

УДК: 641.5(497.775/.777:=512.161)

## СПЕЦИЈАЛИТЕТИ ОД ТУРСКАТА И БОШЊАЧКАТА ГАСТРОНОМИЈА ВО ИМПЛЕМЕНТАЦИЈА ВО ОПШТИНИТЕ ПРИЛЕП, КРУШЕВО, ДОЛНЕНИ И КРИВОГАШТАНИ

Цане Котески<sup>1</sup>, Ѓорѓи Петкоски<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Редовен професор, Факултет за туризам и бизнис логистика, Универзитет „Гоце Делчев“ - Штип, cane.koteski@ugd.edu.mk

<sup>2</sup>Студент на докторски студии, Факултет за туризам и бизнис логистика, Универзитет „Гоце Делчев“ - Штип, petkoskijorgji@gmail.com

### Апстракт

Турската гастрономија има долга историја и во голема мера претставува наследство од (отоманската кујна), која што може да биде опишана како соединување на централно-азиските и балканските кујни. Турската гастрономија имала влијание на оваа кујна но и на соседните кујни, вклучувајќи ги и оние од западно европската. Турците создале специјалитети, кои денес се познати по различни делови на светот. Освен главните специјалитети кои можат да се најдат низ цела Турција, постојат и бројни регионални специјалитети. Гастрономијата на делот покрај црното море се одликува со употреба на пченка и сардели во готвењето. Во југоисточниот дел на земјата вклучувајќи ги градовите Газиантеп, Урфа и Адана, карактеристични се разните видови на кебапи, разните мезиња, како и десерти (баклава, кадаиф и кунефе). Во западните делови на Турција, каде што се доста застапени маслиновите засади најчесто се користи маслиновото масло за термичка обработка на јадењата за зачинување на разни видови на салати и сл. Поради тоа што од овај регион се исто така богати со разни видови на риба и зеленчуци. Додека во средишниот дел на Турција, особено во Анадолија, најзастапени или најчесто користени се специјалитетите подготвени од најразлични видови на тестенини, како што се кешкеќот, манџите и ѓомлезето. Имињата на специјалитетите од Турската, гастрономија знаат да вклучат или да добијат име на некој град или регион. На пример, разликата помеѓу кебапот урфа и кебапот адана е во употребата на лукот наместо кромидот и лутиот пипер кој што се става во еден од кебапите.

**Key words:** *Турска гастрономија, отоманска кујна, соединување, разлики, застапеност, употреба*

### Вовед во турската кујна

Со порастот на општата туристичка побарувачка во глобални рамки се јави и побарувачката за посебни туристички услуги, како што е храната, односно гастрономските содржини. Така, храната не само што ја задоволува основната потреба на луѓето за преживување, таа исто така може да претставува атрактивна компонента на туристичката понуда и диверзифицираните туристички содржини на определени простори (Korunovski & Kocovski, 2013). Во оваа смисла треба да се спомне и порастот на побарувачката за алтернативни форми туризам, како што е гастрономскиот туризам. Секоја дестинација, без разлика на големината и видот, располага со свои гастрономски традиции и обичаи на култивирање, понудување, припрема и конзумирање храна (Metodijeski et al., 2018). Турската кујна има долга историја и во голема мера претставува наследство од отоманската кујна, која што може да биде опишана како соединување и прочистување на централно-азиските, блискоисточните, средоземноморските и балканските кујни. Преку храната туристите поблиску се запознаваат со локалната култура (Kocovski & Risteski, 2018). Гастрономските специјалитети како дел од културата

се важни мотиватори за посета и доживување од страна на туристите. Како што сите елементи на културата се под влијание на заедниците со кои се во контакт, така и храната подлегнува на модификации, прилагодувања и промени (Dimitrov & Koteski, 2015). Во рамките на овој труд се разгледани позначајните специјалитети на бошњачката и турската кујна кои пројавуваат историска поврзаност.

