

# Utjecaj medija na odnos prema kuhanju i hrani

---

Petrović, Višnja

Graduate thesis / Diplomski rad

2023

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Zagreb School of Business / Poslovno veleučilište Zagreb**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:180:262872>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2025-03-12**



Repository / Repozitorij:

[Repository ZSB - Final papers Zagreb School of Business](#)



**POSLOVNO VELEUČILIŠTE ZAGREB**

**Višnja Petrović**

**UTJECAJ MEDIJA NA ODNOS PREMA  
KUHANJU I HRANI**

diplomski rad

na

stručnom diplomskom studiju

Zagreb, prosinac, 2023. godine



**POSLOVNO VELEUČILIŠTE ZAGREB**  
Stručni diplomski studij Marketinga i komunikacija

**UTJECAJ MEDIJA NA ODNOS PREMA  
KUHANJU I HRANI**

diplomski rad

MENTOR

doc. dr. sc. Tanja Grmuša, prof. struč. stud.

STUDENT

Višnja Petrović, bacc. oec.

Zagreb, prosinac, 2023. godine

## SAŽETAK:

Dostupnošću medija te pojavom društvenih mreža svjedočimo kako „hrana, osim što hrani nas, hrani i medije.“<sup>1</sup> Gotovo da nema časopisa, *online* portala ili TV programa, a da ne sadrži pokoji recept, kolumnu na temu pripreme hrane, kulinarski *show* ili barem nekakav prilog o hrani. „Pojavom celebrity chefova, od kojih su neki restorane zamijenili TV studijima“<sup>2</sup>, sve je više zainteresiranih za pripremu hrane kod kuće i isprobavanje različitih kulinarskih recepata. Većina se nas okušala u pripremi recepata Jamieja Olivera, te drugih planetarno poznatih kuhara. Međutim, ničega od navedenog ne bi bilo da nemamo povijesno naslijeđe, zapise u obliku recepata koji su se pažljivo skupljali i čiji se sadržaj s vremenom poboljšavao i prilagođavao geografskim zahtjevima i obilježjima vremena. Isto tako ne smijemo zaboraviti i na izgled prostora u kojem se hrana priprema odnosno na funkcionalnosti kuhinje, te na uspostavljanje standarda za serviranje i blagovanje jela i pića ovisno o krugu uzvanika i prigodi zajedničkog uživanja u gastronomskim delicijama. U cijeloj ovoj scenografiji i koreografiji krije se i glavni lik pod imenom glavni kuhar, bez kojeg ne bi bilo niti zanimljivih televizijskih emisija, blogova, vlogova, instagram portala i drugih alata. Može se zaključiti da su svi su ovi elementi omogućili kreiranje natjecateljskih kulinarskih emisija, te dodatno promoviranje zanimanja kuhar. Kako su običaji uvijek najkvalitetniji izvor gastronomske palete proizvoda, u ovom radu je na kraju prikazano kako se u obiteljskom okružju blaguje po zemljama svijeta uključujući i Hrvatsku. Anketa je pokazala da 67,0 % ispitanika prati emisije/priloge o kuhanju, ali ipak smo skloniji tradicionalnim receptima. Sklonost modificiranim receptima poznatih kuhara ima 15,3 % ispitanika, ali čak 86,2 % objavljuje svoje recepte i fotografije svojih jela na društvenim mrežama.

**Ključne riječi:** *društvene mreže, kulinarski show, recepti, kuhar, običaji blagovanja.*

---

<sup>1</sup> <https://www.fashion.hr/lifestyle/gastro/hrana-hrani-medije-107727.aspx> pristup ostvaren 5. 9. 2023.

<sup>2</sup> <https://www.fashion.hr/lifestyle/gastro/hrana-hrani-medije-107727.aspx> pristup ostvaren 5. 9. 2023.

## **ABSTRACT:**

With the availability of media and the emergence of social networks, we are witnessing how „food, in addition to feeding us, also feeds the media.“<sup>3</sup> There is almost no magazine, online portal or TV program that does not contain a recipe, a column on the topic of food preparation, a culinary show or at least some feature about food. „With the appearance of celebrity chefs, some of whom have replaced restaurants with TV studios“<sup>4</sup>, more and more people are interested in preparing food at home and trying different culinary recipes. Most of us have tried our hand at preparing the recipes of Jamie Oliver and other world-famous chefs. However, none of the above would exist if we did not have a historical heritage, records in the form of recipes that were carefully collected and whose content was improved over time and adapted to the geographical requirements and characteristics of the time. Likewise, we must not forget about the appearance of the space where food is prepared, i.e. the functionality of the kitchen, and the establishment of standards for serving and dining food and drinks depending on the circle of guests and the occasion of joint enjoyment of gastronomic delicacies. In all this scenography and choreography, the main character is hidden under the name of the head chef, without whom there would be no interesting television shows, blogs, vlogs, Instagram portals and other tools. It can be concluded that all these elements enabled the creation of competitive cooking shows and the additional promotion of the profession of chef. As customs are always the best source of the gastronomic range of products, this paper finally shows how to eat in a family environment in countries around the world, including Croatia. The survey showed that 67.0% of the respondents follow shows/apps about cooking, but we still prefer traditional recipes. 15.3% of respondents prefer modified recipes by famous chefs, but as many as 86.2% publish their recipes and photos of their dishes on social networks.

*Keywords: social networks, culinary show, recipes, chef, dining customs.*

---

<sup>3</sup> <https://www.fashion.hr/lifestyle/gastro/hrana-hrani-medije-107727.aspx> pristup ostvaren 5. 9. 2023.

<sup>4</sup> <https://www.fashion.hr/lifestyle/gastro/hrana-hrani-medije-107727.aspx> pristup ostvaren 5. 9. 2023.

U Zagrebu, prosinac 2023. godine

## **IZJAVA STUDENTA**

Izjavljujem da sam završni rad pod naslovom

### **UTJECAJ MEDIJA NA ODNOS PREMA KUHANJU I HRANI**

izradio/la samostalno, pod nadzorom i uz stručnu pomoć mentora

**doc. dr. sc. Tanja Grmuša, prof. struč. stud.**

Izjavljujem da je završni rad u potpunosti napisan i uređen prema Pravilniku o završnom radu na stručnim preddiplomskim i specijalističkim diplomskim stručnim studijima PVZG-a te sukladno uputama u priručniku Metodologija pisanja seminara i završnog rada.

Izjavljujem da je završni rad lektoriran na jeziku na kojemu je napisan.

Izjavljujem i da sam suglasan/suglasna da se trajno pohrani i objavi moj završni rad

### **UTJECAJ MEDIJA NA ODNOS PREMA KUHANJU I HRANI**

u javno dostupnom institucijskom repozitoriju *Poslovnog veleučilišta Zagreb* i javno dostupnom repozitoriju Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu (u skladu s odredbama Zakona o visokom obrazovanju i znanstvenoj djelatnosti NN 119/2022).

Ime i prezime studenta:

**Višnja Petrović**  
**OIB: 16827453364**

---

(potpis)

# Sadržaj

1. Uvod.....	1
2. Kuharice .....	1
2.1. Kuharice se pišu na dvorovima.....	2
2.2. Tiskane kuharice .....	4
2.3. Kuharice sastavljaju žene.....	5
2.4. Recepti dobivaju današnju formu .....	6
2.5. Rječnik kulinarstva .....	7
2.6. Povijest zagrebačke kuhinje i prva zagrebačka kuharica .....	10
2.7. Zagrebačka kuhinja i kuharice .....	10
3. Kuhinje kao alat za ukusan obrok .....	12
3.1. Zidnjaci kao komunikacijski alat u kuhinji .....	12
3.2. Komunikacija za stolom i postavljeni standardi .....	14
3.3. Moda za kuhare .....	16
4. Kulinarstvo u medijima.....	17
4.1. Kulinarske emisije u službi brendiranja proizvoda .....	18
4.2. Kuhanje i televizijska popularnost na hrvatskim programima .....	19
4.3. Nadmetanje kulinarskih emisija na malim ekranima .....	24
4.4. Svjetski poznati kuhari i kulinarska natjecanja.....	24
4.5. <i>Streaming</i> servisi i kulinarstvo.....	28
4.6. <i>Food blogeri, vlogeri</i> i Instagram .....	32
4.7. Emocije i hrana .....	25
5. Blagdanski običaji u Hrvatskoj i svijetu .....	35
5.1. Slavonija .....	35
5.2. Središnja Hrvatska – patka je slatka .....	36
5.3. Zagreb – purica z mlincima .....	36



5.4.	Istra i Kvarner – riblja juhica, maneštra .....	36
5.5.	Lika – janjetina s polama .....	37
5.6.	Dalmacija – od bakalara do luganiga.....	37
5.7.	Švedska.....	38
5.8.	Španjolska.....	39
5.9.	Meksiko .....	39
5.10.	SAD .....	39
5.11.	Hrvatska.....	39
5.12.	Uskršnji običaji u svijetu .....	41
6.	Metodologija istraživanja.....	42
6.1.	Ciljevi i istraživačka pitanja .....	42
6.2.	Metode i uzorak .....	43
6.3.	Interpretacija rezultata istraživanja.....	44
7.	Zaključak.....	57
8.	Literatura.....	58

Prilog – Anketni upitnik

## 1. Uvod

Čovjeku je hrana oduvijek bila osnovna potreba u smislu izvora energije, užitka te razlog okupljanja i druženja. Uz hranu se naravno veže i prehrana koja je „sastavni dio raznih pučkih vjerovanja, običaja i obreda.“<sup>5</sup> Različiti oblici prehrane, nabava namirnica, prijevoz, skladištenje te prerada odražavaju vrijeme i društveno ekonomski kontekst u kojem su nastale. Kada govorimo o prehrani možemo zaključiti da se termin ne odnosi samo na pripremljeno i konzumirano jelo, nego se radi i o filozofiji, navici, običajima, ponašanju, te „da je najživlja slika generacija prije nas, čija su jela ovisila o socijalnim prilikama, tradiciji, utjecajima doseljenika, modi i povijesnim trenucima, stoga je vrijedno prisjetiti se Hipokratovih riječi: „Neka tvoja hrana bude tvoj lijek, a tvoj lijek neka bude tvoja hrana!“<sup>6</sup>

Pisane upute za kuhanje – kuharice zaista su posebne knjige, jer ne sadrže samo zbirku „kulinarskih recepata, uputa i savjeta, nego su i zanimljive kronike svakodnevnog života iz nekih prošlih vremena.“<sup>7</sup> Čitajući kuharice, „možemo doznati kako se nekad živjelo, što se i kako kuhalo, kako se jelo i kakva su bila pravila ponašanja za stolom.“<sup>8</sup>

## 2. Kuharice

„Povijest kuharica započela je davno u starom vijeku otkrićem pisma“<sup>9</sup> i prvih zapisa o prehrani zapisanim „na glinenim pločicama, a kasnije na pergamentu. Uz tekstove o hrani u mnogim književnim i filozofskim djelima, postojale su i prave kuharice“<sup>10</sup> kakve danas poznajemo, „pojedinačne zbirke recepata, te drugih savjeta vezanih uz pripremanje hrane.“<sup>11</sup>

---

<sup>5</sup> <https://hrmud.hr/24-ema-poziv-za-sudjelovanjem/> pristup ostvaren 15. 9. 2023.

<sup>6</sup> <https://hrmud.hr/24-ema-poziv-za-sudjelovanjem/> pristup ostvaren 15. 9. 2023.

<sup>7</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>8</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>9</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>10</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>11</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

„Mereitt Farmer<sup>12</sup>, direktorica slavne kuharske škole, pripremila je predložak prema kojem se i danas sastavljaju kuharice i pišu recepti.“<sup>13</sup> „Jedan od najstarijih sačuvanih zapisa koji slovi i kao prva kuharica na svijetu je *Vasavarajeyam*, vegetarijanska kuharica napisana u Indiji na starom sanskrtu prije više od 3500 g. U staroj Kini, otprilike u 2. stoljeću pr. Kr. Konfucije u jednom od svojih pet djela, osim o dužnostima i načinima ponašanja, piše i o svakodnevnoj prehrani, te u vrijeme posta kako cara i dvorjanina, tako i običnih ljudi.“<sup>14</sup> Recepti i hrana bili su zanimljive teme i u antičkoj Grčkoj i Rimu. „Primjerice, oko 350 godina pr. Kr. Pjesnik Arcestratos napisao je djelo *Hdypatheia* (Ugodan život) posvećeno umjetnosti kuhanja i življenja“<sup>15</sup> koje tematski možemo svrstati pod kuharicu. Athenaeus je početkom 3. stoljeća pr. Kr. pripremio djelo naziva *Deipnosophists*. Danas se smatra da je to djelo prilično složeno jer prati razgovor sudionika banketa koji su danima raspravljali o hedonizmu i naravno kao najvažnijem užitku o pripremanju i uživanju u hrani, pićima, pijanstvu.

„Najpoznatija antička kuharica nastala je u Rimu pod nazivom *De re coquinaria-libri decem*. Napisao ju je bogataš i gurman Marcus Gavius Apicius (25 godina pr. Kr. - 37 godina).“<sup>16</sup> Ona sadrži, za to vrijeme, „mnogo savjeta za vođenje kućanstva, uzgoj hrane, vinogradarstvo i više od 400 recepta za različite vrste jela od mesa, povrća, plodova mora, gljiva, žitarica, grahorica po kojima se može kuhati i danas.“<sup>17</sup>

## 2.1. „Kuharice se pišu na dvorovima“<sup>18</sup>

„U ranom srednjem vijeku zapisivanje recepata bilo je rijetko.“<sup>19</sup> Najvažniji razlog je bio skupi pergament koji se najviše koristio za zapise religijskog sadržaja. Sljedeći razlog je bio nepismenost većine stanovništva tako da se „umijeće kuhanja prenosilo se s koljena na

---

<sup>12</sup> Usp. [https://en.wikipedia.org/wiki/Fannie\\_Farmer](https://en.wikipedia.org/wiki/Fannie_Farmer) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>13</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>14</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>15</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>16</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>17</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>18</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>19</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

koljeno.<sup>20</sup> Na dvorovima i u samostanima su većinom zapisivani recepti za jela koja su se pripremala za blagdane i u posebnim prigodama. „Početkom 12. stoljeća dobra hrana, umijeće kuhanja i kultura stola, a s time i kuharice, sve više dobivaju na važnosti.“<sup>21</sup> „U njima se osim neodređenih recepata i savjeta za obradu namirnica, te ponašanja za stolom nailazi i na upute u vezi prehrane bolesnika i spravljanja lijekova.“<sup>22</sup> Jela se počinju dijeliti na mesna i posna, riblja jela.

„U kasnom srednjem vijeku, već u 13., a posebno u 14. i 15. stoljeću stolovi sve više služe“<sup>23</sup> za dokazivanje statusa u društvu, pa se tako serviraju velike količine hrane od svih dostupnih namirnica. Bilo je moderno zakamuflirati izvorne okuse začinima i umacima, te pripremiti imitaciju životinje. Usitnjenom pečenom mesu s raznja dodala bi se mješavina brašna i jaja, te bi se dobivena smjesa oblikovala u određenu životinju. Na europskim dvorovima kuharice pripremaju pravi umjetnici kulinarstva tj. profesionalni kuhari. „U Francuskoj je Guillaume Tirel Taillevent<sup>24</sup>, dvorski kuhar kralja Karla V, 1375. g. napisao zbirku recepata *Le viandier*<sup>25</sup>. U Engleskoj je 1390. g. na dvoru kralja Richarda II nastala kuharica *The form of cury*<sup>26</sup> koja sadrži dvjestotinjak recepata od kojih se mnoga jela poput Blank manng (aka Chicken Blancmange)<sup>27,28</sup> i *Payn fondewe (Pain Fondue)*<sup>29</sup> u izvornoj formi spremaju i danas.

„Oko 1420. Master Chiquart Amiczo<sup>30</sup>, kuhar na dvoru Amadeusa VIII od Savoye, napisao je *Du fait de cuisine*<sup>31,32</sup>. To djelo mnogi smatraju prvom pravom europskom kuharicom jer sadrži precizne upute za mjere i načine pripremanja pojedinog jela. Prvi put su napisane i „upute kako

---

<sup>20</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>21</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>22</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>23</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>24</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Guillaume\\_Tirel](https://en.wikipedia.org/wiki/Guillaume_Tirel) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>25</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Le\\_Viandier](https://en.wikipedia.org/wiki/Le_Viandier) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>26</sup> <https://www.bl.uk/collection-items/a-recipe-for-pastry-castles-from-the-forme-of-cury> pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>27</sup> <https://www.cooksinfo.com/blancmange> pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>28</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>29</sup> <https://ouialwayshaveparis.com/2021/02/05/painvinfromages/> pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>30</sup> <https://recipes.hypotheses.org/10246> pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>31</sup> [http://www.davidfriedman.com/Medieval/Cookbooks/Du\\_Fait\\_de\\_Cuisine/Du\\_fait\\_de\\_Cuisine.html](http://www.davidfriedman.com/Medieval/Cookbooks/Du_Fait_de_Cuisine/Du_fait_de_Cuisine.html) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>32</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

organizirati banket. U tom razdoblju u kulinarskom središtu Europe, Italiji, kuhar Maestro Martino<sup>33</sup> iz Coma napisao je kuharicu Liber de arte coquinaria.<sup>34</sup>

## 2.2. Tiskane kuharice

Kada je sredinom 15. stoljeća izumljen tiskarski stroj „dolazi do revolucije u svijetu kuharica. Nakon što je 1455. otisnuta prva knjiga na svijetu, ljudi su ubrzo shvatili da<sup>35</sup> bi bilo korisno i isplativo tiskati i kuharice. „Tako je 1474. g. u Italiji otisnuta i prva kuharica De honesta valuptate et valitodine, koja je postala svojevrsni renesansni bestseller.<sup>36</sup> „U njoj su osim recepata i savjeta za kuhanje napisani i savjeti za što bolje vođenje domaćinstva.<sup>37</sup> Zanimljivo je da je „spomenuta kuharica ustvari bila Martinova kuharica Liber de arte coquinaria koju je izmijenio, dopunio i izdao Bartolomeo Sacchi Platina<sup>38</sup>, knjižničar pape Sixtusa IV.<sup>39</sup>

1485. tiskarska kuća Peter Wagner<sup>40</sup> je u Nürnbergu „izdala prvu tiskanu njemačku kuharicu *Kuchen mayesterey* s receptima za ukusna, ali i svakodnevna jela. Iako su kuharice zahvaljujući tiskarskom stroju postale mnogo dostupnije u 15. i 16. stoljeću<sup>41</sup> ipak su bile prihvatljivije za bogati stalež. Sadržaj je bio „prilagođen kuharima koji su bili u službi kod plemenitaša i najbogatijeg sloja građanstva<sup>42</sup>, što se moglo iščitati iz sljedećih jezičnih

---

<sup>33</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Martino\\_da\\_Como](https://en.wikipedia.org/wiki/Martino_da_Como) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>34</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>35</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>36</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>37</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>38</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Bartolomeo\\_Platina](https://en.wikipedia.org/wiki/Bartolomeo_Platina) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>39</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>40</sup> <https://www.barnebys.de/blog/grus-aus-der-kuche-deutschlands-erstes-kochbuch-bei-kiefer> pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>41</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>42</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

konstrukcija, „donesite gospodaru, dajte gospodaru i tome slično.“<sup>43</sup> I ovom povijesnom razdoblju, formulacija u receptima nije dovoljno precizna jer manjkaju količine, mjere i vrijeme, no i tako sročeni tekst nije tadašnje korisnike previše uznemiravao „jer se od kuhara očekivalo da budu kreativni“<sup>44</sup> i inovativni i da jela budu prilagođena ukusu konzumenata..

„U 15. i 16. stoljeću prevladavaju reprezentativne talijanske i francuske kuharice te izdanja pojedinih europskih dvorova, stoga su“<sup>45</sup> prilično skupe i nisu dostupne. Poznato je da se „u razdoblju od 1474. do 1620. tiskalo u Europi i više od 220 kuharica.“<sup>46</sup> Prva kuharica koje je napisala žena Philippine Welser<sup>47</sup>, kneginja iz Innsbrucka izdana je u 16. stoljeću.

### 2.3. Kuharice sastavljaju žene

„Sredinom 17. stoljeća dolazi do velikih promjena u kulinarstvu. Počinju se cijeliti prirodni okusi i svježina namirnica,“<sup>48</sup> a jela postaju jednostavnija i profinjenija. „Bogataške gozbe su sve manje razmetljive. Središte kulinarstva se iz Italije seli u Francusku. Kuharice se počinju obraćati sve brojnijem građanstvu koje ih može priuštiti.“<sup>49</sup> „Gospodarice u bogataškim kućama čitale su nepismenim slugama upute iz kuharica po kojima su oni pripremali jela. 1651. godine izlazi La Varennova<sup>50</sup> „kuharica La cuisinier francais u kojoj se uz juhe koje postaju glavno jelo pojavljuje i zaprška od brašna koju će prihvatiti svi slojevi društva.“<sup>51</sup>

Kuharice sve češće počinju pisati žene. Recepte temelje na vlastitom iskustvu, „pa je u njima uz recepte još i više savjeta za vođenje kućanstva, ali i za uzgoj povrća i cvijeća. Jedna od najpoznatijih takvih kuharica je kuharica Hannah Glasse<sup>52</sup> The art of cookery made plain

---

<sup>43</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>44</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>45</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>46</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>47</sup> <https://www.finestresullarte.info/en/works-and-artists/philippine-welser-story-of-the-first-woman-to-write-a-cookbook-in-the-german-area> pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>48</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>49</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>50</sup> <https://francuskedelicije.hr/history/> pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>51</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>52</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Hannah\\_Glasse](https://en.wikipedia.org/wiki/Hannah_Glasse) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

and easy<sup>53</sup> iz 1747. godine koja kao što je tada bilo uobičajeno sadrži i tuđe recepte. 1796. godine izašla je prva prava američka kuharica *American cookery*<sup>54</sup> koju je napisala Amelia Simmons<sup>55</sup> koja sadrži recepte s tipično američkim namirnicama - tikvama, bundevama i kukuruzom.<sup>56</sup>

#### 2.4. „Recepti dobivaju današnju formu“<sup>57</sup>

„U 18. stoljeću i dalje recepti nemaju određene mjere“<sup>58</sup> ni vrijeme kuhanja „pa su prevladavale formulacije dodaj brašna dok ne bude gusto, peci dok ne bude pečeno i slično. Ilustracije su uglavnom ukras, a ne izvor dodatnih informacija.“<sup>59</sup> Pojavljuju se i recepti s hranom za bolesnike, ali većinom u poglavljima o kozmetici i parfemima.

