

# Tradycje kuchni kaszubskiej

*Od czasu wynalezienia sztuki kulinarnej ludzie jedzą dwa razy więcej niż wymaga tego od nich natura.*  
(Beniamin Franklin)

KAROLINA SERKOWSKA

***Kuchnia kaszubska zawsze była skromna, ale syta, bo gospodarz musiał się dobrze najeść, żeby mieć siłę do ciężkich prac.***

Chociaż nasz region, podobnie jak cały kraj, zalewa amerykanizacja, a wraz z nią fast foody, Kaszubi starają się podtrzymać swoje przyzwyczajenia żywieniowe. Nieuniknione są natomiast innowacje wprowadzane do potraw – dzięki lepszej dostępności produktów charakterystycznych dla innych części Polski lub nawet innych krajów. Drugi czynnik wpływający na modyfikację dawnych przepisów to rozwój gospodarczy społeczeństwa, powodujący chęć ulepszania mizernihych niedożywionych posiłków.



Kuchnia kaszubska zawsze była syta.

Fot. internet

## Król ziemniak

Od kilku wieków najpopularniejszym produktem na kaszubskiej ziemi są kartofle, które nauczono się podawać na wiele sposobów. Często, zwłaszcza w okresie wielkiego postu, jedzono *pulki ze śledziem*, a w dni powszednie – ugniatane ziemniaki z okrasą. Te pierwsze przyrządzano bardzo szybko: do ugotowanych

„w mundurkach” dodawano wymoczone, opłukane i pokrojone filety śledziowe z drobno siekaną cebulą i octem (w dzisiejszym wydaniu potrawa ta jest wzbogacana śmietaną z dodatkiem soli, pieprzu i cukru, a także kiszzonego ogórka oraz jabłka).

Ziemniaki stanowiły składnik wielu przepisów, a każda gospodyni tworzyła własne „recepty” (por. Władysława Niemiec: *Tradycyjna kuchnia kaszubska*, Gdańsk 2006, s. 69). Najbardziej znanymi, oprócz wyżej opisanych, były kartofle z zasmażką i maślanką, kartofle przysmażane lub zapiekane, pieczonka z kartofli, jabłka i cebuli, kluski ziemniaczane, kluski z różnorodnymi dodatkami oraz placki ziemniaczane, które kiedyś podawano z cukrem czy nawet bez niego, natomiast współcześnie serwuje się z surówką, bitą śmietaną lub gulaszem.

## Królowa kapusta

Znany do dzisiaj kaszubski (i ogólnopolski) przysmak to bigos.

Kapustę podaje się także na inne sposoby, np. jako duszoną na wędzonce, kwaśną surówkę czy w formie gołąbków, to jest duszonych pod przy-

## Wokół jedzenia

Rada Języka Kaszubskiego na swym plenarnym zebraniu w Kaszubskim Uniwersytecie Ludowym w Starbieniu (9-10 października br.) zajęła się... kuchnią. Tą regionalną, kaszubską, która ma bogatą tradycję, chociaż współcześnie coraz częściej bywa taką jedynie z nazwy. – Współczesne potrawy tylko dlatego nazywa się kaszubskimi, że powstają na Kaszubach – zauważyła dr Róża Wosiak-Śliwa, a Wojciech Makurat podał przykład regionalnej potrawy z Pruszcza Gdańskiego... McKaszub.

O tradycjach prawdziwej kaszubskiej kuchni mówiła Karolina Serkowska (fragmenty jej referatu drukujemy). Sposoby przekazywania porad kulinarnych zaprezentowała dr Lucyna Warda-Radys. Na szacie informacyjnej związanej z wytwarzaniem i konsumpcją artykułów żywnościowych skupiła się prof. Ewa Rogowska-Cybulska. A kaszubszczyznę na szyldach sklepów i restauracji oraz w menu analizował Tomasz Fopke. Kulinariami w literaturze zajęli się prof. Tadeusz Linkner, Ludmiła Gołąbek i Felicja Baska-Borzyszkowska. O czym mówią kaszubskie hasła słownikowe odnoszące się do nazw napojów alkoholowych, rozszyfrowywała dr Róża Wosiak-Śliwa. Dr Małgorzata Milewska-Stawiany przedstawiła kaszubskie nazwy osób związane z jedzeniem, a Eugeniusz Pryczkowski – regionalną kuchnię jako źródło dowcipów.

