

EUROPEJSKIE

DNI SMAKI DZIEDZICTWA

DZIEDZICTWA

11—19 września



Pokrzywa - nasze dziedzictwo SMAKujemy KATowice Albinowska gotuje w Bełku Mistrzyni kuchni Ab ovo, czyli od jajka



PATRONAT NARODOWY
PREZYDENTA RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ ANDRZEJA DUDY
W STULECIE ODZYSKANIA NIEPODLEGŁOŚCI 1918-2018



PATRONAT HONOROWY



Województwo
Śląskie

Honorowy patronat
Marszałka Województwa Śląskiego
Jakuba Chęłstowskiego

PATRONAT HONOROWY



WOJEWODA ŚLĄSKI

PATRONAT HONOROWY

Śląski Wojewódzki
Konserwator Zabytków
w Katowicach

KOORDYNATOR OGÓLNOPOLSKI

ORGANIZATOR

PARTNER

DOFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW MINISTRA KULTURY, DZIEDZICTWA NARODOWEGO
I SPORTU W RAMACH PROGRAMU WIELOLETNIEGO NIEPODLEGŁA NA LATA 2017-2022

PARTNER



Narodowy
Instytut
Dziedzictwa



Śląskie.



Instytut Myśli Polskiej
im. Wojciecha Korfańskiego
jest instytucją kultury Samorządu
Województwa Śląskiego.

Instytut Myśli Polskiej
im. Wojciecha Korfańskiego
jest instytucją kultury Samorządu
Województwa Śląskiego.



Ministerstwo
Kultury
Dziedzictwa
Narodowego
i Sportu.

niepodległa

centrum
archiwistyki
społecznej

SMAKI DAWNYCH KATOWIC

Naszą historię zaczniemy od karczmy. Była ona usytuowana na rozstajach dróg wiodących w cztery strony świata, opodal wspomnianej po raz pierwszy w 1397 r. Kuźnicy Boguckiej. Ten nowoczesny na miarę swoich czasów zakład metalurgiczny funkcjonował nad brzegiem rzeki, dziś nazywanej Rawą i zasilanego przez nią stawu hutniczego, w miejscu dzisiejszego obecnego „Separatora”. Kuźnik zapewne zaopatrywał się w pożywienie w pobliskich Bogucicach, wsi, której Kuźnica Bogucka była przysiółkiem.

Karczma powstała pod koniec XVIII wieku, w miejscu, gdzie dziś stoi dom handlowy „Skarbek”. W początkach lat dwudziestych XIX wieku miał ją w arendzie, czyli w dzierżawie od Mieroszewskich – małopolskiej z pochodzenia szlachty herbu Ślepowron – Żyd Hirschel Fröhlich, a potem wdowa po nim. Karczma pełniła w okolicy ważną rolę. Oprócz miejsca spożywania posiłków i popijania ich gorzałką lub warzonym na miejscu piwem, była zajazdem ze stajniami dla koni przejezdnych, miejscem mniej lub bardziej oficjalnych spotkań okolicznych mieszkańców, wresz-

i dalej. Wieś nie była zamożna, jadano w niej raczej skromnie. Od XIX wieku zasadniczą rolę w menu odgrywały kartofle i kapusta.

W połowie XIX wieku, wraz z rozwojem przemysłu i doprowadzeniem do miasta w 1846 r. linii kolejowej, rozpoczął się jego gwałtowny wzrost. W 1865 r. Katowice, przy sprzeciwie miejscowych śląskich chłopów pod wodzą ostatniego polskiego sołtysa wsi Katowice Kazimierza Skiby, otrzymały prawa miejskie, co przyspieszyło ich rozwój, porównywany czasem do dynamicznego rozwoju miast amerykańskich. Przybywało ludności, w mieście lokowano ważne urzędy, zarządy i dyrekcje, takie jak: Dyrekcja Poczty, Sąd Okręgowy, Górnośląski Związek Przemysłowców Górniczo-Hutniczych, Dyrekcja Prusko-Królewskich Kolei Państwowych, Górnośląska Konwencja Węglowa. Powstawały szkoły, sklepy i banki. Już w 1873 r. Katowice stały się siedzibą powiatu.

Dwa lata po doprowadzeniu kolei, w osadzie, która wtedy nawet nie była jeszcze miastem, przy ówczesnej Chausseestraße czyli dzisiejszej Warszawskiej, w miejscu dzisiejszego „Zenitu”, Isaak Grützer wybudował hotel, który sprzedał wkrótce Karlowi Weltowi, od nazwiska którego wzięła się późniejsza nazwa hotelu – „Welt”. Hotel miał dwa piętra i w połowie XIX w. był najbardziej eleganckim i reprezentacyjnym budynkiem Katowic. W 1850 r. wystąpił w nim ze swoją orkiestrą Johann Strauss – syn. W hotelu odbywały się również przedstawienia teatralne oraz bale. Karczmę, przez lata odwiedzaną przez chłopów i urzędników, porzucili zamożniejsi klienci, którzy zaczęli się spotykać w hotelowej restauracji. Rozpoczął się upadek karczmy, która w końcu w 1864 r. zawałowała się. W międzyczasie jej arendarz Fröhlich wzniósł w roku 1858 na przyległej do „Weltu” posesji hotel „de Prusse”, w którym oczywiście również urządził restaurację. W obu restauracjach podawano wykwintne potrawy, wzorowane na berlińskiej modzie kulinarnej. Menu wzbogacał kawior, łatwo dostępny, bo do granicy z Cesarstwem Rosyjskim było kilka kilometrów.

W miejscu karczmy, pod adresem Friedrichsplatz 1 wzniesiono niebawem jednopiętrową kamienicę, która stała prawie sto lat, przetrwała obie wojny światowe, ale pod koniec lat 60. XX w. została rozebrana. Od lat 70. XIX w. w tejże kamienicy, z wejściem od strony ulicy 3 Maja (wówczas Grundmannstraße), miał swój sklep kolonialny Louis Borinski z zasłużonej rodziny żydowskich kupców. Potem do 1939 r. sklep prowadzili synowie Louisa – Ernst i Rudolf. Duże i bardzo eleganckie na swoje czasy delikatesy spożywcze były w tym samym miejscu również po II wojnie światowej, aż do zburzenia kamienicy pod budowę „Skarbka”. Ludzie

cd. na stronie 4



Litografia Wilhelma Knippla. Z prawej strony widoczna karczma stojąca dawniej przy dzisiejszym Rynku w Katowicach (Wikimedia Commons - domena publiczna)

cie świątynią niemałżeńskich uciech cielesnych. Funkcjonowała trochę podobnie, jak współczesne jej przybytki na szlakach Dzikiego Zachodu. Z zachowaniem proporcji Katowice stawały się też miejscem gorączki, tyle że nie złota, a cynku i węgla.

Karczma i kuźnica leżały na terenie dworskim, natomiast w okolicach dzisiejszej ulicy Starowiejskiej rozwijała się wieś Katowice, której pola ciągnęły się na południe aż po dzisiejszy plac Miarki

Pokrzywa zwyczajna – *Urtica Dioica* to jedna z cenniejszych roślin używanych w fitoterapii. Inne nazwy to: pokrzywa dwupienna, pokrzywa parząca, pokrzywa wielka, żegawka oraz parzawka. Jest dobrze znana, od wieków towarzyszy człowiekowi, występuje powszechnie, krzywdząco uznawana za chwast i tępiona. Omiamy ją zazwyczaj szerokim łukiem, gdyż jej liście pokryte są gruczołami wydzielającymi kwas mrówkowy, odpowiedzialny za pieczenie skóry przy dotyku. Zalenie wrzółkami, gotowanie lub suszenie usuwa piekące właściwości. Pokrzywa jest rośliną leczniczą, z której pozyskuje się kłącze z korzeniami, liście, a nawet całe ziele.

Pokrzywa działa moczopędnie, przeciwobrzękowo, przeciwnowotworczo, pobudzająco na krążenie krwi, odżywczo, obniżająco poziom glukozy

we krwi, przeciwmiażdżycowo, odtruwająco, pobudzająco dla procesów odnowy tkanek, krwiotwórczo. Ziele pobudza układ odpornościowy, poprawia trawienie i przyswajanie składników pokarmowych. Mniej popularnym surowcem z pokrzywy jest owoc, który zawiera ok. 30% oleju bogatego w kwas linolowy, tokoferol, karotenoidy (violaksantyna, beta-karoten, luteina), polisacharydy, śluzu. Po wysuszeniu owoców nie należy rozdrabniać, gdyż olej bogaty w nienasycone kwasy tłuszczowe ulega jełczeniu i traci właściwości lecznicze. Rozdrobnić je można bezpośrednio przed spożyciem (albo spożywać w całości jako zdrową posypkę do potraw). Owoce przechowywać w stanie nierozdrobnionym maksymalnie 1,5 roku. Ziele pokrzywy jest bogate w żelazo, magnez, witaminy A, C i z grupy B, stosuje się ją

do oczyszczania krwi.

Smak pokrzywy jest głęboki, wielowymiarowy, ale nie dominujący, świetnie komponuje się z wieloma potrawami. Można spożywać ją na surowo w postaci sałatek, wyciskać sok, gotować, blanszować, smażyć, suszyć i pić jako napar. Nadaje się do różnego rodzaju farszów lub pesto (np. do pierogów, naleśników, tart) Świetnie sprawdza się w połączeniu z jajkami, ziemniakami czy kaszą, smaczna jako dodatek do kiszonek. Zbieramy górne części pokrzywy. Młoda majowa jest najlepsza i najdelikatniejsza, ale można ją zbierać też w późniejszym czasie, kiedy odbija po skoszeniu. Podczas zrywania chwytamy delikatnie za łodyżkę i urywamy, wtedy minimalizujemy kontakt z liśćmi i unikamy poparzenia. Można oczywiście zbierać



EDD

SMAKI DZIEDZICTWA

MYŚL PRZEWODNIA



Nie uchwycimy wszystkich smaków dziedzictwa.

Nie poznamy **JEDNEGO SMAKU** Katowic.

Będzie wciąż OBOK, przed nami, Z TYŁU głowy.

Nieuchwytny, być może w końcu sam wniknie w nas niepostrzeżenie.

Gdy na co dzień przetykamy coś na szybko na mieście, to jest trochę tak, jakbyśmy smakowali miasto. Kosztowali, próbowali Katowic po kawałeczku lub pełną gębą.

Ale smak, to nie tylko jedzenie.

Samo słowo smak ma smak i smaczki. Może być smakiem dla podniebienia, ale równie dobrze oznacza wycucie estetyczne, modowe, rozpoznawanie trendów, smakowanie chwil lub całego życia.

„Zjadanie miasta” także może mieć różne wymiary. Głodni czy spragnieni posilamy się wybierając między barem mlecznym, fastfoodem z sieciówki, grillem, pudełkową dietą, restauracją a obiadem przyniesionym z domu. Smakując smak miasta zakłuty w różnorodności dziedzictwa idziemy niekończącą się drogą doświadczania kształtów, zapachów, kolorów, historii, herstorii i zabawy z pamięcią przeszłości.

