradicionalnih jela, javlja se pastrva. U salatama kao i obično nema tradicionalnih jela. U priložima je iz tradicionalne hercegovačke kuhinje prisutan ajvar. U kategoriji „Deserti“ ne javlja se nijedan specijalitet sa ovih prostora. Kako se može vidjeti iz jelovnika, Konoba Goranci ima solidnu količinu tradicionalnih jela sa ovih prostora.

Zatim slijedi restoran MM u Mostaru. Također nudi širok spektar tradicionalnih hercegovačkih jela.

Jelovniku se može pristupiti putem iduće poveznice: <https://restoranmm.ba/glavna-jela/>, (restoranmm.ba, 2023)

RESTORAN MM MOSTAR

Restoran MM u Mostaru također ima svoj jelovnik prezentiran u online obliku i u fizičkom obliku koji se stavlja pred goste. Jelovnik restorana MM podijeljen je u sljedeće kategorije: Doručak – koja je raščlanjena u potkategorije Omleti i Sendviči, Predjela i salate – koja je raščlanjena u potkategorije Predjela, Supe i Čorbe, Salate. Glavna jela su raščlanjena u Jela s

roštilja, Jela po narudžbi, Jela od tjestenine, Jela od Ribe. Kategorija Tradicionalna jela se dijeli na jela od junetine i jela od piletine. Kategorija Deserti je kategorija sama za sebe te nema svojih potkategorija. Iako restoran MM ima u svojem jelovniku kategoriju koja se zove Tradicionalna jela, taj popis je nešto veći. Potkategorija „Predjela“ prezentira iduća tradicionalna jela: Hercegovačka plata koja se sastoji od goveđeg pršuta, sira, kajmaka i peksimeta, uštipci sa kajmakom, Pite (burek, sirnica i zeljanica), Frk pite (tikvara, krompiruša, sirnica, zeljanica), buređžici, pura koja podrazumijeva Dubravsku puru sa sirom, maslom, i domaćim kiselim mlijekom. U potkategorijama Supe i čorbe i Salate ne javljaju se tradicionalna jela sa ovih prostora. U potkategoriji „Jela sa roštilja“ javljaju se sljedeće tradicionalne delicije: miješano meso koje uključuje ćevapčiće, mini pljeskavice, sudžukice, pileći file, ražnjići i jetra, ćevapčići kao zasebno jelo koji se poslužuju uz pomfrit, luk ili ajvar i šiš ćevap koji se poslužuje sa identičnim priložima. U potkategoriji „Jela po narudžbi“, od tradicionalnih jela prisutna je Grill plata (za dvije osobe) koja uključuje: ćevapčiće, pljeskavice, sudžukice, pileće filete, teleće ražnjiće, teleća jetra, teleće krpice te biftek. U potkategoriji „Jela od tjestenine“ ne javljaju se tradicionalna jela, dok se u potkategoriji „Jela od ribe“ javlja Neretvanska pastrmka koja se poslužuje uz kuhani krumpir i blitvu. Osim navedenih tradicionalnih jela, u jelovniku je navedena i posebna kategorija „Tradicionalna jela“. U potkategoriji „Jela od Junetine“ navedeni su: biber meso, gulaš, ćufte i panirana šnicla, dok su u potkategoriji „Jela od Piletine“ navedeni: pileći file u aurora sosu i piletina u kari sosu. Zanimljivost je, da je u ovom jelovniku prisutan i tradicionalni hercegovački kolač, smokvara. Iz priloženog je vidljivo kako restoran MM u Mostaru nudi veliki broj tradicionalnih hercegovačkih specijaliteta. Za razliku od dosadašnjih, ovaj jelovnik ima i kategoriju pod nazivom Tradicionalna jela. Međutim, ponuda tradicionalnih jela ovog restorana mnogo je šira od ove kategorije. Za nekoga tko želi probati tradicionalnu hercegovačku kuhinju, ovo mjesto je jako dobar izbor.

Zatim slijedi restoran Most u Ljubuškom, koji ima također široku ponudu tradicionalnih hercegovačkih jela.

Jelovnik se može potražiti na sljedećoj poveznici: <http://restoran-most.com/hr/menu> (restoranmost.com, 2021)

RESTORAN MOST LJUBUŠKI

Restoran Most Ljubuški također svoj jelovnik ima prezentiran i u fizičkom i u online obliku. U jelovniku koji je prezentiran na internetu se nakon ponude jela također nalazi i ponuda pića ovog objekta. Jelovnik je podijeljen na sljedeće kategorije: Posebna ponuda, Po narudžbi, Hladna predjela, Topla predjela, Gotova jela, Jela sa roštilja, Jela po narudžbi, Ribe, Ljuskari i školjke, Salate i Deserti. U jelovniku koji je u online obliku, ne stoje prilozi sa kojim se ta jela poslužuju. U kategoriji Posebna ponuda ne postoje tradicionalna hercegovačka jela. U kategoriji „Po narudžbi“ se javlja jedno tradicionalno jelo sa ovih prostora, a to je janje sa ražnja. Od tradicionalnih jela u kategoriji „Hladna predjela“ se javljaju: hercegovački pršut, hercegovačka pečenica, kajmak domaći. U kategorijama „Juhe“ i „Topla predjela“ se ne javljaju tradicionalna jela. Što se tiče Gotovih jela, tu se javljaju dva tradicionalna jela, lešo janjetina, bakalar i brudet. U kategoriji „Jela sa roštilja“, od tradicionalnih specijaliteta javljaju se pak ćevapčići, janjeći kotleti i janjetina sa grila. Zatim tradicionalnih jela nema ni u kategoriji „Jela po narudžbi“. Kod riba se javljaju dva načina spremanja jednog tradicionalnog jela, a to su pastrva na žaru i pastrva pržena. Kod ostalih kategorija sa jelovnika se ne javljaju tradicionalna hercegovačka jela. Što se tiče ovog jelovnika, postoji dostatan broj tradicionalnih hercegovačkih jela, pa bi za nekoga tko je željan upoznati novu kulturu spremanja jela, ovaj restoran bio pogodan.