Projekt był realizowany dzięki dotacji Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji, a pełny plon zebrania zostanie opublikowany w kolejnym Biuletynie RJK.

esz

www.skarbnicakaszubska.pl

kryciem świeżych liści z zawiniętym w środku mielonym mięsem. Dawniej na Wigilię Bożego Narodzenia często serwowano kapustę z grochem bądź z grzybami.

Na co dzień z innych warzyw użytkowano także bób na maśle, fasolę słodką i słodko-kwaśną, dynię w panierce oraz marchew z brukwią. Współcześnie na bazie warzyw sporządza się jeszcze bogatsze potrawy, między innymi kroiety, pomidory nadziewane czy też zapiekanki.

### Dania z ziaren

Kasze wyrabiano samemu (na Kaszubach dominowały ziarna żyta, gryki i owsa), dodając je nagminnie do sosów, pierogów lub zup. Z kasz wytwarzało się także tradycyjne kiszki kaszubskie albo, na podobnym podłożu, kiszki z gryki.

Natomiast mąka stanowiła oczywisty i niezbędny składnik wszelkich wyrobów z ciast, choć w pierwszym rzędzie dzięki niej powstawała zacierka.

Osiemdziesięciosześcioletnia obecnie Helena Zaremba z Kartuz, która wychowała się na kaszubskiej kuchni, wspomina iż swego czasu bardzo czasochłonny był proces przygotowywania świeżego chleba:

– Czynność taka trwała długo, ponieważ najpierw rozrobione ciasto rosło przez całą noc, a dopiero potem się je piekło (albo samodzielnie, albo zanosząc do piekarza).

Dzisiaj coraz trudniej o prawdziwie „domowe” pieczywo, choć tradycja podawania go ze smalcem jeszcze nie zamarła. Aby urozmaicić ten przysmak, sypie się na niego sól i zagryza kiszonym ogórkiem.

### Ryby

Jeden z podstawowych produktów żywnościowych Kaszubów stanowiły zawsze ryby. „Ze względu na położenie geograficzne – bliskość morza oraz liczne jeziora i rzeki – wielką popularnością w kuchni cieszyły się różnorodne gatunki” (*Kulinarny atlas*



Kaszubska zupa rybna.

Fot. internet

*Pomorza* pod red. O. Schneider, Inowrocław). Z morza najznakomitsze były śledzie, łososie i dorsze, a wśród ryb słodkowodnych dominowały węgorze i sielawy. Do ich przygotowania wykorzystywano zioła, warzywa, a także zamorskie przyprawy i bakalie, np. rodzyнки czy migdały.

Wśród najpopularniejszych dań rybnych można wyróżnić śledzie (pieczone, z dodatkiem okras, w zalewie octowej, rolmopsy), szprotki w marynacie, dorsze po kaszubsku albo duszone. Ponadto: ryby w kwaśnym sosie, klopsiki i kotlety rybne, smażoną ikrę, węgorze w galarecie lub z ziemniakami w mundurkach, a także dorszowe wątróbki.

W książce pod redakcją Krystyny Puzdrowskiej (*Kuchnia pomorska – 241 przepisów*, zebrał i oprac. B. Ditrich, D. Słubik, Gdańsk 1998) widnieją przepisy świadczące o wprowadzanych współcześnie nowościach. Są tam np. flądra w sosie pomarańczowym, karp nadziewany, lin po kaszubsku, naleśniki rybackie, pstrąg z migdałami czy śledź z grzybami.

### Zwierzęcina

O wiele rzadziej dawniejsze kaszubskie gospodynie gotowały mięso. W takim wypadku starały się używać jak największych ilości tłuszczu, by zrobić potrawę możliwie treściwą. Mięso przyrządzano na różne sposoby: peklowano, solono, wędzono i suszono. Z gorszych gatunków przygotowywano pasztety, wątróbki,

salcesony, a z dodatkiem kasz – kaszanki.

