

*Udhëzues:*  
**Propozim për ruajtjen e  
prodhimeve autoktone  
dhe reçetave nga  
rajoni i Ulqinit**

*Ark of Taste*

*Udhëzues:*

# Propozim për ruajtjen e prodhimeve autoktone dhe reçetave nga rajoni i Ulqinit

**Botues:**

MSJA - Dr Martin Schneider-Jacoby Assoc. në bashkpunim me  
CZIP - Qendra për mbrojtjen dhe hulumtimin e shpendëve

**Teksti përgaditur nga:**

Elodi Jakupi

**Përkthimi dhe lektorimi:**

Bernard Çobaj

**Konsulentët:**

Zenepa Lika, Zoran Popoviç

**Dizajni dhe radhitja:**

Studio ribizla.

**Fotografitë:**

Slavko Nikoliq

**Tirazh:**

50

**Shtypi:**

Multitask doo





## Ulliri

(*Olea europaea L.*)



### Karakteristikat:

Fryti i ullirit ka formë ovale, nga jashtë ngjyrë të gjelbër dhe si fillon të piqet, nis e merr ngjyrë të kuqërremtë në të zezë. Trupi i trungut të ullirit Vajuk dallon nga ullinjtë tjerë, sepse është me gunga, kurse gjithin e ka të gjelbër në të argjendtë.

### Pjesët e ngrenshme dhe përdorimi:

Nga varieteti i Vajukut bëhet vaji, ofrohet gjithashtu si ulli tavoline, duke u përdorur nëpër sallata. Gjethet përdoren për çaj, bër-sija përdoret për bagëti dhe djegie (zëvendësim i drurit për energji), kurse nga balta e vajit prodhohet sapuni.

**Kategoria:**  
Pemë

**Zona e prodhimit:**  
Ulqin (Valdanos)

**Sezoni:**  
Vjelja nga tetori deri në shkurt

### Historia e produktit:

Kultivimi i ullirit dhe prodhimi i vajit të ullirit është pjesë e pandashme e ulqinakëve. Ruhet dhe trashëgohet nga brezi në brez, dhe ka një traditë mbi 2000-vjeçare. Historikisht është produkti i parë që eksportohej me anije në Venedik, ku shitej apo ndërrohej me miell gruri. Prandaj, ende paraqet rëndësi të madhe për jetesën dhe mirëqenien e banorëve, duke qenë produkti kryesor për disa ekonomi familjare. Në Ulqin, tradita popullore ishte që djali, për t'iu martuar, duhej të mbi-lle ose të kishte së paku 40 rrënjë ullinj. Për të pasur një prodhim më të lartë në ullishtë janë mbjellë edhe ullinj si Oblica dhe Frank për polenizues, të cilët dallojnë nga Vajuku, si për nga trungu edhe, ashtu edhe për nga fryti.

### Statusi aktual:

Vajuku aktualisht nuk është në rrezik zhdukjeje, megjithëse duhet të theksohet se ndërtimi pa leje në rajonin e Valdanosit rrezikon shumë dëmtimin e tyre. Po ashtu, ullishta nuk mirëmbahet gjithmonë nga të gjithë pronarët. Kurse mbjellja e plantacioneve të reja me ullinj jashtë zonës së Valdanosit, po bëhet vazhdimisht me varietete të huaja, të cilat mund të jenë një kërcënim për ullirin autokton.



## Gështenjat e Krajës

(*Castanea sativa*)



### Karakteristikat:

Frytet kanë formë ovale në të gjerë, lëkura e frytit ka ngjyrë kafeje, kurse mezokarpi ngjyrë krem. Janë të vendosura në grupe dyshe apo treshe në lëvvozhgën e vet me ngjyrë të verdhë në të gjelbër, të quajtur ezhgë.

### Pjesët e ngrëshme dhe përdorimi:

Gështenjat mund të piqen dhe te zihen. Me to, po ashtu, mund të përgatiten ëmbëlsira të ndryshme. Gjethet e thara konsumohen për çaj.

### Mënyra e ruajtjes:

Pasi frytet të mblidhen, lihen në ezhgë, e cila e ruan frytin për disa muaj.