Nakon njega slijedi restoran Tabak koji je također smješten u Ljubuškom. Jelovnik je poslikan od strane autora prilikom posjeta restoranu.

Jelovnik se može pronaći putem sljedeće poveznice:
<https://acrobat.adobe.com/link/review?uri=urn:aaid:scds:US:b1678709-fb99-37fd-ba85-e05d6c0240c4>.

RESTORAN TABAK

Muzej duhana i restoran Tabak u Ljubuškom svoj jelovnik ima u fizičkom obliku koji se nudi gostima po dolasku. Jelovnik se proteže na 9 stranica, a jela su podijeljena u sljedeće kategorije: Hladna predjela, Topla predjela, Doručak, Juhe, Pasta i rissoto, Glavna jela, Složene salate, Salate, Pizza, Kids menu, Prilozi, Umaci i Deserti. Što se tiče tradicionalnih jela, u kategoriji „Hladna predjela“ javlja se livanjski tvrđi sir, kajmak, plata sireva za dvije osobe (sadrži tvrđi livanjski sir, meki sir, mladi kravljji sir, sir sa začinskim biljem, sir iz mijeha, kajmak te 4

komada uštipaka), hercegovačka plata za dvije osobe (sadrži pršut, livanjski sir, mladi sir, pečenicu, špek, kajmak i 4 komada uštipaka), te uštipci i lučenica. Što se Toplih predjela tiče, tu su od tradicionalne kuhinje zastupljeni: uštipci koji dolaze u porciji od 4 komada, pura i kaša koju je potrebno prethodno najaviti jer se pravi po narudžbi te pura i lučenica koja se također radi po narudžbi, U ostalim kategorijama (osim u kategoriji „Prilozi“, gdje su navedeni uštipci) se ne nalaze tradicionalni hercegovački specijaliteti. Iz jelovnika je vidljivo kako muzej duhana i restoran Tabak sadrži veliki broj specijaliteta tradicionalne hercegovačke kuhinje.

Idući na popisu restorana koji nude tradicionalnu hranu nalazi se Restoran Veseljak koji je smješten u Širokom brijegu.

Jelovnik se može pregledati putem iduće poveznice: <http://www.veseljak.ba/jelovnik.html> (veseljak.ba, 2021)

RESTORAN VESELJAK

Restoran Veseljak u Širokom Brijegu svoj jelovnik nudi i u online, i u fizičkom izdanju koje se daje gostima. Jelovnik restorana Veseljak je podijeljen na sljedeće kategorije: Hladna predjela, Juhe, Topla predjela, Jela po narudžbi, Glavna jela – specijaliteti kuće, Jela sa žara, Deserti, Riblja jela, Jela od pileline i Salate. U kategoriji „Hladna predjela“ javljaju se sljedeća tradicionalna jela: domaći špek, livanjski sir, kajmak – mladi i uštipak. U kategorijama „Juhe“ i „Topla predjela“ ne nalaze se tradicionalna jela. Što se tiče Jela po narudžbi, tradicionalno jelo ovog predjela je teletina na domaći način. Kod glavnih jela su prezentirana tri tradicionalna jela: janjetina s ražnja, lešo janjetina te janjetina za ponijeti (bez priloga). Kategorija „Jela sa žara“ oplemenjena je idućim tradicionalnim jelima: janjeći kotleti; miješano meso koje se sastoji od telećeg kotleta, ražnjića, pljeskavice, ćevapa, kobasice i jetre te ćevapi kao zasebno jelo. Od ostalih kategorija je tradicionalno jelo prisutno kod Ribljih jela, a to je pastrva, gdje se u porciji poslužuju dva komada. Iz priloženog je vidljivo kako restoran Veseljak u Širokom brijegu ima znatan broj tradicionalnih specijaliteta ovog prostora.

U Širokom Brijegu smješten je još jedan restoran koji nudi tradicionalnu hranu, to je restoran Borak.

Jelovnik se može pronaći putem iduće poveznice: <http://www.borak.ba/restoran-borak-jelovnik.pdf> (borak.ba, 2021)

RESTORAN BORAK

Restoran Borak u Širokom Brijegu svoj jelovnik posjeduje u fizičkom i u online obliku. Nazivi jela su navedeni na hrvatskom i engleskom jeziku. Jela su podijeljena u iduće kategorije: Hladna predjela, Gotova jela, Specijalne salate, Hladno tople salate, Juhe, Topla predjela, Tjestenine, Jela iz woka, Specijaliteti od ribe, Specijaliteti kuće, Jela po narudžbi, Salate, Prilozi i Deserti. Karta pića se kod ovog restorana nalazi u jelovniku odmah nakon navedenih jela, u istoj brošuri. Kod Hladnih predjela, od tradicionalnih hercegovačkih jela spominju se: hercegovački svinjski pršut, hercegovački goveđi pršut, livanjski sir i kajmak. Kod Gotovih jela dio tradicionalne kuhinje je janjetina lešo. Kod kategorija „Specijalne salate“, „Hladno tople salate“ i „Juhe“, ne javljaju se tradicionalni specijaliteti. U kategoriji „Topla predjela“, od tradicionalne kuhinje zastupljeni su uštipak, hercegovačka pura te zalučeni uštipci. U kategorijama „Tjestenine“ i „Jela iz woka“ ne javljaju se jela tradicionalne hercegovačke kuhinje. Domaća pastrva je tradicionalno jelo koje se nalazi pod kategorijom „Specijaliteti od ribe“. Specijaliteti kuće odišu tradicionalnim jelima, i to Teletina na domaći način i tepsija ispod peke za 4 osobe, koja se sastoji od telećeg ili janjećeg mesa, krumpira i začina. Od tradicionalnih Jela po narudžbi ističe se miješano meso koje se sastoji od punjene vješalice, ražnjića, rolnih ćevapa, uštipaka od mesa i priloga te ćevapi kao posebno jelo koje se poslužuje uz prilog. Zatim su tu kao tradicionalna jela spomenuti i rolni ćevap te uštipci od mesa. Jedino tradicionalno jelo koje se spominje u kategoriji „Salate“ je ajvar. Iz priloženog je vidljivo kako i Restoran Borak u Širokom Brijegu nudi pozamašan izbor tradicionalnih jela. Pozitivna strana ovog jelovnika je prikazivanje dvojezičnih naziva jela i njihovih pojašnjenja, te njegova preglednost i dostupnost u online obliku.

