

# SOULFOOD

La nourriture à l'âme de Serbie

*Serbia*

OFFICE NATIONAL  
du TOURISME  
de SERBIE  
[www.serbie.travel](http://www.serbie.travel)



OFFICE NATIONAL  
du TOURISME  
de SERBIE  
[www.serbie.travel](http://www.serbie.travel)





## Contenu

1. Soulfood Serbia .....	3
2. La Serbie de l'est et la Serbie du sud .....	5
3. La Serbie centrale .....	19
4. La Serbie occidentale .....	25
5. La Voïvodine .....	33



# Soulfood Serbia

*“Il y a des pays qui pendant des jours gardent leurs secrets du voyageur en ne lui montrant que la surface des choses et, un jour tout d’un coup, lui lancent la clé et lui disent d’aller où il veut et de visiter ce qu’il peut. C’est le cas de ce pays”* écrivit sur la Serbie Rebecca West dans son récit de voyage *Black Lamb and Grey Falcon*. Que vous veniez de loin ou des environs, une des clés possibles pour interpréter les destinations touristiques de la Serbie est sans aucun doute la cuisine. Car la cuisine fait un rapprochement des besoins de l’homme les plus élémentaires aux autres, plus délicats et liés à la culture, en élevant le simple acte de cuisiner à un niveau d’art. La brochure qui est entre vos mains ne couvre qu’une partie du patrimoine gastronomique de la Serbie, sélectionné selon l’identité géographique et les produits régionaux protégés.

L’histoire turbulente de la Serbie a laissé ses empreintes sur la cuisine du pays dont les influences proviennent des quatre coins du monde. Cependant, le climat bienfaisant et l’imagination de la population locale ont rendu merveilleux et communicatifs tant les plats originaux que leurs variétés. En Serbie, quand on offre un bon plat à son invité, on dit souvent : “Goutez-moi ça ! Ce plat est si bon que c’est comme s’il parlait six langues et bé-

gayait la septième”. Et quand vous le goûtez, vous réalisez que faire la mention du “bégaïement” était seulement un truc de modestie culinaire qui, en fait, recherchait discrètement un compliment. Le langage de la nourriture, tout comme le langage des fleurs et les autres finesses nombreuses de la communication non-verbale s’apprennent vite et restent longtemps en mémoire.

Le climat et le relief de la Serbie varient d’une région à l’autre. Dans les plaines, le climat est continental, tandis que les zones des montagnes bénéficient d’un climat typique des montagnes; le sud-ouest, par contre, jouit d’un climat adriatique-méditerranéen. Le relief et le climat se reflètent sur la biodiversité et l’agriculture qui, à leur tour, exercent une influence sur la gastronomie: pour une personne qui a un grand appétit, on dit qu’elle mange comme une tempête, et pour une personne qui est d’appétit plus modeste on dit qu’elle mange comme un oiseau. Cependant, la sagesse habituelle des Serbes dit qu’il vaut mieux manger plus, car “la force entre par la bouche” et qu’une personne “travaille de la même façon qu’elle mange”.

Tout en enflammant la passion gastronomique par la richesse des goûts et des arômes de la nourriture et des boissons, la Serbie est aussi un pays reconnu pour sa tradition de nourriture saine. Depuis de longues générations, les Serbes orthodoxes pratiquaient le jeûne – un régime alimentaire strict qui consistait à s’abstenir de la nourriture d’origine animale les mercredis et les vendredis, et aussi pendant de longues semaines précédant les fêtes religieuses; en même temps, il fallait également s’abstenir de mauvaises pensées et de mauvais actes. Le fait qu’il y avait plus de jours à jeûner que de jours quand on pouvait manger la viande, les œufs et les produits laitiers explique l’origine de l’alimentation et des recettes équilibrées et saines. Ainsi, si vous êtes végétarien, vous y prendrez plaisir, et si vous ne l’êtes pas, il n’y a pas de place à l’inquiétude. Même dans les temps anciens, la religion orthodoxe ne recommandait pas, pour des raisons pratiques, le jeûne aux voyageurs. De plus, les Serbes sont un peuple hospitalier, et que ce soit dans les restaurants élégants de la capitale, les tavernes intéressantes dans les autres parties du pays ou aux foyers les plus modestes dans les villages retirés, ils feront de leur mieux pour que vous vous sentiez à l’aise et bienvenus.



# La Serbie de l'est et la Serbie du sud

SOULFOOD  
*Serbia*



D'après un ancien poème serbe, un chéri est aimé plus qu'un frère, tout comme le sucre est plus doux que le miel. Cependant, contrairement au sucre, le miel est un aliment, mais aussi un médicament. Sur les près idylliques des montagnes de Homolje, sur les rives féeriques des rivières Mlava et Krupaja, les apiculteurs produisent le fameux miel se Homolje. Homolje est connu pour ses légendes mythiques, la magie vallaque et l'érotisme païen, tandis que le miel est reconnu pour ses vertus et propriétés médicinales. Le miel de Homolje a des bienfaits pour la digestion et le système immunitaire, il aiguisé la vision et renforce la voix, maintient la souplesse du corps, confère un bien-être mental, cicatrise les plaies, donne l'éclat au visage et sert aussi de supplément pour la réduction de poids.



## *Limonađe de Homolje*

### *Ingrédients:*

2 dl d'eau à température ambiante,  
1 cuillère à café de miel,  
jus d'un citron.

### *Préparation:*

chaque matin, dissoudre le miel de Homolje dans un verre d'eau en utilisant une cuillère en bois (jamais en métal), ajouter le jus de citron et boire à jeûne. Après un mois de consommation régulière, le voyageur pourra ajouter une meilleure santé et une bonne mine à ses souvenirs de Homolje.

### *Evénements touristiques*

## *Homoljski Motivi (les Motifs de Homolje)*

Kučevo, mois d'août

*Le plus ancien festival de l'art folklorique original de Serbie : musique, danses, alimentation, boissons et vente de produits de l'artisanat traditionnel.*

+381 (0)12 850 666





La Serbie est l'un des dix pays d'Europe traversé par le Danube. Cette rivière est mentionnée déjà dans les écrits d'Hérodote dans la Grèce antique : le cours supérieur comme Danouvi-ous/Danubius (Reine de toutes les rivières) et le cours inférieur sous le nom de Istros (la rivière nourrice). En effet, cette voie fluviale est l'une des plus belles que l'on puisse choisir pour arriver en Serbie; non seulement elle alimente les terres avec ses eaux et offre à nos yeux un spectacle splendide de la nature, mais elle influence aussi la cuisine serbe par la richesse des espèces de poissons.