Турската кујна имала влијание на овие кујни, но и на другите соседи вклучувајќи ги и оние од западна Европа. Турците негувале различни и создале специјалитети кои денес се познати во различни делови од светот. Турската кујна не е едноставна. Освен главните специјалитети, кои може да се најдат низ цела Турција постојат и бројни регионални специјалитети. Кујната на регионот покрај Црното море се одликува со готвење со употреба на пченка и сардели. Во југоисточниот дел од земјата, вклучувајќи ги градовите Урфа, Газиантеп и Адана, карактеристични специјалитети се кебапите, мезињата и десертите зготвени со тесто како што се баклавата, кадаифот и кунефето. Во западните делови на Турција каде што обилно растат маслинови дрва, маслиновото масло е главен вид на масло, кој се употребува при готвењето. Кујните пак на егејските, мраморните и средоземните подрачја покажуваат основни карактеристики на средоземната кујна поради тоа што специјалитетите од вие региони се богати со зеленчук и риба. Во средишниот дел на земјата, особено во Анадолија, познати се специјалитети од тестенини, како што се кешкекот, мантите и ѓомлезето. Имињата на турските специјалитети, понекогаш вклучуваат име на град или регион, било да се во или надвор во Турција, и може да се однесуваат до специфични техники или состојки користени во тој регион (Koteski & Dimitrov, 2019). На пример, разликата меѓу кебапот „урфа“ и кебапот „адана“ е во употребата на лук наместо кромид и лутиот пипер кој што го содржи кебапот.

Ваквата храна започнала веќе да се употребува и во општините Прилеп, Крушево, Долнени и Кривогаштани, првенствено поради присутноста на турската и бошњачката етничка заедница (Petkoski & Andreski, 2023). Со тоа може да се каже дела ваквите специјалитети се скоро одомаќени во делови на Република Северна Македонија, посебно во наведените општини. Тоа пројавува големо значење за развој на туризмот, не само поради фактот што турските туристи се најбројните по нивната посетеност во државата во минатите години, туку тие ја збогатуваат и постојната гастрономска понуда што му дава одреден степен на куриозитетност и специфичност, а со тоа и уникатни доживувања кај туристите.

### **Вовед во босанската кујна**

Босанската кујна традиционална кујна на Босна и Херцеговина. Босанската кујна е блиску поврзана со турската, грчката, медитеранската кујна и кујната со незиниот сосед - Хрватска. Заради годините под австриска управа, на босанската кујна имаат и влијание и кујните од средна Европа. Храната во Босна и Херцеговина се подготвува со многу различни зачини, но обично во мали количини. Сосовите се потполно природни бидејќи главно ги сочинуваат природни состојки од зеленчук. Погolem дел од храната е лесна бидејќи се готви во мали количини вода. Типични состојки на босанската кујна се домотот, компир, кромид, лук, пиперка, краставица, морков, зелка, печурки, спанаќ, тиквички, грав, мелен пипер, млеко и павлака. Јадењата од месо се од говедско, јагнешко и пилешко месо.

### **Преглед на позначајни десерти на турската кујна**

Над 67.000 Турци во Република Северна Македонија зборуваат на турски јазик на посебен и единствен Македонски акцент. Турците сочинуваат околу 12 % од населението со исламска вероисповед (ДЗС, 2021). Во одредени македонски основни училишта во чија околина има мнозинство Турци има часови на турски јазик, но според закон наставата се држи со македонски учебници. Настава на турски јазик се држи и во приватното средно

училиште „Јахја Кемал“. Турците се полноправни граѓани во Република Северна Македонија, имаат радио и телевизиски канал во кој програмата се емитува единствено на турски јазик. Исто така, Македонската телевизија емитува секој ден неколку часови со програма на турски јазик.