„U 19. stoljeću još je više kuharica i još više autorica, a recepti konačno postaju precizniji.“<sup>60</sup> Najpopularnija mjera postaje šalica, a popularna je do danas. „U Americi, popularna autorica kuharica Eliza Leslie<sup>61</sup>, 1828. izdaje kuharicu *Pastery, cakes and sweetmeats*<sup>62</sup>.“<sup>63</sup>

„U Njemačkoj je 1844. godine izdana kuharica *Praktisches Kochbuch für die gewöhnliche und feine Kuchen*<sup>64</sup> autorice Henriette Davidis<sup>65</sup> koja je“<sup>66</sup> do autoričine smrti 1876. godine

---

<sup>53</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/The\\_Art\\_of\\_Cookery\\_Made\\_Plain\\_and\\_Easy](https://en.wikipedia.org/wiki/The_Art_of_Cookery_Made_Plain_and_Easy) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>54</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/American\\_Cookery](https://en.wikipedia.org/wiki/American_Cookery) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>55</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Amelia\\_Simmons\\_\(author\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Amelia_Simmons_(author)) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>56</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>57</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>58</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>59</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>60</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>61</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Eliza\\_Leslie](https://en.wikipedia.org/wiki/Eliza_Leslie) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>62</sup> <https://www.gutenberg.org/cache/epub/6677/pg6677-images.html> pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>63</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>64</sup> [https://www.deutschestextarchiv.de/book/view/davidis\\_kochbuch\\_1849?p=331](https://www.deutschestextarchiv.de/book/view/davidis_kochbuch_1849?p=331) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>65</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Henriette\\_Davidis](https://en.wikipedia.org/wiki/Henriette_Davidis) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>66</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

objavljena u čak 56 izdanja. Autorica je za ovu preciznu kuharicu „sakupljala, isprobavala i poboljšavala recepte od svoje 8. godine.“<sup>67</sup>

„1845. godine izdana je prva engleska kuharica s normiranim receptima, odnosno sastojcima, količinama i vremenom, *Modern cooking private families*<sup>68</sup>, koju je napisala Elza Acton.“<sup>69</sup>

„Jedan od najstarijih sačuvanih zapisa koji slovi i kao prva kuharica na svijetu je, vegetarijanska kuharica napisana u Indiji na starom sanskrtu prije više od 3500 g.“<sup>70</sup>

„Kuharica *The Boston Cooking school Cookbook* koja je izdana 1896. postala je najprodavanija i najuspješnija kuharica svih vremena u SAD-u. Napisala ju je Mereitt Farmer<sup>71</sup> (1857.-1915.) učenica, a zatim nastavnica i direktorica slavne kuharske škole *The Boston Cooking-school*<sup>72</sup>.“<sup>73</sup> To je prva kuharica po čijem modelu se recepti pišu i danas. „Na početku sadrže popis svih sastojaka i količina, a potom i jasne upute s vremenima za kuhanje.“<sup>74</sup> Sve mjere su standardizirane i vrlo precizne i olakšavaju pripremu jela čak ako i nemate iskustva u kuhanju.

## 2.5. Rječnik kulinarstva<sup>75</sup>

Koliko je hrana bitna, zorno prikazuje i Prvi rječnik hrvatskog kulinarstva koji dokazuje da su Hrvati osmislili više od 18 000 izraza hranu. Jelena Ivanišević, znanstvenica i autorica prvog kulinarskog rječnika u Hrvatskoj koji je ujedno i Povijesni rječnik hrvatskog kulinarstva je svojim dvanaestogodišnjim radom otkrila ovu nepresušnu zbirku izraza, a sve za potrebe hrane.

---

<sup>67</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>68</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Modern\\_Cookery\\_for\\_Private\\_Families](https://en.wikipedia.org/wiki/Modern_Cookery_for_Private_Families) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>69</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Eliza\\_Acton](https://en.wikipedia.org/wiki/Eliza_Acton) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>70</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>71</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Fannie\\_Farmer](https://en.wikipedia.org/wiki/Fannie_Farmer) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>72</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/The\\_Boston\\_Cooking-School\\_Cook\\_Book](https://en.wikipedia.org/wiki/The_Boston_Cooking-School_Cook_Book) pristup ostvaren 1. 6. 2023.

<sup>73</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>74</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/kuhanje/povijest-kuharica-69f28a3a-610e-11eb-9a8b-0242ac120022> pristup ostvaren 7. 6. 2023.

<sup>75</sup> <https://www.jutarnji.hr/dobrahrana/price/hrvati-su-izmislili-vise-od-18-000-izraza-za-hranu-sve-sam-ih-naslaneke-u-najmanjim-selima-trebalo-mi-je-12-godina-da-završim-rjecnik-kulinarstva-9551069> pristup ostvaren 1. 6. 2023.



Prema autoričnim riječima „trebate zamisliti sljedove: prvo učinak, samo par ramijolica jer za glavno jelo je svičica, pečena onako na naglo u tavici, poslužena na pijatu s restanim korunom i prelivena sosom od zlatnih jabučica s dodatkom fesligena, a uz to grilani melancan. I onda, za desert, paradizot. Imate li uopće pojma o čemu govorimo? Počnimo od deserta, paradizot je drugi naziv za šnenokle, starinski desert iz kuhinja vaših baka. Melancan je naziv za patlidžan koji se koristi na Lošinju. Spomenuti sos, odnosno umak, je od zlatnih jabučica iliti rajčica i feligena, što je naziv za bosiljak u Hrvatskom primorju. Korun je još jedan naziv za krumpir, a svičica je, kako kažu na Hvaru, svinjski file. Učinak je zapravo gusta pileća juha, a ramijolica je na Krku naziv šeflju, odnosno zaimaču.“<sup>76</sup>

„Kulinarskih riječi je u čak 18.754 rječničkih natuknica raspoređenih na ukupno 969 stranica Povijesnog rječnika hrvatskog kulinarstva, u čak dva sveska od A do M te od N do Ž, skupila 41-godišnja dr. sc. Jelena Ivanišević, znanstvena suradnica u Institutu za etnologiju i folkloristiku.“<sup>77</sup>

„Ovaj rječnik donosi sveobuhvatan povijesni prikaz jezika i govora povezanih uz sve aspekte kulinarstva: namirnice, odnosno biljke i životinje koje su se koristile ili se koriste u ljudskoj prehrani, kuharske postupke, pribor i jela hrvatske kuhinje, kao i stolne navade, ponašanja i običaje povezane s hranom i pićem. Ovaj rječnik ne uzima u obzir samo književni jezik, već i svakodnevni, privatni govor“<sup>78</sup> na svim dijalektima svih krajeva Hrvatske. To je bogata standardna i dijalektna leksička građa.

„Bogatstvo hrvatskog jezika proizlazi iz posebnosti i nijansi“<sup>79</sup> dijalekata kojima se govori u pojedinim mjestima ili regijama. Često se u dva susjedna mjesta za istu stvar koriste potpuno drugačiji nazivi. Tako će „u ovom rječniku čitatelj pronaći i književni izraz rajčica, ali i sve

---

<sup>76</sup> <https://www.jutarnji.hr/dobrahrana/price/hrvati-su-izmislili-vise-od-18-000-izraza-za-hranu-sve-sam-ih-naslaneke-u-najmanjim-selima-trebalo-mi-je-12-godina-da-zavrsim-rjecnik-kulinarstva-9551069> pristup ostvaren 1. 6.2023.

<sup>77</sup> <https://www.jutarnji.hr/dobrahrana/price/hrvati-su-izmislili-vise-od-18-000-izraza-za-hranu-sve-sam-ih-naslaneke-u-najmanjim-selima-trebalo-mi-je-12-godina-da-zavrsim-rjecnik-kulinarstva-9551069> pristup ostvaren 1. 6.2023.

<sup>78</sup> <https://www.jutarnji.hr/dobrahrana/price/hrvati-su-izmislili-vise-od-18-000-izraza-za-hranu-sve-sam-ih-naslaneke-u-najmanjim-selima-trebalo-mi-je-12-godina-da-zavrsim-rjecnik-kulinarstva-9551069> pristup ostvaren 1. 6.2023.

<sup>79</sup> <https://www.jutarnji.hr/dobrahrana/price/hrvati-su-izmislili-vise-od-18-000-izraza-za-hranu-sve-sam-ih-naslaneke-u-najmanjim-selima-trebalo-mi-je-12-godina-da-zavrsim-rjecnik-kulinarstva-9551069> pristup ostvaren 1. 6.2023.

dijalektalne, lokalne, govorne izraze poput poma, pomidor, pomadora, paradajz... te starije, zamrle riječi poput zlatna jabučica i sosa.“<sup>80</sup>

„Povijesni rječnik hrvatskog kulinarstva dio je istraživačkog projekta Instituta za etnologiju i folkloristiku u Zagrebu Kultura prehrane u ozračju društvenih promjena 20. i početka 21. stoljeća, koji se odvijao od 2007. do 2013. godine.“<sup>81</sup>

Rad na rječniku je bio jako naporan i težak, također je bio izuzetno inspirativan. Autorica je „bila iznenađena količinom predmeta i pojmova iz svakodnevne upotrebe kojima ne znamo nazive. Primjerice, što je suprotno od žedan? Iako pridjev gasan postoji u nizu rječnika, kao i u raširenoj frazi biti pod gasom, on se čini kao sasvim nepoznata riječ. Jednako tako, iako je stolni kompletić kojeg čine bočice ulja i octa, soljenka i paprenka, te ponekad čačkalice sasvim uobičajena pojava na stolovima, rijetko bi se tko sjetio riječi karafindl ili karafina. Ponekad se nazivi razlikuju od mjesta do mjesta, a ponekad se isti naziv koristi i za posve različite pojmove.“<sup>82</sup>

„U njoj građu mogu tražiti podjednako filolozi, povjesničari kao i gastronomi, kuhari i široki krug *foodija* različitih profila. On je jednako koristan za istraživanje povijesti jezika i povijesti kulture prehrane, ali prije svega služi lakšem jezičnom snalaženju između različitih regionalnih i lokalnih prehrambenih tradicija. Sigurno će biti od pomoći bilo kojem Zagrepčaninu na splitskoj *peškariji*, kao i Hvaraninu na ručku u Međimurju. - smatra autorica koja za sebe kaže da je rođena Zagrepčanka, s izrazitom sklonošću Mediteranu.“<sup>83</sup>

---

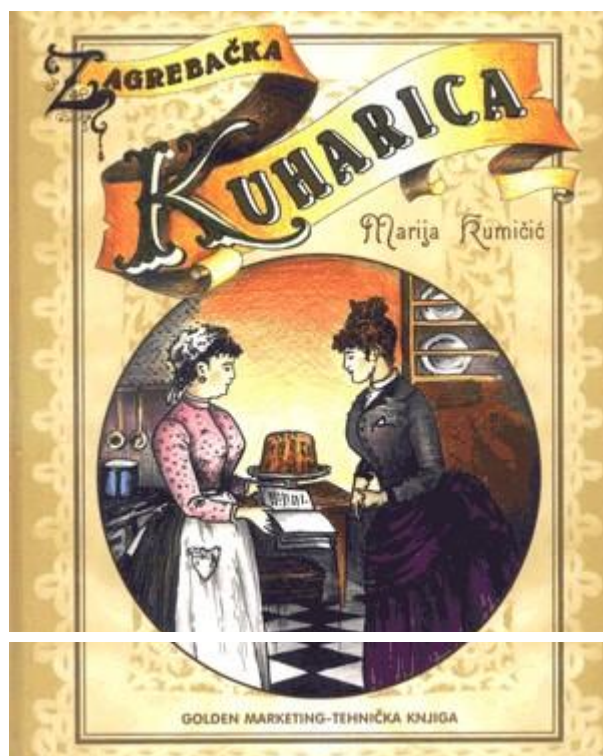
<sup>80</sup> <https://www.jutarnji.hr/dobrahrana/price/hrvati-su-izmislili-vise-od-18-000-izraza-za-hranu-sve-sam-ih-naslaneke-u-najmanjim-selima-trebalo-mi-je-12-godina-da-završim-rjecnik-kulinarstva-9551069> pristup ostvaren 1. 6.2023.

<sup>81</sup> <https://www.jutarnji.hr/dobrahrana/price/hrvati-su-izmislili-vise-od-18-000-izraza-za-hranu-sve-sam-ih-naslaneke-u-najmanjim-selima-trebalo-mi-je-12-godina-da-završim-rjecnik-kulinarstva-9551069> pristup ostvaren 1. 6.2023.

<sup>82</sup> <https://www.jutarnji.hr/dobrahrana/price/hrvati-su-izmislili-vise-od-18-000-izraza-za-hranu-sve-sam-ih-naslaneke-u-najmanjim-selima-trebalo-mi-je-12-godina-da-završim-rjecnik-kulinarstva-9551069> pristup ostvaren 1. 6.2023.

<sup>83</sup> Dobra Hrana - HRVATI SU IZMISLILI VIŠE OD 18 000 IZRAZA ZA HRANU: Sve sam ih našla, neke u najmanjim selima, trebalo mi je 12 godina da završim rječnik kulinarstva! (jutarnji.hr) pristup ostvaren 30. 10. 2023.

## 2.6. Povijest zagrebačke kuhinje i prva zagrebačka kuharica



**Slika 1:** Nova zagrebačka kuharica Marija Kumičić 1889.<sup>84</sup>

„Činjenica jest da su Zagrepčani hrani oduvijek poklanjali veliku pažnju. Već u srednjem vijeku na Gradecu je bilo 90 obrtnika neke prehrambene struke.“<sup>85</sup> Uvidom u bogatstvo i raznolikost zagrebačkih stolova, prepunih ukusnih jela i pića možemo zaključiti kako su se u zagrebačkoj kuhinji uspješno sljubili sastojci poput europske kulture, ljubavi prema hrani i višestoljetna tradicija.

## 2.7. Zagrebačka kuhinja i kuharice

„Zagrebačka kuhinja zaista se može pohvaliti mnogim tradicionalnim jelima.“<sup>87</sup> Ovo ne vrijedi samo za zagrebačku kuhinju jer bogatstvo tradicionalnih jela je bogato povijesno nasljeđe u svim dijelovima naše domovine. Inače, jedna od prvih kuharica na području Zagreba

<sup>84</sup> Izvor: [Mala povijest kuhanja: "Nova zagrebačka kuharica" Marije Kumičić iz 1889. - VolimKuhati.com](https://www.volimkuhati.com/2013/10/mala-povijest-kuhanja-zagrebacka.html) pristup ostvaren 20. 10. 2023.

<sup>85</sup> Špoljarec, Maja: [Mala povijest zagrebačke kuhinje – drugi dio | Zagreb Online](https://zagrebonline.hr/mala-povijest-zagrebacke-kuhinje-drugi-dio/), 10. 3. 2015., pristup ostvaren 20. 10. 2023.

<sup>86</sup> Špoljarec, Maja: „Mala povijest zagrebačke kuhinje – drugi dio“, [ZagrebOnline.hr](https://zagrebonline.hr/mala-povijest-zagrebacke-kuhinje-drugi-dio/), 10. 3. 2015. <https://zagrebonline.hr/mala-povijest-zagrebacke-kuhinje-drugi-dio/>. pristup ostvaren 20. 10. 2023.

<sup>87</sup> [Mala povijest kuhanja: "Nova zagrebačka kuharica" Marije Kumičić iz 1889. – Volim. Kuhati.com](https://www.volimkuhati.com/2013/10/mala-povijest-kuhanja-zagrebacka.html) <https://www.volimkuhati.com/2013/10/mala-povijest-kuhanja-zagrebacka.html> pristup . ostvaren 20. 10. 2023.

je bila spisateljice Marije Kumičić naziva: Nova zagrebačka kuharica. Prvo izdanje izašlo je 1889., i može se reći da „je predstavljala pravu malu revoluciju među kuharicama, jer je bila napisana na hrvatskom jeziku, te su nazivi jela bili prevedeni s njemačkog na hrvatski jezik:“<sup>88</sup>

„Na prvim stranicama "Nove zagrebačke kuharice" pronaći ćete reklamu za Dukat, zatim sadržaj od nekoliko strana sa stotinama recepata – od juha za bolesne, preko recepata s mesom, veliki broj slastica od jaja, tijesta s maslacem, sladoleda, recepata za pürée (ne samo od krumpira), hladna i topla pića ...“<sup>89</sup> Kuharica je sadržavala poglavlja „O hrani“ te „Probavi jela“ s uputom koliko je sati potrebno pojedinom jelu da se probavi, pa se tako može „pročitati da kuhanoj riži treba jedan sat, dok kuhanoj mrkvi i kelju tri sata i petnaest minuta da se probave. Također sadrži poglavlje „O postavljanju i prekrivanju stola“.“<sup>90</sup>

---

<sup>88</sup> [Mala povijest kuhanja: "Nova zagrebačka kuharica" Marije Kumičić iz 1889. - VolimKuhati.com](https://www.volimkuhati.com/2013/10/mala-povijest-kuhanja-zagrebacka.html) <https://www.volimkuhati.com/2013/10/mala-povijest-kuhanja-zagrebacka.html> pristup ostvaren 20.10.2023.

<sup>89</sup> [Mala povijest kuhanja: "Nova zagrebačka kuharica" Marije Kumičić iz 1889. - VolimKuhati.com](https://www.volimkuhati.com/2013/10/mala-povijest-kuhanja-zagrebacka.html) <https://www.volimkuhati.com/2013/10/mala-povijest-kuhanja-zagrebacka.html> pristup ostvaren 20.10.2023.

<sup>90</sup> [Mala povijest kuhanja: "Nova zagrebačka kuharica" Marije Kumičić iz 1889. - VolimKuhati.com](https://www.volimkuhati.com/2013/10/mala-povijest-kuhanja-zagrebacka.html) <https://www.volimkuhati.com/2013/10/mala-povijest-kuhanja-zagrebacka.html> pristup ostvaren 20.10.2023.

### 3. Kuhinje kao alat za ukusan obrok

Kuhinje su u prošlosti bile „centar obiteljskih okupljanja, zapravo se cijeli svakodnevni život odvijao u tom prostoru.“<sup>91</sup> I „danas kuhinja nije samo mjesto gdje se priprema hrana nego i mjesto u kojem se družimo“<sup>92</sup>, okupljamo, obavljamo svakodnevne poslove. U kuhinjama danas imamo i radni prostor u kojem djeca mogu pisati zadaću, igrati se, odrasli ukućani kuhaju i završavaju druge poslove na laptopu. Kuhinje su postale višenamjenski prostor u kojem se družimo obiteljski i s gostima, zajedno kuhamo, jedemo i zabavljamo se.

Dobro opremljena kuhinja elegantna je, udobna i najvažnije funkcionalna. Namještaj se posebno dizajnira, a veliki izbor novih materijala omogućava praktičnost i lako održavanje.

„Kuhinja bi trebala biti organizirana tako da prostor za pripremu hrane bude u sredini. Hrana i pribor trebaju biti pri ruci“<sup>93</sup> dobro organizirani. Kretanje treba biti jednostavno tako da se može što lakše doći do prostora za kuhanje ili sudopera. Kako bi kuhinja bila mjesto druženja, trebala bi sadržavati i prostor za blagovanje.

#### 3.1. Zidnjaci kao komunikacijski alat u kuhinji

Kako nekada nije bilo komunikacijskih alata poput malih ekrana, računala i sl. vrijedno je prisjetiti se kuhinja iz djetinjstva i komunikacijskih predmeta u obliku vezenih krpa „koje su bile ovješene iznad štednjaka ili umivaonika. Najčešće su bile izvezene plavim koncem, znala bi se naći i poneka urađena crvenim ili zelenim koncem, a sadržavale su duhovite ili poučne poruke, uglavnom o domaćici i njenom kuhanju, ali ih je bilo i o drugim događanjima u svakodnevnom životu, međuljudskim odnosima, očekivanjima, ljubavnim romansama i različitim životnim situacijama.“<sup>94</sup>

---

<sup>91</sup> [Krupa "Zidnjak" ili "Kuvarica" nastajala je negdje između dva rata \(dugopolje.org\), https://dugopolje.org/kuharice-manje-zbori/](https://dugopolje.org/kuharice-manje-zbori/), pristup ostvaren 20. 10. 2023.

<sup>92</sup> Celinščak, Anita: [Zahtjevi na oblikovanje suvremene kuhinje temeljeni na potrebama današnjih korisnika, završni rad, Sveučilište u Zagrebu, Šumarski fakultet, 2017, | Digitalni repozitorij Sveučilišta u Zagrebu \(unizg.hr\)](#) str.41 pristup ostvaren 20. 10. 2023.

<sup>93</sup> Celinščak, Anita: [Zahtjevi na oblikovanje suvremene kuhinje temeljeni na potrebama današnjih korisnika | završni rad, Sveučilište u Zagrebu, Šumarski fakultet, 2017, Digitalni repozitorij Sveučilišta u Zagrebu \(unizg.hr\)](#) str.38 pristup ostvaren 20. 10. 2023.

<sup>94</sup> [Krupa "Zidnjak" ili "Kuvarica" nastajala je negdje između dva rata \(dugopolje.org\), https://dugopolje.org/kuharice-manje-zbori/](https://dugopolje.org/kuharice-manje-zbori/), pristup ostvaren 20. 10. 2023..