Après la visite des sites archéologiques et des monuments historiques sur les rives du Danube, du site néolithique à Vinča et du Centre des visiteurs à Lepenski Vir ([www.lepenski-vir.org](http://www.lepenski-vir.org)), des vestiges de la civilisation des Celtes, des Romains, des Slovènes, des Huns, des Turcs, des Austro-Hongrois et du Moyen Age serbe, ainsi que des beautés naturelles de cette rivière (les parcs nationaux, la grotte de Rajko, la Gorge de Djerdap), le voyageur pourra se rendre aux restaurants parsemés le long du Danube et déguster les spécialités de poissons, notamment la soupe de poissons réputée. Il y a autant de recettes que de villages le long du Danube, certaines avec des ingrédients tenus secrets. Un des anciens secrets imposait d'utiliser l'eau du Danube pour la soupe.



## *Soupe de poissons*

### *Ingrédients:*

500 g d'oignons,  
un bouquet garni (carottes, persil,  
panais, céleri);  
1-2 kg de poissons variés: carpe, silure  
(la tête est particulièrement bonne),  
barbeau,  
brochet et d'autres (autant de variétés  
que possible);  
œufs de poisson,  
1 grand poivron;  
2 dl de jus de tomate;  
2 dl de vin blanc;  
un bouquet de feuilles de persil;  
quelques gousses d'ail;  
feuilles de laurier, grains de poivre;  
poudre de poivron rouge séché et moulu  
(fort et doux); sel;  
et, finalement, l'ingrédient secret!

### *Préparation:*

la meilleure soupe se prépare en plein  
air dans un chaudron sur feu, mais une  
grande casserole dans la cuisine fera aussi  
l'affaire. Faites revenir les oignons avec  
l'huile, ajoutez les légumes râpés ou fine-  
ment coupés et faire cuire, puis ajoutez  
un peu d'eau et 1 à 2 cuillères de poivron  
rouge séché et moulu (fort ou doux selon  
le goût); prendre soin de ne pas faire  
brûler ; après ébullition ajoutez le pois-  
son, les œufs de poisson et de l'eau froide

prenant note de laisser réduire d'un tiers,  
ajoutez le sel, le laurier, le poivre, un  
poivron frais piqué par un couteau pour  
qu'il libère son odeur, les gousses d'ail en-  
tières non épluchées et le jus de tomate.  
Cuire à feu doux pendant deux heures.  
Ne pas remuer pendant la cuisson pour ne  
pas décomposer le poisson, au lieu de cela  
secouer de temps en temps. A la fin de la  
cuisson, ajoutez le vin blanc et le bouquet  
de persil finement ciselé.

### *Et le secret?*

Il réside dans l'art discret de faire épaissir  
la soupe. Les anciens maîtres s'y  
prenaient en faisant cuire dans la soupe  
la fécule de maïs cousue dans un petit  
sachet en tissu (tout comme un sachet  
de thé), mais vous pouvez avoir le même  
effet si vous délayer une cuillère à café  
de farine fine de maïs dans un peu d'eau  
que vous versez vers la fin de la cuisson et  
portez à ébullition.



## Évènements touristiques

De nombreux évènements le long du Danube rassemblent les amateurs de spécialités de poissons et de bon divertissement, avec des concours en préparation de soupes et de ragoûts de poissons:

### **Alaske večeri** **(les Soirées des pêcheurs)**

Veliko Gradište, mois d'août

+381 (0)12 663 179

### **Porečki kotlić** **(le Chaudron de Poreč)**

Donji Milanovac, mois de juillet

+381 (0)30 590 610

### **Golubački kotlić** **(le Chaudron de Golubac)**

Golubac, mois de juillet

+381 (0)12 638 614





Le vin est un ingrédient essentiel de la soupe qui se marie très bien avec tous les plats de poissons. Les meilleurs vins de la Serbie orientale proviennent de la région encadrée par les frontières de la Roumanie, la Bulgarie et la Serbie, près de la ville de Negotin. Une des attractions touristiques sortant de l'ordinaire sont les caves à vin authentiques dans les villages de la région de Negotin. Là, les vins qui vont vous conquérir par leur note et personnalité remarquables sont produits à partir d'anciennes et rares variétés autochtones de raisins, tel le muscat, en combinant les méthodes traditionnelles avec la technologie moderne.

#### *Evènements touristiques*

### ***Sajam meda i vina (Foire du Miel et du Vin)***

Negotin, mois de mai

*Dégustation et cours d'apiculture et de viticulture, prix pour le "meilleur vin de l'année", vente de souvenirs, programme culturel et de divertissements.*

+381 (019) 547 555





La montagne Stara Planina (jadis connue sous le nom de Balkan) fait partie de l'arc carpatho-balkanique. Les villes environnantes sont Negotin, Zaječar, Knjaževac, Pirot et Dimitrovgrad. La sarriette (*Saturea montana*), originaire de Stara Planina, est utilisée pour faire le thé connu sous le nom de Rtanjski čaj; cette plante tonifie le corps et aiguise l'esprit en éliminant les problèmes de santé, et elle est considérée comme aphrodisiaque.



Lors de la visite de cette région, il ne faut pas manquer de voir les rivières, les lacs et les chutes d'eau et cascades. Et si la randonnée vous donne faim, pensez à ce qui vous attend: les bolets, le rôti d'agneau en broche et le fromage de Pirot qui est produit du lait de brebis. Ce fromage est l'un des meilleurs du monde dans son espèce, et peut-être aussi connu que les tapis de Pirot et les blagues parlant des gens locaux qui, on le pense, sont semblables aux Écossais à cause de l'élevage des moutons et de leur avarice présumée.

#### *Evènements touristiques*

### ***Pirotska jagnjjada (Le Festival de l'agneau de Pirot)***

Pirot, mois de mai

*Concours en préparation d'agneau en broche; également très bonne place pour l'achat de fromage excellent, de miel, de tapis de Pirot et de poterie.*

+381 (0)10 320 838



A proximité de Pirot se trouve la petite ville de Bela Palanka. A côté de ses beautés naturelles, monuments historiques et restaurants agréables, elle offre la possibilité de faire de la chasse, de la pêche, du parapente et des balades en montagne.

