

PĒTĪJUMS

Gastronomiskais tūrisms Kurzemē

Pētījumu izstrādāja:
Inese Roze
Aivars Varņeckis
Kristīne Dumbrāja

2012.gads

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Saturs

1. Kurzemes reģionam raksturīgie produkti un ēdieni. ... 3 lpp.
 - 1.1. Pieejamā literatūra par latviešu un kurzemnieku nacionālo virtuvi. ... 3 lpp.
 - 1.2. Latviešu u kurzemnieku virtuves (produktu un ēdienu) vēsture. ... 3 lpp.
 - 1.3. Mūsdienu latviešu virtuve. ... 4 lpp.
 - 1.3.1. Mūsdienu latviešu virtuves vispārīgās iezīmes. ... 4 lpp.
 - 1.3.2. Mūsdienu latviešu ēdienkarte. ... 6 lpp.
 - 1.3.3. Mūsdienu latviešu dzērieni. ... 6 lpp.
2. Kurzemes ēdienu receptes, kas raksturo šo reģionu, tā kultūru un tradīcijas. ... 7 lpp.
3. Latvisko ēdienu noformēšana un ēdienu pasniegšanas kultūru. ... 17 lpp.
4. Gastronomiskā tūrisma attīstība Latvijā, Kurzemē, to ietekmējošie faktori. ... 19 lpp.
5. Gastronomiskā tūrisma piedāvājums (t.sk. pārtikas ražotāji, ēdinātāji) Kurzemē. ... 22 lpp.
 - 5.1. Gastronomiskā tūrisma produkti Kurzemē. ... 22 lpp.
 - 5.2. Gastronomiskā tūrisma maršruti pa Kurzemi. ... 48 lpp.
 - 5.2.1. Maršruts: „Viduskurzeme gardēžiem” ... 48 lpp.
 - 5.2.2. Maršruts „Ziemeļkurzeme gardēžiem” ... 47 lpp.
 - 5.2.3. Maršruts: „Lejaskurzemes labumi” ... 48 lpp.
 - 5.2.4. Maršruts: „Kurzemes Vīna tūre” ... 50 lpp.
 - 5.2.5. Gastronomiskā tūrisma maršruts: „Pa Baltijas jūras zvejniekciematiem” ... 54 lpp.
6. Izmantotā literatūra. ... 57 lpp.

1. Kurzemes reģionam raksturīgie produkti un ēdieni.

1.1. Pieejamā literatūra par latviešu un kurzemnieku nacionālo virtuvi.

Arī Latvijā tikai 1990.to gadu otrajā pusē atsākas dziļāka interese par nacionālo un reģionālo virtuvi. Ar Kultūrkapitāla fonda atbalstu Latvijas Nacionālais vēstures muzejs izdod „Latviešu tradicionālie ēdieni. Ko un kā ēda senāk” (sast. I.Heinola, S.Stinkule, 2006). Suitu novada entuziaste Dzidra Sondore apkopojusi kurzemnieku (suitu) ēdienus (Dz.Sondore. Suitu dzīvesstāsti un ēdieni, 2011). Iznāk arī tematiski krājumi, kā, piemēram, „Maizes grāmata” (sast. Vija Ancāne, apgāds „Zvaigzne”). Reģionālās virtuves izziņai ir „Tradīciju burtnīcas”, ko izdod starpnozaru mākslas grupa „Serde” („Brandava gatavošana Viduskurzemē”, 2007; „Alus gatavošana”, 2009; „Suitu stāsti”, 2009; „Vāceju kultūra Viduskurzemē”, 2010) un kas balstītas tradicionālās kultūras ekspedīcijās iegūtajos materiālos. Savā ziņā vainagojums nacionālās kulinārijas tradīcijas izpētei ir etnogrāfes Lindas Dumpes krājums „Latviešu tautas ēdieni. Latvijas Vēstures institūta etnogrāfisko ekspedīciju materiāli” (2009) ar apercerēm par ēdieniem un senajām gatavošanas receptēm. Nosaukto grāmatu priekšrocība un pievilcība, salīdzinot ar klasiskajām pavārgrāmatām, ir tā, ka šo grāmatu pamatā ir vai nu ekspedīciju materiāli, vai arī individuāli no cilvēkiem savāktas, dzīvā tautas valodā pierakstītas receptes.

1.2. Latviešu un kurzemnieku virtuves (produktu un ēdienu) vēsture.

Eiropas tautām, kurām ir garāka valstiskās pastāvēšanas vēsture, Izšķir augsto virtuvi (augstākajām, privilēģētajām šķirām piederīgo – kā tas ir frančiem, vāciešiem un krieviem), pilsonisko virtuvi un reģionālo virtuvi. Latviešu virtuve balstās uz reģionālo un pilsonisko. Reģionālā virtuve sakņojas katra attiecīgā novada ēdienu paradumos, savukārt pilsonisko virtuvi lielā mērā veidojusi baltvācu gaume un muižas ēšanas paradumi, kā arī citu Eiropas tautu ēšanas paradumi.

Ja mēs atskatāmies pirms 1000 gadiem, šodienas Latvijas teritorijā dzīvojošie cilvēki galvenokārt pārtika no labības - rudziem, kviešiem, miežiem, auzām, prosas un kaņepēm. Cilvēki ēda arī zirņus, pupas, rāceņus, redīsus, linsēklas un to eļļu, burkānus un ķiplokus. Līdztekus šai augkopībai attīstījās arī lopkopība, kā rezultātā seno latviešu virtuvē ienāca tādi produkti kā mājputnu, liellopu, zirga un cūkas gaļa. Protams, netika aizmirsta arī medījuma gaļa - tika ēsti bebri, brieži, mežacūkas pīles, zosis un vairāk kā 25 dažādu zivju.

Par cik Latvijas teritorijā nebija sastopams sāls, to ieguva maiņas darījumos un lietoja reti un maz. Ēdiens tika gatavots, izmantojot ķimeņu sēklas, sīpolus, ķiplokus un baltās sēnes. Tāpēc, ja mēs šodien pagaršojam pēc seno laiku tradīcijām gatavotu ēdienu, mums šķiet, ka jāpievieno liels daudzums sāls un garšvielu, lai ēdiens būtu garšīgs. Tas pats attiecas uz saldajiem ēdieniem - pirms 1000 gadiem vienīgais pieejamais saldinātājs bija medus, bet kā našķus mūsu senči galvenokārt ēda savvaļas ogas un lazdu riekstus.

Jau precīzāku latviešu nacionālās virtuves raksturojumu var gūt no 19.gs. Šajā laikā Latvija iepazīna no Amerikas atvesto kartupeli un tas kļuva par ļoti nozīmīgu mūsu

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

tautas pārtikas produktu. Pateicoties kartupeļiem, latviešu zemniekiem vairs nebija jāuztraucas par uztura problēmām ziemā un pavasarī, kad strauji izbeidzās labības un tai līdzīgo produktu krājumi. Piemēram, tajā laikā zvejnieku saimniecībām iecienītākais ēdiens bija vārīti kartupeļi ar biežpienu un siļķēm vai sardīnēm. Arī mūsdienās dažādi pagatavoti kartupeļi ir neatņemama nacionālās virtuves sastāvdaļa. Rudenī katras saimniecības pagrabs tika piepildīts ar dažādiem labumiem - žāvētām desām un cūkgaļu, skābētu kāpostu un gurķu mucām, kā arī sēnēm, gaļu un siļķēm. Savukārt vasarās, kad strādnieki visu dienu pavadīja ārpus mājām, kopjot zemi un veicot citus darbus, tie mēdza ņemt līdzi un ēst tādus ēdienus kā piena biežputra. Pusdienas parasti atnesa saimniecības sievietes un tajās ietilpa rudzu maize, biežpiens, rūgušpiens un dažkārt arī cepta gaļa vai pīrāgi. Pēc šīs vienkāršās, bet sātīgās maltītes mūsu senči parasti nosnaudās, lai pēc tam ar atjaunotiem spēkiem varētu turpināt smago darbu. Savukārt vakariņās zemnieki notiesāja zupu vai biežputru ar rūgušpiena dzērienu. Svētdienas parasti bija svētku dienas un arī maltīte tika rūpīgi gatavota - saimnieces galdā cēla sautētu gaļu, baltmaizi, pīrāgus, pankūkas, saldo sieru vai ogu želeju ar pienu. Savukārt pagājušā gadsimta kara gados latviešu ēšanas paradumi krietni mainījās, pateicoties industriālajam progresam gan šeit, gan citās pasaules valstīs. Aizvien biežāk ēšana tika pakārota darba grafikam, kā rezultātā šodien mājās gatavo tikai retais. Taču tik un tā daudzi produkti un ēšanas tradīcijas ir vēl aizvien saglabājušies no seno laiku latviešu dzīves. Piemēram, mūsdienu latvieši ir ļoti iecienījuši dažādus piena produktus. Tāpat kā agrāk arī šodien pienu, biežpienu, rūgušpienu, sviestu un citus produktus ēd katrā ģimenē gandrīz katru dienu. Mūsu tauta allaž ir mācējusi atrast garšīgus, savvaļā augošus pārtikas produktus - gan toreiz, gan arī tagad mēs lasām ogas (meža zemenes, mellenes, avenes, kazenes, dzērvenes u.t.t.), sēnes un riekstus. Latvieši ļoti iecienījuši arī medu, un biškopība ir saglabājusies cauri gadsimtiem. Savukārt no zvejnieku saimniecībām turpinās zivju kūpināšanas tradīcija - daudziem garšo kūpinātas vēdzeles, zuši, plekstes, nēģi un mencas. Latvija sevi pasaulei pieteikusi arī ar šprotu konserviem un zivju delikatesēm. Kā nekā, latvieši, būdami arī zvejnieku tauta, gluži tāpat kā skandināvi uzturā lieto daudz kūpinātu, sālīti un marinētu zivju - lasi, zuti, butes, karpas, nēģus, reņģes u.t.t. Tikai atšķirībā no saviem ziemeļu kaimiņiem somiem latviešu nacionālajā virtuvē nav sastopamas pūdētas zivis.

1.3. Mūsdienu latviešu virtuve.

1.3.1. Mūsdienu latviešu virtuves vispārīgās iezīmes.

Laikam ejot latviešu virtuve ir mainījusies, aizgūstot un mainot ēdienus citu tautu kultūru ietekmē. Mūsdienās latvieši gan vāra boršču un taisa rosolu (slāvu tautu nacinālie ēdieni), gan Jāņos cep šašliku, un Ziemassvētkos piparkūkas (raksturīgas Vācijas kultūrai), bet tradicionālā latviešu virtuve kopumā bija bez izteiktām garšvielām, garšas uzlabošanai parasti tika lietoti sīpoli, ķiploki un ķimenes, saldināšanai - medus. Ikdienā, ēdienu pagatavošanai, galvenokārt izmantoja labību – auzas, prosu, grūbas, rudzus, kviešus un miežus. No tās cepa maizi un vārīja putras. Tāpat ēdiena sagatavošanā izmantoja arī kaņepes, skābenes, zirņus, pupas, rāceņus, kāļus, kāpostus, bietes, rutkus, ķirbjus, burkānus un kartupeļus.

Ja ikdienā tradicionālā latviešu virtuvē gatavoja vienkāršākus ēdienus, tad svētdienās un svētkos galds bija bagātīgi klāts:

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

- Mārtiņdiena, ko svin 10. novembrī, simbolizē rudens darbu beigšanos un ziemas sākšanos. Tās galvenais ēdiens bija gailis, ko kā gaismas saucēju upurēja Mārtiņam.
- Ziemassvētkos uz galda bija jābūt deviņiem ēdieniem, lai mājā būtu bagātība. Starp tiem noteikti bija vārīta cūkas galva (šņukurs), sautēti kāposti un asinsdesa, pelēkie zirņi ar speķi, zivis, kuras uzskatīja par naudas un pārticības simbolu.
- Lieldienās, ko svinēja kā pavasara atnākšanas svētkus, parasti cepa maizi un vārīja olas. Olas simbolizēja sauli un jaunas dzīvības sākumu. Tās vārīja sīpolu mizās, tādējādi piešķirot to čaumalām zeltainu nokrāsu, jo latviešu ticējums vēsta, ka tās jākrāso, lai visu nākamo gadu vistas skaistas olas dētu.
- Līgo vakarā, kas ir vasaras saulgrieži, galdā tika celts svaigs ķimeņu siers - saules un veselības simbols, alus - darba spara simbols un mūsdienās arī pīrāgi.

Latviešu nacionālās virtuves iecienītākie ēdieni ir sekojoši:

- gaļas ēdieni - asinsdesa (putraimdesa), vārīta cūkas galva vai cūkas šņukurs un cūkas cepetis;
- saldie ēdieni - buberts, rupjmaizes kārtrojums, maizes zupa, biguzis vai medus rausis;
- dzērieni - piens, rūgušpiens, kvass, bērzu sulas, maizes alus un dažādas zāļu tējas: kumelīšu, piparmētru, liepziedu, ķērpju, pelašķu, nātres, asinszāles, vērmeles un citas.

Neliels ieskats Latvijas nacionālo ēdienu klāstā pa reģioniem:

- Kurzeme: zivis, sklandrauši, biguzis, bukstiņputra, skābputra, koča, cepta mazzālīta siļķe uz ogļēm avīzē
- Latgale: kļockas, gulbišņiki (gulbišnieki), bulbu blīni, asuškas, murcovka, slokatnis, bulbešņiki;
- Vidzeme: stuks (steņķis, štāka), plāceņi, kuģelis, kaņepju sviests;
- Zemgale: karaša, skābputra

Latviešu nacionālos ēdienus var raksturot kā maigus, bez izteiktām garšvielām, tomēr ar salīdzinoši augstu tauku līmeni. Viens no populārākajiem ēdieniem ir vārīti pelēki zirņi ar speķi un sīpoliem, kas ārzemnieku acīs ir kļuvuši par galveno mūsu tautas ēdienu. Iecienītas ir arī cūku ribiņas un vispirms vārīti, tad krāsni apcepti kartupeļi, kā arī dažādas biežputras - grūbu, miežu u.c. Īsts gardums ir arī sautēti skābie kāposti, ko latvieši parasti ceļ galdā ar jau minētajām cūku ribiņām vai ar kūpinātām desiņām. Jāteic gan, ka šis ēdiens ir aizgūvums no vācu virtuves, kas gan nav nekas pārsteidzošs (vācieši mūsu zemē valdīja septiņus gadsimtus). Lai vai kā, par īsti tradicionālu latviešu virtuvi ir grūti runāt, jo to laika gaitā ietekmējušas dažādas Eiropas un arī citu kontinentu valstis. Tas saistīts ar Latvijas- kā Valsts atdzimšanu un arī ar to, ka cilvēki brīvi ceļo un bauda citu tautu ēdienus, apgūst šo ēdienu gatavošanu un pasniegšanu un tādējādi tie tiek celti arī mūsu galdā. Kopš seniem laikiem latviešu nacionālās virtuves lepnums ir īsta lauku rupjmaize - parastā, ar graudiem, burkāniem, riekstiem, žāvētiem augļiem u.t.t. Tā garšo un smaržo fantastiski, un nav sastopama nekur citur pasaulē. Tieši tāpēc to tik ļoti iecienījuši tūristi. Turklāt rupjmaizes priekšrocība ir tā, ka to uzturā var lietot kā piedevu gan pie saldajiem, gan sāļajiem ēdieniem (rupjmaize ar lauku sviestu un sāli, ar lauku sviestu un zaļumiem, ar ķimeņu sviestu vai rupjmaize ar medu, ievārījumu u.t.t.).

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

1.3.2. Mūsdienu latviešu ēdienkarte.

Šodienas latvieša rīts parasti iesākas ar brokastīm - sviestmaizēm ar sieru, desu, tomātiem un gurķiem -, ko papildina kafijas vai tējas krūzīte. Daudzi no mums brokastis nevar iedomāties bez kāda piena dzēriena. Arī vārītas olas vai omlete ir biežs ēdiens brokastu šķīvī.

Pusdienas latvieši ēd no plkst. 12:00 līdz 15:00. Šajā maltītē pārsvarā izvēlas notiesāt kādu ceptu gaļas ēdienu (fileja, steiks, vista u.t.t.) vai zivi (lasis, forele, menca, sardīne) ar dažādi pagatavotiem kartupeļiem, rīsiem vai griķiem un svaigiem salātiem. Ēdienu parasti papildina kāda piena vai krējuma mērce. Daudzi latvieši kā pirmo ēdienu izvēlas arī zupas, kas bieži vien tiek gatavotas no cūkgaļas vai zivs ar sīpoliem un burkāniem kā obligātu sastāvdaļu. Gaļas zupas bieži vien satur arī kartupeļus, pupiņas, bietes, kāpostus vai pat svaigas nātres. Pēc kārtīgām pusdienām liela daļa latviešu apēd arī desertu, kas parasti tiek gatavots no augļiem, miltu produktiem, putukrējuma un ogu mērcēm. Klāt mēs izvēlamies dzert augļu sulas, kefīru, pienu, tēju vai kafiju.

Pēc darba ap kādiem 18:00 vai 19:00 tiek gatavotas un ieturētas vakariņas. Tās parasti sastāv no zupas, svaigiem salātiem vai kāda siltā gaļas vai zivs ēdiena. Bieži tiek pasniegtas arī tradicionālās un veselīgās piena zupas.

Diemžēl liela daļa latviešu ir pasākuši pirkt gatavo lielveikalu ēdienu vai saldētus pusfabrikātus. Bieži vien izvēle krīt uz sviestmaizēm vai smalkmaizītēm pie vakara tējas krūzes. Latviešiem ļoti garšo arī dažādi konditorejas izstrādājumi un picas. Dažkārt latvieši mēdz mājās gatavot arī kādu saldo ēdienu, piemēram, uzpūteni ar pienu, mannas putru ar ķīseli un maizes zupu ar saldo krējumu. Runājot par salātiem, latviešus nekad īpaši nav saistījušas tā saucamās gastronomiskās izvirtības, tālab arī salātu izvēlē neesam bijuši pārlieku izvēlīgi - svaigi zaļumi un dārzeņi (salātlapas, lociņi, dilles, redīsi, kāposti, rutki u.t.t.) ar krējumu un rūgušpienu vai kefīru, skābēti kāposti ar sīpoliem un krējumu, rutki ar burkāniem un krējumu ir pilnīgi pietiekoši. Kopš aktuāli kļuvuši veselīga dzīvesveida paradumi, zaļajos salātos krējums bieži vien tie aizstāts ar eļļu. Par ļoti ekskluzīvu salātu aizdaru sākotnēji uzskatītā olīveļļa parasti tiek aizstāta ar saulespuķu vai augu eļļu. Šobrīd aktuālas ir pašu ražotās linsēklu un rapšu eļļas - arī ļoti veselīgi produkti. Biežs viesis latvieša galdā gan svētkos, gan ikdienā ir rasols. Īstais rasols gan aizgūts no Skandināvijas un tiek gatavots ar siļķi un nēģiem, taču latvieši laika gaitā to pielāgojuši savai gaumei un rocībai, zivi aizstājot ar desu vai liellopu gaļu. Ievērtības cienīga no skandināviem aizgūta uzskoda ir arī galerts jeb aukstā gaļa, ko parasti pasniedz un ēd ar mārrutkiem vai sinepēm.