Struktura zidnjaka uglavnom je dvodijelna. Sliku je obavezni dio zidnjaka, a većinom se „javlja i tekst kao fakultativni dio“<sup>95</sup> Slika je uvijek smještena na bijeloj podlozi, često puta na domaćem tkanom platnu s raznobojnim ručnim vezom, a poslije će biti oblikovano „industrijskim tiskom. Obrubi su posebno ukrašavani drugom tkaninom, a prevladava crvena i plava boja te njihove kombinacije.“<sup>96</sup>

„Vezeni zidnjaci nastaju u zanatskim radnjama gdje se s papirnatih uzoraka prenose na platno pomoću indiga, zatim se po plavoj crti već otisnutog uzorka veže. Prema njihovim motivima možemo pratiti mijenjanje ambijenta kuhinje, posuđa i pomagala. U gradskim sredinama dolaze u modu krajem devetnaestog stoljeća, a dvadesetih i tridesetih godina prošlog stoljeća nalazimo ih i u seoskim sredinama kod bogatih pojedinaca. Njihova najintenzivnija uporaba traje sve do 60-ih godina, kada su kuhinje bile bez električnih štednjaka i visećih kuhinja, a kod starijeg svijeta mogu se vidjeti i danas.“<sup>97</sup>

Najprije su zidnjaci bili omiljeni ukras kuhinja naših baka, no osim ukrasne vrijednosti imali su i zaštitnu, jer su zid štitili od prskanja vrelog ulja, uzavrelog variva i juhe. „Ubrzo su im dodane i duhovite, te poučne poruke, jer je uočeno da se na tim dekorativnim predmetima, uz kavalirštinu, ljubavnu čežnju i zabavu, može promicati i opća kultura svakodnevnog življenja, higijena, zdrava prehrana, kultura ponašanja, međusobnog ophođenja i poštovanja, kultura obitelji, ljubavi i sklada unutar zidova obiteljskog doma.“<sup>98</sup>

U nastavku je pregled nekoliko zanimljivih natpisa iz prošlosti, a kako bi moglo biti u budućnosti:

- „Kuharica malo vrijedi ako kuha a ne štedi.
- Kuharice zlato moje tebe jelo hvali tvoje.
- Zašto gledaš sad u lonac kad mi nisi dao novac.
- Kuharice skuhaj ručak fino pa ćeš dobiti novaca za kino.
- Dobar objed mužu daj pa će biti kući raj.“<sup>99</sup>

---

<sup>95</sup> Grahovac-Pažić, Vesna; Mataija-Vrcić, Sanja: Zidne kuharice - lička kulturna baština, *Kroatologija*, Vol. 1 No. 2, 2010., str. 69. <https://hrcak.srce.hr/clanak/106813>, - pristup ostvaren 20. 10. 2023.

<sup>96</sup> Grahovac-Pažić, Vesna; Mataija-Vrcić, Sanja: Zidne kuharice - lička kulturna baština, *Kroatologija*, Vol. 1 No. 2, 2010., str. 69. <https://hrcak.srce.hr/clanak/106813>, pristup ostvaren 20. 10. 2023.

<sup>97</sup> [Kuvarice – ljepota, mudrost života i odgoj s kuhinjskih zidova - Oblizeki](#) *Oblizeki.com* pristup ostvaren 20.10.2023.

<sup>98</sup> [Kuvarice – ljepota, mudrost života i odgoj s kuhinjskih zidova - Oblizeki](#) *Oblizeki.com* pristup ostvaren 20.10.2023.

<sup>99</sup> [www.rucni-rad.info](http://www.rucni-rad.info) pristup ostvaren 20.10.2023.

- „Dok se na tavi prže jaja kuharica se na internet spaja!“<sup>100</sup>
- Kuharica status na Facebooku ima, ali nigdje ručka fina!
- Uz perilicu suđa žena manje gundā!



**Slika 2:** Blog Muzeja i galerija Konavala – Zidne poruke Konavalskih kužina<sup>101</sup>.

### 3.2. Komunikacija za stolom i postavljeni standardi

Okruženi smo različitim standardima i pravilima komuniciranja među kojima spada i pravilan način serviranja stola za jelo te organiziranje sjedenja domaćina i uzvanika. Prema bontonu, „domaćini sjede najčešće na čelu stola, pri čemu domaćica sjedi sa strane bliže kuhinji kako bi lakše upravljala serviranjem“<sup>102</sup> i posluživanjem.

Ukoliko „za stolom sjedi jednak broj žena i muškaraca, tada muškarac sjedi sa ženine lijeve strane. Ako se radi o obiteljskim svečanostima tada pri razmještanju i podjeli mjesta za stolom valja pripaziti na dob i rodbinske veze.“<sup>103</sup> Na stol se mogu postaviti i oznake „s imenima kako ne bi došlo do zabune gdje tko sjedi.“<sup>104</sup>

<sup>100</sup> [Kuharice – ljepota, mudrost života i odgoj s kuhinjskih zidova - Oblizeki Oblizeki](#) pristup ostvaren 20. 10. 2023.

<sup>101</sup> Izvor: [Zidne poruke konavoskih kužina – Blog Muzeja i galerija Konavala \(migk.hr\)](#) pristup ostvaren 20. 10. 2023.

<sup>102</sup> [Bonton za stolom – Wish, https://www.wish.hr/bonton-za-stolom/](#), pristup ostvaren 20. 10. 2023.

<sup>103</sup> [Bonton za stolom – Wish, https://www.wish.hr/bonton-za-stolom/](#), pristup ostvaren 20. 10. 2023.

<sup>104</sup> [Bonton za stolom – Wish, https://www.wish.hr/bonton-za-stolom/](#), pristup ostvaren 20. 10. 2023.

Nezaobilazni dodaci cjelokupnog dojma su i predmeti kao što su stolnjak, salvete i dekoracija stola. Važno je da stolnjak „bude dovoljno velik kako bi prekrrio stol, no ne smije biti prevelik kako ne bi previše visio sa strana stola. Osim setova, treba postaviti podložak za čašu te odgovarajuće salvete. Bijele salvete odgovaraju u svim prilikama, a kad se stavljaju one u boji, valja paziti da one odgovaraju boji stolnjaka. Salvete se mogu staviti ispod tanjura, na tanjur ili pak ispod pribora za jelo.“<sup>105</sup> Danas imamo i salvete s uzorcima koje odgovaraju raznim prigodama ili blagdanima.

Od predmeta su tu nezaobilazni „pribor za jelo“<sup>106</sup> te čaše. „Neovisno o prigodi, ono što je neophodno u priboru za jelo, to su mala i velika vilica, nož te mala i velika žlica. S lijeve strane dolazi vilica, dok se s desne strane nalaze nož (odmah uz tanjur s oštricom okrenutom prema unutra) te žlica do njega. Mala žlica ili mala vilica (ovisno o desertu) postavljaju se vodoravno iznad samog tanjura. Ako ima više jela, domaćin postavlja i više pribora za jelo, a gost uvijek kreće s vanjske strane, počevši s predjelom, pa tako redom sve do glavnog jela. Bitno je postaviti odgovarajuće čaše za vino te ostalu tekućinu. Čaše za vino postavljaju se s desne strane i to najčešće dvije, jedna za vino i jedna za vodu. Izbor vina je prema osobnom ukusu, ali ono ipak treba pristajati uz jelo. Crno vino poslužuje se na sobnoj temperaturi, dok za razliku od njega, bijelo vino prije posluživanja treba dobro rashladiti. Čaše se općenito mogu podijeliti u tri grupe: čaše za crveno vino, čaše za bijelo vino i čaše za šampanjac.

Ako je stol manji, valja pričekati da svatko za stolom dobije jelo i tek tada se počinje s konzumiranjem hrane. Domaćin je taj koji potiče komunikaciju za stolom, no ni u tome ne treba pretjerivati. Kad je osoba gotova s jelom, vilicu i nož pod istim kutom odlaže na tanjuru, a ako se samo odmara od jela, tada pribor za jelo valja okrenuti prema gore i položiti na rub tanjura, vilicu s jedne, a nož s druge strane. Pribor se ne ostavlja položen na tanjur s vanjske strane da zajedno sa stolom zatvara trokut i ne smije se nikako naslanjati laktovima na stol. Kako je poželjno da svi gosti za stolom završe s jelom otprilike u isto vrijeme, valja se uskladiti s drugim gostima, te pokazati dobre manire i ponašanje za stolom te prilagoditi brzinu kojom jedemo jela.“<sup>107</sup>

Važno je poznavati pravila uljudnog ponašanja i njihova primjena „jer je i u privatnim i u poslovnim okolnostima uljudnost sve traženija, cjenjenija pa čak i obavezna. Poznavanjem pravila bontona izbjegavamo instinktivno postupanje, koje sa sobom donosi greške koje nas dovode do neugodnih situacija. Upravo za stolom do izražaja dolaze sve naše komunikacijske vještine i znanja. Zato je važno poznavati simboliku stola i uvježbavati primjenu pravila bontona. Najvažnija pravila su ona koja u kojima se ističe važnost uspravnog sjedenja, ne

---

<sup>105</sup> [Bonton za stolom – Wish, https://www.wish.hr/bonton-za-stolom/](https://www.wish.hr/bonton-za-stolom/), pristup ostvaren 20. 10. 2023.

<sup>106</sup> [Bonton za stolom – Wish, https://www.wish.hr/bonton-za-stolom/](https://www.wish.hr/bonton-za-stolom/), pristup ostvaren 20. 10. 2023.

<sup>107</sup> [Bonton za stolom – Wish, https://www.wish.hr/bonton-za-stolom/](https://www.wish.hr/bonton-za-stolom/), pristup ostvaren 20. 10. 2023.



naslanjanja na laktove, osobne stvari i jednom upotrijebljen pribor ne smiju se odlagati na stol, a pritom je važno razlikovati i pravilno koristiti pribor za jelo i držati čašu, ne stvarati buku, ne govoriti punih usta. U nas uobičajena društvena izreka: „Dobar tek!“ nije poželjna u poslovnoj prilici. Dok je apsolutni tabu – mobitel na stolu ili telefoniranje za vrijeme obroka!<sup>108</sup>

Dobro je da znate, ako određujete jelovnik ili sami kuhate, „da određene vrste jela u potpunosti ubijaju okus vina, pa se uz njih ono ne preporučuje. Riječ je o maslinama, artičokama, šparogama i jogurtu. Neki smatraju da se i čokolada<sup>109</sup> i vino ne slažu, ali i tu postoje razlike u vrsti vina koja se poslužuje.

### 3.3. Moda za kuhare

Tradicionalna kuharska uniforma (ili kuharska bijela odjeća) uključuje *toque blanche* ("bijeli šešir"), bijeli sako s dvostrukim kopčanjem, hlače s crno-bijelim uzorkom na ptičje zube i pregaču. To je uobičajena profesionalna uniforma u zapadnom svijetu. Kuharski gumbi također imaju značenje: dok kvalificirani kuhari nose crne gumbe, studenti nose bijele gumbe. Nekada su kulinarski timovi imali brojne članove, dok danas kuhari rade u raznim dijelovima kuhinje, pa je više nemoguće biti zadužen samo za jedan proces.

*Toque* je kuharska kapa koja datira iz 16. stoljeća. Različite visine mogu označavati rang unutar kuhinje, a broj nabora također može označavati kuharovu stručnost, pri čemu svaki nabor predstavlja razinu koju je svladao.

U tradicionalnijim restoranima, bijeli kuharski ogrtač je standardan i smatra se dijelom tradicionalne uniforme i praktičnom odjećom kuhara. Debela pamučna tkanina štiti od topline štednjaka i peći, te dodatno štiti od prskanja kipuće tekućine. Jakna s dvostrukim kopčanjem koristi se za dodatnu zaštitu kuharevih prsa i trbuha od opekline uzrokovanih prskanjem tekućine. Vezani platneni gumbi se koriste kako bi izdržali česta pranja i kontakt s vrućim predmetima. Bijela je namijenjena označavanju čistoće i općenito je nose istaknuti glavni kuhari. Sve više postaju popularne i druge boje poput crne.

Duga, široka kuharska pregača se koristi za druge namjene. Prvenstveno se koristi iz sigurnosnih razloga. Pregača će podnijeti glavni udar ako se vruća tekućina prolije preko lonca dok ga kuhar nosi, a može se brzo ukloniti kako bi se odvojila od donjeg rublja i nogu. Pregače koje su dugačke i pokrivaju veći dio prednje strane tijela vrlo su korisne u restoranima i

---

<sup>108</sup> [Bonton za stolom – Wish, https://www.wish.hr/bonton-za-stolom/](https://www.wish.hr/bonton-za-stolom/), pristup ostvaren 20. 10. 2023.

<sup>109</sup> [Bonton za stolom – Wish, https://www.wish.hr/bonton-za-stolom/](https://www.wish.hr/bonton-za-stolom/), pristup ostvaren 20. 10. 2023. pristup

komercijalnim kuhinjama. Tradicionalno, namjena pregače je bila zaštititi kuharevu odjeću od mrlja i mirisa hrane. Također, koristi se kao prikladna krpa kojom se brišu neuredne ruke ili suše oprane ruke, iako bi se to sada smatralo nehigijenskim. Ponekad, pregača može sadržavati džepove, tako da kuhar može nositi alate koji su mu potrebni tijekom kuhanja.

Odjeća kuhara ostaje standard u prehrambenoj industriji. Tradicija nošenja ove vrste odjeće datira još od sredine 19. stoljeća. Marie-Antoine Carême<sup>110</sup>, popularni francuski kuhar, zaslužan je za razvoj sadašnje kuharske uniforme. Kuharske kape ili toke već su se bile koristile, međutim on je tražio uniformu u čast kuharu. Bijela je bila odabrana za kuharski kaput kako bi označila čistoću. Kasnije je francuski kuharski majstor Georges Auguste Escoffier<sup>111</sup> donio tradicionalni kuharski kaput u London, upravljajući restoranima u hotelu Savoy<sup>112</sup>, a potom i u hotelu Carlton<sup>113</sup>.

#### **4. Kulinarstvo u medijima**

Sve do 1940. većina se kulinarskih emisija izvodila na radiju. Prva radijska kulinarska emisija je bila emitirana u Sjedinjenim Državama pod nazivom Betty Crocker Cooking School of the Air. Inače, debitirala je 1924. i govorila je o izmišljenom liku Betty Crocker.

„Jedna od prvih televizijskih kulinarskih emisija, Cook's Night Out, emitirana je na BBC-ju 21. siječnja 1937. Marcel Boulestin se na engleskom govornom području proslavio svojim kuharskim knjigama o francuskoj kuhinji, demonstrirao je pripremu omleta u sklopu“<sup>114</sup> 15-minutnog programa Cookery, koju je vodio Philip Harben, a emitirala se od 1946. do 1951., Guinnessova knjiga rekorda smatra prvom kuharskom emisijom na televiziji

Godine 1940., Sunday Evening Supper producirao je Edward Padula za NBC postaju. Volim jesti bila je televizijska serija uživo koju je vodio James Beard i koja se emitirala na NBC-u od 1946. do 1947. godine.

1963. pokrenut je The French Chef, jedna od prvih kuharskih emisija u Sjedinjenim Državama, a vodila ju je Julia Child, koautorica kuharice Mastering the Art of French Cooking.

---

<sup>110</sup> [https://fr.wikipedia.org/wiki/Marie-Antoine\\_Car%C3%AAme](https://fr.wikipedia.org/wiki/Marie-Antoine_Car%C3%AAme) pristup ostvaren 2. 6. 2023.

<sup>111</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Auguste\\_Escoffier](https://en.wikipedia.org/wiki/Auguste_Escoffier) pristup ostvaren 2. 6. 2023.

<sup>112</sup> <https://www.thesavoylondon.com/> pristup ostvaren 2. 6. 2023.

<sup>113</sup> <https://www.carltonhotellondon.com/> pristup ostvaren 2. 6. 2023.

<sup>114</sup> [Često pitanje: Koja je bila prva kuharska emisija? - Kuham \(solefoodkitchen.com\)](#) pristup ostvaren 2. 6. 2023.

1973. na KTPS-TV pokrenuta je kulinarska emisija Frugal Gourmet, a vodio ju je Jeff Smith, kuhar iz Seattlea

1993. Food Network pokrenut je kao kabelski kanal prvenstveno posvećen kulinarskim emisijama i drugim programima koji se odnose na hranu.

Godine 1953. Jean d'Arcy, francuski televizijski redatelj, bio je inspiriran kulinarskom emisijom u Zapadnoj Njemačkoj i donio je ideju u Francusku, što je rezultiralo debijem emisije Les Recettes de M. X (Recepti od M. X). Vodio ju je komičar Georges Adet. Ovo je bila prva kulinarska emisija emitirana u Francuskoj, koja je počela 1953. i završila godinu dana kasnije. Od 1954. do 1967. emisija naziva Art et magie de la cuisine (Umjetnost i magija kuhinje), koju je vodio kuhar Raymond Oliver, bila je još jedna od prvih kuharskih emisija koja se emitirala u Francuskoj.

20. veljače 1953., Clemens Wilmenrod vodi prvu kulinarsku emisiju Večera se poslužuje koja je bila emitirana u tadašnjoj Zapadnoj Njemačkoj.

#### 4.1. Kulinarske emisije u službi brendiranja proizvoda

Prisjetimo se kulinarske emisije *Male tajne velikih majstora* koja se nekada emitirala uoči središnjeg televizijskog dnevnika mamila je pozornost, ne samo kuhara i kuharica, nego i onih kuhara i kuharica koji su to željeli postati.

Gledatelji su na prve taktove Arsenovih stihova – „Nekih stvari ima što ne govore se svima, što se samo nekom šapnu...“<sup>115</sup> bili uz male ekrane i pratili nova kulinarska umijeća. Dobro osmišljena emisija i dandanas poznata, stvorila je najpoznatiji hrvatski prehrambeni *brand* Vegetu i naučila milijune potrošača kako je koristiti.

Iako se Vegeta čini vrlo jednostavna začinska kombinacija jer sadrži „malo soli i šećera, sušenog povrća, prstohvat glutaminata,“<sup>116</sup> svejedno je još uvijek najpoznatiji hrvatski proizvod. Možemo ju naći „u američkom Walmartu, britanskom Tescu, restoranu Michaela Jordana, u Australiji, Africi, Bliskom i Dalekom Istoku.“<sup>117</sup> Ovaj začim, „s prepoznatljivom plavom ambalažom na kojoj je nasmiješeni kuhar s francuskim brčićima i crtež rasplesanog

---

<sup>115</sup> [Kako je stvorena Vegeta: 'Pošaljite još nekoliko tisuća, sve smo prodali' - Večernji.hr \(vecernji.hr\)](#), pristup ostvaren 2. 6. 2023.

<sup>116</sup> [Kako je stvorena Vegeta: 'Pošaljite još nekoliko tisuća, sve smo prodali' - Večernji.hr \(vecernji.hr\)](#), pristup ostvaren 2. 6. 2023.

<sup>117</sup> [Kako je stvorena Vegeta: 'Pošaljite još nekoliko tisuća, sve smo prodali' - Večernji.hr \(vecernji.hr\)](#) pristup ostvaren 2. 6. 2023.

povrća, plijeni pozornost u kuhinjama čak 50 zemalja. Svake se godine u svijetu različitim jelima doda čak osam milijardi žličica Vegete<sup>118</sup>, a to znači da se godišnje proda više od 25.000 tona Vegete.

#### 4.2. Kuhanje i televizijska popularnost na hrvatskim programima

Postizanje veće gledanosti na domaćem televizijskom tržištu vodi se najstarijim kuharskim alatom, kuhačom. Svaka televizijska kuća nudi „nekoliko emisija o kuhanju, pa su tako i HTV, Nova TV i RTL televizije suglasne da gledatelje zanima kuhanje, recepti i priče o jelima.“<sup>119</sup>

Vidjeli smo „da Novoj TV sadržaj lonca nadgleda Rene Bakalović, dok gledatelji mogu vidjeti i reprizna kuhanja Ane Ugarković, koja je svoju seriju emisija "Kod Ane" započela na toj televiziji.“<sup>120</sup> Ekipa RTL-a prikazuje kulinarska natjecanja kao što su Večeru za pet i Punom parom te Jezikova juha.



**Slika 3.** Ana Ugarković – *Kod Ane*<sup>121</sup>

<sup>118</sup> [Kako je stvorena Vegeta: 'Pošaljite još nekoliko tisuća, sve smo prodali' - Večernji.hr \(vecernji.hr\)](#) pristup ostvaren 2. 6. 2023.