Najwięcej potraw mięsnych gotowano z drobiu, zwłaszcza z gęsi, ale także z kaczek i kur. Powszechne były: gęś gotowana, zrazy z gęziej piersi, a także gęś pieczona, okrasa i tatar z gęsin. Kurę podawano w rosole, a na wielkie święta – w białym sosie z rodzynkami. Oprócz tego, smażyło drobiową wątróbkę z jabłkami oraz przyrządzano kurze podroby na kwaśno.

Znaczącym daniem dla Kaszubów jest do dzisiaj galaretką z nóżek (zylc), zaś wśród turystów prym wiodzie smalec ze skwarkami, robiony ze świeżej słoniny, na cebuli, czosnku, pieprzu i majeranku, a czasem także z jabłkiem.

### Warzywa i grzyby

Podobnie jak inne produkty ogrodnicze znane w regionie, od dawna w kuchni kaszubskiej wykorzystywane były i są ogórki – kiszane, podawane w marynacie jako korniszony, a także przerabiane na mizerię, czyli krojone w cienkie plasterki i serwowane w śmietanie z odpowiednimi przyprawami.

Oprócz ogórków, zaprawia się w słoikach kiszoną kapustę, śliwki, grzyby, buraki, dynie (por. W. Niemiec: *Ó tim, jak przóde lat Kaszëbi warzële. Gawędy o dawnej kaszubskiej kuchni*, Władysławowo 2004, s. 65-69). Owoce i warzywa suszy się, pekluje, przechowuje w zalewach, kisi, a także robi z nich marmolady i powidła lub musy i przecieri.

Osobnym i często używanym składnikiem kaszubskich kulinariów były zawsze grzyby. Dzięki bogatym terenom leśnym, specjalów tych nigdy nie brakowało, spożywane więc bywały na ciepło i zimno, jako dania główne lub dodatki (np. do gołąbków albo pierożków). Do najlepszych gatunków zalicza się niezmiennie prawdziwki, rydze i kurki, a popularne także obecnie dania to na przykład duszonka, smażone rydze czy sowie kotlety.



Miodnô prażnica (jajecznica przekładana pieczywem). Fot. internet

## Nabiał

Kilka swoich pysznych dań wymyślili Kaszubi korzystając z nabiału. Najznakomitszym śniadaniowym rarytasem jest do dziś jajecznica z cebulą, podawana na maśle, smalcu czy słoninie, na słodko, ze szprotami lub na węgorku (W. Niemiec: *Tradycyjna kuchnia kaszubska*, s. 108,109). Wypróbowałam ją zresztą chyba na każdy możliwy sposób. Krótko mówiąc, jajecznica może mieć tyle wersji i smaków, ile jest gospodyń.

Z kurzych białek robiono bezy. Moja babcia wspomina, że gdy uzbierała dostateczną ilość białek, chodziła do kogoś, kto zajmował się ich przetwarzaniem. I choć współcześnie też można kupić bezy, nie mają one już tego smaku, jaki pamiętają ludzie starsi. Z kolei żółtka jajek odkładało się do ukręcania „kogla-mogla” z cukrem – wyjątkowej atrakcji dla dzieci.

Kaszubi wytwarzali także do niedawna własne masło, ser żółty oraz serek smażony.

## Zupy

Gdy chodzi o zupy, o każdej porze roku gotowano inne. Szczególnie popularne były: „klops zupa”, ogórkowa, grochówka na wędzonym boczką, kapuśniak z kaszą i golonką, kartoflanka, krupnik, żurek, rybna i grzybowa (tę ostatnią, zwłaszcza w wielkim poście, przyrządzano z suszonych grzybów i grysiku). Bardzo znane są również: mleczna, owocowa (brzadowa robiona z owocowego suszu), dyniowa z mlekiem

i kluseczkami. Oprócz tego, często jadano fasolówkę, „dziadówkę”, rosół, barszcz z burakami na włoszczyźnie i oczywiście brukwiową. Wśród turystów odwiedzających Kaszuby duże zainteresowanie budzi od dawna czernina.