Nie mogąc zdecydować, co będzie najlepszą realizacją hasła wywoławczego tegorocznej edycji **EDD – SMAKI DZIEDZICTWA**, wybraliśmy dwa tematy, dwa miejsca, dwie formy, ale spięliśmy je w znajomym dla każdego symbolu. W liściu i kwiatkach pokrzywy.

DLACZEGO POKRZYWA?

Niby zwykły chwast, przydrożne ziele, jakby nic szczególnego.

Pokrzywa, z pozoru, wydaje się nie pasować do słowa dziedzictwo, jakże może być cennym dziedzictwem roślina tak wszech-

obecna, dostępna, zwyczajna? Prawda o pokrzywie jest jednak inna.

Pospolitość pokrzywy czyni ją uniwersalnym symbolem, tego, co chcielibyśmy powiedzieć o dziedzictwie naszego regionu i jego różnych smakach i smaczkach.

Pokrzywę znamy wszyscy. Od dziecka. Parzy i zawsze rosła wszędzie. Pod każdym płotem, na łące, w ogródku babci i w miejskim parku. Tępiona i hołubiona jednocześnie. Rosła na Śląsku, na Kresach, wszędzie, gdzie spleciona historia kilku narodów jest głównym motywem naszej opowieści podczas tegorocznych EDD. Tym razem opowiadamy ją poprzez smaki, zapachy i kształty, aby uruchomić wszystkie zmysły jednocześnie i wzbudzić emocję, tak bardzo potrzebną, by dziś zainteresować kogoś kolwiek historią.

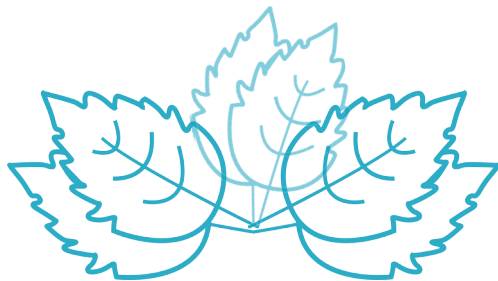
Pokrzywa jest dziedzictwem Europy. Nasze akcje – gra miejska **SMAK**ujemy **KATO**wice oraz widowisko plenerowe w Bełku – zostały przygotowane tak, aby opowiedzieć o przebogatym kulinarnym i historycznym krajobrazie kulturowym regionu. Dla podkreślenia jego wyjątkowości i smaku podamy Wam herbatę z pokrzywy, ale nie tylko herbatę ...

Gazeta, która trzymacie w ręku, ma być pamiątką z **EDD 2021**, ale też mini-zbiorem przepisów kulinarnych (nie tylko z pokrzywy), skróconą opowieścią o historii katowickiej gastronomii, przypomnieniem słynnych kucharek oraz autorek książek kucharских, a także zwyczajów związanych z wielonarodowym dziedzictwem ukrytym w tym, co nazywamy, często bardzo upraszczając, kuchnią śląską.

Małgorzata Tkacz-Janik



w rękawiczkach, ale miło jest poczuć to delikatne mrowienie w dłoni. Ziele suszymy w zacienionym, przewiewnym miejscu.



Rośliny, szczególnie te przeznaczone do suszenia, zbieramy w suche słoneczne dni, po zniknięciu kropel rosy. Owoce zebrane w deszczowe dni są bardziej wodniste i mniej słodkie. Ten warunek dla zbioru dotyczy większej ilości ziół, które chcemy przeznaczyć do przechowywania i przetworów. Zachęcam do regularnego zbierania

niewielkich porcji zieleniny podczas spacerów i spożywania w codziennych potrawach. Najzdrowsze, najdelikatniejsze i najlepiej smakujące rośliny zielne są młode. W fazie przed i w trakcie kwitnienia. Jednak nawet jesienią możemy znaleźć młode rośliny, które odbiły po skoszeniu, wyrastające dopiero siewki. Wiele roślin nadal możemy spożywać, jednak przygotowanie ich wymaga nieco więcej zachodu. Bywa, że liście stają się tykawkate, trzeba odrzucać todygę, która wcześniej razem z całą rośliną nadawała się do zjedzenia. Wówczas należy wybierać tylko wierzchołki roślin, górne liście, czasem trzeba je dłużej ugotować, albo drobniej posatkować.

Przygotowanie roślin do bezpośredniego spożycia, czy przetworzenia wymaga czasu i odrobiny cierpliwo-

ści. Chwile spędzone na ich przebraniu (odrzucając przebarwione liście czy nadpsute owoce) i oczyszczaniu możemy potraktować jako chwile relaksu, wyciszenia, swoistej medytacji.

Rośliny zielne i owoce przeznaczone do obróbki termicznej dokładnie myjemy, wrzucamy do większego naczynia, zalewamy chłodną wodą, aby swobodnie pływały i mieszamy ręką. W takiej kąpieli zostawiamy na około pół godziny, co jakiś czas mieszając. Potem odcedzamy. Zieleninę, którą będziemy spożywać na surowo, np. w sałatkach, szczególnie dokładnie oczyszczamy, aby pozbyć się ewentualnych jajeczek pasożytów. Najlepiej je sparzyć zanurzając na moment we wrzątku.

Danuta Cholewa

nadal mówili wówczas, że „idą do Boryńskiego”, przekręcając nieco nazwisko dawnych właścicieli. Starsi katowiczanie wspominają do dziś wędliny i słodczyce, jakie można było tam kupić. Współcześnie „Borinskiego” przypominał nieco swoim wystrojem i asortymentem „Złoty róg” – sklep spożywczy na rogu ulic Mariackiej i Mielęckiego, który niestety nie przetrwał pandemii.

Pierwsza w Katowicach kawiarnia powstała w 1899 r. w budynku, który stał w miejscu dzisiejszego Urzędu Miasta, na Rynku. Wkrótce potem, w 1904 r. w kamienicy przy ulicy Mickiewicza 8 otwarto „Café Atlantic” Wiktora Wandelta. W początku lat 20. XX w. kawiarnię przejął Józef Immerglück i zmienił nazwę na „Café Club”. W eleganckiej restauracji była sala bilardowa, urządzano w niej też dancingi. Od 1945 r. aż do lat 70. XX w. działał tu lokal pod nazwą „Bar Wojko”. Potem restauracja odrodziła się jako „Café Europa”, w której do czasów pandemii organizowano potańcówki dla seniorów, choć ząb czasów naruszył nieco elegancję wnętrza. Na piętrze tego samego budynku działała w dwudziestoleciu międzywojennym synagoga, w jej pomieszczeniu zachowały się do dziś resztki polichromii, można więc założyć, że dania kuchni koszernej mogły być wtedy dostępne w „Café Clube”. W Katowicach żyła liczna mniejszość żydowska, która zaopatrywała się w rytualnie przygotowane mięso na przykład w jatce na rogu dzisiejszej ulicy Staromiejskiej i św. Jana. Po pandemii „Europa” na razie się nie otwarła, niezatapialnym okazał się za to działający obok bar mleczny pod tą samą nazwą – ostatni taki bar w mieście.

W 1905 r. pochodzący z Wiesbaden Liborius Otto kupił budynek przy ul. Warszawskiej 5 (wówczas Friedrichstraße), w którym uruchomił urządzoną w stylu wiedeńskim cukiernię i kawiarnię „Otto”. W jej wnętrzu były kryształowe żyrandole, marmurowe stoliki oraz mahoniowa boazeria. Kawę i ciasta podawano na porcelanowej zastawie. Klientelę stanowiła katowicka elita: urzędnicy miejscy, przedsiębiorcy i inteligencja. W lokalu była przeznaczona dla panów sala, w której grano w pokera, palono papierosy oraz rozmawiano o interesach. W lecie przed lokalem funkcjonował nakryty dachem ogródek. W 1929 r. właścicielem kawiarni został Stanisław Beszczyński – powstaniec śląski, działacz narodowy, handlowiec i przemysłowiec. W latach 30. pełnił on w Katowicach obowiązki honorowego konsula Węgier, a jego biuro konsularne mieściło się przy kawiarni.

Po II wojnie światowej kawiarnię przejęły państwowe Katowickie Zakłady Gastronomiczne, a potem Dyrekcja Kawiarni i Barów Mlecznych, która nadała jej nazwę „Kryształowa”. Kawiarnia szybko odbudowała swą reputację, stając się w latach 60. i 70. jednym z najbardziej prestiżowych lokali w mieście. W latach 90. niestety zaczęła się jej agonía. Eleganckie panie i panów, przy marmurowych stolikach słuchających fortepianu i popijających dobry koniak do wonnej kawy, zastąpili cinkciarze i szemrany „element”. W 2009 r. kawiarnia została zamknięta, a po trzech latach Magda Gessler wygrała miejski przetarg na lokal i otworzy-

ła w nim swoją restaurację, zachowując nazwę. Ceny z kosmosu i gesslerowe wariacje na temat kuchni śląskiej spowodowały, że lokal nigdy nie zyskał klientów. Otwarta przez Marię Ożgę w 2018 r. w tym miejscu nowa restauracja pod nazwą „Dzień i noc” też okazała się katastrofą. Tradycje „Kryształowej” co do klimatu, wystroju i znaczenia na mapie kulinarnej miasta kontuuje natomiast z powodzeniem, urządzona w podobnym stylu, „Café Kattowitz” przy ul. Św. Jana.

W początkach XX w. w rozwijających się dynamicznie Katowicach, oprócz eleganckich lokali dla zamożnych mieszkańców powstawały też nieco oddalone od Rynku restauracje dla mniej zamożnych. Jedną z nich była gospoda Emila Wanjury, którą od 1897 r. prowadził on przy ulicy Kościuszki 5 (wówczas Beatestraße). Jesienią, podobnie jak w innych podobnych lokalach, co tydzień odbywały się tam świniojebienia. Podawano welflajsz, czyli gotowane podroby, krupnioki, wątrobianki, żymloki, a żeby „rozcieńczyć tłuste” żytniówkę, kminkówkę lub piwo.

Piwo grało ważną rolę w kulinarnej kulturze Katowic. Przy każdej kopalni, hucie czy innym dużym zakładzie pracy powstawały szynki. W 1873 r. przy niedawno wytyczonej ulicy Sokolskiej wzniesiono Reichshalle – budynek z salą koncertową i wyszynkiem, usytuowany w sąsiedztwie browaru zajmującego prawie cały kwartał między obecnymi ulicami Sokolską, Opolską i Sobieskiego. Browar założony przez Juliusa Kuźnickiego z Poznania, istniał tam od roku 1865. W dniu 27 października 1901 r. w budynku Reichshalle swój jedyny koncert na Górnym Śląsku dał Ignacy Jan Paderewski. Od 1915 r. w gmachu mieściła się również restauracja. W dniu 8 stycznia 1919 r. odbył się w niej pierwszy koncert nowo utworzonej Orkiestry Filharmonii Górnośląskiej, a 27 sierpnia 1922 r. o godz. 19.30 zorganizowano uroczysty obiad na cześć marszałka Józefa Piłsudskiego, który przebywał w Katowicach z okazji wręczenia odznaczeń byłym powstańcom.