<sup>119</sup> [gorila.jutarnji.hr](#) pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>120</sup> [gorila.jutarnji.hr](#) pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>121</sup> Izvor: <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

„Otkako su u hrvatski medijski prostor, osim HTV-a, ušle i privatne TV postaje RTL i Nova TV, započela je njihova borba za gledatelje. Jedan od najuspješnijih oblika borbe su kulinarske emisije. Svaka TV postaja ima barem jednu kulinarsku emisiju, a zajedničko im je da su sve jako dobro gledane. To poznavatelje situacije ne začuđuje jer, kako kaže novinar i poznavatelj kulinarske scene Rene Bakalović: „Na početku interneta dva pojma koja su se najviše tražila bila su seks i hrana. Interes za hranu, što se tiče elektroničkih medija, ostao je do danas.“<sup>122</sup> Sve te kulinarske emisije poprilično se razlikuju jedna od druge, a sada postoji i inflacija kuharskih emisija, te je kvaliteta svake od njih vrlo upitna.“<sup>123</sup>

„HTV do 2000. godine nije imao konkurenciju. Prikazivala se licencirana emisija "Kruške i jabuke" koja se 2005. prestala emitirati zbog pada gledanosti. Između emisije "Kruške i jabuke" i današnjih emisija je Ana Ugarković, koja se 2002. pojavljivala u "Kruškama i jabukama", a kasnije u emisiji "Kod Ane".“<sup>124</sup> Njezina emisija postaje „jedina kuharska emisija u kojoj se prati nastanak jela od početka do kraja.“<sup>125</sup> Ana precizno objašnjava i vodi gledatelje kroz sve faze kuhanja jela „tako da gledatelji mogu naučiti kako se ta jela kuhaju, a za njezino dovođenje na televiziju zaslužan je upravo Rene Bakalović“<sup>126</sup> koji kaže:

„Za sve je zaslužan filmski i televizijski snimatelj Stanko Herceg, njezin susjed i prijatelj koji mi je mjesecima govorio ‘ima jedna super mala, vratila se iz Londona, genijalna je’. Na prvi sastanak s Anom Ugarković otišao sam zajedno s novinarom Željkom Šatovićem, u slučaju da ‘ta mala’ bude dosadna, tako da onda ja s njim mogu popiti pivo. Međutim, ispostavilo se da je Ana Ugarković zaista čudo, Šatović je također bio oduševljen i onda smo se danima viđali. Postoje neki znakovi po kojima se prepoznaš s nekim, a u ovom slučaju je to bio Harold McGee kuhar, znanstvenik i publicist, a kada vidiš da neki kuhar ima njegovu knjigu u svojoj biblioteci, odmah znaš da je to ozbiljan kuhar. S nekoliko pitanja smo testirali Anu, a ona ne samo da je sve znala, nego sam shvatio da ja ništa ne znam, a nastupio sam prepotentno prema njoj. Shvatio sam da pratim dva, tri generalna kuharska trenda, a da, ustvari, ne znam kakva se sve čudesa na

---

<sup>122</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>123</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>124</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>125</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>126</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

kuharskom planu događaju. Tako je ispalo da je kasnije ona mene obrazovala<sup>127</sup>, „prisjeća se Bakalović koji ju je odmah preporučio ljudima s HTV-a. S obzirom na to da je Ana Ugarković, prema vlastitim navodima, kraće vrijeme kuhala u iznimno uglednim londonskim restoranima „River Cafe“<sup>128</sup> i „Fat Duck“<sup>129</sup>, postala je kuharica u emisiji "Kruške i jabuke".<sup>130</sup>

„Ana Ugarković godinama je bila hrvatski Jamie Oliver. Njene su se knjige prodavale u rekordnim nakladama, dok su sponzori stajali u redu da bi se ugurali u emisiju "Kod Ane", čije se reprize i dalje povremeno emitiraju. Profesionalna kuharica Ana Ugarković prva je hrvatskim TV gledateljima pokazala kako se restoranska hrana može kuhati kod kuće. Još je važnije da je vlasnica Malog bara iz emisije u emisiju afirmirala korištenje svježih sastojaka.“<sup>131</sup>

HTV kreće s emitiranjem i „emisija *"Jelovnici izgubljenog vremena,"* autora Veljka Barbierija, koja je tada imala kraću minutažu nego što je imala kasnije. Kako se emisija razvijala, tako je rasla i produkcijska kvaliteta, što je za televiziju, ali i za mene, strahovito, važno rekao je Barbieri koji ističe da je njegova emisija započela s prikazivanjem onog trenutka kada je u Nacionalu počeo objavljivati kolumnu "Kuharski kanconijer." Prema njegovim riječima u vrijeme dok je studirao, slučajno se bio zatekao na venecijanskoj jahti gdje je postao pomoćni kuhar, pri čemu je naučio dosta toga o kuhanju. Osim toga, kao i svakoga, odredila ga je bila kuhinja njegove bake. Nakon što je na venecijanskoj jahti umro glavni kuhar, pozvali su Barbierija i predložili da bude glavni kuhar, među ostalim i zato što je njegova obitelj venecijanskog podrijetla. 1972. počeo je raditi kao pomoćni kuhar, a onda je 1974. nastavio kao glavni kuhar. Tako je financirao svoje školovanje i svoj hedonistički način života. Tijekom emitiranja njegove emisije, koja je bila mijenjala format i vrijeme prikazivanja, prosjek gledanosti bio je 6 %, međutim kada se počela prikazivati kao samostalna emisija od 25 minuta, gledanost je bila veća, tako da je iznosila čak 15 %.“<sup>132</sup>

„RTL televizija je od 2005. krenula s licenciranom emisijom "Večera za pet" koja se prikazuje i danas. Iste se godine počelo s prikazivanjem još jedne licencirane emisije, "Jezikova

---

<sup>127</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>128</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/The\\_River\\_Caf%C3%A9\\_\(London\)](https://en.wikipedia.org/wiki/The_River_Caf%C3%A9_(London)) pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>129</sup> <https://guide.michelin.com/en/windsor-and-maidenhead/bray/restaurant/fat-duck> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>130</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>131</sup> [10 savjeta za kuhare koji žele postati slavni \(plavakamenica.hr\)](http://10.savjeta.za.kuhare.koji.zele.postati.slavni(plavakamenica.hr)) pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>132</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

juha", s kuharom Stephanom Macchijem<sup>133</sup> u glavnoj ulozi, čija je prosječna gledanost iznosila 11,7 %.<sup>134</sup> Inače, „Macchi je Francuz koji se zbog supruge Hrvatice doselio u Zagreb, a u Francuskoj je radio u "Le Pavillon des Princes"<sup>135</sup>, restoranu Patricka Lenotrea koji ima dvije Michelinove zvijezde, zatim u "Clos de la Violette"<sup>136</sup>, restoranu Jean-Marca Banzoja koji također ima dvije Michelinove zvijezde, te kod Reine Sammut čiji restoran "La Fenière"<sup>137</sup> isto ima dvije Michelinove zvijezde.<sup>138</sup>

Na RTL-u su isprobali i provjerili „veliki broj koncepata i prijedloga, kao i već snimljenih i međunarodnih i domaćih emisija, te je zaključeno da će se baš kulinarske emisije najbolje uklopiti u programsku shemu i raspored<sup>139</sup>, jer su u skladu s RTL-ovim konceptom „programa koji nudi nepretenciozan, zanimljiv i zabavan sadržaj“<sup>140</sup>, te dodatno otkriva nešto o nama samima.

Analizirajući kulinarske emisije po različitim TV kućama možemo zaključiti „da se u emisiji "Kod Ane" može naučiti kako skuhati pojedino jelo, kod Veljka Barbierija“<sup>141</sup> uz kuhanje jela može se proučiti njegova povijest, dok se u RTL-ovim emisijama nudi drugačiji oblik kulinarstva. RTL od samog početka gledateljima nije htio nuditi isključivo kulinarsku emisiju nego ponuditi ili način življenja ili pravu predstavu za gledatelje, nudeći "Večeru za 5" u obliku „lifestyle“ emisije ili "Jezikovu juhu" kao „reality show“.

Rene Bakalović ima vinjetu o kuhanju u InMagazinu Nove TV u „kojoj gostujući kuhari u svakojakim okolnostima spremaju hranu“<sup>142</sup>. Mišljenja je da je svugdje u svijetu gledanost kuharskih emisija velika, ali i da je smanjen interes gledatelja za kuharskim emisijama. Isto tako upozorava kako se HTV ne bi trebao natjecati s komercijalnim televizijama, jer je javna

---

<sup>133</sup> <https://www.novolist.hr/more/poznati-pariski-kuhar-stephan-macchi-ulovio-kapitalnu-licu-pa-je-pripremio-i-poklonio-najpotrebitijima/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>134</sup> <https://www.novolist.hr/more/poznati-pariski-kuhar-stephan-macchi-ulovio-kapitalnu-licu-pa-je-pripremio-i-poklonio-najpotrebitijima/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>135</sup> <https://www.pavillondesprinces.com/> pristup ostvaren 3.6.2023.

<sup>136</sup> <https://www.fodors.com/world/europe/france/provence/restaurants/reviews/le-clos-de-la-violette-39517> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>137</sup> <https://www.aubergelafeniere.com/> pristup ostvaren 3.6.2023.

<sup>138</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>139</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>140</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>141</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>142</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

televizija. S obzirom na to da Rene Bakalović voli ulogu pripovjedača o hrani jer se upravo pripovijedanjem o „hrani može ispričati jedna priča koja govori o hrvatskom naslijeđu.“<sup>143</sup>

Primjećuje „da je emisija "Kod Ane" koja se prikazivala na HTV-u bitno drugačija od one koja se bila prikazivala na Novoj TV.“<sup>144</sup> Verzija za HTV „je kraća, prikazivala se svakodnevno, a jela su jednostavnija, za razliku od jela na Novoj TV, jer su se gledatelji žalili kako se radi o previše zahtjevnim receptima.“<sup>145</sup> „Kuhinja Ane Ugarković prema njegovim je riječima visoko rangirana kuhinja i to je znalo izazivati različite reakcije.“<sup>146</sup> Potencijalni potrošači tako bi se mogli iznenaditi koliko su „namirnice koje su "Kod Ane" izgledale kao čista egzotika zapravo mogu lako naći i nisu tako skupe. Kada je emisija postala gledana na Novoj TV“<sup>147</sup>, potrošači su krenuli u potragu za namirnicama koje je Ana koristila te „je potaknula dobavljače da neke od tih namirnica počnu nuditi u svojoj ponudi“<sup>148</sup> i tako omogućili gledateljima da i doma skuhanu jela koja su im u emisiji bila interesantna.

„Rene Bakalović ipak smatra da bi kulinarske emisije koje se prikazuju na domaćim televizijama trebale biti još kvalitetnije“<sup>149</sup>, međutim teško je naći financijsku podršku. „Britanac Rick Stein je njegov veliki uzor, kao i njegova emisija Food Heroes<sup>150</sup>“. Ovaj britanski kuhar svojim emisijama lišava gledatelje predrasuda „o tome kako Britanci nemaju pojma o ozbiljnom kuhanju.“<sup>151</sup>

„Veljko Barbieri tvrdi da postoji dobra ili loša kuhinja, makar to zvučalo pojednostavljeno. Kaže da nije nova kuhinja oštetila gastronomsku svijest nego da ju je oštetila globalizacija, tzv. fusion kitchen koja miješa kulture onako kako globalizacijska imperijalna sila misli da može

---

<sup>143</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>144</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>145</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>146</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>147</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>148</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>149</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>150</sup> <https://thefoodheroes.com/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.

<sup>151</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023.



objediniti svijet. Zaključuje da svijet nije neki veliki gulaš, nego da smo svi mi individualci koji se udružuju kroz vlastitu tradiciju.“<sup>152</sup>

„Reality show ili zbiljokaz označava posebnu vrstu televizijske emisije u kojima se prati život običnih ljudi i obično je natjecateljskog karaktera. Cilj je natjecanja steći popularnost kod gledatelja, te u konačnici zahvaljujući tome osvojiti nagradu.“<sup>153</sup>

Reality cooking natjecanja spadaju u kategoriju najgledanijih emisija na TV-u. Gledatelji su sretni kada promatraju kuhare u natjecateljskim aktivnostima jer se nude inovativna rješenja kuhanja. Iako gledatelj nema mogućnost kušanja pripremljene hrane, ipak pasivno sudjeluje u natjecanju i ima svog favorita, te se tajno nada da će njegov omiljeni kuhar pobijediti.

#### 4.3. Nadmetanje kulinarskih emisija na malim ekranima

Igrajući na kartu simpatičnosti, neposrednosti te razigranosti, RTL-ovo televizijsko kuharsko-natjecanje *3,2,1 kuhaj* uspjelo je zasjeniti televizijsko kuharsko *MasterChef* natjecanje NoveTV, suočavajući kontinentalnu kuhinju s priobalnom, uspjeli su gledatelje privući uz male ekrane i držati ih do krajnjeg rezultata u napetoj završnici.

Pohvale idu u prilog ovoj emisiji od neposrednog pristupa natjecateljima, pa do nastupa natjecatelja u parovima, jer je ovakvim načinom organiziranja natjecanja postigla opuštanje natjecatelja, te povećala zabavnost uz spontanost i profesionalnost kuhara Tomislava Špičeka. Ovaj profesionalni kuhar u ulozi suca i zabavljača uz strogo postavljene kriterije ocjenjuje natjecatelje na nepristran način. Svoju ljubav prema kuharstvu uspijeva prenijeti na široki krug gledatelja.

Špiček je najveći adut ove emisije. Na poseban način gradi sponu između gledatelja, natjecatelje i recepata za jela koja se spremaju. Vrlo ležerno daje i neke osnovne savjete za kuhanje i stvara posebnu atmosferu.

#### 4.4. Svjetski poznati kuhari i kulinarska natjecanja

1987. Paul Bocuse slavni francuski kuhar, poznat po svojim visoko cijenjenim restoranima i inovativnim tehnikama kuhanja, izbjegavao je pripremu krema i teških umaka, prekomjerno kuhanje mesa i povrća, te skratio paletu proizvoda kako bi koristio isključivo sezonski dostupne

---

<sup>152</sup> <https://www.nacional.hr/trend-show-s-kuhacom-i-pregacom-kuharske-emisije-u-ratu-za-gledatelje/> pristup ostvaren 3. 6. 2023

<sup>153</sup> [Reality show - Wikiwand, https://www.wikiwand.com/hr/Reality\\_show](https://www.wikiwand.com/hr/Reality_show), pristup ostvaren 3. 6. 2023.

proizvode. Bocuse je bio mišljenja da za potrošače pripremljena jela trebaju biti rezultat jednostavnih tehnika kuhanja i trebaju odražavati sezonsku komponentu te svježe sastojke.

Zahvaljujući Paulu Bocuseu, grad Lyon predstavlja središte predstavljanja kulinarskih vještina za sve kuhinje svijeta i mjesto svjetskog natjecanja kuhara željnih novih postignuća.

„Danas je Bocuse d’Or daleko više od običnog gastronomskog natjecanja. Radi se o laboratoriju izvrsnosti i inkubatoru talenata u kojem predanost, strast, tehnika i kreativnost određuju najveće kuhare sutrašnjice. To je prekrasna odskočna daska za svakoga tko želi steći međunarodno priznanje.“<sup>154</sup>

Posljednjih trideset i pet „godina Bocuse d’Or bio je međunarodni događaj bez premca koji nadahnjuje svijet gastronomije ističući najnovije trendove u svjetskoj kuhinji, koje na svakom izdanju potiču nove generacije kuhara. To je također omiljeno mjesto za mnoge zemlje gdje promoviraju svoju kuhinju, svoje lokalne proizvode i svoje kuhare.“<sup>155</sup>

Sudački tim zadužen za degustaciju pripremljenih jela čine 24 člana iz svake natjecateljske zemlje. Radi se o kuharima koji su u svojoj zemlji priznati po svojim talentima. Kako bi ocijenili temu pladnja, podijeljeni su u dvije grupe. Njihova misija je prilično zahtjevna jer podrazumijeva nepogrešivu koncentraciju i objektivnost tijekom kušanja svakog kulinarskog djela. Cijela se aktivnost odvija u razmaku od dva sata. Serviranu kreativnost na pladnju nastoje nagraditi uspostavljanjem dobrog omjera između čistoće okusa, poštivanja karakteristika proizvoda, igranja detaljima te izražavanjem kreativnosti kroz umjetničku notu, igrajući se sezonskim namirnicama.

Pobjedu na Bocuse d’Or natjecanju 2021. odnijeli su spretni francuski šefovi kuhinje, dok su najbolje rezultate na ovom natjecanju 2023. polučili kuhari iz Danske.<sup>156</sup>

---

<sup>154</sup> [Dobra Hrana - HRVATI SU IZMISLILI VIŠE OD 18 000 IZRAZA ZA HRANU: Sve sam ih našla, neke u najmanjim selima, trebalo mi je 12 godina da završim rječnik kulinarstva! \(jutarnji.hr\), https://www.jutarnji.hr/dobrahrana/price/danska-je-pobjednik-bocuse-d-ora-najveci-spektakl-je-djecji-ziri-koji-je-birao-najbolji-meni-15298379](https://www.jutarnji.hr/dobrahrana/price/danska-je-pobjednik-bocuse-d-ora-najveci-spektakl-je-djecji-ziri-koji-je-birao-najbolji-meni-15298379), pristup ostvaren 5.6. 2023.

<sup>155</sup> [Dobra Hrana - HRVATI SU IZMISLILI VIŠE OD 18 000 IZRAZA ZA HRANU: Sve sam ih našla, neke u najmanjim selima, trebalo mi je 12 godina da završim rječnik kulinarstva! \(jutarnji.hr\), https://www.jutarnji.hr/dobrahrana/price/danska-je-pobjednik-bocuse-d-ora-najveci-spektakl-je-djecji-ziri-koji-je-birao-najbolji-meni-15298379](https://www.jutarnji.hr/dobrahrana/price/danska-je-pobjednik-bocuse-d-ora-najveci-spektakl-je-djecji-ziri-koji-je-birao-najbolji-meni-15298379), pristup ostvaren 5. 6. 2023.

<sup>156</sup> Rezultati natjecanja Bocuse d’Or 2023: <https://www.bocusedor.com/en/final> pristup ostvaren 5. 6. 2023.

Mnogi ljubitelji kulinarskih inovacija redovito gledaju razne gastronomske emisije na televiziji. Neke se od njih povremeno prikazuju na televiziji dok se druge mogu vidjeti samo na internetu. No, svaku od ovih emisija vrijedi pogledati. Gledatelji će birati svojeg omiljenog kuhara ovisno o televizijskom umijeću predstavljanja kuhara, pa tako njihove simpatije mogu biti podijeljene između brutalnog Gordona Ramsaya<sup>157</sup> i šarmantnog Jamieja Olivera.<sup>158</sup> Zadatak natjecatelja je doći do finala, dok je Ramzijeva zadaća stvoriti nepodnošljive psihološke uvjete za njih. Kuhar pljune u hranu, kuha jela u posudi za otpatke, oslovljava sudionike uvredljivim nadimcima, a sve kako bi natjecatelje povukli na višu razinu.

S druge strane, iako je planetarno poznat Jamie Oliver i bez obzira na to što sudjeluje na velikom broju TV projekata, u svijetu je poznat kao "Goli kuhar" i to će tako ostati zauvijek.

Godine 1997. pristalica organske hrane Hugh Fearnley-Whittingstone<sup>159</sup> odlučio je napustiti grad i preseliti se u svoju kolibu u Dorsetu, gdje je provodio samo vikende. Dvije godine kasnije, prve epizode dokumentarne serije pojavile su se na britanskoj televiziji. Zahvaljujući ovom projektu, Fearnley-Whittingstall uspio je kombinirati svoju karijeru kao kuhar, novinar i ekolog. Promijenivši način života, posvetio se uzgoju povrća i stoke, te poučavanju susjeda oko uzgoja povrća i pripreme domaćeg kruha.

---

<sup>157</sup> <https://www.natgeotv.com/hr/serije/natgeo/gordon-ramsay-neistrazene-kuhinje> pristup ostvaren 5. 6. 2023.

<sup>158</sup> <https://www.24kitchen.com.hr/20-godina-golog-kuhara-jamie-otkriva-sve-1> pristup ostvaren 5. 6. 2023.

<sup>159</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Hugh\\_Fearnley-Whittingstall](https://en.wikipedia.org/wiki/Hugh_Fearnley-Whittingstall) pristup ostvaren 5. 6. 2023.



**Slika 4.** *Jamie Oliver.*<sup>160</sup>

Kulinarska marka u nizu svjetski poznatih kuhara je Heston Blumenthal.<sup>161</sup> Riječ je o vlasniku restorana Fat Duck, koji posjeduje Michelinove zvijezde i spada pod inovatore u molekularnoj kuhinji. U seriji "Kuhinjska kemija" analizira procese koji se odvijaju u pripremi različitih proizvoda, u smislu kemije i fizike.

Njegovo zanimanje za kuhanje počelo je sa šesnaest godina na obiteljskom odmoru u Provansi u Francuskoj, kada su ga odveli u restoran L'Oustau de Baumanière s 3 Michelinove zvjezdice. Inspirirala ga je kvalitetna hrana i doživljaj svih osjetila npr. zvuk fontana i cvrčka, opojan miris lavande, pogled na konobare koji režu janjetinu za stolom. Kad je naučio kuhati, bio je pod utjecajem serije "Originalni recepti" (Les recettes originales<sup>162</sup>), s francuskim kuharima kao što je Alain Chapel.<sup>163</sup>

Jedan od televizijskih programa nudi sljedeći scenarij. Prikazuje gledateljima kako se kuharski znalci natječu u pripremi izvrsnih i izvornih jela koristeći istovjetni skup namirnica

---

<sup>160</sup> [https://www.ebay.com/jamie oliver book](https://www.ebay.com/jamie%20oliver%20book) pristup ostvaren 5 .6. 2023.

<sup>161</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Heston Blumenthal](https://en.wikipedia.org/wiki/Heston_Blumenthal) pristup ostvaren 5. 6. 2023.

<sup>162</sup> <https://www.abebooks.co.uk/book-search/title/les-recettes-originales/author/alain-chapel/> pristup ostvaren 5. 6. 2023.

<sup>163</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Alain Chapel](https://en.wikipedia.org/wiki/Alain_Chapel) pristup ostvaren 5. 6. 2023.

po natjecateljskom timu. Za vrijeme kuhanja natjecatelji pripovijedaju zanimljive priče iz života, plešu, pjevaju i zabavljaju publiku anegdotama. Cilj emisije je zabaviti gledatelje te im uz kulinarsku vještinu pokazati i druge vještine natjecatelja. Za kuhanje je natjecateljskim ekipama na raspolaganju samo 20 minuta i u tom roku od raspoloživih namirnica trebaju pripremiti tri različita jela.

#### 4.5. *Streaming* servisi i kulinarstvo

Novije tehnologije nude gledanje različitih sadržaja pomoću *streaming* servisa. Kako funkcionira ovakva usluga? Radi se o servisu koji šalje video, glazbu itd. putem interneta tako da ga ljudi mogu gledati ili slušati odmah, umjesto da ga moraju preuzimati ili umjesto da moraju gledati ili slušati u određeno vrijeme kada se nešto emitira.

„Posljednjih godina video streaming postao je ključni dio globalne zabave. Od Netflix a i Amazon Primea do HBO Maxa i Apple TV-a, gledatelji danas imaju<sup>164</sup> veliki broj mogućnost kod odabira *streaming* sadržaja.

Prema podacima FlixPatrola, „Netflix je i dalje najpopularnija usluga video *streaminga* u 78 zemalja s više od 220 milijuna korisnika diljem svijeta.“<sup>165</sup>

Marketinški atraktivni naslovi se koriste i kod korištenja ovih usluga za gledanje kulinarskih emisija, pa se tako teško možete oduprijeti naslovu: „Pripremite grickalice i sjednite na kauč - vrijeme je da saznate nešto više o vrhunskoj kuhinji, načinu na koji najbolji svjetski *chefovi* rade svoj posao i proputujete svijetom na gastro način.“<sup>166</sup>

Gastronomski užitak uz Nadiju „stvoren je za kuhare početnike koji ne planiraju potrošiti cijeli dan i pola plaće na jedan ručak. Nadiya Hussain<sup>167</sup>, svojedobna pobjednica *reality* gastro showa "The Great British Bake Off"<sup>168</sup>. Zahvaljujući ovoj emisiji sama je „pripremila tortu za kraljicu Elizabetu II. i to za njezin dijamantni jubilej.“<sup>169</sup> Ovaj serijal „u

---

<sup>164</sup> [Najpopularniji streaming servisi na svijetu: Netflix i dalje najveći - Istraživanja @ Bug.hr, https://www.bug.hr/istrazivanja/najpopularniji-streaming-servisi-na-svijetu-netflix-i-dalje-najveci-32021](https://www.bug.hr/istrazivanja/najpopularniji-streaming-servisi-na-svijetu-netflix-i-dalje-najveci-32021), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>165</sup> [Najpopularniji streaming servisi na svijetu: Netflix i dalje najveći - Istraživanja @ Bug.hr, https://www.bug.hr/istrazivanja/najpopularniji-streaming-servisi-na-svijetu-netflix-i-dalje-najveci-32021](https://www.bug.hr/istrazivanja/najpopularniji-streaming-servisi-na-svijetu-netflix-i-dalje-najveci-32021), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>166</sup> [Gloria Glam - Nemojte ih gledati ako ste gladni: najbolji gastro showovi na Netflixu, https://gloriagram.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039](https://gloriagram.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>167</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Nadiya\\_Hussain](https://en.wikipedia.org/wiki/Nadiya_Hussain) pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>168</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/The\\_Great\\_British\\_Bake\\_Off](https://en.wikipedia.org/wiki/The_Great_British_Bake_Off) pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>169</sup> [Gloria Glam - Nemojte ih gledati ako ste gladni: najbolji gastro showovi na Netflixu, https://gloriagram.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039](https://gloriagram.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

sedam epizoda pokazuje kako je kuhanje zapravo jednostavno i treba biti zabavno.“<sup>170</sup> Poziva gledatelje da „ako im je dosta pretencioznih chefova koji koriste isključivo svježe i najskuplje namirnice za koje nikad nisu ni čuli“<sup>171</sup> da zavire u Nadijinu kuhinju i tamo potraže inspiraciju.