1.3.3. Mūsdienu latviešu dzērieni

Kas attiecas uz dzērieniem, latvieši dienas laikā izdzer neskaitāmas tējas un kafijas krūzes, bieži vien bez piena. Bieži tiek dzertas arī sulas vai svaigs ūdens. Pēdējā laikā minerālūdens ir kļuvis tik populārs, ka to var atrast ikvienā ofīsā. Pēdējos desmit gados vērojama tendence izvēlēties ūdeni, no dabīgiem avotiem, lai pietiktu veselai nedēļai. Ļoti iecienīti dzērieni ir jau daudzreiz minētie kefīrs un rūgušpiens, kā arī kvass, bērzu sulas un, protams, alutiņš. Kā jau noskaidrojām, ir neiedomājami iztēloties gan seno latviešu, gan mūsdienu latviešu svētkus un ikdienu bez alus. Tas ir apdziedāts

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

neskaitāmās tautas dziesmās un ļoti bieži pieminēts visa veida folklorā. Tradicionāli alus gatavošanā izmanto miežus, bieži vien - arī medu, iegūstot medalu.

*Kālab alu nedzerat?
Kālab man nedodat?
Vai es miežus negrābstīju,
Vai vārpiņas nelasīju?*

Alum mēdza pievienot arī dažādas ogas un vērmeles un apiņus, lai pastiprinātu un uzlabotu tā garšu. Alu dzer vakarā satiekoties ar draugiem, kāzās un, protams, Jāņos. Tradicionāli alum piekož ķiploku grauzdiņus - sviestā apceptus rupjmaizes gabaliņus, kas ierīvēti ar ķiplokiem, kā arī sieru (ķīmeņu vai kūpināto).

Otrs ļoti izplatīts alkoholiskais dzēriens ir īpašais melnais balzams, ko pirmoreiz pagatavoja jau 18. gadsimtā. Tā pamatā ir antīka recepte, ko lietoja seno laiku Rīgas mediķi un farmaceiti. Vienas no galvenajām melnā balzama sastāvdaļām ir dažādi augi, kas dzērienam piešķir tā tumšo krāsu un ārstnieciskās īpašības.

Bieži vien daudzās latviešu mājās ciemiņus uzcienās ar zāļu tēju, kas gatavota no dažādiem augiem - ne tikai no piparmētrām vai kumelītēm. Praktiski vienmēr šo tēju ir vācis un gatavojis pats mājas saimnieks.

Jāatzīmē, ka latviešu vīna dzeršanas tradīcijas veidojās tikai apmēram pēdējo 20 gadu laikā, galvenokārt, vīna lieltirgotāju un lielveikalu ietekmē. Tomēr pēdējā laikā latvieši vīna dzeršanas tradīcijas apgūst paši, ceļojot pa pasauli uz zemēm, kurās vīna darīšana un dzeršana ir ar daudzu gadsimtu tradīcijām. Pēdējā laika iezīme ir tādas, ka turīgākie ierīko paši savus vīna pagrabus, zemnieki paši sāk nodarboties ar savu vīna recepšu radīšanu un ražošanu, kā arī specializētos veikalos ir jau nopērkamas vienkāršas vīna darināšanas iekārtas, kuras var izmēģināt darbībā jebkurš savas mājas apstākļos.

2. Kurzemes ēdienu receptes, kas raksturo šo reģionu, tā kultūru un tradīcijas.

Kurzemes sklandu rauši

Sklandu rauši ir ļoti sens latviešu ēdiens, kurā apvienojas viss mūsu zemes spēks – rudzi, kartupeļi un burkāni. Varbūt sklandu rausis nav tas, ko mūsdienās ēdam katru dienu, bet vismaz iemācīties uzcept varētu būtu interesanti.

Sastāvdaļas:

mikla:

- 500 g rudzu miltu
- 100 ml ūdens
- 50 g cūku tauku
- 10 g cukura
- 10 g sāls
- 1 ola

pildījums:

- 2 palieli vārīti kartupeļi, nomizoti
- 500 g vārītu burkānu, nomizoti un sarīvēti uz smalkas rīves

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

- 3 olas
- ½ tējķ. medus
- sāls
- pipari

Rezultāts:

- 15 gab.

Pagatavošana:

1. Sakarsē krāsnī 180 grādus karstu. Pārklāj cepamo pannu ar cepamo papīru.
2. Mīklai. Sākumā samaisi kopā šķidrās sastāvdaļas, pēc tam piejauc miltus. Samīci mīklu.
3. Izrullē mīklu 2,5 mm biezumā un izspied apaļas formas. Uzloki uz augšu maliņas, lai tās turas. Liec iekšā pildījumu.
4. Bļodā samīci kartupeļus ar 1 olu. Otrā bļodā sajauc burkānus ar 2 olām, medu un garšvielām.
5. Uz rauša pamatnes plānā kārtā izsmērē kartupeļu masu. Virsū liec burkānu masu. Liec pannu cepties krāsnī apmēram 25 minūtes. Izņem ārā, atdzesē un pasniedz.

Kurzemes skābputra

Sastāvdaļas

- Svaigs piens 3 litri
- Miežu putraimi ½ kg
- Ūdens 2 litri
- Skābais krējums - pasniedzot

Pagatavošana: 2 min.

Šo ēdienu gatavo vasarā - karstā laikā tas ir spēcinošs pamatēdiens un dzēriens vienlaikus. Kā viena putra izēsta, gatavo nākošo.

1. Pienu ielej platā traukā pārsedz ar vāku un atstāj uz 1 diennakti siltumā, lai sarec rūgušpienā.
 2. Ūdeni uzvāra, ieber putraimus, palaikam pamaisot māra mīkstus, noņem katlu no uguns. Sāli neliek !
 3. Sarecējušo rūgušpienu uzmanīgi karoti pa karotei iecilā karstajā putrā.
 4. Atstāj uz diennakti siltā vietā ieskābt. Pirms lietošanas izmaisa.
 5. Pasniedz bļodiņās, katrā ieliekot ēdamkaroti skāba krējuma. Klāt ēd lauku rupjmaizi un iztīrītu, gabaliņos sagrieztu siļķes fileju, kas pārkaisīta ar sasmalcinātiem sīpoliem.
- Skābputra parasti visgaršīgākā ir 2. dienā pēc tās pagatavošanas.

Biguzis

Sastāvdaļas

- 50g rudzu maizes
- 30g medus
- 20g dzērveņu
- 25g putukrējuma
- 5g cukura
- ūdens pēc vajadzības

Pagatavošana: 30 min.

Nobriedušu rudzu maizi sadrupina vai sarīvē. Dzērvenēm izspiež sulu (var ņemt arī citu sulu), to atšķaida ar uzvārītu, atdzesētu ūdeni, saldina ar medu un pārlej maizei. Kad maize šķidrums iesūkusi, to ar saputotu krējumu izgrezno.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Padoms. pašā galā uz ēdiena var uzlikt sagrieztus augļus tas kopā garšo vēl labāk.

Bukstīnputra (grūbas ar kartupeļiem)

Sastāvdaļas:

- 75g miežu putraimu
- 200g ūdens
- 20g žāvēta speķa
- Sīpoli
- sāls

Pagatavošana:

Speķi sagriež mazos gabaliņos un sacep kopā ar sasmalcinātiem sīpoliem. Verdošā ūdenī ber noskalotus putraimus un vara, pa reizei apmaisot, līdz tie gandrīz mīksti. Tad pieliek sacepto speķi un sīpolus, pieber sāli (ja speķis nav sālīts) un vāra uz lēnas uguns, līdz biezputra gatava. Klāt var dzert pienu, rūgušpienu, kefīru, paniņas.

Rupjmaize (rudzu maize)

Samaisa rupja maluma rudzu miltus ar siltu ūdeni, trauku pārsedz ar mitru dvieli un novieto siltā vietā uz apmēram 12 stundām. Pievieno vēl rudzu miltus un siltu ūdeni, kārtīgi izmīca un atkal atstāj rūgt uz apmēram 12 stundām. Mīklai vēlreiz piejauc rudzu miltus un siltu ūdeni. Var pievienot arī sāli un ķīmenes. Kārtīgi izmīca un liek ietaukotā veidnē. Pārklāj ar mitru dvieli un atstāj rūgt siltā vietā apmēram 3 stundas. Uzrūgušo mīklu ar visu veidni liek krāsnī un cep gatavu. Maizi vieglāk sagriezt, kad tā ir atdzisusi.

Rudzu maizes kvass

800 g sakaltētas rudzu maizes, 4 l ūdens, kanēļa standziņa, citrona vai apelsīna miziņa cukurs, 20 g rauga. Maizi sagriež rikās, cepeškrāsnī apgrauzdē, pārlej ar verdošu ūdeni, pieliek kanēļa standziņu, citrona vai apelsīna miziņu, patur 24 stundas, izkāš, pieliek cukuru pēc garšas. Raugu "atdzīvina", pieliek dzersim, raudzē. Uzrūgušam noņem putas, pilda pudelēs un uzglabā vēsā vietā.

Skābputra

Noskalotus miežu putraimus izvāra mīkstus. Karstai masai pievieno stingru rūgušpienu. Putru liek siltā vietā un tur 1-2 dienas, lai ieskābst. Pirms pasniegšanas pievieno krējumu vai paniņas.

Lejaskurzemes skābputra

Tā ir garšīga, ja to gatavo šādi: Uzvāra ūdeni, tad pievieno grūbas vai miežu putraimus un gaida, kad būs mīksti. Tad pievieno rūgušpienu gabalos tā, lai veidotos kunkuļi. Lej šķīvjos un pieliek krējumu un nedaudz sāls. Ēd ar rupjmaizi ar sviestu. Ja grib padzerties, tad gaida, ka virums, kas katlā, atdziest. Lieto tik ilgi, līdz katls vai bļoda, vai krūze tukša. Jo vairāk ieskābusi skābputra, jo garšīgāka. Lai gan - šis ēdiens vai dzēriens labs vien tad, ja gribas ēst pēc lauku darbiem, pēc kārtīgas fiziskas slodzes, citādi nav vērts ķēpāties. Atšķirībā no citiem novadiem, par skābputru Lejaskurzēmē sauc ne biezu, bet zupai līdzīgu ēdamo un strobjamo.

Biezpiens

Pienu sarauzdzē rūgušpienā (lai būtu vienā gabalā), tad liek katlā un karsē, līdz izdalās sūkalas. Salej marlē un notecina.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Kimenu siers

Uzkarsē pienu un pievieno saberztu biezpienu. Var pievienot arī vēl rūgušpienu. Kad sula atdalījusies un piens sarecējies, masu ielej mitrā drānā un notecina sulu. Masu liek izkausētā sviestā un maisot pievieno krējumu, sāli, ķimenes un sakultu olu. Kad masa kļuvusi viendabīga, gatavo masu liek ar sviestu ieziestā traukā, novieto vēsā vietā un nospiež zem sloga.

Klimpu zupa

Uz lēnas uguns vāra katliņā pienu, var atšķaidīt uz pusi ar ūdeni, pieliek arī nedaudz sāli. Tikmēr sataisa ne pārāk biezu pankūku mīklu, kad piens sāk vārīties ar tējkaroti vai ēdamkaroti ņem mīklu un tecina katliņā, karoti iekšā neliekot. Kad viss satecināts vēl kādas minūtes pavāra un zupa gatava. Daudz mīklas nevajag likt citādi zupa sabiezēs un iznāks kā biezputra.

Biezputra

Biezputra Kurzemē ir kartupeļi sastampāti ar pienu un ķimenes. Tad karstu liek šķīvjos un vidū izveido bedrīti speķa mērcei. Dzisināja biezputru šādi: ielej gar maliņu pienu un tad ar karoti velk kartupeļu un mērces masu apkārt šķīvjā iekšmalai un tā tas piena celiņš veidojās un garšas sajaucās.

Cūku pupas

Īsteni latvisks ēdiens ir arī vārītas cūku pupas. Tās tika vārītas visbiežāk ar visām pākstīm sālsūdenī.

Grūdenis

Izmērcētus zirņus un grūbas vāra pusgatavus, pievieno kartupeļus, cūkgaļu (var arī speķi vai sviestu) un vāra gatavu. Tad pielej pienu, pieliek sāli un uzkarsē.

Zīdeni

Gatavo tāpat, kā grūdeni, tikai nepievieno zirņus

Bukstinputra

Noskalotas un izmērcētas grūbas (vai putrainus) vāra ar kubiņos sagrieztiem kartupeļiem. Vārīšanās beigās var pievienot pienu. Pasniedz ar sviestu vai krējumu. Var pievienot arī saceptu gaļu ar sīpoliem.

Sklandrausis

No kviešu miltiem, rauga, sviesta, piena un sāls uzjauc mīklu un uzraudzē. Gatavu mīklu izveltē, veidojot nelielus apļus, kuru malas uzloka uz augšu. Pildījumam sarīvē burkānus, samaltus vārītus kartupeļus, krējumu, olas, sviestu, miltus, sāli, cukuru un raugu. Labi samīca un uzraudzē. Uzrūgušu pildījumu liek mīklas apļos un cep gatavu.

Plāceni

Uzsildītam ūdenim vai pienam pievieno izsijātus miltus, atšķaidītu raugu un samaisa. Pārkausa ar biezu miltu kārtu, trauku pārsedz ar vāku vai dvieli un siltā vietā raudzē aptuveni stundu. Pievieno miltus, šķīdinātu sāli, taukvielas, saputotas olas ar cukuru un kārtīgi izmīca. Mīklu nolīdzina, pārkausa ar miltiem, traukam uzliek vāku vai dvieli un siltā vietā raudzē 1-2 stundas, pa vidu vēl 1-2 reizes mīklu samīcot. Gatavai mīklai

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

pievieno caur sietu izberztus novārītus kartupeļus, samīca un veido plāceņus, ko liek uz plāts un uzraudzē. Ar stampu iespiež plāceņa vidū bedrīti, kurā var likt, piemēram, biežpiena pildījumu.

Kaņepju sviests

Nomazgātas un sausas kaņepju sēklas apgrauzdē un karstas sasmalcina pulverī vai samaj līdz mīkstai masai. Pievieno sāli, ieliek trauciņā, saspiež un nolīdzina.

Sautēti skābēti kāposti

Taukos apcep sagrieztus sīpolus un pievieno kāpostus. Pēc brītiņa pielej verdošu ūdeni un sautē. Pusgataviem var pievienot rīvētu burkānu. Kad kāposti mīksti, tiem pievieno sāli un cukuru.

Spekpīrāgi

Sajauc miltus, taukvielas, raugu, pienu un sāli. Mīklu izveltnē un ar glāzi sadala mazos aplīšos. Vidū liek žāvēto speķi, ceptus sīpolus un piparus. Pīrādziņu aiztaisa, apziež ar olu un cep gatavus.

Koča

Uz pannas apgrauzdē grūbas un kārtoti katliņā kārtām – grūbas, sacepti sīpoli ar speķi, grūbas, atkal sīpoli ar speķi un nobeidz ar grūbām. Pārlej ar ūdeni un sautē gatavu. Pasniedz ar rūgušpienu

Taukšķēti zirņi (zirņi ar speķi)

Noskalotus un izmērcētus pelēkos zirņus izvāra mīkstus. Pasniedz ar mazos gabaliņos sagrieztu un apceptu speķi un sīpoliem.

Zirņu pikas

Atsevišķi izvāra un smalki samaj pelēkos zirņus un kartupeļus. Masai pievieno saceptus sīpolus ar speķi, kaņepju sviestu un sāli. Visu labi samaisa un izveido pikas. Pasniedz ar rūgušpienu.

Skābenu zupa

Izvāra cūkgaļu un izmērcētas grūbas. Pievieno skābenes, apceptus sīpolus, burkānus, zaļumus, sāli un vāra zupu gatavu. Zupu pasniedz ar skābo krējumu.

Cūkas cepetis

Ieberž cūkas šķiņķi ar sāli, liek ar ādu uz leju cepešpannā, pievieno nedaudz ūdens un cep. Tad gaļu apgriež otrādi un ādu sagriež kvadrātiņos. Pielej nedaudz ūdens, pievieno sīpolus, burkānus un cep gatavu, ādu pāris reizes ieziežot ar sviestu.

Asinsdesa (putraimdesa)

Izvāra cūkas speķi, izņem no buljona un izvāra izmērcētus putraimus. Speķi sagriež un pievieno putraimēm. Masai pievieno asinis, garšvielas un pilda zarnās. Gatavu desu pasniedz ar brūkleņu ievārījumu.

Žūre

Ieber bļodā auzu miltus (vai auzu pārslas) un rupjmaizi bez garozas, pārlej ar siltu ūdeni. Masu pārsedz ar dvieli un liek siltā vietā uzrūgt. Uzrūgušo masu izkāš. Šķidrums lej

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

katlā, pievienojot nedaudz piena, un vāra, līdz tā sabiezē. Pasniedz, pārberot ar cukuru. Klāt dzer pienu.

Medus rausis

Saputotam medum pievieno olu baltumus un vēlreiz saputo. Masai pievieno miltus, sodu, kanēli, krustnagliņas un kārtīgi izmīca. Mīklu liek veidnē un cep gatavu.

Biguzis

Rupjmaizi saberž un pārlej ar ūdeni, kam pievienots medus un dzērvenes.

Rupjmaizes kārtojums

Sarīvē rupjmaizi, liek uz sausas, uzkaršētas pannas, pievieno cukuru, kanēli un apgrauzdē. Atdzisušu kārto traukā pa kārtām: rupjmaizi, dzērveņu ievārījumu, putukrējumu.

Maizes zupa

Rupjmaizes šķēles apcep gaiši brūnas, pārlej ar verdošu ūdeni, uzliek traukam vāku un ļauj uzbrīst. Tad visu izkāš caur sietu, pievieno cukuru, žāvētus augļus, kanēli, dzērveņu sulu un vāra gatavu. Pasniedz ar putukrējumu.

Buberts

Uzvāra pienu, pievieno mannu un vāra biežputru. Nedaudz atdzesētai putrai pievieno ar cukuru sakultus olu dzeltenumus un iecilā saputotus olu baltumus. Pasniedz ar saldu mērci.

Kvass

Rupji samaltus rudzu miltus aplej ar verdošu ūdeni un kuļ. Pievieno siltu ūdeni, raugu, sakultu rūgušpienu, medu, kārtīgi samaisa un noliek siltā vietā uz 12 stundām. Visu nokāš, sapilda traukos, aizvāko un novieto vēsā vietā.

Maizes alus

Sauso maizes kvasu vai apgrauzdētu rupjmaizi aplej ar verdošu ūdeni, kārtīgi samaisa un atstāj uz kādu stundu. No virsas nolej dzidro šķidrums, kam pievieno cukuru un maizes raugu. Traukam pārklāj dvieli un atstāj rūgt.

Kaltētas mencas

Kurzemes pusē savulaik kaltēja mencas- saulē vai ēnā vasarā. Aplēja iesālītas mencas ar marli, saņēma to marli augšpusē ciet, tad lika uz striķi (pieklambarētas zivis) kaltēties. Kad bija izkaldušas, glabāja kambarī un kad sagribējās to mencu pagatavot, tad darīja tā: verdošā ūdenī lika mencu un vārīja labu laiciņu, nolēja sāļo ūdeni nost un lika vēlreiz pavārīt, tad klāt, piegriezta sīpolu, pārlēja krējumu un ēda ar vārītiem kartupeļiem (ar visu mizu novārītiem).