Okres międzywojenny to temat na znacznie szersze opracowanie niż ten skromny tekst. Bogate i dynamicznie rozwijające się Katowice i ich zamożni mieszkańcy korzystali z życia i wielu świetnych restauracji, kawiarni i kabaretów. Osią, wzdłuż której mieściły się najwykwintniejsze lokale, były ulice 3 Maja, Staromiejska, Dworcowa i Mariacka. Warto dodać, że Katowice zajmowały się wówczas nie tylko konsumpcją, ale i produkcją żywności. Jednym z ważniejszych produktów eksportowych miasta, obok węgla była wieprzowina. Dostarczane ze wschodu świnie bito w rzeźni przy ulicy Kozielskiej i eksportowano, głównie do Londynu, gdzie Anglicy smażyli bekon na chrupko do swoich brytyjskich śniadań. Najważniejszym punktem wizyty brytyjskiego konsula w Katowicach w latach trzydziestych były odwiedziny rzeźni.

Po wojnie nastąpił upadek katowickiej sztuki kulinarnej, a po 1990 r. jej stopniowe odrodzenie. Ale to już inna historia.

Barbara Zygmańska
Piotr Fuglewicz

Zupa krem z cukinii i ziół

2 ziemniaki

1 duża cebula

2 mniejsze cukinie

1-1,5 l bulionu/rosółu

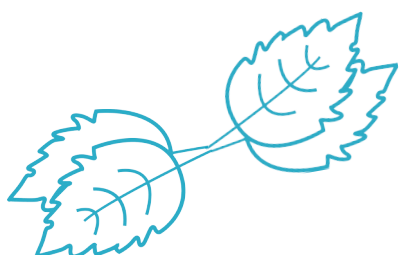
Olej do podsmażenia

Po kilka ziaren ziela angielskiego, pieprzu i sól do smaku

Okolo 2 litry zebranych ziół w dowolnej proporcji (np. pokrzywa, podagrycznik, krwawnik, bylica pospolita, gwiazdnica) należy umyć, przebrać, starsze zioła pozbyć twardych łodyg, zostawiając liście i kwiaty. Zioła poszatko-

wać, aby rozciąć włókna (blender nie zawsze radzi sobie z nimi).

Cebulę i ziemniaki obrać i pokroić w kostkę. W większym garnku podsmażyć je na oleju, przykryć garnek i dusić 10 minut, od czasu do czasu mieszając. Cukinie ze skórą pokroić na plastry około 1 cm, wrzucić do garnka, zalać bulionem, dodać przyprawy i gotować 15 minut. Całość zblendować na gładki krem.



Placuszki pokrzywowe

20-30 górnych części pokrzywy (najlepiej do 3. rzędu liści)

mąka pszenna, najlepiej pełnoziarnista

sól ziołowa czosnkowa (lub sól i rozgnieciony w prasce ząbek czosnku)

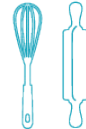
pieprz

olej do smażenia

Zebrane pokrzywy rozkładamy luźno, aby ich mieszkańcy mogli się ewakuować, robimy przegląd i odrzucamy chore, przebarwione liście.



Albinowska gotuje w Bełku



4. Żywność i gotowanie.

Człowiek do życia nie potrzebuje wiele, ale potrzebuje rozumnego jedzenia. Gospodyni powinna przypisać posiłek tani, smaczny i posilny, ale tylko tyle potraw, ile konieczne do życia potrzeba, t. j. tak, by resztek żadnych nie było. Resztki łatwo się psują (kiszą) i potem sprawdzają różne choroby. Dlatego ile możności podawać tylko świeże potrawy, a odrzucić tylko te, gdy tak być musi. Trafiła się, że matki od dzieciństwa rozpychają swoje pociechy; raz rozepchane żołądki potrzebują później zawsze wiele jedzenia, z którego się wiele nie strawi. Co więcej się zjadło, niż rzeczywiście potrzeba, to marnieje w wnętrznościach i niszczy z czasem żołądek i kiszkę. Więcej na świecie ludzi rozepchanych, niż wygłodzonych, dlatego też tyle chorých i chorób z zatrucia się przejeżdeniem, albo złym (niehygienicznym) doborem potraw.

Niechże więc troskliwa gospośka wie dobrze zawsze, co podawać i ile, a gotować ile możności zawsze według wagi i miary, nie na oko.

Przy zakupkach towarów pamiętać trzeba, że wiele teraz jest fałszowanej żywności, trzeba się uczyć, jak wygląda i jak się poznaje towar dobry, a jak fałszowany. Gospośka powinna też znać przepisy targowe, aby wiedzieć, jak i kiedy swój towar sprzedawać, a potrzebny w miarę zakupić.

Napojów wysokokowych (spirytusowych) gospodyni w domu znosić nie powinna. Ich wielka szkodliwość, osłabić w młodym wieku, jest dziś dokładnie udowodniona. Napojem w polskim domu niech będzie zawsze czysta, zdrowa woda.

5. Nieco o pokarmach naszych.

Pięć składników człowiek codziennie w pokarmach spożywać musi, aby żyć, a te są: skrobią (mączką), białko, tłuszcz, sól i woda.

Skrobię (mączkę) znajdziemy w ziarnie i roślinach strączkowych, (groch, fasola, bób, soczewica), krupach i krupkach wszelkiego rodzaju, w grysku, chlebie, kartoflach i ryżu.

Białko (dłatego tak nazwane, że składnik ten zbliża się składem do białka jaja kurzego) mamy w każdym gatunku mięsa, więc także i w rybie, dalej w jajach, mleku, a zatem też i w serze, częściowo zaś i w chlebie.

Tłuszcz zawiera słonina, smalec, łój, masło, oliwa i żółtko. Słoninę, łój, smalec i masło nazywają tłuszczami zwierzęcymi; zaś oliwę, kuneol i różne najnowsze przeobrażenia tłuszczów roślinnymi.

Sól dostarcza nam sama przyroda. Należy tu nie tylko sól zwykła ale także sole mineralne, a to: wapno, fosfor, żelazo, które częściowo spożywamy w młodych jarzynach. Tłuszcze i białko służą do wytworzenia ciepła we krwi i do uzupełnienia części zużywających się ciągle w naszym ciele, a u młodych ludzi na dodanie im cząstek, na rozrost ciała potrzebnych.

Białko jest najdroższą i najważniejszą częścią w naszym pożywieniu, gdyż ono daje ciału siłę i wzmacnia mięśnie. Sole mineralne są potrzebne dla kości, dla utworzenia krwi i do pobudzenia trawienia. Podczas jedzenia nie należy pić wiele wody, gdyż to rozrzedza kwas żołądkowy i psuje trawienie. Każdy trud i praca, czy to fizyczna, czy umysłowa, każde wzruszenie czy to wesołe, czy smutne, zużywa nasze ciało i siły, które stosownym pożywieniem należy uzupełnić. Te ciągłe zmiany w organizmie (w ciele) naszym, a zatem tę ciągłą przeróbkę ciała naszego nazywamy przemianą materii. Gdy więc braku w ciele naszym przez dłuższy czas nie uzupełnimy, albo gdy do żołądka za wiele pokarmów damy, to wtedy powstają nasze cierpienia cieleśne, a przynajmniej niedomagania. Powinno się spożywać mieszane, t. zn. różnorodne, potrawy, które się składają z czterech części roślinnych, a tylko z jednej części mięsnej, do tego nieco tłuszczu i soli.

Bronisława z Liskowackich Albinowska (1863–1953) była poczytną autorką książek kucharskich i poradników gospodarskich oraz licznych artykułów prasowych omawiających kwestie między innymi ekonomicznego prowadzenia gospodarstwa domowego czy wychowania dzieci. Przez większość swojego życia była związana ze Lwowem, ze względu na swojego męża, Juliusza Fryderyka Albinowskiego, doktora prawa, generała audytora cesarskiej i królewskiej armii oraz generała dywizji Wojska Polskiego. W czasach monarchii austro-węgierskiej uczestniczyła w różnorodnych wystawach, co odnotowywała lokalna prasa. Jest autorką takich książek i poradników jak: „Oszczędna gospośka”, „Dom oszczędny”, „Oszczędne obiady postne”, „Najnowsze sposoby przyrządzania i przechowywania zapasów domowych”, czy „Grzyby w gospodarstwie domowym i handlu”. Zawsze wydawała pod imieniem Juliuszowa. Za swoją działalność była wielokrotnie nagradzana, w tym odznaczeniami państwowymi. Jej „Dom oszczędny” stał się pozycją kultową, do czego niewątpliwie przyczyniła się decyzja Królewskiej Galicyjskiej Rady Szkolnej Krajowej z 1907 r. o uznaniu tej pozycji za dzieło pomocnicze do bibliotek okręgowych, tudzież do bibliotek szkół żeńskich.

Michał Stokłosa

Karty z książki „Polska gospośka”

Dłatego, gotując, używamy zawsze mąki, białka (mięsa lub strączkowe) tłuszczu, soli i wody, a przyrządzamy potrawy w ten sposób, że za każdym razem ma ona inny smak. To też wikt powinien być mieszany tak, aby w potrawach była odpowiednia ilość mączki (skrobi), białka (mięsa lub strączkowych), tłuszczu, soli i wody. Unikaj należy gotowania za często jednej i tej samej potrawy, gdyż to jest dla zdrowia niekorzystne.

Oprócz potraw odżywiających, t. j. utrzymujących nasze ciało, potrzebujemy potraw podniecających, t. j. pobudzających nasz apetyt i pomagających do trawienia. Do tych środków podniecających należą: kawa, herbata i różne korzenie, jak pieprz prosty i angielski, papryka, kmin, aniz, imbir, cynamon, gałka i kwiat muszkatołowy, gwoździki i wiele innych.

Przyprawy korzenne, używane w miarę, są dobre dla podniecenia apetytu. Ważna jest rzecz, aby w codziennym żywieniu się oprócz ziemniaków i kapusty używać różnych warzyw, a to: marchwi, brukwi (karpieli), rzepy, buraczków, zielonej fasolki, a ze strączkowych fasoli, grochu, bobu i soczewicy. Owoce i warzywa stanowią po mięsie najlżejsze nasze pożywienie.

Stare przysłowie mówi, że jemy na to, abyśmy żyli, a nie odwrotnie. Aby człowiek żył, potrzebuje najpierw stałego ciepła w całym ciele swoim i to + 37 C. Dłatego w zimie trzeba więcej jeść, a w lecie mniej. Nadto jemy, abyśmy to, co przez ruch i pracę w ciele swoim zniszczymy, mogli odnowić w sobie, odświeżyć. Dłatego im więcej pracy, tem więcej jeść potrzeba. We śnie bardzo mało ciało swoje niszczy, dlatego po śnie mało apetytu.

