Jadło codzienne naszych słowiańskich przodków

1 września 2020

Mówiąc o naszej dzisiejszej bogatej kuchni urozmaiconej przez kontakty z różnymi ludami, najeżdżającymi nasz kraj, a także kontakty z krajami Europy Zachodniej warto zapytać się, co jadali nasi przodkowie w czasach piastowskich i przedpiastowskich.

Skąd czerpiemy wiedzę? Dawniej poszukiwana była ona w tekstach historycznych, w opisach jakie pozostawili po sobie kupcy, opisach zamieszczonych w kronikach. Nie jest to bogata wiedza, możemy z niej odczytać iż spożywano jakąś potrawę, napój, czy też stosowano jakieś produkty. Znacznie bogatszym źródłem wiedzy są wykopaliska szczególnie na śmietniskach czy też znalezione resztki potraw jakie ludzie ci pozostawili. Jedną z nowszych metod są badania kości, zębów, czy też kamienia nazębnego z szkieletów osób żyjących w tamtych czasach. Skład chemiczny tych próbek wiele naukowcom o diecie potrafi powiedzieć.

Tak więc wróćmy do diety naszych przodków. Słowianie byli przede wszystkim rolnikami i na płodach rolnych swą dietę

opierali. Dużą rolę w ich diecie stanowiły owoce lasów, a więc grzyby, dziko rosnące owoce, miód, zioła. Wydawałoby się, że lasy były pełne zwierzyny, lecz badania przeprowadzone na terenie Biskupina wykazały iż kości zwierząt dzikich stanowiło nie całe 10% wszystkich znalezionych kości skonsumowanych zwierząt, a ilości w porównaniu do szacowanej liczby ludności pokazuje iż to był wystarczyłoby na jeden posiłek z mięsem zwierzyny dzikiej na osobę rocznie. Niewielka to ilość.

Znacznie bogatszym źródłem mięsa było mięso zwierząt hodowanych, głównie wieprzowina, ale hodowano również kury, kaczki, gęsi, bydło krótkorogie, owce i gołębie. Żyjący w X w. arabski kupiec Ahmad ibn Rustah podróżujący do Nowogrodu pisał iż Słowianie hodują świnie jak owce.

Bogatym źródłem mięsa były również ryby łowione w lokalnych rzekach. Ale nie mięso a płody ziemi i owoce lasów były podstawą wyżywienia naszych przodków. Były to różnego rodzaju kasze, mąki służące do wypieków, ale również warzywa rodzime jak marchew zwyczajna, pasternak. Spożywano również owoce, sadzono jabłka, grusze, śliwy, wiśnie, brzoskwinie a nawet w pewnych rejonach winną latorośl.

Kuchnia nasze bogata była w zapachy ziół i korzeni, takich jak jałowiec, czarnuszka, czosnek, koper, macierzanka, mięta, lebiodka.

Jakie potrawy jadali?

Tu sięgniemy do badań Hanny i Pawła Lisów, codzienną potrawą były różnego rodzaju zupy, bryje, kasze i kluski. Jeśli ktoś miał kontakt z krajami Europy Zachodniej to wie, że nasze zupy różnią się od tamtych. To nie są różnego rodzaju kremy a wywary bogato uzupełniane różnego rodzaju warzywami, które konsument wyraźnie w ustach odczuwa.

Bryją zaś była gęsta zawiesina gotowana na bazie rozgotowanych ziaren zbóż i kasz. Kasze zaś zwykle polewane były jakiegoś

rodzaju tłuszczem, czasami do smaku doprawiane miodem. Dla urozmaicenia smaku posługiwano się zarówno grzybami, ziołami jak i miodem. Kluski, pierogi przyrządzano z grubo mielonej na żarnach mąki. Również przyrządzane były różnego rodzaju znane nam dziś z kuchni wschodniej Polski masy warzywno – mięsne zawinięte w ciasto i gotowane jak dzisiejsze kartacze. To właśnie bogate w węglowodany posiłki a nie mięso dawały siłę do pracy na roli.