Silke ar krāsni ceptiem kartupeļiem un rūgušpienu

Ugunskurā cep kartupeļus ar visu mizu. Turpat arī līdzās papīrā (agrajos laikos tā bija avīze) ievīkšķīta silķe, tad klāt rūgušpiens. Tas bija lēts latvisks ēdiens, ko mēdza pagatavot talkas dienā. Kartupeļus kārtīgi nomazgā un ļauj apžūt, tad liek ugunskurā, pabīdot pelnos, lai cepas. Silķi tin pabiezā un samitrinātā ietinamā papīrā vismaz piekārt un liek virs ugunskura uguns, atrodot vietu, kur silķe var cepties, ne tikai

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

sadegt. Kad ēdiens izcepies, klāt piedzer rūgušpienu. Mūsdienās siļķes pagatavošanai izmanto foliju vai cepamo papīru.

Bočinzupa

Gaļas mašīnā samaļ vārītas, notīrītas bietes, pievieno etiķa esenci, samaisa ar cukuru, pievieno buljonam, uzvāra un ietumē ar miltiem, pievieno sāli. Pasniedz ar skābo krējumu un nomazgātām, nosusinātām un smalki sagrieztām dillēm.

Kaldaunu zupa

No cūku kauliem izvāra buljonu 2,5h uz lēnas uguns, palaikam noputojot, vārīšanās beigās pievieno bez taukiem apceptus burkānus un sīpolus, kuri pirms cepšanas ir nomazgāti un nosusināti, un garšvielas. Buljonu izkāš. Buljonā liek nomazgātus, notīrītus un mazos kubikos sagrieztus kartupeļus un burkānus vāra gatavus. Kad dārzeņi mīksti liek zupā sagatavotus pīrādziņus un vāra gatavus, pieliek zaļumus un garšvielas. Pasniedz zupas traukos ar skābo krējumu.

Pīrādziņus pagatavo šādi: pienam pievieno olu un miltus, tad samaisa biezu masu, tad plāni izveltnē. Liek uz mīklas gabaliņiem šādi pagatavotu pildījumu: jēltaukus sagriež mazos gabaliņos, pievieno daudz sīpolu, piparus, sajauc ar miltiem un tad veido ļoti maziņus pīrādziņus.

Šmorklopšu zupa

Liellopu gaļu sagriež plānās šķēlēs, izdauza plāni ar gaļas āmuriņu, vidū liek smalkos kubikos sagrieztu speķi, sīpolus, kas sajaukti ar sāli, pipariem un miltiem. Satin gaļas šķēli, pēc tam notin ar diegu, apcep brūnu un liek vārīties ūdenī. Kad gaļa gatava to izņem aukā, atdzesē un notin diegu nost. Tad buljonā liek sagrieztus kubikos notīrītus, nomizotus kartupeļus un burkānus. Vāra tos gatavus, pievieno pus ruletītēs sagrieztu gaļu un liek zupas traukos, pievieno skābu krējumu un zaļumus.

Omlešu un frikadeļu zupa

Olas nodezinficē, nomazgā zem tekoša ūdens, iesit bļodiņā, pievieno „Vegeta” vai līdzīgas garšvielas un sakuļ, lej uz sakarsētas pannas plānā kārtiņā un cep gatavu, tad sagriež uz dēlīša 3 cm garos plānos salmiņos. No maltās gaļas, sāls, pipariem, olas, sīpola, ķiploka un kartupeļa samaļ un samīca viendabīgu masu un veido desmit gramīgas frikadelītes un liek izvārīties karstā sālsūdenī. Uzvāra no koncentrāta un ūdens buljonu. Lej porciju trauciņā un pievieno sagrieztu omleti un izvārītās frikadeles, pievieno klāt seleriju zaļumus.

Biezpiena ķīliši

Ņem novārītus kartupeļus un biezpienu. Masai pieliek klāt olas, miltus, sāli pēc vajadzības un krietni samīca. Tad izveido ķīļveidīgas kotletes, apvārta miltos un apcep eļļā dzeltenus.

Vistu frikasejs

Vistu šķiņķīšus, kuņģīšus un sirdis notīra, ieberzē ar sāli un atstāj kādu stundu. Tad liek katlā sviestu un stilbiņus, un sirdis, un kuņģīšus, un sautē 40 minūtes pielej buljonu, lai gaļa nosegtos, pievieno sāli, pieliek pētersīļus un sutina mīkstus. Tad izņem gaļu no katla, noliek siltumā pieliek miltus, saldo krējumu, citrona sulu, nogaršo un izlaiž caur sietu. Gaļu liek uz šķīvja ar sirdīm un kuņģīšiem, pārlej ar mērci un nodekorē ar pētersīļu lapām.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Cept` vists` krūstgabals ar sier` virse

Vistas fileju izklapē, panē miltos un sakapātā olā, kurai pievienots sāls un pipari maltie. cep no abām pusēm gaiši brūnu. Kad apgriez karbonādi, tad apceptajai pusei virsū liek sarīvētu sieru. Pielej nedaudz ūdens uz pannu un virsū liek vāku. Pasautē 1 minūti. Tad liek uz sasildīta šķītvja nodekorē ar tomātiem un seleriju lapām.

Pelēk` zirņ` iekš` spekīg` zost

Zirņus iebirdina aukstā ūdenī 8 h, tad liek vārīties un vāra 40 minūtes, līdz zirņi ir mīksti. Žāvētu gaļu sagriež mazos kubikos. Sīpolus nomizo, sagriež kubikos un kopā ar žāvēto gaļu apcep, tad pārlej ar saldo krējumu, pievieno sāli un piparus. Zirņus liek karstā māla podiņā, pārlej ar žāvētas gaļas mērci un virsū pārkaisa dilles.

Koča

Grūbas cep sviestā gaiši brūnas, tad liek ūdenī kam pievienota eļļa un vāra gatavas, novārīšanās beigās pievieno sāli. Sīpolus nomizo, nomazgā un sagriež smalkos kubikos un sacep ar žāvētu gaļu, kas arī sagriezta mazos kubikos. Tad saceptai masai pievieno klāt, vārītās grūbas un karsējot izjauc cauri. Liek siltā māla podiņā, pārkaisa ar sagrieztām dillēm.

Izsist cūkgalgabals ar sier kopē uzcepts

Karbonādi sagriež 0,5 cm biezā šķēlē, izklapē no abām pusēm. Panē miltos un olā, cep uz sakarsētas pannas no abām pusēm gaiši brūnas. Kad apgriez karbonādi uz otru pusi, izceptajai pusei virsū uzliek sarīvētu sieru un palej uz pannas buljonu, uzliek vāku un 1 minūti pasautē. Nodekorē šķīvi ar salātu lapām, pētersīļu lapām, tomātiem un gurķi.

Cūkgalgabals izsists iekš kult ol

Karbonādi sagriež 0,5 cm biezā šķēlē, izklapē no abām pusēm. Panē miltos un olā. Cep uz sakarsētas pannas no abām pusēm gaiši brūnas, beigās uzlej 30 gr buljona un uzliek vāku un pasautē 1 minūti. Nodekorē šķīvi ar salātu lapām, pētersīļu lapām, tomātiem, gurķi.

Kāpostu tīteni ar sieru

Kāpostu notīra, izgriež kacenu. Katlā uzvāra ūdeni ar sāli (2 tējkarotes sāls uz 1l ūdens), kāpostgalvu ar apakšpusi uz augšu liek katlā un vāra 10 minūtes, izņem no katla, noskalo aukstā ūdenī. Atlauž lielākās lapas un saplacina. Atlikušo smalki sakapā. Sieru sarīvē un samaisa ar garšvielām. Kāpostu lapas apkaisa ar sāli un pipariem. Uz lapām liek sasmalcinātos kāpostus un sieru. Malas uzloka, lapas saritina mazos tītenīšos. Ķiploka daiviņas nomizo un sagriež šķēlēs. Ķiplokus mazliet apcep sakarsētā olīveļļā. Izņem no panna. Kāpostu tīteņus ar savienojuma vietu uz leju liek pannā. Tīteņus no visām pusēm apbrūnina. Tīteņus pannā ar vāku sautē apmēram 10 minūtes.

Karalauču klopsis

Sajauc liellopa malto gaļu ar cūkas malto gaļu, pievieno samaltu izmitrinātu baltmaizi, sīpolus smalki sarīvētus, sāli, piparus, olas un krietni izmīca. Izveido apaļas bumbiņas. Katliņā liek sviestu un sacep ar miltiem, pipariem, sīpolu kubiņiem maziem, kaperiem un pielej buljonu, tad liek kotleti un sutina 15. Minūtes, beigās pievieno skābu krējumu.

Cept doršs iekš sīpol zost

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Mencas fileju atlaidina istabas t^0 , nosusina. Apviļā miltos un ar garšvielām sakultā olā, liek uz sakarsētas, ietaukotas pannas, cepties 150°C līdz apcepās gaiši dzeltenam, tad apgriez uz otru pusi un cep līdz gatavībai, tāpat līdz brūnai garoziņai uzliekot pannai vāku. Uz otras sakarsētas, ietaukotas pannas cep ripiņās sagrieztu, notīrītu sīpolu un cep līdz sīpoli paliek caurspīdīgi, pievieno saldo krējumu un sāli, uzvāra. Un uz šķīvja uzliktai mencai pārlej pāri mērci.

Cept silk iekš avīz

Silķei iztīra vēdera dobumu, rūpīgi nomazgā, nosusina, ieliek vēdera dobumā sagrieztas dilles un sviestu. Ietin samitrinātā cepamparīrā un liek uz oglēm cepties. Kartupeļus nomazgā rūpīgi. Izvāra ar visu mizu, pārgriež uz pusēm, apkaisa ar sāli, ķiploku pulveri, uzliek piciņu sviesta un notīrītus, sagrieztus ripiņās ķiplokus. Liek sakarsētā cepeškrāsnī un cep līdz tie paliek gaiši brūni. Papriku, tomātu, gurķi nomazgā, nosusina un sagriež lielos gabalos, tā lai dekoratīvi sakārtotu nelielā ovālā šķīvītī ar ceptiem kartupeļiem. Biezpienu sajauc ar krējumu un dillēm. Ieliek trauciņā. Izceptai silķei pārgriež cepamo papīru pa vidu uz pusēm un ietin apdedzinātā avīzē arī lai vidus paliek brūns un var redzēt silķi.

Cepts nēģis

Nēģi norīvē ar rupjo sāli, liek uz sakarsēta grila un cep gatavus.

Brētlinmaiz a sviest un biezpien.

Brētliņai nogriež galvu un iztīra vēderu, pēc tam izņem asaku un novelk ādu. Biezpienam pievieno skābu krējumu, sāli un nomazgātas un nosusinātas un smalki sagrieztas dilles. Lapu salātus nomazgā un nosusina. Baltmaizes šķēlei nogriež garoziņu, apsmērē ar sviestu. No pagatavotās biezpiena masas veido bumbiņu un novieto uz sviestmaizes, kā arī brētliņas fileju novieto uz sviestmaizes.

Pildīt ol a smekīg liet

Nolupina cieti vārītu olu, pārgriež gareniski uz pusēm un izņem dzeltenumu, tā lai nesabojātu olas baltumu. Saberž olas dzeltenumu caur sietu, pievieno majonēzi, izkausē sviestu, sāli, sinepes, cukuru un labi saputo. Tad caur konditorejas uzgali piepilda olbaltuma pusītes. Nodekorē ar tomātu un zaļumiem. Liek uz šķīvja salātu lapu un pildītās olu pusītes.

Silku krēms ar sviest un maizšķēl

Savāra saldo krējumu ar sīpoliem un sviestu, pievieno samaltu mazgātu silķes fileju bez asakām, teļa cepeti, rīvmaizi, piparus un uzkarsē. Atdzisusu smērē uz sviestmaizi, nodekorē ar marinēta gurķa šķēli un zaļumiem.

Aukstā dārzenu plate senču gaumē

Burkānus nomizo, nomazgā un nosusina. Sagriež plānās šķēlītēs un sajauc ar lobītām saulespuķu sēklām, pievieno olīveļļu. Tomātus nomazgā, nosusina, izgriež ziedkausa veidā un sagriež daiviņās. Gurķi nomazgā, nosusina un sagriež pus ripiņās. Papriku nomazgā, nosusina, izgriež kātu un izņem sēklas, kā arī vidū baltās sēkliņas. Sagriež lielos taisnstūra gabalos. Melnos rutkus nomazgā, nomizo, un sarīvē uz rupjās skaidiņu rīves un sajauc ar skābo krējumu, pievieno nedaudz cukuru un sāli. Skābus kāpostus sagriež nelielos kubiņos, pievieno cukuru, sīpolus, eļļu. Lapu salātus nomazgā, nosusina, un rupjos gabaliņos saplūkā, pārlej ar eļļu. Redīsus nomazgā, nosusina, sagriež

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

ligzdveidā pa vidu visapkārt un sadala 2 daļās. Visus dārzeņus kārtu kaudzītēs un vidū liek trauciņu ar citrona mērci. Dekorē ar zaļumiem un redīsiem.

Silke kažokā

Bietes nomazgā, liek vārīties uz 2 stundām, kad bietes gandrīz mīkstas, tās nokāš un liek zem auksta tekoša ūdens, lai atdziest. Pēc tam nomizo un sarīvē uz rupjo skaidiņu rīvi, un nedaudz iemarinē ar etiķi, cukuru un sāli. Kartupeļus nomazgā un izvāra, vāra pusstundu un tad nokāš, nomizo un sagriež mazos salmiņos 3cm garus. Burkānus nomazgā, liek vārīties 40 min., atdzesē, nomizo un sagriež smalkos 3cm garos salmiņos. Olas liek karstā ūdenī ar karoti un vāra 7min., tad liek aukstā ūdenī atdzist, noloba čaumalu un sagriež smalkos salmiņos. Siļķi atdala asakas, galvu, ādu un sagriež smalki salmiņos. Sīpolus nomizo, nomazgā, nosusina un sagriež smalkos salmiņos, un sajauc ar siļķi. Marinētus gurķus sagriež smalkos 3cm garos salmiņos. Liek uz šķīvja pa kārtām sekojoši: kartupeļi, siļķe ar sīpolu, olas, burkāni, marinēti gurķi, bietes pa starpām liekot majonēzes mērci, ko pagatavo: majonēzi sajauc ar krējumu, sāli, cukuru un maltiem melniem pipariem.

Rudzmaizes salāt kopē ar sier gabal

Rudzu maizei nogriež garozas, sagriež nelielos kubikos, liek sakarsētā eļļā +180⁰C un apcep brūnas. Tad novieto uz papīra salvetēm, lai atdziest un notek liekā eļļa. Siltiem pārber un iemaisa ķiploku pulveri un nedaudz sāls. Kad atdzisuši, sajauc ar sieru sagrieztu nelielos kubikos, konservētu kukurūzu, majonēzi un sagrieztu kubikos vārītu atdzesētu nolobītu olu.

Mierlaika rasols

Kartupeļus nomazgā, vāra 30 min, atdzesē, nomizo un sagriež mazos kubiciņos. Svaigu cūkas šķiņķi izvāra 45 min, gatavu, atdzesē un sagriež nelielos kubiciņos. Žāvētu gaļu sagriež nelielos kubiciņos. Siļķi iztīra, izņem asakas un novelk ādu, sagriež nelielos kubiciņos. Nēģi ar sāli norīvē, liek uz grila un izcep, sagriež plānās šķēlītēs, olu vāra 7 minūtes karstā ūdenī, atdzesē aukstā ūdenī, noloba un sagriež sīkos kubiciņos. Marinētu gurķi sagriež kubiciņos sīku, svaigu gurķi tāpat, gurķi iepriekš nomazgā un nosusina. Tomātu nomazgā, nosusina un sagriež sīkos kubiciņos. Ābolu nomazgā, nosusina, nomizo, izņem sēklotni un sagriež mazos kubikos. Burkānu nomazgā, vāra 40 min., atdzesē, nomizo un sagriež nelielos kubikos. Bieti nomazgā, vāra 2 stundas, atdzesē aukstā ūdenī, nomizo un sagriež mazos kubikos. Tad pagatavo krējuma mērci samaisot krējumu ar sinepēm, etiķi, mārrutkiem, sāli, cukuru un notīrītiem sīpoliem, kuri pēc tam ir sagriezti sīkos kubiciņos. Visus sagatavotos produktus sajauc ar krējuma mērci.

Dārzeņu salāti Nīcas gaumē ar tunci

Tomātiem novelk miziņu, tos sagriež četrās daļās un izņem sēklas, mīkstumu liek bļodā, pārkausa ar nedaudz sāls un ļauj ievilkties. Pupiņu pākstis atlaidina, vāra trīs minūtes, noskalo aukstā ūdenī un notecina. Olas liek vārīties karstā ūdenī, ar karotes palīdzību un vāra 7 minūtes, tad liek aukstā ūdenī, atdzesē, un noloba. Gurķi nomizo, pārgriež gareniski uz pusēm, izņem sēklas un mīkstumu sagriež strēmelītēs. Paprikai izņem sēklotni un sagriež strēmelēs, sīpolus nomizo un sagriež ripiņās. Artišokus un tunci notecina. Artišokus sagriež rupji, tunci sadala gabaliņos. Anšovu arī notecina, ieliekot sietiņā. Salātus un baziliku nomazgā un nosusina. Salātus saplucina gabaliņos, baziliku sagriež. Bļodā sakuļ etiķi un olīveļļu ar sāli un pipariem. Pievieno baziliku, notecinātus tomātus, gurķus, papriku, pupiņas un sīpolus, samaisa un ļauj 5 minūtes ievilkties.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Tikmēr olas sagriež daiviņās, šķīvi ierīvē ar ķiploku un uz tā kārtu salātu lapas, uzliek dārzenus ar mērci, pievieno artišokus, tunci.

Zaptūdens ar citronšķēl

Ūdenī iemaisa brūkleņu ievārījumu, ielej glāzē. Uz glāzes malu liek nomazgāta citrona daiviņu.

Kompots no augļiem un ogām

Augļus un ogas nomazgā, notecina caurduŗi, liek katliņā karstā ūdenī, pievieno cukuru, citronskābi un vāra augļus gatavus.

Baltās salas iekš vaniļas zost

Olas baltumus saputo stiprās putās, pievieno pūdercukuru un turpina putot līdz izveidojas ļoti stingras putas. Tad katliņā uzvāra ūdeni un ar divām ēdamkarotēm ieliek vārīties olbaltuma salu. Vāra no abām pusēm, tad ar putu karoti izņem un liek caurduŗi, lai notek ūdens. Vaniļas mērces gatavošana. Saputo olas dzeltenumu ar cukuru, vaniļīnu, lai tas palielinās trīs reizes apjomā, katliņā ielej pienu, uzvāra un nedaudz karstā pienā strauji maisot iejauc olas dzeltenumā, pēc tam lēni lejot un vārot lej klāt maisot olas dzeltenumu, kad sabiezē mērce, strauji atdzesē un ielej šķīvī, vidū liek olbaltuma salu un nodekorē ar šokolādes mērci un piparmētru lapiņām un dzērveni.

