

---

Genießen in

---

# Istrien



Von Tisch zu Tisch  
zwischen Küste  
und Hinterland

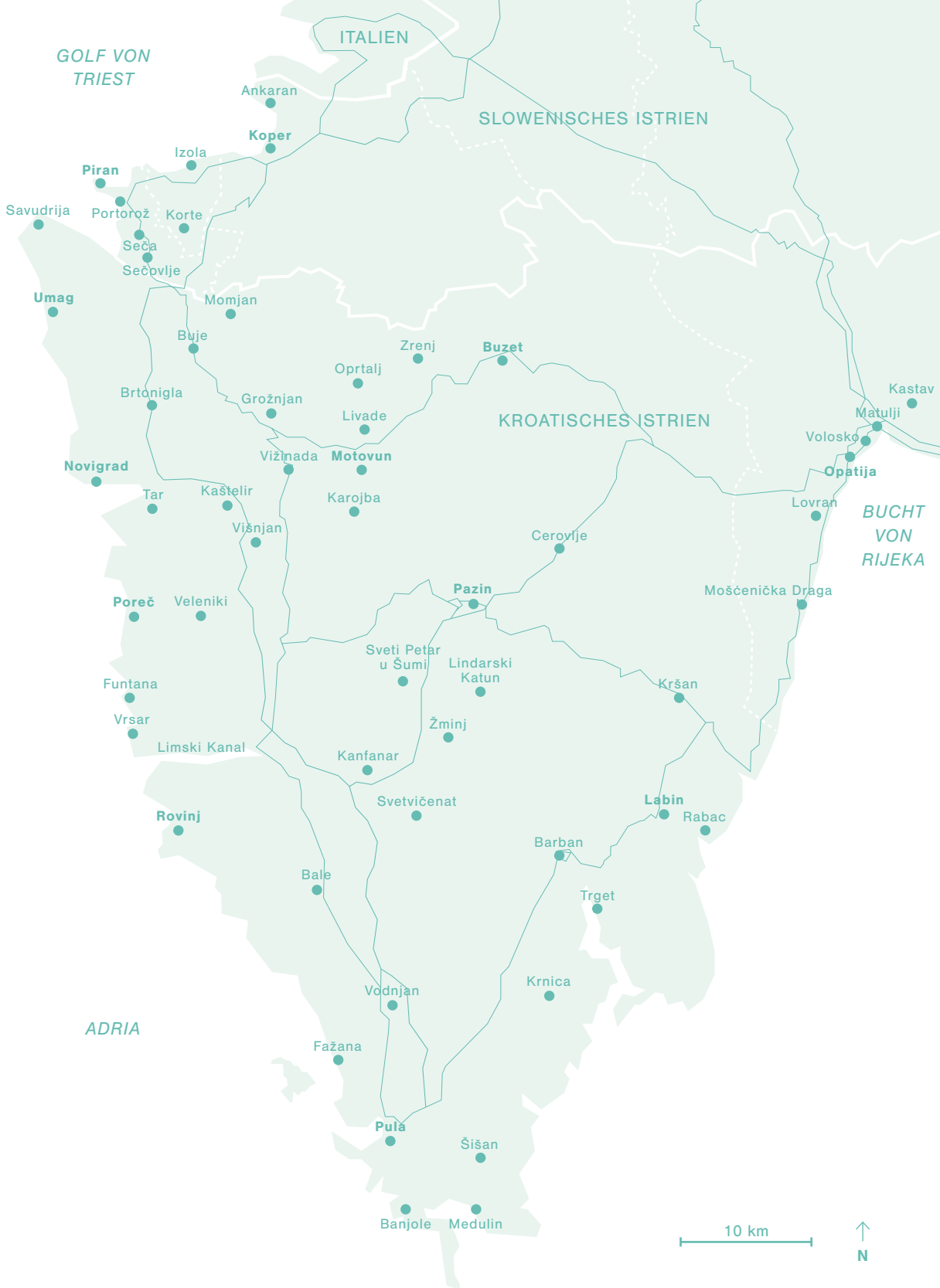
Mit über 300  
kulinarischen  
Highlights