*Evènements touristiques*

**Dani Banica  
(Journées des Tourtes)**

pie baking competition

Bela Palanka, mois d'août

+381 (0)18 855 005

*Cet évènement fait la promotion de la cuisine traditionnelle et de l'artisanat ancien, très rare à voir.*



Toujours dans le Sud, mais pas loin de Pirot, se trouve Leskovac. La richesse du site archéologique – Caričin grad (Ville de l'Impératrice), fait supposer que c'était la ville natale de l'Empereur Justinien I. A part les ruines romaines, il faut visiter Crkva Odžaklija ou l'Eglise Cheminée, construite au XIXème siècle quand la Serbie était sous la domination de l'Empire Ottoman. Les Turcs interdisant la construction d'églises à l'époque, le peuple débrouillard de Leskovac construisit cette église qui n'y ressemblait pas; elle était à moitié enfouie dans la terre et avait une cheminée proéminente qui n'était pas utilisée, et qui d'ailleurs n'est pas une des caractéristiques des églises orthodoxes.

Depuis des temps anciens, Leskovac doit son nom aux bois de noisetiers (lešnik est le mot serbe pour noisette). Aujourd'hui, la ville est beaucoup plus connue pour ses poivrons rouges. Les gens de Leskovac parlent en dialecte spécifique (aux caractéristiques de l'ancienne langue Slave) que bon nombre de Serbes ne comprennent pas, mais le mot ajvar est connu de tous, même des étrangers, comme une préparation de poivrons, grillés et ensuite conservés pour être savourés pendant l'hiver. Leskovac est également connu pour ses grillades fantastiques. N'importe le moyen de transport que vous avez pris pour arriver à Leskovac, une fois là, vous devez absolument goûter à leskovački voz ou le Train de Leskovac

qui est un assortiment de viandes grillées qui arrivent à table l'une après l'autre, tout comme des wagons de train. Il ne faut pas manquer leskovačka mućkalica qui est un plat épicé qui allie merveilleusement les poivrons aux viandes grillées, très prisé des gourmets.

*Evènements touristiques*

### **Roštiljijada (Festival de grillades)**

Leskovac, mois de septembre

*Concerts de musique de genres variés et concours pour le plus grand hamburger (pljeskavica).*

+381 (0)16 233 360







## *Leskovačka Mučkalica*

### *Ingrédients:*

1 kg de cou de porc  
(ou mélange de porc et de veau),  
200 g de lard,  
4 à 5 oignons,  
10 poivrons rouges,  
grillés,  
pelés et finement coupés,  
500 g de tomates pelées et finement  
coupées,  
2 gousses d'ail, sel,  
du poivron séché et moulu,  
et du piment fort en poudre selon le goût.

### *Préparation:*

Couper la viande en dés et faire des brochettes, saler, badigeonner d'huile et griller. Pendant ce temps, couper le lard en dés, faire cuire jusqu'à ce qu'ils deviennent bruns et fondent, puis dans cette graisse faire revenir les oignons pour qu'ils soient très tendres. Ajouter les poivrons rouges coupés et la viande retirée des brochettes, mijoter pour rendre tendre et avoir une structure compacte. Ajouter les tomates et cuire encore un peu. Quand tout est cuit, ajouter les gousses d'ail finement coupé et du poivron séché et moulu. Selon le goût, renforcer avec du piment fort en poudre. Servir avec du pain maison ou des galettes.

Niš est la troisième grande ville de Serbie. Elle est située au carrefour des voies principales reliant l'Europe à l'Asie Mineure, ainsi que la région de la Mer Noire à la Méditerranée. Son fameux site archéologique Mediana a été construit au III<sup>ème</sup> siècle par Constantin le Grand. Aujourd'hui, Niš est un grand centre urbain connu pour ses festivals de jazz, de film et de littérature. Il est également connu pour sa gibanica - pita ou pâte feuilletée au fromage. Dans les ménages serbes traditionnels, les pitas occupent une place particulière. Il y en a

toute une variété : aux pommes, à la citrouille, aux griottes, aux graines de pavot, et d'autres préparées à l'oseille, avec des épinards, de la viande ou de la semoule de blé, mais la vraie pita Serbe, gibanica, se fait avec du fromage, du kajmak et plein d'œufs. Pour une bonne gibanica, à part la farce, la qualité des feuilles filo est très importante, pour cela les femmes les faisaient cuire au four à bois. Aujourd'hui elles s'achètent déjà faites et l'astuce culinaire consiste seulement en leur choix.

Pas loin de Niš se trouve Svrljig - une ville dont le nom ne peut pas être prononcé par les étrangers et qui représente une destination touristique très attrayante. A part le miel et les truffes que l'on peut trouver dans les bois environnants, Svrljig est connu pour son Belmuž, un plat d'apparence tout simple mais magique, préparé avec du fromage jeune et de la farine de maïs, savoureux et sain, et qui a, d'après ce que disent les locaux, des propriétés aphrodisiaques.



## Evènements touristiques

### **Belmužijada (Festival du belmuž)**

Svrljig, mois d'août

Consacré au belmuž ; évènements accompagnants: concours pour le titre de "la plus belle bergère", artisanat traditionnel, cuisine traditionnelle de Svrljig, jeux pastoraux et programmes culturels.

+381 (0)18 821 059

## **Belmuž**

### *Ingrédients:*

600 g de fromage jeune de brebis (de Svrljig si vous pouvez en trouver),  
150 g de farine de maïs blanc,  
sel.

### *Préparation:*

faire chauffer le fromage dans une grande casserole, jusqu'à ce qu'il fonde mais ne pas porter à ébullition, y verser graduellement la farine en pluie, cuire tout en mélangeant pendant 15 à 20 minutes. La préparation est terminée une fois que le fromage durcit en formant une boule au fond de la casserole et que la matière grasse du lait se sépare et reste sur les bords. Assaisonner de sel selon le goût et servir avec une variété de salades comme entrée.



Par sa position géographique, Kosovo relie l'Europe centrale à l'Europe du Sud, et l'Adriatique à la Mer Noire. Kosovo bénéficie d'un climat continental, et c'est une région dominée par les montagnes. L'histoire mouvementée de cette région s'étend jusqu'à nos jours, mais les ressources naturelles, les monuments archéologiques et historiques et la cuisine sont tous disponibles aux touristes.