Buberts dzērvenu zostē

Katliņā uzvāra ūdeni, pievieno pienu, sāli un uz lēnas uguns turpina vārīšanu lēnam berot un maisot mannā: maisot vāra līdz mannā sabiezē, tad noņem no plīts un iemaisa saputoto olas dzeltenumu ar cukuru un vaniļīnu, kurš ir palielinājies apjomā trīskārtīgi. Tad atdzesē un liek vēsā dzērvenu sulas mērcē, nodekorē ar piparmētru lapiņām un dzērvenēm. Sulas mērces pagatavošana: katliņā uzvāra ūdeni, pievieno klāt dzērvenu suslu, cukuru, citronskābi, uzvāra un pievieno klāt aukstā ūdenī atšķaidītu kartupeļu cieti. Uzvāra un atdzesē.

Rudzu maizes kārtojums ar zapt un šūmkrējumu.

Rudzu maizes rīvmaizi, samitrina ar dzērvenu sīrupu. Saldo krējumu saputo ar cukuru, vaniļīnu stingrās putās. Kārto trauciņā pa kārtām rudzu maizes masu, ievārījumu, putukrējumu un vēlreiz atkārtu tikai putukrējuma kārtu uzspiež kā cepurīti ar konditorejas uzgali. Nodekorē ar piparmētras lapiņu un dzērveni.

Smekīgais biskvīt paēdiens

Sagriež vidējos kubiņos biskvītu. Tad pārlej ar citrona izspiesto sulu. Sagatavotos biskvīta gabaliņus kārtu šķīvī, pārlej ar biezo vaniļas mērci un nodekorē ar sagatavotu putukrējumu, citronšķēlītēm un piparmētru lapiņām. Putukrējumu saputo ar cukuru un vaniļīnu stingrās putās.

3. Latvisko ēdienu noformēšana un ēdienu pasniegšanas kultūru.

Samērā labi latvisko ēdienu pasniegšanas un noformēšanas kultūru raksturo dažādās latviešu tradīcijas un svētki. Ļoti bieži šodienas latvieši seno laiku ēdienu receptes gatavo un ceļ galdā dažādos svētkos, ko svinēja mūsu senči. Tajos laikos svētki iezīmēja pārmaiņas dabā atkarībā no gadalaikiem, tāpēc bieži vien svētku maltītē bija atrodami tie

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

ēdieni, kurus varēja viegli pagatavot no esošajā brīdī pieejamiem pārtikas produktiem. Protams, liela nozīmē svētku ēdienu un dzērienu izvēlei bija mitoloģiskās tradīcijām, lai gan šodien reti kurš par tām vairs ko zina.

Rudenī, kad tika novākta raža un saimniecībās bija ēdiena pārpilnība, latvieši svinēja ražas svētkus jeb **Miķeļus**. Tieši šī iemesla dēļ kāzas visbiežāk tika svinētas jeb dzertas rudenī. Pēc ražas vākšanas darbiem kāva sivēnu vai aunu un sākās svētki. Ēdiens tika gatavots no jaunās ražas - jauni skābētie kāposti, svaigi cepta maize no tikko novāktās labības. Šai svaigajai maizei, ko cepa no pirmā maluma miltiem, bija simboliska nozīme - piemēram, ēdot maizi, vajadzēja kaut ko vēlēt un tika uzskatīts, ka vēlēšanās piepildīsies. Savukārt nokautā dzīvnieka gaļu, ko neapēda uzreiz, iesālīja un žāvēja, vai gatavoja desas. Savukārt no asinīm un labības gatavoja asinsdesas. Pīrāgi, ko pildīja ar treknu speķi un sīpoliem, tiek cepti arī šodien, tāpat mums ļoti patīk mieloties ar dažādām saldajām maizēm, kas pārklātas ar āboliem, rabarberiem, ogām, biezienu u.t.t.

Izplatīti rudens svētki ir arī **Mārtiņdiena**. Šajos svētkos galvenais ēdiens ir zoss cepetis un bumbas jeb pītes (no zirņu, pupu, kartupeļu un kaņepju biezeņa taisītas bumbiņas), medalus, kā arī paštaisītas desas, piemēram, putraindesas.

Arī ziemas saulgriežos, kad dienas atkal kļūst garākas, tika gatavota svētku maltīte. Daudzi no ēdieniem, ko gatavoja to laiku saimnieces, tiek ēsti arī mūsdienās, svinot **Ziemassvētkus**. Piemēram, vārīta cūkas galva ar grūbām, pelēkie zirņi ar speķi, kefirš vai rūgušpiens - tie ir klasiski seno laiku un mūsdienu Ziemassvētku ēdieni, kurus latviešu restorānos var atrast cauru gadu. Līdz rītam vajadzēja apēst visus zirņus, lai nākamajā gadā nebūtu asaru. Vēl kāds iecienīts Ziemassvētku ēdiens bija asinsdesa, kuras apaļā forma simbolizēja pilnu saules gadu. Kurzemē šajos svētkos bieži vien ēda arī skandalraušus - pīrākus, kas pildīti ar sēnēm un kartupeļiem. Pēdējos simts gados mēs esam pārņēmuši Vācijas tradīciju cept piparkūkas. Mums ļoti garšo arī cepta cūkgaļa vai desiņas ar sautētiem kāpostiem. Mūsdienu svētku galdā parasti tiek celta arī karpa, bet kabatās un makos paslēptas zivju zvīņas, lai Jaunais gads nestu daudz naudas. Saskaņā ar senču tradīcijām Ziemassvētkos jāapēd deviņi ēdieni, lai nākamais gads būtu bagāts. Šo tradīciju cenšas ievērot katrā ģimenē.

Kad tuvojās pavasara saulgrieži - **Lieldienas** - lēnām izsīka pārtikas krājumi, tāpēc olas tika taupītas jau labu laiku pirms Lieldienām. Vārītas olas, kas krāsotas sīpolu mizās ar dažādiem zīmējumiem, ir bijis tradicionāls svētku ēdiens jau gadsimtiem ilgi. Vēl kāds ļoti populārs Lieldienu ēdiens bija dziedētie graudi, ko mūsdienās ēd tikai retais. Biežāk šos produktus izmanto dekorācijās. Lieldienu galdā cēla un ceļ arīdžan nātru vai skābeņu zupu, spetiķi (zupa, kas vārīta no sālīta cūkas kuņģa, pievienojot kartupeļus, svaigus kāpostus un putrainumus vai grūbas), aukstu teļa vai cūkas cepeti, sieru, kūpinātas vai žāvētas zivis, dažādus ievārījumus, biezienu cepumus un bērza sulas.

Lai vai kā, mūsdienās izplatītākie svētki ir **Jāņi**, kad tiek svinēta gada īsākā nakts (vasaras saulgrieži). Šajā naktī cauri visai Latvijai atskan Jāņu dziesmas, tiek pīti vainagi un kurināti ugunskuri līdz pat rīta ausmai. Galvenais Jāņu ēdiens ir svaigs ķimeņu siers un alus, kas atrodams katra līgotāja galdā. Tradicionāla Jāņu maltītes sastāvdaļa ir arī dažādi pīrāgi, saldās plātsmaizes, gaļas produkti, kam mūsdienās klāt piepūlcējušies modernie lielveikalu pārtikas produkti. Jāņos cep arī šašliku, kurš jau kļuvis kā latviešu ēdiens.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Vēl izplatīti svētki ir **kāzas**, kas jau kopš seniem laikiem saistās ar bagātīgi klātu galdu. Ir grūti iztēloties klasiskas latviešu kāzas bez senču iecienītiem ēdieniem - pīrāgiem, saldajām plātismaizēm un alus (kā redzam, šie produkti sastopami daudzos svētkos). Protams, neiztiek arī bez vismaz pieciem dažādiem salātiem, gaļas uzkodām un augļiem. Kā pirmais ēdiens kāzās tradicionāli tiek pasniegts buljons vai gaļas zupa ar pīrādziņiem. Tālāk seko galvenais ēdiens, ko parasti gatavo no gaļas (cūku ribiņas, šnicele, cepetis u.t.t.) ar vārītu kartupeļu un sautētu kāpostu piedevām. Klāt pasniedz piena mērci. Desertā latvieši iecienījuši dažādas ogu želejas ar pienu. Pēc pusnakts viesus cienā ar kāzu torti, kas ir neatņemama kāzu mielasta sastāvdaļa. Tās pamatā tiek izmantoti ārkārtīgi gardi un trekni sviesta krēmi. Tāpēc katram, kas nonācis vietā, kur latvieši svin īstus tradicionālus svētkus, jāpatur prātā, ka nāksies daudz ēst, daudz dzert un arī daudz dziedāt.

Un vēl, protams, nedrīkst aizmirst arī par ēdienu gatavošanas un pasniegšanas tradīcijām **bērēs**, kas arī uzskatāmas par nopietnu notikumu, kuros parasti sapulcējas daudz radnieku un darba kolēģu. Ne velti latviešiem ir teiciens, ka visi radi parasti kopā sanāk tieši kāzās un bērēs.

4. Gastronomiskā tūrisma attīstība Latvijā, Kurzemē, to ietekmējošie faktori.

Ēdiens ir ceļotāja vitāla pamatvajadzība, tāpēc arī ēdināšana ir viens no tūrisma nozares neiztrūkstošajiem un galvenajiem piedāvājuma elementiem. Katra valsts savus viesus cenšas pārsteigt, un nacionālie ēdieni ir viens no veidiem, kā to izdarīt, papildus sniedzot jaunu pieredzi tūristam, vienlaikus apmierinot viņa vēlmes, vajadzības un ziņkārtību, jo ēdiens ir viens no spēcīgākajiem vilinājumiem, viena no spēcīgākajām baudām līdztekus kultūrvēsturiskajiem pieminekļiem, dabas objektiem un piedzīvojumiem.

Gastronomiskais tūrisms ir viens no jaunākajiem tūrisma veidiem, tikai ar pāris desmit gadu vēsturi. Pasaulē gastronomiskais tūrisms ir zināms arī kā *food tourism*, *tasting tourism* un *culinary tourism*. Saskaņā ar starptautiskās kulināra tūrisma asociācijas informāciju gastronomiskais tūrisms ir definēts kā „nodarbošanās veids ar unikālas un neaizmirstamas ēšanas un dzeršanas pieredzes apgūšanu”. Tas nozīmē, ka noteikta cilvēku daļa labprāt dodas ceļojumā ar mērķi nobaudīt nacionālos ēdienus un dzērienus. Ēdieni un dzērieni vienmēr atstāj iespaidu un ilgi tiek pārcilāti ceļotāju atmiņā.

Gastronomiskā tūrisma attīstību ietekmējošie faktori.

Saskaņā ar *Barcelona Field Studies Centre* pētījumu ir piecas galvenās tendences, kas virza nacionālos ēdienus uz galamērķa mārketingu:

- 1) Labklājības līmeņa paaugstināšanās. Palielinoties ienākumiem un paaugstinoties labklājības līmenim, tiek ietekmēti patērētāju tēriņu paradumi. Biežāk lielāks naudas daudzums tiek tērēts par gataviem ēdieniem, ēšanai ārpus mājām un veselīgu, ekoloģisku pārtiku. Patērētāji pērk vairāk tos produktus, kurus vēlas un mazāk tos, kuri ir nepieciešami.
- 2) Demogrāfiskās pazīmes un mājsaimniecību skaita izmaiņas. Iedzīvotāju novecošana un dzīvesveida maiņa ir palielinājušas pieprasījumu pēc ēšanas ārpus mājas un tūrisma virziena attīstību, kas saistās ar ēdienu.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

- 3) Atteikšanās no ātrās ēdināšanas pakalpojuma uzņēmumiem (*P.McDonald's*). Tūristi arvien biežāk atsakās no ātrajām uzkodām, to vietā izvēloties ēdienu, kurs gatavots no vietējiem produktiem un atspoguļo attiecīgā reģiona tradīcijas.
- 4) Daudz-kultūru patērētāju skaita pieaugums. Saskarsme ar dažādam kultūrām ir ikdienas parādība, kas atspoguļojas īpaši lielpilsētās dažādu tautu virtuvju pieejamībai (ķīniešu, taizemiešu, japāņu, turku utt.). Ēdieni, kuri agrāk bija eksotika, šodien jau ir standarts.
- 5) Pavāru un mediju ietekme. Pieaug žurnālu, grāmatu, tematisku interneta lapu, TV raidījumu un šovu par ēdienu un tā gatavošanu popularitāte.

Runājot par šī jaunā tūrisma veida attīstību tieši Kurzemē, jāatzīmē vēl sekojoši to ietekmējoši sekojoši faktori:

- 1) Īpašu Kurzemes ēdienu baudīšanas iekļaušana tūrisma piedāvājumā, var sekmēt reģiona tūrisma piedāvājuma dažādošanu, oriģinalitāti un līdz ar to arī reģiona tūrisma piedāvājumu konkurētspēju.
- 2) Šī tūrisma virziena attīstīšanā īpaši ir ieinteresēti mazie uzņēmumi un vietējās pašvaldības, domājot par savu vietējo teritoriju ekonomisko attīstību.
- 3) Šā brīža paaugstinātā bezdarba apstākļos, jaunu uzņēmumu veidošanās un esošo attīstīšanās ir jauna cerība un iespēja tiem, kas dažādu iemeslu dēļ ir bez darba un nevēlas to meklēt lielajās pilsētās vai pat ārvalstīs.
- 4) Gastronomiskā tūrisma attīstīšanā īpaši ieinteresēti ir vietējie pārtikas produktu ražotāji, lauksaimnieki un zvejnieki., jo tas rada papildus iespējas viņu produkcijas noietam un pircēju skaita palielināšanai novados.

Izrādās, ka ir visai grūti atrasts sava novada raksturīgos ēdienu un precīzi definēt, kas tad ir nacionālais ēdiens? Kas ir reģionālais ēdiens? Kādas ir tā atšķirības pasaules mērogā? Vai citur nav tādi paši vai līdzīgi ēdieni? Pica un spageti ir zināmi visā pasaulē, kurš produkts no latviskās ēdienkartes būs konkurents un vai vispār ieies un kļūs populārs gardēžu aprītē? Varbūt Kurzemē popularitāti atguvušie sklandu rauši, *žograusī*, *dižrauši jeb burkānrauši*? Varbūt *bukstiņbiezputra*? Varbūt „*peldošās salas*”? Jāņem vērā, ka nacionālais ēdiens vai šajā gadījumā kurzemnieku ēdiens var būt vienkāršs, ļoti askētisks, piemēram, vārīts kālis vai miežu tēja, taču šajā gadījumā ir jābūt pārliecībai par produkta vēsturisko izcelsmi un autentiskumu, līdztekus dodot iespēju arī plašāki izvēlei. Galvenā pieeja – lai viesis nepaliktu ar tukšu vēderu. Protams, ka liela uzmanība jāpievērš arī veģetārai un *vegan* virtuvei, jo arvien vairāk ļaužu izvēlas pārtikt pārsvarā no augu valsts izcelsmes produktiem. Veģetāriešiem un *vegan* dzīvesveida cienītājiem plašu informācijas klāstu kopā ar degustāciju un bioloģiski audzētu produktu iegādi, piedāvā Valsts Graudaugu selekcijas institūts Stende (miežu tējas, kailo graudu salāti, miežu miltu pankūkas u.c.)

Latvijā senais zemnieku ēdiens, laikam mainoties no latviskās ēdienkartes nav izzudis, bet turpina dzīvot jaunā – latviešu tradicionālā ēdienu statusā. Jāatzīmē, ka ikdienā reti kurš uzturā lieto miežu putrainu biežputru, miežu plāceņus, zirņu pikas, skābputru un pūtelī, bet rudzu maize un Jāņu siers jeb ķimeņu siers joprojām ieņem nozīmīgu vietu mūsu ēdienkartē. Nenoliedzami, ka no senatnes mantotie zemnieku ikdienas un svētku ēdieni ir spilgts akcents gan Latviešu nacionālās kultūras kopainā, gan identitātes apziņā, kuriem mūsdienās ir paliekoša vērtība lokālo tradīciju veidošanā. Gastronomiskais tūrisms ir viena no kultūrvēsturiskā mantojuma sastāvdaļām, jo ēdienam ir potenciāls būt par vienu no ilgtspējīga tūrisma attīstības stūrakmeņiem, sekmēt autentisku tūrisma

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

produktu izveidi, tādejādi stiprinot vietējo ekonomiku un veidojot videi draudzīgu infrastruktūru.

Par gastronomisko tūrismu, pirmkārt, var runāt tajos tūrisma galamērķos, kur nacionālā maltīte ir galvenā motivācija apmeklēt šo vietu. Starptautiskā kulinārā tūrisma asociācija paredz, ka tuvāko gadu laikā strauji attīstīsies gastronomiskais tūrisms. Ceļojumi, kuros zemju, reģionu un novadu kultūrvēsturiskās tradīcijas tiek iepazīstinātas kopā ar kulināro mantojumu Latvijā parādās nesen, pēdējos 10 gados, sākumā ceļotājiem ļaujot iepazīt Eiropas un Pasaules valstu piedāvājumos, veiksmīgi šai jomā darbojas SIA „Impro Ceļojumi”, SIA „Relaks Tūre” u.c. Tikai kopš 2007.gada gardēžu tūres tiek piedāvātas Latvijā, sākumā Kurzemes un Latgales reģionā, nu tās aptver visus Latvijas novadus.

Gastronomiskais tūrisms šobrīd lielākoties ir lokāla tūrisma aktivitāte, kad tūristi ceļo, lai nobaudītu nacionālo maltīti, tāpēc svarīgi šo segmentu apaudzēt ar arvien lielāku popularitāti iegūstošo dabas tūrismu, viesošanās pie amatniekiem un lauku sētās un aktīvo tūrismu. Kurzemes tūrisma asociācija līdzās labi attīstītam dabas un pilsētvides tūrismam, vēlas galamērķus papildināt un uzlabot, iesaistot vietējos tūrisma uzņēmējus, ēdināšanas iestāžu darbiniekus, rezultātā iegūstot kvalitatīvu ekotūrismā pieprasītu kulinārā mantojuma produktu.

Kurzemes tūrisma asociācijas mērķis ir strādāt šai virzienā, jo mūsu reģionā ir savdabīgi kultūrvēsturiskie novadi Alsungas novads ar suitu sievām, Dundagas novada Kolkas pagasts ar lībisko, Rucavas novada etnogrāfiskās mājas „Zvanītāji” ar Rucavas pusei raksturīgo, piejūras zvejnieku dzīvesveids un mielasts, kas jau sevi ir pierādījuši kā kultūrvēsturiskā un kulinārā mantojuma potenciālos galamērķus, jo abas šīs lietas viena otru papildina. Minētās vietas ir arī celmlauži kulinārā mantojuma popularizēšanā, jo jau no 20.gs.beigām savus piedāvājumus reklamē „Mielasts zvejnieku sētā” (Rojas novads), „Dziedi, dejo un pusdiena kopā ar rucavniekiem etnogrāfiskajā mājā „Zvanītāji” (Rucavas novads), „Suitu ēdieni „Spēlmaņu krogā”” (Alsungas novads).