---

Silvia  
Trippolt-Maderbacher

Styria  
VERLAG





GOLF VON TRIEST

ITALIEN

SLOWENISCHES ISTRIEN

KROATISCHES ISTRIEN

BUCHT VON RIJEKA

ADRIA

10 km

↑  
N



---

Genießen in

---

# Istrien

---

Von Tisch zu Tisch  
zwischen Küste und Hinterland

Mit über 300 kulinarischen Highlights

Extra: 10 Rezepte von Josef Trippolt

Grenzenloser Genuss	4
Zu Gast im nahen Süden	8

# Kroatisches Istrien 10

## KULINARISCHE BESONDERHEITEN UND TIPPS

DIAMANTEN FÜR GOURMETS: TRÜFFELN Meine Tipps rund um den wertvollen Edelpilz	30
---	----

ALLES PASTA Viel Leidenschaft für traditionelle Nudelgerichte	42
--	----

DAS MEER AUF DEM TELLER Fisch und Meeresfrüchte: Eckpfeiler der mediterranen Küche	74
--	----

ISTRIENS SÜSSE SEITE Die Halbinsel mit den süßen Familiengeheimnissen	88
--	----

KULINARISCHE IKONE: DER ISTRISCHE ROHSCHINKEN Von der Bora getrocknet, von Hand geschnitten	122
---	-----

FLÜSSIGES GOLD: ISTRISCHES OLIVENÖL Meine Tipps für den Olivenöleinkauf	140
--	-----

TROPFEN FÜR TROPFEN EIN GENUSS Die Besonderheiten des istrischen Weins	164
---	-----

Istrien auf einen Blick

Einen schnellen  
Überblick über die  
Orte der Halbinsel  
finden Sie in der  
vorderen Umschlag-  
klappe.



Kulinarisches Glossar \*

Čripnja? Fuži? Ein  
kroatisch-slowenisches  
Glossar zum Ausklappen  
versteckt sich in der  
hinteren Umschlagklappe.



Traditionelle Fuži mit Trüffelkäse	25
Marinierte Scampi	34
Geschmortes Lamm in Teran-Sauce	47
Njoki mit Sugo vom Boškarin-Rind	56
Risotto mit Meeresfrüchten	63
Jakobsmuscheln vom Grill	80
Oktopus-Salat	115
Fritule	127
Mediterrane Zitronentarte	149
Branzino-Tatar	181



Hrast, Poreč, S. 93

# Slowenisches Istrien 150



Navis, Opatija, S. 77



Olivenblüte



Weinbar Ipša, Opatalj, S. 85

# Grenzenloser Genuss

Es ist dieses einzigartige istrische Lebensgefühl, das mich seit vielen Jahren fasziniert. Die Kultur des Miteinander. Die Zugehörigkeit der Menschen zu ihrer Region. Das Bekenntnis zu ihren Wurzeln und ihrer kulinarischen Tradition, eigenständig und ohne Grenzen im Kopf. Denn die größte Halbinsel der Adria teilen sich drei Länder: Italien, Slowenien und Kroatien. Istrien liegt zwischen dem Golf von Triest und der Kvarner-Bucht vor Rijeka, ist maximal 80 Kilometer lang und 60 Kilometer breit.

Nirgendwo begegnen einander Gastfreundschaft und Genuss inniger als auf der bezaubernden Halbinsel. Die besten Grundprodukte wie Trüffel, Olivenöl, Wein, Austern, Schinken, Salz, Fisch und Meeresfrüchte haben sich bei Feinschmeckern längst herumgesprochen. Istrien gilt als eine der spannendsten Gourmet-Destinationen Europas. Jahr für Jahr koste ich mich mit meiner Familie begeistert durch diesen nahen Süden.