Le Kosovo abonde en faune aquatique: truites de rivière, anguilles, silures, carpes, chavesnes, brochets, crabes d'eau douce. Les forêts de Lipovica et Klecka près de Lipljan sont propices à la chasse, tandis que les montagnes Brezovica et Prokletija disposent d'excellents terrains de ski. L'architecture des villes est un mélange unique des caractéristiques de l'est et de l'ouest, de mosquées et d'églises nombreuses, de l'ancien et du moderne, du local et du

global. Les monastères magnifiques à Dečani, Gračanica, Peć, Prizren et à d'autres destinations de Kosovo donnent aux touristes un aperçu de la longue histoire de l'Etat serbe depuis son origine. Les vins de Kosovo et Metohija, y compris les vins provenant des monastères, sont très renommés. Il faut également recommander la lozovača, une eau-de-vie de raisins. Les vins les plus communs sont les vins rouges - merlot, teran et bourgogne, et les meilleurs vins proviennent de Orahovac près de Prizren et de la région de Đakovica et Peć, villes connues pour leurs vignobles et vergers. La large gamme de charcuterie, de fromage et de pâtes est semblable à celle des autres régions, tandis que les desserts se distinguent par leur sirop de sucre caramélisé et relevé par de la vanille et du citron.



# Serbie centrale

SOULFOOD  
*Serbia*



La plus grande partie de la Serbie centrale s'étend sur Šumadija - région dont le nom signifie la terre des forêts. Le sol qui convient aux forêts est de nos jours utilisé pour les vergers, et la prune demeure le fruit qui est le symbole, l'emblème et la première association pour Šumadija . Dans la grande concurrence d'excellentes espèces, on distingue l'ancienne sorte de prune požegača, apportée dans les Balkans de la Syrie par Alexandre de Macédoine au IVème siècle avant J.C.

En Serbie centrale, vous pouvez passer vos vacances de nombreuses manières, vous pouvez skier, chasser ou passer des vacances actives dans un ménage rural, vous pouvez visiter les beautés naturelles, les monuments historiques, les raretés ethno-culturelles. Mais peu importe si vous vous êtes dirigés vers le célèbre festival de la trompette de Dragačevo à Guča, le fauchage à Rajac près de Ljig, la propriété et le mausolée de la famille royale Karadjordjević à Oplenac près de Topola ou vers d'autres nombreuses destinations intéressantes, vous serez toujours accueillis avec une nourriture délicieuse et le cocktail inévitable - l'eau-de-vie de prune. Tout comme le whisky ou la tequila avec leurs innombrables variétés qui sont secrètes et représentent la fierté de chaque distillerie dans

leur patrie, l'eau-de-vie de prune en Serbie a également d'innombrables variétés et places d'origine. Ce qu'elles ont en commun c'est l'arôme de prune, la couleur dorâtre et la grisserie des boissons spiritueuses. Avec un pourcentage d'alcool plus faible, mais non moins délicieuse, est la boisson qui se prépare à base

d'eau-de-vie, quand il fait froid. Notamment, en Serbie, on dit que le vin réchauffe, tandis que l'eau-de-vie refroidi, alors en hiver, surtout pour slava (fête du Saint, patron de la famille), on boit du thé de Šumadija, l'eau-de-vie de prune chauffée.



## *Thé de Šumadija*

### *Ingrédients:*

½ kg de sucre,  
3,5 dl d'eau-de-vie de prune,  
1,5 dl d'eau

### *Préparation:*

dans un pot en métal à haut bords,  
fondre et caraméliser le sucre ; quand  
vous obtenez une couleur rougeâtre,  
versez dessus le mélange d'eau-de-vie de  
prune et d'eau, laissez bouillir à nouveau  
(certains le font 2-3 fois) et servir immé-  
diatement.



### *Evènements touristiques*

*On organise dans la région des événements et des concours de préparation et de dégustation d'eau-de-vie de prune et d'autres produits de prune, des programmes culturels et de divertissements.*

### *Šumadijski dani šljive (Journées de prunes de Šumadija)*

Kragujevac (village de Stragari), mois d'août  
+381 (0)63 184 2141

### *Šumadijska kraljica (la Reine de Šumadija)*

concours pour le titre de la meilleure  
eau-de-vie, Gornja Trepča, mois d'août  
+381 (0)69 1209 953

### *Sajam šljiva (Foire de la prune)*

Osečina, mois d'août  
+381 (0)14 451 311

Les prunes sont utilisées non seulement pour la préparation de l'eau-de-vie, mais aussi pour de nombreux et excellents plats salés et sucrés (carpe aux pruneaux secs, quenelles aux prunes, confiture de prune..). En tant que touriste, ne manquez pas ce que vous ne trouverez nulle part ailleurs: des pruneaux secs cuits enrobés de lardon, un plat de saveur raffinée sucré-salé qui peut être servi chaud et froid. Des fois vous trouverez dans une prune enrobée d'une fine tranche de lardon, au lieu du noyau, du fromage, une noix ou une olive.



La cuisine serbe est riche, et la nourriture est toujours accompagnée de beaucoup de pain, de pâtes ou de pommes de terre, afin d'adoucir les autres aliments épicés. A part le pain, on sert comme entrée ou complément du plat principal, la proja (pâte cuite de farine de maïs), la pogača (galette semblable au pain) ou des pommes de terre cuites dans un sač (terraine couverte de braise).

### *Evènements touristiques*

#### **Dani azanjske pogače (Journées de la galette d'Azanja)**

Azanja, mois d'août  
*Concours pour la plus belle galette traditionnelle et moderne, nombreux programmes, tels le concours pour le premier accordéon, exposition d'art populaire. Curiosité: dans le cadre de cet événement, la plus grande galette au monde a été cuite à Azanja, et comme telle enregistrée dans le Livre Guinness des records.*

+381 (0)26 322 982

#### **Projada**

Kraljevo, village de Ratina,  
mois de septembre  
*Événement consacré aux plats à base de farine de maïs, accompagné d'un programme ethno-folklorique.*

+381 (0)36 335 302

#### **Dani krompira u Rađevini (Journées de la pomme de terre à Radjevina)**

Krupanj, mois d'octobre  
*Programmes scientifiques, expositions, concours, culture, divertissements et sport, tous en relation avec la pomme de terre.*

+381 (0)15 684 094

Dans le cadre d'une riche offre gastronomique de la Serbie centrale, on devrait également prêter attention aux plats à base de chou, surtout ceux avec de la viande de mouton, cuits dans de grandes marmites en terre-cuite sur feu extérieur, les plats à base d'haricots blancs, préparés dans de grands chaudrons suspendus au dessus du feu et, enfin, le fabuleux ragoût,

les salades et les potages de différentes sortes de champignons de bois. Pour les connaisseurs, voici quelques uns: la coulemelle (*Macrolepotia procera*), la chanterelle (*Cantharellus cibarius*), le lactaire délicieux (*Lactarius deliciosus*), le bolet (*Boletus edulis*), la vesse de loup géante (*Langermania gigantea*), le polypore soufré (*Laticoporus sulphureus*)...