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

5. Gastronomiskā tūrisma piedāvājums Kurzemē.

5.1. Gastronomiskā tūrisma produkti (t.sk. pārtikas ražotāji un ēdinātāji).

Uzņēmums /Uzņēmējs	Adrese	Kontaktinformācija (tālrunis, e-pasts, www, kontaktpersona)	Piedāvājums	Pieejamība tūrismam (darbības laiks, sezona, cenās u.c.)
Dundagas novads				
Edīte Seipule	„Amaļi”, Dundagas pagasts, Dundagas novads	29948167 kirbju-seklas@inbox.lv	Plaša dārzeņu un dārzkopības produkcija, padomi audzēšanā: tomāti, vīnogas, paprika, ķirbji, arbūzi, melones, rododendri u.c.	Pieejama vasaras sezonā, grupām, iepriekš piesakoties Iepazīšanās ar dārzu, sēklu un stādu iegāde, sezonā – degustācija. Ieejas maksa LVL 2 vienai personai.
Andris Antmanis	„Krogī”, Pitragi, Kolkas pag., Dundagas nov.	26493087	Zivju kūpināšanas procesa vērošana, dažādi žogu tipi	Iepriekš piesakoties, Ls 0,50 pieaugušajiem
Ēriks Lihačevs	„Strautmaļi”, Kolka, Kolkas pag., Dundagas nov.	29256174	Zivju kūpināšanas procesa vērošana	Iepriekš savlaicīgi (3 dienas iepriekš) piesakoties
Alfrēds Dobilis	Pie Alfrēda, Kolka, Kolkas pag., Dundagas nov.	28760995	Zivju kūpināšanas procesa vērošana	Iepriekš savlaicīgi piesakoties
PLPKS „Dundaga” (Dungadas piensaimnieku	E. Dinsberga iela 1, Dundaga, Dundagas novads, LV-3270	Dundagas TIC, 29444395, www.ziemelkurzeme.lv	Dažādu veidu mīkstie, svaigie sieri, jo gurti, „Labdaris”	Degustācija grupām Dundagas pilī visu gadu, Ls 3 / personai (cenā

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

pienotava)				iekļauta arī ekskursija pilī ar gidu)
Elma Zadiņa	„Jaunsnīķeri”, Dundagas pag., Dundagas nov.	Dundagas TIC, 29444395, www.ziemeļkurzeme.lv	Sklandrauši, pūtelis (graudu produkts)	Degustācijas grupām Dundagas pilī, Ls 2,80 / personai (cenā iekļauta arī ekskursija pilī ar gidu)
Z/s „Jumari”	„Jumari”, Valpene, Dundagas pag., Dundagas nov.	29469425, 26601306, Gunita Tropiņa	Bioloģiskās saimniecības produkti, t.sk.krūmmellenes	Iepriekš piesakoties un saskaņojot
Viesu māja „Pūpoli”	„Pūpoli”, Dundagas pag., Dundagas nov.	29197900, 26554001, pupoli9@inbox.lv, www.dundaga.lv/pupoli	Šašliks kurzemnieku gaumē, uz ugunsкура vārīta zupa, dārzeņi, Užavas alus	Iepriekš piesakoties un saskaņojot
Veselīga dzīvesveida centrs „Mežlīdumos”	„Mežlīdumi”, Cirstes ciems, Dundagas pag., Dundagas nov.	26543781, 20235866, Ansis Roderts, valence@navigator.lv	Sojas produktu u.c.veselīgu ēdienu degustācija	Iepriekš piesakoties un saskaņojot
Brīvdienu māja „Jaunlīdumi”	„Jaunlīdumi”, Lapmežciems, Dundagas pag., Dundagas nov.	29467556, Diāna, eddr2007@inbox.lv, www.jaunlidumi.viss.lv	Bioloģiski audzētu produktu degustācija	Iepriekš piesakoties un saskaņojot
Taizēdzimta „Stūrīšos”	„Stūrīši”, Mazirbe, Kolkas pag., Dundagas nov.	29469165, Gunta Gintere	Dažādu lībiešu ēdienu degustācija, pusdienas	Iepriekš piesakoties un saskaņojot
Viesu nams „Pitagi”	„Pitagi”, Košrags, Kolkas pag., Dundagas nov.	29372728, Signe, pitagi@pitagi.lv, www.pitagi.lv	Zivju zupa un citi ēdieni	Iepriekš piesakoties un saskaņojot
Viesu nams „Ūši”	„Ūši”, Kolka,	63276507, 29475692, info@kolka.info,	Sklandraušu gatavošanas	Visu gadu, iepriekš

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

	Kolkas pag., Dundagas nov.	www.kolka.info, Dženeta Marinska	process un degustācija, bukstiņbiezputra, maršruts ar šprotu degustāciju	piesakoties
Rojas novads				
SIA „Kaltene VM”	„Elzas 1”, Kaltene, Rojas novads	26430227, kaltenevm@e-apollo.lv; Žanna Bele	Zivju salātu ražotne – 30 veidu zivju salāti, degustācijas.	Ir iespējams pieteikties uz ražotnes procesu vērošanu un salātu degustāciju. Cena- runājama ar firmas pārstāvi.
SIA „Arčers BB” (viesnīca „Roja”)	Jūras iela 6, Roja, Rojas novads	Zane Vaivode: 29477602; rojahotel@inbox.lv; www.rojahotel.lv	Programmas intersentiem: „Nacionālās virtuves īpatnības” – 10- 30pers.; Kurzemnieku ēdienu gatavošana Lauku virtuvē zvejnieku sievu vadībā. (1,5- 2st. Cena no 7.00-10Ls no pers.-grup.no 10pers.). „Mielasts Zvejnieku sētā” – 15-40pers. – piedāvā pilno progr.un īso progr.; „Ražots Rojā” – iepazīšanās ar Rojas novada zivju pārstrādes uzņēmumiem un to produkciju. 1,5-2st. Zivju produkc.degustēšana un produkc.iegādāšanās. Cena grupām no 20 pers.-5.00Ls	Uzņem tūristus. Programmu „Ražots Rojā”, piedāvā arī nesezonā. Kafejnīca – alus dārzs „Otra puse” piedāvā arī latviskus ēdienus un dzērienus. Vasarā nedēļas nogalē atpūtas centra sētā, interesentiem iespējams pedalīties un vērot zivju kūpināšanas procesus.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

			no pers.	
Sabile				
„Drubazu” botānikas taka mājas vīna degustēšana	Sabile, Abavas pagasts, „Drubazu” (1km no Sabiles Rīgas virzienā)	28370702, smaidadz@inbox.lv kontaktpersona Smaida Dzērve	Mājas vīna degustācija senatnīgā vīna pagrabā (vecā „manteļskurstenī”), kā arī „vīna šķūnī”	Sezona vīna degustēšanai no aprīļa līdz septembrim. Vecajā „manteļskurstenī” uzņem sākot no 5-10 cilvēkiem, „vīna šķūnī” līdz pat 80 cilvēkiem vienlaikus. Degustācijā tiek piedāvātas 4-5 vīna šķirnes un nelielas uzkodas – kazas siers, plātsmaize, - maksa Ls 3,00. Iespēja izstaigāt botānikas taku.
Liepāja				
Pārvietojamā zivju kūpinātava „Vido”	Liepāja	+371 29218941, vido2@inbox.lv	Pilsētā vai pie dabas krūts – sarīko pikniku ar svaigi kūpinātām zivīm, sagaršo jūras brīvību!	Vasaras sezonā
Ēdiens - Liepājas mencīņi	„Barons bumbier’s” (t/n "Kurzeme", Lielā iela 13, Liepāja)	„Barons bumbier’s” +371 634 25411, barons@servissab.lv www.baronsbumbiers.lv	Menciņi kārdina ar karstu podiņu, kurā kartupeļi, kūpināta menca, sīpoli – viss pagatavots pēc senas Dienvidkurzemes receptes.	3.50 – 5.00Ls

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

„Fontaine International steak House ” (Viesnīca „Hotel Fontaine Royal”, Stūrmaņu iela 1, Liepāja)	„Fontaine International steak House ” +371 634 89777, royal@fontaine.lv www.fountaineroyal.lv		
„Olive” (t/n „baata”, Klaipēdas iela 104c, Liepāja)	„Olive” +371 26660935, info@restoransolive.lv www.restoransolive.lv		
„Pastnieka māja” (Fr.Brīvzemnieka iela 53, Liepāja)	„Pastnieka māja” +371 634 07521, +371 29496233, pastniekamaja@apollo.lv www.pastniekamaja.lv		
„Piano”	+371 634 83800, piano.restorans@gmail.com www.promenadehotel.lv		
„Upe”	+371 29216663, info@restoransupe.lv, www.livahotel.lv/lv/restorans		
„Libava”	(634 25318, Fakss: 634 25319)		
„Piano”	(Viesnīca „Promenade Hotel”, Vecā Ostmala 40, Liepāja)		
„Upe”	(Viesnīca "Līva", Lielā iela 11, Liepāja)		
„Libava”	(Atpūtas centrs „Libava”, Vecā ostmala 29, Liepāja)		

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Kokteilis - „Dzintara Liepāja”	„Piano” (Viesnīca „Promenade Hotel”, Vecā Ostmala 40, Liepāja)	„Piano” (+371 634 83800, piano.restorans@gmail.com www.promenadehotel.lv)	Īsts Liepājas kokteilis, Liepājas krāsās. kā medus un liepziedu smarža saulrietā... kā veldzējoša jūra, kas izskalo spožus dzintara graudus...	2 - 4Ls
	„Fontaine International steak House” (Viesnīca „Hotel Fontaine Royal”, Stūrmaņu 1, LV-3401, Liepāja)	„Fontaine International steak House” (+371 634 89777, royal@fontaine.lv www.fontaineroyal.lv)		
	„Pastnieka māja” (Fr.Brīvzemnieka iela 53, Liepāja)	„Pastnieka māja” (+371 634 07521, +371 29496233, pastniekamaja@apollo.lv www.pastniekamaja.lv)		
	„Libava” (Atpūtas centrs „Libava”, Vecā ostmala 29, Liepāja)	„Libava” (Tālr.: +371 63429714, www.libava)		
	„Fire bar” (Viesnīca „Hotel Fontaine Royal”, Stūrmaņu 1, Liepāja)	„Fire bar” (+371 634 89777, royal@fontaine.lv www.fontaineroyal.lv)		
Grobiņas novads				
„Arāji”	Medzes pagasts, Grobiņas novads	+371 29498418	Iespēja apskatīt, degustēt un iegādāties uz lauka audzētus arbūzus	No jūlija beigām līdz septembrim. Apmeklējumu pieteikt iepriekš

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

<p>z/s „Baroni”</p>	<p>Medzes pagasts, Grobiņas novads</p>	<p>+371 28628772, kastanis50@inbox.lv, www.baroni.viss.lv</p>	<p>Simtgalvaina Latvijas kazu šķirnes ganāmpulka apskate, kazas piena, siera, biezpiena un jogurta degustācija, iespēja izmēģināt roku kazas slaukšanā</p>	<p>Vasaras sezonā. Apmeklējumu pieteikt iepriekš.</p>
<p>Skrundas novads</p>				
<p>Ekskursija „Piena ceļš” Piena muižā</p>	<p>Sieksāte, Rudbāržu pagasts, Skrundas novads</p>	<p>+371 26518660, pienamuzejs@pienamuzejs.lv, www.pienamuzejs.lv</p>	<p>Piena muzeja ekspozīcijas apskate, piena mašīnēšana, sviesta kulšana, sava saražotā sviesta degustācijas un muižas kompleksa apskate gida pavadībā</p>	<p>Pieaugušajiem: Ls 3.50 Studentiem, pensionāriem: Ls 2.50 Skolniekiem: Ls 2.00 (Grupām līdz 15 cilvēkiem un individuālajiem ceļotājiem: pieaugušajiem Ls 5.00, Studentiem, pensionāriem Ls 3.50, Skolniekiem Ls 2.50).</p>
<p>Šitakē sēņu audzētava „Garīkas”</p>	<p>„Garīkas”, Rudbāržu pagasts, Skrundas novads</p>	<p>+371 29147778, +371 29134122, info@garikas.lv, www.garikas.lv</p>	<p>Šitaki sēnes pasaulē ir novērtētas kā kulinārijas delikatese, jo tās satur augstvērtīgas barības vielas un tām piemīt ļoti patīkama krējuma un riekstu garša. Šitaki sēnes ir dzīvības</p>	<p>Vasaras sezona. Apmeklējumu pieteikt iepriekš. Ekskursija Šitaki sēņu audzētavā : pieaugušajiem – 1.50 Ls, skolēniem – 1.00 Ls.</p>

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

			eliksīrs, kas dod enerģiju gan fiziskā, gan garīgā darba veicējiem. Vitamīni un citas bioloģiski aktīvas vielas, kas sastopamas šitaki sēnēs, profilaktiski pasargā no slimībām.	Ekskursija Šitaki sēņu audzētavā un degustācija (sēņu zupa vai mērce): pieaugušajiem – 2.50 Ls, skolēniem – 2.00 Ls
Durbes novads				
SIA „Ābolīts”-konservu cehs	Durbe, <i>Ābolīts</i> , SIA, konservu cehs Tadaiķu pag., Durbes novads, Konservu cehs, LV-3447	Tālrunis: 63441740 Papildus numuri: 29207905 e- abollens@e-apollo.lv	Augļu, dārzeņu konservi- marinētas bietes, rīvēti āboli, marinēti gurķi, rīvētas dzērvenes, dzērveņu kompots, sulas u.c.	Vienlaikus var uzņemt 20 cilvēku grupu. Dalības maksa Ls 0,50 no personas.
SIA „Durbes veltes”	Durbe, <i>Durbes veltes</i> , SIA Durbe, Raiņa iela 47b, Durbes novads, LV-3440	Tālrunis: 29119051 e- evija@lrp.lv www.durbeveltes.lv	Sākot no 20.aprīļa līdz 1.novembrim piedāvājam grupām mūsu ražoto vīnu degustācijas. Degustācijā tiek piedāvāti 8-9 vīnu veidi.	Grupas lielums no 10- 40 cilvēki. Degustācijas tiek organizētas iepriekš piesakoties pa tālruni 29119051. Dalības maksa- Ls 5.00+PVN no personas
Z/s “Turaidas”	Z/s „Turaidas”, Dunalka, Durbes novads, LV-3452	+ 371 29649900, zmanteja@inbox.lv.	Zemnieku saimniecība jau vairāk kā 10 gadus darbojas ar tēju un ārstniecisko augu audzēšanu. Apmeklētāji tiek iepazīstināti ar	Grupas lielums līdz 30 cilvēkiem. Dalības maksa Ls 1.50 no personas.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

			<p>ārstniecisko augu vēsturi un nozīmi. Katram ir dota iespēja atrast ārstnieciskos augus dabā.</p> <p>Degustācijas laikā ir iespēja iepazīties ar augu žāvēšanas, uzglabāšanas, fasēšanas procesiem, kuras laikā ir izžāvēts dalībnieka pušķis, kuru var iesaiņot un pārvest mājās.</p>	
Nīcas novads				
Rotkale Gunta Vecpils	„Drāznieki” Kalnišķi, Nīcas novads, LV-3473	+371 26363079	Dzintara rotaslietas	Tūristiem atvērts no 1.maija-30.septembrim, pieteikties iepriekš, par cenu vienojas piesakoties
Adītāja un audēja Regīna Kalniņa	„Agri”, Nīca, Nīcas novads, LV- 3473	+371 26525550	Meistares pašdarināti Nīcas un Pērkones tautastērpi, kā arī rakstainie cimdi un zeķes	Tūristiem atvērts visu gadu, pieteikties iepriekš, ieeja par ziedojumiem
Audēja Agra Vaitkus	„Splītes”, Rude Nīcas novads, LV-3473	+371 29278692	Tekstīlijas- vilnas un lina izstrādājumi	Tūristiem atvērts no 1.maija-30.septembrim, pieteikties iepriekš, ieeja par ziedojumiem
Rucavas novads				
Z/S „Šīļi”	Rucava, „Šīļi”	info@sia-sili.lv 22188433	Kazas piena produkti	Iepriekš piesakoties

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Etnografiska maja „Zvanītāji”	Rucava	sandra.rtkc@inbox.lv 26814051	Rucavas tradicionālie ēdieni	Iepriekš piesakoties
I/K „Rucavas Segliņi”	Rucava	29521002 29904424	Zivju kūpinašana, zivju zupas vārīšana, zveja jūrā	Iepriekš piesakoties
Pāvilostas novads				
Krodziņš „Āķagals” / SIA „Āķagals”	Dzintaru iela 3, Pāvilosta, Pāvilostas novads, LV-3466	63498212, 29161533, janeta@apollo.lv www.akagals.lv īpašniece Janeta Kristapsone	Ļoti plašs ēdienu klāsts – īpaši zivju ēdieni. Viesiem tiek piedāvāts nobaudīt īpašo. Āķgalnieka” zivju – piena zupu, mencu plācenīšus ar kari mērci, laša – garneļu „laiviņu”, vai grillētu lasi vīna marinādē un ne tikai...	Atvērts visu gadu. Viesiem tiek piedāvātas 2 zāles. Zāle 1.stāvā pasākumiem līdz (70 personām) ar bāru un kamīnu, kā arī nelielu skatuvīti muzikantiem. Zāle 2.stāvā (līdz 40 personām) ar balkonu un skatu uz jahtu ostu un Sakas upes grīvu. Šī brīža darba laiks: P.,O.,T.,C.,Pk. 12:00-22:00 S.12:00-24:00 Sv. 12:00 – 22:00 „Āķagalā” var svinēt jubilejas, kāzas, rīkot oficiālas pieņemšanas, novadīt seminārus, organizēt radošas nometnes.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

				Ēdienkarte un cenas pieejama mājaslapā www.akagals.lv
Maizes ceptuve „Ievlejas” / Agita Pētersone	„Ievlejas”, Sakas pagasts, Pāvilostas novads, LV-3466	29124128, ievlejasagita@inbox.lv , Agita Pētersone	Iespēja iepazīt maizes cepšanas procesu. Katram pašam iespēja izcept un līdzī paņemt pašu ceptu maizes kukulīti. Iespēja nobaudīt saimnieces ceptu „Latviešu karašu”(maize ar speķi un sīpoliem).	Atvērta visu gadu. Grupā ne mazāk kā 5 cilvēki – Ls5.00/pers (cenā ietilpst – pašizceptais kukulītis līdzņemšanai, stāstījums, piknīka vieta ar tēju, senlietu krātuves apskate); Grupā ne mazāk kā 5 cilvēki – Ls6.00/pers (cenā ietilpst – pašizceptais kukulītis līdzņemšanai, stāstījums, piknīka vieta ar tēju, senlietu krātuves apskate, iespēja nobaudīt saimnieces ceptu „Latviešu karašu”(maize ar speķi un sīpoliem); Vienlaikus iespējams uzņemt ~ 15 cilvēkus.
Tradicionālā prasmju skola zivju kūpināšanā /	Smilšu iela 17, Pāvilosta, Pāvilostas novads, LV-3466	29207243, dzizam@tvnet.lv , Dzintars Zamaritis	Iespēja iepazīties ar pašiem „iemēģināt roku” zivju kūpināšanā. Noslēgumā pašu	Zivju kūpināšana notiek katra mēneša otrajā sestdienā, tomēr,