Das Ergebnis sind über 300 kulinarische Adressen in Buchform: Lieblingslokale, Geheimtipps, Klassiker und Newcomer. Das eine Mal sitzen wir in einer einfachen Fischerhütte am Meer, das nächste Mal in einer gemütlichen Konoba im grünen Hinterland, dann wieder in einem vielprämiierten Gourmettempel von internationalem Rang. Außerdem besuchen wir die besten Produzenten der Region: Olivenölbauern und Winzer, Trüffelsucher und Edelbrenner, Schinken- und Käseerzeuger, Fisch- und Muschelzüchter.

*Platz nehmen  
und sich wohlfühlen!  
Die Halbinsel Istrien  
steckt voller kulinarischer  
Überraschungen.*

## So arbeite ich

In meinem Genussreiseführer geht es mir nicht um oberflächliche Bewertungen, sondern um authentische Erlebnisse beim Essen und Trinken. Die Auswahl der Lokale und Produzenten beruht einzig auf meinem persönlichen Geschmack. Niemand bezahlt für einen Eintrag. Auf den kulinarischen Reisen kündige ich mich nicht als Autorin an, sondern ich besuche die Betriebe privat – mit meinem Mann Josef Trippolt sowie meinen Söhnen Julius Josef und Theodor Johann. Ich möchte Ihnen mit meinen Geschichten das Gefühl geben, mit uns an einem Tisch zu sitzen. Da ich im Kärntner Bad St. Leonhard nicht nur als Autorin arbeite, sondern auch Gastronomin bin, kenne ich die Sorgen und Arbeitsweisen meiner istrischen Kolleginnen und Kollegen genau. Es ist immer wieder schön, mit ihnen bei unseren Besuchen ins Gespräch zu kommen.



Nono, Umag, S. 130

---

## So sind wir in Istrien unterwegs

Die kulinarische Reise beginnt in **Kroatien** (siehe Seite 10). Eine Freude ist es, hier das bezaubernde Hinterland zu entdecken. Weiter geht es die Küste entlang von Umag, Novigrad, Poreč und Rovinj in den Süden nach Pula. Unsere Abstecher führen überall ins Grüne und in die Trüffelregion hinein. Im Osten besuchen wir Labin und Rabac, überqueren das Učka-Gebirge und entdecken die Kvarner-Bucht rund um Opatija. Geografisch gehört die Riviera von Opatija zur Halbinsel Istriens, verwaltungstechnisch zur Gespanschaft der Kvarner-Bucht. Weiter geht es nach **Slowenien** (siehe Seite 150). Von Ankaran und Koper führt unsere Reise über die Riviera von Izola nach Piran und Portorož. Ich habe mich für dieses Buch bewusst ganz auf den slowenischen und den kroatischen Teil Istriens konzentriert. Wer den kleinsten, den italienischen Teil der Halbinsel erkunden möchte, ist mit meinem Buch „Genießen in Friaul-Julisch Venetien“ bestens versorgt.



Silvia und Josef Trippolt mit Sonja Glavić in der „Casa di Matiki“, S. 144

Die **Tipps und Adressen** zu Lokalen und Produzenten sind den **Orten und Städten**, in denen sie sich befinden, zugeordnet. Für eine rasche Auffindbarkeit sind sie **alphabetisch** sortiert – ebenso wie die Kurztipps. Sie finden den Ortsnamen jeweils links unten auf der Seite. Kleine Dörfer sind zur leichteren Orientierung dem jeweiligen Gemeindegebiet zugeordnet.

Ich kenne viele Restaurants, jedoch längst nicht alle. Sollten Sie Ihre Lieblingsadresse vermissen, freue ich mich über eine Information.

Liebe Leserinnen und Leser, gehen Sie mit mir auf eine kulinarische Entdeckungsreise durch Istrien. Packen Sie viel Neugierde ein. Vorfreude. Abenteuerlust. Und vor allem Hunger. Das Wichtigste: Richten Sie überall liebe Grüße von mir aus!