Ażeby tego ciepła, tego paliwa, którego potrzebujemy, dostarczyć ciału naszemu, i te części, któreśmy w sobie ruchem i pracą zniszczyli, przemienić lub uzupełnić w sobie, potrzebujemy powietrza, wody i stałych potraw do wytworzenia należytej krwi. Najwięcej

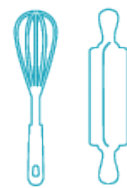
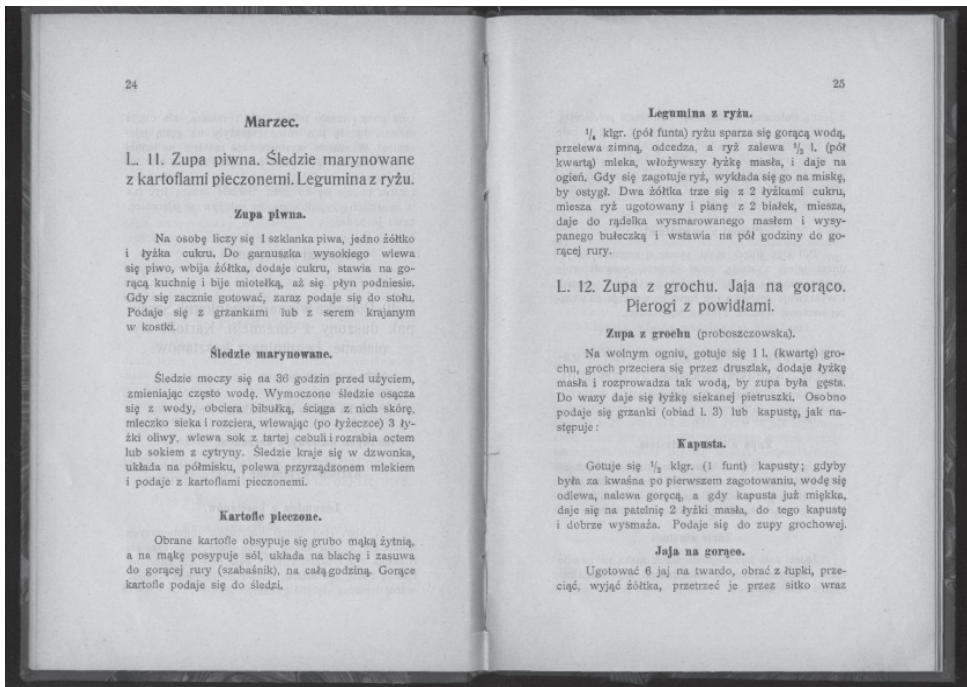
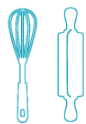
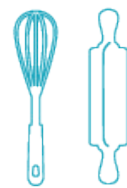
i najlepszego pożywienia potrzebujemy z powietrza i z wody; ciało nasze bez tych części ani chwili obejść się nie może. Tlen (kwasoród), gaz z powietrza, daje krwi naszej zdolność do przyswojenia jej ciału naszemu, a woda potrzebna, bo $\frac{3}{4}$ naszego ciała jest wodą i tę ciągle w sobie uzupełniać musimy.

Alkohol (spirytus), więc wódka, piwo i wino, mają w sobie nieco węglowodanów, t. j. te składniki, co mąka i cukier, ale są trucizną zarazem, przed którą każda z nasza gospodyni powinna wszelkimi siłami ostrzec swą rodzinę. Pijakiem jest każdy, kto stale, choćby mało, pijał jakiegokolwiek spirytusu. Do takich smaków należy też tytoń, który także nie ma w sobie żadnej pożywności, a zawiera mocną truciznę, t. zn. „nikotynę”.

Całą sztuką dobrej gospodyni jest tak dobrać i często zmieniać potrawy (t. j. by co dnia nie gotować tego samego), aby w niewielkiej ilości i nie drogo dały nam mądrze dobraną, a potrzebną pożywność t. j. białka, węglowodanów (mąka i cukier) i tłuszcze dla ciała. W niektórych potrawach, jak w mleku i chlebie, mamy wszystkie części pożywe.

6. Przyrządzanie potraw.

Gotować się powinno na kuchni t. zw. angielskiej, t. j. na blasze, w zdrowych, czystych naczyniach, tak by jak najmniej paliwa wyszło. Więc też naczynia powinny być zamknięte lub pokrywa szczelnie przykryte. Tu już potrzebne pewne przygotowanie, aby dać do garnka należyłą ilość wody. Dobre garnki są żelazne, emaliowane; do barszczu, kapusty kwaśnej i zup owocowych zawsze kamienne. Do mycia naczyń używać ile możności cebra (szalka) cynkowego. Naczynia drewniane niszczą się szybko i zanieczyszczają łatwo. Łyzek do gotowania, jak i jedzenia, nie używać też drewnianych, które rozszerzają różne zarzki (choroby), ale metalowych, jak blaszki.



Przebrane rośliny płuczmy pod bieżącą wodą, a następnie na moment wrzucamy do wrzątku, co dokładnie oczyści materiał i zniweluje efekt parzenia. Odsączamy z nadmiaru wody. Siekamy na około centymetrowe kawałki. Wczesne majowe pokrzywy można posiekać w całości, z późniejszych warto odrzucić łodygę, jest tykowata.

Do posiekanych pokrzyw dosypujemy mąkę w ilości 1/4 objętości posiekanej pokrzywy, aby skleić listki. Przyprawiamy według uznania solą, czosnkiem, pieprzem. Dolewamy wodę, mniej więcej tyle ile mąki. Po wymieszaniu robi się ciasto obklejające liście.

Smażymy na rozgrzanym tłuszczu. Ciasto kładziemy łyżką i delikatnie formujemy placuszki grubości około 1 cm. Po 2–3 minutach, kiedy przyrumienią się z jednej strony, obracamy i smażymy z drugiej.

Podajemy na ciepło jako samodzielne danie, albo jako dodatek do mięs, ryb, nabiału. Smakują wyśmienicie, mają smak przypominający owoce morza, skórkę chrupiącą, a środek mięsisty.

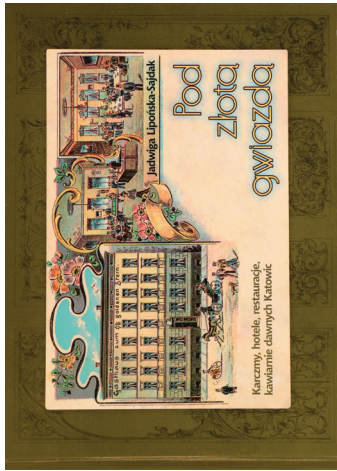




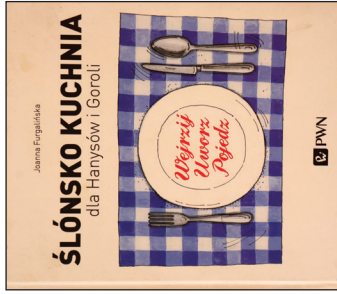
POLECANA BIBLIOGRAFIA KULINARNA

- ➔ **Albinowska Juliuszowa, Dom oszczędny, Lwów 1921**
- ➔ Albinowska Juliuszowa, Polska gospośia, Lwów-Kraków, 1918
- ➔ Dra. Oetkera Przepisy. Dla skrzętnych gospodyń opracował Dr. A. Oetker, Oliwa, [bm., 1930–1939].
- ➔ „Gazeta Świąteczna”, koniec XIX wieku – odpowiedź na ankietę Kazimierza Prószyńskiego pt. „Jak żywi się wieś”?
- ➔ **Furgalińska Joanna, Śląsko kuchnia dla Hanysów i Goroli. Wejrzij. Uworz. Pojedz, Warszawa 2015.**
- ➔ Kamesznica. Potrawy Regionalne, opr. Fiedor Kazia i in. [członkinie KGW w Kamesznicy], Kamesznica 2006.
- ➔ Kocur Jadwiga, Śląskie od kuchni, Katowice 2017.
- ➔ Kolberg Oskar, Lud. Jego zwyczaje, sposób życia, mowa, podania, przysłowia, obrzędy, gusła, zabawy, pieśni, muzyka i tańce, 1857–1890.
- ➔ Kołder Emilia, Kuchnia śląska, Ostrava 1978.
- ➔ Autorką książki jest śląska gospodyni, mieszkanka Śląska Cieszyńskiego, kucharka na śląskich weselach.
- ➔ **Kucharka polska czyli szkoła gotowania tanich, smacznych i zdrowych obiadów zebrana przez Florentynę i Wandę, [zebr. Niewiarowska Florentyna, Malecka Wanda], cz. 2, Lwów [ok. 1902].**
- ➔ Książka kucharska przywieziona przez mieszkankę Lwowa w 1945 roku, po zakończeniu wojny, do Katowic. Przyjechała tu w wieku 32 lat i do końca życia gotowała kuchnię lwowską.
- ➔ **Kuzio-Podrudzki Arkadiusz, red. Spotkanie po latach. Sylwetki i wspomnienia o pracujących dla oraz wokół nakielskich hrabiów Henckel von Donnersmarck, Centrum Kultury Śląskiej, Nakło Śląskie 2020**
- ➔ Lerch-Wójcik Anna, Pełny bonclok. Tradycje kulinarne w podmiejskich dzielnicach Jastrzębia-Zdroju, Jastrzębie-Zdrój 2018.
- ➔ **Jadwiga Lipońska-Sajdak, Pod złotą gwiazdą. Karczmy, hotele, restauracje, kawiarnie dawnych Katowic, Katowice 2015**
- ➔ Łabońska Elżbieta, Chorzów od kuchni, Chorzów 2018.
- ➔ Łabońska Elżbieta, Ślonskie parszczyźnie, Chorzów 2001.
- ➔ Łabońska Elżbieta, Śląska kucharka doskonała, Katowice 1989, 1990, 1996.
- ➔ Śniadania bardzo ubogich rodzin nie różniły się od śniadań codziennych w zamożniejszych lub średnio zamożnych rodzinach, a składały się na nie zupy takie jak żur, „wodzionka” lub „ścierka”. Zupy spożywano w tych rodzinach z ziemniakami lub chlebem.
- ➔ **Łoziński Maja i Jan, Historia polskiego smaku, Warszawa 2021.**
- ➔ Maciejczek-Madej Maria, Sidzina Anastazja, Kłapsia Emilia, Potrawy regionalne Wisły i Śląska Cieszyńskiego, Wisła 1996.
- ➔ **Markuza-Bieniecka Biruta, Dekowski Jan Piotr, Kuchnia regionalna wczoraj i dziś, Warszawa 1976, s. 5-10,**
- ➔ Maszkety w komorze, „Niezbędnik Śląski. Dodatek specjalny do Gazety Wyborczej”
- ➔ Moszyński Kazimierz, Kultura ludowa Słowian, cz. I, 1929.
- ➔ **Ochorowicz-Monatowa Marya, Uniwersalna książka kucharska. Z ilustracjami i kolorowymi tablicami odznaczona na wystawach higienicznych w Warszawie w 1910 r. Przeszło 2200 skromnych i wytwornych przepisów gospodarskich i kuchennych z uwzględnieniem niezbędnych warunków odpowiedniej diety codziennej hygieny oraz kuchni jarskiej, Warszawa-Lwów [1914–1925].**
- ➔ **Piętkowa Antonina, Nowoczesna kuchnia domowa. Najnowszy poradnik w sztuce kulinarnej z objaśnieniami naukowymi o witaminach, o wartości kalorycznej pokarmów i ich pożywności, o jarstwie, o poznawaniu środków spożywczych i ich przechowywaniu, pod red. prof. Emila Wyrobka, opr. Antonina Piętkowa i prof. Jan Piętko, Warszawa 1935.**
- ➔ Pożywienie ludu wiejskiego, red. Kowalska-Lewicka Anna, 1973.