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Dzintars Zamarītis			kūpināto zivju degustācija.	apmeklējumu vēlams pieteikt iepriekš. Zivju kūpināšanu iespējams organizēt arī citā Jums vēlamā vietā. Pieejams gan grupām vai arī individuāliem tūristiem. Vienlaikus iespējams uzņemt ne vairāk kā 40 cilvēkus. Cena Ls3/ pers. Cenā ietilpst tēja un zivju degustācija. Sezona no maija līdz oktobrim.
Kazu piena produktu degustācija / Milda Arbidāne	„Lejas”, Rīvas, Sakas pagasts, Pāvilostas novads, LV-3466	25984069, lejas.pavilosta@inbox.lv inararozina@inbox.lv, Ināra Roziņa	Kazu slaukšana, piena mašīnēšana, sviesta kulšana un siera siešana, kazu piena produkcijas degustēšana.	Apmeklējumu pieteikt iepriekš. Gan grupām gan arī individuāliem tūristiem. Vienlaikus iespējams uzņemt ne vairāk kā 50 cilvēkus. Cena Ls1.00 /pers. Sezona - jūnijs, jūlijs, augusts.
„Pļavas un meža delikateses”/ Vaira Kārklīņa	Krasta iela 19, Pāvilosta, Pāvilostas novads, LV-3466	29488247, puertoviva@inbox.lv, http://puertoviva.blogspot.com , Vaira Kārklīņa	Ēdamo savvaļas augu iepazīšana, maltītes gatavošana un degustācija.	Apmeklējumu pieteikt iepriekš. Grupām un individuāliem tūristiem.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

			Semināri par dabas vērtēm un to pielietošanu cilvēku veselībā un uzturā.	Vienlaikus iespējams uzņemt ne vairāk kā 30 – 40 cilvēkus. 30min-1h Cena Ls 3 / pers. (ekskursija+ degustācija) Ls 10/ pers. (ekskursija+ seminārs, kurā dalībnieki paši gatavo un degustē ēdienus). Tūrisma sezonas laikā.
Kuldīgas pilsēta un novads				
Restorāns „Pagrabiņš”	Baznīcas iela 5, Kuldīga	Tāl. 63320034 www.pagrabins.lv	Pelēkie zirņi ar speķi, gailēnu ēdieni, medus torte, rupjmaizes kārtrojums	Uzņem līdz 50 cilvēkiem + 25 cilvēkiem vasaras terasē Visu gadu
Kūku un konditorejas cehs „Priednieki”	Rumbas pag., Kuldīgas nov.	Tāl.26723195	Dažādu veidu tortes no dabīgām izejvielām	Uzņem līdz 30 cilvēkus visu sezonu (iepriekš piesakoties) Pieaugušajiem 2Ls Skolēniem 1,80Ls
Z/s Smilškalni	Pilsētas dārza pils pagrabs	Tāl.26796182 e-pasts: alvils.elksnis@inbox.lv	Upeņu un aveņu vīns	Uzņem līdz 25 cilvēkiem (iepriekš piesakoties) no aprīļa līdz oktobrim. Personai 3 Ls
Vilhelms Gailāns	Padures pag., Kuldīgas nov.	Tāl.63348149 26429576 e-pasts: padure@kuldiga.lv	Ķiršu un ābolu vīns	Uzņem līdz 50 cilvēkiem (iepriekš piesakoties) Personai 3 Ls

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Z/s „Mazsālijas”	Snēpeles pag., Kuldīgas nov.	Tālr.22003744 29411497 e-pasts: vnmazsalijas@inbox.lv	Ābolu vīns un brieža gaļas delikatēses	Uzņem līdz 30 cilvēkiem (visu gadu) Personai 3 Ls
Z/s „Smilškalni”	Padures pagasts Kuldīgas novads	Alvils Elksnis Tālr. 26796182 alvils.elksnis@smilskalni.lv	Vīns	Uzņem līdz 25 cilvēkiem (iepriekš piesakoties) no aprīļa līdz oktobrim. Personai 3Ls
Z/s „Mazsālijas”	Snēpeles pagasts Kuldīgas novads	Tālr. 22003744; 29411497 vnmazsalijas@inbox.lv	Vīns	Uzņem līdz 30 cilvēkiem (visu gadu) Personai 3Ls
Hercoga Jēkaba Riesling vīns	Rendas pagasts Kuldīgas novads	Valdis Bierands – Bierens Tālr. 29101649 tourinfo@kuldiga.lv	Vīns	Iepriekš piesakoties
„Padures klēts”	Padures pagasts Kuldīgas novads	Tālr. 63348149; 26429576 padure@kuldiga.lv	Vīns, viduskurzemes ēdieni	Uzņem līdz 50 cilvēkiem Visu gadu (iepriekš piesakoties) Par cenu jāvienojas iepriekš
„Priednieki”	Rumbas pagasts Kuldīgas novads	Tālr. 26723195	Tortes	Uzņem visu sezonu (iepriekš piesakoties) Pieaugušajiem 2Ls Skolēniem 1,80Ls
„Gravas”	Gudenieku pagasts Kuldīgas novads	Tālr. 63352232	Sklandrauši	Uzņem līdz 15 cilvēkiem Iepriekš piesakoties Ziedojumi
Vilhelms Gailāns	Padures pagasts Kuldīgas novads	Tālr.63348149 26429576	Ķiršu un ābolu vīns	Uzņem līdz 50 cilvēkiem (iepriekš piesakoties)

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

		e-pasts: padure@kuldiga.lv		Personai 3Ls
Alsungas novads				
Maizes ceptuve „Suitu maize”	Magoņu iela 1A, Alsunga	Tālr.29411730 epasts: rutasokolovska@inbox.lv	Rudzu maize,sklandrauši	Uzņem līdz 15cilvēkus (iepriekš piesakoties) Pieaugušajiem 2ls(eks. + degust.) Skolēniem 1,50 Ls(eks. + degust.)
Suitu amatnieku biedrība „Rija”	Ziedulejas iela 3, Alsunga	Tālr. 29446594 e.pasts: inga.senalaizane@gmail.com www.suiturija.lv	Keramika (Māksliniece Sanita Ābelīte), koka izstrādājumi (Arnis Gercāns un Guntis Niedoliņš), farmācijas izstrādājumi (Natālija Rutule), tautas tērpu darinātāji (Kristīne Vasiļevska, Kristīne Brūkle un Laila Puķīte), rokdarbi (Agrita Pēterleviča, Inga Šēna – Laizāne, Zane Lintiņa, Lilita Dinne, Gundega Zīlīte, Dace Nasteviča, Kristīne Babiča) ādas izstrādājumi (Līga Babiča), tējas un garšvielas (Ināra Zarupska), gleznotāja (Linda Sīle) Notiek dažādu amatu meistardarbnīcas.	Uzņem līdz 20 cilvēkiem Darba laiks: no 1.jūnija – 30.septembrim, trešdiena – svētdiena no plkst. 11.00-15.00, no 1.oktobra – 31.decembrim un no 1.aprīļa – 31.maija piektdiena, sestdiena no plkst. 11.00 – 15.00, no 1.janvāra – 31.martam – slēgts.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

„Spēlmaņu krogs”	Pils iela 7, Alsunga	Tālr. 26665490	Suitu ēdienu tradīcijas, degustācijas	Uzņem līdz 50 cilvēkiem (iepriekš piesakoties)
Kandavas novads				
„Ēdnīca, kā mājās”	Jelgavas iela 4a, Kandava, Kandavas novads	+371 29118082 u-lukss@navigator.lv	Katru dienu ir kādi Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 100 personām Darba laiks: P. – P. 9.00 – 16.00
„Pils”	Skolas iela 12, Kandava, Kandavas novads	+371 26438887 pils.kandava@apollo.lv	Katru dienu ir kādi Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 30 personām
„Apšukrogs”	Rīgas – Ventspils šosejas 92. km	+371 63181818	Dažkārt iespējami Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo g Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 80 personām
„Mežāži”	Rīgas – Ventspils šosejas 96. km	+371 26001076 dannon@inbox.lv	Dažkārt ēdienkartē iekļauj Latviešu tradicionālos ēdienus	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 50 personām Darba dienās: 8.00 – 22.00 vasaras sezonā: 8.00 – 21.00 ziemas sezonā
„Sumbrs”	Rīgas – Ventspils šosejas 92. km	+371 63181070	Katru dienu ir kādi Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

				līdz 30 personām
Īrisu dārzs	"Intes", Kandavas pagasts, Kandavas novads, LV-3120	29286353 laimzak@inbox.lv http://www.irisgarden.lv/ Laimonis Zaķis	Latvijā lielākā zemo bārdaino īrisu kolekcija (vairāk kā 500 šķirņu bārdainie īrisi). Īrisu stādījumu kopējā platība ir aptuveni 400 kvadrātmetri. Īrisu un gladiolu ziedēšanas laikā dārzā tiek rīkotas atvērto durvju dienas. Īrisu un gladiolu stādu tirdzniecība.	Īrisi: maija otrā puse – jūnija vidum Gladiolas: augusta otrā puse – septembra vidum Ieeja pret ziedojumiem
Z/S „Birznieki”	"Birznieki", Daniņi, Vānes pagasts, Kandavas novads	26491838 rence73@inbox.lv Aija un Ilmārs Renči	Kazu ganāmpulka apskate (~150 kazas); dažādu kazas sieru ražošana, degustācijas, kazu sieru realizēšana.	Ekskursija un degustācija grupām no 10 cilv. – 1,50 Ls/personai. Citos gadījumos vienojoties par cenu. Sezona: no aprīļa līdz novembrim. Ekskursiju savlaicīgi jāpiesaka..
Z/S „Kangari”	„Kangari” Cēres pagasts, Kandavas novads, LV-3122	29416000 antra.gaisa@inbox.lv www.bernumaja.lv (nometnes) Antra Gaisa	No pašu audzētiem augļiem un ogām ražo garšīgus un veselīgus kārumus – žāvētus ābolus, bumbierus, rabarberus, ķirbjus, cidonijas, dzērvenes, kā arī sīrupus, ievārījumus un	Iepriekš vienojoties. Sezonu ierobežojumi nav. Samaksa pēc iepriekšējas vienošanās.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

			čatnījumus. Īpašs našķis – karamelizētas apelsīnu šķēlītes ar un bez šokolādes! Skaistā lauku sētā varēsiet visu nogaršot un iegādāties, kā arī iepazīties ar vietu, kur notiek vasaras nometnes bērniem „Bērnu māja”.	
„Zaļais serviss”	„Upmalas”, Kandavas pag. Kandavas nov. Rīgas – Ventpils šos. 92.km	29192742 info@zalaiserviss.lv www.zalaiserviss.lv Artis Vītiņš	Dekoratīvie stādi, dižstādi, tūjas, lapu krūmi, lapu koki, skujeņi, ziemcietes u.c.; - Sadarbībā ar horti.lv piedāvā stādu komplektāciju; - Dārza preces; - Latvijā ražotas pārtikas preces! - 2012. gada vasaras otrajā pusē atvērs Latvijas ražojumu tirdziņu	Stādu tirdzniecība: aprīlis – oktobris Veikals ar Latvijā ražotām pārtikas precēm atvērts visu gadu
Z/S „Riebiķi”	"Riebiķi", Kandavas pag., Kandavas nov., LV-3120	29212930 kaspars@charolais.lv Kaspars Sūniņš	Vīnogu un gaļas liellopu audzēšana	Tūristiem šogad vēl nav pieejams.
IK "RGR PLUS"	"Liepas" Kandavas novads Kandava, LV-3120	26682123 raivis@rgrplus.lv www.rgrplus.lv Raivis Bērziņš	Precīzu formu salizturīgu betona izstrādājumu izgatavošana: rakstaini betona stabi, saliekamie pakāpieni iekštelpām un āra	Iepriekš piesakoties.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

			kāpnēm, balustrādes, dizaina un mazās arhitektūras formas interjeram, dārzam, ielai u.c.	
Kandavas novada amatniecības centrs, Kandavas novada amatnieku biedrība „Pūralāde”	Talsu iela 11, Kandava, LV- 3120	63181156 amatkandava@inbox.lv Aiva Valdmane	Dažādas amatnieku darbnīcas un amatnieku darinājumi.	Iepriekš piesakoties
„Plosti”	„Plosti” Kandavas pagasts, Kandavas novads, LV - 3120 (Abavas senleja)	26310303 hotelplosti@plosti.lv www.plosti.lv	Brazīliešu virtuve.	Atsevišķi brazīliešu ēdienu piedāvājumi ir ikdienas ēdienkartē, bet pasūtot banketu vai degustāciju ir iepriekš jāsaskaņo.
„Ieviņa”	Sabiles iela 6, Kandava, Kandavas novads	+371 63126681	Dažkārt iespējami Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 40 personām
„Kandava”	Sabiles iela 6, Kandava, Kandavas novads	+371 26406733 hotelkandava@inbox.lv www.hotelkandava.lv	Ēdienkarte „Pie omes” ar Latviešu tradicionālajiem ēdieniem	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 50 personām
„Nāriņa”	Daigones iela 14a, Kandavas, Kandavas novads	+371 29105411 saltums@inbox.lv		Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 150 personām Vasaras sezonā: 11.00 –

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

				23.00 Ziemas sezonā: 8.00 – 16.00
„Zviedru cepure”	„Piltiņi”, Matkules pagasts, Kandavas novads	+371 26405405 zc@kopideja.lv www.zviedrucepure.lv	Ugunsкура zupa, pankūkas, zirņi ar speķi	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 25 personām Sezona: decembris - septembris
„Imulas”	Kandavas – Sabiles ceļa 9. km	+371 29196494 imulas@imulas.lv www.imulas.lv		Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 50 personām Darba laiks: P. – Sv. 9.00 – 22.00
Z/S „Birznieki”	"Birznieki", Daniņi, Vānes pagasts, Kandavas novads	26491838 rence73@inbox.lv Aija un Ilmārs Renči	Kazu ganāmpulka apskate (~150 kazas); dažādu kazas sieru ražošana, degustācijas, kazu sieru realizēšana.	Ekskursija un degustācija grupām no 10 cilv. – 1,50 Ls/personai. Citos gadījumos vienojoties par cenu. Sezona: no aprīļa līdz novembrim. Ekskursiju savlaicīgi jāpiesaka..
Tukuma novads				
Pastariņa muzejs	„Bisenieki”, Dzirciems, Zentenes pagasts, Tukuma	+371 63154518 tukmuz@apollo.lv www.tukumamuzejs.lv	Iepazīšanās ar maizes cepšanas tradīcijām, degustācija	Iepriekš vienojoties

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

	novads	Santa Ratniece		
Pure Chocolate	Pūre – 9, Pūre, Tukuma novads	+371 29100161 liene@purechocolate.lv www.purechocolate.lv Liene Šneidere	Šokolādes konfekšu – trifeļu ražošana, šokolādes stāsts, trifeļu pagatavošana un degustēšana	Minimālais personu skaits 16 Maksimālais personu skaits 50 2Ls/ personai
Tukuma ledus halle	Stadiona iela 3, Tukums, Tukuma novads	+371 63107470, 26170749 thl@thl.lv www.thl.lv	Dažkārt iespējami Latviešu tradicionālie ēdieni, bērnu ēdienkarte un kafējnīca ievērojama ar lielām ēdienu porcijām	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 150 personām
„Pavards”	Brīvības laukums 3, Tukums, Tukuma novads	+371 63107122 ainalt@inbox.lv	Katru dienu ir kādi Latviešu tradicionālie ēdieni, bukstiņbiezputra regulāri	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 60 personām
„Elizabete”	Elizabetes iela 12, Tukums, Tukuma novads	+371 63124247, 26115755	Dažkārt iespējami Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 55 personām
„Tvists”	Talsu iela 4, Tukums, Tukuma novads	+371 2592873	Dažkārt iespējami Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 80 personām uz vietas, līdz 500 personām ar piegādi
„Miķelītis”	Lielā iela 7, Tukums, Tukuma novads	+371 63123634	Dažkārt iespējami Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

				līdz 50 personām
„Zodiaks”	Pils iela 7, Tukums, Tukuma novads	+371 26594856	Dažkārt iespējami Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 20 personām
„Deguste”	Pasta iela 14, Tukums, Tukuma novads	+371 20202949	Katru dienu ir kādi Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 40 personām Darba laiks: P. – S. 9.00 – 20.00, Sv. 9.00 – 18.00
„Lapsas krogs”	Kinopilsēta Cinevilla, „Vidusvecvagari”, Slampes pagasts, Tukuma novads	+371 29250934	Dažkārt ir kādi Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 150 personām Darba laiks vasaras sezonā: 10.00 – 19.00
„Liepaleja”	Jaunmoku pils, Tumes pagasts, Tukuma novads	+371 26187442 info@jaunmokupils.lv www.jaunmokupils.lv		Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus
Jaunpils novads				
„Pils krogs”	Jaupils pils, Jaunpils novads	+371 28338860 info@jaunpilsipils.lv www.jaunpilsipils.lv	Katru dienu ir kādi Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 1000 personām Darba laiks: P. – C., Sv.10.00 – 18.00, P. – S.-10.00 – 20.00

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Engures novads				
„Upesloki”	Milzkalne, Smārdes pagasts, Engures novads	+371 29151231 upesloki@inbox.lv		Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 100 personām
„Dienīņas”	„Dienīņas”, Bērzciems, Engures novads	+371 26676283	Iespējams degustēt vietējos kūpinājumus no Engures ezera un Baltijas jūras	Iepriekš vienojoties
Būda	Jūras iela 95, Engures pagasts, Engures novads	+371 29179184 info@budakafejnica.lv www.budakafejnica.lv Ingūna	Iespēja degustēt: 8 dažādu zivju veidus un ēdienus no Baltijas jūras/līča	Minimālais personu skaits 10 Maksimālais personu skaits 40 3,50Ls/ personai
Rideļu dzirnavas	Rideļi, Engures pagasts, Engures novads	+371 22440094 rideludzirnavas@inbox.lv Ingūna Jātniece	Pankūkas ar dažādiem piedāvājumiem, dienas piedāvājumi ar sezonas dārzeņiem un augļiem	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 50 personām
„Abragciems”	Kempings Abragciems, Engures novads	+371 26110738 Ligita kempings-dez@finieris.lv www.abragciems.lv		Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 60 personām Sezona – maijs - septembris
„Pirāts”	Jūras iela 73, Engure, Engures novads	+371 29773180		Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 50 personām Sezona – aprīlis -

