



Кulinārais maršruts „Livonijas garša“

# Līvu ceļš

Кулинарный маршрут „Вкус Ливонии“  
ПУТЬ ЛИВОВ



Vēsturnieki teic, ka līvi jeb lībieši senajā Latvijas teritorijā atpazīstami laikā jau no 10. gadsimta. Viņi apdzīvoja Ziemeļkurzemi, Daugavas un Gaujas lejteces, no Ģipkas līdz Ovišiem, kur joprojām atrodami piejūras zvejniekiemi ar līvisku izcelsmi.

Piejūras iedzīvotji vienmēr ēduši dažādi gatavotas jūras, upju un ezeru zivis: kūpinātas butes, reņģes, mencas, brekšus un lučus, ceptus nēģus, sāļītas brētliņas, reņģes un silķes. Svaigs mazzālīts Baltijas lasis ir delikatese. Uz oglēm cep veselās zivis: zandartu, foreli, karpu, samu vai asari. Viesi var piedalīties zivju ķeršanā un kūpināšanā. No visa pa druskai var pamēģināt, pasūtot degustāciju galdu.

Rudzī nogaršojami rupjā un saldskābā maizē, sklandraušos, pat pankūkās un piparkūkās. Vidzemes pusē cep miežu plāceņus. Gardi gatavo mājlopu un mājputnu gaļas ēdienus, gadu mijā – cūkas šņukuru ar zirņiem vai krāsni ceptu piena sivēnu. Krogu piedāvājumā ir medījumi ar brūklenēm, sēnēm un citām savvaļas garšām. Piedevās pasniedz rudens saknes, ķirbi, pupas vai grūbas. Ēdienus papildina grēcīgi gardas mērces.

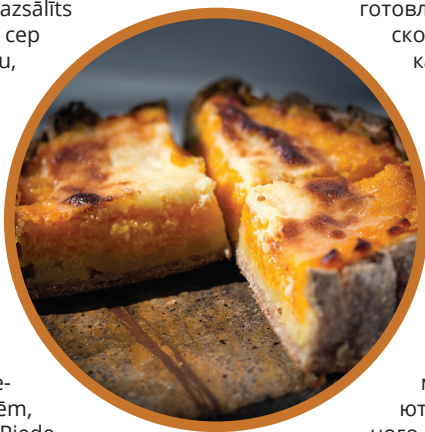
Tradicionālos pīrāgus, plātismaizes, klīģerus, ābolkūkas un medus kūkas baudiet svētkos un ikdienā. Gardi ir saldēdieni no rudzu rīvmaizes, dzērvenēm, brūklenēm un saldā krējuma. Kurzemē iecienītas ir melleņu klimpas, vasarā gatavo daudz desertu ar svaigām ogām. Dabas spēku veselībai var uzņemt ar smaržīgām zāļu tējām un medu. Reibinoši mirkli piedzīvojami mājas vīnu degustācijās un alus baudīšanā.

Историки говорят, что ливы на территории древней Латвии были известны еще с X века. Они населяли Северное Курземе, низовья Даугавы и Гауи, и местность от Гипки до Овиши, где до сих пор можно найти приморские рыбацкие поселки ливского происхождения.

Приморские жители всегда питались приготовленной разными способами морской, речной и озерной рыбой: копченой камбалой, салакой, треской, лещом и бельдюгой, жареной миногой, соленой килькой, салакой и сельдью. Свежий малосольный балтийский лосось является деликатесом. На углях жарят судака, форель, карпа, сома или окуня целиком. Гости могут принять участие в рыбалке и копчении рыбы. Заказав дегустационный стол, можно попробовать всего по чуть-чуть.

Рожь раскрывает свой вкус в ржаном и кисло-сладком хлебе, скандраусисах и даже в блинах и пипаркукас. В Видземе пекут ячневые оладьи. Здесь готовят вкусные блюда из мяса домашней птицы и скота, а к новогоднему столу подают свиной пятачок с горохом или запеченного молочного поросенка. Трактиры предлагают дичь с брусникой, грибами и другими дарами природы. На гарнир подаются осенние корнеплоды, тыква, бобы или перловка. Вкус блюд дополняют невероятно вкусные соусы.

Традиционными пирожками, открытыми пирогами, кренделями, яблочными и медовыми тортами можно наслаждаться и по праздникам, и в обычные дни. Очень вкусны десерты из ржаных панировочных сухарей, клюквы, брусники и сливок. В Курземе популярны также черничные клецки, летом здесь готовят множество десертов со свежими ягодами. Силу природы и здоровье дарят душистые травяные чаи и мед. Головокружительные впечатления подарит вам кружка пива или дегустация домашнего вина.









# Kulinārais maršruts „Livonijas garša“ Līvu ceļš

Šis izdevums tapis projekta „Livonijas kulinārais ceļš” un finansēts „Interreg Estonia-Latvia” programmas ietvaros no Eiropas Reģionālās attīstības fonda. Šī informācija atspoguļo autora viedokli. Programmas vadība nespēj atbildēt par jebkādu lietotāja informācijai esamību izmantošanu.

Это издание было создано в рамках проекта «Ливонский кулинарный маршрут» и финансировалось по программе Interreg Estonia-Latvia из Европейского фонда регионального развития. Данная информация отражает мнение автора. Ведущие учреждения программы не несет ответственности за возможное использование включенной в издание информации.



- Kulinārais maršruts „Livonijas garša”: Līvu ceļš  
Кулинарный маршрут „Вкус Ливонии”: Путь ливов
- „Livonijas garša” pieturvietā  
Объект Ливонского Кулинарного маршрута
- Tūrisma objekts/galamērķis  
Достопримечательность

RĪG A S  
L Ī C I S

B A L T I S  
A B I R B E S  
Š A U N U M S