Interesujące rozdziały na temat różnorodności regionalnej polskich potraw oraz ich specyfiki i współczesnej interpretacji. Za autorką sugerujemy dystans w stosunku do przepisów i zachęcamy do własnych, lokalnych poszukiwań. Uczulamy na nazwę żur „żeniaty” – oryginalnie pochodzi od tego, że został on „ożeniony” z kawałkami ziemniaków już w garnku, w przeciwieństwie do metody podania, która została opisana w książce, a która nie ma specyficznej nazwy.



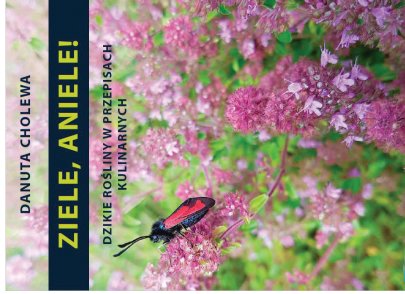
2015



2015



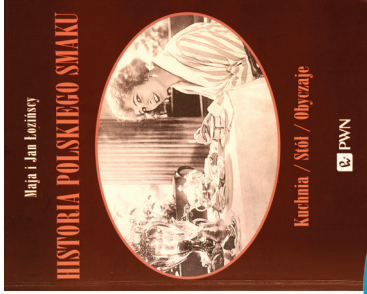
2017



2020



2020



2021

➔ **Rupowski Roman, Wegetariańska kuchnia śląska, Opole 2006.**

➔ Szoltysek Marek, Kuchnia śląska. Jodło, historia, kultura, gwara, Rybnik 2003.

Wodzionka, ta prosta zupa z chleba niejednemu kojarzy się z dziadkiem krojącym chosnek, z drugim śniadaniem u babci, albo z zapachem kuchni w domu rodzinnym. (...) Wodzionka to również symbol śląskiej skromności oraz oszczędności, gdyż robiąc ją można było pożądać nawet najbardziej czerstwe kawałki chleba. Nic się więc nie marnowało, żodyn konszczyczek ani najstarszy skrawek chleba! Ten skromny posiłek uważany był też za danie postne.

Fraszółka o wodzionce

Ach! Wodzionko, ty moja zupo z chleba! Czy mnie do szczyńsćio coś wincyj potrzeba? Bez cółkie życie jym cie na śniodanie.(...) Jym cie już, jym cie, niebo w gymbie czuja i sie już dzisiej fest z tego raduja, Że jak Ponboczek do mi zdrowe spanie To wodzionka tyż zjym jutro na śniodanie

➔ Szromba-Rys Zofia, Pożywienie ludności wiejskiej na Śląsku, Wrocław 1978.

Wodzionka – suchy, pokrojony chleb zalany na talerzu wrzącą osoloną wodą z dodatkiem rozartego chosnku, cebuli i masła lub słoniny, a niekiedy też śmietany.

➔ Szromba Zofia, Pożywienie ludności wiejskiej w Starych Siolkowicach z końcem XIX i w XX wieku. Konsumpcja spożywcza [w:] Stare i Nowe Siolkowice, cz. 1., opr. Gładysz Mieczysław, 1963.

W obrębie potraw gotowanych, przez długi czas ważne miejsce zajmowały różnego rodzaju polewki (...) Do obecnych czasów w jadłospisie Siolkowic zachowały się polewki: (...) wodzionka zwana sznelką – jest to pokrajany chleb gotowany w wodzie z cebulą, pietruszką, chosnkiem i tłuszczeniem. W codziennym pożywieniu znalazły się więc polewki. Ówczesne pożywienie codzienne niewiele różniło się u poszczególnych warstw chłopskich. Głównie też polewki były prawie wyłącznym rannym pożywieniem. (...) Uwidacznia się to w licznych powiedzeniach czy przysłowiać jak np.: (...) „a od sznelki to brzuch wielki”. Ranne posiłki obracały się wokół polewki mącznej, żuru (...) czy sznelki. Jednakże do obecnych czasów, zarówno wśród ludności rolniczej, jak też robotniczej najczęśćiej na wieczórę spożywane są w okresie letnim (...) pozostawione od obiadu potrawy (...) jak np. sznelka lub inne polewki. Obiad w codziennym pożywieniu tradycyjnym nie różnił się właściwie od potraw spożywanych w innych porach dnia. Mówiono „co rano, to i na polednie”, wyliczając polewki, a więc żur, sznelkę.

➔ Sztabowa Wera, Krupnioki i moczka, czyli gawędy o kuchni śląskiej, Katowice 1985, 1990, 1995.

Autorka wspomina o różnorodności i zasięgu kuchni śląskiej, a także o tym, że krzyżowały się na ziemi śląskiej kulinarne wpływy z różnych stron i wywarły duży wpływ na kuchnię śląską, która w swoich przepisach ma potrawy wykwiłne i te najbardziej proste, jak na przykład wodzionka. Na Śląsku ludzie żyli oszczędnie, a produkty z gospodarstwa musiały wystarczyć na długo dla całej rodziny. W tradycyjnych posiłkach, które z końcem XIX wieku spożywano na Śląsku trzy razy dziennie, uwagę zwracano na potrawy podawane rano. Były one najważniejsze. W rodzinach robotniczych i rolniczych, a więc tam, gdzie żyło się biednie, rano spożywano polewki, do których zalicza się także wodzionkę.

➔ Świłała-Mastalerz Joanna, Świłała-Trybek Dorota, Śląska spizarnia. O jadle, warzyniu, maszketach i inkszym pichcyniu, Koszęcin 2014.

➔ Świłała-Trybek Dorota, Przymuszała Lidia, Dobry żur, kieć w nim szczur. Dziedzictwo kulinarne Śląska w tekstach kultury, Opole 2018.

➔ Wurst Maria, Książka kucharska dla szkoły i domu. Na podstawie praktycznych doświadczeń zebrana i wydana przez Marię Wurst, nauczycielkę gospodarstwa domowego w Opolu, tł. Sebastian Rosenbaum, Gliwice–Opole 2019 [Kochbuch für Schule und Haus. Auf Grund praktischer Erfahrungen zusammengestellt, bearbeitet und herausgegeben von Maria Wurst, Haushaltungslehrerin in Oppeln OS., Oppeln OS. 1935].

➔ Zaprutko-Janicka Aleksandra, Dwudziestolecie od kuchni. Kulinarna historia przedwojennej Polski, Kraków 2017.

INTERNET

➔ Albinowska Juliuszowa, <https://polona.pl/search/?filters=creator:Albinowska,public:0>

➔ **Śląskie Smaki, www.slaskiesmaki.pl**

➔ Serwis Kuchnia Śląska, www.kuchnia-slaska.pl

➔ **Cholewa Danuta, Ziele, Aniele! Dzikie rośliny w przepisach kulinarnych, Katowice 2020, E-book**

<https://instytutkorfantego.pl/centrum-dziedzictwa/zielnik-kulturowy/>

„Zielnik kulturowy” to etnobotaniczny projekt mający na celu zwrócenie uwagi odbiorców na tradycję stosowania ziół i dzikich roślin w obrzędowości i życiu codziennym oraz w szeroko rozumianej kulturze. Efektem prac są bezpłatnie udostępnione na stronie internetowej materiały w formie filmowych warsztatów, artykułów podsumowujących badania oraz zielarskiej książki kucharskiej.

KULANIE JAJ

Jajko jest symbolem nowego życia oraz odrodzenia. Odnajdujemy je w wielu kulturach, gdyż już przed czasami chrześcijaństwa miało wielkie symboliczne znaczenie. Ponadto zaliczane jest do żywności prozdrowotnej i funkcjonalnej, posiadającej wszystkie potrzebne do życia substancje. Jaja to żywność trwała, niedroga i znakomicie opakowana przez naturę. Stanowią najprostszy, pożywny i kompletny pokarm, z którego przyrządzać można szybkie posiłki oraz wykwintne dania.

Święta Wielkanocne nierozdzielnie związane są z jajkiem, symbolizującym nowe życie, a tym samym zmartwychwstanie. W Wielką Sobotę wierni przynoszą do kościołów koszyczki z żywnością do poświęcenia, wśród której obok chleba, wędliny, chrzanu, ciasta, soli, znajdują się także jajka. Święconkę spożywa się podczas uroczystego śniadania wielkanocnego, na początku którego domownicy dzielą się jajkiem składając sobie wzajemnie świąteczne życzenia.

Z okresem wielkanocnym związana jest także zabawa polegająca na toczeniu jajek do dołka. Jeszcze w latach 50–60. XX w. w Wielkanocną Niedzielę i Poniedziałek w Kluczborku i na jego przedmieściach, a także we wsiach w pobliżu Kluczborka np. w Lasowicach Wielkich, Kujakowicach Górnych, Chudobie, Chocianowicach, Borkowicach oraz innych okolicznych wsiach – chłopcy



Krasków 2019 - kulnie jaj. Fot. Aleksander Lysko

oraz mężczyźni urządzali zabawę, polegającą na kulaniu jajek z usypanej ziemnej górkki-platformy¹. Istniały warianty tej gry. Wygrana przypadała osobie, której jajko potoczyło się najdalej lub dokulało najszybciej do mety, lub też trzykrotnie jako pierwsze trafiło do dołka – ducki². Nagrodą były jajka, które potoczyły się w innym kierunku³. Zapewne tak było w przypadku zabaw dziecięcych, jednakże dorośli mężczyźni grali na pieniądze, obstawiając czyje jajko pierwsze stoczy się z górkki. Nierzadko oszukiwano, używając jajka wypełnionego gipsem, które w ten sposób

cięższe i stabilniejsze szybciej pokonywało wyznaczoną trasę. Podobne zabawy odbywały się jeszcze w latach 50. XX w. m.in. w Borkowicach, na placu przy domu sołtysa⁴. Niektórzy badacze uważają, że jajka toczono również po desce⁵, jednak (nieliczne) archiwalne zdjęcia nie potwierdzają tego. Deska bowiem pełniła rolę belki startowej, za którą ustawiało się jajka. Po jej uniesieniu jajka swobodnie toczyły się w dół w stronę otworu. Potwierdzają to badania etnograficzne przeprowadzone w Kraskowie w 2019 roku.