6.2.2. Metoda ispitivanja - intervju

Metodom ispitivanja odnosno intervjuom nastojalo se prikazati stajališta vlasnika restorana, voditelja i šefova kuhinje o tradicionalnoj hercegovačkoj hrani, njezinoj zastupljenosti u restoranima u povijesti te njezinoj ulozi i učestalosti konzumiranja u budućnosti. Razgovor se obavio u obliku polustrukturiranog intervjuja. Odgovori pojedinaca prikazani su u obliku natuknica radi preglednosti.

Restoran Most – vlasnik Jure Zelić

- U prilogu u emisiji „Lijepom našom“ prezentiran objed pod temom „Ručak Herceg Stjepana“ koji uključuje: divlje zelje, „Tortu Herceg Stjepana“ i „Sablju Herceg Stjepana“ - <https://www.youtube.com/watch?v=0iIpsynA9jE&t=1033s>, minuta 20:39 (Youtube, 2015)
- Restoran je dva puta spomenut u emisiji „Lijepom našom“
- u drugom prilogu emisije „Lijepom našom“ su prezentirana tradicionalna jela: „pura“, „lučnica“ i „kaša“
- u prošlosti je u restoranu bilo zastupljeno oko 80% kuhanih jela (prije otprilike 7 – 8 godina)
- većina stranaca želi probati neko tradicionalno jelo
- u restoranu je prezentirana kombinacija dalmatinskih i hercegovačkih jela
- oko 80% gostiju dolazi iz dalmatinskih krajeva
- veliki dio vina koja su prezentirana potječu iz hercegovačkih krajeva
- u počecima rada restorana, u ponudi je bila isključivo tradicionalna kuhinja
- objekt posluje od 1958. godine, a u to vrijeme je radio kao gostiona
- restoran nema problema sa nabavom robe, odnosno relativno je dostupna (primjerice jegulje)
- što se tiče tradicionalnih jela, stranci ne uzimaju u obzir njihovu cijenu, odnosno naručuju tradicionalno jelo bez obzira na cijenu
- sve manje domaćih proizvoda u ponudi
- u Hercegovini je generalno pomanjkanje mesnih proizvoda
- tradicionalna jela cjenovno pogodnija i dostupnija
- takva jela su cjenovno dostupnija i u nabavci (vlasniku) i gostu

- u Hercegovini ljudi generalno nemaju navike takvu hranu nuditi i konzumirati
- povoljan odnos cijene i kvalitete kod tradicionalnih jela
- tradicionalna jela vremenom postaju sve zanemarenija

Iz navedenog je vidljivo kako restoran Most u ponudi prezentira tradicionalne hercegovačke specijalitete. Iz razgovora je vidljivo da je sadašnji udio tradicionalne hrane u odnosu na povijest restorana sve manje. Iako restoran nastoji prezentirati tradicionalna jela, javlja se sve veća potražnja za nešto modernijom kuhinjom.

Restoran Tabak – voditelj Tomo Radić

- Jako je teško je definirati što je to „naše“
- teško je definirati što je to točno tradicionalna hrana, zbog sudara više kultura
- dnevna jela su pura, pura i lučnica i pura i kaša
- još neka od dnevnih jela što se tiče tradicionalne kuhinje su: raštika i divlje zelje
- dnevna jela se vrlo lako rasprodaju
- u „a la carte“ meniju nalaze se uštipak i pura, jer je potrebno jako puno vremena da se pripreme
- restoran se trudi ponuditi tradicionalna jela u modernom stilu
- uštipak i divlje zelje su najbliže onome što se može opisati kao tradicionalno jelo
- prisutni su stari antički recepti – nasljeđe Rima i Italije
- sve veća potražnja za tradicionalnim jelima
- krvavica je dosta potraživano tradicionalno jelo
- stranci većinom žele probati tradicionalnu kuhinju
- tradicionalna jela nisu dosegla rang koji bi trebala
- rast cijene čvaraka primjer je kako se tradicionalna kuhinja cijeni
- zbog užurbanog stila života sve se više ljudi odlučuje za prehranjivanje u restoranima
- svijest o zdravoj prehrani je napredovala
- tradicionalna jela su zdravija i bogata vitaminima i pozitivnim stvarima
- vraćaju se jela „na kašiku“ (blisko, zdravo i dobro)
- postajemo sve tromiji zbog brzog života i konzumiranja brze prehrane

Kako se da iščitati iz razgovora, komunikacija sa voditeljem iznjedrila je neka nova pitanja koja treba postaviti kada je riječ o tradicionalnim jelima. Primjerice, teško je definirati što je ustvari „naše“ odnosno tradicionalno, zbog isprepletanja mnogih kultura na ovim prostorima. Za razliku od prethodnog razgovora, ovdje tradicionalna hrana ima blistavu budućnost, te se vidi potpuno različit stav o budućnosti tradicionalne prehrane na ovim prostorima od prethodnog ispitanika.