„Pod vodstvom Michaela Pollana<sup>172</sup>, dugogodišnjeg kritičara i autora knjiga i članaka o hrani, ovaj serijal natjerat će gledatelje da više cijene hranu koja svaki dan dolazi na stol, bilo da je sami pripreme ili ju priprema netko drugi. Pollan istražuje osnove kuhanja, putujući svijetom i otkrivajući što za pripremu hrane znače četiri prirodna elementa - vatra, voda, zemlja i zrak.“<sup>173</sup> „U četiri epizode može se dosta saznati o svjetskim kuhinjama i kulturama, posebnostima pripreme hrane na različite načine, te dobiti puno informacija o tome od kuda dolazi hrana i zašto je to bitno.“<sup>174</sup>

„Glumac John Favreau upoznao je vrhunskog kuhara Roya Choija<sup>175</sup> na snimanju filma "Chef", a zatim su se njih dvojica uputila u snimanje ovog *showa* koji dosad ima tri sezone. Oni kao prijatelji putuju svijetom tražeći najbolje recepte koje zatim isprobavaju i kuhaju za svoje prijatelje.“<sup>176</sup> „Svako jelo predstavljeno je na zanimljiv način, s kulturološkom pozadinom“<sup>177</sup> i uz simpatične domaćine što uz gastro priču gledatelje educira i o drugim aspektima života, kulture i običaja u svijetu..

Kuharica Samin Nosrat<sup>178</sup> putuje svijetom i istražuje tradicionalne kuhinje. Zaključila je da „su četiri elementa najvažnija za to da hrana bude ukusna i kvalitetna - sol, masnoća, kiselina i toplina. Inače kolumnistica The New York Timesa, Nosrat je istoimenu knjigu

---

<sup>170</sup> Gloria Glam - Nemojte ih gledati ako ste gladni: najbolji gastro showovi na Netflixu, <https://gloriaglam.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>171</sup> [Gloria Glam - Nemojte ih gledati ako ste gladni: najbolji gastro showovi na Netflixu, https://gloriaglam.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039](https://gloriaglam.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>172</sup> <https://eknjizara.hr/artikli/hrana-je-zakon/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>173</sup> [Gloria Glam - Nemojte ih gledati ako ste gladni: najbolji gastro showovi na Netflixu, https://gloriaglam.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039](https://gloriaglam.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>174</sup> Gloria Glam - Nemojte ih gledati ako ste gladni: najbolji gastro showovi na Netflixu, <https://gloriaglam.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>175</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Roy\\_Choi](https://en.wikipedia.org/wiki/Roy_Choi) pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>176</sup> [Gloria Glam - Nemojte ih gledati ako ste gladni: najbolji gastro showovi na Netflixu, https://gloriaglam.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039](https://gloriaglam.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>177</sup> [Gloria Glam - Nemojte ih gledati ako ste gladni: najbolji gastro showovi na Netflixu, https://gloriaglam.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039](https://gloriaglam.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>178</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Samin\\_Nosrat](https://en.wikipedia.org/wiki/Samin_Nosrat) pristup ostvaren 6. 6. 2023.

objavila 2017. godine, dok u seriji putuje svijetom te na primjeru jedne lokalne, tradicionalne kuhinje pokazuje zašto je pojedini element važan u kuhanju.“<sup>179</sup>

„Chef David Chang <sup>180</sup> putuje svijetom s raznim poznatim osobama i isprobava tradicionalna jela. U igri su Chrissy Teigen<sup>181</sup> koju vodi u Marakeš, Seth Rogen u Vancouveru, Lena Waithe u Los Angelesu te Kate McKinnon u Pnom Phenu. Chang, inače osnivač danas globalno popularnih Momofuku restorana, šeta sa svojim prijateljima po svjetskim gradovima“<sup>182</sup> i zajedno kušaju u vrlo opuštenoj atmosferi na zabavan način doručak, ručak i večeru.

„Tko su najbolji kuhari na svijetu? Ova serija odgovara na to pitanje“<sup>183</sup>, prezentirajući „što je sve potrebno da biste bili vrhunski kuhar.“<sup>184</sup> Predstavlja „pojedince čija je vještina i zanje na nevjerovatno visokoj razini. Od kuharice u korejskom samostanu do ukrajinskog kuhara koji pomiče granice svakim jelom. Ova originalne serije ima šest sezona i nominirana je za Emmy,“<sup>185</sup>

„Chef legendarnog londonskog restorana Gavroche, Michel Roux Jr<sup>186</sup>. zabranjuje da ga se zove celebrity chefom.“<sup>187</sup> On cijeli svoj profesionalni život radi u kuhinji. Iako je angažiran na televiziji, snima reklame, učestvuje na raznim konferencijama, nije fasciniran aplauzom. Smatra da je njegova glavna uloga posao u kuhinji i briga o tome da svaki tanjur koji izlazi na stol bude vrhunski.

---

<sup>179</sup> [Gloria Glam - Nemojte ih gledati ako ste gladni: najbolji gastro showovi na Netflixu, https://gloriagram.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-ako-ste-gladni-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039](https://gloriagram.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-ako-ste-gladni-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039), pristup ostvaren 6.6.2023.

<sup>180</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/David\\_Chang](https://en.wikipedia.org/wiki/David_Chang) pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>181</sup> <https://cravingsbychrissyteigen.com/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>182</sup> [Gloria Glam - Nemojte ih gledati ako ste gladni: najbolji gastro showovi na Netflixu, https://gloriagram.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-ako-ste-gladni-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039](https://gloriagram.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-ako-ste-gladni-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>183</sup> Gloria Glam - Nemojte ih gledati ako ste gladni: najbolji gastro showovi na Netflixu, <https://gloriagram.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-ako-ste-gladni-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>184</sup> [Gloria Glam - Nemojte ih gledati ako ste gladni: najbolji gastro showovi na Netflixu, https://gloriagram.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-ako-ste-gladni-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039](https://gloriagram.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-ako-ste-gladni-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>185</sup> [Gloria Glam - Nemojte ih gledati ako ste gladni: najbolji gastro showovi na Netflixu, https://gloriagram.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-ako-ste-gladni-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039](https://gloriagram.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-ako-ste-gladni-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>186</sup> <https://www.greatbritishchefs.com/chefs/michel-roux-jr> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>187</sup> [10 savjeta za kuhare koji žele postati slavni \(plavakamenica.hr\)](https://www.plavakamenica.hr/10-savjeta-za-kuhare-koji-zele-postati-slavni) pristup ostvaren 6. 6. 2023.

„Nikad se dosad nije toliko govorilo i pisalo o kuharima. Massimo Bottura<sup>188</sup> ovih je dana dobio drugi dokumentarac na Netflixu. Nakon što ga je epizoda u prvoj sezoni serije *Chef's Table* proslavila pred milijunskom publikom koju restorani ne zanimaju, dokumentarac *Theatre of Life*<sup>189</sup> najširoj je javnosti predstavio Botturin projekt nove generacije pučkih kuhinja.“<sup>190</sup> Kuhari imaju svoje emisije, o njima se snimaju dokumentarci, „nastupaju na ekonomskim forumima, drže predavanja studentima Ivy League<sup>191</sup> sveučilišta i prikupljaju stotine tisuća fanova na društvenim mrežama. Trend se ne smiruje. Kuhari sve ozbiljnije ulaze u važna područja izvan svojih restorana (obrazovanje, poljoprivreda, održivi razvoj, ekologija). Je li riječ o istinskom novom fenomenu ili običnoj modi, pitanje je još otvoreno za raspravu“<sup>192</sup> i sigurno će i vrijeme pokazati.

S jedne strane, sve izgleda smisleno i utemeljeno. Hrana nam je bitna za život i svi želimo nekad pojednostaviti, a ponekad briljirati s nekom novom idejom i jelom. Ubrzani ritam života i sve manje slobodnog vremena ograničavaju nas u kuhanju. Na sve nas su utjecale naše mame, bake, ali smo se pomalo zasitili tih naučenih jela. Pojavili su se glamurozni kuhari s novim namirnicama, receptima i dizajnom na tanjuru koji plijeni našu pažnju. „I druge su profesije prolazile sličnu glamurizaciju, sjetimo se samo tehnološke industrije 2000-tih. S druge strane, teško je oteti se dojmu da je mistifikacija kuhara, kuhanja i restorana pretjerana i površna“<sup>193</sup>, i da većina nas sigurno neće posjetiti njihove restorane, a ni skuhati jelo po njihovim receptima. „Kuhari zapravo grade vlastiti *celebrity* sistem koji će se prije ili kasnije okrenuti protiv njih i smisla njihove profesije. A smisao kuharske profesije je, kako bi rekao Marco Pierre White<sup>194</sup>, „Dopustiti majci prirodi da se objavljuje ljudima kroz jednostavna, znalački skuhana jela koja ljudi stvarno žele jesti.““<sup>195</sup>

---

<sup>188</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Massimo\\_Bottura](https://en.wikipedia.org/wiki/Massimo_Bottura) pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>189</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Theater\\_of\\_Life\\_\(2016\\_film\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Theater_of_Life_(2016_film)) pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>190</sup> [10 savjeta za kuhare koji žele postati slavni \(plavakamenica.hr\)](https://plavakamenica.hr/2017/08/06/kuhari-slavni-mediji-popularnost/), <https://plavakamenica.hr/2017/08/06/kuhari-slavni-mediji-popularnost/>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>191</sup> <https://ivy-league-colleges.com/culinary> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>192</sup> [10 savjeta za kuhare koji žele postati slavni \(plavakamenica.hr\)](https://plavakamenica.hr/2017/08/06/kuhari-slavni-mediji-popularnost/), <https://plavakamenica.hr/2017/08/06/kuhari-slavni-mediji-popularnost/>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>193</sup> [10 savjeta za kuhare koji žele postati slavni \(plavakamenica.hr\)](https://plavakamenica.hr/2017/08/06/kuhari-slavni-mediji-popularnost/), <https://plavakamenica.hr/2017/08/06/kuhari-slavni-mediji-popularnost/>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>194</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Marco\\_Pierre\\_White](https://en.wikipedia.org/wiki/Marco_Pierre_White) pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>195</sup> [10 savjeta za kuhare koji žele postati slavni \(plavakamenica.hr\)](https://plavakamenica.hr/2017/08/06/kuhari-slavni-mediji-popularnost/), <https://plavakamenica.hr/2017/08/06/kuhari-slavni-mediji-popularnost/>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.



#### 4.5. Food blogeri<sup>196</sup>, vlogeri<sup>197</sup> i Instagram<sup>198</sup>

„Njihove su fotografije prava mala remek djela, a hrana koju pripremaju konstantno izaziva zazubice.“<sup>199</sup> Većina ne zna koliko je rada i trikova iza takve fotografije.

„Food blogger ne može biti svatko. U taj je kreativan proces potrebno uložiti puno vremena i truda, volje i želje, reći će vam to svaki uspješan blogger.“<sup>200</sup>

„Fotografiranje hrane često oduzima više vremena nego što možemo zamisliti.“<sup>201</sup> Jelo se mora skuhati, ali njegov izgled mora zadovoljiti neke kriterije. Boje moraju biti upečatljive, svjetlo profesionalno, bez sjena, tanjur i pribor lijepi. Njihova funkcija je da se istakne jelo. Sve komponente se moraju uskladiti kako bi fotografija plijenila pažnju.

Ipak, postoje snalažljivi „ljudi koji sve to uspijevaju bez puno muke, čija jela uvijek izgledaju savršeno i koji u glavi imaju svaki detalj recepta prije nego što ga uopće pošalju u internetske sfere.“<sup>202</sup>

Primjerice „Tonka Radić Čobanov sa svojim pratiteljima na Instagramu svakodnevno dijeli odlične i primamljive recepte“<sup>203</sup> za poklonike domaće kuhinje, Tonka „svoje recepte dijeli na Instagramu na kojem se može pronaći mnoštvo recepata tradicionalne kuhinje s naglaskom na mediteransku. Inače, radi kao teta u vrtiću i velika je ljubiteljica kuhanja.“<sup>204</sup>

---

<sup>196</sup> „Blog je web lokacija, nešto kao internetski dnevnik ili informativna web stranica, koji je se bavi pisanjem sadržaja iz jedne ili više odabranih tema. Sadržaj se piše u obliku blog članaka (ili blog postova) koji se na blogu prikazuju obrnutim kronološkim redoslijedom.“ <https://kresimirolijan.com/sto-je-blog/> pristup ostvaren 6.6.2023.

<sup>197</sup> Vlog označava video blog ili zapis o videozapisu i odnosi se na vrstu bloga na kojemu je većina ili čitav sadržaj u obliku videozapisa..

<sup>198</sup> „Instagram je kreativna i prije svega besplatna aplikacija pomoću koje fotografije i videozapisi u kratkom vremenu postaju viralni i šire se zajednicom istoimenog naziva. Ova inovativna aplikacija omogućava korisnicima širom svijeta da snime, obrade i podijele svoje doživljaje s prijateljima, poznanicima i pratiteljima.“ Kršić, Mario: *Nastup turističkih zajednica na internetu*. završni rad, 2019, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Ekonomski fakultet u Osijeku prema <https://www.markething.hr/instagram-i-sve-sto-trebate-znati-o-njem!!> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>199</sup> [Najbolji food blogeri svijeta: 1 \(24sata.hr\)](https://gastro.24sata.hr/spajza/najbolji-food-blogeri-svijeta-1-19731), <https://gastro.24sata.hr/spajza/najbolji-food-blogeri-svijeta-1-19731>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>200</sup> [Najbolji food blogeri svijeta: 1 \(24sata.hr\)](https://gastro.24sata.hr/spajza/najbolji-food-blogeri-svijeta-1-19731), <https://gastro.24sata.hr/spajza/najbolji-food-blogeri-svijeta-1-19731>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>201</sup> [Najbolji food blogeri svijeta: 1 \(24sata.hr\)](https://gastro.24sata.hr/spajza/najbolji-food-blogeri-svijeta-1-19731), <https://gastro.24sata.hr/spajza/najbolji-food-blogeri-svijeta-1-19731>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>202</sup> [Najbolji food blogeri svijeta: 1 \(24sata.hr\)](https://gastro.24sata.hr/spajza/najbolji-food-blogeri-svijeta-1-19731), <https://gastro.24sata.hr/spajza/najbolji-food-blogeri-svijeta-1-19731>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>203</sup> Ako volite jednostavna tradicionalna jela koja se brzo pripremaju, u ovom ćete gastro-profilu uživati! | Diva (vecernji.hr), <https://diva.vecernji.hr/lifestyle/ako-volite-jednostavna-tradicionalna-jela-koja-se-brzo-pripremaju-u-ovom-cete-gastro-profilu-uzivati-11784>, pristup ostvaren 24. 10. 2023.

<sup>204</sup> [Ako volite jednostavna tradicionalna jela koja se brzo pripremaju, u ovom ćete gastro-profilu uživati! | Diva \(vecernji.hr\)](https://diva.vecernji.hr/lifestyle/ako-volite-jednostavna-tradicionalna-jela-koja-se-brzo-pripremaju-u-ovom-cete-gastro-profilu-uzivati-11784), <https://diva.vecernji.hr/lifestyle/ako-volite-jednostavna-tradicionalna-jela-koja-se-brzo-pripremaju-u-ovom-cete-gastro-profilu-uzivati-11784>, pristup ostvaren 24. 10. 2023.

Poznata "Tonkina kužina" upoznaje hranoljupce sa svojom kuhinjom kroz gledanje, ali ne i kroz druga osjetila kao što su kušanje, mirisanje i pipanje. Tonka na novi način privlači pozornost ljubitelja kvalitetne hrane riječima: „Moje ime je Tonka, a vama sam poznatija po profilu Tonkina kužina na Instagramu. Ja sam amater, nisam profesionalna kuharica, ali svoju ljubav mislim zapečatiti tako što ću upisati slastičarku školu. Volim domaću kuhinju i svježe, domaće namirnice koje su svima dostupne. Još uvijek nemam blog, ali ga planiram pokrenuti u skorijoj budućnosti. Sve moje recepte možete pronaći na mom profilu koje svakodnevno dijelim. Što se tiče novonastale situacije koja nas je snašla, nažalost ne radim pa kuham i pečem sve što nisam stigla! To su neke kompliciranije stvari, kao i stvari koje zahtijevaju više vremena pripreme i duže kuhanje. Mogu reći da mi je kuhinja postala omiljena prostorija u stanu. Svaki dan pečemo kruh i djeca su uključena u pripremu.“<sup>205</sup>

S druge strane je tu i „Saša Vukić koji se krije iza gastro bloga Sašina kuhinja.“<sup>206</sup> Popularni blogger vlogger ima bezbroj pobornika s kojima dijeli različite recepte. Za sebe kaže da se nikada nije volio hvaliti, i da osobe koje ga poznaju i prate znaju da to nije niti očekivao, potencirao, stavljao u neki prvi plan, ali da mu svakako godi takva titula. Prije svega zbog silnog truda kojeg ulaže u ovakvu vrstu posla. Broj pretplatnika na *YouTube* kanalu za Sašinu kuhinju je skočio je na više od 160.000. Sveukupno na društvenim mrežama kao što su: Facebook, Instagram broj pratitelja *Sašine kuhinje* veći je od pola milijuna.

---

<sup>205</sup> Izvor: *Tonka Radić Čobanov (@tonkina\_kuzina) - Instagram*, <https://extravagant.com.hr/ostanidoma-food-blogeri-su-ovih-dana-svoji-na-svome-a-otkrili-su-nam-i-svoje-najdraze-recepte/> pristup ostvaren 24. 10. 2023.

<sup>206</sup> *Gloria Glam - Nemojte ih gledati ako ste gladni: najbolji gastro showovi na Netflixu*, <https://gloriaglam.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.



**Slika 5.** Škampi.<sup>207</sup>

#### 4.6. Emocije i hrana

Koliko emocije utječu na našu prehranu ili koliko hrana utječe na naše emocije? Često čujemo kako „ljubav ide kroz želudac“, a svi možemo svjedočiti kako vrlo često emotivno stanje u kojem smo, određuje što jedemo. Ako smo sretni i nešto slavimo vrlo često se onda i nagrađujemo hranom i jedemo u velikim količinama. Tjeskobu i tugu liječimo hranom koja nam pruža utjehu. Hrana nije samo nešto što nam daje energiju, ona je dio svih naših odnosa, običaja i zato su emocije i hrana usko povezani u našim životima.

---

<sup>207</sup> Izvor: osobna arhiva Tatjana Pavković.

## 5. Blagdanski običaji u Hrvatskoj<sup>208</sup> i svijetu<sup>209</sup>

„Pripreme za Božić počinju nekoliko tjedana ranije.“<sup>210</sup> Slažu se jelovnici i traže recepti u obiteljskim kuharicama. No, ipak većina „unaprijed zna što će se naći na blagdanskome stolu u danima koji prethode Božiću i na sam Božić. Svi imamo neko jelo bez kojeg ne može zamisliti Božić,“<sup>211</sup> koje su pripremale naše mame i bake, jelo koje miriše na djetinjstvo i na kraj iz kojeg potječemo.

### 5.1. Slavonija

Svečano se započinje na Badnji dan „već na doručku uz rakiju, te medena i posna jela.“<sup>212</sup> Prema naslijeđenim običajima ne jede se ništa do večere, ali se zato tada jede obilno i uvijek uz riblje specijalitete. Danas je uobičajeno da se „već za ručak priprema fiš paprikaš. Osim fiša, na jelovniku se mogu naći birane slatkovodne vrste ribe poput pastrve, soma ili šarana. Jedno od poznatijih slavonskih ribljih specijaliteta je šaran s rašlja.“<sup>213</sup>

„Na božićnom stolu najčešće se mogu naći pečena svinjetina ili piletina, a u posljednje vrijeme, pod utjecajem „globalizacije“ Božića, do Slavonije su stigli i običaji pripremanja purice s mlincima, što je prije bilo gotovo nepoznato. Kolača će za ovu prigodu biti u izobilju, jer je poznato da su slavonski kolači najbolji. Od mnoštva suhih kolačića, ističu se orahnjača i makovnjača, šape i slične delicije, ali će se nerijetko na sam Božić na stolu naći i slasna torta. Kroz povijest je većina slavonskih obitelji uzgajala je svinje, kao i raznu perad. Budući da su se svinjokolje ili kolinja najčešće održavale krajem studenog i u prosincu, jedan lijep komad mesa, a ponekad i cijeli odojak (ovisno o broju članova obitelji ili gostiju) spremao bi se za božićnu gozbu.“<sup>214</sup>

---

<sup>208</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>209</sup> <https://mixer.hr/lifestyle/mozaik/bozic-u-svijetu-usli-smo-u-domove-i-saznali-bozicne-obicaje-sirom-svijeta/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>210</sup> <https://mixer.hr/lifestyle/mozaik/bozic-u-svijetu-usli-smo-u-domove-i-saznali-bozicne-obicaje-sirom-svijeta/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>211</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>212</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>213</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>214</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

## 5.2. „Središnja Hrvatska – patka je slatka“<sup>215</sup>

„Istražujući božićne običaje diljem Hrvatske“<sup>216</sup> vidimo da se u ovom kraju za Badnjak pripremaju jela od slatkovodne ribe i različite salate od raznih grahorica. Uz salatu od graha koja je najzastupljenija tu je zadnjih godina i vrlo često francuska salata. „Međimurci će za Božić ispeći patku, peći će se i guske i purice, a nerijetko će se u danima nakon Božića uživati u sarmi.“<sup>217</sup>

## 5.3. „Zagreb – purica z mlincima“<sup>218</sup>

„U glavnom gradu Hrvatske se za Badnjak uglavnom jedu različite vrste ribe – od slatkovodne do morske,“<sup>219</sup> a zadnjih godina tu je vrlo često i bakalar spremljen na više načina. „Čest prilog je grah salata koja se jede i na sam Božić uz pečenje, ali i francuska ili kupus salata.“<sup>220</sup>

„Za božićno pečenje u Zagrebu i okolici glavom će najčešće platiti purica, a rjeđe picek ili odojak, koji se čuva za Silvestrovo. Purica nije potpuna ako uz nju nisu i mlinci, ali će se često ovdje mogu pronaći pečeni krumpir te štrukli. Kao predjelo zna se poslužiti i hladetina. I ovdje se za desert jedu orahnjače i makovnjače, uz pregršt suhih kolačića.“<sup>221</sup>

## 5.4. „Istra i Kvarner – riblja juha, maneštra“<sup>222</sup>

„Osim pečene, naravno, morske ribe, Istrijani će se na Badnjak počastiti još i bakalarom, a često se kuha i riblja juha te pašta na različite načine, ali bez mesa. Ipak, tradicionalna istarska posna jela su *maneštra* sa slanutkom (u ovom slučaju bez suhih svinjskih rebara čime se često nadopunjuje ovo varivo), *posutice* (domaća tjestenina koja se danas poslužuje uz bakalar, *salsu*, zelje i slično, a nekada samo uz češnjak i maslinovo ulje), broskva na *padelu* (dinstano zelenje s krumpirom) te bakalar. Nekada se često spremala i istarska supa, uvarak od vina, kruha i šećera.