### *Evènements touristiques*

#### ***Kupusijada (Festival du chou)***

Mrčajevci près de Čačak,  
mois de septembre

*Concours de cuisson de svadbarski kupus (chou de nocces) et d'autres plats à base de chou, programme culturel, artistique et sportif.*

+381 (0)32 342 360

#### ***Pasuljijada Srebrni kazan (Festival de l'haricot blanc)***

"Chaudron d'argent", Kraljevo,  
mois de septembre

*Concours traditionnel dans la préparation d'haricots blancs sur la place centrale de Kraljevo.*

381 (0)36 311 192

#### ***Dani gljiva (Journées de champignons des bois)***

Valjevo, Medvednik, mois d'octobre

*l'évènement a un caractère éducatif : exposition de champignons cueillis frais, cultivés et conservés, littérature, photos et dessins, tables rondes, conférences et excursions. A la fin, dégustation de plats de champignons collectés au cours de l'excursion.*

+381 (0)14 221 138





Les forêts, prairies et clairières des régions montagneuses de la Serbie centrale, sont l'environnement propice pour les baies. En été, quand il n'y a plus de neige, le centre de ski de Kopaonik déborde de myrtilles, sucrées et saines, que les touristes peuvent cueillir eux-mêmes ou les acheter.

#### *Evènements touristiques*

#### ***Dani borovnica (Journées de la myrtille)***

*Kopaonik, mois de juillet*

*Événement éducatif, compétitif et divertissant dans le cadre de la récolte, cultivation et conservation des myrtilles sauvages et cultivées.*

+381 (0)36 738 670

+381 (0)27 825 185





# Serbie occidentale

SOULFOOD  
*Serbia*



La Serbie occidentale est une région de petites villes charmantes et de villages montagnards idylliques. Les montagnes forment la base du tourisme dans la région - Zlatibor, Tara, Zlatar, Golija, le plateau de Pešter, mais aussi les nombreuses curiosités telles que le canyon de la rivière Uvac, la rivière Drina abondante en eau, la station thermale de Priboj, les grottes Potpečka et Stopić, les musées en plein air "Staro selo" à Sirogojno et "Drvengrad" à Mokra Gora, la voie ferrée étroite "les serpentines de Šargan", les monastères Mileševa, Uvac, Rača et de nombreuses églises en bois. Les Journées bergères (Čobanski dani) de Kosjerić, les framboises d'Arilje, le jambon d'Užice, le fromage de Zlatar, l'eau-de-vie d'Užice, komplet lepinja (galette aux œufs et crème), la tarte au sarrasin ... sont quelques unes des attractions de cette région. A chaque étape, on offre aux visiteurs de jouir d'une nature belle et saine, des exemples d'une tradition culturelle remarquable et de nombreuses activités, le tout avec une riche gamme gastronomique.



Le kajmak est un produit laitier traditionnel des régions montagneuses de Serbie. Crémeux et légèrement acidulé, il est servi comme entrée, pâte à tartiner ou comme complément aux plats (comme le beurre ou la crème fraîche). Il est produit par la fermentation des matières grasses obtenues pendant la cuisson du lait. En serbe, “enlever le kajmak”, en dehors de son premier sens culinaire, veut dire “s’emparer de ce qui est le plus précieux”. Ainsi, parlant serbe, au sens littéral et figuré, une des destina-

tions - kajmak de l’offre touristique de la Serbie est Zlatibor, montagne splendide et hospitalière, dont les plus proches déterminants sont les villes de Čajetina, Užice ou Nova Varoš, et récemment le village Mokra Gora avec l’offre ethno-cinématographique “Drvengrad” du réalisateur Emir Kusturica. Outre la crème célèbre, à Zlatibor vous trouverez un riche assortiment d’eau-de-vie de prune, de fromage et de viandes fumées et séchées, connus sous le nom de fromage de Zlatibor et de jambon de Zlatibor.



#### *Evènements touristiques*

##### **Pršutijada (Foire de produits de charcuterie)**

Mačkat, mois de janvier

*Présentation et vente de charcuterie: jambon fumé de bœuf et de porc, lard, saucissons, viande fumée de mouton et de bœuf, performances de musiciens et de sociétés culturelles et artistiques.*

+381 (0)31 841 646

##### **Šljivovički sajam domaće rakije (Foire de l’eau-de-vie maison)**

village de Šljivovica à Zlatibor, mois d’avril

*– compétition des meilleurs producteurs d’eau-de-vie de la région de Zlatibor, concours dans l’art de porter un toast, préparation de gâteaux roulés.*

+381 (0)31 841 646



Le mont Golija, à proximité des villes de Raška, Ivanjica et Novi Pazar, est une réserve de biosphère et un parc naturel sous la protection de l'UNESCO. Parmi ses autres délices, Golija offre le plaisir gastronomique de déguster des champignons des bois, et ceux qui le veulent, peuvent les cueillir eux-mêmes.

### *Ragoût de champignons des bois*

#### *Ingédients:*

100 g de coulemelles fraîches,  
100 gm fresh porcini,  
100 g de bolets frais,  
1 gousse d'ail (ou la moitié d'un aillet coupé en 2-3 morceaux),  
1 cuillère de beurre,  
1 cuillère d'huile d'olive,  
sel et poivre,  
2 dl de crème fraîche,  
50 g de parmesan et 50 g de feta, basilic.

#### *Préparation:*

Faire revenir les champignons au beurre et à l'huile environ dix minutes, ajouter l'ail coupé, saler et poivrer, ajouter le fromage râpé et la crème fraîche et remuer jusqu'à ce que le fromage soit fondu et, à la fin de la cuisson, ajouter des feuilles de basilic finement coupées.



Dans la région de Zlatibor, dans les bassins fluviaux de Moravica et Rzav, se trouve la ville d'Arilje, connue dans le monde entier comme centre de production de framboises - la Serbie est le deuxième pays producteur au monde. Pour sa valeur nutritive et gastronomique, la framboise est nommée "or rouge", et dans l'ouest du pays, on produit de cet "or rouge" des jus, sirops, crèmes, glaces, tartes et gâteaux - à vous couper le souffle.