Co pijano?

Wbrew temu, co by się nam dziś wydawało o czystą wodę było trudno. Osady położone były nad rzekami i innymi zbiornikami wodnymi. A zbiorniki te były szybko zanieczyszczane przez pranie, wylewanie tam różnych odpadów. Picie takiej wody szybko kończyło się problemami gastrycznymi. Wodę trzeba było gotować. Ale woda gotowana nie jest smaczna. Stąd gotowano różnego rodzaju kompoty, napary na ziołach ale również piwo. Piwo było znakomitym i dość tanim napojem. Gotowanie wody i innych składników w procesie produkcji, zapewniało sterylność, a niewielki procent alkoholu dłuższy okres przechowywania. Ilość alkoholu w średniowiecznym piwie była znacznie niższa niż w dzisiejszych piwach i pijali je zarówno dorośli jak i dzieci. Słowianie od dawien dawna stosowali w piwach chmiel, dający zarówno aromat jak i przedłużający ich trwałość. Tu ciekawostka. Znana dziś z picia piwa Wielka Brytania chmiel poznała dość późno i importowała go z Europy. Pojawienie się chmielu w Wielkiej Brytanii spowodowało pewną rewolucję w produkcji tego napoju. Wcześniej piwo było domeną kobiet. One go produkowały i sprzedając dorabiały do budżetu domowego. Wprowadzenie chmielu przedłużyło czas przechowywania piwa, co umożliwiło produkcję bardziej masową i wtedy piwowarstwem zajęli się mężczyźni, pozbawiając kobiety tego zastrzyku finansowego.

Na specjalne okazje nasi przodkowie pijali miody pitne, jak również wina w rejonach gdzie winna latorośl występowała.

Pierwszą notatkę mogącą wskazywać na to, że Słowianie pijali miód znajdujemy w zapiskach dyplomaty Priksosa z Panium podróżującego przez stepy czarnomorskie ok. 448 roku. Wspominał on, że miejscowi zamiast wina podawali napój zwany „medos”, w którym możemy dopatrywać się właśnie miodu pitnego.

Znanym dziś napojem słowiańskim jest przecież kwas chlebowy produkowany na czerstwym chlebie. Dostępne były również napoje mleczne, bo krowy, owce również były przez Słowian hodowane.

Tak więc możliwości, jeśli chodzi o napoje, nasi przodkowie mieli duże.

Słowiańskie smaki

Jak już wcześniej pisałem, Słowianie szeroko stosowali zioła, które nie tylko poprawiały zapach ale również zabijały przykry zapach zbyt długo przechowywanego mięsa. Bo sposoby przechowywania miały duży wpływ na smak potraw. A potrawy trzeba było jakoś przechowywać. Metody te były stosowane do czasu, gdy w naszych domach pojawiły się lodówki. A więc były to głęboko kopane piwnice, do których zimą można było wrzucić lód, co zapewniało przez dłuższy czas chłód korzystny dla przechowywania produktów. Inną szeroko stosowaną metodą było kiszenie. Produkty zebrane jesienią pakowano w szczelne beczki drewniane i zatapiano w wodzie, w celu odcięcia produktu od tlenu. Kiszono również mięso. Stąd nasze potrawy były również mocno kwaśne. Stosowano również solenie, choć sól jako produkt nie występujący powszechnie z konieczności jej importowania z większych odległości była produktem drogim.

Z pewnością temat potraw naszych przodków jest bardzo obszerny i jego omówienie na łamach krótkiego tekstu jest niemożliwe. Ale mam nadzieję, że tym tekstem przybliżyłem, a może tylko przypomniałem wiedzę o tym co jadali nasi przodkowie.

Autorstwo: Radogost
Zdjęcie: anvel (CC0)

Źródło: NEon24.pl

Bibliografia

Hanna Lis, Paweł Lis, „Kuchnia Słowian, czyli o poszukiwaniu dawnych smaków”, Nasza Księgarnia, Warszawa 2015.