Za Božić će Istrijani ispeći puricu, a često i domaći kruh. Među kolačima će birati između

<sup>215</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>216</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>217</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>218</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>219</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>220</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>221</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>222</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

kroštula, kiflica, rošćića, čupavaca, orahnjače ili biskupskog kruha – biskvita sa suhim voćem.“<sup>223</sup>

#### 5.5. „Lika – janjetina s polama“<sup>224</sup>

„Robna razmjena je od davnina na lički stol za Badnjak donosila posna jela od morske ribe. Za Božić se jede sarma, a iza nje pečena janjetina, vrlo često kod većih obitelji na ražnju.“<sup>225</sup> „Od priloga, ovdje su najčešće pole, odnosno pečeni krumpir prerezan napola, najslasniji kad je pečen na kominu u žaru. Još ako je lički...“<sup>226</sup>

#### 5.6. „Dalmacija – od bakalara do luganiga“<sup>227</sup>

„Zanimljivo je kako se“<sup>228</sup>, uz svježu morsku ribu, „bakalar našao kao nezaobilazno jelo dalmatinske kuhinje na Badnjak. Pomorska tradicija koja je karakteristična za mediteranske zemlje, bakalar je uvela kao simbol blagostanja. Primjerice, bakalar na različite načine u Portugalu je tradicionalno jelo, a ne lovi se u nacionalnim vodama. U Dalmaciji će se od pečenja najčešće jesti tuka, tj. purica, a česta je i paštica koja se priprema od najfinijeg goveđeg mesa. Kolači će često biti od suhog voća, poput mandulata u Splitu i okolici ili hiba od smokava ili koromača, na Visu. U Dalmaciji se još uvijek rade fritule, koje se u mnogim mjestima mijese poslije večere na Badnjak. Na blagdanskome stolu Dalmatinaca često se nađe i dobar komad pečene janjetine.“<sup>229</sup>

---

<sup>223</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>224</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>225</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>226</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>227</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>228</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>229</sup> <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.



**Slika 6. Bakalar.**<sup>230</sup>

## 5.7. Švedska

### Tradicionalni švedski božićni stol

Božićni stol bogat je mnogim različitim namirnicama. Dominiraju jela na bazi svinjetine, poput božićne šunke, božićne kobasice, mesnih kuglica te različite vrste kupusa, crveni i smeđi kupus. Česta su i raznolika jela od ribe – haringa, lososa i bakalara te posebno pripremljena musaka od krumpira sa slanim inćunima i slatkim vrhnjem nazvana *Janssons frestelse* ili Janssonsovo iskušenje. Uobičajeno je pripremanje paprenjaka i kućice od paprenjaka koja je simbol dolaska Božića.

U božićno vrijeme jede se i rižina kaša koja se više sati polagano kuha u punomasnom mlijeku. Kaši se tradicionalno dodaje prženi badem. Posudu s božićnom kašom treba postaviti na otvorenom kako bi razveselila Djeda Božićnjaka kojeg Šveđani zovu Tomte. Kuhano vino s puno začina, takozvani Glögg, je također dio švedske božićne tradicije. Piće je jačine crvenog

---

<sup>230</sup> Izvor: osobna arhiva Tatjane Pavković.

vina i servira se sa sušenim grožđicama i bademima te paprenjacima. Dok se na Badnje večer najviše slavi, sam Božić, 25. prosinca, protječe vrlo mirno i bez nekih većih okupljanja.

#### 5.8. Španjolska

Kad je o hrani riječ, na Božić se jede *jamon iberico*, španjolski pršuti, ribe i školjke. No, svečanija i bogatija večera je na Sv. Tri kralja kad se nakon glavnog jela svi za stolom zaslade *turronom*, slatkišem od čokolade i kreme. Nezaobilazna je i torta u obliku krune – Roscon de Reyes koja se jede večer prije nego kraljevi stignu. Roscon de Reyes je slična *panettoneu*, sa suhim voćem i kremom, a svi prisutni dobiju komad. U torti se nalazi mali keramički kralj '*fava bean*'. Onaj tko dobije keramičkog kralja u svom komadu, imat će najviše sreće u novoj godini. Onaj, pak, koji nađe '*fava bean*' (zrno suhog graha) dužan je nabaviti ili kupiti Roscon de Reyes tortu iduće godine.

#### 5.9. Meksiko

U vrlo tradicionalnim meksičkim obiteljima jede se isto tako vrlo tradicionalno jelo koje se zove „*romeritos*”. ‘Romeritos’ je jelo složeno od kaktusa, suhих i svježih škampi i popatosa, u umaku ‘mole’. Mole je poseban, tradicionalan meksički umak čokoladnog okusa i prilično začinjen. Radi se od chillija, čokolade i suhog voća poput kikirikija ili badema. U Meksiku se tradicionalno tijekom Božića pije ‘*ponche*’. Ponche je piće od šećerne trske i voća poput guave, tejocote i jabuke, koje se poslužuje vruće s rumom ili drugim likerom.

#### 5.10. SAD

Amerikanci zapravo tradicionalno za Božić pripremaju pečenu i punjenu puricu s pire krumpirom, umakom od brusnica i povrćem. No, priznajemo, mi ćemo se držati hrvatske tradicije. Na stolu će se na Badnjak naći bakalar, francuska salata i pršut. Od slatkoga su nezaobilazni tradicionalni suhi kolačići poput vanilin kiflica.

#### 5.11. Hrvatska

„Na sam dan Uskrsa u većini hrvatskih gradova na blagdanskome stolu naći će se kuhana šunka, jaja, mladi luk, svježi sir i rotkvice.”<sup>231</sup> U Slavoniji će se uz navedeno na blagdanskome stolu naći i „francuska salata, posvećena pogača te kulen, neizostavni junak autohtone slavonske kuhinje. Nekada se u Slavoniji preko košare s posvećenom hranom stavljala ukrašena

---

<sup>231</sup> [Uskrсни običaji u Hrvatskoj: kako se obilježava najveći kršćanski blagdan \(putnikofer.hr\), https://putnikofer.hr/kultura-i-ljudi/uskrсни-obicaji-u-hrvatskoj/](https://putnikofer.hr/kultura-i-ljudi/uskrсни-obicaji-u-hrvatskoj/), pristup ostvaren 6. 6. 2023.



tkanina koja bi se iza Uskrsa bacala na voćke kako bi rodila zdravije plodove, a ljuske od posvećenih jaja bacale su se u zemlju da bi bolje rodila.<sup>232</sup> U Zagorju se „peče tradicionalni kruh koji se mijesi s vodom u kojoj se kuhala šunka. Za glavno jelo na stolu naći će se purica s mlincima“<sup>233</sup> i naravno neizostavne štrukle. „Naši istarski gurmani će uz jaja i pincu svojim ukućanima poslužiti pršut, a oni koji slijede tradiciju pripremit će kiseli kupus s mesom i fužima.“<sup>234</sup> U južnijim krajevima „uživat ćemo u pečenoj janjetini koja se ne može jesti bez mladog luka ili kapule. Dalmatinci će piti crno vino, pogotovo nakon degustacije šunku u kruhu.“<sup>235</sup>

Za vrijeme proljetnih blagdana oživljava priroda, a i bude se lijepe uspomene na neka prošla vremena. Dani postaju duži, više je svjetlosti sunca, cvijeće i drveće se budi i sve nam pomaže da se probudi i naše tijelo i duh nakon uspavane i hladne zime. „Bez obzira na to pridajemo li tome religijski značaj ili naprosto hvatamo ritam s prirodom, sigurni smo da nam ovi blagdani najavljuju dolazak ljepših i toplijih dana.“<sup>236</sup>

Korizmeni jelovnik nema mjesto za meso „pa se jeo kiseli kupus, grah, kajmak ili kiselo vrhnje, suho voće i riba, kao i krumpir i kaše.“<sup>237</sup> Za razliku od korizme na Veliku subotu „pripremala su se mesna jela za Uskrs, odnosno uskrsni doručak. Ta jela su se nosila na blagoslov u košarama koje su se različito zvale u pojedinim krajevima – posvetilište, svetenje ili posvećenica.“<sup>238</sup>

Tu je i najvažniji običaj „koji se i danas rado odvijaju u svakoj kući kao što su bojanje jaja (pisanice), tucanje jaja ili gađanje s novčićima i poklanjanje cvijeća snahama od strane svekrva.“<sup>239</sup>

---

<sup>232</sup> [Uskrsni običaji u Hrvatskoj: kako se obilježava najveći kršćanski blagdan \(putnikofer.hr\)](https://putnikofer.hr/kultura-i-ljudi/uskrsni-obicaji-u-hrvatskoj/), pristup ostvaren 6.6.2023.

<sup>233</sup> [Uskrsni običaji u Hrvatskoj: kako se obilježava najveći kršćanski blagdan \(putnikofer.hr\)](https://putnikofer.hr/kultura-i-ljudi/uskrsni-obicaji-u-hrvatskoj/), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>234</sup> [Uskrsni običaji u Hrvatskoj: kako se obilježava najveći kršćanski blagdan \(putnikofer.hr\)](https://putnikofer.hr/kultura-i-ljudi/uskrsni-obicaji-u-hrvatskoj/), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>235</sup> [Uskrsni običaji u Hrvatskoj: kako se obilježava najveći kršćanski blagdan \(putnikofer.hr\)](https://putnikofer.hr/kultura-i-ljudi/uskrsni-obicaji-u-hrvatskoj/), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>236</sup> [Uskrsni običaji u Hrvatskoj: kako se obilježava najveći kršćanski blagdan \(putnikofer.hr\)](https://putnikofer.hr/kultura-i-ljudi/uskrsni-obicaji-u-hrvatskoj/), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>237</sup> Sučić, Mihael: *Zapisi iz Hrvatske: Uskrs – najveći kršćanski blagdan i narodni običaji!*, 11. 4. 2020.,

<https://povcast.ffzg.unizg.hr/uskrs-najveci-krscanski-blagdan-i-narodni-obicaji/>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>238</sup> Sučić, Mihael: *Zapisi iz Hrvatske: Uskrs – najveći kršćanski blagdan i narodni običaji!*, 11. 4. 2020., <https://putnikofer.hr/kultura-i-ljudi/uskrsni-obicaji-u-hrvatskoj/>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>239</sup> Sučić, Mihael: *Zapisi iz Hrvatske: Uskrs – najveći kršćanski blagdan i narodni običaji!*, 11. 4. 2020., <https://putnikofer.hr/kultura-i-ljudi/uskrsni-obicaji-u-hrvatskoj/>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.

## 5.12. „Uskršnji običaji u svijetu“<sup>240</sup>

„Uskrs se slavi diljem svijeta i obiluje mnogim zanimljivim običajima. Primjerice, u Irskoj se na Uskrs zakopavaju haringe, u Poljskoj se posvećena hrana, donesena u košarici na nedjeljnu misu, blaguje u crkvi, a u Švicarskoj se ljudi međusobno gađaju pisanicama.“<sup>241</sup>

Na Uskrs se ide na misu, sudjeluje u procesijama i obitelji se okupljaju oko svečanog stola. Na veliku „radost djece, ali i odraslih, Uskrs se proslavlja šarenim pisanicama, dekorativnim čokoladnim i ostalim zečićima, pilićima i kokicama. Najveći kršćanski blagdan obiluje i mnogim drugim lijepim, zanimljivim, a ponekad i bizarnim običajima.“<sup>242</sup>

Kićenje grana obojenim jajima je najrasprostranjeniji običaj. Tako se u Njemačkoj domovi ukrašavaju velikim „granama ukrašenim obojanim jajima, a najmlađima se u vrtove skrivaju košarice napunjene pisanicama i čokoladnim figuricama. U Francuskoj, nakon što ponovo čuju crkvena zvona koja se nisu oglašavala tri dana, ljudi si uz grljenje i ljubljenje čestitaju Uskrs, a djeca po čitav dan stoje u krugu i na ispadanje u zrak bacaju i hvataju svoje pisanice. U Italiji se tradicionalno jede posebna uskršnja torta "Torta di Pasqueta", slani kolač s kuhanim jajima i špinatom, a u Grčkoj uskršnja juha od janječih iznutrica, "Magiritsa". U Grčkoj se jaja boje u crveno i mogu se jesti tek od subote navečer. Austrijanci na visoke drvene stupove postavljaju velike vijence od zelenila koji su ukrašeni jabukama, narančama i raznobojnim vrpčama. U Švedskoj u kojoj je boja Uskrsa žuta, pisanice ne donose uskršnji zečevi nego pilići. Domovi se dekoriraju ukrašenim brezovim grančicama i ukrasima od perja, a kako u to vrijeme još ništa ne cvate, i grmovi po vrtovima dobivaju šarene ukrase. Irska se može pohvaliti neobičnom uskršnjom tradicijom, zakopavanjem haringi. Zakopavanjem haringi, koje su bile glavno jelo u doba korizme i posta, ljudi, a posebno mesari, označavaju njegov kraj i početak ponovnog uživanja u mesu i mesnim prerađevinama. U Poljskoj pak je kraj posta tek kada se na uskršnjoj jutarnjoj misi, blagoslovi, a potom i na licu mjesta, u crkvi, isprazni košarica napunjena hranom. U nekim dijelovima Poljske se na uskršnji ponedjeljak ljudi međusobno polijevaju vodom. U Finskoj se na Uskrs, za sreću, međusobno udaraju po leđima svežnjem brezovih grančica, a djeca izlaze na ulice te svim mogućim sredstvima lupaju i buče kako bi najavili kraj korizmenoj tišini. Sličan običaj vlada i u Velikoj Britaniji u kojoj se ljudi za sreću međusobno lupkaju cica-macama, dok se u Škotskoj na brežuljcima pale uskršnje vatre. Inače, u Velikoj Britaniji djeca dugo nisu znala za uskršnje zečeve i pisanice, jer su tamo za Uskrs

<sup>240</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/pristup-ostvaren> 6. 6. 2023.

<sup>241</sup> <https://www.coolinarika.com/blog/pristup-ostvaren> 6. 6. 2023.

<sup>242</sup> [Uskršnji običaji u svijetu ♥ Podravka, https://www.podravka.hr/clanak/2001622/uskršnji-obicaji-u-svijetu/](https://www.podravka.hr/clanak/2001622/uskršnji-obicaji-u-svijetu/), pristup ostvaren 6. 6. 2023.

uobičajene uskršnje šetnje i parade nalik na one karnevalske. U Španjolskoj se održavaju procesije u kojima sudjeluju muškarci kostimirani u kosture, a na uskršnju misu, na blagoslov, mladići donose obične palmine grančice, a djevojke one ukrašene slasticama. U Bugarskoj najstarija žena u obitelji prvom crveno obojenom pisanicom po licu za zdravlje i snagu pomiluje svako dijete u obitelji, a ljudi nakon mise bacaju svoje pisanice na zid crkve. U Rumunjskoj se prije Uskrsa tradicionalno čiste kuće i dvorišta te nabavlja nova odjeća. U Švicarskoj si ljudi uz čestitanje poklanjaju uskršnju golubicu, „Paloma di Pasqua“, kolač sa sušenim voćem. U Bernu pak vlada običaj Eiertutscha, odnosno na Uskrs se ljudi svih generacija skupljaju na starom gradskom trgu i međusobno gađaju pisanicama. U Australiji zaručnici na Uskrs odlaze na obližnji potok ili rijeku kako bi zagrabili tekuću vodu i sačuvali je do dana vjenčanja na kojem će se njome međusobno poškopiti za sreću u braku.<sup>243</sup>



Slika 7. *Fritule*.<sup>244</sup>

## 6. Metodologija istraživanja

### 6.1. Ciljevi i istraživačka pitanja

---

<sup>243</sup> Uskršnji običaji u svijetu ♥ Podravka, <https://www.podravka.hr/clanak/2001622/uskršnji-obicaji-u-svijetu/>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.

<sup>244</sup> Izvor: osobna arhiva Tatjane Pavković.

- U radu se nastoje naći odgovori na sljedeća istraživačka pitanja:
- Kakva je učestalost praćenja medijskih sadržaja s temom kuhanja kod publike?
- Kojim je receptima publika sklonija u pripremi hrane?
- Kako društvene mreže utječu na sklonost publike eksperimentiranju s hranom i komunikaciji hrane na vlastitim profilima?

Sukladno navedenom postavljene su sljedeće hipoteze:

H1: Publika redovito prati medijske sadržaje s temom kuhanja.

H2: Publika je u pripremi hrane sklonija primjeni široko dostupnih i modificiranih recepata TV kuhara u odnosu na originalne, autohtone recepte.

H3: Društvene mreže potiču publiku na eksperimentiranje s hranom, kao i na komuniciranje hrane na vlastitim portalima.

## 6.2. Metode i uzorak

Za izradu ovog rada korištene su metode primarnoga i sekundarnog istraživanja.

Primarno istraživanje provedeno je anketnim upitnikom kojim su se prikupljali odgovori slučajnim odabirom uzorka. Očekivani broj ispitanika bio je 100, a anketa se provela *online* putem u lipnju 2023. godine.

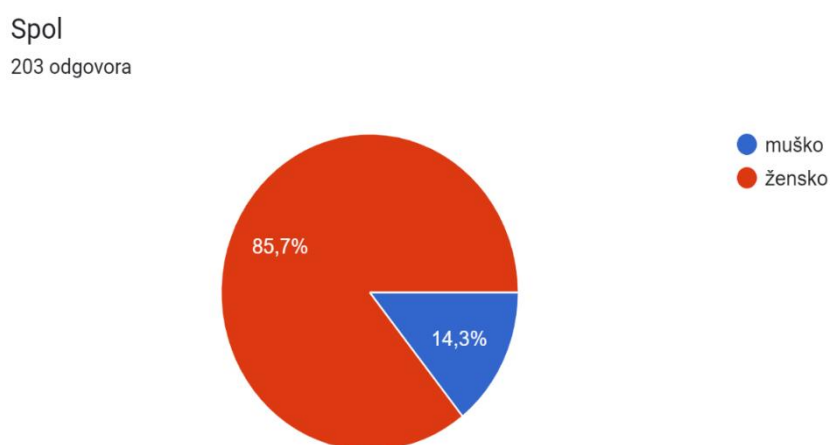
Sekundarno istraživanje provelo se prikupljanjem podataka putem dostupne literature i izvora na mrežnim stranicama. „Prilikom izrade diplomskog rada koristile su se sljedeće metode: induktivna metoda (na temelju analize pojedinačnih činjenica dolazi se do zaključka o općem sudu), deduktivna metoda (iz općih sudova izvode se posebni i pojedinačni zaključci), metoda analize (rašćlanjivanje složenih pojmova, sudova i zaključaka na njihove jednostavnije sastavne dijelove i elemente), metoda sinteze (sinteza jednostavnih sudova u složenije), metoda dokazivanja (utvrđivanje točnosti neke spoznaje), metoda klasifikacije (potpuna podjela općeg pojma na posebne), metoda deskripcije (postupak jednostavnog opisivanja ili očitovanja činjenica i njihovih empirijskih potvrđivanja odnosa i veza), metoda kompilacije (preuzimanje tuđih rezultata uz citiranje), metoda uzoraka (ispitivanje dijela skupa na temelju slučajnog izbora jedinica) te metoda brojanja.“<sup>245</sup>

---

<sup>245</sup> [270130729.pdf \(core.ac.uk\)](#) pristup ostvaren 6.6.2023.

### 6.3. Interpretacija rezultata istraživanja

U nastavku rada slijedi prikazivanje rezultata anketnog upitnika pomoću grafikona. Online anketa je provedena od 1. 6. 2023. do 15. 6. 2023. godine i broj ispitanika je iznosio 203 od čega 85,7 % žena, a 14,3 % muškaraca. U dobnoj strukturi ispitanika najviše su zastupljene osobe 25-34 godina 35%. Druga skupina su ispitanici 55+ 25,1%, a zatim slijede skupine 45-54 i 35-44 godina i najmanje zastupljena skupina 18-24 godine 3,9%.

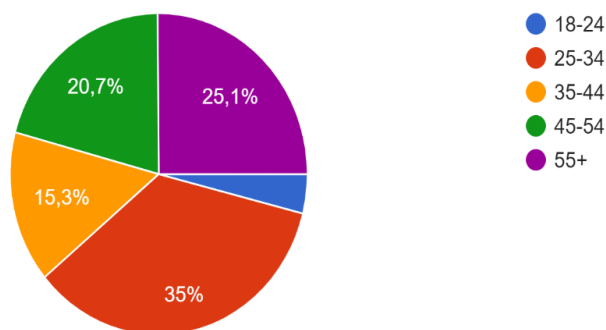


**Grafikon 1:** *Spolna struktura ispitanika.*<sup>246</sup>

---

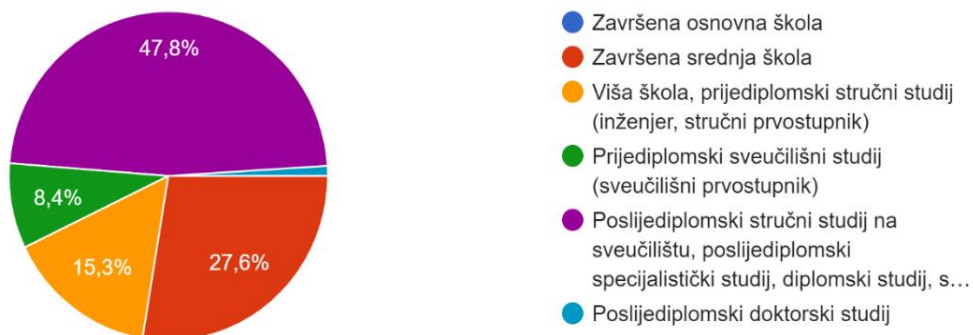
<sup>246</sup> Izvor: autorski rad.