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

				novembris
„Apsīte”	Apšuciems, Engures novads	+371 26545266	Katru dienu ir kādi Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 30 personām
„Kapteinis&Grants”	Jūras iela 88, Engure, Engures novads	+371 631 61421, 26565680 viesunams@villaelizabete.lv	Ēdienkarte balstīta uz jūras produktu ēdieniem	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 25 personām
„Tauriņi”	„Tauriņi”, Bērziems, Engures novads	+371 63154370, 29119855 viesunamstaurini@inbox.lv	Zivju ēdieni, reizēm iekļauj ēdienkartē arī Latviešu tradicionālos ēdienus	15. maijs – 15. septembris Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos un zivju ēdienus
„Krodziņš”	Kuģkalna iela 1, Ragaciems, Engures novads	+371 63163736, 29118812 kanski@apollo.lv www.kanski.lv	Katru dienu ir kādi Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 50 personām
„Lindaga”	„Dimanti”, Ragaciems, Engures novads	+371 63163544	Katru dienu ir kādi Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 150 personām Sezona: aprīlis - oktobris
„Rosi”	Talsu šosejas 10 km., Lapmežciems,	+371 63163344, 26543954	Dažkārt ir kādi Latviešu tradicionālie ēdieni	

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

	Engures novads			
„Stallis”	Talsu šosejas 9.5 km., Lapmežciems, Engures novads	+371 29181014		Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 50 personām
„Dižpriedes”	Bigauņciems, Engures novads	+371 63163323 marex.v@inbox.lv	Katru dienu ir kādi Latviešu tradicionālie ēdieni	Iepriekš vienojoties pagatavo Latviešu tradicionālos ēdienus līdz 50 personām
Saldus novads				
A/S „Druvas pārtika”	Kuldīgas šoseja 4, Druva, Saldus novads, LV-3862	tāl. 63839154; 26524121 birojs@druvassaldejumi.lv	Saldējums	Uzņem dažāda lieluma grupas. No augusta vidus atsāks ekskursijas, šobrīd notiek rekonstrukcija. Cenas:1,60-2Ls/pers.
SIA „Saldus pārtikas kombināts”	Lielā iela 9a, Saldus, LV-3801	tāl. 29262541; 63881440 saldusgotina@inbox.lv	Piena konfektes “Gotiņa”, īrisi, šerberti, marmelādes un konfekšu krēmi no dabīgām izejvielām	Uzņem dažāda lieluma grupas. Cena 1Ls/pers.
Biteniņš Jānis Vainovskis	„Kārēs”, Blīdenes pag., Saldus novads	tāl. 29497903	Medus, ziedputekšņi un citi biškopības produkti	Uzņem dažāda lieluma grupas. Cena atkarībā no grupas lieluma, sākot no 10Ls
SIA „Saldus maiznieks”	Kuldīgas iela 88, Saldus, LV-3801	tāl. 63807590; 29375296 aiga.stromcinska@saldusmaiznieks.lv	Maizes un konditorejas izstrādājumi, plātsmaizes, pīrāgi, smalkmaizītes utml.	Uzņem dažāda lieluma grupas. Cena 1Ls/pers.
SIA „Matss”	Satiksmes iela 3,	tāl. 29244705	Maizes izstrādājumi, pīrāgi,	Uzņem dažāda lieluma

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

	Saldus, LV-3801	matss1@inbox.lv	cepumi, konditorejas pusfabrikāti	grupas. Cena 1-2Ls/pers.
Foreļu parks	„Siguldas” Novadnieku pag., Saldus novads	tāl. 27199751 artaozolina@inbox.lv	Foreles	Uzņem dažāda lieluma grupas. Cena 2-2,50 Ls/pers.
Sātiņu zivsaimniecība	Sātiņi, Novadnieku pag. , Saldus novads	tāl. 29165144	Karpas	Uzņem grupas septembrī. Par cenu jāvienojas
Komercdārzs „Mucenieki”	„Mucenieki” Jaunlutriņu pag. , Saldus novads	tāl.29199241; 29361813 ligita_rezgale@inbox.lv	Augļi, ogas, stādi	Uzņem grupas un vada seminārus, par cenu jāvienojas.
Keramiķe Aleksandra Gūtmane	„Klapatas”, Pampāļu pag. , Saldus novads	tāl. 63865253; 26305478	Keramikas darbi	Uzņem dažāda lieluma grupas. Cena 1Ls/pers.
Podniece Aiga Dātava	„Krūkļi”, Zaņas pag., , Saldus novads	tāl. 29239368 viduslaiki@inbox.lv	Podniecības darbi	Uzņem dažāda lieluma grupas. Cena 1Ls/pers.
Tekstilmāksliniece Baiba Rītere	„Austrumi”, Saldus pag. , Saldus novads	tāl. 26470849 austrumi@apollo.lv	Gobelēni, tekstildarbi	Uzņem dažāda lieluma grupas. Cena 1Ls/pers.
Tautas lietīškās mākslas studija „Saldus”, vadītāja Agrita Rimkus	Rīgas ielā 18, Saldus	tāl. 63821454; 26553947	Audēju darbi – no prievītēm un segām līdz tautastērpam	Uzņem dažāda lieluma grupas. Par cenu jāvienojas.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

5.2. Gastronomiskā tūrisma maršruti pa Kurzemi.

5.2.1. Maršruts: „Viduskurzeme gardēžiem”

Tūrisma maršruts gardēžiem pa Viduskurzemi: Pūre – Kandava – Sable – Ēdole – Jūrkalne – Pāvilosta – Apriķi – Sieksāte – Skrunda – Saldus.

Pūre: uzņēmumu „Pure Chocolate” produkcijas (sulas, zāpes, šokolādes) degustācija (pieteikšanās Tukuma tūrisma informācijas centrā).

Sabile: Botānikas dabas taka un mājas vīna degustācija „Drubazās”. Sabiles Vīnakaļna apskate.

Usmas ezers: Usmas ezeru zušu zupa „Zāģkalnos”.

Ēdole: Ēdoles pils apskate - stāsti un leģendas.

Alsunga: Alus tapšanas tradīcijas un alus degustēšana „Gāčos” pie Lidijas un Pētera Jansoniem. Vietējo ēdienu baudīšana Spēlmaņu krogā (informācija Kuldīgas Tūrisma informācijas centrā).

Pāvilosta: Kūpinātu zivju sameklēšana vietējās tirgotavās. Pāvilstas muzeja apskate un pastaiga pa molu. Maltīte kādā no vietējiem krodziņiem (informācija Pāvilstas tūrisma informācijas centrā).

Apriķi: Apriķu luterāņu baznīcas ar krāšņajām vitrāžām apskate. Un Rūķu ekspozīcijas apskate Apriķu muižā iekārtotajā muzejā.

Valtaiķi: Valtaiķu luterāņu baznīcas apskate. Šitaki sēņu audzētavas apskate un degustācija Garīku muižā (informācija Kuldīgas Tūrisma informācijas centrā).

Sieksāte: Piena muzeja apskate un lauku labumu degustācija Kalnamuižā. Piena muižas „Berghof” apskate.

Kontakti:

„Drubazas”: adrese - Abavas pagasts, „Drubazas”; tālrunis 28370702, 26473783.

„Zāģkalni”: Rendas pagasts, Kuldīgas novads, LV-3319; tālrunis 29195412, 26345638; www.zagkalni.viss.lv.

Kuldīgas Tūrisma informācijas centrs: adrese: Baznīcas iela 5, Kuldīga; tālrunis 63322259; www.visit.kuldiga.lv.

Apriķu muzejs: Adrese: Aizputes novads, Apriķi, Apriķu muiža; telefons: 29184684; e-pasts: rukisaina@inbox.lv; www.aizputesnovads.lv.

Pāvilstas novada Tūrisma informācijas centrs: Dzintaru iela 2, Pāvilosta, Pāvilstas novads, LV-3466; tālrunis/fakss 63498229, mobilais tālrunis 2 9121894; e-pasts: tic@pavilosta.lv, www.pavilosta.lv.

Kalnamuiža: Piena muiža „Berghof”, Sieksāte, Rudbāržu pagasts, Skrundas novads, Latvija, LV-3325; tālrunis 26518660; 63331233; e-pasts: piens@pienamuiza.lv; www.pienamuiza.lv.

„Garīkas”: „Garīkas”, Rudbāržu pagasts, Skrundas novads, LV-3325; tālrunis 29147778; e-pasts info@garikas.lv; www.garikas.lv.

5.2.2. Maršruts „Ziemeļkurzeme gardēžiem”

Tūrisma maršruts gardēžiem pa Ziemeļkurzemi: Rideļu dzirnavas – Engure – Vandzene – Valdemārpils – Roja – Ģipka – Kolka – Mazirbe – Dundaga.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Engures pagasta „Rideļi”. Rideļu ūdensdzirnavu apskate un, iepriekš piesakot, mielošanās ar pankūkām.

Engures pagasts. Savvaļas zirgu un govju apskate Engures ezera krastos. mazo mājdzīvnieku dārzs, kā arī, iepriekš piesakot, iespēja našķošanās ar liepziedu tēju, pienu, sieru, medu, ziedputekšņiem un bišu maizi Ķūļciema „Apsīšos”.

Vandzenes pagasts. Kazu apskate zemnieku saimniecībā „Bērzi” un, iepriekš piesakot, 7 dažādu kazas sieru, kazas sviesta un citus gardumus nobaudīšana.

Valdemārpils pagasta ”Sārāji”. Lielogu dzērveņu degustācija zemnieku saimniecībā „Piesaules”. Svaiga dzērveņu sula, rīvētas dzērvenes, kaltētas dzērvenes un dzērvenes šokolādē.

Roja ciems. Iepriekš piesakoties, viesnīcā „Roja” var izbaudīt „Mielastu zvejnieku sētā” ar iespēju iepazīt zvejnieku darbu, izbraukt ar zvejas laivām jūrā, nobaudīt jūras veltes (uz ugunsкура vārītu zivju zupu, žāvētas zivis), ziņģēt, dancot un mēroties spēkiem kopā ar zvejniekiem.

Ģipka. Pastaiga pa Ģipkas Balto kāpu

Kolkas ciems. Kolkas raga, vietas, kur satiekas Dižjūra un Mazjūra, apskate. Ēvažu stāvkrasts – augstākais stāvkrasts Rīgas jūras līča piekrastē. Kolkas Līvu centa apskate. Kolkas luterāņu baznīcas apskate. Iepriekš piesakot pusdienas lauku sētā „Ūši”, baudot lībiešu tradicionālos ēdienus – bukstiņbiezputru un sklandraušus.

Mazirbes ciems. Līvu tautas nama, laivu kapsētas, Mazirbes baznīcas un mērakmeņa apskate.

Dundaga ciems. Dundagas pils apskate un, iepriekš piesakot, Dundagas pienotavas produktu – biezpiena, sieru „Taizelis” un „Mare” degustācija.

Kontakti:

Ridzeļu dzirnavas: adrese: Engures novads, Engures pagasts, Rideļu dzirnavas; tālrunis 63161373, 29120190.

Zemnieku saimniecība „Apsīši”: adrese: Engures pagasts, Ķūļciems, „Apsīši”; tālrunis 63254404, 29421081.

Zemnieku saimniecība „Bērzi”: adrese: Vandzenes pagasts, „Apsīši”; tālrunis 63225204, 29136187.

Zemnieku saimniecība „Piesaules”: adrese: Valdemārpils pagasts, “Sārāji”; tālrunis 26440154, 26211064.

Viesnīcā „Roja”: adrese: Viesnīca "Roja", Jūras iela 6, Roja, Rojas novads, LV-3264; tālrunis 63232226; Mob.tel. 29477602; e-pasts: rojahotel@inbox.lv; www.rojahotel.lv.

Lauku sēta „Ūši”: adrese – Kolkas pagasts, „Ūši”; tālrunis 63276507, 29475692.

Kolkasraga apmeklētāju informācijas centrs: Adrese: Kolkasrags, Kolka, Dundagas novads, LV-3275; Telefons: 29149105, 26486622; Fakss: 63277266; e-pasts: kolkacape@inbox.lv; www.kolkasrags.lv

Dundagas Tūrisma informācijas centrs: Adrese: Pils iela, "Dundagas pils", Dundaga, Dundagas novads, LV-3270; Telefons: 63232293, 29444395; Fakss: 63232294; e-pasts: tic@dundaga.lv ; www.dundaga.lv, www.ziemelkurzeme.lv

5.2.3. Maršruts: „Lejaskurzemes labumi”

Tūrisma maršruts gardēžiem pa Lejaskurzemi: Saldus – Durbe – Rucava – Liepāja – Nīca – Liepāja – Aizpute.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Saldus: Svaigas konfektes „Gotiņa” un citi saldumi Saldus pārtikas kombinātā. Iepriekš piesakoties grupām nodrošina arī ekskursiju par šo rūpnīcu. „Foreļu parks” 7 km attālumā no Saldus. (Informācija Saldus Tūrisma informācijas centrā)

Durbe: Latvijas mazākā pilsētas apskate.

Nīca: Ieskats slavenajos Nīcas daiļdārzos (informācijas Nīcas Tūrisma informācijas centrā). Dzirnakmeņu kolekcija „Sīpolu” mājas pagalmā.

Rucava: Rucavas kultūras programma ar Kurzemes ēdienu degustāciju lauku sētā „Zvanītāji”. Rucavas tautastēpi, cimdi, zeķes un citi meistarū darinājumi. (informācija Rucavas Tūrisma informācijas centrā).

Liepāja: Iepazīšanās ar Liepājas vēsturisko centru – Rožu laukumu, Latvijas mūziķu slavas aleju pie 1.Rokkafejnīcas, Pētera I namiņu, kanālmalas Promenāde ar dzintara pulksteni, Kūrmājas prospektu un Piejūras parku. Iepazīšanās ar Karostu – Sv.Nikolaja pareizticīgo katedrāli, virssardzes cietumu, izgriežamo metāla konstrukciju tiltu pār Karostas kanālam – unikālu inženiertehnikas pieminekli. Ziemeļu forti un Ziemeļu mols, kur rodama sajūta par pilsētu, kurā piedzimst vējš ... , apskate. Pusdienās iespējams nobaudīt tradicionālo Liepājas ēdienu „Liepājas menciņu” – pasniegtu karstā podiņā, kurā ir kartupeļi, saulē un vējā kaltēta menca, sīpoli un viss pagatavots pēc senas Dienvidkurzemes receptes. Prasiet „menciņu” Liepājas kafējnīcās un restorānos. (Informācija Liepājas reģiona Tūrisma informācijas birojā.)

Aizpute: Vaigu sārtumam un dzīvespriekam – lustīga Aizputes vīnu degustācija. Viesošanās tekstilmākslinieces Baibas Rīteres darbnīcā „Austrumi”.

Kontakti:

Saldus Tūrisma informācijas centrs: adrese: Striķu iela 3, Saldus, LV-3801; tālrunis: 63807443; fakss: 63807443; E - pasts: tic@saldus.lv; www.saldus.lv.

Foreļu parks: adrese: Saldus novads, Novadnieku pagasts, „Siguldas”; e-pasts: foreluparks@inbox.lv; www.foreluparks.lv; mob. tālrunis 29251935.

Durbe: www.durbe.lv.

Nīcas Tūrisma informācijas centrs: adrese: Bārtas iela 6, Nīca, Nīcas novads, LV-3473; tālrunis/fakss 63489501; mob. tālrunis 29458532; e-pasts: turisms@nica.lv; www.nica.lv.

“Sīpoli” Nīcā: www.sīpoli.viss.lv.

Rucavas „Zvanītāji”: www.rucava.lv; tālrunis 26814051.

Rucavas Tūrisma informācijas centrs: „Buši”, Rucavas novads, Rucavas pagasts; tālrunis 29134903; e-pasts: rucava.tic@inbox.lv; www.rucava.lv.

Liepājas reģiona Tūrisma informācijas birojs: adrese: Rožu laukums 5/6, Liepāja; tālrunis 63480808, 29402111, info@liepajaturisms.lv; www.liepajaturisms.lv.

Aizputes Tūrisma informācijas centrs: adrese: Skolas iela 1, Aizpute, Aizputes novads; tālrunis 63448880, 29623284; e-pasts aizpute.tic@apollo.lv; www.aizputesnovads.lv.

Aizputes vīni - “Ekovīns”: tālrunis 26397949; e-pasts martins.sants@ekovins.lv; www.ekovins.lv.

5.2.4. Maršruts: „Kurzemes Vīna tūre”

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Tūrisma maršruts: Lauciena – Sabile – Renda – Kuldīga – Snēpele – Aizpute – Durbe – Skrunda.

Jau vairākus gadus Sabilē notiek vīna svētki un Kuldīgā hercoga Jēkaba vīna tirgus, bet šogad Kurzeme piedāvā īpašu maršrutu, - tā saucamo vīna tūri uz Kurzemi. Brauciens paredzēts individuālajiem tūristiem un grupām visa gada garumā, jo vīns rūgst 6-8 mēnešus un ir labi norūdzis ziemā, tomēr vislabāk, - vasaras beigās, no jūlija līdz oktobrim, kad notiek vīna svētki. Maršruts iet cauri visām romantiskajām Kurzemes mazpilsētām: Kandavu, Sabili, Rendu, Kuldīgu, Aizputi, Durbi, u.c. Tā ir iespēja izbaudīt Kurzemes specifiku un kultūru, kurā vīns jau kopš hercoga Jēkaba laikiem ieņem nozīmīgu vietu.

No Kurzemes vīnu vēstures lappusēm

Senvācu vēsturiskos rakstos ir teikts, ka hercogs Jēkabs izveidojis vīnogu dārzus vīna ražošanai Abavas ielejas Dienvidu nogāzēs, sākot no Kandavas un Sabiles līdz Rendai, no kurienes vīnu ievedis un turējis galma vajadzībām Kuldīgas pils trijos vīna pagrabos, kur senāk atradās arī Kurzemes Zemgales hercogistes galvaspilsēta. Laika gaitā vīnogas Abavas ielejā audzētas gandrīz pie katras mājas un vīnogu ražas novākšana atsevišķos miestos izveidojusies par nopietniem svētkiem. Vīns bijis labas kvalitātes, stiprs un paskābs. Tas bija tik daudz, ka pieticis gan Jēkaba galmam, gan eksportam uz ārzemēm. Arhīvos atrodami hercoga Jēkaba rīkojumi un sarakstīšanās vīna raudzēšanas lietās, no kurām zināms, ka vīna kokus Jēkabs iegādājies Reinas apgabalos Vācijā. Tieši tos pašus vīnogu stādus pērn no Reinas apgabaliem atvedis un iestādījis Rendā Kanādas vīndaris Mārtiņš Vāgners. Pilnīgi skaidrs, ka vīns seniem kuršiem un Kurzemē dzīvojošiem vāciešiem vienmēr ir bijis baudas nevis apreibināšanās dzēriens. To vislabāk var aptvert, tieši apceļojot Kurzemes dažnedažādās vīna darītavas, kurās ir gadsimtiem senas vīna tradīcijas.

Talsi. Vara Baņģiera vīna darītava un Dienliliju dārzs

Dienliliju dārzā var ne tikai priecāties par puķēm, bet arī degustēt līdz piecpadsmit dažādus, no Latvijas augļiem, ogām un ziediem gatavotos mājas vīnus. Pārsvārā ir pussaldie deserta vīni, dažādībai arī daži sausie un saldie vīni. Degustētājiem interesanti un garšīgi šķiet ķiršu, zemeņu, aveņu, rabarberu, dižbrūkleņu, upeņu, jāņogu, plūmju, ķirbju, melnā plūškoka ogu, cidoniju, vilkābeļu, smilšērķšķu, aroniju, arī neparastākais tomātu vīns. Mazāk zināmi ir ziedu vīni. Tādi ir sarkanā āboliņa, balto ceriņu, pieneņu, vīgriežu, melnā plūškoka ziedu, rožu ziedlapiņu vīni. Pēc oriģinālas receptes darīts un tikai te nobaudāms ir ķimeņu vīns.