**Kategoria:**  
Pemë

**Zona e prodhimit:**  
Krajë (Tivar)

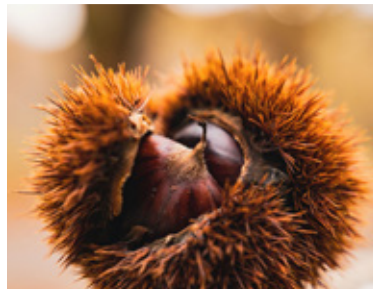
**Sezoni:**  
Vjelja apo shkundja nga fillimi i tetorit deri në fillim të nëntorit

### Historia e produktit:


Kraja është një trevë kodrino-malore, e njohur me plantacione gështenjash, me një hapësirë prej rreth 30km, kurse vjetërsia e trunjeve të gështenjave mendohet të jetë mijërvjeçare. Gështenja shpesh zëvendëson dhe bukën. Ekzistojnë disa lloje gështenjash, por së pari kemi gështenjat e egra, të cilat mbijnë vetë dhe veçori e tyre është se piqen më herët se gështenjat e buta. Ndër llojet më të kërkuara janë xhabengat, por nuk anashkalohen edhe mollëkuqet, bashmadhet, dajllëkët, boçat, gardhet, nuzet, kadenxhiket, kryezezet e dielaçat. Duke lulëzuar më vonë se të gjitha pemët, në fillim të verës, ajo përfaqëson rëndësi të madhe në prodhimin e mjaltit si burim i vetëm i polenit dhe nektarit. Mjalti i gështenjës është kurativ për shumë sëmundje, e po ashtu edhe çaji i përgatitur nga gjetet e thara të saj.

### Statusi aktual:

Krasitja është i vetmi shërbim bujqësor që gështenja ka nevojë deri tani. Në këtë mënyrë, ajo rigjenerohet vetë. Mungesa e krasitjes dhe kujdesi i mangët ndaj gështenjës çon drejt reduktimit të saj. Vazhdueshmëria e prodhimit të gështenjës është në kërcënim si pasojë e emigrimit të popullsisë në zonat urbane dhe mungesës së interesimit të rinjve për bujqësi.







Ndër vite, banorët e vjetër e ruajnë me kujdes farën e qepës së kuqe, prodhojnë qepujkat, të cilat i nxjerrin në treg për t'i shitur si qepë autoktone bio.

## Qepa e kuqe e Krajës

(*Allium cepa L.*)



### Karakteristikat:

Qepa kuqe e Krajës ka formë të rrumbullakët shpatuke.

### Pjesët e ngrënshme dhe përdorimi:

Konsumohet e njomë për sallata, si qepa, ashtu edhe gjethet, e po ashtu edhe qepa e tharë në gjellë të ndryshme.

### Mënyrat e ruajtjes:

Për t'u seleksionuar farat e shëndosha, farat e fituara të preshit fillimisht vendosen në ujë, ato fara që dalin mbi ujë largohen dhe farat e fundosura merren për t'u ruajtur për vitin tjetër në kavanoz xhami.

**Kategoria:**  
Perime

**Zona e prodhimit:**  
Krajë (Tivar)

**Sezoni:**  
Pranverë – vjeshtë

### Historia e produktit:

Qepa e kuqe e Krajës është e njohur prej kohësh si varietet i veçantë për shkak të shijes, rendimentit dhe qëndrueshmërisë. Prodhimin e saj e favorizon shumë edhe toka kodrino-malore dhe kushtet mjedisore që ka Kraja. Është një cikël në vazhdimësi, i cili mund të fillohet në pranverë apo në vjeshtë. Prej kohëve të lashta e deri më sot aplikohet e njëjta mënyrë. Për t'u përfituar fara e qepës, fillimisht mbillen qepët e mëdha (ato për konsum). Pasi të kalojë ciklin e rritjes dhe gjethet të kenë rënë përtokë të zverdhuar, ajo nxjerr ngallicë, pritet tri javë deri në një muaj që ajo të pjekë boçin. Më pas priten ngallicat në gjysmë dhe boçet vendosen për t'u tharë, nga ku pastaj nxirren farërat. Tradicionalisht është përdorur edhe për qëllime mjekësore për kollë; për dëmtime të gjymtyrëve është vendosur qepë me kripë, si dhe për shumë sëmundje tjera.