Dobna skupina  
203 odgovora



**Grafikon 2:** *Dobna struktura ispitanika.*<sup>247</sup>

Završena razina obrazovanja  
203 odgovora



**Grafikon 3:** *Stupanj obrazovanja ispitanika.*<sup>248</sup>

Pitanje o završenoj razini obrazovanja pokazuje da najviše ispitanika ima završen poslijediplomski stručni studij na sveučilištu, poslijediplomski specijalistički studij, diplomski studij 47,8 %. Iza njih, po brojnosti su ispitanici sa završenom srednjom školom 27,6 % i ispitanici sa završenom višom školom, prijediplomskim stručnim studijem 15,3 %. Nadalje, 8,4% ispitanika je završilo prijediplomski sveučilišni studij, a samo 0,9 % ispitanika poslijediplomski doktorski studij.

<sup>247</sup> Izvor: autorski rad.

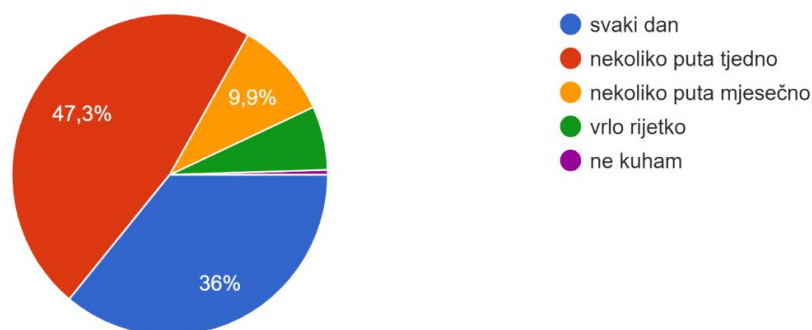
<sup>248</sup> Izvor: aAutorski rad.

Nakon demografskih pitanja slijede pitanja o učestalosti kuhanja i naručivanja hrane. 47,3 % ispitanika kuha nekoliko puta tjedno, a 36 % kuha svaki dan. Istodobno, 9,9 % kuha nekoliko puta mjesečno, a 6,8 % kuha vrlo rijetko. Zanimljiv je podatak da ni jedan ispitanik nije odgovorio da ne kuha.

52,7 % ispitanika vrlo rijetko naručuje hranu dok 22,2 % naručuje nekoliko puta mjesečno. Malo manje od 5 % hranu naručuje nekoliko puta tjedno dok 20,2 % ne naručuje hranu nikad.

Koliko često kuhate?

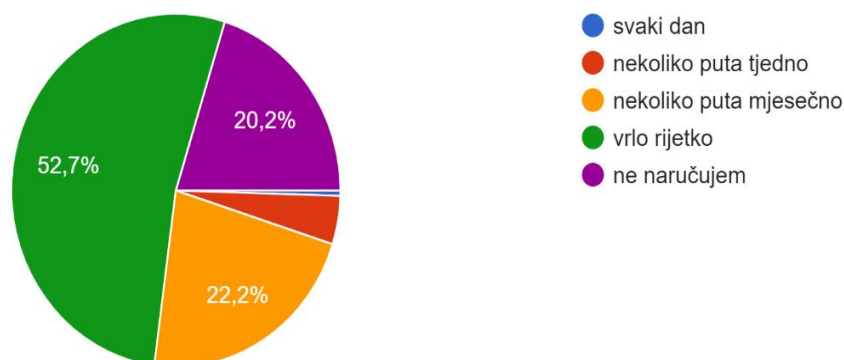
203 odgovora



**Grafikon 4:** Učestalost kuhanja.<sup>249</sup>

Koliko često naručujete hranu?

203 odgovora



**Grafikon 5:** Učestalost naručivanja hrane.<sup>250</sup>

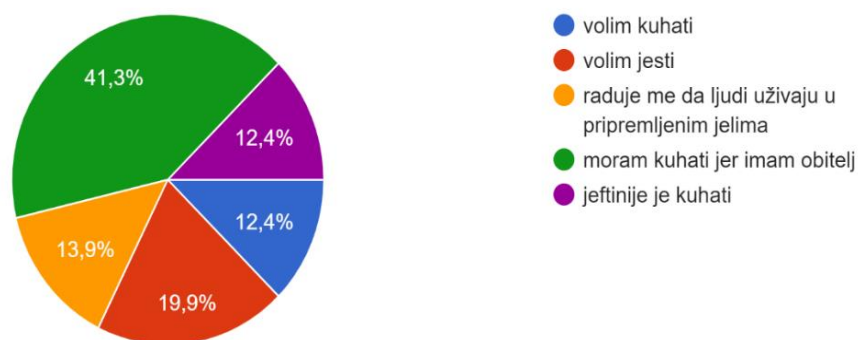
<sup>249</sup> Izvor: autorski rad.

<sup>250</sup> Izvor: autorski rad.

Sljedeće pitanje se odnosi na razloge kuhanja. Najviše ispitanika kuha jer ima obitelj 41,3 %. Sljedeći razlog je zato što vole jesti 19,9 % i zato jer ih raduje da ljudi uživaju u pripremljenim jelima 13,9 %. Jednak postotak 12,4 % odnosi se na ispitanike koji smatraju da je jeftinije kuhati i na one koji vole kuhati.

Zašto kuhate? (1 odgovor)

201 odgovor



**Grafikon 6:** Razlozi ispitanika za kuhanje.<sup>251</sup>

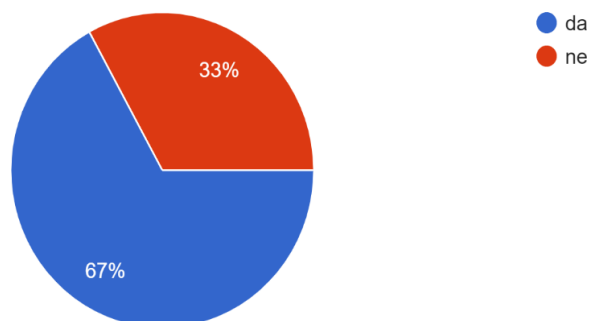
67 % ispitanika prati priloge/emisije o kuhanju, a 33 % navedeno ne čine. Od onih koji prate 47,1 % ispitanika to rade nekoliko puta mjesečno. Nadalje, 24,8 % prati vrlo rijetko, a 23,6 % nekoliko puta tjedno. Samo 4,5 % ispitanika prati priloge/emisije svaki dan.

Najveći broj ispitanika 51,6 % kao razlog gledanja priloga/emisija o kuhanju navodi traženje inspiracije za svakodnevno kuhanje. Istodobno, 25,2 % ispitanika navodi kao razlog to što vole eksperimentirati s receptima, a 22,6 % voli pratiti kako profesionalni kuhari pripremaju hranu.

<sup>251</sup> Izvor; autorski rad.



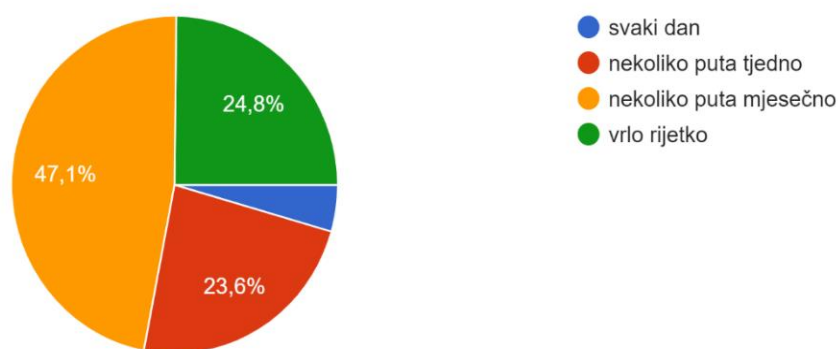
Pratite li priloge/emisije o kuhanju (TV, portali, YouTube, blogovi)? (ako je odgovor DA odgovorite i na pitanja 8 i 9, ako je Vaš odgovor NE preskočite pi...8 i 9 te nastavite ispunjavati upitnik na pitanju 10)  
203 odgovora



**Grafikon 7:** Postotak ispitanika koji prate priloge/emisije o kuhanju.<sup>252</sup>

Koliko često pratite priloge/emisije o kuhanju?

157 odgovora



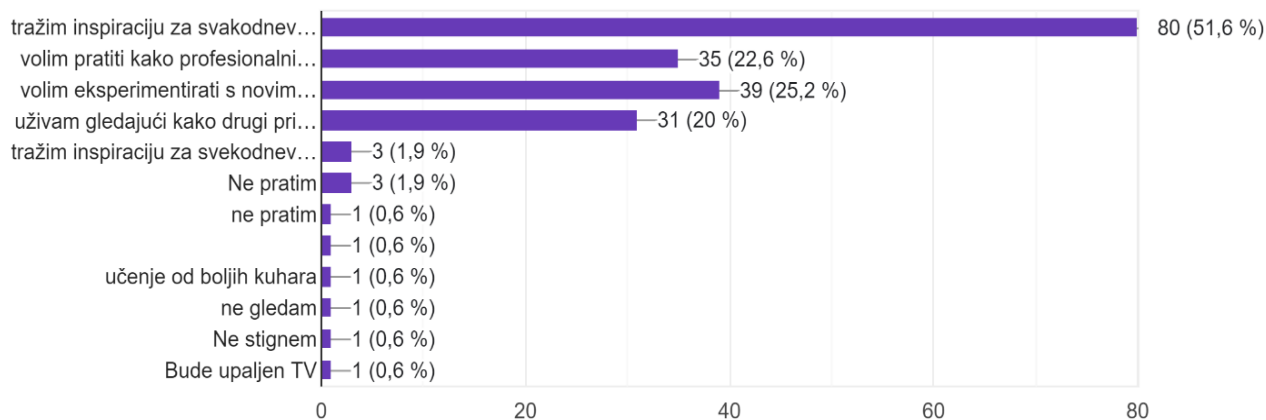
**Grafikon 8:** Učestalost praćenja priloga/emisija o kuhanju.<sup>253</sup>

<sup>252</sup> Izvor: autorski rad.

<sup>253</sup> Izvor: autorski rad.

### Koji su razlozi zbog kojih pratite priloge/emisije o kuhanju?

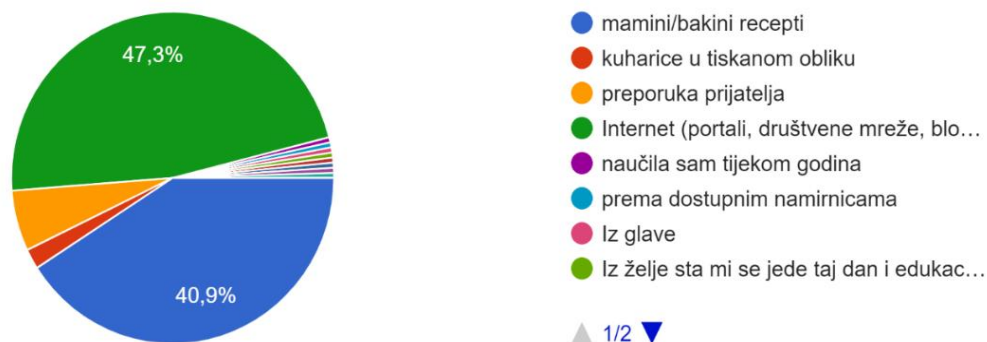
155 odgovora



**Grafikon 9:** Razlozi praćenja priloga/emisija o kuhanju.<sup>254</sup>

### Odakle crpите inspiraciju za kuhanje?

203 odgovora



**Grafikon 10:** Mišljenje ispitanika o inspiraciji za kuhanje.<sup>255</sup>

Inspiraciju za kuhanje 40,9 % ispitanika crpi iz maminih/bakinih recepata, a 47,3 % s interneta (portali, društvene mreže, blogovi). Ostali ispitanici kuhaju po receptima prijatelja, kuharica u tiskanom obliku i ostalo (iz glave, naučenom tijekom godina, prema dostupnim namirnicama, iz želje što im se jede).

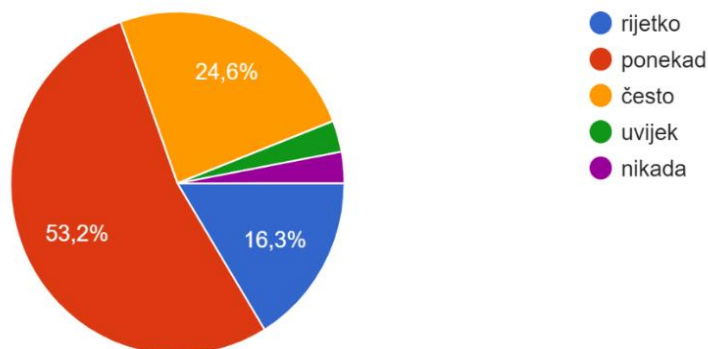
<sup>254</sup> Izvor: autorski rad.

<sup>255</sup> Izvor: autorski rad.

U kuhinji ponekad eksperimentira 53,2 % ispitanika, a 24,6 % to čini često. Nadalje, 16,3 % ispitanika rijetko eksperimentira. Istodobno, 94,1 % ispitanika radije jede domaću, tradicionalnu hranu, a ostali namirnice koje su u trendu i uvozne namirnice.

Koliko često eksperimentirate u kuhinji?

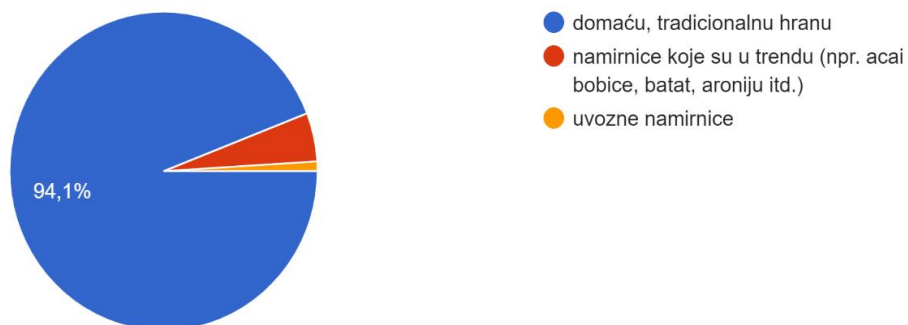
203 odgovora



**Grafikon 11:** Učestalost eksperimentiranja u kuhinji.<sup>256</sup>

Što radije jedete?

203 odgovora



**Grafikon 12:** Stav ispitanika o vrstama hrane.<sup>257</sup>

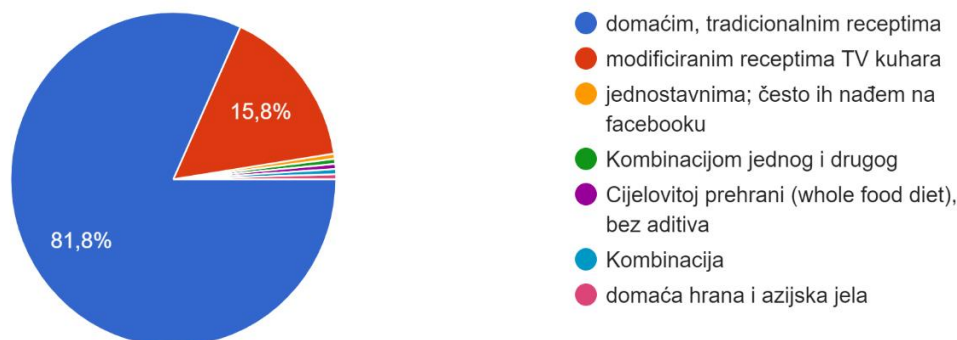
<sup>256</sup> Izvor: autorski rad.

<sup>257</sup> Izvor: autorski rad.

Veliki postotak ispitanika voli jesti domaću hranu i to određuje i sklonost domaćim, tradicionalnim receptima 81,8 %. Puno manji broj je sklon modificiranim receptima TV kuhara 15,8 %, a zanemariv broj pronalazi recepte na društvenim mrežama ili su skloni raznim kombinacijama recepata.

Kojim ste receptima prilikom pripreme hrane skloniji?

203 odgovora

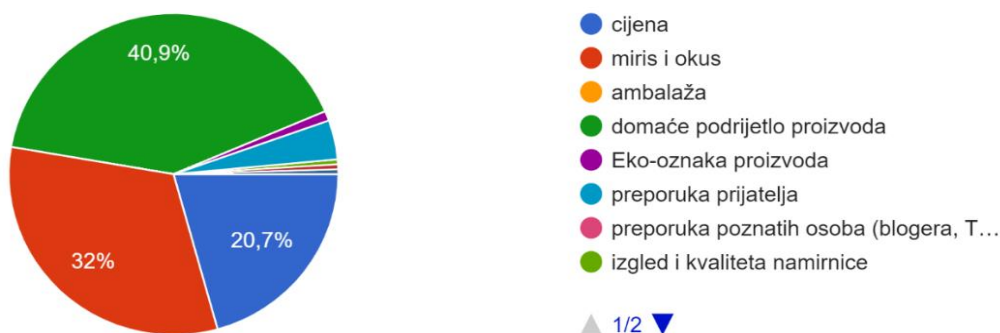


**Grafikon 13:** Sklonost ispitanika vrstama recepata.<sup>258</sup>

Kod kupnje namirnica ispitanicima je najvažnije da su domaćeg podrijetla 40,9 %. Nadalje, za 32,0 % ispitanika miris i okus su najvažniji, a 20,7 % njih izjavljuje da je cijena namirnice presudna.

Što Vam je najvažnije kod kupnje namirnica?

203 odgovora



**Grafikon 14:** Stav ispitanika o kupnji namirnica<sup>259</sup>

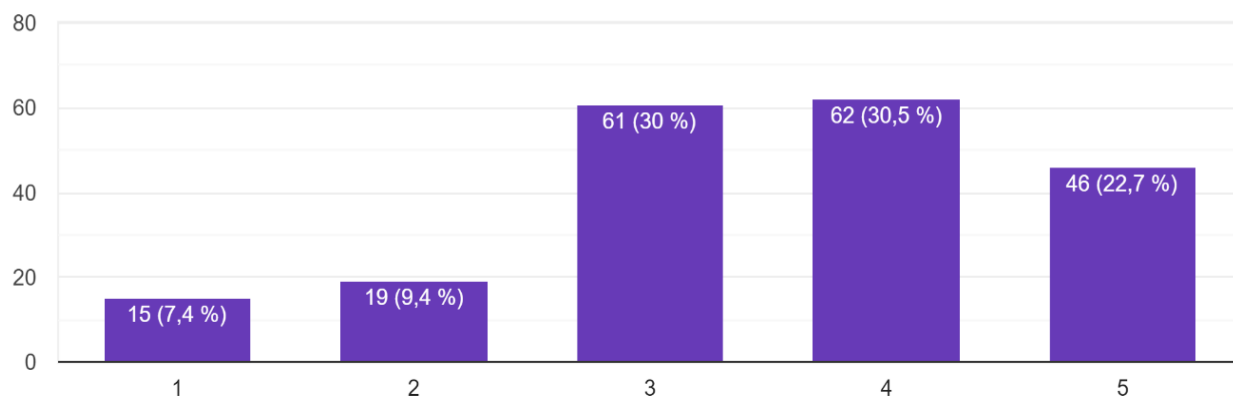
<sup>258</sup> Izvor: autorski rad.

<sup>259</sup> Izvor: autorski rad.

Temeljem odgovora na sljedeće pitanje može se zaključiti da je ispitanicima važno uređenje stola kada se objeduje. Nadalje, 30,0 % izjavljuje da im je niti važno niti nevažno, ali za 30,5 % je djelomično važno i za 22,7 % u potpunosti važno. Istodobno, 9,4 % izjavljuje da im je djelomično nevažno, a samo 7,4 % je u potpunosti nevažno.

Koliko Vam je važan uređen stol kada objedujete?

203 odgovora



**Grafikon 15:** Stav ispitanika o važnosti uređenosti stola kada se objeduje.<sup>260</sup>

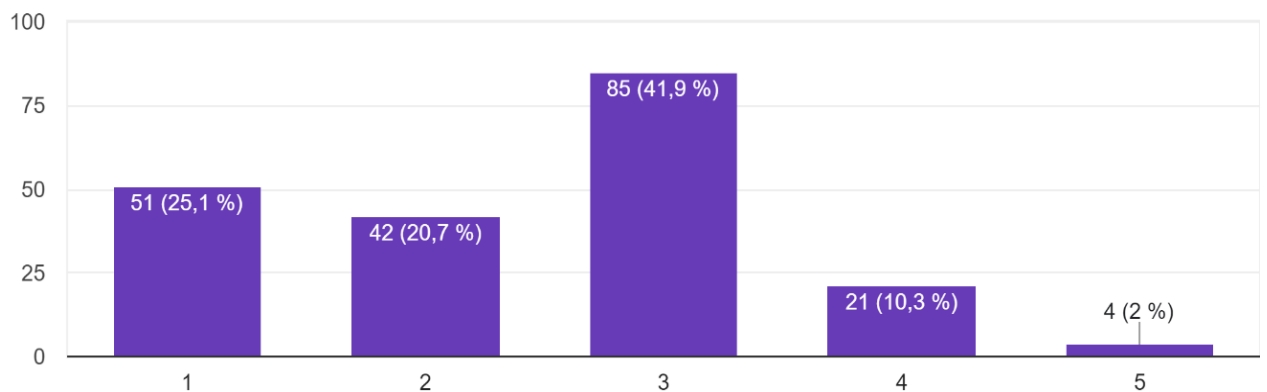
41,9 % ispitanika smatra da mediji niti utječu niti ne utječu na njihov odnos prema kuhanju. Da u potpunosti ne utječu smatra 25,1 %, a da djelomično ne utječu 20,7 % ispitanika. 10,3 % ispitanika smatra da djelomično utječu, a samo 2,0 % da u potpunosti utječu.

Više od polovice ispitanika, 50,7 % ispitanika smatra da im u pripremi hrane mediji nisu puno pomogli jer ne prate ih baš pažljivo. Nadalje, 45,3 % smatra da su puno naučili putem medija, a samo 4,0 % da ništa nisu naučili.

<sup>260</sup> Izvor: autorski rad.