Adrese: „Mierkalni”, Laucienes pagasts,

Talsu novads

Varis Baņģieris

Tel.: 63291301, 29457055

E-pasts: dienlilijas@inbox.lv , www.daylilie.lvSabile

Viesošanās pie vīndara Andra Dzērves Drubazās. Sabiles vīnkalna vīns

Jūlija beigās ir laiks, kad tiek svinēti Sabiles vīna svētki. Tad notiek pasākums pēc pasākuma un vīnu var degustēt ik uz soļa, arī Sabiles Vīna kalnā, kurš ir ierakstīts Ginesa Rekordu grāmatā, kā vistālāk uz ziemeļiem atrodošais vīna dārzs, kur brīvā dabā aug vīnogas. Sabiles Vīna kalns ir veidojies divreiz: pirmo reizi vācu laikā (14.-

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

16. gs.), bet pēc tam pilnībā atjaunots pirmās Latvijas brīvvalsts laikā. 20.gadsimtā Sabiles Vīna kalna atdzimšana sākās 1936. Gadā pēc toreizējā Latvijas valsts prezidenta Kārļa Ulmaņainiciatīvas. Kopējā dārza platība – 1,5 ha. Te aug aptuveni 15 dažādu šķirņu vīnogulāju, - Veldze, Supaga, Sukribe, Sativa, Guna, Jodupe, Jadviga, Meda, Lauma, Zilga, pavisam kopā aptuveni 650 stādu. Tepat netālu pirms iebraukšanas Sabilē atrodas Andra un Smaidas Dzērves vīna darītava Drubazas, kur var nodegustēt Sabiles burvīgos vīnogu vīnus. Turpat ir arī botānikas un orhideju taka, kas piedāvā patīkamu pastaigu, telšu vietas Abavas krastā, sporta laukumus, peldēšanās un maksšķerēšanas iespējas, vizināšanos ar trulīti pāri Abavai.

Informācijai:

Andris Dzērve, Smaida Dzērve Drubazas

Tālr.+ 371 26473783

E-pasts: smaidadz@inbox.lv

Renda. Hercoga Jēkaba Riesling vīns

Šī ir viena no hercoga Jēkaba vīna darītavu vietām Abavas ielejā. Ja paveiksies, te satiksiet Mārtiņu Vāgneru, kurš jau 30 gadus nodarbojas ar vīna ražošanu Kanādā, kur viņam pieder 5 akri vīnogu lauki un brīvajā laikā pēta Hercoga Jēkaba vēsturi. Mārtiņš Vāgners noskaidrojās, kuras vīnogu šķirnes Hercogs Jēkabs XVII gadsimtā ievadis no Reinas apgabaliem, lai pierādītu, ka tieši tās šķirnes ir Latvijā dzīvotspējīgas šodien un vīns būtu tikpat baudāms kā pirms 400 gadiem Jēkaba galmā. Šai nolūkā Mārtiņš pirms diviem gadiem Vācijā iepirka 2900 vīnogu stādus, kuri iestādīti vīnogu laukā pie Rendas. Viskvalitatīvākais vīns plānojams no vīnogu šķirnēm: Riesling, Free Burgunder. Riesling vīnogas uzskata par vienu no izcilākajām šķirnēm vīna darīšanas industrijā. No vīnogām, kas audzētas vēsos klimatiskajos apstākļos, iegūst izcilus vīnus ar augstu skābuma pakāpi un izsmalcinātu eleganci. Šiem vīniem parasti raksturīga svaigu augļu garšas buķete. Pateicoties Riesling specifiskajām īpašībām, no šīm ogām var ražot dažādus vīnus (gan ļoti saldus, gan ļoti sausus), tomēr izplatītākie ir sausie vai pussausie vīni. Pirmais vīns Rendā tiek plānots nākošgad. Tad pie vīna lauka plānots izbūvēt arī nelielu vīnotavu ar vīna pagrabu, kā tas bijis hercoga Jēkaba laikos.

Informācijai:

Valdis Bierands – Bierens, Mārtiņš Vāgners

Renda, Kuldīgas novads,

Tālr.+ 371 29101649Kuldīga

Alvila Elkšņa aveņu, upeņu un kazeņu vīni

Šis ceļojums jums būs ne vien romantisks, bet arī tāds lidojošs, jo notiek viesošanās vienā vīna darītavā pēc otras. Kuldīgā ražotie dedzinātās ozolkoka mucās noturētie vīndara Alvila Elkšņa upeņu un aveņu vīni ir guvuši plašu atzinību visā Latvijā. Veikalos tie ir retums. Tomēr, ja paveicās, variet tos mēģināt nopirkt krodziņā Pagrabiņš, Baznīcas ielā 5, ēkā, kur atrodas arī Kuldīgas tūrisma informācijas centrs. Kuldīgā ar iepriekšēju pasūtījumu Kuldīgas vīnus var degustēt senās Kuldīgas pils pirmajā jeb pamatstāva velvētajās telpās, kur hercoga Jēkaba laikos bijis vīna pagrabs. Kuldīgas vīnu degustācijas notiek arī romantiskajā Padures muižas klētī. Alvila Elkšņa aveņu vīns izgatavots zemnieku saimniecībā Smilškalni, Kuldīgas novadā, no pašaudzētām ogām pielietojot dabīgo raudzēšanas procesu. Vīndaris kopš 1997.gada sācis nodarboties ar dārzkopību – krūmogulāju, aveņu, kazeņu, upeņu

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

audzēšanu. Šobrīd ogu dārzi saimniecībā ierīkoti 5,7 ha platībā. Iegūtā produkcija tiek realizēta Latvijas tirgos, pārtikas pārstrādes uzņēmumam Pure Food un atsevišķos lielveikalos. Baudot šo izcilo deserta vīnu, kas darināts pēc 1890. gadā datētas receptes ieteikumiem, jūs izgaršosiet krāšņu Kurzemes vasaras buķeti ar sulīgu un izteismīgu vietējo aveņu aromātu, kas ļaus secināt, ka vīna oga var būt ne tikai vīnoga.

Informācijai:

Alvils Elksnis, Smilškalni

Tālr.+ 371 26796182,

E-pasts: alvils.elksnis@smilskalni.lv

Padures muižas klēts ķiršu un ābolu vīns

Šeit Padurē, tikai 5km no Kuldīgas, mazajās vīna darītavās sulu spiež ar mehāniskām spiedēm no vietējiem ķiršiem un āboliem, kur ir lieliska iespēja apvienot vīnu degustāciju ar Kurzemes nacionālajiem ēdieniem un Padures muižas klēts muzeja apskati. Tā ir Latvijā vienīgā 18.gs.celtā trīsstāvu klēts ar mansarda jumtu, kas saglabājusies līdz mūsu dienām, kur autentiskā interjerā atrodas ekspozīcija Padures vēstures apcirkņi. Padures klēts piedāvā telpas arī nelieliem banketiem mājīgā gaisotnē ar muzicēšanu. Šeit spēcinošu ēdienu var baudīt kopā ar Vilhelma Gailāna un Alvila Elkšņa mājas vīnu degustāciju – vienīgi Jums pēc iepriekšējas pieteikšanās!

Informācijai:

Padures muižas klēts

Tālr.+ 371 63348149; + 371 26429576

E-pasts: padure@kuldiga.lvSnēpele

„Mazsāliju” ābolu vīni

Nonākot gleznainā apvidū Snēpeles pusē, Mazsālijās, varēsiet ne tikai degustēt mājas vīnu no vietējiem āboliem, bet arī aplūkot un pabarot dambriežus, apskatīt, iespējams arī mežacūkas un pārnakšņot. Makšķerēšanas piekritējiem ir iespēja makšķerēt vairāk nekā 8 ha dīķos, kur dzīvo karpas, foreles, līņi, asari, līdakas un pa kādai zelta karūtai. Šeit, blakus senajam Mazsāliju pilskalnam varēsiet baudīt Mazsāliju ābolu vīnu ar briežu gaļas delikatesēm un aveņu vīnu ar pašu gatavotām trifelēm.

Informācijai:

Viesu nams Mazsālijas

Gunita Štorha

Tālr.+371 220037 44; +371 29 41 14 97

E-pasts: vnmazsalijas@inbox.lv

Aizpute. Eko vīns, upeņu, ābolu, zemeņu un rabarberu vīni

Lai pa īstam izjustu pilnīgu Kurzemes vīnu valdzinājumu, jāaizbrauc līdz Aizputei un Durbei, jāapsēžas nelielas vīna darītavas pagrabā un sveču gaismā jābauda upeņu rubīnkrāsas mirdzums un saldskābi rūgtais aromāts. Ekovīns ir ekoloģiski izgatavots vīns, kas nesatur mākslīgi pievienotus ķīmiskos konservantus, sulfītus, krāsvielas, dzidrinātājus un aromatizētājus. SIA Eko vīns vīndari Mārtiņš Sants un Varis Sants nodarbojas ar vīna ražošanu jau 10 gadus un vīna pagrabu ir iekārtojuši vecajā Aizputes muzeja pagrabā – ar senām velvēm un 1,2 metrus biezām sienām. Tur ir ne tikai pati vīna darītava, bet arī degustācijas zāle, kur var ne tikai nobaudīt vīnu, bet arī iepazīties ar tā gatavošanas tehnoloģiju. Šeit apmeklētājiem tiek piedāvāts ne tikai

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

upeņu un ābolu vīns, bet arī vīns no zemenēm, rabarberiem, burkāniem un ķirbjiem. Šeit vasarā, ja paveicas, var redzēt atraktīvo vīna mīcīšanas baļļu ar pazīstamo dziesmu no filmas Spītnieka savaldīšana Adriano Čelentano izpildījumā. Pirmoreiz atraktīvo pieteikumu palīdzējušas īstenot Aizputes Sieviešu biedrības dāmas, kuras stampājušas pašu sanestās ogas.

Informācijai:

Mārtiņš Sants un Varis Sants,
SIA Eko vīns,
Sakas iela 14 A, Aizpute
Tālr.+371 26397949,
E-pasts: www.ekovins.lv

Durbe. Upeņu, ķiršu un augļu-ogu vīni

Klasiskos Kurzemes vīnus mēs varam salīdzināt, nobaudot tos dažādās vietās, dažādās vīna darītavās. „Durbes veltes” ir Latvijas pārtikas uzņēmums ar klasiskām vērtībām un tradicionālām produktu pagatavošanas metodēm. Pussaldie un citi vīni tiek izgatavoti no Kurzemē audzētām ogām. Uzņēmuma produkcijā maksimāli saglabāta dabīgā ogu garša bez sintētisko konservantu un mākslīgu saldinātāju izmantošanas.

Informācijai:

Evija Kopštāle
SIA „Durbes Veltes”,
Tirgus iela 10, Durbe
Tālr. + 371 29119051
E-pasts: evija@lrp.lv

Garīku muiža. Šitake sēņu un pikantā Ponšo degustācija

Šitake sēņu audzētava Garīkas piedāvā ne vien ekskursijas un sēņu degustācijas šitake sēņu audzētavā, bet arī senā dzēriena Ponšo degustāciju. Līdz pat 1895. gadam degvīnu un viskiju ražoja pēc ļoti līdzīgas tehnoloģijas, tikai skoti savu destilātu izturēja koka mucās, bet Kurzemē dzēriena garšu uzlaboja ar dažādām zālītēm un medu. Šādu ar zālītēm uzlabotu produktu Cara laikos dēvēja par vodku, kurā var saskatīt līdzību ar agrāk Kurzemē ražoto Ponšo (Poncha da Madeira), kuru kā stāsta, kādreiz ar kuģiem no Spānijas salas Madeiras Kurzemē ievēdis hercogs Jēkabs. Garīkās šo seno dzērienu gatavo no svaigi spiestām sulām un medus. Šim produktam ir gan sava unikālā garša, gan aromāts, ko līdzīgi konjakam vai viskijam piešķir dažādas ēteriskās eļļas un citi dabiski sulu piemaisījumi.

Informācijai:

Andris Vjaksa, Valda Vjaksa
Garīkas, Rudbāržu pagasts,
Skrundas novads,
Tālr. +371 29147778,
+371 29134122
E-pasts: info@garikas.lv

5.2.5. Gastronomiskā tūrisma maršruts: „Pa Baltijas jūras zvejniekciematiem”

Tūrisma maršruts: Pāvilosta – Jūrkalne – Užava – Ventspils – Mazirbe – Pitrags – Kolka - Roja.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

Šajā maršrutā ir iespēja izbaudīt tos gardumus, kas to no Kurzemes zvejnieku nozvejotām zivīm. Pie tam tas notiks jautrā un darbīgā gaisotnē kopā ar pašiem zvejniekiem un zvejnieku sievām. Katrā vietā ir nepieciešama iepriekšēja pieteikšanās. Garšīgajiem zivju ēdieniem labi derēs klāt piedzerts Užavas aliņš, ko ražo Ventspils pusē!

Pāvilosta

Krodziņš „Āķagalš”. Ļoti plašs ēdienu klāsts – īpaši zivju ēdieniem. Viesiem tiek piedāvāts nobaudīt īpašo „Āķgalnieka” zivju – piena zupu, mencu plācenīšus ar kari mērci, laša – garneļu „laiviņu”, vai grillētu lasi vīna marinādē un ne tikai. „Āķagalā” Var svinēt jubilejas, kāzas, rīkot oficiālas pieņemšanas, novadīt seminārus, organizēt radošas nometnes.

Informācija: Dzintaru iela 3, Pāvilosta, Pāvilostas novads, LV-3466; Tālrunis 63498212, 29161533; janeta@apollo.lv; www.akagals.lv

Maizes ceptuve „Ievlejās”. Iespēja iepazīt maizes cepšanas procesu. Katram pašam iespēja izcept un līdzī paņemt pašu ceptu maizes kukulīti. Iespēja nobaudīt saimnieces ceptu „Latviešu karašu”(maize ar speķi un sīpoliem).

Informācija: „Ievlejas”, Sakas pagasts, Pāvilostas novads, LV-3466; 29124128; ievlejasagita@inbox.lv.

Tradicionālā prasmju skola zivju kūpināšanā kopā ar Dzintars Zamariti. Iespēja iepazīties ar pašiem „iemēģināt roku” zivju kūpināšanā. Noslēgumā pašu kūpināto zivju degustācija. Zivju kūpināšana notiek katrā mēneša otrajā sestdienā, tomēr, apmeklējumu vēlams pieteikt iepriekš. Zivju kūpināšanu iespējams organizēt arī citā Jums vēlamā vietā. Pieejams gan grupām vai arī individuāliem tūristiem. Vienlaikus iespējams uzņemt ne vairāk kā 40 cilvēkus. Cena Ls 3 personai, Cenā ietilpst tēja un zivju degustācija. Sezona no maija līdz oktobrim.

Informācija: Smilšu iela 17, Pāvilosta, Pāvilostas novads, LV-3466; 29207243; dzizam@tvnet.lv; Dzintars Zamaritis.

Užava

Užavas alus darītava. Dibināta 1994.gadā. Viena no retajām vietām Latvijā, kur vēl tiek ražots dzīvais alus. Pašā Liepāja – Ventspils šosejas malā ir iespēja apmeklēt alusdarītavas veikalu un degustācijas telpas. Degustācijas pasākums jāpiesaka iepriekš.

Informācija: „Zaksi”, Užavas pagasts, Ventspils novads; +371 63630632; www.uzavas-alus.lv.

Mazirbe, Pitrags un Kolka

Vairākās vietās šajos ciematos zvejnieki zivis ne tikai ķer, bet arī pārdod tās kūpinātas. Ja piesakās iepriekš, tad vīri noorganizēs jums piedalīšanos kūpināšanas procesā.

Informācija: Dundagas un Kolkas Tūrisma informācijas centros. www.ziemelkurzeme.lv.

Kolka

Viesu nams „Ūši”. Sklandraušu gatavošanas process un degustācija. Bukstiņbiezputras gatavošana un degustēšana. Maršruts pa Kolkas ciemu ar šprotu

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

degustāciju. Šos piedāvājumus ir iespējams pieteikt visa gada garumā. Jāpiesakās iepriekš laicīgi.

Informācija un pieteikšanās: adrese - „Ūši”, Kolka, Kolka pagasts, Dundagas novads; 63276507, 29475692; info@kolka.info; www.kolka.info; Dženeta Marinska.

Roja.

Viesnīcas „Roja” saimniece piedāvā sekojošas programmas:

- „Nacionālās virtuves īpatnības”. 10 - 30 personām ar kurzemnieku ēdienu gatavošana Lauku virtuvē zvejnieku sievu vadībā. Ilgums 1,5 - 2 st. Cena no 7,00 - 10 Ls no personai.
- „Mielasts Zvejnieku sētā”. 15 – 40 personām. Iespējama pilnā programma un īsā programma.
- „Ražots Rojā”. Iepazīšanās ar Rojas novada zivju pārstrādes uzņēmumiem un to produkciju. 1,5 – 2 st. Zivju produkcijas degustēšana un produkcijas iegādāšanās. Cena grupām no 20 personām 5,00 Ls personai. Programmu „Ražots Rojā” piedāvā arī aukstajā sezonā.
- Kafejnīca – alus dārzā „Otra puse” piedāvās arī latviskus ēdienus un dzērienus. Vasarā nedēļas nogalē atpūtas centra sētā, interesentiem iespējams piedalīties un vērot zivju kūpināšanas procesus.

Kontaktinformācija: Jūras iela 6, Roja, Rojas novads Zane Vaivode: 29477602; rojahotel@inbox.lv; www.rojahotel.lv.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ!

6. Izmantotā literatūra:

- 6.1. Janīna Kursīte „Virtuves vārdene”, 2012
- 6.2. Linda Dumpe „Latviešu tautas ēdieni”, 2009
- 6.3. Rakstu krājums „Lībieši”, 1994
- 6.4. LLTA izdales materiāls „Kulinārais mantojums lauku tūrismā”, 2011
- 6.5. Tradīciju burtnīca „Suitu stāsti”, 2009
- 6.6. Ekotūrisma rokasgrāmata „Ceļosim zaļi!”, 2003
- 6.7. A.Gustovskis, M.Rozīte, J.Smaļinskis, J.Gailītis, S.Reimane, D.Grunšberga, B.Lute „Tūrisms Kurzemē, labās prakses piemēri. Rokasgrāmata tūrisma pakalpojumu attīstībai”, 2011

92,07 % no projekta finansē Eiropas Savienība ar Eiropas Sociālā fonda starpniecību un 7,93 % finansē Kurzemes tūrisma asociācija. Apakšaktivitāti „Nevalstisko organizāciju administratīvās kapacitātes stiprināšana” administrē Valsts kanceleja sadarbībā ar Sabiedrības integrācijas fondu. Šis pētījums „Gastronomiskais tūrisms Kurzemē” ir veidots ar Eiropas Savienības Eiropas Sociālā fonda un Latvijas valsts finansiālu atbalstu. Par pētījuma „Gastronomiskais tūrisms Kurzemē” saturu atbild biedrība „Kurzemes tūrisma asociācija”.