Табела 1

Број на македонски Турци според националните пописи			
Попис	Турци	Целосна популација на Р. Македонија	% Турци
Попис во 1913	209.000	1.082.902	19,3%
Попис во 1948	95.940	1.152.986	8,3%
Попис во 1953	203.938 <sup>3</sup>	1.304.514	15,6%
Попис во 1961	131.484	1.406.003	9,4%
Попис во 1971	108.552	1.647.308	6,6%
Попис во 1981	86.591	1.909.136	4,5%
Попис во 1991	77.080	2.033.964	3,8%
Попис во 1994	78.019	1.945.932	4,0%
Попис во 2002	77.959	2.022.547	3,9%

Извор: Ortakovski V.T. (2001) *Interethnic Relations and Minorities in the Republic of Macedonia. South European Politics. Vol. 2 (No. 1). pp. 24-454*

Според Пописот одржан во 2021 година Турците во Република Северна Македонија изнесуваат 2.53 % од вкупното попишано населени кое изнесува 2.097.319 лица (ДЗС, 2021). Турската национална гастрономија е единствена, посебна и незаборавна која избилува со различни видови на комбинации со намирниците со што ја прави една од најдобрите понуди на пазарот.

- Кашмиш пита

Потребни состојки за приготвување на питата: брашно 1 кг, јајца 3, масло 15 мл, сол мали лажици 3, 1 квасец, маргарин 1, сирење 0,200 грама.

Процес на подготовка: Втасаниот квасец се додава во брашното, маслото, јајцата, солта и водата и се меси средно тесто. Се развлекува во кора се мачка со половина маргарин и се витка како за погачици. Се расукува и се мачка со другата половина маргарин. Се става ренданото сирење и пак се витка на ист начин. Се остава да постои 5 до 10 минути и пак се развлекува кора колку што е долг плехот, се сече на коцки се попрскува со масло и се остава да стаса. Се пече на температура од 250 С околу половина час.

- Бегова баклава

Потребни состојки за приготвување на баклавата: мелени бадеми 0,350гр, вода 200мл. Ванилин шеќер, шеќер 0,150гр, зелена прехранбена боја, и црвена прехранбена боја.

Процес на подготовка: Во тенцере на оган ги ставаме водата, шеќерот и ванилиниот шеќер и мешаваме со лажица. Откако шербетот ќе зоврие, тенцерето го тргаеме од оган, врелиот шербет ги додаваме мелените бадеми и мешаваме со лажица додека смесата не ја добие потребната густина. Смесата ја делиме на 3 еднакви дела. Во првиот сад додаваме црвена прехранбена боја и примешуваме и мешаваме со лажица. Во вториот сад додаваме зелена прехранбена боја и премешуваме. Во правоаголен калап обложен со алуминиумска фолија ја нанесуваме смесата без прехранбена боја. Врз неа ја нанесуваме црвената смеса. На крајот на калапот ја нанесуваме зелената смеса. Калапот го затвараме со краевите од фолијата и оставаме смесата да се излади 30 минути.

- Турски локум

Процес на подготовка: Локумот е производ добиен од шеќер и соодветен вид скроб, со додаток на средска и бои, дозволени за ароматизирање, односно бојасување на прехранбени производи (Речкоска, 2012). Се произведува како чист локум, локум со орев, локум со мирис на ружа, кокосов локум. Локумот мора да содржи најмалку 70 % шеќер, не земајќи го во предвид шеќерот во прав што служи за обложување. Локумот не треба да содржи повеќе од 18% вода, а како додаток мора да има најмалку 3% јатки ореви.