Ihre Silvia Trippolt-Maderbacher

---

## Trippolt

### Zum Bären

UNSER KULINARISCHES  
ZUHAUSE

---

**A** Hauptplatz 7  
9462 Bad St. Leonhard  
**T** (+43 4350) 22 57  
**W** [www.zumbaeren.at](http://www.zumbaeren.at)  
**W** [www.baermut.at](http://www.baermut.at)

---

Sollten Sie einmal in Kärnten sein, freue ich mich auf einen Besuch in unserem Restaurant.





Villa Ariston, Opatija, S. 83

## Tipps für den Besuch

Seit der Corona-Zeit wissen wir, dass die Gastronomie nicht selbstverständlich ist, auch nicht im nahen Süden. Hier ein paar Tipps für Ihren Besuch:

### Öffnungszeiten.

Die Öffnungszeiten ändern sich ständig. Vor allem in Zeiten wie diesen gibt es keine Planungssicherheit für Betriebe. Viele Produzenten haben gar keine fixen Öffnungszeiten. Daher habe ich bewusst auf deren Angabe verzichtet. Ein kurzer Anruf vorab oder ein Blick auf die Social-Media-Auftritte der Lokale verschaffen Ihnen unterwegs rasch Gewissheit.

### Bitte reservieren.

Sonntagmittag einfach vor der Tür eines Restaurants stehen? Schwierig. Rufen Sie vorher an und reservieren Sie Ihren Tisch. Keine Angst, dass jemand Ihre Sprache nicht versteht. Irgendwer im Betrieb kann Deutsch, Englisch oder Italienisch. Dasselbe gilt für Winzer und Olivenölbauern: Kündigen Sie Ihren Besuch unbedingt vorher an.

### Preisangaben.

Viele Leserinnen und Leser wünschen sich von mir Preisangaben. Ich mache keine. Das hat seinen Grund: Es kommt natürlich immer darauf an, was Sie konsumieren. Echte weiße Trüffel oder Bohneneintopf? Rindsfilet oder Gulasch? Hummer oder Pasta? Degustationsmenüs zeigen sich auf jeder Speisekarte als Preis-Leistungs-Sieger.

### Zweite Reihe.

In Istrien ist es wie fast überall. Kulinarische Höhepunkte finden sich eher in zweiter oder dritter Reihe. Es lohnt sich, eine Straße weiterzugehen oder ein Dorf weiterzufahren.

### Onlineportale.

Viele Urlauber lassen sich von Bewertungsportalen aus dem Internet bei der Wahl ihrer Lokale beeinflussen. Bedenklich. Trauen Sie lieber Profis.

---

Eigentlich gibt es tausend Gründe, Istrien kulinarisch zu entdecken. Hier die wichtigsten:

- 1.** **Liebenswerte Gastfreundschaft.** Überall in Istrien begegnen uns authentische Gastgeber, die stolz sind auf ihr Tun. Sie öffnen nicht nur ihr Lokal für ihre Gäste, sondern auch ihr Heim und ihr Herz.

---

  - 2.** **Perfekte Grundprodukte.** Trüffel, Olivenöl, Wein, Schinken, Salz, Fisch und Meeresfrüchte: Die besten Grundprodukte der Region begeistern. Sie bilden die Basis und die kulinarischen Eckpfeiler eines neuen Qualitätsdenkens.

---

  - 3.** **Spannende Küchenstile.** Im Mittelpunkt der heimischen Geschmäcker stehen das blaue und das grüne Istrien – die leichte, mediterrane Küche der Küste sowie die gehaltvolle Küche des Hinterlands. Die Gerichte gründen sich auf slawische, römische, venezianische, österreichisch-ungarische und jugoslawische Küchentraditionen.