Restoran Vrelo Borak – vlasnik Željko Perko Peka

- restoran posjećuje veliki broj stranaca, posebice ljeti
- strani gosti većinom traže mezu, sir iz mijeha i uštipke
- jako su popularni zalučeni uštipci
- jednom prilikom je restoran doveo poznatog kuhara Ivana Pažanina
- sve se vrti oko tradicije (sve se više traže tradicionalna jela)
- gotovo nema stola koji ne zatraži neko tradicionalno jelo
- takva jela su prednost svakog restorana
- postoji šansa da se tradicija održi
- slabo se traže noviteti
- više se treba posvetiti primjerice puri nego bifteku, ima dosta više posla oko pure ali je jeftinija
- marža je veća na bifteku, ali se u postocima više zaradi na puri
- u restoranu se poslužuju većinom domaća vina
- specijalitet kuće – lešo kozletina (još jedno tradicionalno jelo)
- restoran je otvoren 1966. godine
- od početka rada restorana poslužuju se većinom tradicionalna jela
- sadašnji gazda naslijedio 2013. godine
- tradicionalnu hranu bi najbolje mogli gajiti restorani do 30 sjedećih mjesta i konobe
- što se tiče tradicionalnih jela, cijena ovisi od artikla do artikla
- od tradicionalnih jela se u restoranu posluživala i raštika, ali se više ne poslužuje zato što se uvelike baca
- veliki dio tradicionalne kuhinje se radi po narudžbi
- dnevni meni – lešo teletina, teleća čorba i pečena teletina

Kako se vidi iz razgovora, restoran posjećuje veliki broj stranaca. Sve više se traži tradicionalna hrana, tako da se na svakom stolu vidi bar jedno jelo iz spektra tradicionalne kuhinje. Restoran se bazira na tradiciji, pa se noviteti slabo i traže. Vlasnik ima pozitivno stajalište o održavanju tradicije u budućnosti na ovim prostorima.

Etno kuća 2.0 – Ivan Bunoza

- pura i lučnica najtraženije tradicionalno jelo
- teško je ponuditi tradicionalno jelo kada je puno stolova u ugostiteljskom objektu
- tradicija sve traženija
- tradicionalnim jelom se može smatrati i jelo koje je spremljeno na tradicionalan način
- gosti često puta naručuju tradicionalno jelo
- konobar prodaje priču i bitan je faktor u uvjeravanju gosta da naruči tradicionalno jelo
- većinom se kupuju domaći proizvodi potrebni za pripremu jela (nisu nužno organski)
- tradicionalna jela prolaze i jako je dobro što se još uvijek zadržava tradicionalna kultura
- treba gurati tradicionalnu priču
- etno kuća je u početku pravila samo tradicionalna jela, ali su vlasnici shvatili da restoran ne može opstati na taj način
- kada bi restoran nudio samo tradicionalnu hranu, trebalo bi se prodati mnogo porcija, a zarada je jako mala
- tradicijom se može baviti neki obiteljski objekt
- tradicionalna jela su jeftinija gostu, ali se poslužuju većinom kao predjela i ne jedu se svaki dan
- jeftinije je ponuditi tradicionalno jelo
- potrebno je dosta vremena da se pripremi tradicionalno jelo, primjerice pura kojoj je za pripremu potrebno oko 40 minuta
- obavezno nuditi tradicionalno u objektu
- imamo puno za ponuditi što se tiče tradicionalne hrane
- treba ponuditi tradicionalno jelo da izgleda što „starinskije“, odnosno da se u njegovoj prezentaciji može iščitati njegov izvorni oblik
- u restoran dolazi dosta stranih gostiju
- poslužuju se domaća vina (vinska cesta Hercegovine)

- 70% domaće buteljirano vino u ponudi

Kako i samo ime kaže, Etno kuća nudi mnogo jela tradicionalne kuhinje. Iako je u svojim počecima restoran nudio samo tradicionalnu hranu, bilo je potrebno unijeti i dašak noviteta kako bi se zadovoljile potrebe svih gostiju. Sve se više traže tradicionalna jela, pa ispitanik ima jako pozitivno stajalište o održavanju tradicije u budućnosti.

Restoran Grappolo – šef kuhinje Damir Mlikota

- u restoran dolazi dobar udio stranih gostiju
- gostima se nudi tradicionalna hrana (pura, raštika, smokvara)
- restoran je bio gost emisije „Domaće je domaće“ koja se emitirala na OBN televiziji
- hotel Brotnjo dva puta osvojio prvo mjesto na „Raštikijadi“ – za inovativno jelo i za tradicionalnu rašniku
- restoran pokušava modernizirati tradicionalna jela
- na adventu u Mostaru prezentirali par tradicionalnih jela, primjerice tortu od palente
- drže tradiciju
- sudjelovali u projektu CUHaCHA, čiji je glavni cilj ojačati i očuvati identitet zajedničke kulinarske baštine programskog sadržaja i pridonijeti razvoju turizma
- projekt CUHaCHA je jako dobar za Hercegovinu
- tradicionalna jela su isplativija za napraviti
- tradicionalna jela su traženija, a potražuju ih većinom stranci
- gosti su zadovoljni sa tradicionalnim jelima, često ih ponovo traže
- nisu isključivo tradicionalni restoran
- gosti pitaju konobara za preporuku, a on većinom ponudi nešto tradicionalno
- gastro događaji u Hercegovini stagniraju
- Hercegovina ima potencijala za održavanje gastronomskih događaja
- naši i strani gosti imaju jako različit mentalitet, što se vidi u izboru njihovih jela
- od početka rada restorana, posluživala se tradicionalna hrana, ali se sada sprema na drugačiji način
- dominantna tradicionalna namirnica u jelima

Iako restoran nudi velik broj tradicionalnih specijaliteta, nastoji predstaviti ih na neki drugačiji odnosno moderniji način. Tradicionalna jela su traženija pa nema straha da se u budućnosti tradicija neće održati.

6.3. RASPRAVA

Istraživanje se provodilo od 4. mjeseca 2022. godine do 2. mjeseca 2023. godine. Prilikom istraživanja korištene su dvije metode: metoda analize i metoda ispitivanja.

