

Kaip susiformavo lietuvių valgymo įpročiai?

Inga Saukienė

Dėl ypatingos Lietuvos geografinės padėties bei spalvingos istorijos daugelis tradiciškai lietuviškais vadinamų patiekalų yra kilę ne tik iš lenkų ir vokiečių, bet ir iš tolimųjų Rytų virtuvės. Deja, mus pasiekė tik XIX amžiaus valstiečių valgymo įpročiai, o štai technologiškai sudėtinga, bet labai prašmatni diduomenės virtuvė atkurta tik iš archeologinių radinių bei istorinių tekstų. Taigi prie kokio maisto prisitaikę mūsų genai?

Nuo senų senovės lietuviai pirmiausiai buvo „mėsėdžiai“ tauta. Anot Vilniaus universiteto Istorijos fakulteto Archeologijos katedros vedėjo prof. Aleksiejaus Luchtano, archeologiniai tyrimai rodo, kad iki XIV amžiaus pabaigos daržų pas mus nebuvo.

Kaip prabangos dalykas atsirasdavo diduomenės, bažnyčios hierarchų sodų, bet juose buvo auginami tik vaismedžiai. Archeologiniai tyrimai Kernavėje parodė, kad šalia gyvenvietės buvo dirbamų laukų, bet daržovių juose praktiškai neaugindavo. Pavyzdžiui, baltus labai stebindavo, kad kryžiuočiai valgo lapus. Pasirodo, tai buvo kopūstai. Pomidorai apskritai išplito tik praėjusiam amžiuje“, – pasakojo pašnekovas.

Tiesa, mūsų protėviai valgydavo daug miško uogų, laukinių serbentų, obuolių, kriaušių, slyvų, o iš daržovių buvo auginamos nebent ropės, burokėliai ir ridikai.

„Dabartinė tradicinė lietuviška virtuvė iš esmės yra patobulinta valstiečių, prastuomenės, smuklių virtuvė. Tai pigūs, nereikalaujantys sudėtingų kulinarijų įgūdžių patiekalai – kaip kugelis, vėdarai.

Archajiškų elementų daugiau išliko Žemaitijoje – katinis, įvairūs kruopiniai patiekalai. Tai maistas, susiformavęs kovų su kryžiuočiais laikais, kai žmonės turėjo valgyti sočiai ir vieną kartą per dieną. Maisto ruošimas neturėjo užimti daug laiko – šeimininkės tiesiog sukraudavo visus komponentus ir pašaudavo į krosnį“, – teigė mokslininkas.

Visiškai kitokia buvo diduomenės virtuvė, pradėjusi intensyviai formotis XIV amžiuje. Kadangi mūsų diduomenė buvo daugiatautė, jos virtuvėje buvo galima rasti įvairių tautų elementų. Technologine prasme ši virtuvė buvo pakankamai sudėtinga – įvairios sriubos, įdaryti krosnyje kepami paukščiai, žuvies patiekalai ir, žinoma, žvėriena. Mat Lietuvoje buvo gilios medžioklės tradicijos.

„Kiekvienas bajoras buvo medžiotojas. Tai lėmė ir šalies padėtis – jis turėjo būti geras karys, o taiklumo, ištvėmės ir kitų karo dalykų mokydavosi medžiodamas, – pasakojo archeologas. – Tyrinėdami Kernavę, pastebėjome, kad ten, kur gyveno eiliniai miestiečiai, buvo valgoma jautieną, kiaulieną, avieną, ožkų mėsa. Kunigaikščio rezidencijoje randama taurų, stumbrų, briedžių, šernų, meškų, bebrų kaulų“.

Beje, didikai buvo pakankamai turtingi, kad atsigabentų produktų ir iš tolimų kraštų. Jau Vytauto laikais Lietuvoje buvo rytietiškų prieskonių, vynuogių, graikinių riešutų, džiovintų vaisių. Taigi gurmaniškumo pradai Lietuvoje nebuvo svetimas.

Anot archeologo, įvairesnių produktų atsirado XIX amžiuje, kai tapome didelės imperijos dalimi, pagyvėjo prekybiniai ryšiai. Pavyzdžiui, vietoj medaus dažniau pradėtas vartoti cukrus, vietoj giros – kava ir arbata.

Bene didžiausią perversmą mityboje padarė bulvės, kurios pasirodė dar XVIII a., tačiau labiau išplito XIX amžiuje. Ši daržovė padėdavo išvengti bado, kai klimatinės sąlygos sunaikindavo grūdinių kultūrų derlių.

Su mityba, anot mokslininko, gali būti susiję ir lietuvių ūgio pokyčiai. Pavyzdžiui, baltai, gyvenantys pirmaisiais amžiais po Kristaus, romėniškuoju laikotarpiu, buvo aukštaūgiai – maždaug kaip XX amžiaus penktojo dešimtmečio žmonės.

„Tai buvo laikotarpis, kai nebuvo grėsmingų epidemijų, nes nebuvo didelės gyventojų koncentracijos. Taip pat žmonės jau sugebėdavo išvengti sezoninių badavimų, nuo kurių kentėjo akmens amžiuje. V-VI amžiuje prasideda vadinamasis mažasis ledynmetis, kai labai pablogėja klimatas. Nepalankios klimatinės sąlygos vertė persiorientuoti ir ūkininkauti kitaip“, – pasakojo mokslininkas.

Dar labiau žmonių ūgį paveikė – jis ėmė mažėti – viduramžių epochoje prasidėję įvykiai, kai Lietuvą pradėjo puldinėti kaimynystėje įsikūrusios ankstyvos krikščioniškos valstybės. XIV amžiaus antroje pusėje prasideda pirmosios epidemijos, dėl kurių vėlesnėse epochose išnykdavo net du trečdaliai populiacijos. Kraštas buvo alinamas karų ir badmečio iki pat XVII amžiaus. Padėtis stabilizavosi tik XIX amžiuje.

Šiuo metu mes vėl „augame“. Tačiau mitybos specialistai šį procesą, prasidėjusį praėjusio amžiaus viduryje, pirmiausia sieja su maisto gamybos pokyčiais – maisto priedų, genetiškai modifikuotų organizmų bei hormonų atsiradimu.

www.delfi.lt

Žodžiai

alinti, alina, alino daryti nederlingą; varginti, kankinti
atsigabenti, atsigabena, atsigabeno atsinešti, atsivežti krovinį
aukštaūgis, -ė aukšto ūgio, aukštas
didikas, -ė aukštos kilmės asmuo, aristokratas
diduomenė *mot.* aristokratija
perversmas *vyr.* staigus tvarkos pasikeitimas
pokytis *vyr.* kitimo rezultatas
prabanga *mot.* materialinių patogumų daugumas, perteklius
pradas *vyr.* pradinis elementas, pati pradžia
prastuomenė *mot.* paprasti žmonės
prašmatnus, -i puikus, puošnus, prabangus; nepaprastas
prisitaikyti, prisitaiko, prisitaikė atsitiktinai būti ar įvykti
puldinėti, puldinėja, puldinėjo daug kartų pulti
smuklė *mot.* užėiga, kur būdavo parduodami alkoholiniai gėrimai