### Statusi aktual:

Ndër vite, banorët e vjetër e ruajnë me kujdes farën e qepës së kuqe, prodhojnë qepujkat, të cilat i nxjerrin në treg për t'i shitur si qepë autoktone bio. Me qepët importuese kanë dallim të madh si në çmim, ashtu edhe në rendiment. E ardhmja e prodhimit të farës është e rrezikuar, sepse çdo ditë ky rajon po braktiset nga njerëzit dhe fermerët po konsumojnë qepujkat e importuara gjithnjë e më shumë sesa ato vendase.





## Duhani i Krajës

(*Nicotiana tabacum L.*)



### Karakteristikat:

Bimë barishtore njëvjeçare e kultivuar, me gjethe të thjeshta eliptike gjatore deri 50 cm.

### Pjesët e ngrënshme dhe përdorimi:

Gjethet pasi të zverdhohen, këputen nga bima një nga një dhe vendosen në varg për t'u tharë, ashtu të thata edhe konsumohen.

**Kategoria:**  
Perime

**Zona e prodhimit:**  
Krajë (Tivar)

**Sezoni:**  
Vjelja nga qershori në nëntor


### Historia e produktit:

Zona e Krajës është e njohur për kultivimin e duhanit, i cili ka një traditë shumë të gjatë. Cilësia e duhanit, madhësia dhe ngjyra e gjetheve varet nga gjendja e tokës dhe kushtet klimatike - gjë kjo që zona e Krajës e plotëson në maksimum dhe bën që duhani i Krajës të ketë kaq vlerë. Ekzistojnë disa lloje farërash, të cilat fermerët i ruajnë ndër vite, dhe disa mënyra të përdorimit: duhani i dredhur (i grirë në fije të imta), duhani për llullë (i grirë trashë) dhe puro (i grirë e që mbështillet me gjethe duhani apo me letër të bardhë). Të ardhurat që merreshin nga rendimenti i duhanit, ishin burimi kryesor ekonomik për mbajtjen e familjes, andaj edhe sot trashëgohet ndër breza kultivimi i tij.

### Statusi aktual:

Duhani i Krajës edhe sot është i cilësisë së njëjtë të mirë dhe aromatik. Prodhuesit e vjetër e kanë të siguruar farën, prodhimin dhe shitjen, por dita-ditës mungon fuqia punëtore. Emigrimi i popullsisë në zonat urbane për një jetë më të mirë se në Krajë dhe mungesa e interesimit të të rinjve për bujqësi është arsyeja kryesore se pse kjo veprimtari nuk po zhvillohet më tej.





Ekzistojnë disa lloje farërash, të cilat fermerët i ruajnë ndër vite, dhe disa mënyra të përdorimit: duhani i dredhur (i grirë në fije të imta), duhani për llullë (i grirë trashë) dhe puro (i grirë e që mbështillet me gjethë duhani apo me letër të bardhë).



## Groshë (fasule) e Kravarit

*(Phaseolus vulgaris L.)*



### Kategoria:

Perime, bishtajore

### Zona e prodhimit:

Kravar (Ulqin)

### Sezoni:

Mbjellja në maj, vjelja në gusht

### Karakteristikat:

Ky varietet prodhon fasule të larme në formë veshkash dhe peshon rreth 1 gram.

### Pjesët e ngrëshme dhe përdorimi:

Farat e ziera përdoren për gjellë.

### Historia e produktit:

Këtë varietet, fermerët e mbillnin dy herë në vit në pranverë dhe në vjeshtë. Në pranverë, meqë prodhimi është më i lehtë nga shirat atmosferikë, kurse në vjeshtë jep rendiment më cilësor. Është varietet vendas që ruhet me qindra vite dhe asnjëherë nuk mungon në tregun e gjelbër. Pas vjeljes, grosha ruhet e thatë dhe mund të konsumohet rregullisht gjatë gjithë dimrit.

### Statusi aktual:

Kultivimi i saj është akoma aktual, por ka rrezik në të ardhmen, për shkak të braktisjes së tokave dhe emigrimit të rinisë për kushte më të mira jetese.

