

Prof. Beata Możejko

Cywilizacja średniowiecznego jedzenia albo po prostu o jedzeniu i picu w średniowieczu

Wprowadzenie

Tym co ludzie jedli w średniowieczu rządziły przynajmniej dwie reguły- jedna związana z Kościołem (piszę o Europie łacińskiej, zachodniej – od Portugalii po Polskę i Litwę), druga z naturalnym rytmem przyrody. Obie te reguły przenikały się. Kościół łaciński (dziś w uproszczeniu napiszemy katolicki) zalecał posty w poniedziałki, środy i piątki; należało też pościć 40 dni w okresie poprzedzającym Wielkanoc, dobrze też pościć w wigilię ważniejszych Świąt kościelnych a tych było całkiem sporo. Można było pościć drastycznie, czyta się o tzw. suszeniu, czyli posiłek stanowiło chleb i woda. Tak podobno czasami czyniła królowa Jadwiga Andegawenka, jej mąż król Władysław Jagiełło, jakkolwiek bardzo pobożny wybierał inną formę postu. Nie jadł mięsa, zastępujące je rybami. Jako ciekawostkę dodam, że średniowiecze jak ryby traktowała wszystko co pływa w wodzie a zatem też bobra... Czas średniowiecznego postu w okresie przed Wielkanocą nakładał się na rytm przyrody, po zimie (po karnawale, gdy jedzono dużo i tłusto) przychodził przednówek, trzeba było czekać na nowe plony i zbiory, oszczędzać, w tym na żywności. Najpopularniejszą morską rybą w okresie postu były śledzie, oczywiście solone, sprowadzane między innymi na średniowiecznych statkach (kogach) do Gdańska i wysyłane między innymi do Krakowa czy Wrocławia.

Ważnym składnikiem diety średniowiecznego człowieka była sól, mogła być to sól pochodząca z kopalń, jak dobrze nam znane Wieliczka i Bochnia czy sól morską, pochodząca z warzelnii atlantyckich i też importowana przez gdańszczan.

Przeciętny mieszkaniec Europy spożywał nawet 20 kilogramów ! soli. Sól była po prostu taką średniowieczną lodówką, konserwowała i chroniła przed zepsuciem żywność, solono mięso, ryby i nabiał. Kuchnia średniowiecza nie mogła obyć się bez dużej ilości przypraw, choćby pieprzu, szafranu oraz bez ziół.

Pożywienia dostarczał las, na stołach pojawiała się zatem dziczyzna, ale też owoce leśne, grzyby i miód. Mięsne produkty pochodziły też oczywiście z hodowli, wystarczy sięgnąć do zapisków krzyżackich by przekonać się że na stole komtura gdańskiego pojawiało się pieczone mięso różnych gatunków i ptactwo (kurczaki i kapłony). W dużym uproszczeniu można stwierdzić, że poza postem dieta była mięsna i tłusta ale to duże uproszczenie. Ważną rolę w kuchni odgrywały potrawy na bazie kasz a zwłaszcza mąki , od prostej i zapewne okropnej w smaku zacierki po chrupiące bułeczki.

Dostępność warzyw i owoców zależała od klimatu i oczywiście np. w Hiszpanii były dostępne cytryny czy bakłażany a Polska czy Czechy musiały zadowolić się grochem, kapustą , cebulą , jabłkami i gruszkami. Jedzenie surowych owoców było niebezpieczne, przekonuje o tym nieszczęsny przypadek królowej Zofii, wdowy po Jagielle, która zmarła po zjedzeniu nadmiernej ilości melonów.

W Portugalii czy Hiszpanii, produkowano wyrefinowane sprawdzano tu cukier trzcinowy z Madery a inna na przykład w Prusach, gdzie cukier był na lekarstwo, o zgrozo aptekarze produkowali dla wielkich mistrzów cukierki, na bazie ziół, leczące ból w zębach.

Pod postem jako ilustrację zamieszczam obiecany przepis średniowieczny na sos cytrynowy (doskonały ? na dzisiejsze czasy) . Smacznego.

Polecana literatura:

M. Dembińska, Konsumpcja żywnościowa w Polsce średniowiecznej, Wrocław-Warszawa 1963

E. Schubert, Jedzenie i picie w średniowieczu, Toruń 2018

J. Sperka, Dwór pierwszych Jagiellonów a tajniki średniowiecznej kuchni: w Historia naturalna jedzenia. Między antykiem a XIX wiekiem, red. B. Możejko, E. Barylewska-Szymańska, Gdańsk 2012, s. 62-69

J. M. von Winter, Spices and Comfites. Collected papers on medieval food, London 2007