Metoda analize, odnosno metoda analize jelovnika provedena je sveukupno na 10 restorana diljem Hercegovine. Prilikom odabira ugostiteljskih objekata uzimalo se u obzir ugostiteljske objekte kojima tradicionalna kuhinja predstavlja jedan dio njihove ponude. Analizom jelovnika utvrđeno je kako restorani diljem Hercegovine nastoje pridonijeti održavanju tradicionalne kuhinje na ovim prostorima. Jedan dio njihove ponude obavezno se odnosi na tradicionalnu kuhinju, što u njenom izvornom obliku, što u modificiranom, odnosno blago izmijenjenom ili moderniziranom. Većina analiziranih jelovnika prezentirana je u fizičkom i u elektronskom (online) obliku, što gostima olakšava dolazak do potrebnih informacija. Jedan dio analiziranih restorana ima odvojenu kategoriju sa tradicionalnim hercegovačkim jelima, dok su kod drugih tradicionalna jela izmiješana sa ostalim jelima. Dok su neki od analiziranih jelovnika veoma sažeti, pa se čak nalaze na jednom listu, kod nekih su jelovnici veoma opširni, te su jela raspoređena u jako puno kategorija i potkategorija. Neki jelovnici dvojezično prikazuju svoja jela, što uvelike olakšava stranim gostima njihovu narudžbu i snalaženje. Još jedna pozitivna strana kod ispitanih jelovnika je navođenje preporučenog vina uz određeno jelo. Tako gosti znaju koje jelo „traži“ određeno vino, odnosno koje vino će se najbolje slagati uz blagovano jelo. Neka tradicionalna jela se trebaju unaprijed naručiti odnosno rezervirati, većinom zbog njihove dugotrajnije pripreme. Iz analize je vidljivo kako je najveći dio ponuđenih tradicionalnih jela mesnog karaktera, odnosno vrlo često se nalaze pod kategorijom „Jela od mesa“.

Metoda ispitivanja odnosno intervju proveden je na 5 ispitanika. Ispitanici su: vlasnici ugostiteljskog objekta, voditelji ili šefovi kuhinje. Intervju je proveden u polustrukturiranom obliku, gdje je postavljeno par tipskih pitanja, a ostatak dobivenih informacija prikupljeno je tako što su se kroz spontani razgovor s ispitanikom zapisivale na papir. Dobivene informacije

zapisivane su u obliku natuknica, radi bolje preglednosti. Intervju je obavljen uz prethodni dogovor sa ispitanikom. Iako se razgovori razlikuju međusobno, mogu se svesti pod zajednički nazivnik. Većina ispitanika ima takav stav da tradicija sve više dolazi do izražaja te da se sve više traže tradicionalna jela. Većina ispitanih restorana je na svojim počecima nudilo isključivo tradicionalna jela. I danas se većinom u tim restoranima nude tradicionalni specijaliteti, što u originalnom prikazu i recepturi, što u pomalo izmijenjenom i moderniziranom stilu. Većina stranih gostiju pri dolasku u restoran želi probati neko tradicionalno jelo, kako bi iskusilo nove okuse i kulture. Kako se vidi iz intervju, tradicionalna jela su jeftinija i gostu i vlasniku, odnosno cjenovno su pogodnija i dostupnija. Zbog sudara više kultura u ovim krajevima, pomalo je i teško definirati tradicionalno jelo. Ispitanici uz jela poslužuju većinom vina domaće proizvodnje. Bitan faktor u uvjeravanju gosta da naruči neki tradicionalni specijalitet predstavljaju konobari. Oni su ti koji „prodaju priču“.

Na temelju provedbe ove dvije metode, vidi se kako je tradicionalna hrana još uvijek jako zastupljena u ugostiteljskim objektima diljem Hercegovine. Javlja se sve veća zainteresiranost za tradicionalnu hercegovačku kuhinju. Iako neki ugostiteljski objekti prezentiraju svoja jela u svom izvornom obliku, javljaju se i različite varijacije tih jela, odnosno moderniziranje i unaprjeđivanje istih.

7. ZAKLJUČAK

Gastronomija danas predstavlja jedan od bitnih sastavnica turističkih putovanja. Postoji veliki broj definicija gastronomije, ali nijedna definicija nije univerzalno priznata. Tradicionalna jela predstavljaju jedan odraz kulture određenog naroda. Mnoge zemlje ulažu velik iznos novca za promociju gastronomske kulture u svojoj zemlji, budući da hrana predstavlja čimbenik pozitivnih turističkih rezultata. Tradicionalna kuhinja koja je danas poznata na ovim prostorima, plod je susretanja i ostavštine mnogih kultura. Prepoznatljivost gastronomije na ovim prostorima očituje se u zapadnjačkom i orijentalnom, te vjerskom nasljeđu. Jedinstvenost tradicionalnih hercegovačkih jela javlja se u tome što se ona prenose s koljena na koljeno.

Hercegovačka kuhinja obiluje tradicionalnim jelima, što autohtonim, što jelima iz drugih kultura koja su se na ovim prostorima zadržala veliki broj godina.

Turistička atrakcijska osnova Hercegovine bogata je prirodnim i društvenim turističkim resursima.

Hercegovina se nalazi na području iznimno bogate povijesti, gdje se isprepleo veliki broj različitih kultura.

Istraživanje zastupljenosti tradicionalnih hercegovačkih jela u Hercegovini provedeno je od 4. mjeseca 2022. godine do 2. mjeseca 2023. godine, te su se koristile dvije metode, metoda analize odnosno metoda analize jelovnika te metoda ispitivanja odnosno intervju.

Metodom analize jelovnika analizirano je 10 jelovnika sa područja Hercegovine, koja u svojoj ponudi sadrže tradicionalna hercegovačka jela. Utvrđeno je kako većina restorana svoje jelovnike posjeduje u elektroničkom, odnosno *online* obliku, te u fizičkom obliku, radi lakše dostupnosti. Uz povećanje dostupnosti jelovnika, neki od restorana svoje jelovnike prezentiraju u dvojezičnom formatu, odnosno nazivi jela i sastojci od kojih su ta jela sačinjena su napisana na hrvatskom i na engleskom jeziku. Neki od jelovnika su prikazani pojednostavljeno, odnosno na jednoj stranici, dok je drugi dio jelovnika predstavljen na više stranica. Analizom jelovnika vidi se kako je u nekim jelovnicima uz nazive jela navedeno i preporučeno vino koje se najbolje slaže uz određeni specijalitet. Tom metodom utvrđeno je kako restorani u Hercegovini svojim poslovanjem nastoje pridonijeti razvoju tradicionalne kuhinje na prostorima Hercegovine, budući da u svojim restoranima imaju bogatu ponudu tradicionalnih hercegovačkih jela.