При изработка на локум, како средство за желирање се употребува скробот. Локумот е колоиден раствор кој по оладувањето дава гел. Од нормалниот скроб, за изработка на локумско желе, многу посоодветен е модифицираниот скроб ( скроб што се вари во тенок сируп). При надворешниот изглед и по хемискиот состав, овој скроб не се разликува од нормалниот, но затоа по кристализацијата образува значително помалку вискозен раствор од оној што се добива со зовривањето на нормалниот скроб (Reckoska & Vasileska, 2017). Со модификацијата, молекулите на скробот се разградуваат, стануваат помали, а разгранетите молекули на аминокептино се разградени. При тоа гранките на молекулите се одвојуваат и се добиваат молекули многу блиски до оние во линијата. Затоа внатрешното триење на растворот значително се намалува. Гелот создаден по оладувањето на растворот од модифицираниот скроб по својата структура малку се разликува од гелот со додаток на нормален скроб. Процесот на варење на локумската маса во отворен удвојувач со мешалка е дисконтинуиран. Процесот на растворањето се врши при постоеното загревање и непрекинато мешање. По целосното растворање на шеќерите, се додава претходно подготвеното млеко од пченкарно нишесте. Локумската маса се вари во затворен удвојувач со довод на пареа на температура од 125 С. Температурниот режим на варењето е ограничен до 130 С, затоа што на таа температура започнува разрушување на желеобразната структура. По едновремено варење се додава киселина се додека не се постигне влажност од 20 до 22% и додека целосно не протече процесот на образување на свареноста. Општо земено целото варење на локумската маса трае 3-3.5 часа. По завршеното варење пареата што се користи како топлотен медиум се сопира, а мешалката продолжува да работи уште 10 минути, кога се додаваат аромата додатоките, ако се работи за филуван локум. Празнењето на удвојувачот се изведува рачно, со дрвени лопатки, во кеси што се претходно обложени со нишесте. Локумот се остава да стои во кесите 8-16 часа, а потоа се сече и се пакува. По современиот начин на производство на локум е автоклави, кај кои процесот исто така, е дисконтинуиран. Во садот што е снабден со наметка и мешалка и што се загрева со водена пареа, локумската маса се вари под притисок. Времетраењето на процесот варира во границите од 20-25 минути. Ова се должи на забрзаното протекување на процесот на образување на желето и отсуството на вишок на вода што треба да испати од масата. Сите неопходни состојки според рецептурата се ставаат во автоклавата на почетокот на процесот. Ваквиот начин на добивање на локум овозможува заштеда на време, односно зголемување на

производството, заштеда на пареа и вода, а работата се изведува во по хигиенски услови. Добиениот локум е со подобар квалитет и со посветла боја од оној што се вари во отворени садови.

Локумот се складира по сечењето, кое што може да биде рачно и машински во проветрени простории со релативна влажност на воздухот, од 78% и со температура повисока од 18С. Исто така, се бара во складиштата да нема големи температурни разлики, кој лошо се одразуваат врз квалитетот на локумот. Рокот на употреба на локумот е 1 година. При складирањето треба да се води сметка во близина на локумот да нема производи со мирисба затоа што тој веднаш ја поприма.

### **Кулинарски обичаи на турската кујна**

Појадок: Вообичаени намирници кои најчесто се користени за припрема на појадокот се сирење, путер, маслинки, јајца, зеленчук (домати, краставици и пиперки) како и овошје, џем и мед. Суџук (зачинет турски колбас), пастрма, бурек, симит погача како и некои врсти на супи. Заедничкиот специјалитет за појадок е наречен (менемен), кој што се подготвува од пропржени пиперки, домати, маслиново масло и јајца. Црниот чај е секогаш присутен за појадок.

Кафето има голем влијание така што зборот (Кахвалти) буквално има значење “пред кафе,,.

Во топлите лета кои се вообичаени во Турција, многумина сакаат лесни јадења кои содржат сезонски зеленчук и овошје. Таквите јадења се нарекуваат и со едно име – *летна кујна*. Обично летните јадења се подготвени од пржен зеленчук како што е (модриот патлиџан, лук, компири, тиквички), сервирали со јогурт, сос од домати, овчко сирење, краставици, домати и сл.

### **Клучни состојки на турските специјалитети**

Состојките кои се користат во турските специјалитети вклучуваат: пилешко, јагнешко, телешко, мисиркино, како и модри патлиџани, зелени пиперки, кромид, лук, леќа, грав, грашок и домати. Ф'стаците, оревите, бадемите и лешниците заедно со зачините имаат посебно место во турската кујна.