Istnienie zabawy poświadczają już staropolskie przekazy, nazywając ją pierwotnie wałatką, zaś niemieccy etnografowie wskazywali na słowiański charakter tej gry, która znana była także dzieciom na Łużycach i Dolnym Śląsku. Po II wojnie światowej na Śląsku zaczęła się pojawiać zabawa polegająca na stukaniu jajek jedno o drugie. Zwycięzał ten, czyje jajko pozostało całe. Zabawa w bitki czy na wybitki (wałatka) znana była tutaj wcześniej, jednak młodzież śląska zapoznała się z nią dopiero dzięki osadnikom i repatriantom. Uderzanie jajek o siebie przyszło na Śląsk z Polski⁶. Przykłady omawiane przez Jerzego Pośpiecha wskazują na dwa warianty gry zwanej wałatką, jednak inni badacze tą właśnie nazwą określają grę polegającą jedynie na uderzaniu jajka o jajko⁷. Ponadto Po-

śpiech przytacza opis kulania jaj z górkki – zabawy urządzonej po Wielkanocy w Pawłowicach niedaleko Olesna, która to miała przynosić zysk sołtysowi:

„Z dokumentu z 1454 r. odnalezionego na Śląsku Opolskim wynika, iż sołtys z Pawłowic niedaleko Olesna miał przywilej urządzania po Wielkanocy boiska (placu), na którym ludzie mogli grać jajkami staczanymi z pagórka usypanego specjalnie na ten cel. Należy przepuszczać, iż z grą tą łączyła się jakaś ogólniejsza zabawa ludowa, zapewniająca sołtysowi zysk pieniężny. Podobne gry znano jeszcze w XIX stuleciu w okolicach Kluczborka, Olesna i Gorzowa”⁸.

Wśród badaczy nie ma zgody, co do daty będącej końcem występowania tej rozrywki. Jerzy Pośpiech wspomina o XIX wieku, Teresa Smolińska podaje początek XX wieku⁹, natomiast Bogdan Jasiński lata 60. XX wieku¹⁰. Regionaliści opisujący tradycje ludowe¹¹, dość często opierają się na tekstach Simonides i Pośpiecha, podając, że zabawa ta całkowicie odeszła w zapomnienie i funkcjonowała do XIX wieku. Tym samym powielają błędne informacje, nie poparte własnymi badaniami, które mogłyby wykazać, iż zabawy odbywały się jeszcze w połowie XX wieku. Badania terenowe oraz rozpoznanie środowiskowe (np. kontakt z sołtysami i parafią w Kraskowie), ku naszemu wielkiemu zaskoczeniu ukazały, że

1 Garstka R., Lysko A., *Czas niezwykły. Obrzędowość doroczna na Górnym Śląsku*, Katowice 2018, s. 156.

2 Tamże, s. 156; *Opolskie kroszonki*, autor opracowania Bogdan Jasiński pod red. Klaudii Klucznik, Opole 2017, s. 21; Pośpiech J., *Zwyczaże i obrzędy...*, s. 200–201.

3 Pośpiech J., *Zwyczaże i obrzędy doroczne na Śląsku*, Opole 1987, s. 201; Smolińska T., *Tradycyjne zwyczaże i obrzędy śląskie*, Opole 2004, s. 71.

4 Relacja mieszkanki Borkowic, woj. opolskie (52 l.), październik 2019 r.

5 Smolińska T., *Tradycyjne zwyczaże...*, s. 71; Pośpiech J., *Zwyczaże i obrzędy...*, s. 200; Pośpiech J., *Obrzędy i zwyczaże doroczne*, [w:] *Folklor Górnego Śląska*, red. Dorota Simonides, Katowice 1989, s. 208; Simonides D., *Najpiękniejsze zwyczaże i obrzędy górnośląskie*, Katowice 1995, s. 35.

6 Pośpiech J., *Zwyczaże i obrzędy...*, s. 201.

7 Smolińska T., *Tradycyjne zwyczaże...*, s. 71; B. Jasiński, *Opolskie kroszonki*, s. 21.

8 Pośpiech J., *Zwyczaże i obrzędy...*, s. 201.

9 Smolińska T., *Tradycyjne zwyczaże...*, s. 71.

10 *Opolskie kroszonki...*, s. 22.

11 Olczyk-Noga D., *Z dziada pradiada - w kręgu tradycji Wielkanocnej* [w:] *Zwyczaże i obrzędy w powiecie oleskim. Historia lokalna na przykładzie wybranych powiatów, miast i gmin*, red. Monika Nalichowska-Keler, Olesno 2013, s. 117–118.

Pierogi drożdżowe z ziołami

Ciasto na 2 blachy:

½ kg mąki pszennej

30 g świeżych drożdży

1 łyżka cukru

3 jaja (do ciasta dodajemy 1 całe jajo i 2 żółtka, 2 białka zostawiamy do posmarowania ulepionych pierogów przed pieczeniem)

1 szklanka mleka

80 g masła (trochę mniej niż połowa klasycznej kostki masła)

1 łyżeczka soli

Przesiać mąkę do garnka i odstawić w ciepłym miejscu, aby się ogrzała. Najwygodniej potrzymać 20 minut w piekarniku w temp. 50°C. W międzyczasie rozetrzeć łyżką drożdże z cukrem, dodać ciepłe mleko i 2 łyżki mąki, wymieszać. Zaczyn również wstawić do piekarnika na 15 minut. Roztopić masło uważając, aby się nie zagotowało. Kiedy mąka i zaczyn się ogrzeją, wyjąć je z piekarnika. Zaczyn wlać do mąki, zamieszać, dodać 1 całe jajo i 2 żółtka oraz sól, zamieszać. Dodać masło (może być ciepłe, ale nie dodawać gorącego, niech chwilę przestygnie). Wyrobić ciasto (wygodnie będzie w garnku), przykryć ściereczką, garnek wsadzić do piekarnika

na około godzinę, aby ciasto wyrosło. Można też garnek przykryć pokrywką, owinąć kocem i w takim kokonie pozostawić do wyrośnięcia.

W tym czasie przygotować farsz z przepisu poniżej lub innego (ciasto jest neutralne w smaku, może być faszerowane na słono lub słodko).

Wyrośnięte ciasto wyciągnąć z garnka i już na stolnicy chwilę pougniatać. Podzielić na mniejsze porcje i każdą kolejno rozwałkować podsypując stolnicę mąką na grubość około 3 mm. Wykrawać pierogi używając okrągłej formy (lepsze będzie naczynie z szerszą średnicą niż szklanka),

lub wycinając kwadraty. łyżką nałożyć porcje farszu i dokładnie zlepić brzegi pierogów. Ulepione pierogi ułożyć na blachach wyścielanych papierem do pieczenia. Posmarować wierzch pierogów pozostawionym białkiem jajek. Zapiekać w piekarniku jednocześnie na obu blachach (na poziomie 1 i 3 od dołu) przy włączonej funkcji termoobiegu w temperaturze 200°C przez 20 minut, aż pierogi się zrumienią.

Farsz:

około 1 l młodych liści pokrzywy (mogą być z nasionami)

po garści liści różnych ziół, np. podagrycznika, bluszczyku kurdybanka i macierzanki (opcjonalnie)

zabawa ciesząca się dużym zainteresowaniem mieszkańców odbywa się nadal w Poniedziałek Wielkanocny w Kraskowie. Według relacji najstarszych mieszkańców, zwyczaj praktykowany jest nieprzerwanie od czasu zakończenia II wojny światowej. Corocznie usypywana jest mniejsza lub większa ziemna górką, natomiast od 2010 roku w razie niepogody zabawa odbywa się w domu parafialnym na specjalnie skonstruowanej platformie¹². W Kuniowie zabawa odbywała się jeszcze w latach 80. XX wieku. W pobliskich Chocianowicach około 2002 roku podjęto próbę reaktywacji tradycji, która jednak utrzymała się jedynie przez dwa lata.



Kulanie jajek, zwane także walowaniem, znane jest również na Łużycach. Dzieci budują w ogrodzie lub na łące tor o niewielkim pochyleniu, po którym kulają ugotowane na twardo jajka. Jajka, które kulając się w dół, trafiają w inne, „wygrywają”. Pierwotnie zwyczaj był również urokiem mającym zapewnić chłopom urodzaj zboża¹³. Wiercono również, że dzięki toczeniu jajek przez łąki i pastwiska, urosnie na nich bujna trawa¹⁴. Omawia-

na zabawa ma najprawdopodobniej głębszy sens związany z kultem zmarłych.

„Na dawnych zaduszkach w drugi dzień Wielkanocy taczano jaja na mogiłach, np. na grobach pogańskich w Pradze Czeskiej, na Morani, podczas obrzędu zwanego Radunicą lub Radawnicą na Rusi, szczególnie podczas obrzędu praktykowanego przez rzymsko-katolików w Budziszynie w Łużycach Górnych, gdzie w zabawie toczenia jaj na stromej pochyłości góry Poitschenberg nad Szprewą biorą udział tłumy”¹⁵.

Podobne praktyki znane były także w Polsce. W Krakowie podczas święta Rękawki, odbywającego się we wtorek wielkanocny na kopcu Krakusa, osobom zebranym u jego podnóża zrzucano z wierzchołka – jaja gotowane, chleb, jabłka i resztki jadła święconego. Dary te były obrzędowym pokarmem zmarłych. Jajko w tym obrzędzie, podobnie jak w innych magicznych praktykach, miało na celu odwracanie zła i zjednanie dobra, ponadto jako ziarno życia zasilalo duszę zmarłego. Za zaduszkowym charakterem Rękawki przemawia fakt, że na kopcu Krakusa od czasów zamierchłych aż do 1836 roku (kiedy to zabroniły go władze austriackie) wyprawiano stypy pogrzebowe, w których uczestniczyli wszyscy¹⁶.

Robert Garstka

ŻNIWNE



Dożynki, zwane także świętem plonów, żniwówką, wieńcowianami czy żniwnym, obchodzone są z okazji zakończenia zbiorów zbóż i większości prac polowych, zazwyczaj z **końcem sierpnia lub we wrześniu**.

Dawne dożynki gospodarskie zostały zastąpione współczesnymi formami, nierzadko odbywającymi się w miejscowościach, w których rolnictwo jest w zaniku. **Uroczystości dożynkowe** organizowane są na szczeblu parafialnym, gminnym, powiatowym, wojewódzkim i ogólnopolskim. Obecnie przypominają one dość często **festyn** – widowisko z licznymi atrakcjami np. karuzelą, budami odpustowymi, występami kabaretów i zespołów muzycznych.

Zazwyczaj **święto plonów** rozpoczyna się uroczystą mszą świętą, po której część jej uczestników: zaproszeni goście, członkinie kół gospodyń wiejskich, poczty sztandarowe oraz rolnicy prezentujący swoje maszyny rolnicze, w trakcie barwnego korowodu zmierzają do miejsca dalszych uroczystości. Ważnym elementem święta jest symboliczne przekazanie bochenka chleba przez starostów dożynek na ręce ich gospodarza np. wójta oraz prezentacja i **konkurs wieńców dożynkowych**. Te wykonane są najczęściej z kilku rodzajów zbóż, warzyw, kwiatów i owoców.

Robert Garstka



Goczałkowice – dożynki. Fot. Robert Garstka

- 12 Garstka R., Lysko A., *Czas niezwykły...*, s. 157–158.
13 Kuringowa T., *Obyczaje serbsko łużyckie w ciągu roku*, Bautzen 2005, s. 19, (pdf).
14 Michniuk J., *Wielkanocne zwyczaje Serbołużyczan*, s. 2; www.kulturaludowa.pl, dostęp na dzień 13.05.2019.