## *Gâteau aux framboises à la mode d'autrefois*

### *Ingrédients pour la pâte:*

6 jaunes d'œufs,  
250 g de farine,  
50 g de sucre,  
200 g de beurre,  
1 / 2 c. à café de poudre à pâte.

### *Ingrédients pour la farce:*

6 blancs d'œufs,  
300 g de sucre,  
600 g de framboises,  
100 g de noix hachées,  
1 sachet de sucre vanillé.

### *Préparation:*

Battre les jaunes d'œufs avec 50 g de sucre, ajouter le beurre et la farine mélangée avec la poudre à pâte, unifier la masse, puis amincir avec les mains uni-

formément la pâte dans un moule. Cuire au four préchauffé à 180 degrés. Pendant ce temps, fouetter les blancs d'œufs en neige bien ferme, 300 g de sucre et le sucre vanille. Lorsque la pâte rougit, saupoudrez de noix hachées, disposez les framboises et couvrez le tout de blancs en neige. Remettre au four pour sécher et faire crouter à 100 degrés.

A 4 km de Nova Varoš s'élève le mont Zlatar, qui offre aux touristes de faire du ski et du parapente. Le canyon de la rivière Uvac est situé entre les versants nord de Zlatar et les versants sud du massif de Zlatibor. Cette zone est unique comme habitat du vautour à tête blanche. Afin de protéger cette espèce, la zone autour de la gorge d'Uvac est proclamée réserve naturelle. Ce territoire est habité par des oiseaux rares comme l'aigle royal, la tichodrome échelette, le hibou grand-duc et le Martin-pêcheur, et les mammifères les plus connus de la Liste Rouge européenne sont la chauve-souris et la loutre. En termes gastronomiques, cette région est connue pour le fromage de Zlatar dont la recette n'est pas secrète, et pourtant personne d'autre

ne peut faire le même: là seulement, et nulle part ailleurs au monde, les pâturages et l'eau permettent la production d'un fromage d'une qualité et saveur si particulière. Une astuce supplémentaire est la traite manuelle des vaches, le maintien de l'hygiène sans l'utilisation de produits chimiques et l'emploi de récipients en bois. Avec le fromage de Sjenica, on fait une grande spécialité de la région - gibanica - qui est la même que dans d'autres parties de la Serbie, et pourtant différente, parce que dans cette région les feuilles filo se préparent avec de la farine de sarrasin. Une excellente spécialité de la région est la tourte au fromage de Sjenica et la farine de sarrasin.



### *Evènements touristiques*

#### **Zlatarska sirijada, Izložba meda, Darovi Zlatara (Festival du fromage et du miel - Cadeaux de Zlatar)**

Nova Varoš, juillet-août

Concours pour le titre du meilleur fromage, de la meilleure tourte de sarrasin, prix pour les ménages au plus grand nombre de vaches et pour les conjoints les plus jeunes, concours de chanteurs "izvika" (chant archaïque sans accompagnement instrumental).

+381 (0) 33 62 621

#### **Dani sjeničke pite (Journées de la tourte de Sjenica)**

Sjenica, mois de juin

Concours pour le titre de la meilleure tourte, salée ou sucrée, exposition de tapis, d'artisanat, de peintures, de produits charcutiers et laitiers.

+381 (0) 20 744 843



Sjenički sudžuk est un type spécial de saucisson en forme des méandres de la rivière Uvac, fait de viande de bœuf et du blanc de bœuf en proportion 4:1. Le sudžuk se place dans un fumoir afin d'être fumé à froid, puis séché. Des versants du mont Pešter et du plateau de Pešter, où se trouvent les villes de Sjenica et Novi Pazar, provient le fromage autochtone de Sjenica, de goût et d'arôme extraordinaires, ainsi que les célèbres poivrons à la crème sure.





# Voïvodine

SOULFOOD  
*Serbia*



La Voïvodine, au nord de la Serbie, est une vaste région plate, aux fermes isolées, aux villages riches, aux villes à l'architecture de l'Europe centrale et aux traditions culinaires. Un des principaux produits agricoles que l'histoire se rappelle du XVIème siècle est futoški kupus - le chou de Futog, sain et savoureux, nommé d'après la ville Futog près de Novi Sad. Le chou en Voïvodine est préparé comme plat principal ou en accompagnement, ou utilisé pour farcir les feuilletés salés ou les crêpes ou préparer une soupe. Le fameux choux fermenté se mange en salade, et sert aussi comme ingrédient de base pour sarma et podvarak. Sarma sont des rouleaux de viande hachée épicée et de riz dans des feuilles de chou, tandis que podvarak est une choucroute bien mijotée, et d'habitude servie avec un jarret de porc ou la viande de dinde, d'oie, de canard, ou même du poisson.



## Podvarak

### Ingrédients:

un chou fermenté entier coupé en lanières fines,  
huile,  
1 grand oignon,  
une poignée de riz,  
poivre,  
feuille de laurier,  
poudre de poivron séché et moulu,  
persil,  
sel si nécessaire.

### Préparation:

Faire revenir l'oignon finement haché avec l'huile, ajoutant un peu d'eau jusqu'à obtenir un aspect vitreux, puis ajouter le chou, le laurier et le poivre, laisser mijoter une heure, en ajoutant de temps en temps un peu de mélange d'eau et de saumure. Ajouter une poignée de riz, versez encore du liquide et laisser cuire jusqu'à ce que le riz soit cuit. Enfin, ajoutez la poudre de poivron séché et moulu et le persil ; servir chaud.


### Evènements touristiques

## Futoška Kupusijada (Festival du Chou de Futog) Futog, mois d'octobre

Compétition en préparation de plats au chou, concours pour le plus grand chou cultivé et programmes culturels et artistiques.

+381 (0)21 661 7343



A wide, calm body of water, likely a river or lake, stretches across the middle ground. The water is exceptionally still, acting as a perfect mirror for the sky above and the lush green trees lining the banks. The sky is a vibrant blue, filled with large, fluffy white cumulus clouds. On the left bank, a dense line of trees in various shades of green dominates the mid-ground. A small, dark blue boat is visible near the shore, partially obscured by the water's reflection. In the far distance, a range of low mountains or hills is visible under the horizon. The overall atmosphere is peaceful and serene, capturing a beautiful natural landscape.

A part le Danube et la Sava sur ses rebords, la Voïvodine est ornée de rivières tranquilles et de leurs méandres, avec un grand nombre de lacs naturels et artificiels. Pour cela, les spécialités de poissons d'eau douce dominant sur les menus de la région.