Metodom intervjua ispitano je 5 ispitanika koji su pozicionirani na radnom mjestu vlasnika, voditelja i šefa kuhinje. Intervju je proveden u polustrukturiranom obliku, gdje je postavljeno par tipskih pitanja, a ostatak informacija prikupljen je kroz neformalni razgovor. Informacije

su zapisivane u obliku natuknica, zbog bolje preglednosti. Većina ispitanika tvrdi kako ugostiteljski objekt koji je u njihovom vlasništvu ili u kojem posluju, od svojim početaka nudi tradicionalnu hranu. Jedan dio restorana svoju je ponudu zadržao na većinom tradicionalnim jelima, dok je drugi dio restorana zbog potražnje bio primoran uvesti dosta noviteta kako bi ispunio zahtjeve gostiju. Intervjuom je uočeno kako većina ispitanika zauzima stav da tradicija sve više dolazi do izražaja te da se u ugostiteljskim objektima najviše traže tradicionalna jela. Provedbom ove dvije metode može se iščitati kako je tradicionalna hrana još uvijek dosta zastupljena u ugostiteljskim objektima na ovim prostorima, bilo da se prezentira u svom izvornom obliku ili se javljaju različite varijacije odnosno moderniziranja tradicionalnih jela.

SAŽETAK

U prvom, odnosno teorijskom dijelu diplomskog rada, opisane su geografske značajke Hercegovine, kao što su geografski položaj, prirodne i antropogeografske karakteristike. Nadalje slijedi par riječi o gastronomskom turizmu, o gastronomiji kao jednom od temeljnih razloga turističkog putovanja, koje uključuje kušanje različitih tradicionalnih jela u određenim kulturama. Nakon toga su navedene neke od značajnijih definicija gastronomskog turizma. Slijedi povijest gastronomije na području Hercegovine, poglavlje koje prati razvoj gastronomske kulture na ovim prostorima. Tu se vidi susretanje mnogih kultura koje su ostavile svoje naslijeđe idućim generacijama na ovom području. Nakon toga su prikazana tradicionalna hercegovačka jela, bilo da su autohtona jela ili potječu iz drugih kultura, ali su se na ovim prostorima zadržala veliki broj godina. Slijedi turistička atrakcijska osnova Hercegovine, koja je prikazana kroz različite kategorije kao što su prirodni turistički resursi i društveni turistički resursi. Tu su navedene i opisane ljepote ovog područja. Nakon toga slijedi povijesni razvoj, gdje je opisana iznimno bogata povijest ovog područja.

Nakon teorijskog dijela slijedi empirijski dio, gdje je provedeno istraživanje koristeći dvije metode: analiza jelovnika i intervju. Analiza jelovnika je provedena na 10 restorana koji nude tradicionalna jela. Intervju je proveden na 5 ispitanika koji su na poziciji vlasnika, voditelja ili šefa kuhinje. Nakon provedenog istraživanja slijedi rasprava, zaključak te sažetak rada.

Ključne riječi: gastronomija, gastronomski turizam, turistička atrakcijska osnova, analiza jelovnika, intervju

SUMMARY

The role of gastronomic culture in the tourist product of Herzegovina

In the first theoretical part of the thesis, the geographical features of Herzegovina are described, such as the geographical position, natural and anthropogeographical characteristics. Furthermore, there are a few words about gastro tourism, gastronomy as one of the fundamental reasons for tourist travel, which includes trying different traditional dishes in certain cultures. After that, some of the more significant definitions of gastronomic tourism are listed. The following is the history of gastronomy in the area of Herzegovina, a chapter that follows the development of gastronomic culture in these areas. There you can see the meeting of many cultures that have left their legacy to future generations in this area. After that, traditional Herzegovinian dishes were presented, whether they are autochthonous dishes or from other cultures, but they have remained in these areas for many years. The following is the tourist attraction base of Herzegovina, which is presented through different categories such as natural tourist resources and social tourist resources. The beauties of this area are listed and described there. This is followed by the historical development of the area, where the extremely rich history of this area is described.

The theoretical part is followed by the practical part, where research was conducted using two methods: menu analysis and interview. The menu analysis was conducted with 5 interviewees who are in the position of the owner, manager or head of the kitchen in a restaurant. After the research, the work finishes with discussion, conclusion, and summary.

Keywords: gastronomy, gastro tourism, touristic attraction base, menu analysis, interview

LITERATURA

Knjige

1. Markotić, E. (1983) *Demografski razvitak Hercegovine*. Mostar: Ikro prva književna komuna
2. Vasilj, S., Čuljak, N. i Paponja, A. (2012) *Arheološki vodič Hercegovine*. Sarajevo: Dobra knjiga
3. Aličić, A. i sur. (1980) *Hercegovina*. Zagreb. Niro „Provredni vjesnik“
4. Mihić, Lj. (1985) *NERETVA – Prenj, Čvrstica, Čabulja, Vran, Ljubuša, Raduša, Makljen, Crvanj*, Mostar
5. Mujezinović, M. (1982) *Islamska epigrafika BiH: knjiga 3*, Sarajevo: Izdavačka djelatnost
6. Dodig, R. (2010) *Kulturno povijesni vodič kroz Hercegovinu i Bosnu*, Čitluk, Matica hrvatska
7. Gafić, M., Džeko, Š. (2009) *Prenj* [online]. Sarajevo: Turistička zajednica kantona Sarajevo. Dostupno na: <https://fdocuments.net/document/prenj.html?page=4>, [23.8.2022]
8. Katz, S. H. (2003) *Encyclopedia of Food and Culture*. New York: Thomson Gale
9. Mabić, F. (2008) *Fratarska kuhinja u slici i riječi*, Izbično: Župni ured sv. Josipa Radnika
10. Mabić, F. (2003) *Recepti iz fratarske kuhinje*, Tomislavgrad: Naša ognjišta
11. Mabić, F. (2009) *Stara hercegovačka kuhinja*, Izbično: župni ured sv. Josipa Radnika

Internetski izvori

1. Barbieri, V. (2012) *Gastro Hercegovina* [online]. Široki brijeg: Udruženje za ekonomski razvitak REDAH. Dostupno na: <https://vdocuments.net/gastro-hercegovina.html?page=1>, [11.10.2022]
2. Etno – Herceg.com (2008) Dostupno na: <https://etno-herceg.com/ponuda-jela/> [8.3.2023.]