- 15 Seweryn T., *Tradycje i zwyczaje krakowskie*, Kraków 1961, s. 56.
16 Tamże, s. 56

1 duża cukinia (lub 2 małe)

1 duża cebula

200 g boczku wędzonego (opcjonalnie)

2 ząbki czosnku

sól, pieprz

Boczek pokroić w kostkę, wysypać na suchą patelnię i pod przykryciem wytłuszczyć. Dodać do niego posiekaną cebulę i razem przesmażyć przez 10 minut. Umyć i pokroić liście roślin, cukinię w kostkę, dodać do boczku i cebuli. Dusić pod przykryciem 15 minut, co jakiś czas zamieszać (jeśli będzie przywierać, odrobinkę podlać wodą). Na koniec do-

dać czosnek przeciśnięty przez praskę, albo drobno pokrojony, odrobinę soli (jeśli trzeba, ponieważ boczek bywa słony) i sporo pieprzu, a nadmiar wody odparować. Farsz nadaje się do faszzerowania pierogów, gołąbków i naleśników, może być podany jako danie obiadowe z dodatkiem makaronu, kaszy lub ziemniaków.



MISTRZYNIE KUCHNI

Nie tylko Albinowska

Emilia Kołder 1900–1974

„Kuchnia śląska” ukazała się po raz pierwszy w 1972 r. w nakładzie 35 tys. egzemplarzy, a w roku 1975 pojawił się dodruk. Kuchnia Kołdrowej miała charakter regionalny, ale jej wartość była nie do przecenienia. Mimo, że Śląsk Cieszyński z racji swego położenia znajdował się w przeszłości pod wpływami kuchni wielu narodów, to jednak miał i ma swoją kulinarną specyfikę, wywodzącą się z bardzo długiej tradycji. Jak Emilia Kolder została mistrzynią, jak to się stało, że jej sława, jako kucharki i znawczyni gotowania rozciągała się daleko poza rodzinną miejscowość, a nawet przekroczyła Śląsk i granice Czechosłowacji?

Emilia Kołder całe życie mieszkała w Średniej Suchej (Zaolzie). Wcześniej straciła matkę, miała wówczas 13 lat. Ojciec pracował na kopalni. Rodzina miała niewielkie gospodarstwo, wszystkie dzieci pracowały w nim od najmłodszych lat. Emilia, mimo wielu zdolności, szybko zakończyła edukację, studiować mogli tylko synowie. Mama nie zdążyła jej wiele nauczyć, ale dziewczynka i tak gotowała dla licznej rodziny oraz z ciotką na weselach. Wspominała często, że gotowanie ją interesowało, kupowała książki kucharskie, a w 1933 r. skończyła w Orłowej

kurs gotowania organizowany przy Szkole Gospodarstwa Wiejskiego.

W sprzyjających warunkach, w XXI w. zrobiłaby pewnie karierę, ale przyszło jej żyć sto lat wcześniej. Zrobiła jednak wtedy więcej aniżeli inni, spisała regionalne przepisy, upowszechniła cieszyńską kuchnię.

Mniej więcej w tym samym czasie wyszła za mąż za górniką, Józefa Kołdera. Po śmierci ojca zamieszkali w jej rodzinnym domu, aby wychowywać nieletnie rodzeństwo, które jeszcze się uczyło. Tak zwane gotowanie „po weselach” nie było jej jedynym zajęciem, pracowała również jako kucharka na koloniach i obozach. Miała zacięcie społeczne. Udzielała się m.in. w Rodzinie Opiekuńczej, Macierzy Szkolnej, w Stowarzyszeniu Niewiast Ewangelickich, została też wybrana do Rady Parafialnej w Średniej Suchej. W roku 1929 we wsi postanowiono wybudować ochronkę (przedszkole) i Emilię wydelegowano, jako członkinię Zarządu Rodziny Opiekuńczej, do wspólnego z Macierzą Komitetu Budowlanego. Dom budowano ze składek mieszkańców, którzy mimo trudnych warunków materialnych chętnie wspierali inicjatywę. Koło Macierzy

ze Związkiem Gimnastycznym „Siła” urządzało festyny, wieczorki, na których Emilia gotowała i prowadziła bufet. Miejscowe kółko samokształceniowe wystawiało przedstawienia amatorskie, Emilia napisała dwie sztuki Wykryta zbrodnia i Chłopska gospodarka, w których także wystąpiła jako aktorka. Miały wielkie powodzenie, a spore dochody z biletów zasilły budżet budowy. Rodzina wspomina, że pisanie zawsze przychodziło jej z łatwością i zawsze pisała wierszyki na przeróżne okazje, wygłaszały je dzieci z rodziny, a w późniejszych czasach nawet wnuki. Na zebraniach organizacji nawoływała kobiety nie tylko do uczestnictwa w życiu tychże, ale do zasiadania, na równi z mężczyznami, w zarządach organizacji. A były to przecież lata trzydzieste ubiegłego wieku!

W czasie II wojny światowej rodzina nie podpisała tzw. volkslisty. Gdy jeden z braci znalazł się w obozie, Emilia doprowadziła do jego zwolnienia. Była bardzo oddana rodzinie i rodzeństwu; najmłodsza siostra została nauczycielką, bo Emilia bardzo chciała, by chociaż ona spełniła swoje marzenia i skończyła studia.

Po wojnie zaczęła gotować już prawie zawodowo. Głównie przygotowywała wesela. Kiedyś trwało to niemal tygodniami. W poniedziałek „szło się ku kołoczowi”. Pomagały są-

siadki, trzeba było bowiem kilku kobiet, aby zarobić ciasto i uformować „kołoczki”. Było to drożdżowe ciasto z makiem, serem czy owocami, posypane słodką kruszonką. Piekło się je na blasze jako jedno ciasto i kroilo lub jako małe, okrągłe kołoczki. Przed weselem roznosiło się je do znajomych. Pieczone w chlebowym piecu, z bakaliami, zawsze były smaczniejsze od tych, które gospodynie piekły na niedzielę w domu.

Na przyjęcia przygotowywano również wyjątkowe, ma-lutkie ciasteczka. Wiele z nich było specjalnościami poszczególnych kucharek, tajemnicą chronioną przez pokolenia. Równolegle odbywało się „świ-niobicie” czyli zabicie „babucia” – utuczonego prosiaka. Przygotowania do wesela trwały przeważnie cały tydzień, a praca kucharki kończyła się wieczorem w niedzielę, bo wtedy kończyło się przyjęcie. Kucharka wracała do domu w niedzielę o godzinie 23, a w poniedziałek znowu szła „ku kołoczowi” już o 4 rano. Kołder wspomina, że miała nawet 12 wesel pod rząd, czyli 84 dni bez wolnego dnia. Była bardzo wziętą kucharką.

Zawód kucharki weselnej był bardzo trudny. Wymagał postawy lidarskiej, gdyż w każdym domu trzeba było „dyry-gować” pomocnikami, które często nie miały pojęcia o gotowaniu. Często pomagały osoby przypadkowe, sąsiadki lub dzieci.

Wymagało to od Emilii zarządzania „zespołami ludzkimi”. Do tego dochodziła ogromna odpowiedzialność. Produkty nie mogły się zniszczyć, nie byłoby ich czym zastąpić,

Pasta jajeczna z pokrzywą i jasnotą

½ l wierzchołków jasnoty (kwiaty odłożyć do przybrania)

½ l górnych liści pokrzywy

3 jaja ugotowane na twardo

1 łyżka majonezu albo gęstego jogurtu typu greckiego

sól do smaku

1 ząbek czosnku

Jaja ugotować na twardo. Należy zwrócić uwagę, aby zbyt długo ich nie gotować, gdyż w gotowanych powyżej 10 minut wydziela

się siarkowodor (nie jest on dla nas groźny, ale sprawia, że jajko jest niesmaczne; zbyt długo gotowane jajo po przekrojeniu ma widoczną zieloną obwódkę wokół żółtka). Sprawdzonym czasem dla jaj na twardo są 3 minuty gotowania i 4 minuty dochodzenia w gorącej wodzie. Po tym czasie jajka należy odcedzić i zahartować zimną wodą. Obrać ze skorupek, zetrzeć na tarce o dużych oczkach. Ziółta umyć dokładnie, sparzyć wrzątkiem odsączyć z wody, posiekać. Wymieszać razem, dodać przyprawy i wyciśnięty czosnek. Przybrać kwiatami jasnoty.



nie można było wtedy kupić wszystkiego w sklepach o każdej porze dnia czy nocy.

Emilia najbardziej lubiła kursy gotowania, które prowadziła do końca życia. Kobiety, z którymi pracowała na weselach chciały znać jej przepisy i dlatego zaczęła prowadzić zajęcia, które zawsze kończyły się wspaniałą wystawą ozdobnych wypieków, ciasteczek, tortów. „Głos Ludu”, donosił: Kurs gotowania prowadziła i wystawę przygotowała znana instruktorka ob. Kołdrowa. Jej niewyczerpana energia i bogate doświadczenia święciły triumfy. Świadczą o tym liczne wpisy w księdze pamiątkowej. Sukces, jakim były jej wystawy, został osiągnięty rzetelną pracą i ogromnym wysiłkiem. Zrobiła ponad 60. kursów, około 48 wystaw. Często ręcznie przepisywała kursantom przepisy. Rodzina wspomina, że spała wtedy po 2–3 godziny, pisywała w nocy, bo w dzień pracowała na gospodarstwie. Uczestniczki kursów oczekiwały jednak zbioru przepisów, a był to rok 1956 i książki nie można było prywatnie wydać. Postarała się w urzędzie wojewódzkim o pozwolenie i w hucie w Trzyńcu, na powielaczu, odbito przepisy. Nakład – 3,5 tys. sztuk, oprawiony przez miejscowego introligatora rozszedł się w ciągu paru tygodni. Był to właściwie podręcznik dla kursantek, nie musiały już przepisywać „recept”, bo tak gwarowo nazywają się przepisy. Później ukazał się jeszcze dodruk, także rozszedł się błyskawicznie. Książka zawierała 1101 przepisów, dla lepszej orientacji ułożonych w pewne grupy, jak: zupy, sosy, mięsa, desery, ciasta, napoje, itd.

We wstępie tak motywowała wydanie: Minęły czasy, kiedy na książki kucharskie patrzono okiem politowania, jako na literaturę kuchenną, godną jedynie rąk i oczu mało piśmiennej kucharki. W czasach dzisiejszych, kiedy kobieta – żona i matka – przy swej pracy zawodowej powinna dbać także o całą swą rodzinę, nabiera ogromnego znaczenia racjonalne, zdrowe, a przy tym oszczędne żywienie człowieka. Sztukę kulinarną należy zatem określić jako umiejętność przyrządzania zdrowych, smacznych, tanich i estetycznie na stół podanych potraw. Dalej tłumaczyła, że aby cel ten osiągnąć, nie trzeba dziś w przyrządzaniu potraw stosować materiałów kosztownych i rzadkich do nabycia. Cała sztuka kulinarna – pisała – polega na tym, ażeby z materiałów łatwych do nabycia lub będących w danej chwili do dyspozycji umieć przyrządzić zdrowy i łatwy posiłek.

Broszurę zakończyła prośbą, podając swój adres, aby czytelniczki przesyłały uwagi.