## Luleshegë

**Kategoria:**  
Ëmbëlsirë

**Zona e prodhimit:**  
Ulqin



### Përbërësit:

6 vezë,  
1 filxhan qumësht,  
1 filxhan ujë,  
1 kg miell, pak kripë,  
200 g gjalpë,  
1 l ujë,  
1 kg sheqer,  
1 limon,  
2 l vaj.



### Mënyra e përgatitjes:

Fillimisht përgatitet brumi, lihet të qëndrojë 10 minuta dhe pastaj nga ai formohen topa të vegjël me numër çift, secili top hollohet dhe vendoset mbi topin tjetër të holluar. Pra, bëhen nga dy bashkë, të cilët hollohen edhe një herë. Peta e fituar ndahet në shirita me gjatësi 5-6 cm dhe gjerësi 1 cm. Ata bashkohen nga sipër, duke marrë kështu formën e lules së shegës. Format e fituara fillimisht hidhen në vaj për t'u fërguar e pastaj në shërbet për të marrë ëmbëlsi. Pastaj nxirren dhe konsumohen të ftohta.

### Historia e produktit:

Luleshega është një ndër ëmbëlsirat më të vjetra dhe autoktone të vendit, e cila është e njohur nga shija dhe nga pamja e veçantë që merr. Emrin e ka marrë pikërisht se kur fërgohet, merr formën e lules së shegës. Kërkon shumë përkushtim gjatë përgatitjes. Kjo është dhe një nga arsyet që merr rëndësi të madhe. Përgatitej vetëm për festa, për fejesë, martesë, etj.

### Statusi aktual:

Për një periudhë kohore nuk është gatur shpesh dhe rrezikonte zhdukjen. Në dy vjetët e fundit, përdorimi i luleshegës u rikthye, por fatkeqësisht jo nga gjeneratat e reja. Ky produkt tradicional duhet të mbrohet, për shkak të ruajtjes së traditës, dhe duhet të jetë aktual në menunë e restoranteve.



## Krylanë



### Përbërësit:

1l mazë (ajkë), 500ml qumësht, 2-3 filxhanë miell misri, pak kripë, 3-4 lugë tëlyen (yndyrë/gjalpë)

### Mënyra e përgatitjes:

Mazën e vendosim në dybek (enë e thellë) dhe tundet derisa të ndahet tëlyeni/gjalpi nga dhalla. Dhallën e marrim dhe e vendosim në një enë, ku i shtojmë kripë dhe miell misri. Masën e fituar e shtrijmë në tavë dhe e pjekim. Tëlyenin/gjalpin e fituar nga tundja e qesim në një tenxhere dhe e shkrijmë. Masën e shkriër e vendosim në kavanoz, ku mund të

**Kategoria:**  
Ushqim

**Zona e prodhimit:**  
Ana e malit (Ulqin)

përdoret gjatë gjithë vitit. Në tenxhere lëmë deri në 200ml tëlyen/gjalp të shkriër, shtojmë pak kripë dhe miell gruri (misri) dhe vazhdojmë ta përziejmë. Masa e fituar quhet dra. Krylanën e pjekur e nxjerrim nga furra dhe e grimcojmë. Mbi të qesim dranë dhe i përziejmë mirë së bashku.

### Historia e produktit:

Zakonisht konsumohej e ngrohtë në mëngjes, duke e shoqëruar me kos apo dhallë. Në mungesë të dhallës mund të përgatitet vetëm me mazë (ajkë) dhe qumësht të yndyrshëm, kurse procesi i përgatitjes mbetet i njëjtë.

### Statusi aktual:

Migrimi masiv i njerëzve nga zonat rurale në ato urbane po bën që tradita e përgatitjes së krylanës të humbet me kohën. Kjo çon në një zvogëlim zinxhiri - ulet numri i fshatarëve, ulet numri i bagëtive, ulet numri i produkteve si tëlyeni etj. - dhe në fund gjeneratat e reja nuk shfaqin interesim për receta tradicionale.