## Evènements touristiques

Il y a en Voïvodine un grand nombre d'évènements et de concours qui incluent la préparation de plats de poissons traditionnels, accompagnés de programmes culturels et de divertissements.

### **Apatinske ribarske večeri** **(les Soirées de Pêcheurs d'Apatin)**

Apatin, mois de juillet

+381 (0)25 772 555

### **Somborski kotlić** **(Le Chaudron de Sombor)**

Sombor, mois de juillet

+381 (0)25 434 350

### **Zlatni kotlić Kovina** **(Le Chaudron d'Or de Kovin)**

+381 (0)13 745 860

### **Takmičenje u pripremanju riblje** **čorbe**

**(Concours de préparation de**  
**soupe de poisson)**

Pančevo, mois de juillet

+381 (0)13 351 366

### **Zlatni kotlić Pančeva** **(Le Chaudron d'Or de Pančevo)**

Pančevo, mois d'août

+381 (0)13 351 366

+381 (0)21 661 7343





Puisque la Voïvodine est une région presque plate, une des blagues courantes dit que si vous montez sur une citrouille, vous pouvez voir la ville de Vienne. Cette communication visuelle en ligne explique sans doute pourquoi les gâteaux, les tartes et les strudels de “l’école viennoise” sont si excellents. La cuisine éclectique illustre bien la grande diversité de la Voïvodine, développée au cours des temps par les influences de vingt-cinq nations, groupes nationaux ou ethniques.

## Evènements touristiques

### **Dani Ludaje** *(les Journées de la citrouille)*

Kikinda, mois d'octobre

*Concours pour la citrouille la plus lourde et la courge la plus longue, jeux aux citrouilles, carnaval d'automne et petit déjeuner à la mode de Banat.*

+381 (0)23 026 300

### **Štrudlijada (Festival de strudel)**

Dolovo, mois de septembre

*Présentation et vente; concours de strudels des membres de l'Association des femmes des régions rurales de toute la Serbie.*

+381 (0)13 351 366

### **Festival International de folklore de Vršacki Venac**

et

### **Foire du Miel, de Plantes Médicinales et de l'Artisanat Traditionnel**

Vršac, mois de juillet

*Cet évènement rassemble les groupes de musique et de danses folkloriques de la Serbie et de l'étranger, les ethnologues, ethnomusicologues et chorégraphes.*

+381 (0)13 832 999





Fruška Gora et le mont Vršac sont les seuls deux points élevés qui découpent les plaines infinies de la Voïvodine. Leurs versants et le terrain à relief onduleux sont une place idéale pour la vigne et les arbres fruitiers. Les vins, produits de variétés anciennes et remarquables, ainsi que les eaux-de-vie de fruits sont toujours présents dans l'offre gastronomique de la Voïvodine, mais le vin rouge aromatisé de dessert Bermet, cousin proche du porto, Madiera et sherry peut être trouvé seulement à Sremski Karlovci. Grâce à la cour austro-hongroise, ce vin est devenu le favori de la haute société de l'Europe et au-delà, et il paraît même qu'une certaine quantité de Bermet avait été délivrée au Titanic.



### *Evènements touristiques*

*Il y a en Voïvodine un grand nombre d'évènements consacrés au vin et à l'eau-de-vie de fruits, accompagnés de dégustation et de programmes culturels et de divertissements variés.*

#### **Vinofest (Festival du Vin)**

Vršac, mois de mars

+381 (0)13 832 999

#### **Interfest - Festival International du Vin**

Novi Sad, mois de mai

+381 (0)21 6617 343

#### **Koviljska rakijada Parastos dudu (Festival de l'eau-de-vie – Requiem pour le Mûrier)**

Kovilj, mois de juin

+381 (0)21 6617 343

#### **Bodrofest - Festival de l'alimentation, des boissons et des produits d'artisanat**

Bački Monoštor, mois d'août

+381 (0)25 434 330

#### **Dani berbe grožđa (Journées des Vendanges)**

Vršac, mois de septembre

+381 (0)13 832 999

#### **Berbanski dani (Journées des Vendanges)**

Palić, mois de septembre

+381 (0)24 602 780

#### **Karlovačka berba grožđa (Journées des Vendanges de Karlovci)**

Sremski Karlovci, mois de septembre

+381 (0)21 882 127

#### **Berbanski dani (Journées des Vendanges)**

Horgoš, mois de septembre

+381 (0)24 670 350

#### **Belocrkvanski dani jabuke i Rakijada (Journées de la Pomme et de l'Eau-de-vie de Bela Crkva)**

Bela Crkva, mois d'octobre

+381 (0)13 851 777

#### **Pudarski dani (Journées des Gardiens de Vignobles)**

Irig, mois de septembre

+381 (0)22 461 126



Parmi la variété d'excellents produits charcutiers de la Voïvodine, on distingue particulièrement sremski kulen – kulen de Srem, qui est un gros saucisson composé de viande de porc hachée et de lard, épicé de poivrons séchés

et moulus et assaisonné de sel. Avec l'âge, il développe sa saveur et est servi en entrée, sur des sandwiches ou pour accompagner les pâtes et autres plats.



### *Evènements touristiques*

*Pendant les mois de février et de mai un grand nombre d'évènements et de festivals sont consacrés à la préparation, la dégustation et la vente de charcuterie traditionnelle, le tout accompagné de divers programmes culturels et de divertissements.*