Ostatecznie po 7 latach kucharska książka Emilii Kołder stała się bestsellerem, o czym świadczy fakt, że jej nakład był jednym z największych na Zaolziu. W sumie ukazało się prawie 100 tys. egzemplarzy. Mimo to, sekretarz Zarządu Głównego Polskiego Związku Kulturalno-Oświatowego mówił: Jeśli chodzi o wydanie książki kucharskiej na naszym terenie, to osobiście wydaje mi się, że Związek ma dużo ważniejszych rzeczy do załatwienia, niż wydawanie książek kucharskich. Niemniej wydawało mi się, że trzeba i tę sprawę dla

naszych kobiet uwzględnić. Dlatego zaczęliśmy się w ogóle tym interesować. Jest popularna ta książka, bo inaczej nasze kobiety nie włączyły by się do akcji i nie spowodowały by, że ZG PZKO zaczął w ogóle tym się interesować.

Sprawa ciągnęła się, jak wspominałam, latami, autorka wszędzie natrafiała na opór. Kołder wspominała, że latami poprawiano jej książkę, ale tak naprawdę nikt nie chciał jej wydać. Rękopis najpierw długo leżał w jakiejś szufladzie, potem zginął, a później zrobiono nadzwyczajną kontrolę i ni stąd, ni z owąd został odnaleziony w jakimś wydawnictwie, czy redakcji.

W zarządzie PZKO pamiętano, że Pani Kołder przychodziła, monitowała, czasami płakała. Jeden z pracowników wspominał, że była lekceważona i osamotniona.

Jej wkład w rozwój kuchni jest ogromny. Wpisuje się w grono największych twórców materialnego i niematerialnego dziedzictwa na Śląsku Cieszyńskim. Jej działalność włącza się też w krąg aktywności innych świątłych kobiet mieszkających na Śląsku. Jej życiorys się nie starzeje – odważna, przebojowa, walczyła o swoje, działała, często wbrew wszystkim i wszystkiemu. Przewidziała, że nawyki kulinarne staną się jednym z elementów identyfikacji regionalnej, że będą świadczyć o niepowtarzalnej kulturze.



Maria Wurst

Maria Wurst, nauczycielka gospodarstwa domowego z Opola, znana jest jako autorka śląskiej książki kucharskiej „Książka kucharska dla szkoły i domu”, wydanej w 1911 roku. Jednak ona sama oraz jej przepisy są dzisiaj znane są tylko niewielkiej grupie osób

Początek ubiegłego wieku to czas rozwoju, specjalizacji i profesjonalizacji książek kucharskich. Zmienia się bardzo podejście do sztuki kulinarnej. Powstają zręby kuchni narodowych oraz konkretne szkoły gotowania. Poszczególne kucharki wydają własne książki kucharskie kierowane do gospodyń domowych, ale także książki dla szkół lub dla różnych klas społecznych. W ten nurt wpisuje się doskonale Maria Wurst i jej przepisy.

Książka Marii Wurts przedstawia gospodarność opolskiej, śląskiej gospodyni, która niczego co wyhodowane, nie marnuje. Warto tu np. wziąć pod uwagę kilka przykładów: przepis na krowie wymiona, sznycel z płuczek oraz mus z płuczek.

Przepisy podane przez Wurst są różne: wykwintne i bardzo proste, popularne i świąteczne, na przyjęcia, a również na cały tydzień („bez tydzień”). W książce pojawiają się niezwykle ciekawe, także z dzisiejszego punktu widzenia, przepisy na różne ryby: łupacza, sandacza, szczupaka, lina, białoryba, a nie tylko przepis na karpia czy śledzie.

cd. na stronie 12

Pokrzywa w kiszonce z kapustą i jabłkami

główka młodej kapusty (białej lub czerwonej) albo kapusty pekińskiej 1,5–2 kg

1 l lub więcej pokrzywy z nasionami (górne liście bez łodyg)

3 jabłka (najlepiej bez pestycydów np. dzikie)

kawałek (4 cm) korzenia imbiru

5 ząbków czosnku

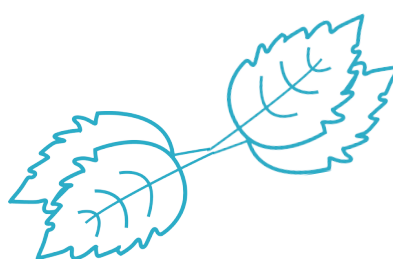
sól morska: 1 łyżka na 1 kg kapusty

3–5 łyżek miodu naturalnego

Kapustę przekroić na ćwiartki i każdą drobno poszatковать.

Wsypać do miski i zalać wodą z rozpuszczoną solą, aby solanka przykryła kapustę. Pozostawić na kilka godzin. Pokrzywę przebrać i dokładnie umyć (nie parzyć) i posiekać. Przygotować sos-zalewę. Umyte jabłka ze skórką pozbawić gniazd nasiennych, obrać imbir i czosnek, wszystko pokroić na kilka mniejszych kawałków i utrzeć blenderem, dodać miód i wymieszać. Kapustę odcedzić z solanki, dodać do niej pokrzywę i sos. Dokładnie wymieszać. Przełożyć do słoików dobrze dociskając, aż puści sok. Dobrze jest postawić słoiki na jakiejś tacy, gdyż początki fermentacji bywają burzliwe i sok często wypływa. Po kilku dniach, kiedy się uspo-

koi, dokręcamy mocno zakrętki i odstawiamy w chłodne ciemne miejsce. Spożywać ją można już po kilku dniach, taką lekko ukiszoną, ale z czasem kapusta mięknie i kiszonka nabiera charakteru. Przechowuje się bardzo dobrze nawet rok.



Wurst, jak wiele ówczesnych kucharek, pochyla się też nad zdrową kuchnią oraz kuchnią wspomagającą leczenie, proponuje dla chorych przepis na naleśniki piankowe:

4 żółtka i 4 łyżki bardzo delikatnego cukru ubić na pianę z dodatkiem łyżeczki soku z cytryny. Dodać ubitą na sztywno pianę z białek, delikatnie wymieszać,

Usmażyć 2-3 naleśniki.

Kucharka – nauczycielka odnosi się do kalendarza liturgicznego, pisząc o postnych potrawach: przepis na Biednego Rycerza. 6–8 czerstwych bułek, około pół litra zimnego mleka, 3–4 jajka, 1 łyżeczka soli, 4 łyżki cukru, szczypta cynamonu, 100 gr tłuszczu roślinnego. Czerstwe bułki obetrzeć ze skórki, pokroić na pół lub na plastry grubości palca. Zanurzać w mieszance z mleka, jajek, soli, cukru i cynamonu. Gdy bułka dostatecznie nasiąknie, obtoczyć ją w obtartym i sma-

żyć jak kotlety z obu stron aż będzie chrupiąca. Można też zanurzyć plastry bułki lub ciwibaku w mleku i zostawić do namoknięcia. Przygotować ciasto na naleśniki, zanurzać w nim bułkę i smażyć Biednego Rycerza jak naleśniki.

Pewne elementy opisywane w książce Wurst są obecne w kuchni do dziś – maggi czy proszek Dr. Oetkera, dlatego warto sięgnąć po tę zabytkową pozycję w reprintowym wydaniu z 2019 roku (szczegóły na haus.pl).

W sieci znajdziecie film, który przybliży sylwetkę Marii oraz zachęca do sięgnięcia po jej przepisy i zapoznanie się z kuchnią Dolnego i Górnego Śląska XX wieku. Film zrealizował Dom Współpracy Polsko-Niemieckiej, przy finansowym wsparciu Konsulatu RFN w Opolu oraz Urząd Marszałkowski Województwa Opolskiego.

Małgorzata Tkacz-Janik

WWW.INSTYTUTKORFANTEGO.PL



Gra miejska SMAKUjemy KATowice

PATRONAT NARODOWY
PREZYDENTA RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ ANDRZEJA DUDY
W STULECIE ODZYSKANIA NIEPODLEGŁOŚCI 1918-2018

PATRONAT HONOROWY

PATRONAT HONOROWY

KOORDYNATOR OGÓLNOPOLSKI

ORGANIZATOR

DOFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW MINISTRA KULTURY, DZIEDZICTWA NARODOWEGO I SPORTU W RAMACH PROGRAMU WIELOLETNIEGO NIEPODLEGŁOŚCI NA LATA 2017-2022

PARTNER

PATRONAT HONOROWY



SMAKUjemy KATowice! Gra Miejska nie tylko dla łakomczuchów.

Czy jesteście gotowi na degustowanie Katowic? Jaki smak ma stolica Śląska? A jaki miała kiedyś? Co to znaczy kuchnia śląska? Ile kulinarnych kultur składa się na mozaikę **KATowickich SMAKów**? Co ukrywa dziedzictwo kulinarne miasta? Czy ma charakterystyczne napoje i potrawy? Jak wpływający czas i globalizacja zmienia lokalne upodobania gastronomiczne? Co przynosi fuzja starego z nowym? Czy możliwa

jest wegańska kuchnia inspirowana śląskimi smakami?

Zapraszamy do udziału w grze miejskiej, pomyślanej jako świetna zabawa dla osób w każdym wieku. Gra jest dla rodzin, dla grup przyjaciół, dla dzieci i seniorów! Zapraszamy osoby nie tylko z Katowic. Gra obędzie się w centrum miasta, trasa przeprowadzi uczestników szlakiem smaków, które opowiadają o materialnym i niematerialnym dziedzictwie kulturowym Katowic i regionu. Proponujemy uczestnictwo w zabawie, która przy okazji

będzie smakowitą lekcją edukacji regionalnej. Uczestnictwo w grze pozwoli poznać historię katowickich restauracji, karczm, kawiarni, hoteli i barów mlecznych. Ukaże miasto ... od kuchni!

Rezerwujcie czas, bo gry miejskie, to doskonałe formy aktywnego wypoczynku. Szykujemy „smakowite” nagrody. Wstęp wolny.

Akcja będzie się toczyć w przestrzeni miejskiej, w otoczeniu ruchu samochodowego. Uczestnicy muszą utworzyć drużyny. Drużyna powinna li-

czyć min. 2 osoby, a maksymalnie 5. Konieczne jest, aby choć jedna osoba w grupie miała mobilny dostęp do sieci oraz aparat fotograficzny w telefonie, na wszelki wypadek powerbank.

19 września 2021

Godz. 11:00 – 15:00

Instytut Myśli Polskiej im. Wojciecha Korfańskiego

Katowice, ul. Teatralna 4

gra odbywać się będzie w śródmieściu Katowic

Szczegóły imprezy na stronie organizatora.

ZESPÓŁ REDAKCYJNY: Danuta Cholewa, dr Małgorzata Tkacz-Janik

AUTORZY TEKSTÓW: Danuta Cholewa, Piotr W. Fuglewicz, Robert Garstka, Michał Stokłosa, dr Małgorzata Tkacz-Janik, Barbara Zygmańska

PRZEPISY: Danuta Cholewa

KOREKTA: Katarzyna Limanowska

GRAFIKA: Rafał Piotrowski

SKŁAD I ŁAMANIE: Katarzyna Kiotbasa

ISBN 978-83-960932-0-2. Nakład: 500 egz.