3. Hotel Brotnjo.ba (2008) Dostupno na:
<https://www.hotelbrotnjo.ba/Gallery/12?n=Jelovnik>, [8.3.2023]
4. Romanca.ba (2021) Dostupno na: <https://restoranromanca.ba/#jelovnik>, [8.3.2023]
5. Konobagoranci.com (2021) Dostupno na: <http://www.konobagoranci.com/21-jelovnik>, [8.3.2023]
6. Restoranmm.ba (2023) Dostupno na: <https://restoranmm.ba/glavna-jela/>, [8.3.2023]
7. Restoranmost.com (2021) Dostupno na: <http://restoran-most.com/hr/menu>, [8.3.2023]
8. Veseljak.ba (2021) Dostupno na: <http://www.veseljak.ba/index.html>, [8.3.2023]
9. Borak.ba (2021) Dostupno na: <http://www.borak.ba/restoran-borak-jelovnik.pdf>, [8.3.2023]
10. Youtube (2015) Dostupno na:
<https://www.youtube.com/watch?v=0iIpsynA9jE&t=1033s>, [8.3.2023]

Znanstveni i stručni radovi

1. Novaković, D. (2019) *Stanje i mogućnosti u razvoju turizma Bosne i Hercegovine*. Završni rad. Karlovac: Veleučilište u Karlovcu
2. Margeta, J., Fistanić, I. (2000) *Gospodarenje sustavom i monitoring bazena rijeke Neretve*. Građevinar [online], 52 (6), 331 – 338. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/file/20045>, [19.5.2022]
3. Milašinović, Z., Raič, M. (2016) *Analiza raspoloživih podloga dijela sliva rijeke Trebižat – Analysis of available data for a part of the Trebižat river basin*, [online], (11), 16 – 27, Dostupno na: [Analiza_Trebizat.pdf](#), [30.6.2022]
4. Pandžić, F. (2019) *Vodeno bogatstvo općine Grude: Rijeka Trebižat*, Susreti [online], (13), 371. – 374. Dostupno na: [susreti_13_web\(1\).pdf](#), [30.6.2022]
5. Raič, M. (2010) *Obnovljivi izvori energije u zaštićenim područjima – osvrt na vodopad Kravica* [online], 1 – 8. Dostupno na: [Obnovljivi izvori energije u zasticenom podrucju.pdf](#), [30.6.2022]
6. Pinjuh, K (2018) *Usklađenost turističke ponude s duhovnim doživljajem hodočasnika u Međugorju*. Specijalistički diplomski stručni rad. Zagreb: Veleučilište u Zagrebu

7. Miletić, Ž. (2017) Rimski auksilijarni logor na Humcu kod Ljubuškog. U: Fabijanić, T. et al. (ur.) *Kulturno povijesna baština općine Ljubuški: Zbornik radova*. Ljubuški: Općina Ljubuški, str. 25 – 47
8. Čuljak, N., Uglešić, A. (2021) *Rezultati arheoloških istraživanja lokaliteta Stari grad Ljubuški u zapadnoj Hercegovini*, Hrčak, knj. 20, str. 263 – 292
9. Belaj, M. (2011) Međugorje kao proces: Specijalizacija iskustava i stvaranje „mjestâ“. [online], 243 – 263. Dostupno na: [Međugorje kao proces. Specijalizacija iskustava i stvaranje mjesta / Medjugorje as a process. Spatialisation of experiences and construction of place | Marijana Belaj - Academia.edu](#), [22.8.2022.]
10. Antonić, O., Antunović, I., Berta, A., Buzjak, N., Drešković, N., Jalžić, B., Kušan V., Kordić, M., Kovač, D., Malić, K., Mazija, M., Mesić, Z., Capek, I., Ozimec, R., Pasarić, A., Peternel, H., Pistotnik, M., Rapić, S., Šaravanja, K., Vego, J. (2009) Plan upravljanja za zaštićeno područje „Vjetrenica“: Studija plana za zaštićenu prirodnu vrijednost špilje Vjetrenica i dijela Popova Polja u općini Ravno, [online], Dostupno na: <https://www.cin.ba/wp-content/uploads/2020/09/PLAN-UPRAVLJANJA-ZA-ZP-VJETRENICA.pdf>, [22.8.2022]
11. Tutman, P., Glamuzina, B., Dulčić, J., Zovko, N. (2012) Hidrofauna močvare Hutovo blato (Donji tok rijeke Neretve, Bosna i Hercegovina): Stanje i ugroženost. Hrčak [online], 70 (4), 169 – 185. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/95466>, [23.8.2022]
12. Slišković, M. (2017) *Hidrogeološke značajke Parka prirode Blidinje*. Diplomski rad. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, rudarsko geološko naftni fakultet
13. Šoić, E. (2021) *Gastro turizam*. Diplomski rad. Pula: Sveučilište u Puli.
14. Santich, B. (2004) The Study of Gastronomy and Its Relevance to Hospitality Education and Training. *Hospitality management*. 23. 15 – 24
15. Beşirli, H. (2010) Yemek, Kültür ve Kimlik. *Milli Folklor*. 22 (87). 159-169
16. Hegarty, J. A., O'Mahony, G. B. (2001) Gastronomy: A Phenomenon of Cultural Expressionism and An Aesthetic for Living. *Hospitality Management*. 20. 3-13
17. Hjalager, A. M., Richards, G. (2002) *Tourism and gastronomy*. Routledge
18. Halilović – Šarić, E. (2014) Tradicionalna bosanska hrana. *Baština sjeveroistočne Bosne [online]*, (7), 83. – 93. Dostupno na: https://bastina.ba/wp-content/uploads/2016/03/sadrzaj_2017_20170316_Ba%C5%A1tina-sjeveroisto%C4%8Dne-Bosne-7.pdf, [5.10.2022.]
19. Hržica, T. (2016) *Osmanjska kuhinja i njezin utjecaj na zapadnom Balkanu*. Diplomski rad. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu

20. Majić, T., Škrivanko, M., Hadžiosmanović, M. (2006) Krvavice. *Meso [online]*, 7 (2), 86 – 89. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/file/34820>, [12.10.2022.]
21. Fumić, T., Mikuš, T. (2011) Janjetina. *Meso [online]*, 8 (2) 105 – 108. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/clanak/108050>, [12.10.2022]
22. Majić, B. (2021) *Usmenoknjiževne vrste u etnološkome kontekstu vrgoračkoga kraja*. Završni rad. Split: Sveučilište u Splitu.
23. Bušić, S. (2020) *Struktura troškova proizvodnje ajvara*. Završni rad. Osijek: Sveučilište u Osijeku
24. Juras, V. (2015) *Tehnologija dobivanja mesa u tiblici na OPG – u Đuran*. Križevci: Visoko učilište u Križevcima
25. Mihinjač, T. et al. (2014) Threatened fishes of the world: *Phoxinellus pseudalepidotus*. *Croatian Journal of Fisheries*, [online], (72), str. 267 – 270. Dostupno na: <https://www.bib.irb.hr/711580>, [10.11.2022]
26. Žugaj, M., Dumičić, K., Dušak, V. (2006) Temelji znanstvenoistraživačkog rada: metodologija i metodika. 2. dopunjeno i izmijenjeno izdanje. Varaždin: Sveučilište u Zagrebu, Fakultet organizacije i informatike
27. Čendo Metzinger, T., Toth, M. (2020) *Metodologija istraživačkog rada za stručne studije* [online]. Velika Gorica: Veleučilište Velika Gorica. Dostupno na: <https://www.vvg.hr/app/uploads/2020/03/METODOLOGIJA-ISTRA%C5%BDIVA%C4%8CKOG-RADA-ZA-STRU%C4%8CNE-STUDIJE.pdf>, [7.3.2023]

POPIS ILUSTRACIJA

Popis tablica:

Tablica 1 Primjeri prirodnih i društvenih resursa Hercegovine	26
---	----

Popis slika:

Slika 1 Geografske regije Bosne i Hercegovine.....	2
Slika 2 Japрак	9
Slika 3 Bakalar na bijelo	12
Slika 4 Kalja	14
Slika 5 Raštika.....	16
Slika 6 Droba.....	17
Slika 7 Čupter.....	18
Slika 8 Lučenica	20
Slika 9 Čvarci	25
Slika 10 Boračko jezero	27
Slika 11 Vodopad Kravica	31
Slika 12 Rimski vojni logor Bigeste	33
Slika 13 Podbrdo	37

ŽIVOTOPIS



Luka Herceg

Datum rođenja: 25/08/1996 | **Državljanstvo:** hrvatsko | **Spol:** Muško | **Telefonski broj:**

(+387) 63243881 (Mobilni telefon) | **E-adresa:** luxherceg@gmail.com |

Adresa: Lisice 39, 88320, Ljubuški, Bosna i Hercegovina (Kućna)

● RADNO ISKUSTVO

2016 – 2022 Ljubuški, Bosna i Hercegovina
KONOBAR CAFFE BAR MRAVINJAK

01/04/2019 – 01/06/2019 Zadar, Hrvatska
KONOBAR CAFFE BAR FORTY

2015 – 2022
FIZIČKI RAD

● OBRAZOVANJE I OSPOSOBLJAVANJE

2019 – 2023 Zadar, Hrvatska
MAGISTAR EKONOMIJE Sveučilište u Zadru

Adresa Zadar, Hrvatska

2015 – 2019 Zadar, Hrvatska
SVEUČILIŠNI PRVOSTUPNIK KULTURE I TURIZMA Sveučilište u Zadru

Adresa Zadar, Hrvatska

2011 – 2015 Ljubuški, Bosna i Hercegovina
SREDNJA STRUČNA SPREMA Opća gimnazija Ljubuški

Adresa Ljubuški, Bosna i Hercegovina

● JEZIČNE VJEŠTINE

Materinski jezik/jezici: **HRVATSKI**

Drugi jezici:

	RAZUMIJEVANJE		GOVOR		PISANJE
	Slušanje	Čitanje	Govorna produkcija	Govorna interakcija	
ENGLESKI	C1	C1	C1	C1	C1
NJEMAČKI	A1	A1	A1	A1	A1
FRANCUSKI	A1	A1	A1	A1	A1

Razine: A1 i A2: temeljni korisnik; B1 i B2: samostalni korisnik; C1 i C2: iskusni korisnik

- **DIGITALNE VJEŠTINE**

Komunikacijski programi (Skype Zoom TeamViewer) | MS Office (Word Excel PowerPoint) | Informacije i komunikacija (pretraivanje interneta)

- **DODATNE INFORMACIJE**

VOZAČKA DOZVOLA

Vozačka dozvola: B

KONFERENCIJE I SEMINARI

2016 – Zadar
Career Booster

VOLONTIRANJE

2016
Božićni sajam Udruge mladih Agape

ZNANJA I VJEŠTINE

Obrazovne nauke

- znanja koja uključuju razvijanje sposobnosti za samostalnog poduzetnika u području ugostiteljstva i turizma
- organizacijske vještine te vještine potrebne za obavljanje tehnoloških zahtjeva u poslovanju
- vladanje znanjima iz ekonomije i ekonomskih disciplina
- sposobnosti analitičke primjene kvantitativnih i statističkih metoda u ekonomiji
- sposobnosti primjene metoda analize i metoda istraživanja
- sposobnosti kreativne uporabe informacija i primjene organizacijske kulture
- sposobnost primjene suvremenih menadžerskih znanja i vještina
- razumijevanje problema organizacije
- sposobnost primjene osnovnih i naprednih ekonomskih znanja na aktualno poslovanje
- posjedovanje osnovnih računovodstvenih znanja