Најпретпочитани зачини и растителни билки се: магнонос, нане, рузмарин, ким, оригано, мајчина душица, мајоран, босилек, бибер и сл.

- Месо

Во некои региони, месото кое што најмногу се јаде за свадбите или за време на Курбан Бајрам, како Етли пилав (пилав со месо) стана дел од секојдневната храна со воведувањето на индустриското производство. Телешкото месо порано не било толку користено како денес.

Главна употреба на месото, порано избегнувано, сега е распространето. Воглавно употребата на месото за готвење станува комбинација на мелено месо и зеленчук со имиња како што се грав со мелено месо или спанаќ со месено месо каде што најчесто се сервира со јогурт. Потрошувачката на живина е секојдневна, која најмногу се содржи од пилешко месо како и јајца. Јагнињата (доенчиња) со млеко, некогаш најпопуларен извор на месо, опфаќа мал дел од сезонската потрошувачка. Јагне подготвено на ражен на најразлични церемонии е поретко видено.

- Пијалоци

Алкохолните пијалоци: Не се во целост застапени поради (исламската вера), Турците се воздржуваат од пиење за време на светиот месец Рамазан, кога е постот. Постојат некои локални брендови на пиво (текел бираси, ефес, мармара) како и разни видови на меѓународни пива кои се произведуваат во Турција.

Постојат и разни видови на локални вина произведени од турските брендови како што се (каваклидере, долуца, корвус, кајра, памуккале и дирен).

Во производството на црвено вино најмногу се користат следниве видови на грозје: адакараси, папазкараси, семилион, гамај, чалкараси, аликанте бошет, кабернет совинјон, мерлот и слично.

Безалкохолни пијалоци: За време на појадок или преку цел ден Турците, го пијат преку цел ден црниот чај. Специфично е да се напомени дека се прави во два чајника. Јакиот горчлив чај направен во горниот чајник се разблажува со зовриената вода од долниот чајник.

Ајран: (солен јогурт) е најпознат ладен пијалак кој се препорачува да се пие со скоро секаков вид на јадења.

Ќефир: се подготвува со зрна од ќефир и млеко.

Боза: претставува традиционален зимски пијалак кој е познат како (вино од просо) се сервира со цимет а понекогаш со леблебии.

Салеп: претставува пијалак кој спаѓа во топли напитки и се сервира со цимет. Се прави од коренот на диви орхидеи кој исто така може да се употребуваат како сладолед.

Шербет: претставува традиционален сладок пијалак направен од шипинки, цреси, роза и зачини.

Турско кафе - е познат пијалак на широко распространет кој може да се служи благо или горчливо.

### **Преглед на препознатливи главни јадења на турската кујна**

Турската гастрономија е разновидна и богата со различни и разновидни специјалитети од различни делови на Турција. За тој повод ќе се напоменат дел од големиот спектар на специјалитети во продолжение.

- Шиш ќебап (Јадење подготвено на ражен, односно печени коцки од месо)

Намирници: јагнешко месо и зеленчук по желба кој се сервира како прилог со јадењето како што е (домат, пиперка, кромид, ) ориз и јогурт.

Начин на подготовка: Јагнешкото месо се сече на коцки со посакувана големина кои се маримираат со најразлични зачини и масло и потоа се бодат на ражен и се ставаат на скара на кумур што му дава на месото посебен вкус. Кога е готов се сервира во чинија со динстован ориз и зеленчук кој е претходно иссецкан а не смее да се заборави јогуртот кој е задолжителен со ова јадење.

- Кузу Ѓувеч (Јадење подготвено во тава)

Намирници: Јагнешко младо месо, ситен црвен кромид, лик, пиперки во различни бои, боранија, црн домати, готов доматиен сос, домати паста, вода, сол, бибер, маслиново масло.