---

  - 4.** **Kulinarischer Kontrast.** Ganz Istrien befindet sich in einer Aufwärtsspirale. Die Dichte an guten Restaurants und Produzenten nimmt ständig zu. Ob familiäre Konoba oder prämierte Gourmetküche: Man findet Traditionsbewusstsein auf der einen, Experimentierfreude und moderne Kochkunst auf der anderen Seite.

---

  - 5.** **Neue Produzenten.** Kleine Manufakturen, kreative Start-ups und engagierte Quereinsteiger sorgen für unzählige neue Ideen und bringen viel Innovationsgeist und Aufschwung: Ob Craftbeer, Chilisaucen, Ziegenkäse, Gin, Tonic Water – handwerklich produzierte Lebensmittel schaffen ein neues Bewusstsein.
-

---

# Zu Gast im nahen Süden

*Istrianische Lebensfreude  
und Gastfreundschaft:  
Bitte zu Tisch!*



Puntulina, Rovinj, S. 112

**6.** **Agroturizam.** Hinter diesem sperrigen Wort verbirgt sich etwas Gutes. In diesen landwirtschaftlichen Familienbetrieben kommt immer Selbstgemachtes auf den Tisch, oft in der hauseigenen Konoba. Obst und Gemüse wachsen im Garten, Olivenöl, Wein, Schinken, Speck und Käse werden selbst produziert oder gesammelt (Trüffel, Wildspargel, Pilze).

---

**7.** **Land und Leute.** Es gibt keinen schöneren Weg, Land und Leute kennenzulernen, als über die Esskultur einer Region.

---

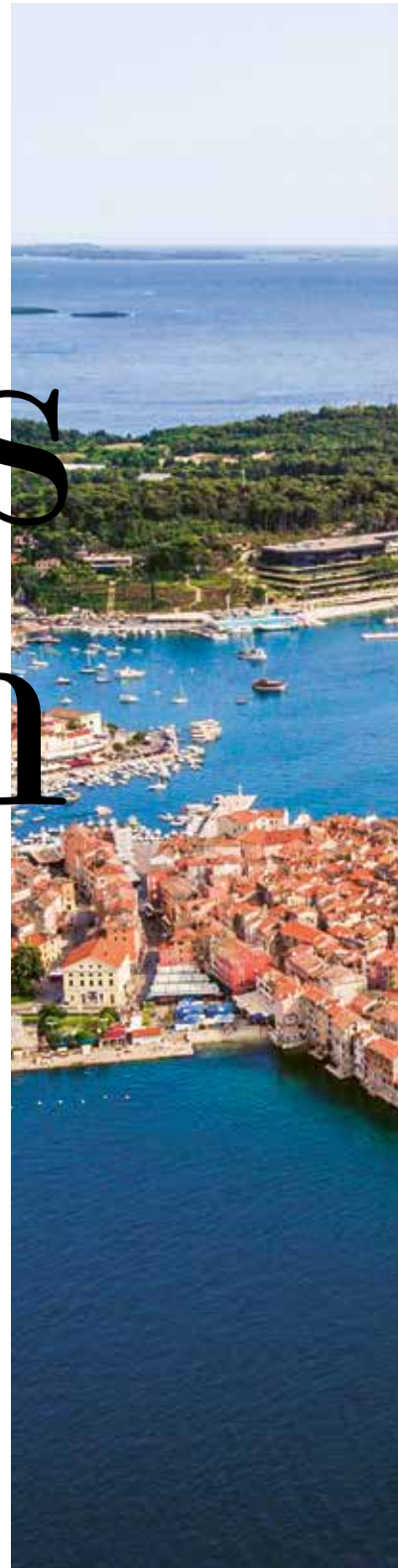
---

# Kroa tisches Istrien

---

Schöne Aussichten!  
Istrien als Sinfonie in  
Blau und Grün, mit  
einer einzigartigen  
historischen, kulturel-  
len und kulinarischen  
Vielfalt