## Gurrabija



### Përbërësit për 20 gurrabija:

2 kg e 225 gr gjalpë (18x125 gr),  
3 kg miell,  
2 kg sheqer

### Mënyra e përgatitjes:

Gjalpin e shkrijmë dhe e lëmë të ftohet. Në një enë përziejmë miellin dhe sheqerin, sh-tojmë gjalpin dhe i ngjeshim mirë me dorë. Pastaj ia japim formën rrethore me diametër 13cm (duhet të ketë formën e sferës). I rendi-sim në tavë dhe i vendosim në furrë të nxehtë të piqen për 1 orë në 150 gradë.

**Kategoria:**  
Ëmbëlsirë

**Zona e prodhimit:**  
Ulqin

### Historia e produktit:

Gurrabijat janë të njohura për shijen dhe madhësinë e tyre. Receta tradicionale është ruajtur ndër gjenerata. Dikur gatuheshin me tëlyen bagëtish, derisa sot me gjalpë. E veçanta e kësaj është që vajza pasi të martohet, ditën e tretë martesë, prindërit së bashku me dhurata i sjellin gurrabijat, të vendosura në sini (tepsi e madhe) dhe të mbuluara me boçe të kuqe. Sipas dëshirës, mund të vendosen 21, 29 apo 31 copë, kurse nga këto një përgatitet pak më e madhe për dhëndrin. Ky zakon ka ndihmuar në ruajtjen e kulturës së rajonit.

### Statusi aktual:

Përgatitja e gurrabijave vazhdon akoma të jetë aktuale në Ulqin nga vetë fakti i traditës dhe zakoneve, por ato nuk mund të gjenden në restorante apo pastiçeri. Bëhen vetëm me porosi të një grup i grave, të cilat merren me përgatitjen e ëmbëlsirave tradicionale.





## Bamja

**Kategoria:**  
Ushqim

**Zona e prodhimit:**  
Ulqin



### Përbërësit:

1 kg bamje,  
500 gr mish viçi,  
2 qepë,  
3 domate,  
1 gotë ujë,  
kripë,  
erëza,  
spec të kuq,  
piper.

### Mënyra e përgatitjes:

Së pari i marrim bamjet dhe i pastrojmë. Ua heqim bishtat dhe i ndajmë në dy-tri pjesë. Bamjet i skuqim në vaj të nxehtë, pastaj i heqim dhe i rendisim në tavë. Qepët i grijmë dhe i kaurdisim së bashku me mishin, të cilin e kemi ndarë në kube 1-2 cm. I qesim kripë. Kur të skuqet mishi dhe qepa, shtojmë domatet e grira, ujin dhe erëzat. I lëmë të zihen për 5 minuta. Këtë masë e qesim përmbi bamje dhe tavën e vendosim në furrë të nxehtë të piquet për afërsisht 30 minuta.

### Historia e produktit:

Një ushqim i shijshëm, saqë qytetarët e Ulqinit mezi prisnin të dilnin bamjet e freskëta në tregun e gjelbër, që të përgatishnin gjellët në shtëpitë e tyre. Bamjet dikur janë përdorur shpesh edhe si ushqim me qëllime mjekësore. Mënyra e veçantë e përgatitjes e bën akoma më të kërkuar këtë gjellë. Fakti që gjithë përbërësit e kësaj gjelle janë sezonale dhe vendas ndikon shumë në shijen e saj. Bamja e përgatitur në mënyrë tipike të Ulqinit ofrohet si specialitet gastronomik prej dekadash në restorantet në Kalanë e Ulqinit.

### Statusi aktual:

Bamja është ushqim i pandashëm në kuzhinat tona gjatë sezonit të saj, recetat origjinale të së cilës ruhen ndër vite. Tani nga ngrohja globale, ato mund të gjenden në treg edhe në fillim të vjeshtës, gjë që dikur ishte e pamundur. Në Ulqin, kushtuar bamjeve - të cilat tani janë specialiteti i nëntë i mbrojtur në Mal të Zi për kualitet - organizohet manifestimi tradicional "Ditë e bamjeve".

Bamja është ushqim i pandashëm në kuzhinat tona gjatë sezonit të saj, recetat origjinale të së cilës ruhen ndër vite. Tani nga ngrohja globale, ato mund të gjenden në treg edhe në fillim të vjeshtës, gjë që dikur ishte e pamundur.