Начин на подготовка: Јагнешкото месо се сечи на коцки, боранијата само се преполовува, црниот домати и пиперките се сечат на коцки а кромидот се сече на пошироки кругови. Земјената тава се премачкува со маслиново масло, потоа во тавата се реди јагнешкото

месо, потоа зеленчуците се зачинува убаво и се промешува сето убаво да ги поприми зачините. Тогаш во друг сад се мешаат доматиот пире, доматиот паста и водата и се прелеваат врз зеленчукот во тавата. Сето тоа се покрива со поклопецот од земјаната тава и се пече во рерна или фурна 2 часа. Кога е при крај се вади од рерна или фурна се промешува убаво и се враќа на потпекување уште 30 минути.

- Кузу Капама (Динстано пролетно јагнешко)

Намирници: Парчиња јагнешко месо или коленици, кокар, млад лук и кромид, моркови, марула, маслиново масло, сол, бибер, вода.

Начин на подготовка: Најпрво парчињата младо јагнешко месо или јагнешки коленици се пропржуваат на тава на силен оган кратко време да му се затворат порите ( да ги задржи протеините и соковите) . Тогаш марулата се убаво чисти, кокарот, младиот лук и кромид се чистат и сечат на ситни кругови а морковот се сечи на долги ленти. Во тенцере со средна големина на дното се ставаат неколку листови да се покрие дното врз нив се ставаат сецканите млад лук и кромид и кокар(еден дел), после тоа се става парчињата јагнешко месо кои треба да се напомени дека претходно се маринирани во масло и зачини некое време.

Се додава и остатокот од младиот лук, кромид и кокар врз јагнешкото месо а на крајот се ставаат и остатокот од листовите од марулата. На крај се полева со вода по потреба се зачинува и се става на оган на средна температура да се припрема неколку часа.

- Мусака

Намирници: модри патлициани, зелена пиперка, домати, кромид, мелено телешко месо и магнос, сол, маслиново масло, бибер. Исто така овој рецепт има варијации кои се прави со месено телешко месо, компир, морков и кромид.

Начин на подготовка: Меленото телешко месо се пропржува во тава заедно со претходно ситно исецкан кромид. Модрите патлициани се пропржува во тава со малку масло а пиперките се ставаат свежи. Тогаш во тепсија на дното се става маслиново масло, потоа се редат пропржениот црн патлициан претходно исечен на ленти како и пиперките. Па се става пропрженото мелено телешко, исто така се повторува со пропржениот црн патлициан и пиперки и на крај се прави од доматиот доматиен сос кој се прелева над зеленчукот. Сето тоа се завиткува со фолија и се става да се динста 30 минути, кога е готово се вади фолијата и се враќа да се потпечи уште 30 минути. Кога е готово се сервира со пилав

- Пастрма (Сув грав со пастрма еден од омилените специјалитети од говедско месо во Турција)

Намирници: грав, говедска сува пастрма, кромид, црвена пипер, масло, сол, бибер, вода.

Начин на подготовка: Во тенцере со средна големина се пропржува на масло кромидот кој е претходно ситно исецкан. Кога е кромидот убаво поруменет се става црвена пипер исто така кратко се пропржува и се додава гравот се додава вода и на крај се става пастрмата говедска која е исечена на парчиња по желба.

Гравот се вари 3 часа, кога е при крај се зачинува со сол и бибер и се остава уште 15 минути. Сето тоа се префрла во земјана тава и се потпекува 30 минути.

Кога е готов се сервира во чинии и се конзумираат со него и повеќе видови на салати.

- Етли Бамја (Бамја со пилешко месо или месо)

Намирници: грав, говедска сува пастрма, кромид, црвена пипер, масло, сол, бибер, вода.

Намирници: пилешко месо, млада бамја, зелена пиперка, црвена пиперка, кромид, домати, лук, путер, маслиново масло, паста од домати, вода, сол, бибер, наут и магнонос.