10-149







---

# Traumhafte Küste, verzaubertes Hinterland

*Kulinarisch gesehen  
zeigt sich Istrien  
als eine Halbinsel  
der Seligen: mit  
außergewöhnlichen  
Produkten und ganz  
besonderen Geschmäckern.*



Blick auf Buzet

Das kroatische Istrien ist eine beliebte Sehnsuchts- und Genussregion mit Hunderten Kilometern Traumküste und kristallklarem Wasser, mit venezianisch geprägten Hafenstädtchen, mittelalterlichen Dörfern, silbergrün schimmernden Olivenhainen, Trüffelwäldern, Weingärten und einer unglaublich vielseitigen Küche.

Der größte Teil der Halbinsel Istrien gehört zu Kroatien und grenzt im Norden an Slowenien. Ihr Name geht auf die „Histrier“ in der Antike zurück. Politisch teilt sich die Region in die Gespanschaft Istrien im Norden, Süden und Westen sowie in die Gespanschaft Primorje-Gorski kotar im Osten rund um die Stadt Opatija. Geografisch liegt dieser Bereich jedoch auf der Halbinsel Istrien und findet sich daher auf den folgenden Seiten.

Bild vorige Seite: Eines der schönsten Küstenstädtchen Kroatiens: Rovinj



Stimmungsvoller Gastgarten im versteckten Innenhof: La Grisa

---

## La Grisa

---

### GENUSSREFUGIUM MIT CHARME

---

**A** La Grisa 23  
52211 Bale  
**T** (+385 52) 82 45 01  
**W** [www.la-grisa.com](http://www.la-grisa.com)

---

Schließen Sie Ihre Augen. Konzentration. Denn ich schicke Ihnen jetzt ein Bild. Ein Bild, wie ich strahle und von einem Bein auf das andere hüpfte, mit rosigen Wangen und einem breiten Grinsen im Gesicht. So sehe ich aus, wenn ich das Zwei-Hauben-Restaurant „La Grisa“ in Bale nach einem fulminanten Essen wieder verlasse. 13 Kilometer südöstlich von Rovinj nehmen die Gäste im romantischen Innenhof, auf der eleganten Steinterrasse oder im stilvollen Restaurant Platz. Das Genussrefugium: ein charmantes Boutiquehotel, das aus elf historischen Steinhäusern entstanden ist.

Küchenchef Nikola Vuković zelebriert eine gehobene Regionalküche mit authentischen istrischen Grundprodukten und setzt jedes Gericht mit frischen Ideen und einem modernen Twist um. Klassiker der mediterranen Küche (Muscheln Buzara, marinierter Oktopus, gegrillter Tintenfisch) finden ebenso ihren Platz auf der Speisekarte wie traditionelle Rezepte aus dem Hinterland (geschmorte Lammstelze, gefüllte Teigtaschen). Vorzüglich munden die farbenfrohen Gnocchi von Roten Rüben mit cremigem Ricotta und feinwürzigem Wildkräuterpesto sowie die herbstliche Samtsuppe vom Muskatkürbis mit Ziegenhartkäse und knusprigem Lardo. Das saftige Filet vom Schattenfisch mit gebratenen Kapern bleibt noch lange in Erinnerung, genau wie der zarte Bitterschokoladekuchen mit Haselnusseis, Feigen, Salzkaramell und gerösteten Nüssen als Abschluss.

Eine wahre Freude ist es auch, die Weinkarte von Sommelier Marco Divić zu lesen: eine exzellente Auswahl an istrischen Spitzentropfen und eher unbekanntem Winzern. Davon müssen Sie sich aber selbst ein Bild machen.