#### **Sremska kobasicijada (Festival du Saucisson de Srem)**

Šid, mois de février

+381 (0)22 710 661

#### **Slaninijada (Festival du Lard)**

Kačarevo, mois de février

+381 (0)13 351 366

#### **Kobasicijada (Festival du Saucisson)**

Turija, mois de février

+381 (0)21 731 279

#### **Festival kulena (Festival du Kulen)**

Bački Petrovac, mois de mai

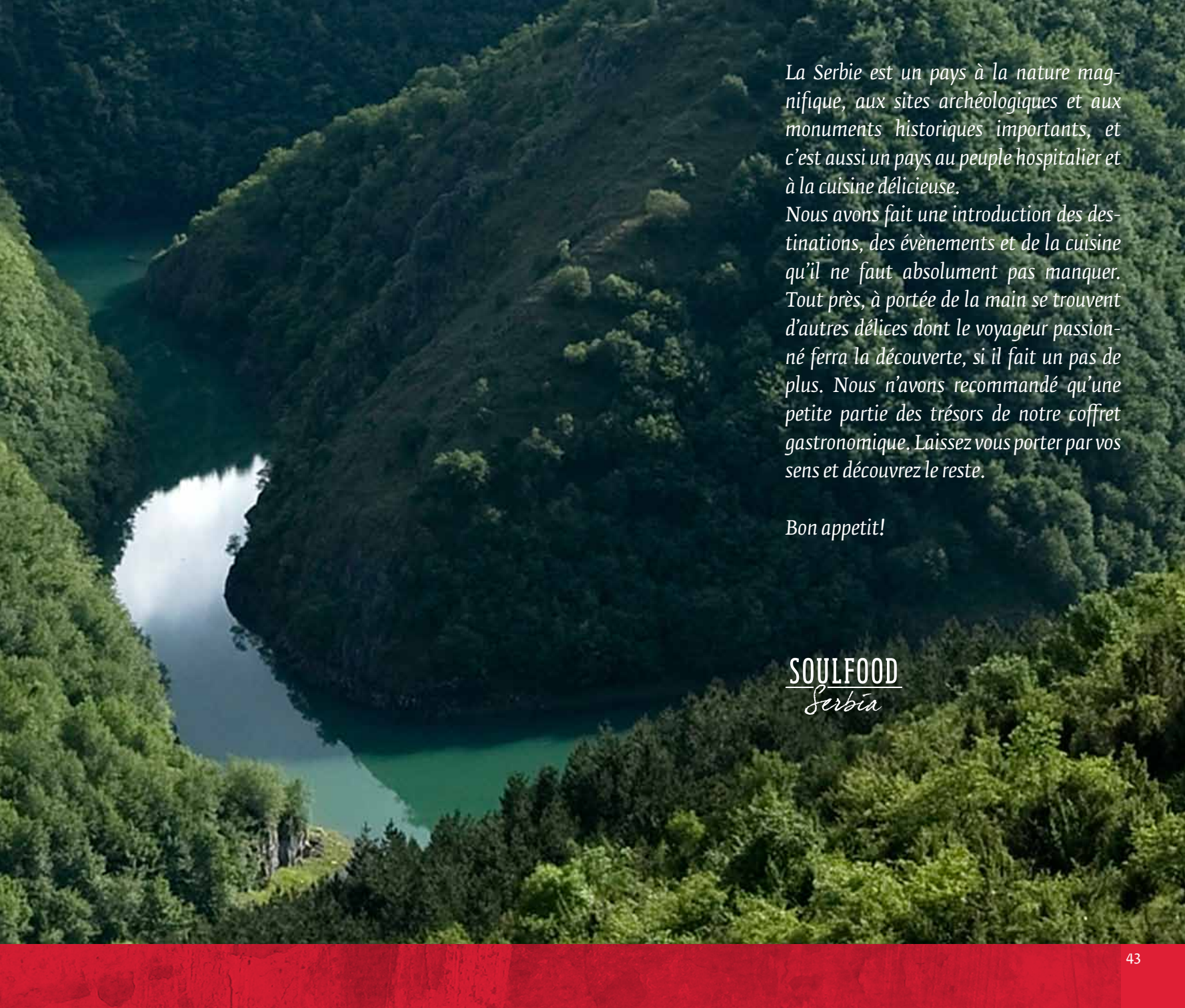
+381 (0)21 780 478

#### **Sremska kulenijada (Festival du Kulen de Srem)**

Erdevik, mois de mai

+381 (0)22 710 610





*La Serbie est un pays à la nature magnifique, aux sites archéologiques et aux monuments historiques importants, et c'est aussi un pays au peuple hospitalier et à la cuisine délicieuse.*

*Nous avons fait une introduction des destinations, des événements et de la cuisine qu'il ne faut absolument pas manquer. Tout près, à portée de la main se trouvent d'autres délices dont le voyageur passionné fera la découverte, si il fait un pas de plus. Nous n'avons recommandé qu'une petite partie des trésors de notre coffret gastronomique. Laissez vous porter par vos sens et découvrez le reste.*

*Bon appetit!*

**SOULFOOD**  
*Serbia*

## SOULFOOD SERBIA

Editeur

Office National du Tourisme de Serbie

Čika Ljubina 8, Belgrade

Tel: +381 11/6557-100

Fax: +381 11/2626-767

E-mail: office@serbia.travel

[www.serbie.travel](http://www.serbie.travel)

[www.facebook.com/serbia.travel](https://www.facebook.com/serbia.travel)

pour l'éditeur

Gordana Plamenac, PDG / Directeur Général

Editeur

Dina Vuković

Photographie

Dragan Vildović, Dragoljub Zamurović,

Dragan Bosnić, Branko Jovanović,

Vladimir Čorović

Texte

Vladislava Vojinovic

Traduction

Svetlana Bogdanović

Design

Marijana Markoska

Soulfood logo et textures

Nikola Radojčić

Impression

KOMAZEC d.o.o., Indjija, Kralja Petra I bb

Tirage

5,000

Soutenu par la Deutsche Gesellschaft für

Internationale Zusammenarbeit (GIZ)

1ère édition en anglais, 2012

© Copyright: Office National du Tourisme  
de Serbie

CIP - Каталогизација у публикацији  
Народна библиотека Србије, Београд

338.48-6:641/642(497.11)(036)

VOJNOVIĆ, Vladislava, 1965-

Soulfood Serbia : #la #nourriture à l'âme  
de Serbie / [texte Vladislava Vojnović ;  
photographie Dragan Vildović ; traduction  
Svetlana Bogdanović]. - 1ère éd. - Belgrade  
: Office National du Tourisme de Serbie, 2012  
(Indjija : Komazec). - 44 str. : fotogr. ; 20  
x 24 cm

Kor. nasl. - Podatak o autorki preuzet iz  
kolofona. - Tiraž 5.000.

ISBN 978-86-6005-210-2

COBISS.SR-ID 188943372

le miel, le poisson, le vin,  
la soupe de poisson, le fromage,  
la viande d'agneau, les prunons rouges,  
aquar, le barbecue, mićkalica, helmuž,  
les prunes, la slivovitz, kajmak,  
les champignons, les framboises, sudžuk,  
le jambon de parme, le chou, sarma,  
podvarak, kulen, le bernet

SOULFOOD  
Serbia

OFFICE NATIONAL  
du TOURISME  
de SERBIE  
[www.serbie.travel](http://www.serbie.travel)



# SOULFOOD

*Serbia*

*La nourriture à l'âme de Serbie*

OFFICE NATIONAL  
du TOURISME  
de SERBIE  
[www.serbie.travel](http://www.serbie.travel)