Начин на подготовка: Пилешкото месо се сечи на коцки, блитвата се убаво мие и се чисти. Пиперките кромидот и лукот се чистат и се сечат посебно во здели. Во тенцере со средна големина се става маслиново масло и путер и се пропржува пилешкото месо заедно со кромидот кој е исецкан на ситни коцки. Кога е при крај сето тоа се додаваат пиперките и доматието исто така се пропржуваат уште некое време. Тогаш се додава доматието пире, бамјата и се додава вода по потреба.

Кога водата заедно со зеленчукот и месото ќе почне да врие се зачинува јадењето со сол и бибер исто така се додава магнонос и лукот и се остава да се динстова на средна температура 1 час и 30 минути. Ова јадење кога е готово се сервира во чинии и се служи и симит погача заедно со јадењето.

- Пилици долма (Пилешко полнето со фил од зачини)

Намирници: едно цело пиле, ориз, кромид, бибер во зрно, цимет, маслиново масло, сол, бибер мелен, морков, кокар, компир, јогурт, паста од доматиен сос, вода, пињоли.

Начин на подготовка: Во тава на оган се става маслиново масло, кромид и ориз сето тоа се пропржува. Се додава пињолими бибер во зрно и вода и се динстова оризот. Тогаш во огноотпорна тава се става пилето зачинето со маслиново масло, сол, мелен бибер и се става да се печи на 185 степени 30 минути. Кога е при крај се вади пилето и се премачкува целото пиле со четка со фил од јогурт, маслиново масло и паста од домати. Во огноотпорната тава се додаваат претходно исчистените и исецкани на парчиња на морков, кокар и компир во истата и се враќа во рерна. При крај се додава и претходно издинстаниот ориз и сето тоа се сервира во чинии.

### **Заклучни согледувања**

Разгледаните специјалитети во општините Прилеп, Крушево, Долнени и Кривогаштани од бошњачката и турската култура се посебно важни за диверзификација на постојната туристичка понуда. Имено, туризмот воопшто, во наведените општини се карактеризира со релативно низок степен на развој. Преку нив, значително ќе се унапреди степенот на туристички доживувања кај посетителите. Наведените, а и останатите специјалитети на другите култури и етнички заедници во наведените просторни целини можат да претставуваат значајни компаративни предности со кои може да се зајакне туристичката конкурентност на дестинациите. Запишувањето на рецептите претставува и значаен начин за презервација на специфичните елементи на културата, а преку туризмот ваквите културни содржини се валоризираат.

### **Користена литература**

- Dimitrov, N., & Koteski, C (2015). *Tourism Geography*, Shtip: University Gotse Delchev – Shtip.
- Koteski, C., & Dimitrov, N. (2019). *National tourism geography*, Shtip: University Gotse Delchev – Shtip
- Korunovski, S., & Kocovski, J. (2013). *Food and Culture*, Ohrid: University "St. Kliment Ohridski" - Bitola, Faculty of Tourism and Hospitality - Ohrid
- Metodijeski, D., Filiposki, O., Cuculeski, N., Tashkov., N., Michev, G., Chedomir, D., & Todorovikj, E. (2018). *Gastronomic Tourism: Modern global development trends and perspectives in Macedonia*, Shtip: University Gotse Delchev – Shtip
- Ortakovski V.T. (2001) Interethnic Relations and Minorities in the Republic of Macedonia. South European Politics. Vol. 2 (No. 1). pp. 24-454

Petkoski, G., & Andreski, I. (2023). Conditions and perspectives for the development of tourism and socioeconomic characteristics of the Municipality of Dolneni. In Sixth International Scientific Conference-Challenges in Tourism and Business Logistics in the 21st Century. North Macedonia: Skopje

Reckoska, G. & Vasileska, A. (2017). Nutritionism, Ohrid: University "St. Kliment Ohridski" - Bitola, Faculty of Tourism and Hospitality - Ohrid.

Државен завод за статистика на РСМ (2022), Попис на населението, домаќинствата и становите во Република Северна Македонија, 2021

Речкоска Г (2012) Пекарство и слаткарство Ohrid: University "St. Kliment Ohridski" - Bitola, Faculty of Tourism and Hospitality – Ohrid