## \*Olivenöl Grubić

### OLIVENÖLMÜHLE

A A. Negri 7  
52211 Bale  
T (+385 98) 85 46 23  
W [www.grubic.hr](http://www.grubic.hr)

Ein besonders exzellentes Olivenöl! „Buža“ von Familie Grubić. Ein paar Flaschen finden im Kofferraum immer Platz. Das intensiv fruchtige Öl duftet nach frisch gemähem Gras, grünen Tomaten, gelben Äpfeln, Mandeln sowie schwarzem Pfeffer und überzeugt mit seiner moderaten Bitterkeit und Schärfe. Den Familienbetrieb mit der topmodernen Mühle, dem Museum und dem kleinen Laden findet man im Osten von Bale neben der Hauptstraße.



Olivenöl Grubić

## Kamene priče

### JAZZ-CLUB & TAVERNE

A Kastel 57  
52211 Bale  
T (+385 52) 82 42 35  
W [www.kameneprice.com](http://www.kameneprice.com)

Originelle Adresse in der Altstadt mit einem unkomplizierten Bar-Konoba-Konzept. Vorbeigehen? Aber wo! Das ist hier nicht möglich. Jeder Bale-Besucher stolpert wie von selbst in dieses schrullige Lokal. Jazz wird hier großgeschrieben – im Sommer finden Live-Konzerte statt. Mediterrane Küche, Apartments.



Kamene priče

## \*Wein Stancija Meneghetti

### LUXUS-LANDGUT

A Stancija Meneghetti 1  
52211 Bale  
T (+385 52) 52 88 00  
W [www.meneghetti.hr](http://www.meneghetti.hr)

Ein romantisches Hideaway für Genießer, acht Kilometer südwestlich von Bale. Zwischen Weingärten und Olivenhain versteckt, präsentiert sich das bezaubernde Landgut als kulinarisches Gesamterlebnis (drei Hauben) und punktet mit dem ausgezeichneten Gourmetrestaurant sowie den eigenen Top-Weinen und Olivenöl. Casual Lunch ist im zweiten Lokal, dem „Oliveto“ angesagt, einer Art Sommerküche, auch für Nicht-Hotelgäste. Eigener Beachclub „Boho“ bei Barbariga.



Stancija Meneghetti

---

# Vorichi

PST, GEHEIMTIPP!

---

**A** Orihi BB  
52207 Barban  
**T** (+385 99) 29 94 300  
**W** www.vorichi.com

---

Eieiei. Stau in Richtung Süden. Wissen Sie, wer daran schuld ist? Ich. Das behauptet jedenfalls mein jüngster Sohn: „Weil du immer so viel Gutes über Istrien schreibst. Deshalb fahren alle dorthin.“ Zugegeben, ich bin ziemlich offenherzig mit Geheimtipps. Ich verrate sie nämlich nur allzu gerne. Und zwar, damit es diese wunderbaren Adressen noch länger gibt: wie zum Beispiel die Konoba „Vorichi“. Dieses moderne Wohlfühllokal steht in keinem Guide. Das wird sich aber bestimmt schnell ändern, denn die Küche in ihrer außergewöhnlich bodenständig-kreativen Art ist zu gut, das Ambiente zu liebevoll gestaltet, die Weine sind zu erlesen und die Gastgeberinnen zu sympathisch, um unentdeckt zu bleiben. Sie merken es beim Lesen: Das „Vorichi“ von Tamara Lubić ist eine unserer

absoluten Lieblingsadressen in Istrien. Zu finden ist es abseits jeglicher Menschenmassen, im kleinen Dorf Orihi, das zum Gemeindegebiet von Barban gehört: 30 Kilometer östlich von Rovinj, 24 Kilometer westlich von Labin. Man sitzt an schönen Holztischen gemütlich in der Abendsonne, das ganze Lokal öffnet sich ins Grüne in Richtung Weingarten.