### Koliko mediji utječu na Vaš odnos prema kuhanju?

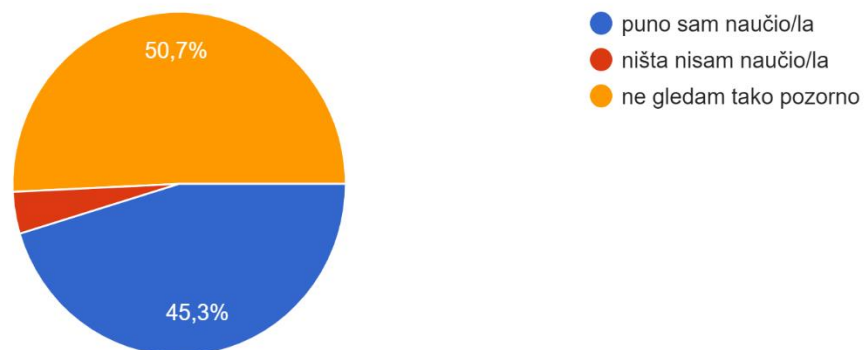
203 odgovora



**Grafikon 16:** Mišljenje ispitanika o utjecaju medija na odnos prema kuhanju.<sup>261</sup>

### Koliko ste u pripremi hrane naučili putem medija?

203 odgovora



**Grafikon 17:** Mišljenje ispitanika o edukativnosti medija u pripremi hrane.<sup>262</sup>

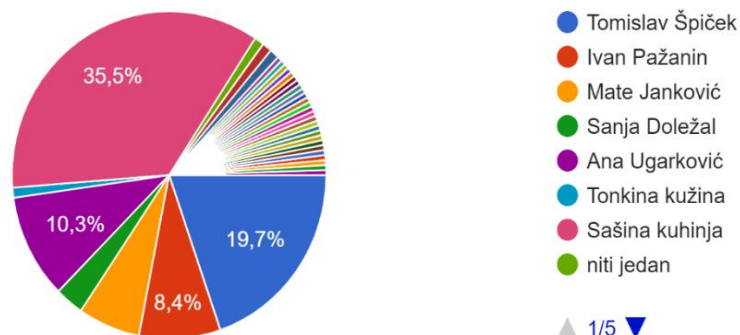
Omiljeni kuhar je Saša s portala Sašina kuhinja 35,5 % ispitanika, a slijede ga Tomislav Špiček 19,7 %, Ana Ugarković 10,3 % i Ivan Pažanin 8,4 %.

<sup>261</sup> Izvor: autorski rad.

<sup>262</sup> Izvor: autorski rad.

Koji kuhar iz medija Vam je najdraži?

203 odgovora

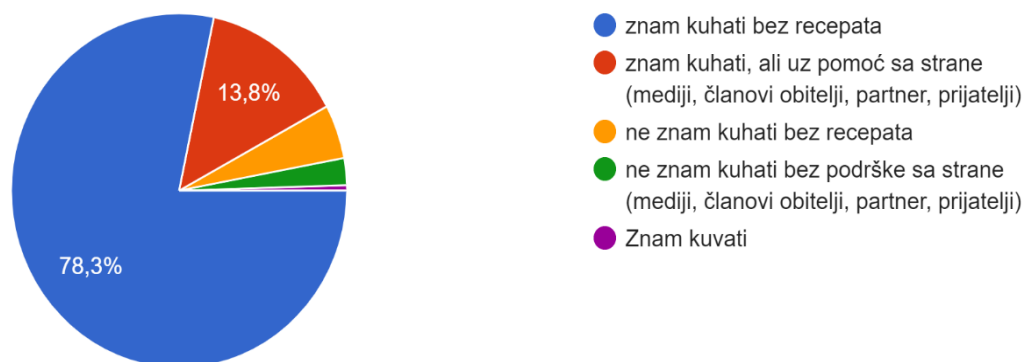


**Grafikon 18:** Stav ispitanika o kuharima iz medija.<sup>263</sup>

Veliki broj ispitanika ima visoko samopouzdanje o svojim sposobnostima kuhanja. 78,3 % izjavljuje da znaju kuhati bez recepata dok 13,8 % smatra da znaju kuhati, ali uz pomoć sa strane.

Kako ocjenjujete svoju sposobnost kuhanja?

203 odgovora



**Grafikon 19:** Mišljenje ispitanika o vlastitim sposobnostima kuhanja.<sup>264</sup>

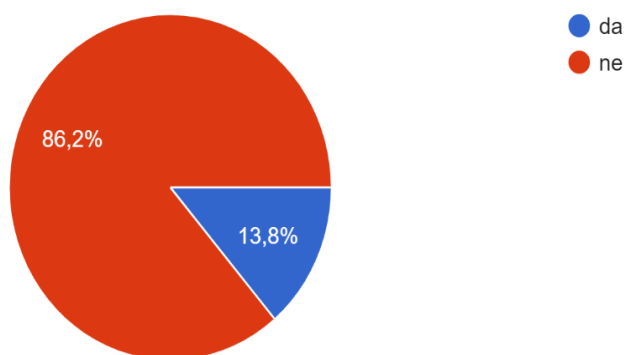
<sup>263</sup> Izvor: autorski rad.

<sup>264</sup> Izvor: autorski rad.

Anketa je pokazala da veliki broj ispitanika ne objavljuje svoje recepte ili fotografije svojih jela na društvenim mrežama. Takvih je 86,2 %. Nadalje, 13,8 % objavljuje, a od njih 75,9 % objavljuje vrlo rijetko i 17,2 % tek ponekad. Razlog objavljivanja recepata ili fotografija jela u najvećem postotku je želja da se podijeli sreća zbog uspješno pripremljene hrane 39,0 %. Jednak broj ispitanika 11,0 % kao razlog objavljivanja navode da na taj način žele komunicirati o hrani ili da žele dobiti povratnu reakciju svojih prijatelja na objavu.

Objavljujete li Vi svoje recepte ili fotografije svojih jela na društvenim mrežama? (Ako je odgovor DA odgovorite i na pitanje 21 i 22)

203 odgovora



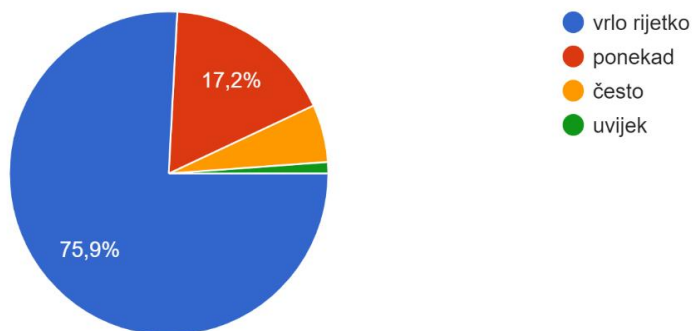
**Grafikon 20:** Postotak ispitanika koji objavljuju ili ne objavljuju recepte ili fotografije jela na društvenim mrežama.<sup>265</sup>

<sup>265</sup> Izvor: autorski rad.



Koliko često objavljujete fotografije svojih jela na društvenim mrežama?

87 odgovora



**Grafikon 21:** Učestalost objavljivanja fotografija jela ispitanika na društvenim mrežama.<sup>266</sup>

Zašto objavljujete fotografije ili recepte svojih jela na društvenim mrežama?

82 odgovora



**Grafikon 22:** Razlozi objavljivanja fotografija ili recepata jela na društvenim mrežama.<sup>267</sup>

<sup>266</sup> Izvor: autorski rad.

<sup>267</sup> Izvor: autorski rad.

## 7. Zaključak

Cilj ovog završnog rada je ispitati u kojoj mjeri mediji utječu na naš odnos prema hrani i njenoj pripremi. U vremenu kada smo prezasićeni instant rješenjima generalno, pa tako i u pripremi hrane, postavljamo si pitanje imamo li još uvijek vremena za one stare dobre bakine savjete kako pripremiti najbolju sarmu u ulici i kako pripremiti mamine buhtle koje su uvijek bolje mirisale od susjedinih.

Anketom smo potvrdili hipotezu da publika redovito prati medijske sadržaje s temom kuhanja. Ispitanici su ipak još uvijek skloniji autohtonim receptima, a društvene mreže potiču publiku na eksperimentiranje s hranom, kao i na komuniciranje s food blogerima i gastro portalima.

U vremenu u kojem živimo od vikenda do vikenda, blagdana do blagdana hrana je još uvijek onaj glavni kohezivni element kojem se veselimo.

Hrana nas spaja, liječi, budi uspomene. Uz hranu stvaramo uspomene, budi nam sva osjetila i važan je segment u našim životima.

## 8. Literatura:

1. Baković, Martina (2017) „Povijest reality showa kao žanra s posebnim naglaskom na emisije o kuhanju“(diplomski rad), Odjel za komunikologiju, Hrvatski studiji, Sveučilište u Zagrebu 2017.
2. Celinščak, Anita (2017) „Zahtjevi na oblikovanje suvremene kuhinje temeljeni na potrebama današnjih korisnika“ (završni rad), Drvnotehnološki odsjek, Šumarski fakultet, Sveučilište u Zagrebu 2017.
3. Cheri Ketchum: The Essence of Cooking Shows: How the Food Network Constructs Consumer Fantasies (Srž kulinarskih emisija: kako mrežne stranice na temu hrane kreiraju maštu potrošača)
4. Janjetović, Lj. (2013.) „Hrana kao medijski spektakl (ili gdje je nestalo Džejmijevo brašno?)“, Banja Luka: Visoka škola Komunikološki koledž u Banjaluci Kapa Fi
5. Popović, H. (2012) „Popularni televizijski žanrovi kao refleksija suvremenog društva“, Holon, 2(3), str. 18-43. postdisciplinarni znanstveno-stručni časopis Vol.2 No.3, 2012.
6. Radović Jovanović, J. (2010) „Osvrt na dosadašnja istraživanja žanrova u TV programima“, *Komunikacija i kultura online*, 1 (1), Beograd str. 294-305.
7. Stanković, Rakić (2012) „Reality show kao medijski model stanovanja“, *Soc. Ekol*, Vol. 21, Zagreb.

## Internetske stranice:

1. <https://www.24sata.hr/show/pocela-je-nova-sezona-kuhanja-ivana-banfic-i-velimir-grgic-s-azijskim-jelom-izborili-prolazak-744413> pristup ostvaren 6. 6. 2023.
2. [coolinarika.com](https://coolinarika.com) - pristup ostvaren 6. 6. 2023.
3. <https://danica.hr/karapandza-sutra-opet-kuha-s-vegetom-a-mi-vas-podsjećamo-kako-je-sve-pocelo/> pristup ostvaren 7. 6. 2023.
4. <https://hr.eferrit.com/top-5-natjecanja-za-kuhanje-u-stvarnosti/> pristup ostvaren 7. 6. 2023.
5. <https://www.jutarnji.hr/dobrahrana/price/hrvati-su-izmislili-vise-od-18-000-izraza-za-hranu-sve-sam-ih-nasla-neke-u-najmanjim-selima-trebalo-mi-je-12-godina-da-završim-rjecnik-kulinarstva-9551069> pristup ostvaren 10. 6. 2023.
6. <https://www.kuhaona.com/2014/10/zidnjaci-vezene-slike/> pristup ostvaren 10. 6. 2023.

7. <https://mixer.hr/lifestyle/mozaik/bozic-u-svijetu-usli-smo-u-domove-i-saznali-bozicne-obicaje-sirom-svijeta/> pristup ostvaren 6. 6. 2023.
8. <http://oblizeki.com/krpe-zidnjaci-kao-novi-kuhinjski-posteri-u-dugom-selu-12619> pristup ostvaren 10. 6. 2023.
9. <https://www.podravka.hr/clanak/664ce3da-610e-11eb-af54-0242ac120063/uskrnji-obicaji-u-svijetu/> pristup ostvaren 12. 6. 2023.
10. <https://hotelpuntijar.com/restoran-stari-puntijar/muzej/> pristup ostvaren 12. 6. 2023.
11. <http://smarter.hr/bozicni-obicaji-u-hrvatskoj-sto-se-jede-za-blagdane/> pristup ostvaren 12. 6. 2023.
12. <https://uvdarh.ru/hr/salads/culinary-tv-shows-list-stepbystep-video-recipes-cooking-shows-on-rutube.html> pristup ostvaren 15. 6. 2023.
13. <https://www.volimkuhati.com/2013/10/mala-povijest-kuhanja-zagrebacka.html> pristup ostvaren 15. 6. 2023.
14. <https://www.vecernji.hr/zagreb/u-kuci-uz-restoran-zlatka-puntijara-stoji-3000-kuharica-2000-jelovnika-stare-zlice-tanjuri-1332306> pristup ostvaren 16. 6. 2023.
15. <https://zagrebonline.hr/mala-povijest-zagrebacke-kuhinje-drugi-dio/> pristup ostvaren 16. 6. 2023.
16. <https://www.fashion.hr/lifestyle/gastro/hrana-hrani-medije-107727.aspx> pristup ostvaren 5. 9. 2023.
17. Špoljarec, Maja: Mala povijest zagrebačke kuhinje – drugi dio | *Zagreb Online*, 10. 3. 2015., pristup ostvaren 20. 10. 2023.
18. Mala povijest kuhanja: "Nova zagrebačka kuharica" Marije Kumičić iz 1889. – *Volim. Kuhati.com* <https://www.volimkuhati.com/2013/10/mala-povijest-kuhanja-zagrebacka.html> pristup . ostvaren 20. 10. 2023.
19. *Krpa "Zidnjak" ili "Kuharica" nastajala je negdje između dva rata* (dugopolje.org) <https://dugopolje.org/kuharice-manje-zbori/> pristup ostvaren 20. 10. 2023.
20. Kršić, Mario: *Nastup turističkih zajednica na internetu*. završni rad, 2019, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Ekonomski fakultet u Osijeku prema

<https://www.markething.hr/instagram-i-sve-sto-trebate-znati-o-njem!!L> pristup ostvaren 6. 6. 2023.

21. Grahovac-Pažić, Vesna; Mataija-Vrcić, Sanja: Zidne kuharice - lička kulturna baština, *Kroatologija*, Vol. 1 No. 2, 2010., str. 67-78 <https://hrcak.srce.hr/clanak/106813> , pristup ostvaren 20. 10. 2023.
22. *Gloria Glam* - Nemojte ih gledati ako ste gladni: najbolji gastro showovi na Netflixu, <https://gloriaglam.hr/hedonizam/nemojte-ih-gledati-na-prazan-zeludac-najbolji-gastro-showovi-na-netflixu-1039>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.
23. Sučić, Mihael: Zapisi iz Hrvatske: Uskrs – najveći kršćanski blagdan i narodni običaji!, 11. 4. 2020., *Zapisi iz Hrvatske: Uskrs – najveći kršćanski blagdan i narodni običaji! - Povcast (unizg.hr)*, <https://putnikofer.hr/kultura-i-ljudi/uskrsni-obicaji-u-hrvatskoj/>, pristup ostvaren 6. 6. 2023.

#### **Popis slika:**

**Slika 1.:** *Naslovnica Zagrebačka kuharica autorica Marija Kumičić*

**Slika 2.:** *Blog Muzeja i galerija Konavala – Zidne poruke Konavalskih kužina*

**Slika 3.** *Ana Ugarković – Kod Ane*

**Slika 4.** *Jamie Oliver*

**Slika 5.:** *Tatjana Pavković Škampe*

**Slika 6.:** *Tatjana Pavković Bakalar*

**Slika 7.:** *Tatjana Pavković Fritule*

#### **Popis grafikona:**

**Grafikon 1:** *Spolna struktura ispitanika*

**Grafikon 2:** *Dobna struktura ispitanika*

**Grafikon 3:** *Stupanj obrazovanja ispitanika*

**Grafikon 4:** *Učestalost kuhanja*

**Grafikon 5:** *Učestalost naručivanja hrane*

**Grafikon 6:** *Razlozi ispitanika za kuhanje*

**Grafikon 7:** *Postotak ispitanika koji prate priloge/emisije o kuhanju*

**Grafikon 8:** *Učestalost praćenja priloga/emisija o kuhanju*

**Grafikon 9:** *Razlozi praćenja priloga/emisija o kuhanju*

**Grafikon 10:** *Mišljenje ispitanika o inspiraciji za kuhanje*

**Grafikon 11:** *Učestalost eksperimentiranja u kuhinji*

**Grafikon 12:** *Stav ispitanika o vrstama hrane*

**Grafikon 13:** *Skлонost ispitanika vrstama recepata*

**Grafikon 14:** *Stav ispitanika o kupnji namirnica*

**Grafikon 15:** *Stav ispitanika o važnosti uređenosti stola kada se objeđuje*

**Grafikon 16:** *Mišljenje ispitanika o utjecaju medija na odnos prema kuhanju*

**Grafikon 17:** *Mišljenje ispitanika o edukativnosti medija u pripremi hrane*

**Grafikon 18:** *Stav ispitanika o kuharima iz medija*

**Grafikon 19:** *Mišljenje ispitanika o vlastitim sposobnostima kuhanja*

**Grafikon 20:** *Postotak ispitanika koji objavljuju ili ne objavljuju recepte ili fotografije jela na društvenim mrežama*

**Grafikon 21:** *Učestalost objavljivanja fotografija jela ispitanika na društvenim mrežama*

**Grafikon 22:** *Razlozi objavljivanja fotografija ili receptata jela na društvenim mrežama*

## **PRILOG 1. ANKETNI UPITNIK**

ANKETA – Utjecaj medija na odnos prema kuhanju i hrani

1. Spol

- Muško
- Žensko

2. Dobna skupina

- 18-24
- 25-34
- 35-44
- 45-54
- 55+

3. Razina obrazovanja

- Završena osnovna škola
- Završena srednja škola
- Viša škola, prijediplomski stručni studij (inženjer, stručni prvostupnik)
- Prijediplomski sveučilišni studij (sveučilišni prvostupnik)
- Poslijediplomski stručni studij na sveučilištu, poslijediplomski specijalistički studij, diplomski studij, sveučilišni diplomski studij (magistar, sveučilišni specijalist)
- Poslijediplomski doktorski studij

4. Koliko često kuhate?

- Svaki dan
- Nekoliko puta tjedno
- Nekoliko puta mjesečno

- Vrlo rijetko
  - Ne kuham
5. Koliko često naručujete hranu?
- Svaki dan
  - Nekoliko puta tjedno
  - Nekoliko puta mjesečno
  - Vrlo rijetko
  - Ne naručujem
6. Zašto kuhate? (1 odgovor)
- Volim kuhati
  - Volim jesti
  - Raduje me da ljudi uživaju u pripremljenim jelima
  - Moram kuhati jer imam obitelj
  - Jeftinije je kuhati
7. Pratite li priloge/emisije o kuhanju (TV, portali, YouTube, blogovi)? (ako je odgovor DA odgovorite i na pitanja 8 i 9, ako je Vaš odgovor NE preskočite pitanja 8 i 9 te nastavite ispunjavati anketni upitnik na pitanju 10)
- Da
  - Ne
8. Koliko često pratite priloge/emisije o kuhanju?
- Svaki dan
  - Nekoliko puta tjedno
  - Nekoliko puta mjesečno
  - Vrlo rijetko
9. Koji su razlozi zbog kojih pratite priloge/emisije o kuhanju?
- Tražim inspiraciju za svakodnevno pripremanje hrane i osvježavanje dnevnog menija
  - Volim pratiti kako profesionalni kuhari pripremaju hranu
  - Volim eksperimentirati s novim receptima
  - Učim gledajući kako drugi pripremaju hranu
  - Ostalo \_\_\_\_\_ (navesti što)
10. Odakle crpate inspiraciju za kuhanje?
- Mamini/bakini recepti



- Kuharice u tiskanom obliku
- Preporuka prijatelja
- Internet (portali, društvene mreže, blogovi)
- Ostalo \_\_\_\_\_ (navesti što)

11. Koliko često eksperimentirate u kuhinji?

- Rijetko
- Ponekad
- Često
- Uvijek
- Nikada

12. Što radije jedete?

- Domaću, tradicionalnu hranu
- Namirnice koje su u trendu (npr. acai bobice, batat, aronija itd.)
- Uvozne namirnice

13. Kojim ste receptima prilikom pripreme hrane skloniji?

- Domaćim, tradicionalnim receptima
- Modificiranim receptima TV kuhara
- Ostalo \_\_\_\_\_ (navesti što)

14. Kod kupnje namirnica što vam je najvažnije?

- Cijena
- Miris i okus
- Ambalaža
- Domaće podrijetlo proizvoda
- Eko-oznaka proizvoda
- Preporuka prijatelja
- Preporuka poznatih osoba (blogera, TV kuhara)
- Ostalo \_\_\_\_\_ (navesti što)

15. Koliko vam je važan uređen stola kada objedujete?

- U potpunosti nevažno
- Djelomično nevažno
- Niti važno niti nevažno
- Djelomično važno
- U potpunosti važno

16. Koliko mediji utječu na vaš odnos prema kuhanju?

- U potpunosti ne utječu
- Djelomično ne utječu
- Niti utječu niti ne utječu
- Djelomično utječu
- U potpunosti utječu

17. Koliko ste o pripremi hrane naučili putem medija?

- Puno sam naučio/la
- Ništa nisam naučio/la
- Ne gledam tako pozorno

18. Za koje kuhare ste čuli putem medija:

- Tomislav Špiček
- Ivan Pažanin
- Mate Janković
- Sanja Doležal
- Ana Ugarković
- Tonkina kužina
- Sašina kuhinja
- Ostali \_\_\_\_\_ (navesti koje)

19. Kako ocjenjujete svoju sposobnost kuhanja?

- Znam kuhati bez recepata
- Znam kuhati, ali uz pomoć sa strane (mediji, članovi obitelji, partner, prijatelji)
- Ne znam kuhati bez recepata
- Ne znam kuhati bez podrške sa strane (mediji, članovi obitelji, partner, prijatelji)
- Ostalo \_\_\_\_\_ (navesti što)

20. Objavljujete li vi svoje recepte ili fotografije svojih jela na društvenim mrežama?

(Ako je odgovor DA odgovorite i na pitanje 21 i 22, a ako je Vaš odgovor NE preskočite pitanja 21 i 22)

- Da
- Ne

21. Koliko često objavljujete fotografije svojih jela na društvenim mrežama?

- Vrlo rijetko
- Ponekad
- Često
- Uvijek

22. Zašto objavljujete fotografije ili recepte svojih jela na društvenim mrežama?

- Na taj način želim komunicirati o hrani
- Želim dobiti povratnu reakciju svojih pratitelja na objavu
- Želim potaknuti ljude na eksperimentiranje s hranom
- Želim podijeliti sreću zbog uspješno pripremljene hrane
- Želim se etablirati kao dobar kuhar/ica na društvenim mrežama
- Ostalo \_\_\_\_\_ (navesti što)