

## Sem pravi gurman

**O**dlikujem se po izredni kakovosti in odličnih lastnostih v kuhinji. Primeren sem tako za svežo uporabo, kot za skladiščenje. Zelo dolgo vzdržim tudi v manj primernih skladiščih. Nenadomestljiv sem v kulinariki, saj sem osnova vsake dobre jedi. Pri kuhanju hitro razpadem in ne porjavim ali počrnim, razen če me ne zažgete seveda. Moja zmerna ostrina daje jedem izjemen okus. Ko me boste enkrat poskusili, bom zagotovo prepričal tudi vas.



## Nasvet

Narežite me tik pred uporabo, saj se veliko koristnih snovi v meni aktivira šele takrat. Če me pustite dolgo narezanega, se to odraža v postanem okusu. Najbolj koristen sem svež, zato me uživajte čim več takšnega. Za krepitev imunskega sistema priporočam, da dnevno zaužijete vsaj eno, srednje veliko čebulo.

## Kuhanje je moja strast

**M**oj edinstven okus vam bo pomagal ustvariti mnoge kulinarčne dobrote. Poskusite me v spodnjem kuharskem navdihu.

## Lükov kruh

V skledo za vzhajanje presejemo 1 kg krušne moke. V moko naredimo jamico, vanjo vlijemo nekaj mlačne vode in 5 dag kvasa s čajno žličko sladkorja in pustimo, da nekaj minut vzhaja. Medtem narežemo 1 manjši Ptujski lük na tanke rezine, ga popražimo do mehkega in ožamemo. Nato vmešamo v moko, dodamo še mlačne vode (skupaj 1/2 litra), žlico soli in vse skupaj zamesimo. Ko se testo loči od roke, dodamo prepražen lük. Dobro zamesimo, oblikujemo kolač in damo za pol ure vzhajati. Pečemo v predhodno na 200°C segreti pečici približno 45 minut.

Ali veste, kako preverimo, da je kruh pečen? Potrkamo po hrbtni strani. Votel zvok nam potrdi, da je kruh pečen.

Več informacij o Ptujsem lüku:

Podravske vrtnine, z.o.o.  
Gorišnica 78  
2272 Gorišnica  
tel.: 02 743 04 02  
www.rustica.si



slovenija  
magyarország  
hrvatska

»Projekt delno financira Evropska unija v okviru Programa pobude Skupnosti INTERREG III A Sosedskega programa Slovenije - Madžarska - Hrvaška 2004-2006.«

# Ptujski lük vir dobrega



izdelava: NAVDIH.NET / VERUS foto: NAVDIH.NET / Misa Pušenjak naklada: 10.000 izvodov

Zdravilni učinki, okus po dobrem, pridihi domačnosti, plod sodelovanja z naravo in tradicija pridnih rok.

# Ponosen sem, da sem Slovenec

**S**em Ptujski lük, slovenska avtohtona sorta čebule.

Na Ptujskem polju me pridelujejo že več kot 300 let in si prav gotovo zaslužim pridobitev zaščitne geografske označbe.

Lükarji s Ptujkega polja so tradicijo triletne pridelave čebule ohranili vse do danes. Tako kot nekdanj, me tudi danes pridelujejo na naravi prijazen način, ki zagotavlja visoko kakovost mojih plodov.

Najdete me v obliki tradicionalnih vencev in manjših pakiranjih. Rdeče-rjava barva suholistov, belo in vijolično-rdeča barva mesa in srčasto-ploščata oblika srednje velikosti so značilnosti, po katerih prepoznate mojo edinstvenost.



# Skrbim za zdravje

**S**em nekaj posebnega zaradi splošnega dobrega vpliva na zdravje, saj imam visoko vsebnost sušine, vitaminov in mineralov. Zaradi bakteriocidnih učinkov me štejejo med naravne antibiotike.

Uporabljam me za zbijanje temperature, pri pikih os in drugih insektov. Razkužujem ustno votlino in celoten prebavni trakt. Pospesujem prebavo in olajšujem izkašljevanje. Odlično učinkujem tudi pri različnih prehladnih obolenjih, pomagam pri odvajanju vode iz telesa, znižujem krvni tlak in raven holesterola v krvi. Uporaben sem tudi za pripravo obkladkov za razkuževanje ran. Moj specifičen okus in vonj pomagata tudi pri vzburjanju teka. Če me uživata svežega, bo moje delovanje še bolj učinkovito.



# Uživam v naravi

**P**ridelujejo me na naravi in potrošniku prijaznejši, integriran način, kar je zagotovilo, da sem poleg lepega videza tudi kakovostna čebula in predvsem dobrega okusa. Moja pridelava je pod stalnim strokovnim nadzorom pooblaščenih organizacij. Integrirano pridelano svežo zelenjavo v Sloveniji enostavno prepoznate, saj je označena s posebnim znakom blagovne znamke Pikapolonica.



Blagovna znamka Pikapolonica vam zagotavlja nakup sveže, neoporečne in zdrave zelenjave. Tako pridelana zelenjava je bogata z vitamini in minerali, hkrati pa sama pridelava ne obremenjuje okolja. Poskrbite za svoje zdravje tudi vi!