Aus der Küche grüßt der grandiose Chefkoch Matko Kovačević in Form von Mini-Pizzetti im italienischen Stil. Danach kommt selbstgebackenes Brot auf den Tisch – aus Mais, mit Körnern – sowie eine Focaccia mit Rosmarin und grobem Meersalz. Tamaras Schwester Ljiljana reicht uns dazu aufgeschlagene Butter. Die marinierten Sardinen auf Zupfsalat sind mit feinen Orangenfilets gespickt, die Fuži überzeugen mit herrlichem Biss und erfreuen uns auf schlanke Art – denn die Trüffelsauce kommt ohne Sahne aus. Dafür wird die Pasta mit hauchzart-gehobelten frischen Trüffeln bedeckt. Das Holz im Kamin glüht, heute gönnen wir uns ein perfektes Sirloin-Steak mit gegrilltem Gartengemüse. Als Nachtisch locken ein cremiges Himbeer-Meringue-Dessert mit weißer Schokolade sowie das beste Tiramisu Istriens. Das Rezept? Verraten wir nicht. Zumindest das bleibt ein großes Geheimnis.



Beschaulich: der Blick von der Konoba Vorichi ins Grüne

---

# Impressum

## Haben Sie Appetit auf Istrien bekommen?

Dann freuen wir uns über Ihre Weiterempfehlung. Erzählen Sie von diesem Buch im Freundeskreis, berichten Sie Ihrem Buchhändler oder bewerten Sie es beim Onlinekauf.

Wünschen Sie weitere Informationen? Möchten Sie mit unserer Autorin in Kontakt treten? Wir freuen uns auf Austausch und Anregung unter [leserstimme@styriabooks.at](mailto:leserstimme@styriabooks.at)

Inspiration, Geschenkideen und gute Geschichten finden Sie auf [www.styriabooks.at](http://www.styriabooks.at)

## STYRIA BUCHVERLAGE

---

© 2022 by Styria Verlag  
in der Verlagsgruppe Styria GmbH & Co KG  
Wien – Graz  
Alle Rechte vorbehalten.  
ISBN 978-3-222-13678-8

Bücher aus der Verlagsgruppe Styria gibt es  
in jeder Buchhandlung und im Online-Shop  
[www.styriabooks.at](http://www.styriabooks.at)

Reihendesign: Raphael Drechsel/Great Design  
Buch- & Covergestaltung: Stefanie Muther/extraplan.at  
Lektorat: Lucia Marjanović  
Redaktionelle Mitarbeit: Clara Rothe  
Projektleitung: Elisabeth Blasch  
Herstellungsleitung: Maria Schuster

Druck und Bindung: Finidr  
7 6 5 4 3 2 1  
Printed in the EU

## DIE WELT STEHT NICHT STILL – EIN HINWEIS

Alle Kontaktdaten wurden sorgfältig überprüft (Stand Februar 2022). Autorin und Verlag können für das Unterwegs-Sein mit diesem Buch keine Haftung übernehmen. Sollten Sie aktuelle Hinweise für uns haben oder Ihr Lieblingslokal schmerzlich vermissen, freuen wir uns über eine kurze Information.

# Istrien bittet zu Tisch!



Olivenöl und Trüffeln, Wein und Schinken, Fisch und glühende Kohlen: Istrien ist das Feinschmeckerparadies schlechthin! Fantastische Ausgangsprodukte, eine dynamisch-junge Kulinarikszene und eine unglaubliche Vielfalt an prämierten Restaurants, kleinen Bars und gemütlichen Konobas versprechen mediterrane Lebensfreude und Urlaubsfeeling für Gaumen und Nase.

## **So schmeckt Istrien mit der Genuss-Insiderin:**

Silvia Trippolt-Maderbacher verrät uns über 300 Adressen zwischen Adria und Hinterland, aktuell recherchiert und charmant beschrieben. Ein unschlagbarer Reisebegleiter, ein unterhaltsames Buch voller kulinarischer Geschichten und eine Liebeserklärung an die Halbinsel, ihre Menschen und das gemeinsame Genießen an einem Tisch.

ISBN 978-3-222-13678-8  
www.styriabooks.at



- **Extra: Istrien für zu Hause**  
mit Rezepten von Spitzenkoch Josef Trippolt