Według wspomnień Heleny Zaremby, z czerniny nierzadko wyciągano mięso, gdy było już miękkie, i podawano osobno na talerzu. W domu mojej babci do czerniny dokładane były zawsze kartofle, natomiast inne gospodynie stosują kluski (z mąki, wody i jajek), ugotowane osobno w słonej wodzie.

## Na słodko

Desery na Kaszubach serwowano z reguły tylko w święta i ważne uroczystości, robiąc m.in. babkę proszkową, piernik marchwiowy, wafle i rogaliki z jagodami. Na Wielkanoc jadano głównie baby, a także mazurki, zaś na Boże Narodzenie – pieczone pierniki oraz orzechy gwiazdkowe, czyli małe ciasteczka dla dzieci.

Dziś najbardziej znane jest ciasto drożdżowe z kruszonką, którego wykonanie niewiele kosztuje. Wzbogaca się je, dodając lukier i konfitury z owoców. Ponadto kaszubskie gospodynie często pieką drożdżowe kukły, pączki, racuchy, a w okresie karnawału czy zapustów – faworki. Do typowego pieczywa kaszubskiego kiedyś można było zaliczyć bułki z nadzieniem, ruchanki (okrągłe placki z ciasta chlebowego na żytniej mące) oraz małe bułeczki zwane nowymi latkami, często lepiące na kształt zwierząt, którymi częstowano kolędników.

Inne smakołyki wytwarzano na bazie łatwo dostępnych produktów, jak śmietana, jaja, cukier, owoce. Robiono z nich leguminy, galaretki owocowe, galaretki śmietankowe i jajeczne kremy.

Najpopularniejszym owocem od stu lat jest kaszubska truskawka, która obecnie stanowi również wielką atrakcję turystyczną. Jej soczyste

jagody można przerabiać na musy i koktajle, dodawać do ciast, moczyć w galaretkach lub jeść po prostu na świeżo z cukrem.

## Symbolika potraw

Poszczególne składniki potraw miały dla ludowej obyczajowości swoje znaczenie, podkreślane głównie podczas wieczery wigilijnej. I tak: wypieki z mąki zapewniały pomyślność w nadchodzącym roku. Kłosa zbóż stanowiły źródło życiodajnej mocy. W rybach widziano odniesienia religijne (symbole chrześcijaństwa), jednak ludność przypisywała im także wpływ na płodność i rodzące się życie. Kapusta odradzała życiodajną moc. Groch ponoć chronił przed chorobami, a w połączeniu z kapustą zapewniał urodzaj. Grzyby pomagały w nawiązywaniu kontaktu ze światem zmarłych. Jabłka były „lekiem” przeciwko choremu gardłu, a miód gwarantował przychylność sił nadprzyrodzonych.

Ważnym aspektem kaszubskiej tożsamości jest wiara i wynikające z niej czynienie nad potrawami znaku krzyża, dlatego przed spożyciem posiłku mówi się: *Boże, przeżegnôj*.

Tradycja kuchni kaszubskiej trwa nieprzerwanie po dziś dzień. Mimo wielu udoskonaleń, podstawa ugotowanych, usmażonych, wypieczonych czy zaprawionych specjałów pozostaje ta sama. Dzięki temu nasz region charakteryzuje się pewnymi wyrazistymi cechami. W tym kontekście godne uwagi są restauracje oferujące kaszubskie dania, stanowiące znak, że nasza kultura jest ciągle żywa.

Na koniec, wyrażając życzenie, aby nigdy nam nie zabrakło produktów do przyrządzania ulubionych potraw, warto przypomnieć orację wygłoszoną przez kaszubskie gospodynie z okazji witania Nowego Roku:

*Żeby wam się rodziło:  
żytko jak korytko,  
bukwica jak bób,  
bób jak żłób,  
owies jak skopiec [baran]  
i len jak pień. ■*